



МИНИСТЕРСТВО  
ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ



МОСКОВСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
ПСИХОЛОГО-  
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ

# КОМПЛЕКС ДИАГНОСТИКИ ДЕСТРУКТИВНОГО, АУТОАГРЕССИВНОГО, ЭКСТРЕМИСТСКОГО И АНТИСОЦИАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ

Методическое руководство. Сборник тестов

ТЕСТЫ  
ДИАГНОСТИКА

ОПРОСНИКИ  
ПРОФИЛАКТИКА

2026



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

ул. Сретенка, д. 29, г. Москва, 127051 тел.: (495) 632-90-77; факс: (495) 632-92-52

---

**Комплекс диагностики деструктивного,  
аутоагрессивного, экстремистского  
и антисоциального поведения  
несовершеннолетних**  
УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ  
СБОРНИК ТЕСТОВ

Москва, 2026

УДК 159.9

ББК 88.9

К 63

Материалы подготовлены в рамках научно-исследовательского проекта ФГБОУ ВО МГППУ «Методическое обеспечение и сопровождение реализации и мониторинга эффективности программ профилактики антисоциального поведения несовершеннолетних в образовательных организациях» на 2025 г.

**Рецензенты:**

*Буслаева Елена Леонидовна*, кандидат психологических наук, доцент кафедры юридической психологии и права факультета «Юридическая психология» ФГБОУ ВО МГППУ.

*Мусатова Оксана Алексеевна*, кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры общей психологии и психологии труда АНО ВО «Российский новый университет».

**Редактор-корректор:** *М.Г. Семенова*

**К 63**      Комплекс диагностики деструктивного, аутоагрессивного, экстремистского и антисоциального поведения несовершеннолетних: Учебно-методическое пособие. Сборник тестов / О.Д. Гурина, Е.А. Куприянова, Е.Э. Бойкина, Р.В. Чиркина. — М.: МГППУ, 2026. — 158 с. — Текст: электронный.

**ISBN 978-5-94051-366-7**

Учебно-методическое пособие, сборник тестов «Комплекс диагностики деструктивного, аутоагрессивного, экстремистского и антисоциального поведения несовершеннолетних» подготовлен авторским коллективом, состоящим из сотрудников кафедры юридической психологии и права факультета юридической психологии Московского государственного психолого-педагогического университета. Пособие адресовано руководителям и специалистам специальных учебно-воспитательных учреждений открытого и закрытого типов, воспитательных колоний, центров психолого-педагогического и медико-социального сопровождения, иных образовательных учреждений.

Рекомендовано для студентов факультета Юридическая психология ФГБОУ ВО МГППУ, обучающихся по программам бакалавриата и специалитета по направлениям подготовки 37.03.01 «Психология», 37.05.01 «Клиническая психология» по дисциплине «Психодиагностика».

**ББК 88.9**

© О.Д. Гурина, Е.А. Куприянова, Е.Э. Бойкина, Р.В. Чиркина, 2026

© Московский государственный психолого-педагогический университет, 2026

**ISBN 978-5-94051-366-7**

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>ВВЕДЕНИЕ</b> .....	5
<b>ГЛАВА 1. ДИАГНОСТИЧЕСКАЯ МОДЕЛЬ ОЦЕНКИ ДЕСТРУКТИВНОГО, АУТОАГРЕССИВНОГО, ЭКСТРЕМИСТСКОГО И АНТИСОЦИАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ</b> .....	7
<b>ГЛАВА 2 КОМПЛЕКТ ДИАГНОСТИЧЕСКИХ МЕТОДИК (ОСНОВНОЙ)</b> .....	20
2.1 Шкала субъективного остракизма (подростки, молодежь), ШСО-ПМ (модификация Ostracism Experience Scale for Adolescents (OES-A), Gilman R., et al., 2013; модификация и стандартизация Бойкиной Е.Э. и др., 2023) .....	20
2.2 Шкала нарушенных потребностей. Остракизм (подростки, молодежь), ШНПО-ПМ (модификация «Need Threat Scale» (NFS), van Beest I., Williams K.D., 2006; модификация и стандартизация Бойкиной Е.Э. и др., 2024) .....	22
2.3 Методика диагностики диспозиций насильственного экстремизма (Давыдов Д.Г., Хломов К.Д., 2017) .....	25
2.4 Опросник «Стиль саморегуляции поведения, ССПМ 2020» (Моросанова В.И., Кондратюк Н.Г., 2020) .....	28
2.5 Методика «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций, SACS» (Хобфолл С., 1994; адаптация Водопьяновой Н.Е., Старченковой Е.С., 2009) .....	31
2.6 Тест смысложизненных ориентаций, СЖО (Леонтьев Д.А., 2000) .....	36
2.7 Опросник самоотношения (Столин В.В., Пантилеев С.Р., 1988) .....	40
2.8 Методика «Дерево» (Лампен Д.; адаптация Пономаренко Л.П., 1999) .....	48
2.9 Тест жизнестойкости (модификация Осина Е.Н., Рассказовой Е.И., 2013) .....	50
<b>ГЛАВА 3. КОМПЛЕКТ ДИАГНОСТИЧЕСКИХ МЕТОДИК (ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ)</b> .....	54
3.1 Шкала оценки характера и степени выраженности ксенофобских установок по отношению к лицам иной национальности у подростков, ОКУ (Гурина О.Д., 2019) .....	54

3.2 Тест правового и гражданского сознания, ТПГС (Ясюкова Л.А., 2005) .....	56
3.3 Методика для психологической диагностики копинг-механизмов, ПДА К-М (Хайм Э.; адаптация НИПНИ им. В.М. Бехтерева, 2005) .....	62
3.4 Шкала базовых убеждений (Янов-Бульман Р.; адаптация Падуна М.А., Котельниковой А.В., 2007) .....	67
3.5 Методика диагностики степени удовлетворенности основных потребностей (Скворцов В.В., 1986) .....	72
3.6 Индивидуально-типологический опросник, ИТО (Собчик Л.Н., 1995) .....	74
3.7 Модифицированный опросник для идентификации типов акцентуаций характера у подростков, МПДО (Личко А.Е.; модификация Подмазина М.И., 1994) .....	87
3.8 Методика «Ценностные ориентации» (Рокич М.; адаптация Леонтьева Д.А., 1992) .....	109
3.9 Методика изучения ценностей личности (Шварц Ш.; адаптация Карандашева В.Н., 2004) .....	112
3.10 Психодиагностическая методика для многомерной оценки детской тревожности, МОДТ (НИПНИ им. В.М. Бехтерева, 2007) .....	121
3.11 Методика оценки эмоционального интеллекта (Холл. Н., опросник EQ: Ильин Е.П., 2001) .....	133
3.12 Методика «Склонность к девиантному поведению», СДП (Леус Э.В., Соловьев А.Г., 2012) .....	137
3.13 Опросник суицидального риска, ОСР (Шмелев А.Г., 1992; модификация Разуваевой Т.Н., 1993) .....	145
3.14 Дифференциально диагностический опросник, ДДО (Климов Е.А., 1974; модификация Грецова А.Г., Азбель А.А., 2012) .....	148
<b>СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ .....</b>	<b>155</b>

## ВВЕДЕНИЕ

Дети и подростки, помещаемые в учреждения системы профилактики безнадзорности и правонарушений (далее — система профилактики), в том числе в специальные учебно-воспитательные учреждения открытого и закрытого типов, воспитательные колонии (далее — учреждения) длительно пребывают в социально проблемных и юридически значимых ситуациях, воспитываются в условиях семейного неблагополучия, подвергаются влиянию асоциального окружения и потому неизбежно имеют целый комплекс дефицитов развития, признаки девиантного, асоциального, делинквентного и аддиктивного поведения.

Оказавшись в условиях учреждений профилактики, несовершеннолетние нуждаются в том, чтобы вся их среда проживания была поддерживающей и развивающей, в которой все взаимодействия и социальные факторы формируют нормативную социализацию. Проживание в учреждении, задающем жесткие рамки и ограничения, отсутствие или деформация социальных связей с родными и другими значимыми взрослыми, искусственные условия бытового благополучия одновременно с отсутствием возможностей самостоятельного освоения важных бытовых и социальных навыков, также приносят свою лепту в нарушение личностного и социального развития воспитанников.

Пребывание в учреждениях может стать важным периодом для выявления у несовершеннолетних рисков социально психологического и личностного характера, которые после выхода из учреждений могут стать триггерами повторного совершения правонарушений, дезадаптации и развития более выраженных форм асоциального образа жизни, а также крайних форм деструктивного, антисоциального, радикального поведения. В связи с этим перед специалистами системы профилактики встает проблема организации в учреждении такой эффективной профилактической системной работы, которая была бы направлена на преодоление этих триггеров и развитию у подростков навыков социализации, саморегуляции, самостоятельности, ответственности, необходимых для их ресоциализации и дальнейшей социальной интеграции.

В рамках государственного задания № 073-00037-24-01 от 09.02.2024 г. по теме «Доказательное исследование эффективности программ технологий профилактики социальных рисков, применяемых в учреждениях системы профилактики безнадзорности и правона-

рушений несовершеннолетних» и научно-исследовательской работы «Методическое обеспечение и сопровождение реализации и мониторинга эффективности программ профилактики антисоциального поведения несовершеннолетних в образовательных организациях» были апробированы технологии профилактической работы с воспитанниками сузу, в результате была доказана их эффективность. Данные технологии представляют собой элементы модели «Экосистемы детства» и включают в себя следующие направления: восстановительные практики, навыковые технологии на основе техник ориентированной на решение краткосрочной терапии и индивидуальное профессионально-личностное сопровождение — менторинг.

## ГЛАВА 1. ДИАГНОСТИЧЕСКАЯ МОДЕЛЬ ОЦЕНКИ ДЕСТРУКТИВНОГО, АУТОАГРЕССИВНОГО, ЭКСТРЕМИСТСКОГО И АНТИСОЦИАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ

Обобщая приведенные концепции и исследования, обращая внимание на практическую задачу оценки результатов эффектов программ воспитания и психологической профилактики, а также выделения значимых параметров для снижения рисков девиантного поведения, в том числе рецидивов правонарушений, были выделены следующие компоненты для индивидуально-личностной диагностики (на основе работы о структуре жизненной позиции по С.В. Бонкало, 2012): акмеологический (профессиональное самоопределение, осознанность и направленность ближних и дальних целей); когнитивный (целостное представление о мире, знания о нравственных ценностях и приоритетах); аксиологический компонент (жизненные ценности и приоритеты, потребности и мотивы поведения, направленность личности); экзистенциальный (представления о жизни и смерти, осмысленность жизни, представления о смысле своей жизнедеятельности); эмоциональный (отношение к себе как к личности, самооценка своих возможностей, отношение к Другому: ближнему и дальнему окружению, эмоциональная устойчивость); поведенческий (поступки и деятельность в целом, направленность деятельности, саморегуляция поведения) [1].

С учетом содержания указанных компонентов был проведен подбор соответствующих методик для оценки рисков в учреждениях системы профилактики для подростков с деструктивным и антисоциальным поведением, а также для анализа результатов исследования эффектов программ воспитания и психологической профилактики (Рисунок 1).

Стоит отметить, что диагностический пакет включает методики, разработанные в том числе отечественными исследователями в последние 5–7 лет.

**I. Акмеологический компонент** определяет такие параметры как профессиональное самоопределение, осознанность и направленность ближних и дальних целей. Для диагностики акмеологического компонента используется:

1. Опросник «*Стиль саморегуляции поведения — ССПМ-2020*», разработанный В. И. Моросановой (далее ССПМ-2020) [2]. Опросник позволяет оценить общий уровень саморегуляции, который включает:

— стилевые различия в выдвигании и достижении целей деятельности (шкала «планирование целей»);



Рисунок 1 — Структура личности подростка [жизненная позиция] с указанием методик для диагностики соответствующих компонентов (на основе модели Бонкало С.В., 2012)

— развитость представлений о внешних и внутренних значимых условиях достижения целей деятельности (шкала «моделирование значимых условий достижения целей»);

— индивидуальные особенности осознанного построения человеком способов и алгоритма своих действий (шкала «программирование действий»);

— развитость и адекватность оценки испытуемым себя, своих действий и результатов своей деятельности и поведения (шкала «оценивание результатов»);

— уровень сформированности возможностей перестраивать, вносить коррекции в систему саморегуляции в связи с изменением внешних и внутренних условий деятельности (шкала «гибкость»);

— устойчивость осознанной саморегуляции психической активности и практической деятельности человека в сложных ситуациях, психологически напряженных ситуациях (шкала «надежность»);

— упорство и решительность в достижении поставленной цели деятельности (шкала «настойчивость»).

Опросник ССПМ-2020 содержит 28 утверждений, методика прошла валидизацию на выборке испытуемых от 14 лет, время прохождения 5–7 минут.

**II. Когнитивный компонент** включает такие параметры как целостное представление о мире, знания о нравственных ценностях и приоритетах. Наиболее значимым в отношении диагностики когнитивного компонента выступает оценка установок (диспозиций) к деструктивному,

экстремистскому поведению подростков. Для диагностики когнитивного компонента используются две методики:

2. *Методика диагностики диспозиций насильственного экстремизма* (Д. Г. Давыдов, К. Д. Хломов, 2017) [3];

3. *Стратегии преодоления стрессовых ситуаций С. Хобфолла* (англ., SACS) (адаптация Н. Е. Водопьяновой, Е. С. Старченковой, 2009) [4].

2. Методика диагностики диспозиций насильственного экстремизма Д. Г. Давыдова, К. Д. Хломова может использоваться для выявления лиц с повышенной склонностью к экстремистскому поведению; с целью уточнения личностных особенностей предрасположенности к экстремизму; для оценки группового уровня предрасположенности к экстремизму; оценку эффективности работы по профилактике. С помощью методики выявляются следующие диспозиции (установки):

— культ силы (проявлением данной диспозиции являются: восприятие реальности в таких категориях, как «сильный-слабый» и «господство-подчинение», вера в эффективность культа силы как средства решения социальных проблем, допустимость агрессии как способа снятия фрустрации; «ценность насилия» — его связь со статусом, авторитетом, честью);

— допустимость агрессии (диспозиция предполагает не только осуществление насилия, но и личную готовность совершить его);

— интолерантность (диспозиция характеризуется стремлением к однозначности образа мира, неприятием отличий других людей, отрицанием возможности инакомыслия и стремлением навязать окружающим свои взгляды любой ценой);

— конвенциональное принуждение (диспозиция выражается в приоритете ценности восстановления справедливости над другими гуманистическими ценностями, причем осуществление этой цели предполагается путем повышения жесткости требований к себе и другим и введением цензуры);

— социальный пессимизм (диспозиция описывает предрасположенность воспринимать мир как мрачный, непредсказуемый и опасный, верить в пессимистические прогнозы);

— мистичность (в основе этой диспозиции — уход от ответственности и потребность в защите от страха перед реальностью, стремление к объяснению явлений окружающего мира простыми, но эмоционально яркими схемами, потребность в романтизации и потребность в устранении логических противоречий в своем поведении);

— деструктивность и цинизм (диспозиция проявляется в циничном отношении к людям вообще и в очернении различных человеческих проявлений (дружба, брак, секс и т. п.));

— протестная активность (основой подобной диспозиции служат потребности в неадаптивной активности, поисковом поведении, поиске ощущений);

— нормативный нигилизм (диспозиция отражает игнорирование законов и социальных норм поведения, убежденность в том, что ради дела можно переступить через принятые в обществе нормы поведения);

— антиинтрацепция (диспозиция выражается в неприятии субъективных проявлений: интроспекции, фантазии, чувственных переживаний и т. д.);

— конформизм (диспозиция отражает подверженность давлению группы сверстников, слабость внутренних регуляторов поведения, готовность совершить правонарушение «за компанию»).

Методика диагностики диспозиций насильственного экстремизма содержит 66 утверждений, используется для испытуемых с 14 лет, время прохождения 15–20 минут.

### 3. Стратегии преодоления стрессовых ситуаций С. Хобфолла (SACS) (адаптация Н.Е. Водопьяновой, Е.С. Старченковой, 2009)

Методика направлена на диагностику моделей преодолевающего поведения и позволяет выявить следующие стратегии поведения, имеющие просоциальный-асоциальный, активный-пассивный, прямой-непрямой характер. С помощью методики возможно выявить следующие модели преодолевающего поведения:

- асертивные действия (активная стратегия)
- вступление в социальный контакт (просоциальная стратегия)
- поиск социальной поддержки (просоциальная стратегия)
- осторожные действия (пассивная стратегия)
- импульсивные действия (прямая стратегия)
- избегание (пассивная стратегия)
- манипулятивные действия (непрямая стратегия)
- асоциальные действия (асоциальная стратегия)
- агрессивные действия (асоциальная стратегия)

Методика «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций» содержит 54 утверждения, может использоваться для испытуемых подросткового возраста от 14 лет, время прохождения 10–15 минут.

**III. Аксиологический компонент** включает в себя жизненные ценности и приоритеты, потребности и мотивы поведения, направленность личности. Для диагностики данного компонента используется методики:

4. *Шкала нарушенных потребностей. Остракизм (подростки, молодежь), ШНПО-ПМ* (Бойкина Е.Э., Чиркина Р.В., Чумаченко Д.В., Романова Н.М., Киселев К.А., 2024) [5];

5. *Шкала субъективного остракизма (подростки, молодежь), ШСО-ПМ* (Бойкина Е.Э., Чиркина Р.В., Радчиков А.С., Морозикова И.В., Пятых Г.А., Анисимова Е.В., 2023) [6].

Опросники «Шкала нарушенных потребностей» и «Шкала субъективного остракизма» используются при определении рисков субъективной остракизации подростков и представителей молодежи.

«Шкала нарушенных потребностей» и «Шкала субъективного остракизма» используются, как правило, вместе и их необходимо проводить в комплексе.

«Шкала нарушенных потребностей» позволяет оценить следующие потребности: «потребность в принятии», «потребность в самоуважении», «потребность в контроле», «потребность в осмысленном существовании». Согласно исследованиям авторов методики, значительное нарушение кластера потребностей во власти и провокации (потребности в контроле и осмысленном существовании) в большинстве случаев приводит к антисоциальному реагированию на факт субъективной остракизации.

«Шкала субъективного остракизма» позволяет оценить такие параметры как: «игнорирование», «исключение», «отвержение».

Опросник «Шкала нарушенных потребностей» содержит 20 утверждений, используется для диагностики подростков от 14 лет, время прохождения 3 минуты; опросник «Шкала субъективного остракизма» содержит 14 утверждений, используется для диагностики подростков от 14 лет, время прохождения 2 минуты.

**IV. Экзистенциальный компонент** включает такие параметры, как представления о жизни и смерти, осмысленность жизни, представления о смысле своей жизнедеятельности. Для оценки осмысленности жизни используется:

6. *Тест смысловых жизненных ориентаций (СЖО)*, Д.А. Леонтьев, 1992 [7].

Указанный тест позволяет оценить общий уровень осмысленности жизни, который включает следующие параметры:

— степень представленности в жизни испытуемого целей в будущем (наличие/отсутствие), которые придают жизни человека осмысленность, направленность и временную перспективу (шкала «цели в жизни»);

— восприятие испытуемым процесса своей жизни (шкала «процесс жизни, или интерес и эмоциональная насыщенность жизни»);

— субъективная оценка испытуемым продуктивности осмысленности прожитой части его жизни (шкала «результативность жизни, или удовлетворенность самореализацией»);

— представление испытуемого о силе своей личности и об уверенности в своих способностях (шкала «локус контроля-Я»);

— степень уверенности испытуемого в собственных способностях контролировать свою жизнь (шкала «локус контроля-жизнь, или управляемость жизни»).

Первые три шкалы («цели», «процесс», «результат») представляют собой собственно смысложизненные ориентации в трех временных координатах — будущем, настоящем и прошлом. Две другие шкалы («локус контроля-Я» и «локус контроля-Жизнь») характеризуют два разных аспекта внутреннего локуса контроля.

Методика содержит 20 утверждений, может использоваться с 14 лет, время прохождения 5 минут.

**V. Эмоциональный компонент** включает: отношение к себе как к личности, самооценка своих возможностей, отношение к Другому: ближнему и дальнему окружению, эмоциональная устойчивость. Для диагностики используются следующие методики:

7. Методика «Дерево» Д. Лампена (в модификации Л.П. Пономаренко, 1999) [8].

8. Опросник самоотношения С.Р. Пантилеева, В.В. Столина, 1988 [9].

*Тест «Дерево» Д. Лампена (в модификации Л. П. Пономаренко, 1999)*

Проективная методика «Дерево» может использоваться для оценки успешности адаптации ребенка. Методика позволяет достаточно быстро определить особенности протекания адаптационного процесса, выявить возможные проблемы ребенка.

Интерпретация результатов выполнения проективной методики «Дерево» проводится исходя из того, какие позиции выбирает данный испытуемый, с положением какого человечка отождествляет свое реальное и идеальное положение, есть ли между ними различия. Для удобства обработки используется бланк с подписанными номерами на каждой из фигурок человечков. Позиции:

Выбор позиции № 1, 3, 6, 7 — характеризует установку на преодоление препятствий

№ 2, 19, 18, 11, 12 — общительность, дружескую поддержку

№ 4 — устойчивость положения (желание добиваться успехов, не преодолевая трудности)

№ 5 — утомляемость, общая слабость, небольшой запас сил, застенчивость

№ 9 — мотивация на развлечения

№ 13, 21 — отстраненность, замкнутость, тревожность

№ 8 — характеризует отстраненность от учебного процесса, уход в себя

№ 10, 15 — комфортное состояние, нормальная адаптация

№ 14 — кризисное состояние, «падение в пропасть».

Позицию № 20 часто выбирают как перспективу учащиеся с завышенной самооценкой и установкой на лидерство.

Методика проводится с использованием соответствующего бланка, в основе лежит механизм идентификации, время прохождения 2 минуты.

Опросник самоотношения С.Р. Пантилеева, В.В. Столина используется для диагностики самоотношения подростка и содержит следующие параметры диагностики: глобальное самоотношение; самоотношение, дифференцированное по самоуважению, аутосимпатии, самоинтересу и ожиданиям отношения к себе; уровень конкретных действий (готовности к ним) в отношении к своему «Я».

Методика включает следующие шкалы:

- Шкала S — глобальное самоотношение; измеряет интегральное чувство «за» или «против» собственного «Я» испытуемого.

- Шкала I — самоуважение

- Шкала II — аутосимпатия.

- Шкала III — ожидаемое отношение от других.

- Шкала IV — самоинтерес.

Также выделены семь шкал, направленных на измерение выраженности установки на те или иные внутренние действия в адрес «Я» респондента.

- Шкала 1 — самоуверенность;

- Шкала 2 — отношение других;

- Шкала 3 — самопринятие;

- Шкала 4 — саморуководство, самопоследовательность;

- Шкала 5 — самообвинение;

- Шкала 6 — самоинтерес;

- Шкала 7 — самопонимание.

Методика содержит 57 утверждений, может использоваться с 14 лет, время прохождения 5–10 минут.

**VI. Поведенческий компонент** включает в себя поступки и деятельность в целом, направленность деятельности, саморегуляцию поведения. Для оценки поведенческого компонента используется:

9. *Тест жизнестойкости (краткая версия) Е.Н. Осина, Е.И. Расказовой, 2013 [10].*

Тест жизнестойкости включает в себя следующие шкалы:

— вовлеченность определяется как «убежденность в том, что вовлеченность в происходящее дает максимальный шанс найти нечто стоящее и интересное для личности». Человек с развитым компонентом вовлеченности получает удовольствие от собственной деятельности. В противоположность этому, отсутствие подобной убежденности порождает чувство отвергнутости, ощущение себя «вне» жизни;

— контроль представляет собой убежденность в том, что борьба позволяет повлиять на результат происходящего, пусть даже это влияние не абсолютно и успех не гарантирован. Противоположность этому — ощущение собственной беспомощности.

— принятие риска — убежденность человека в том, что все то, что с ним случается, способствует его развитию за счет знаний, извлекаемых из опыта, — неважно, позитивного или негативного. Человек, рассматривающий жизнь как способ приобретения опыта, готов действовать в отсутствие надежных гарантий успеха, на свой страх и риск, считая стремление к простому комфорту и безопасности обедняющим жизнь личности. В основе принятия риска лежит идея развития через активное усвоение знаний из опыта и последующее их использование.

Методика содержит 24 утверждения, может использоваться с 14 лет, время прохождения 5 минут.

### **Ограничения**

Представленная выше структура психодиагностического исследования, основанная на концепции жизненной позиции несовершеннолетнего и базирующаяся на анализе различных компонентов (аксиологическом, когнитивном, поведенческом, акмеологическом, эмоциональном и экзистенциальном) является базисной и не претендует на исчерпывающий охват всех аспектов исследуемых компонентов модели. Стоит отметить, что исследование имеет ряд ограничений, прежде всего по времени, которое испытуемый потенциально может затратить для участия в данном исследовании (не более 90 минут).

В случае потребности в проведении расширенного исследования в рамках означенной выше комплексной модели жизненной позиции авторы данного исследования предлагают ряд психодиагностических ме-

тодик, которые позволят исследовать все компоненты модели в полном спектре их описания и еще на более глубоком уровне. Данная возможность является опционной. Дополнительные методики представлены в столбце «дополнительно» в таблице 1.

Таблица 1 — Психодиагностический инструментарий, применяемый в рамках модели жизненной позиции несовершеннолетних с делинквентным поведением (расширенная версия)

Компонент модели	Диверсификация структурных компонентов модели	Наименование диагностического инструментария	Цель диагностики	Время прохождения	Дополнительный психодиагностический инструментарий*
Акселогический	Профессиональное самоопределение, осознанность и направленность близких и дальних целей	Опросник «Стиль саморегуляции поведения — ССПМ-2020», (Моросанова В.И., 2020)	Диагностика общего уровня саморегуляции	5–7 минут	Дифференциально-диагностический опросник, ДДО (Климов Е.А., 1974; модификация Грецова А.Г., Азбель А.А., 2012)
Когнитивный	Нравственные ценности и приоритеты.	Методика диагностики диспозиций насильственного экстремизма (Давыдов Д.Г., Хломов К.Д., 2017)	Диагностика предрасположенности к экстремистскому поведению	15–20 минут	Шкала оценки характера и степени выраженности ксенофобских установок по отношению к лицам иной национальности у подростков, ОКУ (Гурина О.Д., 2019); Тест гражданского и правового сознания, ТПС (Ясюкова Л.А., 2005)
	Анализ и переработка стратегий жизненного опыта	Методика «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций, SACS»	Диагностика моделей преодолевающего поведения	10–15 минут	Методика для психологической диагностики копинг-механизмов, ПДА К-М (Хайм Э.; адаптация НИПНИ им. В.М. Бехтерева, 2005)

Продолжение Таблицы 1

Компонент модели	Диверсификация структурных компонентов модели	Наименование диагностического инструментария	Цель диагностики	Время прохождения	Дополнительный психодиагностический инструментарий*
		(Хобфолл С., 1994; адаптация Водопьяновой Н.Е., Старченко-вой Е.С., 2009)			
	Целостное представление о мире	-	-	-	Шкала базовых убеждений (Янов-Бульман Р.; адаптация Падуна М.А., Котельниковой А.В., 2007)
Аксиологический	Потребности и мотивы поведения	Шкала нарушенных потребностей. Остракизм (подростки, молодежь), ШНПО-ПМ (van Beest I., Williams K.D., 2006; модификация и стандартизация Бойкиной Е.Э. и др., 2024)	Диагностика рисков субъективной остракизации подростков	3 минуты	Методика диагностики степени удовлетворенности основных потребностей (Скворцов В.В., 1986)
		Шкала субъективного остракизма (подростки, молодежь), ШСО-ПМ (Gilman R., et al., 2013; модификация и стандартизация Бойкиной Е.Э. и др., 2023)	Диагностика рисков субъективной остракизации подростков	2 минуты	

Продолжение Таблицы 1

Компонент модели	Диверсификация структурных компонентов модели	Наименование диагностического инструментария	Цель диагностики	Время прохождения	Дополнительный психодиагностический инструментарий*
	Направленность личности	нет	нет	нет	Индивидуально-типологический детский опросник (ИТДО) (Собчик Л.Н.); Индивидуально-типологический опросник (ИТО) (Собчик Л.Н.); Модифицированный опросник для идентификации типов акцентуаций характера у подростков, МПДО (Личко А.Е.; модификация Подмазина М.И., 1994)
	Жизненные ценности и приоритеты	нет	нет	нет	Методика «Ценностные ориентации» (Рокич М.; адаптация Леонтьева Д.А., 1992); Методика изучения ценностей личности (Шварц Ш.; адаптация Карандашова В.Н., 2004)
Экзистенциальный	Представления об осмысленности жизни, о смысле своей жизнедеятельности, суицидальные риски	Тест смысло-жизненных ориентаций, СЖО (Леонтьев Д.А., 2000)	Диагностика осмысленности жизни	5 минут	Опросник суицидального риска, ОСР (Шмелев А.Г., 1992; модификация: Разуваевой Т.Н., 1993)

Продолжение Таблицы 1

Компонент модели	Диверсификация структурных компонентов модели	Наименование диагностического инструментария	Цель диагностики	Время прохождения	Дополнительный психодиагностический инструментарий*
Эмоциональный	Система отношений к самому себе, к другим людям. Отношение к себе как к личности, самооценка своих возможностей, отношение к Другому, эмоциональная устойчивость	Методика «Дерево» (Лампен Д.; адаптация Пономаренко Л.П., 1999)	Диагностика успешности адаптационного процесса	2 минуты	Методика оценки эмоционального интеллекта (Холл. Н., опросник EQ: Ильин Е.П., 2001); Психодиагностическая методика для многомерной оценки детской тревожности, МОДТ (НИПНИ им. В.М. Бехтерева, 2007)
		Опросник самоотношения (Столин В.В., Пантилеев С.Р., 1988)	Диагностика самоотношения	5–10 минут	
Поведенческий	Поведенческие реакции в социальных ситуациях взаимодействия, поступки и деятельность в целом, направленность деятельности, саморегуляция поведения	Тест жизнестойкости (модификация Осина Е.Н., Расказовой Е.И., 2013)	Диагностика жизнестойкости	5–10 минут	Методика «Склонность к девиантному поведению», СДП (Леус Э.В., Соловьев А.Г., 2012)

\* Примечание: дополнительный психодиагностический инструментарий в рамках модели жизненной позиции личности несовершеннолетнего может быть использован вариативно: для более широкого исследования в рамках модели, для исследования таргетированных аспектов личности (не вошедших в основной блок методик) и др.

Данный диагностический пакет рекомендуется для применения в специальных учебно-воспитательных учреждениях (далее — СУВУ) в полном объеме как для однократной фиксации группового портрета и выделения групп риска, так и последующих измерений групповой и индивидуальной динамики показателей рисков у воспитанников.

Повторные и последующие срезы могут быть индикаторами эффективности применяемых индивидуальных и групповых методов и программ профилактики при наличии статистического анализа значимости изменений и учета тех переменных, которые происходят в промежутках между измерениями.

Для мониторинга эффективности целенаправленных интервенций и воздействий могут быть использованы не все методики из данного пакета, а только те, по которым определялись маркеры неблагополучия.

## ГЛАВА 2. КОМПЛЕКТ ДИАГНОСТИЧЕСКИХ МЕТОДИК (ОСНОВНОЙ)

### 2.1 Шкала субъективного остракизма (подростки, молодежь), ШСО-ПМ (модификация Ostracism Experience Scale for Adolescents (OES-A), Gilman R., et al., 2013; модификация и стандартизация Бойкиной Е.Э. и др., 2023)

**Инструкция.** Перед тобой 14 утверждений. Они касаются того, как обычно ты общаешься со своим окружением: родными, друзьями, учителями и другими людьми. Постарайся описать свои ощущения. Не спеши, можешь вспомнить какие-нибудь ситуации из жизни. Все ответы конфиденциальны. Спасибо.

#### Бланк ответов

№	Утверждение	Никогда	Редко	Иногда	Часто	Всегда
<i>В основном, другие...</i>						
1	...относятся ко мне как к невидимке					
2	...смотрят сквозь меня, будто я не существую					
3	...отвергают мои предложения					
4	...игнорируют меня во время разговора					
5	...приглашают меня на выходные					
6	...отказывают мне, когда я что-либо спрашиваю					
7	... игнорируют меня					
8.	...проводят время со мной у меня дома					
9.	...приглашают меня стать членом их клуба, организации, группы					
10.	...игнорируют мои приветствия при встрече					
11.	...не стесняются писать мне в соцсети, что не пойдут со мной на встречу					
12.	...всячески стараются привлечь моё внимание					

№	Утверждение					
		Никогда	Редко	Иногда	Часто	Всегда
13.	...приглашают меня присоединиться к ним в хобби, провести вместе выходные или сходить куда-нибудь					
14.	...часто противоречат мне в большой компании					

### Ключ

Игнорирование: 1, 2, 4, 7, 10.

Исключение: 5\*, 8\*, 9\*, 12\*, 13\*.

Отвержение: 3\*, 6, 11, 14.

Прямые утверждения: 1, 2, 4, 6, 7, 10, 11, 14 (никогда — 1 балл, редко — 2 балла, иногда — 3 балла, часто — 4, всегда — 5 баллов).

Обратные утверждения (отмечены звездочкой «\*»): 3, 5, 8, 9, 12, 13 (оцениваются в обратном порядке: никогда — 5 баллов, редко — 4 балла, иногда — 3 балла, часто — 2 балла, всегда — 1 балл).

По каждой субшкале вычисляются средние значения по всем вопросам, входящим в субшкалу.

### Интерпретация

Чем выше средний показатель оценки результатов по отдельно взятой субшкале (см. нормы), тем выше уровень субъективизации игнорирования, исключения или отвержения. Иными словами, чем выше данный показатель, тем сильнее подросток/представитель молодежи субъективно ощущает себя игнорируемым, исключенным или отвергаемым.

### Нормы для опросника ШСО-ПМ

Субшкала	Уровни выраженности подконструктов социального ostrакизма		
	Низкий	Средний (норма)	Высокий
Игнорирование	От 1 до 1,3	От 1,4 до 2	От 2,1 до 5
Исключение	От 1 до 2,3	От 2,4 до 3,4	От 3,5 до 5
Отвержение	От 1 до 1,6	От 1,7 до 2,5	От 2,6 до 5

**Источник:** Бойкина Е.Э., Чиркина Р.В., Радчиков А.С., Морозикова И.В., Пятых Г.А., Анисимова Е.В. Шкала субъективного ostrакизма (подростки, молодежь), ШСО-ПМ [Электронный ресурс] // Психология и право. — 2023. — Т. 13. № 4. — С. 132–149. — DOI: 10.17759/psyLaw.2023130410 (дата обращения: 22.11.2025). [4]

## 2.2 Шкала нарушенных потребностей. Остракизм (подростки, молодежь), ШНПО-ПМ (модификация «Need Threat Scale» (NFS), van Beest I., Williams K.D., 2006; модификация и стандартизация Бойкиной Е.Э. и др., 2024)

### Инструкция

Сосредоточься, пожалуйста, на том, как обычно проходит твое общение с людьми. Отметь ту оценку утверждения, которую считаешь для себя наиболее подходящей: от «не согласен(на)» до «полностью согласен(на)». Опрос — конфиденциальный. Спасибо!

### Бланк ответов

№	Утверждение	Оценка				
		не согласен(-на)	редко	иногда	часто	полностью согласен(-на)
1	Я чувствую себя единым целым с другими людьми.	не согласен(-на)	редко	иногда	часто	полностью согласен(-на)
2	Полагаю, что не вношу значимый вклад во что-либо.	не согласен(-на)	редко	иногда	часто	полностью согласен(-на)
3	У меня есть уверенность, что я влияю на ход событий в моей жизни.	не согласен(-на)	редко	иногда	часто	полностью согласен(-на)
4	Среди своего окружения я ощущаю себя лишним.	не согласен(-на)	редко	иногда	часто	полностью согласен(-на)
5	Люди прислушиваются к моему мнению.	не согласен(-на)	редко	иногда	часто	полностью согласен(-на)
6	В любой ситуации я чувствую поддержку хоть одного человека.	не согласен(-на)	редко	иногда	часто	полностью согласен(-на)
7	Я ощущаю себя изгоем.	не согласен(-на)	редко	иногда	часто	полностью согласен(-на)
8	Я совершенно точно управляю всем в своей жизни.	не согласен(-на)	редко	иногда	часто	полностью согласен(-на)
9	Мне кажется, большинство из моего окружения невысокого обо мне мнения.	не согласен(-на)	редко	иногда	часто	полностью согласен(-на)

№	Утверждение	Оценка				
		не согласен(-на)	редко	иногда	часто	полностью согласен(-на)
10	Порой, кажется, что всё зависит от чьей-то чужой воли.					
11	Общаясь с людьми, я чувствую себя неуверенно.					
12	Такое ощущение, что общение с людьми — не моя сильная сторона.					
13	Думаю, что общество, в котором я живу, принимает меня.					
14	Я контролирую свою жизнь.					
15	Я переживаю, что люди плохо думают обо мне.					
16	Мне кажется, что моё участие в жизни окружающих очень важно.					
17	Порой я ощущаю себя невидимкой.					
18	Временами мне кажется, что от меня людям нет никакого толка.					
19	Думаю, мое участие в чем-либо всегда полезно.					
20	Такое ощущение, что у меня впереди еще много разных возможностей.					

### Ключ

Потребность в принятии: 1, 4\*, 6, 7\*, 13.

Потребность в самоуважении: 5, 9\*, 11\*, 12\*, 15\*.

Потребность в контроле: 3, 8, 10\*, 14, 20.

Потребность в осмысленном существовании: 2\*, 16, 17\*, 18\*, 19.

Прямые утверждения: 1, 3, 5, 6, 8, 13,14, 16, 19, 20. Не согласен(-на) — 5 баллов, редко — 4 балла, иногда — 3 балла, часто — 2 балла, полно стью согласен(-на)— 1 балл).

Обратные утверждения (отмечены звездочкой «\*»): 2\*, 4\*, 7\*, 9\*, 10\*, 11\*, 12\*, 15\*, 17\*, 18\*. Оцениваются в обратном порядке: не согласен(-на) — 1 балл, редко — 2 балла, иногда — 3 балла, часто — 4 балла, полностью согласен(-на)— 5 баллов).

По каждой субшкале вычисляются средние значения по всем 5 утверждениям, входящим в субшкалу, а далее эти значения сопоставляют с нормами опросника.

### **Интерпретация**

Чем выше средний показатель оценки результатов по отдельно взятой субшкале (см. нормы), тем более фрустрирована данная потребность. Иными словами, чем выше данный показатель, тем сильнее у подростка/представителя молодежи нарушена та или иная потребность.

### **Нормы для опросника ШНПО-ПМ (Подростки)**

Субшкала	Уровни выраженности подконструктов социального ostrакизма		
	Низкий	Средний (норма)	Высокий
Принадлежность	От 1 до 1,4	От 1,5 до 2,4	От 2,5 до 5
Самоуважение	От 1 до 1,6	От 1,7 до 2,8	От 2,9 до 5
Контроль	От 1 до 1,2	От 1,3 до 2,4	От 2,5 до 5
Осмысленное существование	От 1 до 1,4	От 1,5 до 2,6	От 2,7 до 5

### **Нормы для опросника ШНПО-ПМ (Молодежь)**

Субшкала	Уровни выраженности подконструктов социального ostrакизма		
	Низкий	Средний (норма)	Высокий
Принадлежность	От 1 до 1,6	От 1,7 до 3	От 3,1 до 5
Самоуважение	От 1 до 1,8	От 1,9 до 3,2	От 3,3 до 5
Контроль	От 1 до 1,6	От 1,7 до 2,8	От 2,9 до 5
Осмысленное существование	От 1 до 1,8	От 1,9 до 3,2	От 3,3 до 5

**Источник:** Бойкина Е.Э., Чиркина Р.В., Чумаченко Д.В., Романова Н.М., Киселев К.А. Шкала нарушенных потребностей. Остракизм (подростки, молодежь), ШНПО-ПМ [Электронный ресурс] // Психо-

логия и право. — 2024. — Т. 14. № 1. — С. 53–71. — DOI: 10.17759/psylaw.2024140104 (дата обращения: 22.11.2025). [5]

### **2.3 Методика диагностики диспозиций насильственного экстремизма (Давыдов Д.Г., Хломов К.Д., 2017)**

Стимульный материал методики включает в себя 66 вопросов-утверждений, на которые предусмотрены ответы по 5-балльной шкале Лайкерта (от «категорически не согласен» до «полностью согласен»).

Время выполнения заданий опросника составляет 15–20 мин.

#### **Стимульный материал:**

1. Все люди делятся на сильных и слабых.
2. Добро должно быть с кулаками, уметь защитить себя.
3. Исконный образ жизни моего народа можно защитить только силой.
4. Люди не будут хорошо трудиться, если их не заставлять.
5. При общении с приезжими надо показывать, кто в доме хозяин.
6. Почти все разногласия можно решить с помощью переговоров (—).
7. Если меня кто-то оскорбит, я могу действовать очень жестко.
8. Часто попадают люди, которые раздражают меня одним своим присутствием.
9. Иногда невозможно удержаться от драки.
10. Надписи на стенах — приемлемый способ выразить свое недовольство, если нет других путей.
11. Не стоит церемониться с людьми, которые тебе не нравятся.
12. Человека можно понять, если его разозлили, а он ударил в ответ или сломал какую-либо вещь.
13. К некоторым нациям и народам трудно хорошо относиться.
14. Каждый человек либо хороший, либо плохой.
15. Мой принцип: «Никогда не доверять «чужакам».
16. Нормально считать, что твой народ лучше, чем все остальные.
17. Я могу представить человека другой расы своим близким другом (—).
18. Я хочу, чтобы среди моих друзей были люди разных национальностей (—).
19. Мне всегда важно, чтобы обидчик был наказан, а жертва отомщена.
20. Многие социальные проблемы будут решены, если мы избавимся от аморальных и малодушных людей.
21. Прежде всего, нашему обществу нужна дисциплина и решительность в борьбе за наши исконные ценности.

22. Оскорбление чести и достоинства всегда нужно карать.
23. В нашем обществе добиться справедливости важнее, чем проявлять жалость к отдельным людям.
24. Некоторые преступления заслуживают более тяжкого наказания, чем тюрьма: иногда преступников следует публично казнить.
25. Вполне возможно, что эта серия войн и конфликтов раз и навсегда будет остановлена землетрясением, наводнением или иной катастрофой, которая уничтожит мир.
26. В нашем обществе нет смысла быть честным и заботиться о среде обитания — все равно другие продолжают обманывать и все портить.
27. Сегодня везде царит неуверенность, мы должны быть готовы к кризисам, жестким конфликтам и переворотам.
28. Наше общество стоит на пороге гибели.
29. Нет смысла в напряженной учебе или работе — все равно все достается тем, кого устроят родители.
30. Я отлично знаю, что в этом обществе от меня ничего не зависит.
31. Есть знаки, в которых скрыто особое знание.
32. Каждый должен верить в свое предназначение, идти дорогой, которая предначертана судьбой.
33. Люди не осознают, что наша жизнь управляется заговорами и тайными организациями.
34. Наука не всегда полезна, поскольку существует много такого, что человеческий разум не в силах понять.
35. От символов, которые используют люди, часто зависит их судьба.
36. Тот, кто понимает тайное значение древних символов, может влиять на других людей.
37. Безопаснее всего предполагать, что в каждом человеке есть злые черты, которые вылезут на поверхность при возможности.
38. Все продается и все покупается, вопрос только в цене.
39. Мне не нравятся большинство окружающих меня людей и вообще мир вокруг.
40. Человек человеку волк, и все заботятся лишь о себе.
41. Чем больше возможностей, тем вероятнее, что человек ступит на плохой путь.
42. Со всеми людьми можно найти общий язык (—).
43. В наше время требуется больше увлеченных романтиков и энтузиастов.
44. Люди, у которых нет планов преобразовать наше общество, кажутся мне странными.
45. Известности и признания заслуживают только смелые люди, действующие наперекор пассивному большинству.

46. Худший недостаток — быть занудным человеком, который всегда действует по инструкции.

47. Человека, который много сделал для человечества, можно простить за жесткие поступки и неуживчивый характер.

48. Я считаю, что люди должны быть способны отдать жизнь за свои идеи.

49. Нам нужны не программы и законы, а несколько храбрых, неутомимых и преданных лидеров, в которых люди могут верить.

50. Правы люди, которые всегда следуют пословице: «Если нельзя, но очень хочется, то можно».

51. Среди тех, кто сидит в тюрьме, многие — настоящие герои.

52. Только слабые и трусливые люди стремятся выполнять все правила и законы.

53. Законы у нас принимают для того, чтобы в стране был порядок (—).

54. Работа полицейских всегда заслуживает уважения (—).

55. Бизнесмен или хороший менеджер сейчас важнее для общества, чем художник или профессор.

56. Нашему народу нужно меньше рассуждать и больше заниматься конкретными делами.

57. Никому не интересны переживания разных интеллигентов.

58. Обсуждение разных взглядов только запутывает людей — решение многих социальных проблем лежит на поверхности.

59. Слишком часто люди выносят свою личную жизнь наружу.

60. Рассказы, повествующие о мыслях и чувствах, читать интереснее, чем те, где описываются поступки или приключения (—).

61. Если точку зрения разделяет большинство моих друзей, значит, она верная.

62. Обычно я делаю то, о чем меня просят друзья, даже если это не нравится другим.

63. Я всегда поддержу своих друзей, даже если общество против них.

64. Я часто развлекаюсь в компании с друзьями, хотя мне не совсем по душе некоторые наши проделки.

65. Драться за честь своей команды — почетнее, чем быть успешным индивидуалистом.

66. Надо пройти через опасности и испытания, чтобы тебя приняли в команду настоящих друзей.

### **Ключ**

«категорически не согласен» — 5 баллов

«не согласен» — 4 балла

«затрудняюсь ответить» — 3 балла

«согласен» — 2 балла

«полностью согласен» — 1 балл

Знаком (—) отмечены «обратные» вопросы, соответствующие противоположному полюсу шкалы. Утверждения, помеченные знаком (—) подсчитываются в обратном порядке (от 1 до 5).

### **Шкалы методики:**

Культ силы: 1,2,3,4,5,6.

Допустимость агрессии: 7,8,9,10,11,12.

Интолерантность: 13,14,15,16,17,18.

Конвенциональное принуждение: 19,20,21,22,23,24.

Социальный пессимизм: 25,26,27,28,29,30.

Мистичность: 31,32,33,34,35,36.

Деструктивность и цинизм: 37,38,39,40,41,42.

Преступная активность: 43,44,45,46,47,48.

Нормативный нигилизм: 49,50,51,52,53,54.

Антиинтрацепция: 55,56,57,58,59,60.

Конформизм: 61,62,63,64,65,66.

### **Интерпретация**

После сбора бланков психолог соотносит индивидуальные результаты с ключом, представленным в таблице, где даны показатели по каждой шкале, являющиеся верхней границей нормативного разброса. То есть превышение значения показателя по 3 и более шкалам (указанного в таблице ниже) служит основанием для отнесения респондента в группу риска.

Шкала	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Показатель	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23

## **2.4 Опросник «Стиль саморегуляции поведения, ССПМ 2020» (Моросанова В.И., Кондратюк Н.Г., 2020)**

Стимульный материал методики включает в себя 28 вопросов-утверждений, на которые предусмотрены ответы по 5-балльной шкале Лайкерта (от «неверно» до «верно»). Время выполнения заданий опросника составляет 5–7 мин.

### **Инструкция**

Предлагаем вам ряд высказываний об индивидуальных особенностях поведения человека. Последовательно прочитав каждое высказывание, определите, характерно ли оно для вас, и выберите один из пяти воз-

можных вариантов ответов. Помните, что не может быть хороших или плохих ответов, так как это не оценка, а лишь выявление индивидуальных особенностей.

### **Текст методики**

1. Не строю планы на будущее, так как обстоятельства могут их изменить
2. Для успеха дела мне необходима программа действий
3. В конце дня подвожу итоги того, что было сделано
4. Не всегда вовремя замечаю изменения обстоятельств и из-за этого терплю неудачи
5. Люблю перемены в жизни, смену обстановки и образа жизни
6. Как правило, мне трудно работать, когда я расстроен
7. Всегда добиваюсь удовлетворяющего меня результата
8. Цели на будущее детально планирую
9. Накануне Нового года оцениваю, что удалось сделать в уходящем году
10. Я всегда замечаю изменение ситуации и использую это в своих интересах
11. Начиная работу, не считаю необходимым заранее продумать свои действия и их последовательность
12. Без труда переключаюсь на новое дело
13. После ссоры с близким человеком не могу следовать намеченному на день плану
14. Проявляю упорство в решении сложной задачи
15. Не задумываюсь много о жизненных целях, скорее «плыву по течению»
16. Принимаясь за выполнение сложного дела, делю его на этапы
17. Не оцениваю промежуточные итоги работы, считая это обязательным
18. Мне трудно вовремя учесть изменение обстоятельств
19. Переход на новую систему работы не причиняет мне особых неудобств
20. Результат моей работы часто зависит от моего настроения
21. Не отступаю от начатого дела в любых условиях
22. Заранее планирую свою жизнь
23. Мне не свойственно подводить итоги того, что было сделано за день
24. Не всегда удается определить главные условия достижения задуманного
25. Легко адаптируюсь в новых ситуациях
26. Для выполнения дела мне нужно определить последовательность своих действий

27. Допускаю много ошибок, когда волнуюсь

28. Настойчиво стремлюсь добиться нужного результата

### Ключ

«неверно» — 1 балл

«пожалуй, неверно» — 2 балла

«затрудняюсь ответить» — 3 балла

«пожалуй, верно» — 4 балла

«верно» — 5 баллов

Интегральная шкала	Шкалы	Утверждения
Общий уровень саморегуляции	<i>Планирование целей</i>	1R, 8, 15R, 22
	<i>Моделирование значимых условий достижения целей</i>	4R, 10, 18R, 24R
	<i>Программирование действий</i>	2, 11R, 16, 26
	<i>Оценивание результатов</i>	3, 9, 17R, 23R
	<i>Гибкость</i>	5, 12, 19, 25
	<i>Надежность</i>	6R, 13R, 20R, 27R
	<i>Настойчивость</i>	7, 14, 21, 28

R – реверсивный пункт.

### Интерпретация

*Шкала планирование целей* характеризует стилевые различия в движении и достижении целей деятельности.

*Шкала моделирование значимых условий достижения целей* оценивает развитость представлений о внешних и внутренних значимых условиях достижения целей деятельности.

*Шкала программирование действий* направлена на исследование индивидуальных особенностей осознанного построения человеком способов и алгоритма своих действий.

*Шкала оценивание результатов* диагностирует развитость и адекватность оценки испытуемым себя, своих действий и результатов своей деятельности и поведения.

*Шкала гибкость* измеряет уровень сформированности возможностей перестраивать, вносить коррективы в систему саморегуляции в связи с изменением внешних и внутренних условий деятельности.

*Шкала надежность* отражает устойчивость осознанной саморегуляции психической активности и практической деятельности человека в сложных, психологически напряженных ситуациях.

*Шкала настойчивость* позволяет диагностировать упорство и решительность в достижении поставленной цели деятельности.

Единая шкала *общий уровень саморегуляции* показывает сформированность системы ОСР поведения человека.

**Источник:** Моросанова В.И., Кондратюк Н.Г., Опросник В.И. Моросановой «Стиль саморегуляции поведения — ССПМ-2020» [Электронный ресурс] // Вопросы психологии. — 2020. — Т. 66. № 4. — С. 155–167. (дата обращения: 22.11.2025). [2]

## **2.5 Методика «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций, SACS» (Хобфолл С., 1994; адаптация Водопьяновой Н.Е., Старченковой Е.С., 2009)**

Стимульный материал методики включает в себя 54 вопроса-утверждения, на которые предусмотрены ответы по 5-балльной шкале Лайкерта (от «нет, это совсем не так» до «да, совершенно верно»). Время выполнения заданий опросника составляет 7–12 мин.

### **Инструкция**

Вам предлагаются 54 утверждения относительно поведения в напряженных (стрессовых) ситуациях.

Оцените, пожалуйста, как вы обычно поступаете в данных случаях.

### **Текст методики**

1. В любых сложных ситуациях вы не сдаетесь.
2. Объединяетесь с другими людьми, чтобы вместе разрешить ситуацию.
3. Советуетесь с друзьями или близкими о том, что бы они сделали, оказавшись в вашем положении.
4. Вы всегда очень тщательно взвешиваете возможные варианты решений (лучше быть осторожным, чем подвергать себя риску).
5. Вы полагаетесь на свою интуицию.
6. Как правило, вы откладываете решение возникшей проблемы в надежде, что она разрешится сама.
7. Стараетесь держать все под контролем, хотя и не показываете этого другим.
8. Вы полагаете, что иногда необходимо действовать столь быстро и решительно, чтобы застать других врасплох.
9. Решая неприятные проблемы, выходите из себя и можете наломать немало дров.
10. Когда кто-либо из близких поступает с вами несправедливо, вы пытаетесь вести себя так, чтобы они не почувствовали, что вы расстроены или обижены.
11. Стараетесь помочь другим при решении ваших общих проблем.

12. Не стесняетесь при необходимости обращаться к другим людям за помощью или поддержкой.

13. Без необходимости не выкладываетесь полностью, предпочитая экономить свои силы.

14. Вы часто удивляетесь, что наиболее правильным является то решение, которое первым пришло в голову.

15. Иногда предпочитаете заняться чем угодно, лишь бы забыть о неприятном деле, которое нужно делать.

16. Для достижения своих целей вам часто приходится подыгрывать другим или подстраиваться под других людей (несколько кривить душой).

17. В определенных ситуациях вы ставите свои личные интересы превыше всего, даже если это пойдет во вред другим.

18. Как правило, препятствия для решения ваших проблем или достижения желаемого сильно выводят вас из себя, можно сказать, что они просто бесят вас.

19. Вы считаете, что в сложных ситуациях лучше действовать самому, чем ждать, когда ее будут решать другие.

20. Находясь в трудной ситуации, вы раздумываете о том, как бы поступили в этом случае другие люди.

21. В трудные минуты для вас очень важна эмоциональная поддержка близких людей.

22. Считаете, что во всех случаях лучше семь раз отмерить, прежде чем отрезать.

23. Вы часто проигрываете из-за того, что не полагаетесь на свои предчувствия.

24. Вы не тратите свою энергию на разрешение того, что, возможно, само по себе рассеется.

25. Позволяете другим людям думать, что они могут повлиять на вас, но на самом деле вы — крепкий орешек и никому не позволяете манипулировать собой.

26. Считаете, что полезно демонстрировать свою власть и превосходство для укрепления собственного авторитета.

27. Вас можно назвать вспыльчивым человеком.

28. Вам бывает достаточно трудно ответить отказом на чьи-либо требования или просьбы.

29. Вы полагаете, что в критических ситуациях лучше действовать сообща с другими.

30. Вы считаете, что на душе может стать легче, если поделиться с другими своими переживаниями.

31. Ничего не принимаете на веру, так как полагаете, что в любой ситуации могут быть «подводные камни».

32. Ваша интуиция вас никогда не подводит.
33. В конфликтной ситуации убеждаете себя и других, что проблема не стоит и выеденного яйца.
34. Иногда вам приходится немного манипулировать людьми (решать свои проблемы, невзирая на интересы других).
35. Бывает очень выгодно поставить другого человека в неловкое и зависимое положение.
36. Вы считаете, что лучше решительно и быстро дать отпор тем, кто не согласен с вашим мнением, чем тянуть кота за хвост.
37. Вы легко и спокойно можете защитить себя от несправедливых действий со стороны других, в случае необходимости сказать «нет» в ситуации эмоционального давления.
38. Вы считаете, что общение с другими людьми обогатит ваш жизненный опыт.
39. Вы полагаете, что поддержка других людей очень помогает вам в трудных ситуациях.
40. В трудных ситуациях вы долго готовитесь и предпочитаете сначала успокоиться, а потом уже действовать.
41. В сложных ситуациях лучше следовать первому импульсу, чем долго взвешивать возможные варианты.
42. По возможности избегаете решительных действий, требующих большой напряженности и ответственности за последствия.
43. Для достижения своих заветных целей не грех и немного полукавать.
44. Ищете слабости других людей и используете их со своей выгодой.
45. Грубость и глупости других людей часто приводят вас в ярость (выводят вас из себя).
46. Вы испытываете неловкость, когда вас хвалят или говорят комплименты.
47. Считаете, что совместные усилия с другими принесут больше пользы в любых ситуациях (при решении любых задач).
48. Вы уверены, что в трудных ситуациях вы всегда найдете понимание и сочувствие со стороны близких людей.
49. Вы полагаете, что во всех случаях нужно следовать принципу «тише едешь, дальше будешь».
50. Действие под влиянием первого порыва всегда хуже, чем трезвый расчет.
51. В конфликтных ситуациях предпочитаете найти какие-либо важные и неотложные дела, позволяя другим заняться решением проблемы или надеясь, что время все расставит на свои места.

52. Вы полагаете, что хитростью можно добиться порою больше, чем действуя напрямую.

53. Цель оправдывает средства.

54. В значимых и конфликтных ситуациях вы бываете агрессивны.

### Ключ

«Нет, это совсем не так» — 1 балл

«Скорее нет, чем да» — 2 балла

«Затрудняюсь ответить» — 3 балла

«Скорее да, чем нет» — 4 балл

«Да, совершенно верно» — 5 баллов

Таблица

Субшкала	Номера утверждений	Результат в баллах
1. Ассертивные действия	1,10,19,28*,37,46*	20
2. Вступление в социальный контакт	2,11,20,29,38,47	25
3. Поиск социальной поддержки	3,12,21,30,39,48	22
4. Осторожные действия	4,13,22,31,40,49	17
5. Импульсивные действия	5,14,23,32,41,50*	18
6. Избегание	6,15,24,33,42,51	19
7. Непрямые действия	7,16,25,34,43,52	23
8. Асоциальные действия	8,17,26,35,44,53	17
9. Агрессивные действия	9,18,27,36,45,54	19

Примечание: «\*» обозначены обратные вопросы (ответы подсчитываются в обратном порядке).

### Интерпретация

В соответствии с «ключом» подсчитывается сумма баллов по каждой строке, которая отражает степень предпочтения той или иной модели поведения в сложной (стрессогенной) ситуации. Опросник содержит девять моделей преодолевающего поведения: ассертивные действия, вступление в социальный контакт, поиск социальной поддержки, осторожные действия, импульсивные действия, избегание, манипулятивные (непрямые) действия, асоциальные действия, агрессивные действия.

Анализ результатов проводится на основании сопоставления данных конкретного человека по каждой из субшкал со средними значениями моделей преодоления в исследуемой (профессиональной, возрастной и др.) группе. В результате сравнения индивидуальных и среднегрупповых показателей делается заключение о сходстве или различиях преодолевающего поведения данного индивида относительно исследуемой категории людей. Для интерпретации индивидуальных особенностей преодолевающего поведения данные конкретного реципиента могут быть сопоставлены с данными, представленными ниже.

### Показатели стратегий преодоления у представителей коммуникативных профессий

№ п/п	Стратегии преодоления	Модель поведения (действия)	Степень выраженности преодолевающих моделей		
			низкая	средняя	высокая
1	Активная	Ассертивные действия	6–17	18–22	23–30
2	Просоциальная	Вступление в социальный контакт	6–21	22–25	26–30
3	Просоциальная	Поиск социальной поддержки	6–19	20–24	25–30
4	Пассивная	Осторожные действия	6–17	18–23	24–30
5	Прямая	Импульсивные действия	6–15	16–19	20–30
6	Пассивная	Избегание	6–12	13–17	18–30
7	Непрямая	Манипулятивные действия	6–16	17–23	24–30
8	Асоциальная	Асоциальные действия	6–14	15–19	20–30
9	Асоциальная	Агрессивные действия	6–13	14–18	19–30

Другой способ интерпретации индивидуальных данных основывается на анализе индивидуального «портрета» моделей преодолевающего поведения. Для этого для наглядности может быть построена круговая диаграмма, отражающая степень выраженности (предпочтения) каждой из 9 моделей поведения у конкретного лица (или группы лиц). По индивидуальным данным рассчитывается доля (в %) каждой модели поведения относительно всех 9 субшкал по формуле:  $Mn (\%) = (Nn \cdot 100) : S$ , где  $Nn$  — числовое значение, полученное по каждой субшкале ( $n = 1 \dots 9$ ),  $S$  — сумма показателей всех 9 субшкал.

Модели поведения могут способствовать или препятствовать успешности преодоления профессиональных стрессов в зависимости от степени конструктивности стратегии, а также оказывать влияние на сохранение здоровья субъекта общения и труда.

Для определения степени конструктивности стратегии поведения высчитывается общий индекс конструктивности (ИК).  $ИК = ? АП : ? ПА$ , где АП — сумма показателей субшкал «ассертивные действия», «вступление в социальный контакт», «поиск социальной поддержки»; ПА — сумма показателей субшкал.

### Оценка общего индекса конструктивности стратегий преодолевающего поведения (КСПП)

Значения ИК	Степень конструктивности стратегии поведения
ИК < 0,85	Низкая конструктивность
ИК =  0,86–1,1	Средняя конструктивность
ИК >1,1	Высокая конструктивность

Конструктивная стратегия — «здоровое» преодоление (копинг) является и активным и просоциальным. Активное преодоление в совокупности с положительным использованием социальных ресурсов (контактов) повышает стрессоустойчивость человека.

**Источник:** Водопьянова Н.Е. Психодиагностика стресса. — СПб.: Питер, 2009. — С. 251–260. — (Серия «Практикум»). [4]

### 2.6 Тест смысложизненных ориентаций, СЖО (Леонтьев Д.А., 2000)

Стимульный материал методики включает в себя 20 пар-утверждений, с которыми необходимо выразить согласие по шкале от «3» до «0». Время выполнения заданий опросника составляет 5–10 мин.

#### Инструкция:

Вам будут предложены пары противоположных утверждений. Ваша задача — выбрать одно из двух утверждений, которое, по Вашему мнению, больше соответствует действительности, и отметить одну из цифр 1, 2, 3, в зависимости от того насколько Вы уверены в выборе (или 0, если оба утверждения на Ваш взгляд одинаково верны).

#### Бланк ответов:

1. Обычно мне очень скучно.	3	2	1	0	1	2	3	Обычно я полон энергии.
2. Жизнь кажется мне всегда волнующей и захватывающей.	3	2	1	0	1	2	3	Жизнь кажется мне совершенно спокойной и рутинной.
3. В жизни я не имею определенных целей и намерений.	3	2	1	0	1	2	3	В жизни я имею очень ясные цели и намерения.

4. Моя жизнь представляется мне крайне бессмысленной и бесцельной.	3	2	1	0	1	2	3	Моя жизнь представляется мне вполне осмысленной и целеустремленной.
5. Каждый день кажется мне всегда новым и непохожим на другие.	3	2	1	0	1	2	3	Каждый день кажется мне совершенно похожим на все другие.
6. Когда я уйду на пенсию, я займусь интересными вещами, которыми всегда мечтал заняться.	3	2	1	0	1	2	3	Когда я уйду на пенсию, я постараюсь не обременять себя никакими заботами.
7. Моя жизнь сложилась именно так, как я мечтал.	3	2	1	0	1	2	3	Моя жизнь сложилась совсем не так, как я мечтал.
8. Я не добился успехов в осуществлении своих жизненных планов.	3	2	1	0	1	2	3	Я осуществил многое из того, что было мною запланировано в жизни.
9. Моя жизнь пуста и неинтересна.	3	2	1	0	1	2	3	Моя жизнь наполнена интересными делами.
10. Если бы мне пришлось подводить сегодня итог моей жизни, то я бы сказал, что она была вполне осмысленной.	3	2	1	0	1	2	3	Если бы мне пришлось сегодня подводить итог моей жизни, то я бы сказал, что она не имела смысла.
11. Если бы я мог выбирать, то я бы построил свою жизнь совершенно иначе.	3	2	1	0	1	2	3	Если бы я мог выбирать, то я бы прожил жизнь еще раз так же, как живу сейчас.
12. Когда я смотрю на окружающий меня мир, он часто приводит меня в растерянность и беспокойство.	3	2	1	0	1	2	3	Когда я смотрю на окружающий меня мир, он совсем не вызывает у меня беспокойства и растерянности.
13. Я человек очень обязательный.	3	2	1	0	1	2	3	Я человек совсем не обязательный.
14. Я полагаю, что человек имеет возможность осуществить свой жизненный выбор по своему желанию.	3	2	1	0	1	2	3	Я полагаю, что человек лишен возможности выбирать из-за влияния природных способностей и обстоятельств.

15. Я определенно могу назвать себя целеустремленным человеком.	3	2	1	0	1	2	3	Я не могу назвать себя целеустремленным человеком.
16. В жизни, а еще не нашел своего призвания и ясных целей.	3	2	1	0	1	2	3	В жизни я нашел свое призвание и цели.
17. Мои жизненные взгляды еще не определились.	3	2	1	0	1	2	3	Мои жизненные взгляды вполне определились.
18. Я считаю, что мне удалось найти призвание и интересные цели в жизни.	3	2	1	0	1	2	3	Я едва ли способен найти призвание и интересные цели в жизни.
19. Моя жизнь в моих руках, и я сам управляю ею.	3	2	1	0	1	2	3	Моя жизнь не подвластна мне и она управляется внешними событиями.
20. Мои повседневные дела приносят мне удовольствие и удовлетворению	3	2	1	0	1	2	3	Мои повседневные дела приносят мне сплошные неприятности и переживания.

### Ключ

Обработка результатов сводится к суммированию числовых значений для всех 20 шкал и переводу суммарного балла в стандартные значения (процентили). Восходящая последовательность градаций (от 1 до 7) чередуется в случайном порядке с нисходящей (от 7 до 1), причем максимальный балл (7) всегда соответствует полюсу наличия цели в жизни, а минимальный балл (1) — полюсу ее отсутствия.

В восходящую шкалу 1 2 3 4 5 6 7 переводятся пункты — 1, 3, 4, 8, 9, 11, 12, 16, 17.

В нисходящую шкалу 7 6 5 4 3 2 1 переводятся пункты — 2, 5, 6, 7, 10, 13, 14, 15, 18, 19, 20.

Общий показатель ОЖ — все 20 пунктов.

Субшкала 1 (цели) — 3, 4, 10, 16, 17, 18.

Субшкала 2 (процесс) — 1, 2, 4, 5, 7, 9.

Субшкала 3 (результат) — 8, 9, 10, 12, 20.

Субшкала 4 (локус контроля — Я) — 1, 15, 16, 19.

Субшкала 5 (локус контроля — жизнь) — 7, 10, 11, 14, 18, 19.

Средние и стандартные отклонения субшкал и общего показателя ОЖ (N=200 чел)

Шкалы	Мужчины		Женщины	
	М	Σ	М	σ
1 — Цели	32,90	5,92	29,38	6,24
2 — Процесс	31,09	4,44	28,80	6,14
3 — Результат	25,46	4,30	23,30	4,95
4 — ЛК-Я	21,13	3,85	18,58	4,30
5 — ЛК-жизнь	30,14	5,80	28,70	6,10
Общий показатель ОЖ	103,10	15,03	95,76	16,54

### Интерпретация

1. *Цели в жизни.* Баллы по этой шкале характеризуют наличие или отсутствие в жизни испытуемого целей в будущем, которые придают жизни осмысленность, направленность и временную перспективу. Низкие баллы по этой шкале даже при общем высоком уровне ОЖ будут присущи человеку, живущему сегодняшним или вчерашним днем. Вместе с тем высокие баллы по этой шкале могут характеризовать не только целеустремленного человека, но и прожектера, планы которого не имеют реальной опоры в настоящем и не подкрепляются личной ответственностью за их реализацию. Эти два случая несложно различить, учитывая показатели по другимшкалам СЖО.

2. *Процесс жизни, или интерес и эмоциональная насыщенность жизни.* Содержание этой шкалы совпадает с известной теорией о том, что единственный смысл жизни состоит в том, чтобы жить. Этот показатель говорит о том, воспринимает ли испытуемый сам процесс своей жизни как интересный, эмоционально насыщенный и наполненный смыслом. Высокие баллы по этой шкале и низкие по остальным будут характеризовать гедониста, живущего сегодняшним днем. Низкие баллы по этой шкале — признак неудовлетворенности своей жизнью в настоящем; при этом, однако, ей могут придавать полноценный смысл воспоминания о прошлом или нацеленность в будущее.

3. *Результативность жизни, или удовлетворенность самореализацией.* Баллы по этой шкале отражают оценку пройденного отрезка жизни, ощущение того, насколько продуктивна и осмысленна была прожитая ее часть. Высокие баллы по этой шкале и низкие по остальным будут характеризовать человека, у которого, по ощущениям, все в прошлом, но также это прошлое способно придать смысл жизни. Низкие баллы — неудовлетворенность прожитой частью жизни.

4. *Локус контроля-Я (Я — хозяин жизни).* Высокие баллы соответствуют представлению о себе как о сильной личности, обладающей достаточной свободой выбора, чтобы построить свою жизнь в соответ-

ствии со своими целями и представлениями о ее смысле. Низкие баллы — неверие в свои силы контролировать события собственной жизни.

5. *Локус контроля-жизнь, или управляемость жизни.* При высоких баллах — убеждение в том, что человеку дано контролировать свою жизнь, свободно принимать решения и воплощать их в жизнь. Низкие баллы — фатализм, убежденность в том, что жизнь человека неподвластна сознательному контролю, что свобода выбора иллюзорна и бессмысленно что-либо загадывать на будущее.

**Источник:** Леонтьев Д.А. Тест смысложизненных ориентаций (СЖО). 2-е изд. — М.: Смысл. 2000. — 18 с. [7]

## 2.7 Опросник самоотношения (Столин В.В., Пантилеев С.Р., 1988)

### **Инструкция:**

Вам предлагается ответить на следующие 57 утверждений. Если Вы согласны с данным утверждением ставьте знак «+», если не согласны, то знак «-».

1. Думаю, что большинство моих знакомых относится ко мне с симпатией.
2. Мои слова не так уж часто расходятся с делом.
3. Думаю, что многие видят во мне что-то сходное с собой.
4. Когда я пытаюсь себя оценить, я прежде всего вижу свои недостатки.
5. Думаю, что как личность я вполне могу быть притягательным для других.
6. Когда я вижу себя глазами любящего меня человека, меня неприятно поражает то, насколько мой образ далек от действительности.
7. Мое «Я» всегда мне интересно.
8. Я считаю, что иногда не грех пожалеть самого себя.
9. В моей жизни есть или, по крайней мере, были люди, с которыми я был чрезвычайно близок.
10. Собственное уважение мне еще надо заслужить.
11. Бывало, и не раз, что я сам себя остро ненавидел.
12. Я вполне доверяю своим внезапно возникшим желаниям.
13. Я сам хотел во многом себя переделать.
14. Мое собственное «Я» не представляется мне чем-то достойным глубокого внимания.
15. Я искренне хочу, чтобы у меня было все хорошо в жизни.

16. Если я и отношусь к кому-нибудь с укоризной, то прежде всего к самому себе.

17. Случайному знакомому я скорее всего покажусь человеком приятным.

18. Чаще всего я одобряю свои планы и поступки.

19. Собственные слабости вызывают у меня что-то напоподобие презрения.

20. Если бы я раздвоился, то мне было бы довольно интересно общаться со своим двойником.

21. Некоторые свои качества я ощущаю как посторонние, чужие мне.

22. Вряд ли кто-либо сможет почувствовать свое сходство со мной.

23. У меня достаточно способностей и энергии воплотить в жизнь задуманное.

24. Часто я не без издевки подшучиваю над собой.

25. Самое разумное, что может сделать человек в своей жизни — это подчиниться собственной судьбе.

26. Посторонний человек, на первый взгляд, найдет во мне много отталкивающего.

27. К сожалению, если я и сказал что-то, это не значит, что именно так и буду поступать.

28. Свое отношение к самому себе можно назвать дружеским.

29. Быть снисходительным к собственным слабостям вполне естественно.

30. У меня не получается быть для любимого человека интересным длительное время.

31. В глубине души я бы хотел, чтобы со мной произошло что-то катастрофическое.

32. Вряд ли я вызываю симпатию у большинства моих знакомых.

33. Мне бывает очень приятно увидеть себя глазами любящего меня человека.

34. Когда у меня возникает какое-либо желание, я прежде всего спрашиваю себя, разумно ли это.

35. Иногда мне кажется, что, если бы какой-то мудрый человек смог увидеть меня насквозь, он бы тут же понял, какое я ничтожество.

36. Временами я сам собой восхищаюсь.

37. Можно сказать, что я ценю себя достаточно высоко.

38. В глубине души я никак не могу поверить, что я действительно взрослый человек.

39. Без посторонней помощи я мало что могу сделать.

40. Иногда я сам себя плохо понимаю.

41. Мне очень мешает недостаток энергии, воли и целеустремленности.
42. Думаю, что другие в целом оценивают меня достаточно высоко.
43. В моей личности есть, наверное, что-то такое, что способно вызывать у других неприязнь.
44. Большинство моих знакомых не принимают меня уж так все-ръем.
45. Сам у себя я довольно часто вызываю чувство раздражения.
46. Я вполне могу сказать, что унижаю себя сам.
47. Даже мои негативные черты не кажутся мне чужими.
48. В целом, меня устраивает то, какой я есть.
49. Вряд ли меня можно любить по-настоящему.
50. Моим мечтам и планам не хватает реалистичности.
51. Если бы мое второе «Я» существовало, то для меня это был бы самый скучный партнер по общению.
52. Думаю, что мог бы найти общий язык с любимым разумным и знающим человеком.
53. То, что во мне происходит, как правило, мне понятно.
54. Мои достоинства вполне перевешивают мои недостатки.
55. Вряд ли найдется много людей, которые обвинят меня в отсутствии совести.
56. Когда со мной случаются неприятности, как правило, я говорю: «И поделом тебе».
57. Я могу сказать, что в целом я контролирую свою судьбу.

### **Ключ и описание**

Методика включает следующие шкалы:

**Шкала S** — глобальное самоотношение; измеряет интегральное чувство «за» или «против» собственно «Я» испытуемого.

**Шкала I** — самоуважение.

**Шкала II** — аутосимпатия.

**Шкала III** — ожидаемое отношение от других.

**Шкала IV** — самоинтерес.

Также выделены семь шкал, направленных на измерение выраженности установки на те или иные внутренние действия в адрес «Я» респондента.

**Шкала 1** — самоуверенность;

**Шкала 2** — отношение других;

**Шкала 3** — самопринятие;

**Шкала 4** — саморуководство, самопоследовательность;

**Шкала 5** — самообвинение;

**Шкала 6** — самоинтерес;

**Шкала 7** — самопонимание.

### **Ключ**

**Шкала S (глобальное самоотношение):**

«+»: 2, 5, 23, 33, 37, 42, 46, 48, 52, 53, 57.

«-»: 6, 9, 13, 14, 16, 18, 30, 35, 38, 39, 41, 43, 44, 45, 49, 50, 56.

**Шкала самоуважения (I):**

«+»: 2, 23, 53, 57.

«-»: 8, 13, 25, 27, 31, 35, 38, 39, 40, 41, 50.

**Шкала аутосимпатии (II):**

«+»: 12, 18, 28, 29, 37, 46, 48, 54.

«-»: 4, 9, 11, 16, 19, 24, 45, 56.

**Шкала ожидаемого отношения от других (III):**

«+»: 1, 5, 10, 15, 42, 55.

«-»: 3, 26, 30, 32, 43, 44, 49.

**Шкала самоинтереса (IV):**

«+»: 7, 17, 20, 33, 34, 52.

«-»: 14, 51.

**Шкала самоуверенности (1):**

«+»: 2, 23, 37, 42, 46.

«-»: 38, 39, 41.

**Шкала отношения других (2):**

«+»: 1, 5, 10, 52, 55.

«-»: 32, 44.

**Шкала самопринятия (3):**

«+»: 12, 18, 28, 47, 48, 54

«-»: 21.

**Шкала самопоследовательности (саморуководства) (4):**

«+»: 50, 57.

«-»: 25, 27, 31, 35, 36.

**Шкала самообвинения (5):**

«+»: 3, 4, 9, 11, 16, 24, 45, 56.

**Шкала самоинтереса (6):**

«+»: 17, 20, 33.

«-»: 26, 30, 49, 51.

**Шкала самопонимания (7):**

«+»: 53.

«-»: 6, 8, 13, 15, 22, 40.

Таблицы перевода «сырого балла» в накопленные частоты (%)  
**Шкала S (Глобальное самоотношение)**

«Сырой балл»	Накопленные частоты (в %)	«Сырой балл»	Накопленные частоты (в %)
0	0	16	74,33
1	0,67	17	80,00
2	3,00	18	85,00
3	5,33	19	88,00
4	6,33	20	90,67
5	9,00	21	93,33
6	13,00	22	96,00
7	16,00	23	96,67
8	21,33	24	98,00
9	26,67	25	98,33
10	32,33	26	98,67
11	38,33	27	99,67
12	49,00	28	99,67
13	55,33	29	100
14	62,67	30	100
15	69,33		

**Шкала I (самоуважение) и Шкала II (аутосимпатия)**

Шкала I		Шкала II	
«Сырой балл»	Накопленные частоты (в %)	«Сырой балл»	Накопленные частоты (в %)
0	1,67	0	0,33
1	4,00	1	3,67
2	6,00	2	9,00
3	9,33	3	16,00
4	16,00	4	21,67
5	25,33	5	28,00
6	34,00	6	37,33
7	44,67	7	47,00
8	58,67	8	58,33
9	71,33	9	69,67
10	80,00	10	77,33

Шкала I		Шкала II	
«Сырой балл»	Накопленные частоты (в %)	«Сырой балл»	Накопленные частоты (в %)
11	86,67	11	86,00
12	91,33	12	90,67
13	93,67	13	96,67
14	99,67	14	98,33
15	100	15	99,67
		16	100

**Шкала III (ожидаемое отношение от других)  
и Шкала IV (самоинтерес)**

Шкала III		Шкала IV	
«Сырой балл»	Накопленные частоты (в %)	«Сырой балл»	Накопленные частоты (в %)
0	0	0	0,67
1	0	1	2,00
2	0,67	2	5,33
3	1,00	3	16,00
4	3,33	4	29,00
5	6,00	5	49,67
6	9,00	6	71,33
7	17,67	7	92,33
8	27,33	8	100
9	39,67		
10	53,00		
11	72,33		
12	91,33		
13	100		

**Шкала 1 (самоуверенность) и Шкала 2 (отношение других)**

Шкала 1		Шкала 2	
«Сырой балл»	Накопленные частоты (в %)	«Сырой балл»	Накопленные частоты (в %)
0	3,77	0	0
1	7,33	1	0,67
2	16,67	2	3,67

<b>Шкала 1</b>		<b>Шкала 2</b>	
<b>«Сырой балл»</b>	<b>Накопленные частоты (в %)</b>	<b>«Сырой балл»</b>	<b>Накопленные частоты (в %)</b>
3	29,33	3	7,33
4	49,67	4	15,00
5	65,67	5	32,00
6	81,33	6	51,33
7	92,33	7	80,00
8	100	8	100

**Шкала 3 (самопринятие)  
и Шкала 4 (самоуководство, самопоследовательность)**

<b>Шкала 3</b>		<b>Шкала 4</b>	
<b>«Сырой балл»</b>	<b>Накопленные частоты (в %)</b>	<b>«Сырой балл»</b>	<b>Накопленные частоты (в %)</b>
0	2,67	0	3,00
1	7,67	1	9,67
2	16,67	2	25,67
3	34,33	3	38,33
4	50,67	4	60,33
5	70,67	5	79,67
6	89,67	6	92,00
7	100	7	100

**Шкала 5 (самообвинение)  
и Шкала 6 (самоинтерес)**

<b>Шкала 5</b>		<b>Шкала 6</b>	
<b>«Сырой балл»</b>	<b>Накопленные частоты (в %)</b>	<b>«Сырой балл»</b>	<b>Накопленные частоты (в %)</b>
0	1,67	0	0,67
1	4,67	1	3,00
2	15,00	2	11,33
3	27,67	3	20,00
4	43,33	4	34,33
5	60,77	5	54,67
6	81,67	6	80,00
7	96,67	7	100
8	100		

### Шкала 7 (самопонимание)

Шкала 7	
«Сырой балл»	Накопленные частоты (в %)
0	4,33
1	21,33
2	43,33
3	68,67
4	83,67
5	94,00
6	99,33
7	100

#### Интерпретация результатов

После перевода полученных «сырых баллов» в накопленные частоты (по таблицам, приведённым выше), показатели каждой из шкал оцениваются следующим образом:

меньше 50 — признак не выражен;

50–74 — признак выражен;

больше 74 — признак ярко выражен.

#### Описание шкал

**Шкала S (Глобальное самоотношение)** – внутренне недифференцированное чувство «за» и «против» самого себя.

**Шкала I — Самоуважение** — шкала из 15 пунктов, объединивших утверждения, касающиеся «внутренней последовательности», «самопонимания», «самоуверенности». Речь идет о том аспекте самоотношения, который эмоционально и содержательно объединяет веру в свои силы, способности, энергию, самостоятельность, оценку своих возможностей, контролировать собственную жизнь и быть самопоследовательным, понимание самого себя.

**Шкала II — Аутосимпатия** – шкала из 16 пунктов, объединяющая пункты, в которых отражается дружелюбность-враждебность к собственному «Я». В шкалу вошли пункты, касающиеся «самопринятия», «самообвинения». В содержательном плане шкала на позитивном полюсе объединяет одобрение себя в целом и в существенных частностях, доверие к себе и позитивную самооценку, на негативном полюсе, – видение в себе по преимуществу недостатков, низкую самооценку, готовность к самообвинению. Пункты свидетельствуют о таких эмоциональных реакциях на себя, как раздражение, презрение, издевка, вынесение самоприговоров («и поделом тебе»).

**Шкала III — Самоинтерес** – шкала из 8 пунктов, отражает меру близости к самому себе, в частности интерес к собственным мыслям и

чувствам, готовность общаться с собой «на равных», уверенность в своей интересности для других.

**Шкала IV — Ожидаемое отношение от других** – шкала из 13 пунктов, отражающих ожидание позитивного или негативного отношения к себе окружающих.

**Источник:** Столин В.В., Пантилеев С.Р. Опросник самоотношения // Практикум по психодиагностике: Психодиагностические материалы. — М. 1988. — С. 123–130. [9]

## **2.8 Методика «Дерево» (Лампен Д.; адаптация Пономаренко Л.П., 1999)**

### **Инструкция**

Методика «Дерево с человечками» направлена на выявление социально-психологического уровня адаптации личности в социальной группе.

Ученикам предлагаются листы с готовым изображением сюжета: дерево и располагающиеся на нем и под ним человечки. Каждый учащийся получает лист с таким изображением (но без нумерации фигурок). Исходя из опыта, мы не предлагаем ученику вначале подписывать на листе свою фамилию, так как это может повлиять на их выбор.

Задание дается в следующей форме: «Рассмотрите это дерево. Вы видите на нем и рядом с ним множество человечков. У каждого из них — разное настроение и они занимают различное положение. Возьмите красный фломастер и обведите того человечка, который напоминает вам себя, похож на вас, ваше настроение в новой школе и ваше положение. Мы проверим насколько вы внимательны. Обратите внимание, что каждая ветка дерева может быть равна вашим достижениям и успехам. Теперь возьмите зеленый фломастер и обведите того человечка, которым вы хотели бы быть и на чьем месте вы хотели бы находиться».

Интерпретация результатов выполнения проективной методики «Дерево» проводится исходя из того, какие позиции выбирает данный ученик, с положением какого человечка отождествляет свое реальное и идеальное положение, есть ли между ними различия. Интерпретация разработана с учетом устных рекомендаций Д. Лампена, опыта практического применения методики и сравнения ее результатов с наблюдениями за поведением учеников, данных, полученных от учителей и родителей, из беседы с ребенком. Для удобства подписаны номера на каждой из фигурок человечков.

Выбор позиции № 1, 3, 6, 7 — характеризует установку на преодоление препятствий

№ 2, 19, 18, 11, 12 — общительность, дружескую поддержку

№ 4 — устойчивость положения (желание добиваться успехов, не преодолевая трудности)

№ 5 — утомляемость, общая слабость, небольшой запас сил, застенчивость

№ 9 — мотивация на развлечения № 13, 21 — отстраненность, замкнутость, тревожность

№ 8 — характеризует отстраненность от учебного процесса, уход в себя

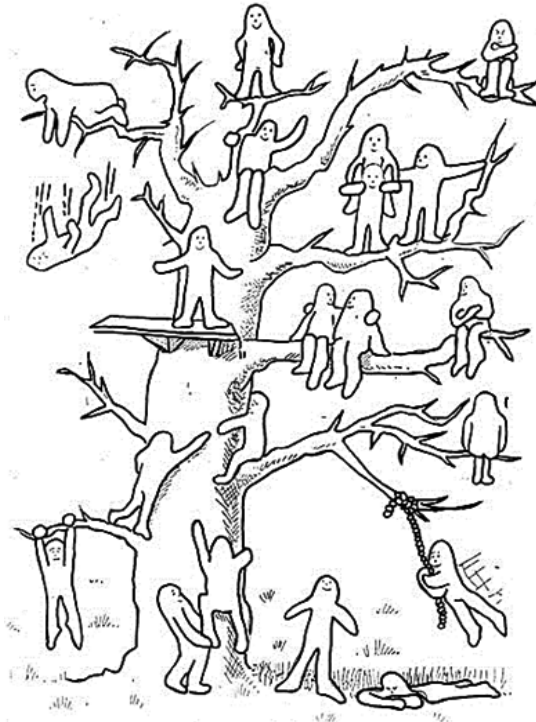
№ 10, 15 — комфортное состояние, нормальная адаптация

№ 14 — кризисное состояние, «падение в пропасть»

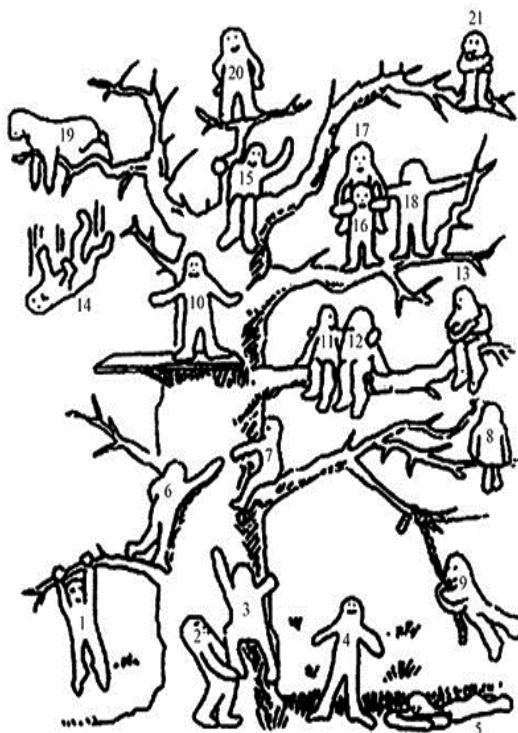
Позицию № 20 часто выбирают как перспективу учащиеся с завышенной самооценкой и установкой на лидерство

Следует заметить, что позицию № 16 учащиеся не всегда понимают как позицию «человечка, который несет на себе человечка № 17», а склонны видеть в ней человека, поддерживаемого и обнимаемого другим (человечком под № 17).

Бланк для ребенка (без номеров):



Бланк для записи результатов и обработки (с номерами):



**Источник:** Пономаренко Л.П. Психологическая профилактика дезадаптации учащихся в начале обучения в средней школе: методические рекомендации для школьных психологов. — Одесса: Астра-Принт. 1999. — 198 с. [8]

## 2.9 Тест жизнестойкости (модификация Осина Е.Н., Рассказовой Е.И., 2013)

### Инструкция

Ответьте, пожалуйста, на несколько вопросов о себе. Выбирайте тот ответ, который наилучшим образом отражает Ваше мнение. Здесь нет правильных или неправильных ответов, так как важно только Ваше мнение. Просьба работать в темпе, подолгу не задумываясь над ответами. Работайте последовательно, не пропуская вопросов.

Утверждение	Нет	Скорее нет	Скорее да	Да
1. Я часто не уверен в собственных решениях.				
2. Иногда мне кажется, что никому нет до меня дела.				
3. Я постоянно занят, и мне это нравится.				
4. Порой все, что я делаю, кажется мне бесполезным.				
5. Вечером я часто чувствую себя совершенно разбитым.				
6. Иногда меня пугают мысли о будущем.				
7. Я всегда уверен, что смогу воплотить в жизнь то, что задумал.				
8. Мне кажется, я не живу полной жизнью, а только играю роль.				
9. Мне кажется, если бы в прошлом у меня было меньше разочарований и невзгод, мне было бы сейчас легче жить на свете.				
10. Возникающие проблемы часто кажутся мне неразрешимыми.				
11. Когда кто-нибудь жалуется, что жизнь скучна, это значит, что он просто не умеет видеть интересное.				
12. Мне всегда есть чем заняться.				
13. Я часто сожалею о том, что уже сделано.				
14. Я довольно часто откладываю на завтра то, что трудноосуществимо, или то, в чем я не уверен.				
15. Мне кажется, жизнь проходит мимо меня.				
16. Мои мечты редко сбываются.				
17. Порой мне кажется, что все мои усилия тщетны.				
18. Мне не хватает упорства закончить начатое.				
19. Бывает, жизнь кажется мне скучной и бесцветной.				
20. Как правило, я работаю с удовольствием.				
2.1 Иногда я чувствую себя лишним даже в кругу друзей.				
22. Бывает, на меня наваливается столько проблем, что просто руки опускаются.				
23. Друзья уважают меня за упорство и непреклонность.				
24. Я охотно берусь воплощать новые идеи.				

### Ключ

Для подсчета баллов ответам на прямые пункты присваиваются баллы от 0 до 3 («нет» — 0 баллов, «скорее нет, чем да» — 1 балл, «скорее да, чем нет» — 2 балла, «да» — 3 балла), ответам на обратные пункты присваиваются баллы от 3 до 0 («нет» — 3 балла, «да» — 0 баллов). Затем суммируется общий балл жизнестойкости и показатели для каждой из 3 субшкал (вовлеченности, контроля и принятия риска). Полученный результат может быть сравнен с нормативным.

### Подсчёт сырых баллов

Шкала	Прямые утверждения	Обратные утверждения
Вовлечённость	3, 11, 12, 20	2, 4, 8, 15, 19, 21
Контроль	7, 23	1, 5, 10, 17, 18, 22
Принятие риска	24	6, 9, 13, 14, 16

### Нормативные значения

Нормы	Жизнестойкость	Вовлечённость	Контроль	Принятие риска
Среднее значение	50,79	22,3	16,7	11,8
Стандартное отклонение	11,32	4,95	4,06	3,36
Низкие значения	39 и ниже	17 и ниже	12 и ниже	8 и ниже
Высокие значения	62 и выше	27 и выше	21 и выше	15 и выше

### Интерпретация

**Жизнестойкость** (англ., hardiness) представляет собой систему убеждений о себе, о мире, об отношениях с миром. Это диспозиция, включающая в себя три сравнительно автономных компонента: **вовлеченность, контроль, принятие риска**. Выраженность этих компонентов и жизнестойкости в целом препятствует возникновению внутреннего напряжения в стрессовых ситуациях за счет стойкого совладания (англ., hardy coping) со стрессами и восприятия их как менее значимых.

**Вовлеченность** (англ., commitment) определяется как «убежденность в том, что вовлеченность в происходящее дает максимальный

шанс найти нечто стоящее и интересное для личности». Человек с развитым компонентом вовлеченности получает удовольствие от собственной деятельности. В противоположность этому, отсутствие подобной убежденности порождает чувство отвергнутости, ощущение себя «вне» жизни. «Если вы чувствуете уверенность в себе и в том, что мир великодушен, вам присуща вовлеченность».

**Контроль** (англ., control) представляет собой убежденность в том, что борьба позволяет повлиять на результат происходящего, пусть даже это влияние не абсолютно и успех не гарантирован. Противоположность этому — ощущение собственной беспомощности. Человек с сильно развитым компонентом контроля ощущает, что сам выбирает собственную деятельность, свой путь.

**Принятие риска** (англ., challenge) — убежденность человека в том, что все то, что с ним случается, способствует его развитию за счет знаний, извлекаемых из опыта, — неважно, позитивного или негативного. Человек, рассматривающий жизнь как способ приобретения опыта, готов действовать в отсутствие надежных гарантий успеха, на свой страх и риск, считая стремление к простому комфорту и безопасности обедняющим жизнь личности. В основе принятия риска лежит идея развития через активное усвоение знаний из опыта и последующее их использование.

Таким образом, жизнестойкость представляет собой личностную характеристику, формирующуюся в детском и подростковом возрасте, хотя теоретически её развитие возможно и в более позднем возрасте.

**Источник:** Осин Е.Н., Рассказова Е.И. Краткая версия теста жизнестойкости: психометрические характеристики и применение в организационном контексте // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. — 2013. — № 2. — С. 147–165. [10]

## ГЛАВА 3. КОМПЛЕКТ ДИАГНОСТИЧЕСКИХ МЕТОДИК (ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ)

### 3.1 Шкала оценки характера и степени выраженности ксенофобских установок по отношению к лицам иной национальности у подростков, ОКУ (Гурина О.Д., 2019)

**Назначение:** выявить наличие или отсутствие преобладания негативных (ксенофобских) установок к иностранцам.

#### Шкала мнений

Ниже приведены некоторые суждения по отношению к иностранцам. Согласны ли вы с такими суждениями, верны ли они по вашему? Поставьте свою оценку по каждому утверждению на шкале со значениями от 1 — «абсолютно не согласен» до 7 — «абсолютно согласен».

#### Бланк ответов

1	Иностранцы должны иметь такие же права и социальные гарантии, как и местные жители.	1	2	3	4	5	6	7
2	Следует запретить иностранцам селиться в одном месте.	1	2	3	4	5	6	7
3	Большинство иностранцев нарушают местные правила и нормы.	1	2	3	4	5	6	7
4	Следует применять к иностранцам более жесткие санкции и наказания, чем к местному населению, за совершение ими правонарушений.	1	2	3	4	5	6	7
5	Следует сдерживать агрессию (оскорбления, провоцирование драк и др.) по отношению к иностранцам.	1	2	3	4	5	6	7
6	Следует благоприятствовать развитию дружеских отношений к иностранцам.	1	2	3	4	5	6	7
7	Иностранцы часто страдают опасными заболеваниями.	1	2	3	4	5	6	7
8	Следует меньше общаться с иностранцами.	1	2	3	4	5	6	7

9	Любой человек, независимо от его национальности, происхождения, имеет одинаковые права со всеми.	1	2	3	4	5	6	7
10	Неверно мнение о том, что иностранцы могут быть угрозой для местного населения.	1	2	3	4	5	6	7
11	Достаточно часты случаи, когда иностранцы вели себя агрессивно по отношению к местному населению.	1	2	3	4	5	6	7
12	Среди иностранцев много интересных и незаурядных личностей.	1	2	3	4	5	6	7
13	Все люди, независимо от их происхождения, национальности, могут найти общий язык между собой и жить в согласии.	1	2	3	4	5	6	7
14	Тяжкие преступления (убийства, грабежи и т.д.) чаще всего совершают иностранцы.	1	2	3	4	5	6	7
15	Враждебное отношение (оскорбление, унижение и т.д.) к иностранцам оправдано.	1	2	3	4	5	6	7
16	Следует оказывать всестороннюю поддержку иностранцам.	1	2	3	4	5	6	7
17	Зачастую иностранцы работают там, где могли бы работать местные жители.	1	2	3	4	5	6	7
18	Между иностранцами и местным населением, где я живу, почти никогда не бывает конфликтов.	1	2	3	4	5	6	7
19	Местные жители чаще всего враждебно настроены к иностранцам.	1	2	3	4	5	6	7
20	Неправильно считать, что люди могут быть неполноценными (физически, интеллектуально, по экономическому статусу и т.д.) по признаку своей национальности, расы или религии.	1	2	3	4	5	6	7

### **Интерпретация**

Подсчет баллов по утверждениям №№ 1, 5, 6, 9, 10, 12, 13, 16, 18, 20 является обратным

Ниже 54 баллов — преобладание положительных установок к иностранцам

От 54 до 90 баллов — сочетание положительных и негативных установок к иностранцам

Выше 90 баллов — преобладание негативных (ксенофобских) установок к иностранцам

В том числе возможна качественная оценка полученных результатах, согласно тому, какие утверждения набрали наибольшее количество баллов, можно говорить, о том, какие конкретно по содержанию установки преобладают.

**Источник:** Гурина О.Д. Разработка и апробация шкалы оценки ксенофобских установок (шкала ОКУ) [Электронный ресурс] // Психология и право. — 2019. — Т. 9. № 4. — С. 149–160. — DOI: 10.17759/psylaw.2019090411 (дата обращения: 22.11.2025). [11]

### **3.2 Тест правового и гражданского сознания, ТПГС (Ясюкова Л.А., 2005)**

**Назначение.** Тест состоит из 13 вопросов, к каждому из которых предложено 3 варианта ответа. Позволяет оценить три относительно самостоятельных сферы функционирования правосознания: бытовую, профессионально-деловую и социально-гражданскую. Методикой замечается также уровень правовых знаний учащихся.

Предусмотрено выявление уровней правосознания: правовой нигилизм (слабый уровень), основы правосознания заложены (средний уровень), правосознание в основном сформировано (хороший уровень), правосознание сформировано полностью (высокий уровень). Система оценки представлена в балльной шкале. Предъявляется в виде бланка и регистрационного листа.

**Цель:** исследование правового и гражданского сознания. Методика позволяет оценить сформированность правового сознания, а также готовность придерживаться правовых норм в профессиональной деятельности и межличностных отношениях, гражданскую зрелость.

#### **Инструкция**

Тебе предложено 13 вопросов-утверждений. Выбери, пожалуйста, для каждого из них вариант ответа, который наиболее верно отражает твою позицию. Поставь «галочку» в бланке анкеты напротив того ответа, который соответствует твоему мнению. Не трать времени на раздумье. Пропускать какое-либо предложение нельзя. Наиболее естественна первоначальная реакция.

#### **Вопросы и бланк ответов вопросника**

1. Несправедливому закону следует подчиняться...
  - а) согласен с этим;

- б) не согласен;  
в) затрудняюсь ответить.
2. Важно, чтобы руководитель поступал...
- а) по совести;  
б) строго в соответствии с трудовым правом и должностями;  
в) затрудняюсь ответить.
3. Сколько людей, столько и представлений о том, что справедливо, а что — несправедливо...
- а) согласен;  
б) не согласен;  
в) затрудняюсь ответить.
4. Законы создаются, чтобы...
- а) улучшалась жизнь большинства населения;  
б) защищать права каждого человека;  
в) затрудняюсь ответить.
5. Я считаю, что...
- а) правительство обязано обеспечить всем нормальный уровень жизни;  
б) каждый должен сам о себе думать;  
в) затрудняюсь ответить.
6. Во главе государства должны стоять...
- а) морально безупречные, справедливые люди;  
б) профессионалы своего дела;  
в) затрудняюсь ответить.
7. Рядовой гражданин не обязан знать существенные законы, для этого есть юристы...
- а) согласен с этим;  
б) не согласен;  
в) затрудняюсь ответить.
8. Мой идеал общества...
- а) сильная государственная власть;  
б) общественное самоуправление;  
в) затрудняюсь ответить.
9. В основе законов должны лежать ценностно-нормативные установки доминирующей нации...
- а) согласен с этим;  
б) не согласен;  
в) затрудняюсь ответить.
10. В нашем государстве каждому необходимо, в первую очередь...
- а) уметь отстаивать свои права;  
б) выполнять свои обязанности;

в) затрудняюсь ответить.

11. Если человек, не зная, случайно нарушил закон, его нельзя привлекать к ответственности...

а) согласен с этим;

б) не согласен;

в) затрудняюсь ответить.

12. В стране будет беспорядок, если граждане будут руководствоваться, в первую очередь...

а) понятиями чести и справедливости;

б) правовыми нормами;

в) затрудняюсь ответить.

13. Основная функция законов...

а) регулирующая;

б) карательная;

в) затрудняюсь ответить.

### Обработка результатов

Обработка происходит с помощью компьютерной программы или посредством сравнения ответов ученика с ключом:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
б	б	а	б	б	б	б	б	б	б	б	б	а

Ответы, совпадающие с ключом, оцениваются в 2 балла.

Все ответы «в» оцениваются в 1 балл.

Полученные баллы суммируются.

Сумма характеризует общий уровень развития правового сознания подростка.

#### Интерпретационные нормы:

Правовой нигилизм (слабый уровень) — 0–13 баллов.

Основы правосознания заложены (средний уровень) — 14–18 баллов.

Правосознание в основном сформировано (хороший уровень) — 19–23 балла.

Правосознание сформировано полностью (высокий уровень) — 24–26 баллов.

Выделяется три относительно самостоятельных сферы функционирования правосознания: бытовая, профессионально-деловая и социально-гражданская.

Правовые установки могут быть сформированы неравномерно и функционировать, например, в бытовой сфере, в то время как граждан-

ское сознание может быть еще совсем не развито. Методикой замеряется также уровень правовых знаний учащихся. Учитывается известный факт, что знания еще не обеспечивают соответствующих поведенческих установок. Отдельный анализ правовых знаний и правовых поведенческих установок позволяет оценить влияние учебных программ по правоведению: дают ли они только знания или способны формировать правовое сознание.

Сферы правосознания:

- Бытовая — вопросы: 1, 3, 7, 11
- Деловая — вопросы: 2, 6, 9, 12
- Гражданская — вопросы: 4, 5, 8, 10
- Правовые знания — вопросы: 4, 11, 12, 13

Нормы по сферам:

- 0–3 балла — слабый уровень
- 4–5 баллов — средний уровень
- 6–7 баллов — хороший уровень
- 8 баллов — высокий уровень

Предлагаемая методика позволяет оценить сформированность правового сознания и готовность придерживаться правовых норм в профессиональной деятельности и межличностных отношениях, гражданскую зрелость. Выделяются четыре уровня развития правосознания:

1 уровень — правовой нигилизм.

Подросток не признает правового регулирования, отрицательно относится к самому принципу формального законодательного регулирования отношений, ориентируется только на морально-нравственные нормативы и только в том варианте, который сам признает. Отрицательно относится к любым другим морально-этическим нормам и жизненным ценностям, которые не совпадают с его собственными. Потенциально конфликтен при взаимодействии с людьми, которые придерживаются других взглядов. Может быть непоследовательным в поведении, не сдерживать обещаний, не выполнять договорных обязательств. Склонен действовать, исходя из собственных соображений, мнения, понимания ситуации, поступать так, как он сам считает правильным. Обычно сам безынициативен, но требователен к окружающим.

2 уровень — противоречивое и неполноценное правовое сознание.

Оно сформировано не полностью и регулирует поведение только в одной — двух сферах. Следует смотреть результаты тестирования отдельно по сферам. Существуют определенные возрастные закономерности в развитии правосознания, связанные со становлением интеллектуальной и личностной самостоятельности подростков. Правосознание раньше начинает формироваться в бытовой сфере, т.к. для этого достаточно только

доброжелательности и расширения круга общения, и у подростков оно бывает в основном сформировано, но в деловой и гражданской сферах — часто еще отсутствует. Система обучения и воспитания может оказывать определенное влияние. Так, по нашим данным, гражданское сознание оказывается более сформированным у учащихся гимназий, а правосознание в деловой сфере — у учащихся лицеев и общеобразовательных школ.

При несформированности правосознания в бытовой сфере подросток характеризуется потенциальной конфликтностью в межличностных взаимоотношениях из-за непонимания социального релятивизма, групповой относительности морально-этических норм, из-за невозможности понять и принять другую, не свойственную ему самому систему жизненных ценностей, признать ее правомерность. Образ мыслей и жизни, принятый в его окружении, кажется ему единственно верным. Подросток может критиковать, высмеивать увлечения ребят или манеру одеваться, которые не совпадают с его собственными, в его отношении к ним может чувствоваться пренебрежение. Такой подросток эмоционально, а не рационально оценивает высказывания и поступки людей, в качестве абсолютного эталона выступает привычная для него и принятая в его окружении манера общения. Он не может с уважением относиться к представителям других культур и национальностей, напротив, склонен огульно приписывать им отрицательные характеристики.

При несформированности правосознания в деловой сфере у подростка в представлениях о профессиональной деятельности абсолютизируется значимость личных контактов, преувеличивается важность установления приятельских отношений достижения личной договоренности, недооценивается объективная сторона организации деятельности, может складываться и закрепляться пренебрежительное отношение к трудовому законодательству, инструкциям, документальному оформлению договорных соглашений.

При несформированности гражданского сознания подростка характеризует инфантилизм, принципиальная пассивность, нежелание проявлять инициативу, прикладывать личные усилия, самостоятельно искать выход из сложных жизненных ситуаций. Такой подросток ожидает, а нередко и требует, чтобы кто-то (государство, учителя, родители, друзья) заботился о нем и обеспечивал его всем необходимым для нормальной жизни. Не развивается чувство долга, а закрепляется инфантильная требовательность: «они обязаны». У подростка может отсутствовать чувство вины за невыполненные обязательства, некачественную работу, если он не получил буквальных указаний, распоряжений и объяснений.

3 уровень — правосознание в основном сформировано, хотя у подростка может сохраняться отрицательное отношение к правовому регу-

лированию в целом и к существующим законам в частности. Он в учебе и любой деятельности старается не нарушать установленные правила, точно соблюдать инструкции, достаточно надежен в деловой сфере, корректен в деловом общении и взаимодействии.

4 уровень — правосознание сформировано полностью. Осознается необходимость формально правового регулирования. Характерны абсолютная надежность в деловых отношениях, буквальное выполнение правил, инструкций и договорных обязательств даже вопреки собственному отношению и пониманию ситуации. Осознает социальный релятивизм моральных норм, признает равноправное существование различных систем жизненных ценностей. Способен корректно взаимодействовать с широким кругом людей вне зависимости от социальной, национальной, религиозной и иной принадлежности.

Низкий уровень правовых знаний свидетельствует о том, что информированность, осведомленность подростка о законодательном регулировании не достигает минимума, необходимого для самостоятельной жизни в современном обществе. Иногда это связано с общей личностной инфантильностью или узостью интересов, которые не охватывают социально-политическую сферу. В настоящее время, поскольку правоведение является одним из обязательных предметов, низкий уровень правовых знаний среди старшеклассников встречается редко; чаще — среди учащихся 7–8 классов.

Необходимость развития правового сознания подрастающих поколений вызвана тем, что наличие законов само по себе автоматически не ведет к осуществлению ими регулирующих и защитных функций, даже если разработаны санкции по отношению к нарушителям. Законы действуют только в том случае, когда подавляющее большинство членов общества добровольно им подчиняется, даже если какие-то положения их не устраивают. Только при обязательном подчинении всех членов общества существующим законам могут быть гарантированы права и безопасность каждого человека, а также сохранение гражданского мира в целом. Таким образом, развитие правового сознания граждан исключительно важно для стабилизации ситуации в демократическом обществе, а также для обеспечения его дальнейшего мирного развития.

**Источник:** Дворянчиков Н.В., Делибалт В.В., Дозорцева Е.Г., Дебольский М.Г., Дегтярев А.В., Чиркина Р.В., Лаврик А.В. Методическое руководство. Сборник тестов программно-методического комплекса дифференциальной диагностики поведенческих нарушений несовершеннолетних «Диагност-Эксперт+». — Москва : ФГБОУ ВО МГППУ. 2017. — С. 64–68. [12]

### 3.3 Методика для психологической диагностики копинг-механизмов, ПДА К-М (Хайм Э.; адаптация НИПНИ им. В.М. Бехтерева, 2005)

**Назначение.** Методика позволяет исследовать 26 ситуационно-специфических вариантов копинга, распределенных в соответствии с тремя основными сферами психической деятельности на когнитивный, эмоциональный и поведенческий копинг-механизмы.

**Цель:** диагностика копинг-механизмов.

**Особенность:** Методика обрабатывается с помощью качественного анализа.

#### Инструкция

Вам будет предложен ряд утверждений, касающихся особенностей Вашего поведения. Постарайтесь вспомнить, каким образом Вы чаще всего разрешаете трудные и стрессовые ситуации и ситуации высокого эмоционального напряжения. Обведите кружком, пожалуйста, тот номер, который Вам подходит. В каждом разделе утверждений необходимо выбрать только один вариант, при помощи которого Вы разрешаете свои трудности. Отвечайте, пожалуйста, в соответствии с тем, как Вы справляетесь с трудными ситуациями на протяжении последнего времени. Не раздумывайте долго — важна Ваша первая реакция. Будьте внимательны!

#### Вопросы методики

##### А

- «Говорю себе: в данный момент есть что-то важнее, чем трудности»
- «Говорю себе: это судьба, нужно с этим смириться»
- «Это несущественные трудности, не все так плохо, в основном все хорошо»
- «Я не теряю самообладания и контроля над собой в тяжелые минуты и стараюсь никому не показывать своего состояния»
- «Я стараюсь проанализировать, все взвесить и объяснить себе, что же случилось»
- «Я говорю себе: по сравнению с проблемами других людей мои — это пустяк»
- «Если что-то случилось, то так угодно Богу»
- «Я не знаю, что делать и мне временами кажется, что мне не выпутаться из этих трудностей»
- «Я придаю своим трудностям особый смысл, преодолевая их, я совершенствуюсь сам»
- «В данное время я полностью не могу справиться с этими трудностями, но со временем смогу справиться и с ними, и с более сложными».

## **Б**

«Я всегда глубоко возмущен несправедливостью судьбы ко мне и протестую»

«Я впадаю в отчаяние, я рыдаю и плачу»

«Я подавляю эмоции в себе»

«Я всегда уверен, что есть выход из трудной ситуации»

«Я доверяю преодолению своих трудностей другим людям, которые готовы помочь мне»

«Я впадаю в состояние безнадежности»

«Я считаю себя виноватым и получаю по заслугам»

«Я впадаю в бешенство, становлюсь агрессивным»

## **В**

«Я погружаюсь в любимое дело, стараясь забыть о трудностях»

«Я стараюсь помочь людям и в заботах о них забываю о своих горестях»

«Стараюсь не думать, всячески избегаю сосредотачиваться на своих неприятностях»

«Стараюсь отвлечься и расслабиться (с помощью алкоголя, успокоительных средств, вкусной еды и т. п.)»

«Чтобы пережить трудности, я берусь за осуществление давней мечты (еду путешествовать, поступаю на курсы иностранного языка и т. п.)»

«Я изолируюсь, стараюсь остаться наедине с собой»

«Я использую сотрудничество со значимыми мне людьми для преодоления трудностей»

«Я обычно ищу людей, способных помочь мне советом»

## **Обработка и интерпретация результатов**

### **Варианты копинг-поведения по методике Э. Хейма**

#### *А. Когнитивные копинг-стратегии*

Игнорирование — «Говорю себе: в данный момент есть что-то важнее, чем трудности»

Смирение — «Говорю себе: это судьба, нужно с этим смириться»

Диссимуляция — «Это несущественные трудности, не все так плохо, в основном все хорошо»

Сохранение самообладания — «Я не теряю самообладания и контроля над собой в тяжелые минуты и стараюсь никому не показывать своего состояния»

Проблемный анализ — «Я стараюсь проанализировать, все взвесить и объяснить себе, что же случилось»

- Относительность — «Я говорю себе: по сравнению с проблемами Других людей мои — это пустяк»
- Религиозность — «Если что-то случилось, то так угодно Богу»
- Растерянность — «Я не знаю что делать и мне временами кажется, что мне не выпутаться из этих трудностей»
- Придача смысла — «Я придаю своим трудностям особый смысл, преодолевая их, я совершенствуюсь сам»
- Установка собственной ценности — «В данное время я полностью не могу справиться с этими трудностями, но со временем смогу справиться и с ними, и с более сложными».

### *Б. Эмоциональные копинг-стратегии*

- Протест — «Я всегда глубоко возмущен несправедливостью судьбы ко мне и протестую»
- Эмоциональная разрядка — «Я впадаю в отчаяние, я рыдаю и плачу»
- Подавление эмоций — «Я подавляю эмоции в себе»
- Оптимизм — «Я всегда уверен, что есть выход из трудной ситуации»
- Пассивная кооперация — «Я доверяю преодолению своих трудностей другим людям, которые готовы помочь мне»
- Покорность — «Я впадаю в состояние безнадежности»
- Самообвинение — «Я считаю себя виноватым и получаю по заслугам»
- Агрессивность — «Я впадаю в бешенство, становлюсь агрессивным»

### *В. Поведенческие копинг-стратегии*

- Отвлечение — «Я погружаюсь в любимое дело, стараясь забыть о трудностях»
- Альтруизм — «Я стараюсь помочь людям и в заботах о них забываю о своих горестях»
- Активное избегание — «Стараюсь не думать, всячески избегаю сосредотачиваться на своих неприятностях»
- Компенсация — «Стараюсь отвлечься и расслабиться (с помощью алкоголя, успокоительных средств, вкусной еды и т. п.)»
- Конструктивная активность — «Чтобы пережить трудности, я берусь за осуществление давней мечты (еду путешествовать, поступаю на курсы иностранного языка и т. п.)»
- Отступление — «Я изолируюсь, стараюсь остаться наедине с собой»
- Сотрудничество — «Я использую сотрудничество со значимыми мне людьми для преодоления трудностей»
- Обращение — «Я обычно ищу людей, способных помочь мне советом»

Виды копинг-поведения были распределены Е. Нейм на три основные группы по степени их адаптивных возможностей: адаптивные, относительно адаптивные и неадаптивные.

*Адаптивные варианты копинг-поведения*

Среди когнитивных копинг-стратегий к ним относятся:

«проблемный анализ»,

«установка собственной ценности»,

«сохранение самообладания» — формы поведения, направленные на анализ возникших трудностей и возможных путей выхода из них, повышение самооценки и самоконтроля, более глубокое осознание собственной ценности как личности, наличие веры в собственные ресурсы в преодолении трудных ситуаций.

Среди эмоциональных копинг-стратегий:

«протест»,

«оптимизм» — эмоциональное состояние с активным возмущением и протестом по отношению к трудностям и уверенностью в наличии выхода в любой, даже самой сложной, ситуации.

Среди поведенческих копинг-стратегий:

«сотрудничество»,

«обращение»,

«альтруизм» — под которыми понимается такое поведение личности, при котором она вступает в сотрудничество со значимыми (более опытными) людьми, ищет поддержки в ближайшем социальном окружении или сама предлагает ее близким в преодолении трудностей.

*Неадаптивные варианты копинг-поведения*

Среди когнитивных копинг-стратегий к ним относятся:

«смирение»,

«растерянность»,

«диссимуляция»,

«игнорирование» — пассивные формы поведения с отказом от преодоления трудностей из-за неверия в свои силы и интеллектуальные ресурсы, с умышленной недооценкой неприятностей.

Среди эмоциональных копинг-стратегий:

«подавление эмоций»,

«покорность»,

«самообвинение»,

«агрессивность»

— варианты поведения, характеризующиеся подавленным эмоциональным состоянием, состоянием безнадежности, покорности и недо-

пущения других чувств, переживанием злости и возложением вины на себя и других.

Среди поведенческих копинг-стратегий:

- «активное избегание»,
- «отступление» — поведение, предполагающее избегание мыслей о неприятностях, пассивность, уединение, покой, изоляция, стремление уйти от активных интерперсональных контактов, отказ от решения проблем.

*Относительно адаптивные варианты копинг-поведения*

Их конструктивность зависит от значимости и выраженности ситуации преодоления

Среди когнитивных копинг-стратегий к ним относятся:

- «относительность»,
- «придача смысла»,
- «религиозность» — формы поведения, направленные на оценку трудностей в сравнении с другими, придание особого смысла их преодолению, вера в Бога и стойкость в вере при столкновении со сложными проблемами.

Среди эмоциональных копинг-стратегий:

- «эмоциональная разрядка»,
- «пассивная кооперация» — поведение, которое направлено либо на снятие напряжения, связанного с проблемами, эмоциональным отреагированием, либо на передачу ответственности по разрешению трудностей другим лицам.

Среди поведенческих копинг-стратегий:

- «компенсация»,
- «отвлечение»,
- «конструктивная активность» — поведение, характеризующееся стремлением к временному отходу от решения проблем с помощью алкоголя, лекарственных средств, погружения в любимое дело, путешествия, исполнения своих заветных желаний.

**Источники:** Карвасарский Б. Д. Методика исследования копинг-поведения у больных неврозами (в связи с задачами оценки эффективности психотерапии) / Б. Д. Карвасарский [и др.] ; НИПНИ им. В. М. Бехтерева. — Электрон. текстовые дан. — Санкт-Петербург : НИПНИ им. В. М. Бехтерева, 2005. — URL: (дата обращения: 21.02.2026) [24]

Набиуллина Р.Р., Тухтарова И.В. Механизмы психологической защиты и совладания со стрессом (определение, структура, функции, виды, психотерапевтическая коррекция): учебное пособие. — Казань. 2003. — С. 23–29. [13]

### 3.4 Шкала базовых убеждений (Янов-Бульман Р.; адаптация Падуна М.А., Котельниковой А.В., 2007)

Шкала базовых убеждений (англ., World assumptions scale, сокр. WAS) — опросник, основанный на когнитивной концепции базовых убеждений личности.

Разработана Ронни Янов-Бульман, адаптирована без стандартизации О. Кравцовой, затем адаптирована и рестандартизирована М.А. Падуном, А.В. Котельниковой.

**Назначение:** диагностика базовых убеждений.

Понятие «базисные убеждения» (или «базисные схемы») возникло и развивается на пересечении когнитивной, социальной, а также клинической психологии и психотерапии, которые (каждая со своих позиций) пытаются ответить на вопрос о том, каким образом индивид конструирует свои представления об окружающем мире и собственном «Я». В целом базисные убеждения можно определить как имплицитные, глобальные, устойчивые представления индивида о мире и о себе, оказывающие влияние на мышление, эмоциональные состояния и поведение человека.

Данный опросник разработан в рамках когнитивной концепции базовых убеждений личности. В соответствии с ней одним из базовых ощущений нормального человека является здоровое чувство безопасности (Janoff-Bulman, 1989, 1992). По мнению американского психолога Р. Янов-Бульман, оно основано на трех категориях базовых убеждений, составляющих ядро нашего субъективного мира:

1. Вера в то, что в мире больше добра, чем зла. В эту категорию входит отношение к окружающему миру вообще и отношение к людям.

2. Убеждение, что мир полон смысла. Обычно люди склонны верить, что события происходят не случайно, а контролируются и подчиняются законам справедливости.

3. Убеждение в ценности собственного «Я». Здесь основное значение имеют три аспекта: «Я хороший человек» (самоценность), «Я правильно себя веду» (контроль) и оценка собственной удачливости.

Таким образом, имплицитная концепция окружающего мира и собственного «Я» большинства здоровых людей может быть сформулирована следующим образом: «В этом мире хорошего гораздо больше, чем плохого. Если что-то плохое и случается, то это бывает, в основном с теми, кто делает что-то не так. Я хороший человек, следовательно, могу чувствовать себя защищенным от бед». Однако есть ситуации (экстремальный негативный опыт), резко противоречащие этой концепции. Их осмысление вызывает тяжелые и долговременные психологические проблемы: в одночасье индивид сталкивается с ужасом, порождаемым окружающим миром, а так-

же с собственной уязвимостью и беспомощностью; существовавшая ранее уверенность в собственной защищенности и неуязвимости оказывается иллюзией, повергающей личность в состояние дезинтеграции. Процесс же совладания с травмой, по Янофф-Бульман, состоит в восстановлении базисных убеждений: в случае успеха они становятся качественно иными, по сравнению с тем, какими были до травмы, однако восстановление происходит не полностью, а только до определенного уровня, освобождающего человека от иллюзии собственной неуязвимости. Картина мира индивида, пережившего психическую травму и успешно совладавшего с ней, таким образом, примерно такова: «Мир доброжелателен и справедлив ко мне. Я обладаю правом выбора. Но так бывает не всегда».

Концепт базисных убеждений широко применяется в психологии посттравматического стресса для исследования механизмов психической травмы. Травматические события оказывают влияние на различные подсистемы индивидуально-личностной структуры, изменяя физическое, поведенческое, эмоциональное, социальное и когнитивное функционирование человека. К наиболее значимым когнициям, связанным с выраженностью симптоматики посттравматического стрессового расстройства (далее — ПТСР), относят убеждение о враждебности и опасности внешнего мира и представления о собственном «Я» как слабом и некомпетентном.

Негативный опыт вызывает долговременные и тяжелые психологические проблемы. Чувство беспомощности и потери контроля над собственной жизнью может сохраняться еще долгое время после того, как исчезнут первоначальные симптомы ПТСР. Таким образом, базовые убеждения как в отношении самого себя, так и в отношении окружающего мира могут существенно отличаться у лиц, переживших травматическое событие и не переживших такового.

С целью диагностики базовых убеждений Р. Янов-Бульман разработала «Шкалу базовых убеждений», выявляющую восемь категорий убеждений, на основе которых вычисляются три вышеупомянутых базовых убеждения:

- 1) благосклонность мира (англ., BW, benevolence of world);
- 2) доброта людей (англ., BP, benevolence of people);
- 3) справедливость мира (англ., J, justice);
- 4) контролируемость мира (англ., C, control);
- 5) случайность как принцип распределения происходящих событий (англ., R, randomness);
- 6) ценность собственного «Я» (англ., SW, self-worth);
- 7) степень самоконтроля (контроля над происходящими событиями) (англ., SC, self-control),
- 8) степень удачи, или везения (англ., L, luckiness).

В адаптации Падуна М.А. и Котельниковой А.В. опросник состоит из 5 шкал:

1. Доброжелательность окружающего мира.
2. Справедливость.
3. Образ «Я».
4. Удача.
5. Убеждения о контроле.

Для того чтобы иметь возможность сопоставлять показатели, полученные на основе распределений разной формы, сравнивать относительную выраженность характеристик базисных убеждений в когнитивной модели мира каждого индивида, строить «диагностический» профиль и т.п., нелинейным преобразованием «сырых» данных и переводом их в шкалу стенов — так называемую «стандартную десятку» ( $M=5.5$ ,  $SD=2$ ) — были получены нормализованные стандартные показатели — стенов.

Опросник состоит из 37 утверждений.

Примерное время тестирования 10–15 минут.

### Инструкция

Оцените, пожалуйста, насколько Вы согласны или не согласны с приведенными ниже утверждениями и отметьте галочкой одну из граф напротив каждого утверждения в соответствии со шкалой:

1. совершенно не согласен
2. не согласен
3. не совсем согласен
4. в общем-то, согласен
5. согласен
6. полностью согласен

Утверждение	1	2	3	4	5	6
1. Как правило, несчастья случаются с людьми из-за ошибок, которые они совершили.						
2. Мне часто кажется, что во мне слишком мало хорошего.						
3. В общем-то, судьба ко мне благосклонна.						
4. Вряд ли что-то сможет помешать мне получить от жизни все, что я хочу.						
5. Я полагаю, что людям доверять нельзя.						
6. Непорядочные люди очень редко получают по заслугам.						

<b>Утверждение</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
7. У меня есть основания быть о себе невысокого мнения.						
8. Мне кажется, что я не так удачлив(а), как большинство людей.						
9. Как правило, я в состоянии действовать так, чтобы получить максимально благоприятный результат.						
10. Я опасаясь, что человек, которому я доверюсь, может предать меня.						
11. Как правило, хорошим людям сопутствуют счастье и удача.						
12. Можно сказать, что я себе нравлюсь.						
13. Люди по природе своей недружелюбны и злы.						
14. В моей жизни, как правило, не приходится рассчитывать на удачное стечение обстоятельств.						
15. В целом, люди достойны доверия.						
16. Полагаю, что я в силах сделать все возможное, чтобы предотвратить неудачи.						
17. Меня вполне можно назвать интересным и привлекательным человеком.						
18. По большому счету, людей не очень-то волнуют проблемы других.						
19. Вряд ли я могу полностью довериться кому-либо.						
20. Удача улыбается мне значительно реже, чем другим.						
21. Если посмотреть внимательно, то увидишь, что мир полон добра.						
22. В большинстве случаев хорошие люди получают то, что заслуживают в жизни.						
23. Мои достоинства вполне перевешивают мои недостатки.						
24. Я считаю, что в целом бессмысленно предпринимать какие-либо меры для защиты себя от неудач.						
25. Фортуна слишком часто поворачивается ко мне спиной.						
26. Сомневаюсь, что я в состоянии контролировать события, которые происходят в моей жизни.						
27. Мне кажется, что если я буду откровенен(а) с людьми, они используют это против меня.						

Утверждение	1	2	3	4	5	6
28. Я считаю, что мне часто везет.						
29. С достойными, хорошими людьми неудачи случаются так же часто, как и с плохими.						
30. Мне вполне по силам выбрать максимально выигрышную стратегию поведения в сложных жизненных ситуациях.						
31. Люди в большинстве своем добры и готовы прийти на помощь.						
32. Оглядываясь назад, я понимаю, что случай был ко мне благосклонен.						
33. Доверять людям небезопасно.						
34. Если человек совершает хорошие поступки, то судьба, как правило, к нему благосклонна.						
35. В общем-то, я ценю себя достаточно высоко.						
36. Я вполне везучий человек.						
37. Сомневаюсь, что могу быть достаточно интересным(ой) и привлекательным(ой) для многих людей.						

### Обработка и интерпретация

Баллы по шкалам суммируются. Если утверждение входит в шкалу в противоположном значении, значение пункта вычитается из 7.

Шкала	Пункты в прямом значении	Пункты в обратном значении
Доброжелательность окружающего мира	15, 31	5, 10, 13, 18, 19, 27, 33
Справедливость	11, 21, 22, 34	6, 29
Образ «Я»	12, 17, 23, 35	2, 7, 37
Удача	3, 28, 32, 36	8, 14, 20, 25
Убеждения о контроле	1, 4, 9, 16, 30	24, 26

Для того чтобы иметь возможность сопоставлять показатели, полученные на основе распределений разной формы, сравнивать относительную выраженность характеристик базисных убеждений в когнитивной модели мира каждого индивида, строить «диагностический» профиль и т.п., нелинейным преобразованием «сырых» данных и переводом их в шкалу стенов — так называемую «стандартную десятку» ( $M=5.5$ ,  $SD=2$ ) — были получены нормализованные стандартные показатели:

Стены	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Доброжелательность окружающего мира	9-21	22-24	25-26	27-29	30-31	32-34	35-37	38-39	40-42	43-54
Справедливость	6-15	16-17	18-19	20	21-22	23-24	25-26	27-28	29	30-36
Образ «Я»	7-18	19-20	21	22-23	24-25	26	27-28	29-30	31	32-42
Удача	8-20	21-22	23	24-25	26-27	28	29-30	31-32	33-34	35-48
Убеждения о контроле	7-18	19-20	21-22	23-24	25	26-27	28-29	30-31	32-33	34-42

Примечание: методику следует применять по особому запросу, поскольку основное предназначение методики — клинико-психологическая диагностика лиц, переживших психическую травму, предположительно находящихся в состоянии депрессии. Методика позволяет выделить наиболее проблемные области когнитивной сферы, коррекция которых возможна в процессе психотерапии.

**Источник:** Падун М.А., Котельникова А.В. Методика исследования базисных убеждений личности. — М.: Лаборатория психологии и психотерапии посттравматического стресса ИПРАН. 2007. — 206 с. [14]

### 3.5 Методика диагностики степени удовлетворенности основных потребностей (Скворцов В.В., 1986)

**Цель:** выявить базовые потребности-мотиваторы личности и группы.

#### Краткое описание

Первая публикация методики в источнике «Способы разрешения конфликтов». В основу методики заложены основные положения теории иерархии потребностей Абрахама Маслоу. Вместо физиологических потребностей, лежащих в основании иерархии потребностей, В.В. Скворцов ввел потребность в материальном обеспечении жизни. Методика выявляет относительную удовлетворенность, то есть удовлетворенность данной потребности по сравнению с другими потребностями. Основой методики является процедура парных сравнений. Знание таких потребностей позволяет эффективно строить систему мотивации в рабочей группе, а ее членам — понимать, ради чего они готовы работать. В результате интерпретации теста испытуемый получает список мотивирующих его в данный момент потребностей (неудовлетворенные потребности), а также список удовлетворенных и частично удовлетворенных потребностей, которые в данный момент не играют решающую роль в активности индивида.

#### Инструкция:

Перед вами 15 утверждений, которые вы должны оценить, попарно сравнивая их между собой. Сначала оцените 1-е утверждение со 2-ым, 3-им



### **Ключ и интерпретация:**

а) Закончив работу, подсчитайте количество баллов (т. е. выборов), выпавших на каждое утверждение.

Выберите 5 утверждений, получивших наибольшее количество баллов и расположите их по иерархии.

Это ваши главные потребности.

б) Для определения степени удовлетворенности 5-ти главных потребностей, подсчитайте сумму баллов по пяти секциям по следующим вопросам;

1. Материальные потребности: 4, 8, 13;
2. Потребности в безопасности: 3, 6, 10;
3. Социальные (межличностные) потребности: 2, 5, 15;
4. Потребности в признании: 1, 9, 12;
5. Потребности в самовыражении: 7, 11, 14.

### **Результаты**

Подсчитайте суммы баллов по каждой из 5-ти секций и отложите на вертикальной оси графика результата. По точкам-баллам постройте общий график результата, который укажет три зоны удовлетворенности по пяти потребностям.

**Источник:** Бойкина Е.Э., Гурина О.Д., Буслаева Е.Л. Психодиагностика (практические занятия). Часть 1: учебно-методическое пособие. — М.: МГППУ. 2024. — 239 с. [15]

## **3.6 Индивидуально-типологический опросник, ИТО (Собчик Л.Н., 1995)**

**Цель:** оценка преобладающих индивидуально-личностных свойств (ведущих тенденций)

**Возраст:** от 15 лет

### **Краткое описание**

В основе опросника лежит авторская теория ведущих тенденций. Методика представляет собой 91 вопрос. Система оценки представлена в балльной шкале. Предъявляется в виде бланка и регистрационного листа. В процессе анализа результатов ответы испытуемого подсчитываются в соответствии с ключами. Методика включает в себя такие шкалы как: Ложь, Агравация, Экстраверсия, Спонтанность, Агрессивность, Ригидность, Интроверсия, Сензитивность, Тревожность, Лабильность.

Интерпретация результатов позволяет оценить 4 уровня: невыраженность тенденции (низкое самопонимание или неоткровенность при обследовании), норму, акцентуированные черты, дезадаптивный уровень. Также оцениваются избыточно выраженные тенденции, компенсированные полярными свойствами. Также методика позволяет оценить социально-психологические аспекты (Лидерство, Неконформность, Конфликтность, Индивидуализм, Зависимость, Конформность, Компромиссность, Коммуникативность), образуемые при высоких показателях по соседствующим типологическим свойствам.

### **Инструкция**

Прочитав каждое утверждение, поставьте в регистрационном листе напротив номера утверждения «Да», если согласны с утверждением, или «Нет», если не согласны.

1. Я постараюсь ответить к исследованию ответственно и быть максимально искренним.
2. У меня очень сложный и трудный для окружающих характер.
3. Я лучше справляюсь с работой в тиши и одиночестве, чем в присутствии многих людей или в шумном месте.
4. Решая серьезные проблемы, я, как правило, обхожусь без посторонней помощи.
5. Я очень редко заговариваю первым с незнакомыми людьми.
6. Для меня важно, что подумают другие о моих высказываниях и поступках.
7. Если будет нужно, я разрушу все преграды на пути к достижению цели.
8. Я часто тревожусь по пустякам.
9. В моих неудачах виноваты определенные люди.
10. Для меня важно иметь общее мнение с теми людьми, с которыми я обычно общаюсь.
11. Меня мало касается все, что случается с другими людьми.
12. Мне интересны яркие, артистичные личности.
13. Мне нет дела до чужих страданий: хватает своих.
14. В шумной компании я чаще всего — в роли только наблюдателя.
15. Для меня невыносимо наблюдать страдания других людей.
16. Я — человек абсолютно правдивый и искренний.
17. Все мои беды связаны с собственным неумением ладить с людьми.
18. Меня часто тянет к шумным компаниям.
19. Принимая важное решение, я всегда действую самостоятельно.
20. Мне всегда приятно заводить новых знакомых.
21. Берясь за какое-либо дело, я не стану долго раздумывать прежде чем начать действовать.

22. Меня раздражают люди, пытающиеся изменить мое мнение, когда я уверен в своей правоте.

23. Я часто волнуюсь за близких мне людей даже без серьезного повода.

24. Я не могу терпеть, когда кто-нибудь меняет заведенным мною порядок.

25. Я умею привлекать к себе внимание окружающих меня людей.

26. В жизни я твердо придерживаюсь определенных принципов.

27. Люблю посещать компании, где можно танцевать или петь.

28. Я чрезвычайно чувствителен к изменениям в настроении окружающих меня людей.

29. Я могу, не смущаясь, дурачиться в веселой компании.

30. Я спокойно отношусь к тому, что кто-то рядом переживает по поводу своих неприятностей.

31. Я никогда не поступаю как эгоист.

32. Часто бывает так, что из-за меня у окружающих портится настроение.

33. Интересные идеи приходят мне в голову чаще, когда я один, а не в присутствии многих людей.

34. Я могу взять на себя ответственность за целую группу людей для пользы дела.

35. Мне трудно преодолеть застенчивость, когда нужно говорить перед группой людей.

36. Мнение старших по возрасту и положению большого значения для меня не имеет.

37. Мне не трудно заставить других людей действовать так, как я считаю нужным.

38. Я так сильно переживаю неудачи, что у меня ухудшается самочувствие.

39. Я всегда бываю упрям в тех случаях, когда уверен в своей правоте.

40. Если в компании я не нахожусь в центре внимания, мне становится скучно и неинтересно.

41. Никто не может навязать мне свое мнение.

42. Мне нравится путешествовать с разными, каждый раз новыми попутчиками.

43. Я могу изменить свое мнение под давлением окружающих.

44. В поезде я с удовольствием провожу время в беседе с попутчиками.

45. Я никогда не вру.

46. Я никогда не откладываю на завтра то, что следовало бы сделать сегодня.

47. Я вечно ничем не доволен.

48. Я люблю одиночество, позволяющее мне сосредоточиться на своих мыслях.
49. Я умею заинтересовать людей и повести их за собой.
50. Мне нравится командовать другими.
51. Я умею дать отпор тем, кто вмешивается в мои дела.
52. Мне бывает неловко за высказывания и поступки моих близких.
53. Мне нередко приходилось в драке защищать свои права.
54. Я испытываю чувство вины (или даже стыда), если меня преследуют неудачи.
55. Мое настроение находится в сильной зависимости от настроения тех, кто меня окружает.
56. Я добиваюсь своего упорством и настойчивостью.
57. Мне часто бывает скучно, когда вокруг все веселятся.
58. Мое грустное настроение легко исправляется, если я смотрю в кино или по телевизору комедийное представление.
59. Ради сохранения добрых отношений я могу отказаться от своих намерений.
60. Я всегда придерживаюсь общепринятых правил поведения.
61. Меня любят все мои друзья.
62. У меня трагичная судьба.
63. У меня много близких людей.
64. Я самый несчастный человек на свете.
65. Мне проще надеяться на других, чем брать на себя ответственность, даже если речь идет о моих проблемах.
66. Я стараюсь быть таким как «все», не выделяться среди других.
67. Я — человек спокойный, уравновешенный.
68. Я могу долго не реагировать на чьи — то шутки, но потом «взорваться» гневной реакцией.
69. Я очень чувствителен к изменениям погоды.
70. Я не люблю присутствовать на шумных застольях.
71. Я могу проявить безалаберность в делах, а потом понемногу приводить их в порядок.
72. Я люблю ходить в гости.
73. Мне все равно, что обо мне думают окружающие.
74. Я волнуюсь только по поводу очень больших неприятностей.
75. Я никогда не испытываю желаний выругаться.
76. Я никого никогда не обманывал
77. Мне никто не нужен и я никому не нужен.
78. Я — человек застенчивый.
79. Мне ужасно не везет в жизни.
80. Я часто стараюсь следовать советам более авторитетной личности.

81. Я бы очень переживал, если бы кто-то задел или обидел.  
82. Меня ничем не испугать.  
83. Я часто пользуюсь чужими советами при решении своих проблем.  
84. В своих неудачах я в первую очередь виню самого себя.  
85. Я совершенно не обращаю внимания на свой стиль одежды.  
86. Я не стараюсь планировать свое ближайшее будущее и работу.  
87. Когда меня зовут в гости, я чаще всего думаю: «Лучше бы мне остаться дома».  
88. Я ничего не знаю о личных проблемах окружающих меня людей.  
89. Малейшая неудача резко снижает мое настроение.  
90. Я никогда не сержусь.  
91. Я отвечал на все вопросы очень правдиво.

## РЕГИСТРАЦИОННЫЙ ЛИСТ (ИТО)

ФИО \_\_\_\_\_

Пол \_\_\_\_\_

Возраст \_\_\_\_\_

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
41	42	43	44	45	46	47	48	49	50
51	52	53	54	55	56	57	58	59	60
61	62	63	64	65	66	67	68	69	70
71	72	73	74	75	76	77	78	79	80
81	82	83	84	85	86	87	88	89	90
91									

## КЛЮЧ (ИТО)

### Значимые ответы

Ложь	да	16, 31, 45, 46, 60, 61, 75, 76, 90
Агравация	да	2, 17, 32, 47, 62, 64, 77, 79
I. Экстраверсия	да	12, 27, 29, 42, 44, 72
	нет	14, 57, 87
II. Спонтанность	да	4, 19, 21, 34, 49, 50
	нет	6, 65, 80
III. Агрессивность	да	7, 22, 36, 37, 51, 53, 68
	нет	66, 81
IV. Ригидность	да	9, 24, 26, 39, 41, 56
	нет	71, 83, 86
V. Интроверсия	да	3, 5, 33, 35, 48, 78
	нет	18, 20, 63
VI. Сензитивность	да	15, 28, 43, 59, 89
	нет	11, 13, 30, 74
VII. Тревожность	да	8, 23, 38, 52, 54, 69, 84
	нет	67, 82
VIII. Лабильность	да	10, 25, 40, 55, 58
	нет	70, 73, 85, 88

## КЛЮЧ-ШАБЛОН (ИТО)

1 +	2 (Ar) +	3 (V) +	4 (II) +	5 (V) +	6 (II) -	7 (III) +	8 (VI) +	9 (IV) +	10 (VIII) +
11 (VI) -	12 (I) +	13 (VI) -	14 (I) -	15 (VI) +	16 (Л) +	17 (Л) +	18 (V) -	19 (II) +	20 (V) -
21 (II) +	22 (III) +	23 (VII) +	24 (IV) +	25 (VII) +	26 (IV) +	27 (I) +	28 (VI) +	29 (I) +	30 (VI) -
31 (Л) +	32 (Ar) +	33 (V) +	34 (II) +	35 (V) +	36 (III) +	37 (III) +	38 (VI) +	39 (IV) +	40 (VIII) +
41 (IV) +	42 (I) +	43 (VI) +	44 (I) +	45 (Л) +	46 (Л) +	47 (Ar) +	48 (V) +	49 (VI) +	50 (VI) +
51 (III) +	52 (VII) +	53 (III) +	54 (VI) +	55 (VII) +	56 (IV) +	57 (I) -	58 (VIII) +	59 (VI) +	60 (Л) +
61 (Л) +	62 (Ar) +	63 (V) -	64 (Ar) +	65 (II) -	66 (III) -	67 (VI) -	68 (III) +	69 (VI) +	70 (VII) -
71 (IV) -	72 (I) +	73 (VIII) -	74 (VI) -	75 (Л) +	76 (Л) +	77 (Ar) +	78 (V) +	79 (Ar) +	80 (II) -
81 (III) -	82 (VI) -	83 (IV) -	84 (VI) +	85 (VII) -	86 (IV) -	87 (I) -	88 (VIII) -	89 (VI) +	90 (Л) +

## БЛАНК. ШКАЛЫ ИЗМЕРЕНИЯ ИНДИВИДУАЛЬНО-ТИПОЛОГИЧЕСКИХ СВОЙСТВ (ИТО)

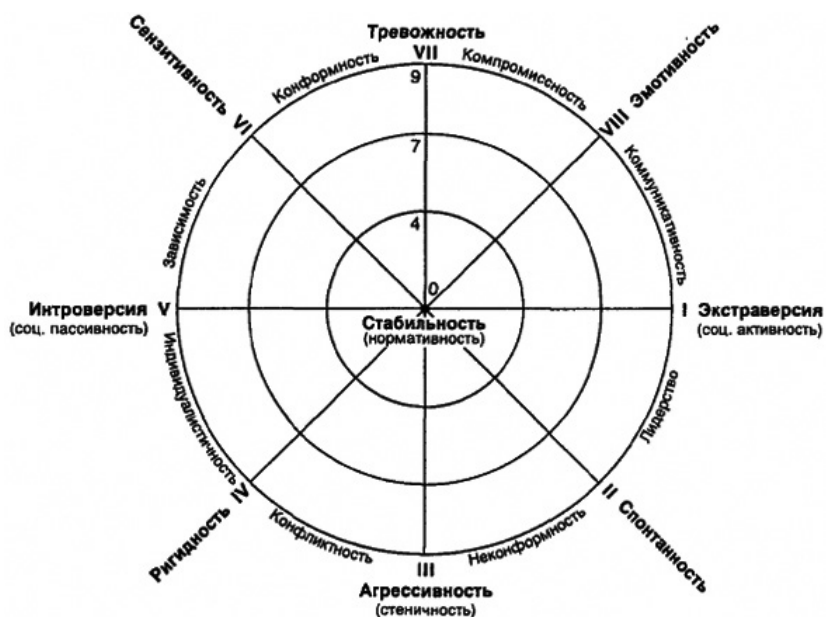


Рисунок. Шкалы измерения индивидуально-типологических свойств (ИТО)

### Подсчет баллов и интерпретация (ИТО)

Полученные ответы подсчитываются по приведенному выше Ключу.

По каждой из восьми шкал суммируются значимые ответы, полученные баллы откладываются на соответствующем радиусе. Интерпретация полученных данных находится в прямой зависимости от количества баллов на каждом радиусе.

■ Показатели в пределах нормы (3–4 балла) — гармоничная личность.

■ Показатели, повышенные умеренно (5–7 баллов), — акцентуированные черты.

■ Показатели, выраженные избыточно (8–9 баллов), — дезадаптирующие свойства. Сильно выраженные тенденции, компенсированные полярными свойствами (то есть антитенденциями), являются свидетельством значительной эмоциональной напряженности и признаком наличия внутреннего конфликта, если показатели выше 5 баллов.

■ Показатели от 0 до 2-х баллов указывают на гипоемотивность, плохое самопонимание или неоткровенность при тестировании.

Полученные по каждой учитываемой шкале баллы откладываются на соответствующих радиусах схемы ниже:

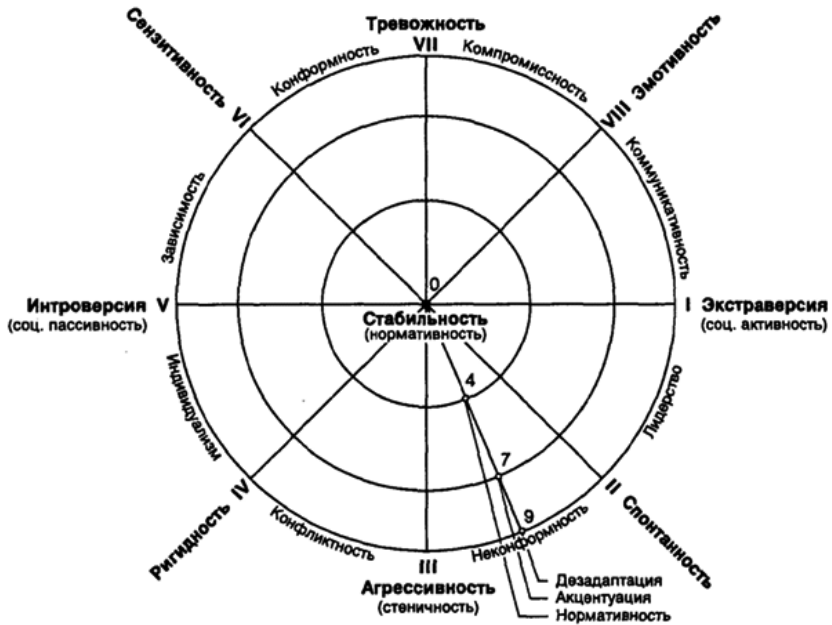


Рисунок. Шкалы измерения индивидуально-типологических свойств (ИТО)

Социально-психологические аспекты (лидерство, компромиссность и т.д.) проявляются как акцентуированный или дезадаптирующий стиль межличностного поведения при выраженных показателях (более 4-х баллов) соседствующих типологических свойств. При этом:  $\frac{3}{4}$  если по шкале лжи (неискренность) результат превышает 5 баллов — данные недостоверны.  $\frac{3}{4}$  если по шкале аггравации (подчеркивание проблем) подсчитано более 5 баллов — результаты недостоверны.

Экстраверсия (I показатель) при умеренной степени выраженности свидетельствует о нормальной общительности, при высоких баллах — более 7 — отражает повышенную общительность, сопровождающуюся поверхностностью и отсутствием глубины в отношениях с окружающими.

Интроверсия (V) представляет собой полярное свойство, отражающее погруженность индивида в мир собственных фантазий и мечты,

застенчивость в межличностных контактах при умеренных баллах. Избыточная степень выраженности данного свойства (более 7 баллов) проявляется в замкнутости, стремлении к избеганию общения с окружающими, крайней избирательности в контактах.

Тревожность (VII показатель) при умеренных баллах (3–4) свидетельствует лишь об осторожности в принятии решений, ответственности по отношению к окружающим, социальной созвучности среде; при повышенных баллах (5–6) можно говорить о тревожномнительных чертах характера; при более высоких показателях (7–9) эта шкала выявляет избыточную тревожность, боязливость, склонность к навязчивым стихам и паническим реакциям.

Шкала агрессивности (III) при результатах 3–4 балла соответствует достаточно уверенной тенденции самоутверждения, активной самореализации, отстаивания своих интересов и лишь при высоких баллах (выше 6) указывает на эгоцентризм и склонность к агрессивной манере самоутверждения вопреки интересам окружающих, вплоть до явных агрессивных высказываний или действий (8–9).

Спонтанность (II) раскованное самоутверждение, наступательность, стремление к лидированию; в сочетании с экстраверсией (I) и агрессивностью (III), формирует «сильный» (гипертимный) тип поведения с наиболее четко выраженными типологическими свойствами.

Сензитивность (VI) (чувствительность, ориентация на авторитет более сильной личности, конформность, черты зависимости), вместе с интроверсией (I) и тревожностью (VII), формирует атрибутику «слабой» (гипотимной) конституциональной структуры. Нижняя часть круга (см. рис. 2) включает в себя те типологические свойства, которые проявляются как более выраженная ориентация не на средовое воздействие, а на собственные субъективно обусловленные установки, гомономность. Напротив, верхняя его часть представляет типологические тенденции, указывающие на подвластность воздействию среды гетерономность).

Противопоставляемые друг другу типологические свойства ригидности (IV) и эмотивности (VIII) формируют в свою очередь два полярных типа, представляющих собой смешанные варианты по отношению к чисто гипертимному и чисто гипотимному. Один из них — ригидный характеризуется сочетанием субъективизма интроверта с инертностью (тугоподвижностью) установок и настойчивостью личности, склонной к педантизму и настороженной подозрительности. Чем выше баллы по шкале ригидности, тем конфликтнее поведение данного человека. Другой — эмотивный — отличается выраженной изменчивостью настроения, мотивационной неустойчивостью, повышенной лабильностью, чертами демонстративности (личность, ищущая признания).

Промежуточные характеристики представляют собой сплав соседствующих на схеме свойств, синтез двух ведущих тенденций, которые формируют дериватные свойства, отражающиеся в социальной активности индивида.

Конформность проявляется на стыке таких ведущих тенденций как тревожность и сензитивность: конформность как стиль поведения базируется на типологических свойствах неуверенности в себе и избыточной ориентированности на общепринятые нормы поведения.

Повышенная тревожность в сочетании с эмоциональной неустойчивостью в эксперименте показали высокую корреляцию с таким социально-психологическим свойством как компромиссность (одновременное стремление к самоутверждению и к избеганию конфликта с референтной группой). Зависимость как стиль взаимодействия с микросоциумом оказалась тесно связанной с такими типологическими свойствами, как интроверсия (склонность к уходу в мир идеалов, застенчивость, замкнутость) и сензитивность (чувствительность и ранимость в отношении средовых воздействий с выраженной потребностью в глубокой и постоянной привязанности и в защите со стороны более сильной личности); эти тенденции создают почву для поведения, направленного на избегание конфликта и поиск щадящей социальной ниши.

Лидерство как свойство, проявляющееся в норме самостоятельностью в принятии решения, предприимчивостью и стремлением быть ведущим, а не ведомым, формируется сочетанием умеренно выраженной спонтанности и агрессивности (как продолжение высокой активности); однако при высоких показателях (8–9 баллов) отражает самоуверенность и неумение соблюдать субординацию по отношению к старшим по должности или по возрасту лицам или даже самовлюбленность и манию величия.

На стыке таких свойств, как эмотивность и экстраверсия, проявляется коммуникативность. Этому способствуют демонстративность и поиски признания неустойчивой личности в сочетании с высокой социальной активностью экстраверта. В то же время следует подчеркнуть, что социальная пассивность, базирующаяся на интроверсии, здесь рассматривается как свойство неоднозначное: имеется в виду менее выраженная реактивность внешних проявлений чувств при одновременно более богатой интрапсихической активности, что проявляется как высокая рефлексивность (чувствительность к внешним воздействиям), напряженная внутриличностная работа по самосовершенствованию, склонность к мечтам и фантазированию. Напротив, социальная активность рассматривается как склонность к широким контактам, разговорчивость и двигательная раскрепощенность в сочетании со сниженной склонностью к самосовершенствованию и тенденцией к самонаблюдению.

Индивидуализм формируется сочетанием интроверсии с ригидностью и характеризуется устойчивостью собственного, временами достаточно самобытного и субъективного мнения. Сочетание ригидности с агрессивностью выражается в конфликтном и неконформном стиле поведения. Если конформность в норме проявляется как хранительница традиций и устоев общества, то неконформность — тенденция к отвержению общепринятых канонов и устаревших догм, спутница радикализма и прогресса, которая при низком уровне развития или при патологии ведет к антисоциальным формам поведения. Среди женщин чаще встречаются сензитивный, тревожный и эмотивный типы реагирования, уходящие корнями в тормозимые и лабильные свойства нервной системы. Среди мужчин чаще можно наблюдать спонтанный, агрессивный и ригидный типы реагирования, базирующиеся на импульсивных, возбудимых и тугоподвижных свойствах нервной системы.

Кроме того, некоторые сочетания не соседствующих на схеме тенденций дают новые типологические паттерны. Так, комбинация спонтанности с интроверсией характерна для экспансивных шизоидов, а склонность к перепадам настроения (колебаниям между интроверсией и экстраверсией) свойственна циклотимным личностям.

Изучение индивидуального стиля когнитивной деятельности в сравнительном анализе с данными типологического опросника позволило обнаружить следующие закономерности: социально активные коммуникабельные экстраверты отличаются преобладанием правополушарных характеристик: освоение новой информации дается им легче через разговорное общение. Среди них эмоционально лабильные и тревожные личности с компромиссным стилем социального поведения отличаются художественным, наглядно-образным типом восприятия, склонностью к опоре на цельно-чувственные образы, что способствует формированию — в профессиональном плане — тяги к таким видам деятельности, где человек оказывается эмоционально вовлеченным в контакты с окружением, может перевоплощаться в разные социальные роли и быть в центре внимания окружающих а также проявлять свои художественные наклонности.

Спонтанные, склонные к лидированию, неконформные личности, отличающиеся такой же целостностью восприятия при усвоении новой информации больше ориентированы на собственную интуицию. Их знание или понимание проблемы может опережать опыт. В процессе принятия решений они руководствуются догадкой, предвосхищением и способны на основании минимальной информации выстроить целое, пренебрегая детальной проработкой изучаемого материала. Их профессиональная деятельность лежит преимущественно в сфере предпринимательства, организации, администрирования.

Близкие к этой группе спонтанно-стеничные личности больше стремятся к двигательной, а не мыслительной активности. Среди них большинство выбирает спортивную деятельность, путешествия, военную службу, профессии, связанные с повышенными физическими нагрузками, подвижностью и риском. Полярный им тревожный тип чаще встречается среди воспитателей, учителей и представителей других профессий, требующих самоотречения и нуждающихся в щадящей социальной нише (священнослужители, миссионеры, общественные деятели, борцы за воплощение в жизнь гуманных идей). Социально пассивные интроверты в большинстве своем характеризуется левополушарным когнитивным стилем. При этом лица, типологически относимые к сензитивным и тревожным (конформным и зависимым) личностям, больше ориентированы на вербальный стиль освоения материала (через словесную информацию). Поэтому они выбирают такие профессии, как преподавание, наука, канцелярская, библиотечная работа, филология и прочие гуманитарные виды деятельности. Социально пассивные индивидуалисты и ригидные личности усваивают и передают информацию языком символов, формул и цифр. Поэтому их профессиональный выбор чаще всего сводится к точным наукам, механике, физике, финансовому учёту, бухгалтерии, военной службе, ремеслам, шитью, конструированию и другим видам деятельности, где нужны точность, соразмерность движений, хороший глазомер. Их стиль мышления — системный, синтетический, прагматичный, складывающий целое из «кирпичиков» отдельных составляющих деталей. Сбалансированность и умеренная степень выраженности разных типологических свойств отражают стабильность и уравновешенность гармоничной личности. При дезадаптации эти тенденции усиливаются и заостряются в зависимости от predisпозиции. Признак инфантилизма у взрослых людей — высокие баллы по шкале экстраверсии в сочетании с выраженной спонтанностью или эмотивностью. Акцентуации характера проявляются высокими баллами по шкалам интроверсии и ригидности (шизотимные и паранойяльные личности), по шкалам интроверсии и спонтанности (экспансивные шизоиды), по шкалам спонтанности и агрессивности (импульсивные, возбудимые личности, антисоциальное поведение), по шкалам агрессивности и ригидности (эксплозивный тип акцентуации, эпилептоидные черты). Максимальные баллы (8–9) выявляют дезадаптивные (психопатические черты соответствующего паттерна. Для истерической психопатии характерны высокие показатели одновременно по двум полярным шкалам эмотивности и ригидности; для неврастенического варианта личности — сочетание высокой сензитивности со столь же высокой спонтанностью. Психосоматическая predisпозиция характеризуется повышенными по-

казателями ортогональных (полярных по значению) типологических свойств. Формируя психологическую компенсированность одного полярного признака другим, такой паттерн обрисовывает конфликтную разнонаправленность тенденции, которая создает почву для перевода социально-психологических проблем в соматические расстройства.

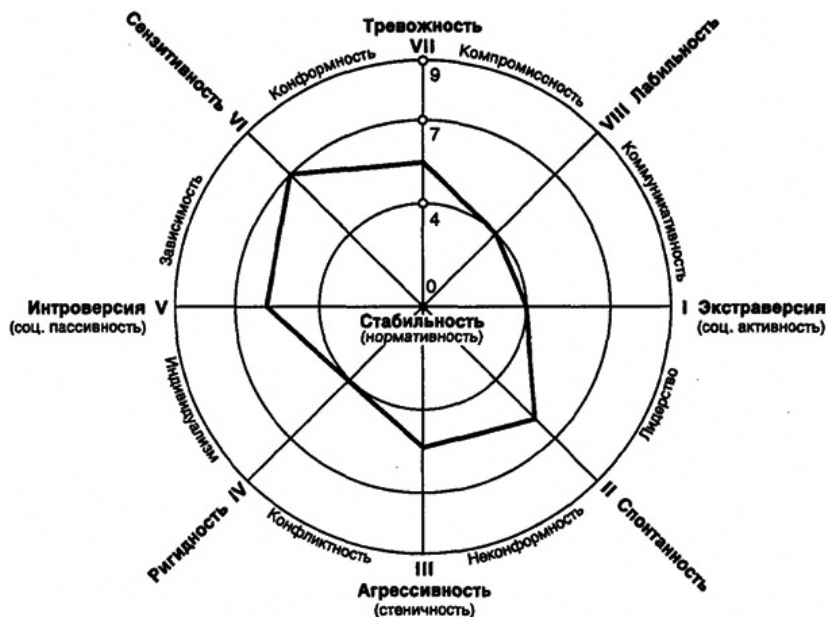


Рисунок. Образец изображения индивидуально-типологического портрета\*

\* При следующих количественных показателях: ложь — 2 балла, агрессия — 3 балла, экстраверсия — 4 балла, спонтанность — 6 баллов, агрессивность — 5 баллов, ригидность — 4 балла, интроверсия — 6 баллов, сензитивность — 7 баллов, тревожность — 5 баллов, лабильность — 4 балла.

**Примечание:**

для детей от 11 до 15 лет необходимо использовать детскую версию ИТО — Индивидуальный типологический детский опросник. (см. по: Собчик Л.Н. Психология индивидуальности. Теория и практика психодиагностики. — СПб.: Речь. 2005. — 624 с.)

**Источник:** Собчик Л.Н. Психология индивидуальности. Теория и практика психодиагностики. — СПб.: Речь. 2005. — 624 с. [16]

### **3.7 Модифицированный опросник для идентификации типов акцентуаций характера у подростков, МПДО (Личко А.Е.; модификация Подмазина М.И., 1994)**

#### **Назначение**

Опросник включает 143 утверждения, составляющих 10 диагностических и одну контрольную шкалу (шкалу лжи). В каждой шкале по 13 утверждений. Утверждения в тексте вопросника предъявляются в случайном порядке. Диагностируются гипертимный, циклоидный, лабильный, астено-невротический, сенситивный, тревожно-педантический, демонстративный, интровертированный, возбудимый и неустойчивый типы.

**Цель:** опросник направлен на диагностику типов акцентуаций характера у подростков.

#### **Инструкция**

Каждый человек хочет знать особенности своего характера, по крайней мере, его наиболее яркие, выпуклые черты. Знание своего характера позволяет управлять собой: лучше взаимодействовать с людьми, ориентироваться на определенный круг профессий и т.д. Ведь характер — это основа личности. Данный тест поможет Вам определить тип вашего характера, его особенности. Вам предложены Лист вопросов и Лист ответов. Прочитав в Листе ответов каждый вопрос-утверждение, решите: типично, характерно это для вас или нет. Если «ДА», то тогда обведите кружком номер этого вопроса на Листе ответов, если «НЕТ», то просто пропустите этот номер. Чем точнее и искреннее будут ваши выборы — тем лучше вы узнаете свой характер.

После того как Лист ответов будет заполнен, подсчитайте сумму набранных вами баллов по каждой строке (один номер, взятый в кружок, — это один балл). Проставьте эти суммы в конце каждой строки.

#### **Лист вопросов**

1. В детстве я был веселым и неутомным.
2. В младших классах я любил школу, а затем она начала меня тяготить.
3. В детстве я был таким же, как и сейчас: меня легко было огорчить, но и легко успокоить, развеселить.
4. У меня часто бывает плохое самочувствие.
5. В детстве я был обидчивым и чувствительным.
6. Я часто опасуюсь, что с моей мамой что-то может случиться.

7. Мое настроение улучшается, когда меня оставляют одного.
8. В детстве я был капризным и раздражительным.
9. В детстве я любил беседовать и играть со взрослыми.
10. Считаю, что самое важное — несмотря ни на что, как можно лучше провести сегодняшний день.
11. Я всегда сдерживаю свои обещания, даже если это мне невыгодно.
12. Как правило, у меня хорошее настроение.
13. Недели хорошего самочувствия сменяются у меня неделями, когда и самочувствие, и настроение у меня плохое.
14. Я легко перехожу от радости к грусти и наоборот.
15. Я часто испытываю вялость, недомогание.
16. К спиртному я испытываю отвращение.
17. Избегаю пить спиртное из-за плохого самочувствия и головной боли.
18. Мои родители не понимают меня и иногда кажутся мне чужими.
19. Я отношусь настороженно к незнакомым людям и невольно опасюсь зла с их стороны.
20. Я не вижу у себя больших недостатков.
21. От нотаций мне хочется убежать подальше, но если не получается, то молча слушаю, думая о другом.
22. Все мои привычки хороши и желательны.
23. Мое настроение не меняется от незначительных причин.
24. Я часто просыпаюсь с мыслью о том, что сегодня предстоит сделать.
25. Я очень люблю своих родителей, привязан к ним, но, бывает, сильно обижаюсь и даже ссорюсь.
26. Периодами я чувствую себя бодрым, периодами — разбитым.
27. Нередко я стесняюсь есть при посторонних людях.
28. Мое отношение к будущему часто меняется: то я строю радужные планы, то будущее кажется мне мрачным.
29. Я люблю заниматься чем-нибудь интересным в одиночестве.
30. Почти не бывает, чтобы незнакомый человек сразу внушил мне симпатию.
31. Люблю одежду модную и необычную, которая привлекает взоры.
32. Больше всего люблю сытно поесть и хорошо отдохнуть.
33. Я очень уравновешен, никогда не раздражаюсь и ни на кого не злюсь.
34. Я легко схожусь с людьми в любой обстановке.
35. Я плохо переношу голод — быстро слабею.
36. Одиночество я переношу легко, если оно не связано с неприятностями.

37. У меня часто бывает плохой, беспокойный сон.
38. Моя застенчивость мешает мне подружиться с теми, с кем мне хотелось бы.
39. Я часто тревожусь по поводу различных неприятностей, которые могут произойти в будущем, хотя повода для этого нет.
40. Свои неудачи я переживаю сам и ни у кого не прошу помощи.
41. Сильно переживаю замечания и отметки, которые меня не удовлетворяют.
42. Чаще всего я свободно чувствую себя с новыми, незнакомыми сверстниками, в новом классе, лагере труда и отдыха.
43. Как правило, я не готовлю уроки.
44. Я всегда говорю взрослым только правду.
45. Приключения и риск меня привлекают.
46. К знакомым людям я быстро привыкаю, незнакомые могут меня раздражать.
47. Мое настроение прямо зависит от школьных и домашних дел.
48. Я часто устаю к концу дня, причем так, что кажется — совсем не осталось сил.
49. Я стесняюсь незнакомых людей и боюсь заговорить первым.
50. Я много раз проверяю, нет ли ошибок в моей работе.
51. У моих приятелей бывает ошибочное мнение, будто бы я не хочу с ними дружить.
52. Бывают иногда дни, когда я без причины на всех сержусь.
53. Я могу сказать о себе, что у меня хорошее воображение.
54. Если учитель не контролирует меня на уроке, я почти всегда занимаюсь чем-нибудь посторонним.
55. Мои родители никогда не раздражают меня своим поведением.
56. Я могу легко организовать ребят для работы, игр, развлечений.
57. Я могу идти впереди других в рассуждениях, но не в действиях.
58. Бывает, что я сильно радуюсь, а потом сильно огорчаюсь.
59. Иногда я делаюсь капризным и раздражительным, а вскоре жалею об этом.
60. Я чрезмерно обидчив и чувствителен.
61. Я люблю быть первым там, где меня любят, бороться за первенство я не люблю.
62. Я почти не бываю полностью откровенным, как с приятелями, так и с родными.
63. Рассердившись, я могу начать кричать, размахивать руками, а иногда и драться.

64. Мне часто кажется, что при желании я мог бы стать актером.
65. Мне кажется, что тревожиться о будущем бесполезно — все само собой образуется.
66. Я всегда справедлив в отношениях с учителями, родителями, друзьями.
67. Я убежден, что в будущем исполнятся все мои планы и желания.
68. Иногда бывают такие дни, что жизнь мне кажется тяжелой, чем на самом деле.
69. Довольно часто мое настроение отражается в моих поступках.
70. Мне кажется, что у меня много недостатков и слабостей.
71. Мне бывает тяжело, когда я вспоминаю о своих маленьких ошибках.
72. Часто всякие размышления мешают мне довести начатое дело до конца.
73. Я могу выслушивать критику и возражения, но стараюсь все равно все сделать по-своему.
74. Иногда я могу так разозлиться на обидчика, что мне трудно удержаться, чтобы тут же не побить его.
75. Я практически никогда не испытываю чувство стыда или застенчивости.
76. Не испытываю стремления к занятиям спортом или физкультурой.
77. Я никогда не говорю о других дурно.
78. Люблю всякие приключения, охотно иду на риск.
79. Иногда мое построение зависит от погоды.
80. Новое для меня приятно, если обещает для меня что-то хорошее.
81. Жизнь кажется мне очень тяжелой.
82. Я часто испытываю робость перед учителями и школьным начальством.
83. Закончив работу, я долго волнуюсь по поводу того, что мог сделать что-то неверно.
84. Мне кажется, что другие меня не понимают.
85. Я часто огорчаюсь из-за того, что, рассердившись, наговорил лишнего.
86. Я всегда сумею найти выход из любой ситуации.
87. Люблю вместо школьных занятий сходить в кино или просто прогулять уроки.
88. Я никогда не брал в доме ничего без спроса.
89. При неудаче я могу посмеяться над собой.
90. У меня бывают периоды подъема, увлечений, энтузиазма, а потом может наступить спад, апатия ко всему.

91. Если мне что-то не удастся, я могу отчаяться и потерять надежду.
92. Возражения и критика меня очень огорчают, если они резкие и грубые по форме, даже если они касаются мелочей.
93. Иногда я могу расплакаться, если читаю грустную книгу или смотрю грустный фильм.
94. Я часто сомневаюсь в правильности своих поступков и решений.
95. Часто у меня возникает чувство, что я оказался ненужным, посторонним.
96. Столкнувшись с несправедливостью, я возмущаюсь и сразу же выступаю пробив нее.
97. Мне нравится быть в центре внимания, например, рассказывать ребятам разные забавные истории
98. Считаю, что лучшее времяпрепровождение — это когда ничего не делаешь, просто отдыхаешь.
99. Я никогда не опаздываю в школу или еще куда-нибудь
100. Мне неприятно оставаться долго на одном месте.
101. Иногда я так расстраиваюсь из-за ссоры с учителем или сверстниками, что не могу пойти в школу.
102. Я не умею командовать другими людьми.
103. Иногда мне кажется, что я тяжело и опасно болен.
104. Не люблю всякие опасные и рискованные приключения,
105. У меня часто возникает желание перепроверить работу, которую я только что выполнил.
106. Я боюсь, что в будущем могу остаться одиноким.
107. Я охотно выслушиваю наставления, касающиеся моего здоровья.
108. Я всегда высказываю свое мнение, если что-то обсуждается в классе.
109. Считаю, что никогда не надо отрываться от коллектива.
110. Вопросы, связанные с полом и любовью, меня совершенно не интересуют.
111. Всегда считал, что для интересного, заманчивого дела все правила можно обойти.
112. Мне иногда бывают неприятны праздники.
113. Жизнь научила меня быть не слишком откровенным даже с друзьями.
114. Я ем мало, иногда подолгу вообще ничего не ем.
115. Я очень люблю наслаждаться красотой природы.
116. Уходя из дому, ложась спать, я всегда проверяю: выключен ли газ, электроприборы, заперта ли дверь.

117. Меня привлекает только то новое, что соответствует моим принципам и интересам.

118. Если в моих неудачах кто-то виноват, я не оставляю его безнаказанным.

119. Если я кого-то не уважаю, мне удастся вест себя так, что он этого не замечает.

120. Лучше всего проводить время в разнообразных развлечениях.

121. Мне нравятся все школьные предметы.

122. Я часто бываю вожаком в играх.

123. Я легко переношу боль и физические страдания.

124. Я всегда стараюсь сдерживаться, когда меня критикуют или когда мне возражают.

125. Я слишком мнителен, беспокоюсь обо всем, особенно часто — о своем здоровье.

126. Я редко бываю беззаботно веселым.

127. Я часто загадываю себе различные приметы, и стараюсь строго следовать им, чтобы все было хорошо.

128. Я не стремлюсь участвовать в жизни школы и класса,

129. Иногда я совершаю быстрые, необдуманные поступки, о которых потом сожалею.

130. Не люблю заранее рассчитывать все расходы, легко беру в долг, даже если знаю, что к сроку отдать деньги будет трудно.

131. Учеба меня тяготит, и если бы меня не заставляли, я вообще не учился бы.

132. У меня никогда не было таких мыслей, которые нужно было бы скрывать от других.

133. У меня часто бывает настолько хорошее настроение, что у меня спрашивают, отчего я такой веселый.

134. Иногда у меня настроение бывает настолько плохим, что я начинаю думать о смерти.

135. Малейшие неприятности слишком огорчают меня.

136. Я быстро устаю на уроках и становлюсь рассеянным.

137. Иногда я поражаюсь грубости и невоспитанности ребят,

138. Учителя считают меня аккуратным и старательным.

139. Часто мне приятней поразмышлять наедине, чем проводить время в шумной компании.

140. Мне нравится, когда мне подчиняются.

141. Я мог бы учиться значительно лучше, но наши учителя и школа не способствуют этому.

142. Не люблю заниматься делом, требующим усилий и терпения.

143. Я никогда никому не желал плохого.

## БЛАНК ОТВЕТОВ ОПРОСНИКА

ФИО \_\_\_\_\_  
 Возраст \_\_\_\_\_ Дата рождения \_\_\_\_\_ Класс \_\_\_\_\_

Тип	Номер утверждения													Σ
Г	1	12	23	34	45	56	67	78	89	100	111	122	133	
Ц	2	13	24	35	46	57	68	79	90	101	112	123	134	
Л	3	14	25	36	47	58	69	80	91	102	113	124	135	
А	4	15	26	37	48	59	70	81	92	103	114	125	136	
С	5	16	27	38	49	60	71	82	93	104	115	126	137	
Т	6	17	28	39	50	61	72	83	94	105	116	127	138	
И	7	18	29	40	51	62	73	84	95	106	117	128	139	
В	8	19	30	41	52	63	74	85	96	107	118	129	140	
Д	9	20	31	42	53	64	75	86	97	108	119	130	141	
Н	10	21	32	43	54	65	76	87	98	109	120	131	142	
К	11	22	33	44	55	66	77	88	99	110	121	132	143	

### Обработка результатов

Диагностически значимыми считаются только ответы «Да», что позволяет провести обследование в один прием. Подсчет баллов на бланке ответов ведется через выделение шкал с наибольшей суммой баллов. МПДО апробирован на 316 акцентуированных подростках 8–11 классов.

Опросник включает 143 утверждения, составляющих 10 диагностических и одну контрольную шкалу (шкалу лжи). В каждой шкале по 13 утверждений. Утверждения в тексте вопросника предъявляются в случайном порядке. Диагностируются гипертимный, циклоидный, лабильный, астено-невротический, сенситивный, тревожно-педантический, интровертированный, возбудимый, демонстративный и неустойчивый типы.

Контрольная шкала: Показатель в 4 балла рассматривается уже как критический. Высокий показатель по этой шкале свидетельствует о тенденции обследуемых давать «хорошие» ответы. Высокие баллы по шкале лжи могут служить также дополнительным свидетельством демонстративности в поведении обследуемого. Поэтому при получении по контрольной шкале более 4 баллов следует прибавить к шкале демонстративности 1 балл. Если же показатель по шкале лживости превышает

7 баллов, то к шкале демонстративности прибавляются 2 балла. Однако если несмотря на это, демонстративный тип не диагностируется, то результаты тестирования следует признать недостоверными.

### Правила идентификации типов:

1. Если минимальное диагностическое число (далее – МДЧ) достигнуто или превышено

2. Если МДЧ превышено по нескольким типам, то диагностируется:

а) в случае ниже перечисленных сочетаний — смешанный тип:

Г, Ц	Г, Д	Г, Л	
Ц, Л			
Л, А	Л, С	Л, Д	Л, Н
А, С	А, Т	А, Д	
С, Т	С, И		
Т, И			
И, В	И, Д	И, Н	
В, Д	В, Н		
Д, Н			

Другие сочетания, полученные по МПДО, должны быть признаны несочетаемыми (что доказано клиническими наблюдениями).

Например, гипертимный и интровертированный тип, сенситивный и возбудимый, и т.д.

б) Если по какому-либо типу набрано баллов на 4 больше, чем по другим типам, то последние не диагностируются, даже если сочетание совместимо.

в) В «случае несовместимых сочетаний диагностируется тот тип, в пользу которого набрано больше баллов.

г) Если в отношении двух несовместимых типов имеется одинаковое количество баллов, то для исключения одного из них необходимо руководствоваться следующими правилами доминирования (сохраняется тип, указанный после знака равенства):

$G + L = G$	$A + I = I$	$C + A = A$	$C + B = B$
$G + A = A$	$A + B = B$	$C + C = C$	$C + D = D$
$G + C = G$	$A + H = H$	$C + T = T$	$C + H = H$
$G + T = T$		$C + I = I$	
$G + Ш = И$	$T + B = B$	$C + B = B$	$L + T = T$
$G + B = G$	$T + D = D$	$C + D = D$	$L + I = I$
	$T + H = H$	$C + H = H$	$L + B = B$

3. Если МДЧ достигнуто или превышено в отношении нескольких типов и по правилу 2 их не удастся сократить до двух, то тогда отбираются два типа с наибольшим числом баллов, после чего руководствуются правилом 2.

4. Если по контрольной шкале получено более 4 баллов, то, как уже отмечалось, к шкале демонстративности прибавляется 1 балл, если больше 7 — прибавляется соответственно 2 балла. Однако, если после этого демонстративный тип не диагностируется, результаты обследования признаются недостоверными и в отношении данного подростка его надо повторить. Достижение или превышение МДЧ по тому или иному типу плюс представленные выше правила идентификации типов гарантируются точность диагностики не менее  $P > 0,95$ .

### **Интерпретация результатов**

#### **Гипертимный тип**

Основная черта этого типа — постоянное пребывание в хорошем настроении, лишь изредка омрачаемое вспышками агрессии в ответ на противодействие окружающих, а тем более при их стремлении круто подавить желания и намерения подростка, подчинить его своей воле. Характерны высокая контактность, словоохотливость, оживленная жестикуляция.

Гипертимы подвижны жаждой деятельности, общения, впечатлений и развлечений. Часто проявляют тенденции к лидерству, что подкрепляется обычно наличием организаторских способностей. Кроме того, гипертимы весьма инициативны и оптимистичны. В конфликтные отношения вступают лишь в условиях жесткой дисциплины, монотонной деятельности, вынужденного одиночества. Поэтому гипертимы часто бывают «неудобны» на уроках, не насыщенных разнообразной, доступной для них деятельностью. Как правило, чем ниже у гипертимного подростка общая мотивация к учебной деятельности, тем трудней ему «выдержать» урок без отклонений в поведении.

Самый лучший способ нейтрализации гипертима на уроках — включение его в интересную и доступную для него деятельность. Еще лучше, если эта деятельность с оттенком лидерства: физорг, бригадир, лаборант-киномеханик и т.д. Эту деятельность необходимо строить под конкретного подростка-гипертима, учитывая его интеллект, способности, склонности и др. Для благоприятного развития характера у гипертима одинаково нежелательны как условия безнадзорности (присущая им жажда приключений и впечатлений в этих условиях могут привести к печальным последствиям), так и жесткий контроль, против которого гипертимы обычно дают бурную реакцию протеста. В то же время они мо-

гут быть активными помощниками учителя, лидерами в подростковых коллективах, организаторами нужных, полезных дел. Весьма отзывчивы на доброжелательное, уважительное отношение со стороны педагога.

В более взрослом возрасте областью интересов гипертима обычно является работа, связанная с постоянным общением, — служба быта, организаторская деятельность. Склонны к перемене профессий и места работы.

### **Циклоидный тип**

Данный тип поведения чаще всего наблюдается в старшем подростковом и юношеском возрасте. Его особенностью является периодическое (с фазой от нескольких недель до нескольких месяцев) колебание настроения и жизненного тонуса. В период подъема циклоидным подросткам присущи черты гипертимного типа. Затем наступает период спада настроения, резко падает контактность, подросток становится немногословным, пессимистичным. Начинает тяготиться шумным обществом, хотя в конфликты вступает редко. Забрасываются прежние увлечения, теряется интерес к приключениям, поиску. Прежде бойкие подростки становятся унылыми домоседами. Падает аппетит, возможны проявления бессонницы, а днем, наоборот, — сонливость. Мелкие неприятности и неудачи, которые учащаются из-за падения работоспособности, переживаются крайне тяжело. На замечания и укоры подростки-циклоиды могут ответить раздражением, даже грубостью и гневом, но при этом в глубине души еще больше впадают в уныние.

Весьма уязвимы подростки-циклоиды к коренной ломке жизненного стереотипа (смена места жительства и учебы, потеря друзей и близких). Серьезные неудачи и нарекания окружающих могут углубить субдепрессивное состояние или вызвать острую аффективную реакцию с возможными попытками к самоубийству.

Оптимальная позиция близких и педагогов по отношению к подростку, находящемуся в субдепрессивной фазе — ненавязчивая забота и внимание (при этом категорически противопоказаны расспросы типа: «Ну почему у тебя такое плохое настроение?»). Вообще необходимо по возможности уменьшить в этот период различные требования к подростку. Для него очень важна в такой момент возможность теплого контакта со значимым для него человеком: родителями, другом, любимым человеком.

Огромную пользу в подобной ситуации может оказать компетентный школьный психолог, которому подросток по своей инициативе «откроет душу», облегчит свои душевные переживания в процессе психотерапевтической беседы. Поэтому школьный психолог должен хорошо знать «своих» циклоидов, наблюдать за ними, чтобы вовремя прийти им на помощь.

### **Лабильный тип**

Главная черта этого типа — крайняя изменчивость настроения его представителей. В той или иной степени это явление присуще всем подросткам, поэтому о наличии акцентуации данного типа можно говорить лишь тогда, когда настроение меняется слишком уж круто, а поводы для этих перемен ничтожны. Кем-то невзначай сказанное нелестное слово, неприветливый взгляд случайного собеседника, оторвавшаяся пуговица — подобные события способны погрузить подростка — представителя лабильного типа — в унылое и мрачное расположение духа, довести до слез. И, наоборот, малозначительные, но приятные вещи (скажем, обыкновенный комплимент) существенно улучшают настроение такого подростка.

Частые перемены настроения сочетаются со значительной глубиной их переживания. От настроения данного момента зависят и самочувствие, и аппетит, и трудоспособность, и желание побыть одному или устремиться в шумную компанию. Так же меняется и отношение к будущему — оно то оптимистично, то, наоборот, унылое или даже мрачное.

На фоне колебаний настроения возможны мимолетные конфликты со сверстниками и взрослыми, кратковременные аффективные вспышки, но затем следуют быстрое раскаяние и поиск путей примирения.

Хотя иногда лабильные подростки кажутся легкомысленными, на самом деле в большинстве случаев они способны на глубокую и искреннюю привязанность к родным, друзьям, любимым. В то же время они чрезвычайно отзывчивы на доброту, можно даже сказать, что они откликаются на понимание, поддержку и доброту, и тянутся к их источнику, как подсолнечник — к солнечному свету. Иногда достаточно непродолжительного, но доверительного, ободряющего, ласкового разговора, чтобы вдохнуть новые силы в «опустившего руки» лабильного подростка. На заботу о себе он ответит благодарностью и исполнительностью.

Очень остро, болезненно переживают такие подростки отвержение со стороны эмоционально значимых лиц, утрату близких, вынужденную разлуку с ними.

Если педагог хочет сделать свое воздействие на лабильного подростка более эффективным, он должен забыть об упреках и наказаниях, действовать исключительно добротой и лаской.

### **Астено-невротический тип**

Главными чертами астено-невротического типа являются «повышена» психическая и физическая утомляемость — раздражительность/склонность к ипохондричности. Утомляемость особенно проявляется при умственных занятиях. Умеренные физические нагрузки переносятся лучше, однако физические напряжения, например, обстановка спор-

тивных соревнований, оказываются невыносимыми. Раздражительность более всего сходна с аффективными вспышками при лабильной акцентуации, но в отличие от нее, аффективные вспышки связаны здесь не с перепадами настроения, а с отчетливо прослеживаемыми нарастаниями раздражительности в моменты утомления.

Накопившееся раздражение по ничтожному поводу легко изливается на окружающих, порою случайно попавших «под горячую руку», и столь же легко сменяется раскаянием и даже слезами. В отличие от возбудимого типа (см. ниже), аффект у астено-невротического типа не имеет признаков постепенного накопления, силы, продолжительности. В данном случае аффект — всегда проявление слабости. Эта ослабленность организма проявляется и во внешнем облике астено-невротика — он бледен, у него синева под глазами. Именно его ослабленность порождает повышенную возбудимость, однако, всплыв, астено-невротик быстро теряет силы. Он «заводится с полуоборота», не ориентируясь в ситуации: сосед по парте, толкнув его, сидит с невинным видом, в ответ он с криком обиды ударяет его книжкой и, оказавшись во всем виноватым, плачет за дверью. Педагог должен знать, что обнаружив эти «особенности» астено-невротика, другие ученики могут часто провоцировать его на подобные реакции, дабы нарушить ход урока. Наказывать в этой ситуации «без вины виноватого» — значит подыгрывать провокаторам.

Склонность к ипохондризации также типичная черта астено-невротиков. Они внимательно прислушиваются к своим телесным ощущениям, «улавливают» малейшее недомогание, охотно лечатся, укладываются в постель, подвергаются осмотрам и обследованиям. Наиболее часто их беспокоят боли (естественно, психогенного характера) в области сердца и головы.

У астено-невротиков, как правило, заметны суточные «циклы бодрости и истощенности». Для интенсивной учебной работы с астено-невротиками педагог должен, по возможности, использовать их лучшие периоды — это второй, третий урок, начало и середина недели, первая половина четверти (особенно мучительная для таких подростков третья четверть).

Главное в позиции педагога по отношению к астено-невротiku — это терпение и искреннее сочувствие. Необходимо старательно вуалировать большинство промахов и неудач подростка, если они явно возникают на фоне истощения. И, наоборот, умело акцентировать внимание на его успехах. Не лишним будет помнить, что астено-невротики крайне болезненно реагируют на шутку в свой адрес, от кого бы она ни исходила. И, конечно же, прежде всего необходимо выяснить, нет ли в данном случае физических причин астенизации (длительное переутомление, хроническая болезнь и т. д.).

### **Сенситивный тип**

Этот тип складывается довольно поздно, как правило, к 16–19 годам. Но большинство его элементов, в том числе ведущие черты, начинают закладываться уже в подростковом возрасте. Это прежде всего чрезвычайно высокая впечатлительность, к которой позднее присоединяется резко выраженное чувство собственной неполноценности.

Школа пугает таких детей скопищем сверстников, шумом, возней и драками на переменах, но, привыкнув к одному классу, и даже страдая от некоторых соучеников, они крайне неохотно переходят в другой коллектив! Учатся обычно старательно, но очень страшатся всякого рода проверок, контрольных, экзаменов. Нередко стесняются отвечать перед классом, боясь сбиться, вызвать смех или, наоборот, отвечают меньше того, что знают, дабы не прослыть среди сверстников выскочкой или чрезмерно прилежным учеником.

Контактность ниже среднего уровня, предпочитают узкий круг друзей. Редко конфликтуют, поскольку обычно занимают пассивную позицию; обиды хранят в себе, альтруистичны, сострадательны, умеют радоваться чужим удачам. Чувство долга дополняется исполнительностью. Однако крайняя чувствительность граничит со слезливостью что может провоцировать нападки в их адрес со стороны невоспитанных или раздражительных людей.

К родным сохраняется детская привязанность. К опеке старших относятся терпимо и даже охотно ей подчиняются. Поэтому часто слыvät «домашними детьми».

У них рано формируются высокие моральные и этические требования к себе и окружающим. Сверстники нередко ужасают их грубостью, жестокостью, циничностью. У себя они также находят множество недостатков, но это недостатки совсем другого рода — в основном связанные со слабостью воли.

Чувство собственной неполноценности у сенситивных подростков делает особенно выраженной реакцию гиперкомпенсации: они ищут самоутверждения именно там, где чувствуют свою неполноценность. Девочки стремятся показать свою веселость и общительность. Робкие и стеснительные мальчики натягивают на себя личину развязности и заносчивости, пытаются продемонстрировать свою энергию и волю.

Однако, если педагогу удастся установить с таким подростком доверительный контакт (что, в отличие от лабильных, удается не сразу), то за маской «все нипочем» обнаруживается жизнь, полная самоукоров и самобичевания. Наиболее ранимы сенситивные подростки в сфере взаимоотношений с окружающими. Непереносимой для них оказывается ситуация, где они становятся объектом насмешек или подозрения в не-

благовидных поступках, когда их подвергают несправедливым обвинениям и т.п. Это может толкнуть такого подростка на острую аффективную реакцию, конфликт, спровоцировать депрессию или даже попытку самоубийства.

### **Тревожно-педантический тип**

Главными чертами этого типа в подростковом возрасте являются нерешительность и склонность к рассуждательству, тревожная мнительность и любовь к самоанализу и, наконец, легкость возникновения obsessions — навязчивых страхов, опасений, действий, мыслей, представлений.

Страхи и опасения тревожно-педантического подростка целиком адресуются к возможному, хотя и маловероятному, в его будущем: как бы не случилось чего-то ужасного и непоправимого, как бы не произошло непредвиденного несчастья с ним самим, а еще страшнее — с теми близкими, к которым он обнаруживает страстную, почти патологическую привязанность.

Особенно ярко выступает тревога за мать — как бы она не заболела или не умерла (хотя ее здоровье не внушает никому опасений), как бы с ней не случился несчастный случай. Даже небольшую задержку при возвращении матери с работы подросток переносит тяжело.

Психологической защитой от постоянной тревоги за будущее становятся специально придуманные приметы и ритуалы: жесты, заклинания, целые поведенческие комплексы (например, идя в школу, обходить все люки, чтобы «не провалиться при ответе» и т.д.). Другой формой «защиты» бывает особо выработанный формализм и педантизм («Если все предусмотреть и многократно перепроверить, то ничего плохого не случится»),

Нерешительность в действиях и рассуждательство у тревожно-педантического подростка ярко сочетаются. Всякий самостоятельный выбор, как бы малозначим он ни был (например, какой фильм пойти посмотреть), может стать предметом долгих и мучительных колебаний. Однако уже принятое решение тревожно-педантические подростки должны немедленно исполнить, ждать они не умеют, проявляя удивительную нетерпеливость.

Нерешительность часто приводит к гиперкомпенсации в виде неожиданной самоуверенности, безапелляционности в суждениях, утрированной решительности и скоропалительности действий как раз в тех ситуациях, когда требуется осмотрительность и осторожность. Происходящие после этого неудачи еще больше усиливают нерешительность и сомнения.

Часто допускаемая педагогическая ошибка в отношении подростков тревожно педантического типа — поручение им дел, требующих обще-

ния и инициативы. Тенденция давать такие поручения провоцируется тем обстоятельством, что если эти подростки не прибегают к гиперкомпенсации, то обычно воспринимаются как очень послушные и исполнительные ученики. Поэтому педагог в принципе должен избегать делегировать ответственность аккуратному тревожно-педантичному подростку, поскольку это может вызвать у него нервно-психический срыв, усиление субдепрессивной симптоматики. Хотя в условиях спокойной, размеренной работы, четко регламентированной, не требующей инициативы и многочисленных контактов, такой подросток чувствует себя, как правило, хорошо.

Тревожно-педантическому типу не свойственна (за исключением редких случаев гиперкомпенсации) склонность к нарушениям правил, законов, норм поведения, курению, употреблению алкоголя, сексуальным эксцессам, побегам из дому, суицидам. Такого рода тенденции, видимо, полностью вытесняются навязчивостью, мудрствованием, самокопанием.

Для сглаживания акцентированных черт данного типа педагогам и родителям можно порекомендовать, прежде всего, постоянно постоянно придерживаться оптимистического стиля общения с подростком, избегать методов наказания и запугивания, шире практиковать поощрение и поддержку проявлений активности и самостоятельности. Особенно желательны частые проявления доброжелательности со стороны близких и учителей. При возникновении же тех или иных недоразумений (дисциплинарных, учебных и т.д.) с тревожно-педантическими подростками, необходимо сразу же их разрешать, разрешать конструктивно, с положительными перспективами.

### **Интровертированный тип**

Наиболее существенными чертами данного типа считаются замкнутость, отгороженность от окружающего мира, неспособность или нежелание устанавливать контакт, сниженная потребность в общении; характерны также сочетание противоречивых черт в личности и поведении — холодности с утонченными чувствами, мнительности, упрямства и податливости, настороженности и легковерия, апатичной бездеятельности и напористой целеустремленности, замкнутости и внезапной, неожиданной назойливости, застенчивости бестактности, чрезмерных привязанностей и немотивированных антипатий, рациональных рассуждений и нелогичных поступков, богатства внутреннего мира и бесцветности его внешних проявлений. Все это заставляет говорить об отсутствии в структуре личности интровертированного подростка «внутреннего единства». Существенной особенностью является также недостаток тонкой интуиции, эмпатии в межличностных отношениях.

С наступлением полового созревания названные черты выступают с особой яркостью. Особенно бросаются в глаза замкнутость, отгороженность от сверстников. Иногда духовное одиночество даже не тяготит интровертированного акцентуала, который живет в своем мире, своими необычными для других интересами и склонностями, относясь со снисходительностью, пренебрежением или явной неприязнью ко всему, что наполняет жизнь других подростков. Тем не менее чаще такие подростки сами страдают от своего одиночества, неспособности к общению, невозможности найти себе друга.

Недостаток интуиции и неспособность сопереживания обуславливают, вероятно, то, что называют холодностью интровертированных акцентуалов. Их поступки могут казаться жестокими, но они связаны с неумением «вчувствоваться» в страдания других. Не случайно они часто кажутся чужими, непонятными не только сверстникам, но и педагогам, да и собственным родителям.

Недоступность внутреннего мира и сдержанность в проявлении делают непонятными и неожиданными для окружающих многие поступки интровертированных подростков, ибо все, что им предшествовало, — весь ход переживаний и мотивов — оставалось скрытым. Некоторые их выходки действительно носят печать чудачества, но совершаются без цели привлечения к себе внимания (в отличие от демонстративного типа, о котором ниже).

Угрозу для интровертированных акцентуалов представляет алкоголь, к которому они иногда прибегают в небольших дозах с целью «побороть застенчивость» и облегчить контакты. Не меньшую опасность для подростков данного типа представляют другие дурманящие вещества, которые могут вызывать «кайф», фантастические грезы, заменяющие реальное общение и деятельность.

Значительное место в жизни интровертированных акцентуалов занимают увлечения, которые нередко отличаются постоянством и необычностью. Чаще всего это интеллектуально-эстетические хобби (чтение, моделирование, конструирование, коллекционирование).

Если такой подросток попадает в ситуацию, которая входит в противоречие их внутренним принципам, то он может с завидной последовательностью и стойкостью отстаивать свою позицию (например, уйти с экзамена, не согласившись с темой предложенного сочинения).

Особенно бурно реагируют интровертированные акцентуалы на неумелые, грубые попытки взрослых проникнуть в их внутренний мир, «влезть в душу». В этом отношении гораздо предпочтительнее попытки продемонстрировать искреннюю, компетентную заинтересованность увлечением воспитанника. А проникновение во внутренний мир интро-

вертированного акцентуата для педагогов необходимо. Отгороженность интровертированного подростка от мира затрудняет его социализацию, в частности, коррекцию нравственных, моральных и других установок (в том числе сексуальных), которые могут быть очень своеобразными и далеко не отвечать общепринятым нормам. Кроме того, черты интровертированности лишь усиливаются, если такого подростка пытаются воспитывать на основе доминирующей гиперпротекции (чрезмерный контроль и опека, суровость наказаний при слушании).

### **Возбудимый тип**

Главными чертами этого типа являются склонность к дисфории (пониженному настроению с раздражительностью, озлобленностью, мрачностью, склонностью к агрессии) и тесно связанной с ней аффективной взрывчатостью. Характерна также напряженность инстинктивной сферы, достигающая в отдельных случаях аномалии влечений. В интеллектуальной сфере обычно наблюдается вязкость, тугоподвижность, тяжеловесность, инертность, откладывающие отпечаток на всю психику.

Аффективные разряды могут быть следствием дисфории — подростки в этих состояниях сами могут искать повод для скандала. Но аффект может быть вызван и теми конфликтами, которые легко возникают у возбудимых подростков вследствие их властности, стремлению к подавлению сверстников, неуступчивости, жестокости и себялюбия.

Повод для гнева может быть ничтожен, но он всегда сопряжен хотя бы с незначительным ущемлением прав и интересов возбудимого подростка. При беспрепятственном развитии аффекта бросается в глаза безудержная ярость — угрозы, циничная брань, жестокие побои, безразличие к слабости и беспомощности противника и неспособность учесть превосходящую силу. В аффекте очень ярко проявляется вегетативный компонент: побледнение или покраснение лица, выступает пот, напрягаются и дрожат мышцы лица, усиливается слюноотделение и т.д.

Сексуальное влечение у возбудимых подростков проявляется с большой силой. Отношения с объектом влюбленности или сексуальным партнером почти всегда окрашены мрачными тонами ревности, с частыми конфликтами и драками с реальными или мнимыми соперниками. В состоянии аффекта, побуждаемые мощным половым влечением, в условиях полной или даже частичной безнадзорности (на вечере, в походе и т.д.) могут совершить попытку преступления на сексуальной почве.

Как правило, к подростковому возрасту у возбудимых детей происходит падение мотивации к учебной деятельности, что тем не менее часто сочетается с довольно высокими «претензиями» к своим оценкам. Вообще, ко всему «своему» они чаще всего относятся с педантичной

аккуратностью (в том числе и к своему здоровью, что удерживает их от употребления «вредных» токсических и дурманных веществ, хотя к алкоголю они прибегают довольно часто, «для поднятия настроения»).

Возбудимый подросток начинает бороться за «благополучные оценки» самыми разными способами; от заискивания перед учителем до яростных, тяжелых конфликтов с ним.

В этих условиях педагогу необходимо, с одной стороны, постараться дать возможность возбудимому подростку действительно «заработать» хорошую оценку (умело реализуя принцип дифференциации в обучении), а с другой стороны, доброжелательно и доказательно аргументировать выставление подростку той или иной оценки.

Очень важно также вообще не провоцировать конфликты, учитывая, в частности» легкую эмоциональную заражаемость возбудимых подростков — ни в школе, ни дома они не в состоянии сохранить безразличие или проявить выдержку, причем не только в конфликтной, но и в предконфликтной ситуации. На уроке спровоцировать аффективную вспышку у возбудимого подростка может, например, раздражительная, несдержанная манера поведения учителя, грубость его речи (причем совсем не обязательно, чтобы это было адресовано именно возбудимому подростку). Тем более опасно, если происходит грубое ущемление его интересов и личного достоинства.

Однако, сохраняя подчеркнуто доброжелательный (но ни в коем случае не заискивающий) тон в общении с возбудимым подростком, необходимо вести постоянное наблюдение за его поведением на уроках, переменах и во внеурочной деятельности. В этом случае задачей педагога является защита от тирании возбудимого подростка (стремящегося к власти в коллективе путем прямого подавления одноклассников), своевременное предупреждение и погашение деспотизма возбудимых.

Одним из способов коррекции поведения возбудимых подростков является апелляция к их сознанию, анализ и оценка их поведения в процессе индивидуальной беседы. Речь, конечно, не идет о банальном «Ну, разве ж так можно!». Такая беседа должна представлять собой устный «а иногда и письменный» компромиссный договор.

Во-первых, упор нужно сделать на вред, который подросток приносит себе или своим близким (если у него есть действительно значимые для него близкие). Затем, проявляя искреннюю заинтересованность проблемами подростка, попытаться в совместном поиске выбрать из всех компромиссных (то есть устраивающих и других) способов решения проблемы такой, который был бы для него наиболее приемлемым. Учитывая прагматизм возбудимых, такие соглашения (при четком соблюдении их обеими сторонами) вполне реальны и довольно действенны.

Естественно, проводить подобные беседы необходимо в такое время, когда по внешним проявлениям и поведению мы не обнаруживаем ни тяжелой дисфории, ни «накипания» аффекта.

Очень важно, чтобы в процессе беседы ученик играл активную роль, учился говорить о своих ощущениях, переживаниях, проблемах, так как бедность речи, неспособность четко и аргументированно выразить свою мысль может провоцировать аффективные вспышки возбудимых в конфликтных ситуациях.

В процессе беседы педагог должен использовать все способы предупреждения агрессивной реакции: доверительную, интимную интонацию, ласковое прикосновение, легкий юмор (но такой, конечно, который ни в малейшей степени не затрагивал бы самолюбие подростка).

### **Демонстративный тип**

Главные черты этого типа: беспредельный эгоцентризм, ненасытная жажда внимания к своей особе, восхищений удивления, почитания, сочувствия. На худой конец предпочитается даже негодование или ненависть окружающих в свой адрес, но только не безразличие и равнодушие, только не перспектива остаться незамеченным.

Считается, что сущность демонстративного типа заключается в аномальной способности к вытеснению, в избирательном отборе информации и впечатлений о себе и о мире. Все, что приятно, что направлено на приукрашивание своей особы, демонстративный тип тщательно сохраняет и гипертрофирует; все, что имеет нейтральное, а тем более противоположное значение, вытесняется из памяти и сознания. Поэтому и внушаемость, которую нередко выдвигают на передний план как характерную черту данного типа, отличается избирательностью — от нее ничего не остается, если обстановка внушения и самовнушение не «льют воду на мельницу» эгоцентризма.

Неизменно стремление добиваться для себя всевозможных льгот и послаблений за счет других (семьи, одноклассников, коллег и т.д.). Попытки его реализации идут по двум направлениям: во-первых, предпринимаются шаги с целью вызвать по отношению к своей персоне как можно больше симпатии, уважения, восхищения и т.д.; во-вторых, если не срабатывает первый способ, со стороны окружающих стимулируются чувства сострадания и сочувствия.

На случай неудачи резервируется еще и третий путь — фронда, эпатаж, паясничание, нарушения дисциплины, короче — привлечение к себе внимания через негатив.

Описанным проявлениям демонстративности часто сопутствуют высокая мимикрия в поведении (в зависимости от специфики среды —

школа, улица, дом — подросток выступает в весьма различающихся ипостасях, включая патологическую, направленную на приукрашивание своей персоны, лживость).

Отношение к учебе у демонстративных подростков зависит от того, насколько учебная деятельность способствует удовлетворению ведущей установки демонстративных (добиться эффекта признания, «блеснуть», тем или иным образом). Так, при развитом интеллекте успеваемость у таких подростков чаще всего хорошая, но избирательная: лучше по тем предметам, которые преподают учителя, сумевшие установить хорошие отношения с подростком (уделяющие ему особое внимание), и наоборот, масса проблем вплоть до полной неуспеваемости по предметам, с преподавателями которых у демонстративного подростка не сложились желаемые для него отношения (при этом свои учебные неудачи он объясняет практически всегда внешними обстоятельствами).

Если в учебе демонстративному подростку по тем или иным причинам не удастся выделиться, то он выбирает иной способ привлечения внимания к себе: бравада, паясничание, отклонения в поведении. Успеваемость в таких случаях падает, наступает полное безразличие к учебе. Очень часто демонстративные подростки досаждают учителям на уроках своей болтливостью, постоянными отвлечениями, шутками и т.д. В этой ситуации хорошо себя зарекомендовал следующий прием:

Вначале педагог идет навстречу потребности демонстративного — подростка в повышенном внимании: часто хвалит его, делает в его адрес разного рода нейтральные замечания, обращает к нему свой взгляд, подходит к нему, смотрит в тетрадь и т.д. В результате подросток сразу же начинает лучше себя вести, возрастает продуктивность его учебного труда,

На втором этапе, когда закрепились положительные результат первого этапа, учитель обращает внимание на демонстративного подростка только тогда, когда его поведение и деятельность соответствуют ожиданиям педагога, подкрепляя тем самым положительные сдвиги в его поведении.

Наконец, на третьем этапе, когда положительные тенденции в поведении демонстративного подростка окончательно закрепились, педагог переходит к прерывистой схеме подкрепления, — обращает на него внимание лишь в ответ на проявления положительного поведения, постепенно увеличивая при этом интервалы между отдельными подкреплениями.

Постепенно, в результате постоянного подкрепления недемонстративного поведения и торможения проявлений демонстративного поведения, последнее угасает, подросток изживает свою акцентуацию.

Другим методом модификации поведения демонстративного подростка являются систематические индивидуальные беседы с ним, фор-

мирующие у него понимание того, что наиболее надежным, устойчивым способом привлечения внимания окружающих, уважения и заботы с их стороны является социально ценная, полезная для других деятельность. Педагог должен организовать такую деятельность и включить в нее подростка. Это могут быть различные классные и общешкольные мероприятия, драматический кружок, выставки, конкурсы и другие дела, где демонстративные подростки получают возможность действительно «блеснуть», используя свои, часто незаурядные задатки к актерскому исполнительству и литературному творчеству.

Необходимо осознать: демонстративный подросток, не развивший у себя ни одного из интересных, полезных, престижных умений, чаще всего становится в будущем тяжелым в общении истероидом, нытиком, симулянтом, мизантропом. Альтернатива этому гораздо более привлекательна — всеми любимый актер или просто умница-рассказчик, душа компании.

### **Неустойчивый тип**

Основная черта представителей этого типа — патологическая слабость воли. Их безволие прежде всего проявляется, когда дело касается учебы, труда, исполнения обязанностей, долга, достижения целей, которые ставят перед ними родные, старшие, общество. Однако и в развлечениях неустойчивые подростки не обнаруживают особой напористости, скорее плывут по течению, примыкая к более активным, инициативным сверстникам.

С этим связаны отсутствие, сложной мотивации поступков, недостаточная способность тормозить свои влечения, удержаться от удовлетворения внезапно возникшего желания (если его осуществление не связано с какими-либо трудностями).

Кроме безвольности, отмечается повышенная внушаемость неустойчивых личностей, их нецелеустремленная криминальность.

Отмечается, что социальное поведение неустойчивых больше зависит от влияния окружающей среды, чем от них самих. Имеется в виду, с одной стороны, их повышенная внушаемость и импульсивность, с другой — незрелость высших форм волевой деятельности, неспособность к выработке устойчивого социально одобряемого жизненного стереотипа, и, как следствие, неорганизованность, отсутствие стремления к преодолению трудностей, склонность идти по пути наименьшего сопротивления, невыработанность собственных запретов, подверженность отрицательным влияниям. Психическая неустойчивость (прежде всего волевая) является почвой, на которой нередко формируются различные варианты невротических расстройств, алкоголизм, наркомания.

Неустойчивая акцентуация проявляется часто уже в первых классах школы. У ребенка полностью отсутствует желание учиться. Только при непрестанном контроле, нехотя, подчиняясь давлению взрослых, они выполняют полученные задания, но постоянно стараются отлынивать от занятий. Первые нарушения поведения в детстве, связанные с эмоционально-волевой незрелостью, усиливаются в подростковом возрасте.

Все дурное начинает как будто притягиваться к этим подросткам. Образцом для подражания служат лишь те модели поведения, которые сулят немедленные наслаждения, смену легких впечатлений, развлечения.

Для коррекции поведения таких детей чрезвычайно важен полный контроль за их поведением и деятельностью (прежде всего учебной), система разумно организованных требований. Это должна быть целая система контрольных мер в школьных занятиях, в семье (проверка результативности учебы, совместный труд со взрослыми), наполнение досуга неустойчивого подростка кружковыми занятиями и т.д.). Очень важно, чтобы ужесточение режимных моментов сочеталось с искренней заинтересованностью взрослых (педагогов, родителей) в успехах учащегося, происходило на фоне положительных эмоциональных контактов.

Важно (хотя в этом случае и сложно) пробудить у подростка интерес, уважение к своей личности, собственным положительным качествам, своему будущему. В таких условиях (с которыми, кстати, неустойчивые легко смиряются) подросток может длительное время не допускать нарушений в поведении, весьма неплохо учиться. Но как только контроль ослабевает, неустойчивый подросток начинает стремиться в «подходящую компанию». Особенно опасно для неустойчивых подростков такое изменение жизненной ситуации, которое ведет к безнадзорности, обстановке попустительства, открывающих простор для праздности и безделья.

**Источники:** Дворянчиков Н.В., Делибалт В.В., Дозорцева Е.Г., Дебольский М.Г., Дегтярев А.В., Чиркина Р.В., Лаврик А.В. Методическое руководство. Сборник тестов программно-методического комплекса дифференциальной диагностики поведенческих нарушений несовершеннолетних «Диагност-Эксперт+». — Москва : ФГБОУ ВО МГППУ. 2017. — С. 146–161. [12]

Подмазин С.И. Как помочь подростку с «трудным» характером : монография / С. И. Подмазин. — Киев : НПЦ «Перспектива», 1996. — 128 с. [25]

### **3.8 Методика «Ценностные ориентации» (Рокич М.; адаптация Леонтьева Д.А., 1992)**

**Цель:** выявить иерархию ценностей человека, то есть определить, какие ценности он считает наиболее значимыми в жизни, а какие — менее важными.

#### **Краткая информация:**

Система ценностных ориентаций определяет содержательную сторону направленности личности и составляет основу ее отношений к окружающему миру, к другим людям, к себе, основу мировоззрения и ядро мотивации жизненной активности, основу жизненной концепции и «философии жизни».

Наиболее распространенной в настоящее время является методика изучения ценностных ориентации М. Рокича, основанная на прямом ранжировании списка ценностей.

М. Рокич различает два класса ценностей:

терминальные — убеждения в том, что конечная цель индивидуального существования стоит того, чтобы к ней стремиться;

инструментальные — убеждения в том, что какой-то образ действий или свойство личности является предпочтительным в любой ситуации.

Это деление соответствует традиционному делению на ценности-цели и ценности-средства.

Респонденту предъявляются два списка ценностей (по 18 в каждом), либо на листах бумаги в алфавитном порядке, либо на карточках. В списках испытуемый присваивает каждой ценности ранговый номер, а карточки раскладывает по порядку значимости. Последняя форма подачи материала дает более надежные результаты. Вначале предъявляется набор терминальных, а затем набор инструментальных ценностей.

#### **Инструкция**

Вам предложен набор из 18 строк с обозначением ценностей. Ваша задача — разложить их по порядку значимости для вас как принципов, которыми Вы руководствуетесь в вашей жизни.

Внимательно изучите таблицу и, выбрав ту ценность, которая для Вас наиболее значима, поместите ее на первое место. Затем выберите вторую по значимости ценность и поместите ее вслед за первой. Затем сделайте то же со всеми оставшимися ценностями. Наименее важная останется последней и займет 18-е место. Работайте не спеша, вдумчиво. Конечный результат должен отражать Вашу истинную позицию.

### Бланк ответов

№	Ценность	Значимость (от 1 до 18)
Список А (терминальные ценности)		
1	Активная деятельная жизнь (полнота и эмоциональная насыщенность жизни)	
2	Жизненная мудрость (зрелость суждений и здравый смысл, достигаемые жизненным опытом)	
3	Здоровье (физическое и психическое)	
4	Интересная работа	
5	Красота природы и искусства (переживание прекрасного в природе и в искусстве)	
6	Любовь (духовная и физическая близость с любимым человеком)	
7	Материально обеспеченная жизнь (отсутствие материальных затруднений)	
8	Наличие хороших и верных друзей	
9	Общественное признание (уважение окружающих, коллектива, товарищей по работе)	
10	Познание (возможность расширения своего образования, кругозора, общей культуры, интеллектуальное развитие)	
11	Продуктивная жизнь (максимально полное использование своих возможностей, сил и способностей)	
12	Развитие (работа над собой, постоянное физическое и духовное совершенствование)	
13	Развлечения (приятное, необременительное времяпрепровождение, отсутствие обязанностей)	
14	Свобода (самостоятельность, независимость в суждениях и поступках)	
15	Счастливая семейная жизнь	
16	Счастье других (благополучие, развитие и совершенствование других людей, всего народа, человечества в целом)	
17	Творчество (возможность творческой деятельности)	
18	Уверенность в себе (внутренняя гармония, свобода от внутренних противоречий, сомнений)	

№	Ценность	Значимость (от 1 до 18)
Список Б (инструментальные ценности)		
1	Аккуратность (чистоплотность), умение содержать в порядке вещи, порядок в делах	
2	Воспитанность (хорошие манеры)	
3	Высокие запросы (высокие требования к жизни и высокие притязания)	
4	Жизнерадостность (чувство юмора)	
5	Исполнительность (дисциплинированность)	
6	Независимость (способность действовать самостоятельно, решительно)	
7	Непримиримость к недостаткам в себе и других	
8	Образованность (широта знаний, высокая общая культура)	
9	Ответственность (чувство долга, умение держать слово)	
10	Рационализм (умение здраво и логично мыслить, принимать обдуманные, рациональные решения)	
11	Самоконтроль (сдержанность, самодисциплина)	
12	Смелость в отстаивании своего мнения, взглядов	
13	Твердая воля (умение настоять на своем, не отступать перед трудностями)	
14	Терпимость (к взглядам и мнениям других, умение прощать другим их ошибки и заблуждения)	
15	Широта взглядов (умение понять чужую точку зрения, уважать иные вкусы, обычаи, привычки)	
16	Честность (правдивость, искренность)	
17	Эффективность в делах (трудолюбие, продуктивность в работе)	
18	Чуткость (заботливость)	

### Интерпретация

Анализируя иерархию ценностей, следует обратить внимание на их группировку испытуемым в содержательные блоки по разным основаниям. Так, например, выделяются «конкретные» и «абстрактные» ценности, ценности профессиональной самореализации и личной жизни

и т.д. Инструментальные ценности могут группироваться в этические ценности, ценности общения, ценности дела; индивидуалистические и конформистские ценности, альтруистические ценности; ценности самоутверждения и ценности принятия других и т.д. Это далеко не все возможности субъективного структурирования системы ценностных ориентаций. Психолог должен попытаться уловить индивидуальную закономерность. Если не удастся выявить ни одной закономерности, можно предположить несформированность у респондента системы ценностей или даже неискренность ответов.

Достоинствами методики являются универсальность, удобство и экономичность в проведении обследования и обработке результатов, гибкость – возможность варьировать как стимульный материал (списки ценностей), так и инструкции. Существенными ее недостатками являются влияние социальной желательности, возможность неискренности. Поэтому особую роль в данном случае играют мотивация диагностики, добровольный характер тестирования.

В связи с этим после основной серии можно повторно проранжировать карточки, отвечая на следующие вопросы.

1. В каком порядке и в какой степени (в процентах) реализованы данные ценности в вашей жизни?

2. Как бы вы расположили эти ценности, если бы стали таким, каким мечтали?

3. Как, на ваш взгляд, это сделал бы человек, совершенный во всех отношениях?

4. Как сделали бы это, по вашему мнению, большинство людей?

5. Как это сделали бы вы 5 или 10 лет назад?

6...через 5 или 10 лет?

7. Как ранжировали бы карточки близкие вам люди?

**Источники:** Леонтьев Д.А. Методика изучения ценностных ориентаций. — М.: Смысл. 1992. — 17 с. [17]

Ключ к опроснику ценностей Рокича — Система Кадры. ВИП-версия для коммерческих организаций [Электронный ресурс]. — URL: <https://1kadry.ru/#/document/16/151000//> (дата обращения: 11.11.2025) [18]

### **3.9 Методика изучения ценностей личности (Шварц Ш.; адаптация Карандашева В.Н., 2004)**

**Назначение:** диагностирует структуру ценностных ориентаций личности или группы. Первая часть опросника («Обзор ценностей»)

предоставляет возможность изучить нормативные идеалы, ценности личности на уровне убеждений, а также структуру ценностей, оказывающую наибольшее влияние на всю личность, но не всегда проявляющуюся в реальном социальном поведении. Вторая часть опросника («Профиль личности») изучает ценности на уровне поведения, то есть индивидуальные приоритеты, наиболее часто проявляющиеся в социальном поведении личности.

Опросник состоит из двух частей «Обзор ценностей» и «Профиль личности».

### **Инструкция («Обзор ценностей»):**

В этом опроснике Вам нужно ответить на вопрос: «Какие ценности важны для меня как руководящие принципы моей жизни, и какие ценности менее важны для меня?». Далее на последующих страницах приведены два списка ценностей, взятых из различных культур. В скобках приведено объяснение каждой ценности. Ваша задача заключается в том, чтобы оценить степень важности каждой ценности как руководящего принципа Вашей жизни.

Используйте оценочную шкалу отметок от -1 до 7. Чем выше номер (-1, 0, 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7), тем более важной данная ценность является для Вас как руководящий принцип Вашей жизни. При этом примерно ориентируйтесь на следующие значения отметок:

- отметка «-1» характеризует ценности, противоположные Вашим принципам,
- отметка «0» означает, что ценность совершенно не важна, не является руководящим принципом Вашей жизни,
- отметка «3» означает, что ценность важна,
- отметка «6» означает, что ценность очень важна,
- отметка «7» характеризует ценности высшей значимости, обычно таких ценностей не должно быть более двух.

### **Инструкция («Профиль личности»)**

Перед каждой ценностью в списке проставьте номер, указывающий важность этой ценности лично для вас как руководящего принципа вашей жизни. Постарайтесь различать ценности насколько это возможно, используя все номера от -1 до 7 (-1, 0, 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7).

Как руководящий принцип моей жизни эта ценность является:

Противоположной моим принципам	Не важной	Важной	Очень важной	Высшей значимости
-1	0	1 2 3 4 5	6	7

Для начала просмотрите ценности из **Списка 1**, выберите одну из них, которая является самой важной для Вас, и оцените ее значимость (отметка «7»). Далее выберите ценность, которая наиболее противоречит Вашим принципам, и оцените ее (отметка — 1). Если нет такой ценности, выберите ценность, наименее важную для Вас, и оцените ее отметкой «0» или «1», в соответствии с ее значимостью. Затем оцените все остальные ценности из **Списка 1**.

### **СПИСОК ЦЕННОСТЕЙ 1**

- 1 \_ РАВЕНСТВО (равные возможности для всех)
- 2 \_ ВНУТРЕННЯЯ ГАРМОНИЯ (быть в мире с самим собой)
- 3 \_ СОЦИАЛЬНАЯ СИЛА (контроль над другими, доминантность)
- 4 \_ УДОВОЛЬСТВИЕ (удовлетворение желаний)
- 5 \_ СВОБОДА (свобода мыслей и действий)
- 6 \_ ДУХОВНАЯ ЖИЗНЬ (акцент на духовных, а не материальных вопросах)
- 7 \_ ЧУВСТВО ПРИНАДЛЕЖНОСТИ (ощущение, что другие заботятся обо мне)
- 8 \_ СОЦИАЛЬНЫЙ ПОРЯДОК (стабильность общества)
- 9 \_ ЖИЗНЬ, ПОЛНАЯ ВПЕЧАТЛЕНИЙ (стремление к новизне)
- 10 \_ СМЫСЛ ЖИЗНИ (цели в жизни)
- 11 \_ ВЕЖЛИВОСТЬ (предупредительность, хорошие манеры)
- 12 \_ БОГАТСТВО (материальная собственность, деньги)
- 13 \_ НАЦИОНАЛЬНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ (защищенность своей нации от врагов)
- 14 \_ САМОУВАЖЕНИЕ (вера в собственную ценность)
- 15 \_ УВАЖЕНИЕ МНЕНИЯ ДРУГИХ (учет интересов других людей, избегание конфронтации)
- 16 \_ КРЕАТИВНОСТЬ (уникальность, богатое воображение)
- 17 \_ МИР ВО ВСЕМ МИРЕ (свобода от войны и конфликтов)
- 18 \_ УВАЖЕНИЕ ТРАДИЦИЙ (сохранение признанных традиций, обычаев)
- 19 \_ ЗРЕЛАЯ ЛЮБОВЬ (глубокая эмоциональная и духовная близость)
- 20 \_ САМОДИСЦИПЛИНА (самоограничение, устойчивость к соблазнам)
- 21 \_ ПРАВО НА УЕДИНЕНИЕ (право на личное пространство)
- 22 \_ БЕЗОПАСНОСТЬ СЕМЬИ (безопасность для близких)
- 23 \_ СОЦИАЛЬНОЕ ПРИЗНАНИЕ (одобрение, уважение других)
- 24 \_ ЕДИНСТВО С ПРИРОДОЙ (слияние с природой)
- 25 \_ ИЗМЕНЧИВАЯ ЖИЗНЬ (жизнь, наполненная проблемами, новизной и изменениями)

- 26 \_ МУДРОСТЬ (зрелое понимание мира)  
 27 \_ АВТОРИТЕТ (право быть лидером или командовать)  
 28 \_ ИСТИННАЯ ДРУЖБА (близкие друзья)  
 29 \_ МИР КРАСОТЫ (красота природы и искусства)  
 30 \_ СОЦИАЛЬНАЯ СПРАВЕДЛИВОСТЬ (исправление несправедливости, забота о слабых).

## СПИСОК ЦЕННОСТЕЙ 2

Теперь оцените, насколько важна каждая из следующих ценностей для Вас, как руководящий принцип Вашей жизни. Эти ценности выражены в способах действия, которые могут быть более или менее важными для Вас. Попробуйте различить ценности, насколько это возможно, используя все номера. Для начала прочитайте ценности в списке 2, выберите то, что для Вас наиболее важно, оцените на шкале (отметка 7). Затем выберите ценность, которая противоречит вашим принципам (отметка — 1). Если такой ценности нет, выберите ценность наименее важную для Вас и оцените ее отметками 0 или 1, в соответствии с ее значимостью. Затем оцените остальные ценности.

Как руководящий принцип моей жизни, эта ценность является:

Противоположной моим принципам	Не важной	Важной	Очень важной	Высшей значимости
-1	0	1 2 3 4 5	6	7

- 31 \_ САМОСТОЯТЕЛЬНЫЙ (надеющийся на себя, самодостаточный)  
 32 \_ СДЕРЖАННЫЙ (избегающий крайностей в чувствах и действиях)  
 33 \_ ВЕРНЫЙ (преданный друзьям, группе)  
 34 \_ ЦЕЛЕУСТРЕМЛЕННЫЙ (трудолюбивый, вдохновенный)  
 35 \_ ОТКРЫТЫЙ К ЧУЖИМ МНЕНИЯМ (терпимый к различным идеям и верованиям)  
 36 \_ СКРОМНЫЙ (простой, не стремящийся привлечь к себе внимание)  
 37 \_ СМЕЛЫЙ (ищущий приключений, риск)  
 38 \_ ЗАЩИЩАЮЩИЙ ОКРУЖАЮЩУЮ СРЕДУ (сохраняющий природу)  
 39 \_ ВЛИЯТЕЛЬНЫЙ (имеющий влияние на людей и события)  
 40 \_ УВАЖАЮЩИЙ РОДИТЕЛЕЙ И СТАРШИХ (проявляющий уважение)  
 41 \_ ВЫБИРАЮЩИЙ СОБСТВЕННЫЕ ЦЕЛИ (отбирающий собственные намерения)  
 42 \_ ЗДОРОВЫЙ (не больной физически или душевно)  
 43 \_ СПОСОБНЫЙ (компетентный, способный эффективно действовать)

- 44 \_ ПРИНИМАЮЩИЙ ЖИЗНЬ (подчиняющийся жизненным обстоятельствам)
- 45 \_ ЧЕСТНЫЙ (откровенный, искренний)
- 46 \_ СОХРАНЯЮЩИЙ СВОЙ ИМИДЖ (защита собственного «лица»)
- 47 \_ ПОСЛУШНЫЙ (исполнительный, подчиняющийся правилам)
- 48 \_ УМНЫЙ (логичный, мыслящий)
- 49 \_ ПОЛЕЗНЫЙ (работающий на благо других)
- 50 \_ НАСЛАЖДАЮЩИЙСЯ ЖИЗНЬЮ (наслаждение едой, сексом, развлечениями и др.)
- 51 \_ БЛАГОЧЕСТИВЫЙ (придерживающийся религиозной веры и убеждений)
- 52 \_ ОТВЕТСТВЕННЫЙ (надежный, заслуживающий доверия)
- 53 \_ ЛЮБОЗНАТЕЛЬНЫЙ (интересующийся всем, пытливый)
- 54 \_ СКЛОННЫЙ ПРОЩАТЬ (стремящийся прощать другого)
- 55 \_ УСПЕШНЫЙ (достигающий цели)
- 56 \_ ЧИСТОПЛОТНЫЙ (опрятный, аккуратный)
- 57 \_ ПОТВОРСТВУЮЩИЙ СВОИМ ЖЕЛАНИЯМ (занимающийся тем, что доставляет удовольствие)

## ПРОФИЛЬ ЛИЧНОСТИ

### Инструкция

Ниже приведены описания некоторых людей. Пожалуйста, прочитайте каждое описание и подумайте, насколько каждый человек похож или не похож на Вас. Поставьте крестик в одной из клеточек справа, которая показывает, насколько описываемый человек похож на Вас.

	Очень похож на меня	Похож на меня	В некоторой степени похож на меня	Немного похож на меня	Не похож на меня	Совсем не похож на меня
1. Придумывать что-то новое и быть изобретательным важно для него. Он любит поступать по-своему, на свой лад.						
2. Для него важно быть богатым. Он хочет, чтобы у него было много денег и дорогих вещей.						

	<b>Очень похож на меня</b>	<b>Похож на меня</b>	<b>В некоторой степени похож на меня</b>	<b>Немного похож на меня</b>	<b>Не похож на меня</b>	<b>Совсем не похож на меня</b>
3. Он считает, что важно, чтобы с каждым человеком в мире обращались одинаково. Он верит, что у всех должны быть равные возможности в жизни.						
4. Для него очень важно показать свои способности. Он хочет, чтобы люди восхищались тем, что он делает.						
5. Для него важно жить в безопасном окружении. Он избегает всего, что может угрожать его безопасности.						
6. Он считает, что важно делать много разных дел в жизни. Он всегда стремится к новизне.						
7. Он верит, что люди должны делать то, что им говорят. Он считает, что люди должны придерживаться правил всегда, даже когда никто не видит.						
8. Для него важно выслушать мнение людей, которые отличаются от него. Даже если он не согласен с ними, он все равно хочет их понять.						
9. Он считает, что важно не просить больше, чем имеешь. Он верит, что люди должны довольствоваться тем, что у них есть.						
10. Он всегда ищет повод для развлечения. Для него важно делать то, что доставляет ему удовольствие.						
11. Для него важно самому решать, что делать. Ему нравится быть свободным в планировании и выборе своей деятельности.						

	<b>Очень похож на меня</b>	<b>Похож на меня</b>	<b>В некоторой степени похож на меня</b>	<b>Немного похож на меня</b>	<b>Не похож на меня</b>	<b>Совсем не похож на меня</b>
12. Для него очень важно помогать окружающим. Он хочет заботиться об их благополучии.						
13. Для него очень важно преуспеть в жизни. Ему нравится производить впечатление на других людей.						
14. Для него очень важна безопасность его страны. Он считает, что государство должно быть готово к защите от внешней и внутренней угрозы.						
15. Он любит рисковать. Он всегда ищет приключений.						
16. Для него важно всегда вести себя должным образом. Он хочет избегать действий, которые люди сочли бы неверными.						
17. Для него важно быть главным и указывать другим, что делать. Он хочет, чтобы люди делали то, что он говорит.						
18. Для него важно быть преданным своим друзьям. Он хочет посвятить себя своим близким.						
19. Он искренне верит, что люди должны заботиться о природе. Заботиться об окружающей среде важно для него.						
20. Быть религиозным важно для него. Он очень старается следовать своим религиозным убеждениям.						
21. Для него важно, чтобы вещи содержались в порядке и в чистоте. Ему действительно не нравится беспорядок.						

	<b>Очень похож на меня</b>	<b>Похож на меня</b>	<b>В некоторой степени похож на меня</b>	<b>Немного похож на меня</b>	<b>Не похож на меня</b>	<b>Совсем не похож на меня</b>
22. Он считает, что важно интересоваться многим. Ему нравится быть любознательным и пытаться понять разные вещи.						
23. Он считает, что все народы мира должны жить в гармонии. Содействовать установлению мира между всеми группами людей на земле важно для него.						
24. Он думает, что важно быть честолюбивым. Ему хочется показать насколько он способный.						
25. Он думает, что лучше всего поступать в соответствии с установившимися традициями. Для него важно соблюдать обычаи, которые он усвоил.						
26. Для него важно получать удовольствие от жизни. Ему нравится «баловать» себя.						
27. Для него важно быть чутким к нуждам других людей. Он старается поддерживать тех, кого знает.						
28. Он полагает, что всегда должен проявлять уважение к своим родителям и людям старшего возраста. Для него важно быть послушным.						
29. Он хочет, чтобы со всеми поступали справедливо, даже с людьми, которых он не знает. Для него важно защищать слабых.						
30. Он любит сюрпризы. Для него важно, чтобы его жизнь была полна ярких впечатлений.						

	<b>Очень похож на меня</b>	<b>Похож на меня</b>	<b>В некоторой степени похож на меня</b>	<b>Немного похож на меня</b>	<b>Не похож на меня</b>	<b>Совсем не похож на меня</b>
31. Он очень старается не заболеть. Сохранение здоровья очень важно для него.						
32. Продвижение вперед в жизни важно для него. Он стремится делать все лучше, чем другие.						
33. Для него важно прощать людей, которые обидели его. Он старается видеть хорошее в них и не держать обиду.						
34. Для него важно быть независимым. Ему нравится полагаться на себя.						
35. Иметь стабильное правительство важно для него. Он беспокоится о сохранении общественного порядка.						
36. Для него очень важно все время быть вежливым с другими людьми. Он старается никогда не раздражать и не беспокоить других.						
37. Он по-настоящему хочет наслаждаться жизнью. Хорошо проводить время очень важно для него.						
38. Для него важно быть скромным. Он старается не привлекать к себе внимание.						
39. Он всегда хочет быть тем, кто принимает решения. Ему нравится быть лидером.						
40. Для него важно приспособливаться к природе, быть частью ее. Он верит, что люди не должны изменять природу.						

## Ключ

Тип ценностей	Номера пунктов опросника	
	ОБЗОР ЦЕННОСТЕЙ (уровень нормативных идеалов)— список 1 и 2	ПРОФИЛЬ ЛИЧНОСТИ (уровень индивиду- альных приоритетов)
Конформность Conformity	11,20,40,47	7, 16, 28, 36
Традиции Tradition	18,32,36,44,51	9, 20, 25, 38
Доброта Benevolence	33,45,49,52,54	12, 18,27,33
Универсализм Universalism	1,17,24,26,29,30,35,38	3, 8, 19, 23, 29, 40
Самостоятельность Self-Direction	5, 16,31,41,53	1, 11,22,34
Стимуляция Stimulation	9, 25, 37	6, 15, 30
Гедонизм Hedonism	4, 50, 57	10, 26, 37
Достижения Achievement	34, 39, 43, 55	4, 13, 24, 32
Власть Power	3, 12, 27, 46	2, 17, 39
Безопасность Security	8, 13, 15,22,56	5, 14,21,31,35

**Источник:** Карандашев В.Н. Методика Шварца для изучения ценностей личности: концепция и методическое руководство. — СПб.: Речь. 2004. — 70 с. [19]

### 3.10 Психодиагностическая методика для многомерной оценки детской тревожности, МОДТ (НИПНИ им. В.М. Бехтерева, 2007)

#### Назначение:

Методика представляет собой клинически апробированный опросник, предназначенный как для экспресс, так и для структурной диагностики расстройств тревожного спектра у детей и подростков. Разработан в 2007 году в НИПНИ им. Бехтерева Е.Е. Малковой (Ромицыной) под руководством Л.И. Вассермана.

Опросник рассчитан на детей и подростков школьного возраста (от 8 до 18 лет). Помимо использования данного опросника в заявленном возрастном диапазоне, особенности построения методики МОДТ допускают в исключительных случаях возможность работы с детьми 6-7 лет, а также с детьми любого возраста, не имеющими физической возможности самостоятельно заполнить опросник. В этом случае предполагается

использование формы стандартного интервью, в ходе которого опросник заполняет экспериментатор (иногда с помощью родителей).

### **Инструкция к опроснику**

«Предлагаемые вам вопросы имеют отношение к тому, как вы себя обычно чувствуете. На каждый вопрос требуется однозначно ответить «Да» или «Нет». Старайтесь отвечать искренне и правдиво, здесь нет верных или неверных, хороших или плохих ответов. Над вопросами долго не задумывайтесь.

Если вы определились с ответом на конкретный вопрос, то напротив соответствующего ему номера следует поставить знак «+», если ответ «ДА» и знак «-», если ваш ответ на данный вопрос — «НЕТ».

Если вы затрудняетесь в выборе однозначного ответа, то выбирайте решение в соответствии с тем, что бывает чаще. Если ваш ответ на данный вопрос может быть различным в разные периоды вашей жизни, выбирайте решение так, как это правильно в настоящее время. Всякий вопрос, ответ на который вы не можете сформулировать как «ДА», следует считать отрицательным (т.е. «НЕТ»).

### **Опросник МОДТ**

1. Часто ли ты чувствуешь себя обеспокоенным и взволнованным?
2. Часто ли твои одноклассники смеются над тобой, когда вы играете в разные игры?
3. Стараешься ли ты избегать игр, в которых делается выбор, только потому, что тебя могут не выбрать?
4. Как ты думаешь, теряют ли симпатии учителей те из учеников, которые не справляются с учебой?
5. Можешь ли ты свободно говорить с родителями о вещах, которые тебя беспокоят?
6. Трудно ли тебе учиться не хуже других ребят?
7. Боишься ли ты вступать в спор?
8. Волнуешься ли ты, когда учитель говорит, что собирается проверить, насколько ты знаешь материал?
9. Часто ли ты чувствуешь себя усталым?
10. Сказывается ли на желудке твое волнение?
11. Когда вечером ты лежишь в постели, часто ли ты испытываешь беспокойство по поводу того, что будет завтра?
12. Часто ли у тебя возникает ощущение, что никто из твоих одноклассников не хочет делать того, что хочешь делать ты?
13. Кажется ли тебе, что окружающие часто недооценивают тебя?
14. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся учителя?

15. Можешь ли ты обратиться со своими проблемами к близким, не испытывая страха, что тебе будет хуже?
16. Часто ли тебе ставят более низкую оценку, чем ты ожидал?
17. Часто ли ты боишься выглядеть нелепо?
18. Обычно ты волнуешься при ответе или выполнении контрольных заданий?
  19. Чувствуешь ли ты себя бодрим после отдыха?
  20. Случается ли тебе попадать в такие ситуации, когда ты чувствуешь, что твое сердце вот-вот остановится?
  21. Часто ли тебя что-то мучает, а что — не можешь понять?
  22. Часто ли ты чувствуешь себя не таким, как большинство твоих одноклассников?
    23. Часто ли ты боишься, что тебе не о чем будет говорить, когда кто-то начинает с тобой разговор?
    24. Обладают ли способные ученики какими-то особыми правами, которых нет у других ребят в классе?
    25. Кажется ли тебе иногда, что никто из родителей тебя хорошо не понимает?
    26. Часто ли твои одноклассники смеются над тобой, когда ты делаешь ошибки?
    27. Обычно тебя волнует то, что думают о тебе окружающие?
    28. Выполнив задание, беспокоишься ли ты о том, хорошо ли с ним справился?
    29. Чувствуешь ли ты себя хуже от волнений и ожидания неприятностей?
    30. Случается ли, что ты испытываешь кожный зуд и покалывание, когда волнуешься?
    31. Часто ли ты волнуешься из-за того, что, как выясняется позже, не имеет никакого значения?
      32. Верно ли, что большинство ребят относится к тебе по-дружески?
      33. Испытываешь ли ты стеснение, находясь среди малознакомых людей?
      34. Волнуешься ли ты, когда учитель просит остаться после уроков и поработать с ним индивидуально?
      35. Когда у тебя плохое настроение, советуют ли тебе твои родители успокоиться и отвлечься?
      36. Когда ты получаешь хорошие отметки, думает ли кто-нибудь из твоих друзей, что ты хочешь выделиться?
      37. Часто ли, отвечая на уроке, ты переживаешь о том, что думают о тебе в это время другие?
      38. Мечтаешь ли ты о том, чтобы поменьше волноваться, когда тебя спрашивают?
      39. Часто ли у тебя болит голова после напряженного дня?

40. Бывает ли у тебя сильное сердцебиение в тревожных для тебя ситуациях?

41. Часто ли ты чувствуешь неуверенность в себе?

42. Нравится ли тебе тот одноклассник, к которому другие ребята относятся лучше всех?

43. Обычно ты боишься невольно обидеть других людей своими случайно сказанными словами или поведением?

44. Боишься ли ты критики со стороны учителя?

45. Начинают ли твои родители сердиться и возмущаться по поводу любого пустяка, совершенного тобой?

46. Надеешься ли ты в будущем учиться лучше, чем теперь?

47. Часто ли одноклассники смеются над твоей внешностью и поведением?

48. Бывает ли так, что, отвечая перед классом, ты начинаешь заикаться и не можешь ясно произнести ни одного слова?

49. Трудно ли тебе вставать по утрам вовремя?

50. Бывают ли у тебя внезапные чувства жара или озноба?

51. Трудно ли тебе сосредоточиться на чем-то одном?

52. Верно ли, что большинство твоих одноклассников не обращают на тебя внимания?

53. Часто ли ты, услышав смех, чувствуешь себя задетым и думаешь, что смеются над тобой?

54. Легко ли учителю привести тебя в замешательство своим неожиданным вопросом?

55. Часто ли твои родители интересуются тем, что тебя волнует и чего ты хочешь?

56. Боишься ли ты не справиться со своей работой?

57. Часто ли ты упрекаешь себя в том, что не используешь многие свои способности?

58. Обычно ты спишь спокойно накануне контрольной или экзамена?

59. Легко ли ты засыпаешь вечером?

60. Кажется ли тебе иногда, что твое сердце бьется неравномерно?

61. Часто ли тебе снятся страшные сны?

62. Считаешь ли ты, что одеваешься в школу так же хорошо, как и твои одноклассники?

63. Боишься ли ты потерять симпатии других людей?

64. Считаешь ли ты, что педагоги относятся к тебе несправедливо?

65. Всегда ли родители с пониманием выслушивают твои взгляды и мнения?

66. Можешь ли ты быть очень настойчивым, если хочешь добиться определенной цели?

67. Трудно ли тебе писать, если при этом кто-то смотрит на твои руки?
68. Часто ли ты получаешь низкую оценку, хорошо зная материал только из-за того, что волнуешься и теряешься при ответе?
69. Часто ли ты сердисься по мелочам?
70. Бывает ли так, что при волнении у тебя появляются красные пятна на шее и на лице?
71. Часто ли ты испытываешь страх в тех ситуациях, когда точно знаешь, что тебе ничто не угрожает?
72. Злятся ли некоторые из твоих одноклассников, когда тебе удается быть лучше их?
73. Обычно тебе безразлично, что думают о тебе другие?
74. Боишься ли ты, что тебя могут вызвать к директору?
75. Если ты сделаешь что-нибудь не так, будут ли твои родители постоянно и везде говорить об этом?
76. Снится ли тебе иногда, что ты в школе и не можешь ответить на вопрос учителя?
77. Нравится ли тебе быть первым, чтобы другие тебе подражали и следовали бы за тобой?
78. Если ты не можешь ответить, когда тебя спрашивают, чувствуешь ли ты, что вот-вот расплачешься?
79. Часто ли тебе приходится дома доделывать задания, которые ты не успел выполнить в классе?
80. Бывает ли тебе трудно дышать из-за волнения?
81. Боишься ли ты оставаться дома один?
82. Мешает ли тебе твоя застенчивость подружиться с тем, с кем хотелось бы?
83. Часто ли бывает, что тебе кажется, будто окружающие смотрят на тебя, как на никчемного и ненужного человека?
84. «Холодеет» ли у тебя все внутри, когда учитель делает тебе замечание?
85. Бывает ли тебе обидно, когда твое мнение не совпадает с мнением твоих родителей, а они категорически настаивают на своем?
86. Часто ли тебе снится, что твои одноклассники могут сделать то, что не можешь ты?
87. Боишься ли ты, что тебя не правильно поймут, когда ты захочешь что-то сказать?
88. Часто ли бывает такое, что у тебя слегка дрожит рука при выполнении контрольных заданий?
89. Легко ли тебе расплакаться из-за ерунды?
90. Боишься ли ты, что тебе вдруг станет дурно в классе?
91. Страшно ли тебе оставаться одному в темной комнате?

92. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся одноклассники?

93. Трудно ли тебе получать такие отметки, каких ждут от тебя окружающие?

94. Снится ли тебе временами, что учитель в ярости из-за того, что ты не знаешь урок?

95. Чувствуешь ли ты себя никому не нужным каждый раз после ссоры с родителями?

96. Сильно ли ты переживаешь по поводу замечаний и отметок, которые тебя не удовлетворяют?

97. Дрожит ли слегка твоя рука, когда учитель просит сделать задание на доске перед всем классом?

98. Беспokoишься ли ты по дороге в школу, что учитель может дать классу проверочную работу?

99. Часто ли ты получаешь более низкую оценку, чем мог бы получить из-за того, что не успел чего-то сделать?

100. Потеют ли у тебя руки и ноги при волнении?

### Бланк к опроснику МОДТ

Фамилия, имя, отчество \_\_\_\_\_

Датараждения \_\_\_\_\_ Пол \_\_\_\_\_ Возраст \_\_\_\_\_

Дата исследования \_\_\_\_\_ Школа \_\_\_\_\_ Класс \_\_\_\_\_

Дополнительная информация \_\_\_\_\_

№ №	№ №	№ №	№ №	№ №	№ №	№ №	№ №	№ №	№ №	№ №
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	
41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	
51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	
61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	
71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	
81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	
91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	

### **Обработка результатов:**

По каждому параметру подсчитывается арифметическая сумма сырых баллов (структура регистрационного бланка такова, что каждый столбец соответствует отдельной шкале).

Подсчет «сырых» баллов производится с использованием «ключа», где за каждое совпадение ответа испытуемого с «ключом» начисляется 1 балл в пользу соответствующей шкалы. В Приложении приводятся «ключи» для каждой шкалы.

Поскольку вес каждой из десяти шкал определяется ответом на 10 вопросов, то, соответственно, максимальное количество «сырых» баллов по каждой шкале составит — 10, а минимальное — 0 баллов. Другими словами, «сырые» баллы выражают абсолютный минимум и абсолютный максимум, т.е. с их помощью можно оценить, насколько выражено влияние того или иного фактора, что играет немаловажную роль в интерпретации результатов.

Далее «сырые» баллы сопоставляются с интервалами, определенными при помощи стандартных z-оценок в соответствии с таблицами, при веденными ниже. Данная процедура позволяет обозначить степень выраженности каждого из 10-ти измеряемых проявлений тревожности у детей и подростков в зависимости от пола и возраста испытуемых. Таким образом, окончательный результат по каждой шкале приводится в соответствие со следующими категориями:

**«отсутствие тревоги** или слабая ее выраженность» (от  $-2,5$  до  $-1$  z-баллов);

**«нормативный уровень тревожности**, способствующий оптимальной адаптации индивида» (от  $-1$  до  $+1$  z-баллов);

**«повышенный уровень тревожности**, дестабилизирующий психоэмоциональное состояние индивида в определенных ситуациях; субклинический уровень» (от  $+1$  до  $+2$  z-баллов);

**«крайне высокий уровень тревожности**, носящей генерализованный характер и дезорганизирующей деятельность ребенка вплоть до клинических проявлений» (от  $+2$  до  $+3$  z-баллов).

Преимущества стандартных баллов перед «сырыми» общеизвестны. В тоже время, применительно к опроснику МОДТ следует обратить внимание и на последние. Сырые баллы в известной мере являются более чувствительными.

### **Ключи**

#### 1 шкала

#### **«Общая тревожность»**

ответы «да» — 1, 11, 21, 31, 41, 51, 61, 71, 81, 91

2 шкала

«Тревога во взаимоотношениях со сверстниками» ответы «да» — 2, 12, 22, 52, 72, 82  
ответы «нет» — 32, 42, 62, 92

3 шкала

«Тревога в связи с оценкой окружающих»

ответы «да» — 3, 13, 23, 33, 43, 53, 63, 83, 93 ответы «нет» — 73

4 шкала

«Тревога во взаимоотношениях с учителями» ответы «да» — 4, 24, 34, 44, 54, 64, 74, 84, 94 ответы «нет» — 14

5 шкала

«Тревога во взаимоотношениях с родителями» ответы «да» — 25, 45, 75, 85, 95  
ответы «нет» — 5, 15, 35, 55, 65

6 шкала

«Тревога, связанная с успешностью в обучении» ответы «да» — 6, 16, 26, 36, 46, 56, 76, 86, 96 ответы «нет» — 66

7 шкала

«Тревога, возникающая в ситуациях самовыражения»

ответы «да» — 7, 17, 27, 37, 47, 57, 67, 87, 97 ответы «нет» — 77

8 шкала

«Тревога, возникающая в ситуациях проверки знаний» ответы «да» — 8, 18, 28, 38, 48, 68, 78, 88, 98 ответы «нет» — 58

9 шкала

«Снижение психической активности, связанное с тревогой» ответы «да» — 9, 29, 39, 49, 69, 79, 89, 99 ответы «нет» — 19, 59

10 шкала

«Повышение вегетативной реактивности, связанное с тревогой» ответы «да» — 10, 20, 30, 40, 50, 60, 70, 80, 90, 100

**Описание шкал:**

Шкала 1 «Общая тревожность», результаты которой отражают общий уровень тревожных переживаний ребенка в последнее время, связанных с особенностями его самооценки, уверенности в себе и оценкой перспективы.

Шкала 2 «Тревога в отношениях со сверстниками», результаты которой отражают уровень тревожных переживаний, обусловленных проблемными взаимоотношениями с другими детьми и подростками.

Шкала 3 «Тревога, связанная с оценкой окружающих», результаты которой отражают уровень специфической тревожной ориентации ребенка на мнение других в оценке своих результатов, поступков и мыслей, уровень тревоги по поводу оценок, даваемых окружающими, в связи с ожиданием негативных оценок с их стороны.

Шкала 4 «Тревога в отношениях с учителями», результаты которой отражают уровень тревожных переживаний, обусловленных взаимоотношениями с педагогами в школе и влияющих на успешность обучения ребенка.

Шкала 5 «Тревога в отношениях с родителями», результаты которой отражают уровень тревожных переживаний, обусловленных проблемными взаимоотношениями с взрослыми, выполняющими родительские функции, а также характера тревожного реагирования ребенка в связи с родительским отношением и оценкой его родителями.

Шкала 6 «Тревога, связанная с успешностью в обучении», результаты которой отражают уровень тревожных опасений ребенка, оказывающих непосредственное влияние на развитие у него потребности в успехе, достижении высокого результата и т.п.

Шкала 7 «Тревога, возникающая в ситуациях самовыражения», результаты которой отражают уровень тревожных переживаний ребенка в ситуациях, сопряженных с необходимостью самораскрытия, предъявления себя другим, демонстрации своих возможностей.

Шкала 8 «Тревога, возникающая в ситуациях проверки знаний», результаты которой отражают уровень тревоги ребенка в ситуациях проверки (особенно — публичной) его знаний, достижений, возможностей.

Шкала 9 «Снижение психической активности, обусловленное тревогой», результаты которой отражают уровень реагирования на тревожный фактор среды признаками астении, оказывающей влияние на приспособляемость ребенка к ситуациям стрессогенного характера.

Шкала 10 «Повышенная вегетативная реактивность, обусловленная тревогой», результаты которой отражают уровень выраженности психо-вегетативных реакций в ответ на тревожный фактор среды, свидетельствующих об особенностях психовегетативной реактивности в эмоциональной и поведенческой сферах, особенно в ситуациях стрессогенного характера.

Каждая из 10 шкал может принимать одно из четырёх значений:

- «отрицание тревоги или слабая ее выраженность, которая, в свою очередь, может иметь и защитный, неосознаваемый характер»
- «нормативный уровень тревожности, способствующий оптимальной адаптации индивида»
- «повышенный уровень тревожности, дестабилизирующий психоэмоциональное состояние индивида в определенных ситуациях; субклинический уровень».
- «крайне высокий уровень тревожности, носящей генерализованный характер и дезорганизирующей деятельность ребенка вплоть до клинических проявлений»

### Стандартизованные оценки для девочек 7–10 лет (N= 62)

Шкала	M±σ	Стандартизованные оценки			
		низкие	средние	высокие	крайне высокие
1	5,40±2,60	0–2	3–7	8–9	10
2	4,45±2,36	0–2	3–6	7–8	9–10
3	5,55±2,55	0–3	4–8	9	10
4	5,52±2,00	0–3	4–7	8	9–10
5	4,69±2,02	0–2	3–6	7–8	9–10
6	5,16±2,15	0–2	3–7	8	9–10
7	5,60±2,49	0–3	4–8	9	10
8	6,03±2,39	0–3	4–8	9	10
9	5,27±2,33	0–2	3–7	8	9–10
10	4,94±2,44	0–2	3–7	8	9–10

### Стандартизованные оценки для девочек 11–12 лет (N= 119)

Шкала	M±σ	Стандартизованные оценки			
		низкие	средние	высокие	крайне высокие
1	4,18±2,42	0–1	2–6	7–8	9–10
2	3,74±2,29	0–1	2–6	7	8–10
3	4,65±2,33	0–2	3–6	7–8	9–10
4	4,18±2,26	0–1	2–6	7–8	9–10
5	4,03±2,23	0–1	2–6	7	8–10
6	3,96±2,01	0–1	2–5	6–7	8–10

Шкала	M±σ	Стандартизованные оценки			
		низкие	средние	высокие	крайне высокие
7	4,61±2,14	0–2	3–6	7–8	9–10
8	4,79±2,50	0–2	3–7	8–9	10
9	4,00±2,27	0–1	2–6	7	8–10
10	3,69±2,32	0–1	2–6	7	8–10

**Стандартизованные оценки для девочек 13–14 лет (N= 181)**

Шкала	M±σ	Стандартизованные оценки			
		низкие	средние	высокие	крайне высокие
1	3,40±2,16	0–1	2–5	6–7	8–10
2	3,56±2,25	0–1	2–5	6–7	8–10
3	4,68±2,33	0–2	3–7	8	9–10
4	3,67±2,25	0–1	2–5	6–7	8–10
5	4,21±2,62	0–1	2–6	7–8	9–10
6	3,44±1,82	0–1	2–5	6	7–10
7	3,94±1,91	0–1	2–5	6–7	8–10
8	4,48±2,44	0–1	2–6	7–8	9–10
9	4,59±2,10	0–2	3–6	7–8	9–10
10	3,47±2,10	0–1	2–5	6–7	8–10

**Стандартизованные оценки для девочек 15–17 лет (N= 106)**

Шкала	M±σ	Стандартизованные оценки			
		низкие	средние	высокие	крайне высокие
1	3,32±2,31	0–1	2–5	6–7	8–10
2	3,29±2,02	0–1	2–5	6–7	8–10
3	4,17±2,42	0–1	2–6	7–8	9–10
4	3,51±2,00	0–1	2–5	6–7	8–10
5	4,42±2,33	0–1	2–6	7–8	9–10
6	3,27±1,66	0–1	2–4	5–6	7–10
7	3,65±2,18	0–1	2–5	6–7	8–10
8	4,18±2,53	0–1	2–6	7–8	9–10
9	4,61±2,16	0–2	3–6	7–8	9–10
10	3,88±2,22	0–1	2–6	7–8	9–10

### Стандартизованные оценки для мальчиков 7–10 лет (N= 89)

Шкала	M±σ	Стандартизованные оценки			
		низкие	средние	высокие	крайне высокие
1	4,13±2,40	0–1	2–6	7–8	9–10
2	3,89±2,15	0–1	2–6	7–8	9–10
3	4,61±1,87	0–2	3–6	7–8	9–10
4	4,51±2,10	0–2	3–6	7–8	9–10
5	4,12±1,94	0–2	3–6	7	8–10
6	4,18±1,87	0–2	3–6	7	8–10
7	4,09±2,11	0–2	3–6	7–8	9–10
8	5,00±2,40	0–2	3–7	8–9	10
9	4,35±2,16	0–2	3–6	7–8	9–10
10	3,81±2,58	0–1	2–6	7–8	9–10

### Стандартизованные оценки для мальчиков 11–12 лет (N= 111)

Шкала	M±σ	Стандартизованные оценки			
		низкие	средние	высокие	крайне высокие
1	2,97±2,37	0–1	2–5	6–7	8–10
2	3,67±1,97	0–1	2–5	6–7	8–10
3	4,17±2,50	0–1	2–6	7–8	9–10
4	3,96±2,10	0–1	2–6	7–8	9–10
5	3,80±2,00	0–1	2–5	6–7	8–10
6	3,95±1,53	0–2	3–5	6–7	8–10
7	3,87±2,20	0–1	2–6	7–8	9–10
8	4,13±2,33	0–1	2–6	7–8	9–10
9	3,50±1,97	0–1	2–5	6–7	8–10
10	2,72±2,29	0–1	2–5	6–7	8–10

### Стандартизованные оценки для мальчиков 13–14 лет (N= 151)

Шкала	M±σ	Стандартизованные оценки			
		низкие	средние	высокие	крайне высокие
1	2,74±2,17	0–1	2–4	5–7	8–10
2	3,54±2,14	0–1	2–5	6–7	8–10
3	4,17±2,21	0–1	2–6	7–8	9–10

Шкала	M±σ	Стандартизованные оценки			
		низкие	средние	высокие	крайне высокие
4	3,79±2,26	0–1	2–6	7–8	9–10
5	4,38±2,33	0–2	3–6	7–8	9–10
6	3,81±2,00	0–1	2–5	6–7	8–10
7	3,76±2,15	0–1	2–5	6–8	9–10
8	4,00±2,31	0–1	2–6	7–8	9–10
9	3,85±1,99	0–1	2–5	6–7	8–10
10	2,59±2,02	0–1	2–4	5–6	7–10

**Стандартизованные оценки для мальчиков 15–17 лет (N= 81)**

Шкала	M±σ	Стандартизованные оценки			
		низкие	средние	высокие	крайне высокие
1	2,46±2,07	0	1–4	5–6	7–10
2	3,16±2,04	0–1	2–5	6–7	8–10
3	3,65±2,27	0–1	2–5	6–8	9–10
4	3,09±2,11	0–1	2–5	6–7	8–10
5	4,64±2,15	0–2	3–6	7–9	10
6	3,18±1,94	0–1	2–5	6–7	8–10
7	3,15±1,98	0–1	2–5	6–7	8–10
8	3,13±2,17	0–1	2–5	6–7	8–10
9	3,85±1,70	0–2	3–5	6–7	8–10
10	2,64±1,87	0	1–4	5–6	7–10

**Источник:** Малкова Е.Е., Вассерман Л.И. Психодиагностическая методика для многомерной оценки детской тревожности: пособие для врачей и психологов. — СПб. : НИПНИ им. Бехтерева. 2007. — 35 с. [20]

### **3.11 Методика оценки эмоционального интеллекта (Холл. Н., опросник EQ: Ильин Е.П., 2001)**

**Назначение:** методика предназначена для выявления способности понимать отношения личности, репрезентируемые в эмоциях, и управлять эмоциональной сферой на основе принятия решений.

### Структура:

Пункты формируют 5 шкал, каждая из которых содержит 6 пунктов, пункты шкал не пересекаются:

1. Эмоциональная осведомленность
2. Управление своими эмоциями (скорее эмоциональная отходчивость, эмоциональная неригидность)
3. Самомотивация (скорее как раз произвольное управление своими эмоциями)
4. Эмпатия
5. Распознавание эмоций других людей (скорее умение воздействовать на эмоциональное состояние других людей)

### Инструкция

Ниже вам будут предложены высказывания, которые так или иначе отражают различные стороны вашей жизни. Пожалуйста, напишите цифру справа от каждого утверждения, исходя из оценки ваших ответов:

Полностью не согласен (-3 балла). В основном не согласен (-2 балла). Отчасти не согласен (-1 балл). Отчасти согласен (+1 балл). В основном согласен (+2 балла). Полностью согласен (+3 балла).

### Бланк ответов

Утверждение	-3	-2	-1	+1	+2	+3
1. Для меня как отрицательные, так и положительные эмоции служат источником знания о том, как поступать в жизни.						
2. Отрицательные эмоции помогают мне понять, что я должен изменить в своей жизни.						
3. Я спокоен, когда испытываю давление со стороны.						
4. Я способен наблюдать изменение своих чувств.						
5. Когда необходимо, я могу быть спокойным и сосредоточенным, чтобы действовать в соответствии с запросами жизни.						
6. Когда необходимо, я могу вызвать у себя широкий спектр положительных эмоций, такие, как веселье, радость, внутренний подъем и юмор.						
7. Я слежу за тем, как я себя чувствую.						
8. После того как что-то расстроило меня, я могу легко совладать со своими чувствами.						

Утверждение	-3	-2	-1	+1	+2	+3
9. Я способен выслушивать проблемы других людей.						
10. Я не закикливаюсь на отрицательных эмоциях.						
11. Я чувствителен к эмоциональным потребностям других.						
12. Я могу действовать на других людей успокаивающе.						
13. Я могу заставить себя снова и снова встать перед лицом препятствия.						
14. Я стараюсь подходить к жизненным проблемам творчески.						
15. Я адекватно реагирую на настроения, побуждения и желания других людей.						
16. Я могу легко входить в состояние спокойствия, готовности и сосредоточенности.						
17. Когда позволяет время, я обращаюсь к своим негативным чувствам и разбираюсь, в чем проблема.						
18. Я способен быстро успокоиться после неожиданного огорчения.						
19. Знание моих истинных чувств важно для поддержания «хорошей формы».						
20. Я хорошо понимаю эмоции других людей, даже если они не выражены открыто.						
21. Я могу хорошо распознавать эмоции по выражению лица.						
22. Я могу легко отбросить негативные чувства, когда необходимо действовать.						
23. Я хорошо улавливаю знаки в общении, которые указывают на то, в чем другие нуждаются.						
24. Люди считают меня хорошим знатоком переживаний других людей.						
25. Люди, осознающие свои истинные чувства, лучше управляют своей жизнью.						
26. Я способен улучшить настроение других людей.						

Утверждение	-3	-2	-1	+1	+2	+3
27. Со мной можно посоветоваться по вопросам отношений между людьми.						
28. Я хорошо настраиваюсь на эмоции других людей.						
29. Я помогаю другим использовать их побуждения для достижения личных целей.						
30. Я могу легко отключиться от переживания неприятностей.						

### Обработка результатов

Для получения результата по шкале необходимо сложить результаты по всем пунктам с учётом знака ответа:

Полностью не согласен (-3 балла).

В основном не согласен (-2 балла).

Отчасти не согласен (-1 балл).

Отчасти согласен (+1 балл).

В основном согласен (+2 балла).

Полностью согласен (+3 балла).

Шкалы	Вопросы
Эмоциональная осведомленность	1, 2, 4, 17, 19, 25
Управление своими эмоциями	3, 7, 8, 10, 18, 30
Самомотивация	5, 6, 13, 14, 16, 22
Эмпатия	9, 11, 20, 21, 23, 28
Распознавание эмоций других людей	12, 15, 24, 26, 27, 29

**Уровни эмоционального интеллекта** по каждой шкале (суммы баллов по каждой шкале с учетом знака):

- 14 и более — высокий уровень
- 8–13 — средний уровень
- 7 и менее — низкий уровень

**Общий уровень эмоционального интеллекта** (общая сумма баллов с учетом знака при подсчете результатов)

- 70 и более — высокий уровень эмоционального интеллекта
- 40–69 — средний уровень эмоционального интеллекта
- 39 и менее — низкий уровень эмоционального интеллекта

**Источник:** Ильин Е.П. Эмоции и чувства. — СПб.: Питер. 2011. — 752 с. [21]

### 3.12 Методика «Склонность к девиантному поведению», СДП (Леус Э.В., Соловьев А.Г., 2012)

**Назначение:** методика диагностики девиантного поведения несовершеннолетних (тест склонности к девиантному поведению (далее — СДП) прошла процедуру адаптации и стандартизации. При разработке методики учитывались наиболее распространенные виды поведенческих девиаций, такие как зависимое, суицидальное, агрессивное, делинквентное поведение, определяющие не только поведение и образ жизни подростка, но и несущих серьезные последствия для состояния здоровья.

Тест состоит из 75 вопросов, и определяет показатели выраженности зависимого поведения, самоповреждающего поведения, агрессивного поведения, делинквентного поведения, социально обусловленного поведения по содержанию вопросов, каждый из которых оценивают в баллах по шкале опросника. В зависимости от набранной по шкале суммы баллов оценивают степень выраженности конкретных видов девиантного поведения: отсутствие признаков социально-психологической дезадаптации, легкая степень социально-психологической дезадаптации, высокая степень социально-психологической дезадаптации. Способ позволяет получить максимально полную информацию о наличии разного рода поведенческих девиаций у подростков при проведении мониторинговых исследований.

**Цель:** методика предназначена для оценки степени выраженности дезадаптации у подростков с разными видами девиантного поведения и измерения готовности (склонности) подростков к реализации различных форм отклоняющегося поведения.

#### **Инструкция**

Вам предлагается ряд вопросов, которые помогут определить некоторые свойства Вашей личности. Здесь не может быть ответов «правильных» и «ошибочных». Мы ждем Ваш ответ, основанный на Вашем мнении. Отвечая на каждый вопрос, выберите ответ, который в наибольшей степени соответствует Вашему мнению о себе, и поставьте отметку напротив в виде любого значка (х, v, + и или другая отметка).

Отвечая, помните:

1. Не нужно тратить много времени на обдумывание. Давайте тот ответ, который первым придет к Вам в голову. Отвечать нужно как можно точнее, но не очень медленно.

2. Старайтесь не увлекаться неопределенными ответами слишком часто.

3. Обязательно отвечайте на все вопросы подряд, ничего не пропуская. Возможно, некоторые вопросы покажутся Вам не очень точно сформулированными, но и тогда постарайтесь найти наиболее точный ответ. Некоторые вопросы могут показаться Вам личными, но Вы можете быть уверены в том, что ответы не будут разглашены.

4. Не старайтесь произвести хорошее впечатление своими ответами, они должны соответствовать действительности.

Благодарим Вас за сотрудничество!

	<b>УТВЕРЖДЕНИЕ</b>	<b>ДА</b>	<b>ИНОГДА</b>	<b>НЕТ</b>
1	Я всегда сдерживаю свои обещания.			
2	У меня бывают мысли, которыми я не хотел бы делиться.			
3	Разозлившись, я нередко выхожу из себя.			
4	Бывает, что я сплетничаю.			
5	Бывает, что я говорю о вещах, в которых ничего не смыслю.			
6	Я всегда говорю только правду.			
7	Я люблю прихвастнуть.			
8	Я никогда не опаздываю.			
9	Все свои привычки я считаю хорошими.			
10	Бывает, спорю и ссорюсь с родителями.			
11	Бывает, я перехожу улицу там, где мне удобно, а не там, где положено.			
12	Я всегда покупаю билет в транспорте.			
13	Бывает, мне хочется выругаться грубыми нецензурными словами.			
14	Среди моих знакомых есть люди, которые мне не нравятся.			
15	Я никогда не нарушаю правил общественного поведения.			
16	Я не хочу учиться и работать.			
17	Я могу уйти из дома жить в другое место.			
18	Меня забирали в полицию за плохое поведение.			
19	Я могу взять чужое, если мне надо или очень хочется.			
20	Состою на учете в подразделении по делам несовершеннолетних.			

	<b>УТВЕРЖДЕНИЕ</b>	<b>ДА</b>	<b>ИНОГДА</b>	<b>НЕТ</b>
21	Меня часто обижают окружающие (обзывают, бьют, отбирают деньги и вещи).			
22	У меня есть судимые родственники и/или знакомые.			
23	У меня бывают сильные желания, которые обязательно надо исполнить.			
24	У меня бывает желание отомстить, восстановить справедливость.			
25	Я не верю окружающим.			
26	Хочу быть великим и всемогущим.			
27	Я испытываю отчаяние, обиду, бессильный гнев.			
28	Я завидую своим одноклассникам, другим людям, взрослым.			
29	Если нельзя, но очень хочется — значит можно.			
30	Сильным и богатым людям необязательно соблюдать все правила и законы.			
31	Я курю.			
32	Я употребляю пиво и/или другие спиртные напитки.			
33	Я нюхал клей, растворители, пробовал наркотики, курительные смеси.			
34	Мои родители злоупотребляют спиртным.			
35	Мои друзья курят, употребляют спиртное.			
36	Люди пьют за компанию, для поддержания хорошего настроения			
37	Пить и курить — это признаки взрослости.			
38	Я пью/курю из-за проблем в семье, школе, от одиночества.			
39	Дети и взрослые пьют и курят, потому что это модно и доступно.			
40	Дети пьют и курят из любопытства, по глупости.			
41	Удовольствие — это главное, к чему стоит стремиться в жизни.			

	<b>УТВЕРЖДЕНИЕ</b>	<b>ДА</b>	<b>ИНОГДА</b>	<b>НЕТ</b>
42	Мне необходимы сильные переживания и чувства.			
43	Я хотел бы попробовать спиртное, сигареты, наркотики, если бы этого никто не узнал.			
44	Вредное воздействие на человека алкоголя и табака сильно преувеличивают.			
45	Если в моей компании будет принято, то и я буду курить и пить пиво.			
46	Я редко жалею животных, людей.			
47	Я часто пререкаюсь или ругаюсь с учителями, одноклассниками.			
48	Я часто ссорюсь с родителями.			
49	Я не прощаю обиды.			
50	Если у меня плохое настроение, то я испорчу его еще кому-нибудь.			
51	Люблю посплетничать.			
52	Люблю, чтобы мне подчинялись.			
53	Предпочитаю споры решать дракой, а не словами.			
54	За компанию с друзьями могу что-нибудь сломать, приставать к посторонним.			
55	Часто испытываю раздражение, отвращение, злость, ярость, бешенство.			
56	У меня бывает желание что-то сломать, громко хлопнуть дверью, покричать, поругаться или подраться.			
57	В порыве гнева я могу накричать или ударить кого-то.			
58	Я охотно бы участвовал в каких-нибудь боевых действиях.			
59	Могу нарочно испортить чужую вещь, если мне что-то не нравится.			
60	Я хочу быть взрослым и сильным.			
61	Я чувствую, что меня никто не понимает, мной никто не интересуется.			
62	Я чувствую, что от меня ничего не зависит, безнадежность, беспомощность.			
63	Я могу причинить себе боль.			

	УТВЕРЖДЕНИЕ	ДА	ИНОГДА	НЕТ
64	Я бы взялся за опасное для жизни дело, если бы за это хорошо заплатили.			
65	Было бы лучше, если бы я умер.			
66	Я испытываю чувство вины перед окружающими, родителями.			
67	Я не люблю решать проблемы сам.			
68	У меня есть желания, которые никак не могут исполниться.			
69	Я не очень хороший человек.			
70	Я не всегда понимаю, что можно делать, а что нельзя.			
71	Я часто не могу решиться на какой-либо поступок.			
72	Когда я стою на мосту, то меня иногда так и тянет прыгнуть вниз.			
73	Я нуждаюсь в теплых, доверительных отношениях.			
74	Терпеть боль назло мне бывает даже приятно.			
75	Я испытываю потребность в острых ощущениях.			

### Описание шкал

75 вопросов опросника разбиты на 5 блоков по 15 вопросов в каждом.

**В I блоке** (вопросы с 1 по 15) оценивается предрасположенность подростков на **социально обусловленное поведение (шкала искренности ответов)**, как просоциальное, относительно-деструктивное, адаптированное к нормам ведущей, значимой или референтной группы, возможно имеющей антисоциальную или девиантную в разных вариантах направленность, при этом учитывается подверженность влиянию окружающих, действию социальных установок, мнению группы, степень ведомости в поступках.

Средние значения по шкале СОП соответствуют возрастной норме для подростков, для которых характерно общение, как ведущий вид деятельности и основа психического и личностного развития; потребность в принадлежности к группе и ориентация на ее идеалы, стремление быть замеченным, принятым и понятым.

Низкие значения могут говорить о неадаптированности и даже изоляции подростка от групп сверстников, замкнутости, скрытности.

Высокие значения — показатель высокой адаптированности в группе, но одновременно и свидетельство тесного слияния со значимой группой, что может быть одним из проявлений зависимости от других людей или общения.

**Во II блоке** (вопросы с 16 по 30) — **делинквентное (допротивоправное) поведение (ДП)** — оценивается антисоциальное, противоречащее правовым нормам, угрожающее социальному порядку и благополучию окружающих людей поведение, включающее любые действия или бездействия, запрещенные законодательством.

К числу делинквентных относятся:

1) административные правонарушения — нарушение правил дорожного движения, мелкое хулиганство, сквернословие, нецензурная брань в общественных местах, оскорбительное приставание к гражданам, распитие спиртных напитков и появление в пьяном виде в общественных местах;

2) дисциплинарные проступки — это неисполнение или ненадлежащее исполнение своих непосредственных обязанностей, для подростков это прогулы без уважительных причин занятий, появление в учебном заведении или в общественных местах в состоянии алкогольного, наркотического или токсического опьянения, распитие спиртных напитков, употребление наркотических или токсических средств по месту учебы и в учебное время, нарушение правил безопасности;

3) преступления — общественно опасные деяния, предусмотренные уголовным законом и запрещены им под угрозой наказания — кражи, причинение вреда здоровью, угоны транспорта, вандализм, терроризм и другие поступки, за которые предусматриваются меры уголовной ответственности с 16 лет, а за некоторые преступления с 14 лет; совершение деяний, признаваемых преступлениями, лицами, не достигшими уголовной ответственности, влечет применение мер воздействия, носящих воспитательный характер (помещение в специальное учебно-воспитательное учреждение и др.).

**В III блоке** оценивается **зависимое (аддиктивное) поведение (ЗП)** (вопросы с 31 по 45):

1) злоупотребление различными веществами, изменяющими психическое состояние, включая алкоголь и курение табака, до того, как от них сформировалась зависимость;

2) одна из форм деструктивного поведения, которая выражается в стремлении к уходу от реальности путем изменения своего психического состояния посредством приема некоторых веществ или постоянной фиксации на определенных предметах или активных видах деятельности, что сопровождается развитием интенсивных эмоций;

3) не болезнь, а нарушение поведения.

Необходимо учитывать многообразие видов зависимостей:

1) традиционно трактуемые — химические — зависимость от психоактивных веществ;

2) промежуточные — аддикции к еде (голодание, переедание);

3) нехимические — патологическая склонность к азартным играм (гемблинг, лудомания), эротические (любовные аддикции и аддикции избегания, сексуальные), социально приемлемые (работоголизм, спортивная аддикция, компульсивный шопинг, зависимость от общения, религиозные аддикции), технологические — (интернет-зависимость, зависимость от социальных сетей, зависимость от мобильных телефонов и SMS, телевизионная аддикция), недифференцированные (зависимость от получения удовольствия, коллекционирование, фанатизм, духовный поиск).

**В IV блоке** оценивается **агрессивное поведение (АП)** (вопросы с 46 по 60) — вербальная и физическая агрессия, направленная на окружающих людей, враждебность, негативизм, дерзость и мстительность.

Агрессивный подросток противостоит родителям, свои авторитеты он ищет на стороне, что свойственно возрасту; он хочет, чтобы от него отстали, при этом агрессивность приобретает различные формы, которые в дальнейшем становятся чертами характера. Агрессивное поведение может приобретать следующие формы: физическая, словесная, косвенная агрессия; раздражение, обидчивость, подозрительность, негативизм. Физическая и словесная агрессия имеют внешнее выражение, тогда как другие её формы имеют довольно скрытый характер: вандализм, наблюдения за издевательствами, порча имущества и одежды, раздражение и вечное недовольство, обида и чувство вины, чрезмерная подозрительность, нападки и критикой в адрес другого человека. Всякая форма агрессивного поведения направлена на упрямое отстаивание подростком своей самости. Так как базисными потребностями ребёнка является свобода и самоопределение, воспитатель, лишаящий ребёнка свободы действий, убивает естественные силы его развития.

**В V блоке** оценивается **самоповреждающее (аутоагрессивное) поведение (СП)** (вопросы с 61 по 75), стремление причинить себе боль и/или физический вред, как сознательный отказ человека от жизни, связанный с действиями, направленными на ее прекращение, или незавершенными попытками.

В силу возрастных особенностей — высокая эмоциональная восприимчивость и чувствительность, низкая устойчивость к стрессу, отсутствие сформированных моделей совладания с внешнеситуативными проблемами и внутренними переживаниями, потребность в тесных контактах со сверстниками, стремление к эмансипации от взрослых, переживание возрастного кризиса и другие — подростки составляют группу риска и требуют внимания к своим переживаниям.

## Интерпретация

Испытуемому предлагается выразить свое отношение по каждому из указанных вопросов, которые даны в доступной форме и обращены лично, выбрав один из трех возможных предлагаемых вариантов ответов, который более всего свойственен на настоящее время, и отметить его в бланке. Экспериментаторам нельзя допускать пропуск вопросов, так как это не позволит получить достоверный результат.

При обработке бланков, каждый ответ оценивается в количестве от 2 до 0 баллов:

- «да» — 2 балла,
- «иногда» — 1 балл,
- «нет» — 0 баллов.

Максимально по каждой шкале испытуемый может получить 30 баллов.

Интерпретация полученных результатов основана на том, что более высокая суммарная оценка (в баллах) по шкале указывает на более высокую степень социально-психологической дезадаптации:

значения от 21 до 30 баллов оцениваются как выраженная социально-психологическая дезадаптация,

от 11 до 20 — легкая степень социально-психологической дезадаптации,

от 0 до 10 — отсутствие признаков социально-психологической дезадаптации.

<b>I шкала</b> <b>социально обусловленное</b> <b>поведение</b> <b>(СОП)</b>	0-10	отсутствие ориентации на социально обусловленное поведение, преобладает индивидуализация
	11-20	обнаружена ориентация на социально обусловленное поведение – подростковая реакция группирования
	21-30	сформированная модель социально обусловленного поведения
<b>II шкала</b> <b>делинквентное поведение</b> <b>(ДП)</b>	0-10	отсутствие признаков делинквентного поведения
	11-20	обнаружена ситуативная предрасположенность к делинквентному поведению
	21-30	сформированная модель делинквентного поведения
<b>III шкала</b> <b>зависимое (аддиктивное)</b> <b>поведение</b> <b>(ЗП)</b>	0-10	отсутствие признаков зависимого поведения
	11-20	обнаружена ситуативная предрасположенность к зависимому поведению
	21-30	сформированная модель зависимого поведения
<b>IV шкала</b> <b>агрессивное поведение</b> <b>(АП)</b>	0-10	отсутствие признаков агрессивного поведения
	11-20	обнаружена ситуативная предрасположенность к агрессивному поведению
	21-30	сформированная модель агрессивное поведения
<b>V шкала</b> <b>суицидальное</b> <b>(аутоагрессивное)</b> <b>поведение</b>	0-10	отсутствие признаков аутоагрессивного поведения
	11-20	обнаружена ситуативная предрасположенность к аутоагрессивному поведению

**Источник:** Леус Э.В. Методическое руководство по применению теста СДП / Э.В. Леус. — Архангельск : САФУ, 2013. — 64 с. [26]

### 3.13 Опросник суицидального риска, ОСР (Шмелев А.Г., 1992; модификация Разуваевой Т.Н., 1993)

**Цель:** экспресс-диагностика суицидального риска; выявление уровня сформированности суицидальных намерений с целью предупреждения серьезных попыток самоубийства.

Предназначена для учащихся 8–11 класса. Возможно индивидуальное и групповое тестирование.

**Инструкция:** Я буду зачитывать утверждения, а Вы в бланке для ответов ставить в случае согласия с утверждением «+», в случае несогласия с утверждением «-»

1. Вы все чувствуете острее, чем большинство людей.
2. Вас часто одолевают мрачные мысли.
3. Теперь Вы уже не надеетесь добиться желаемого положения в жизни.
4. В случае неудачи Вам трудно начать новое дело.
5. Вам определенно не везет в жизни.
6. Учиться Вам стало труднее, чем раньше.
7. Большинство людей довольны жизнью больше, чем Вы.
8. Вы считаете, что смерть является искуплением грехов.
9. Только зрелый человек может принять решение уйти из жизни.
10. Временами у Вас бывают приступы неудержимого смеха или плача.
11. Обычно Вы осторожны с людьми, которые относятся к Вам дружелюбнее, чем Вы ожидали.
12. Вы считаете себя обреченным человеком.
13. Мало кто искренне пытается помочь другим, если это связано с неудобствами.
14. У Вас такое впечатление, что Вас никто не понимает.
15. Человек, который вводит других в соблазн, оставляя без присмотра ценное имущество, виноват примерно столько же, сколько и тот, кто это имущество похищает.
16. В Вашей жизни не было таких неудач, когда казалось, что все кончено.
17. Обычно Вы удовлетворены своей судьбой.
18. Вы считаете, что всегда нужно вовремя поставить точку.

19. В Вашей жизни есть люди, привязанность к которым может очень повлиять на Ваши решения и даже изменить их.

20. Когда Вас обижают, Вы стремитесь во что бы то ни стало доказать обидчику, что он поступил несправедливо.

21. Часто Вы так переживаете, что это мешает Вам говорить.

22. Вам часто кажется, что обстоятельства, в которых Вы оказались, отличаются особой несправедливостью.

23. Иногда Вам кажется, что Вы вдруг сделали что-то скверное или даже хуже.

24. Будущее представляется Вам довольно беспросветным.

25. Большинство людей способны добиваться выгоды не совсем честным путем.

26. Будущее слишком расплывчато, чтобы строить серьезные планы.

27. Мало кому в жизни пришлось испытать то, что пережили недавно Вы.

28. Вы склонны так остро переживать неприятности, что не можете выкинуть мысли об этом из головы.

29. Часто Вы действуете необдуманно, повинувшись первому порыву.

### **Обработка результатов**

По каждому субшкальному диагностическому концепту подсчитывается сумма положительных ответов. Полученный балл уравнивается в значениях с учетом индекса (см. Таблицу).

Делается вывод об уровне сформированности суицидальных намерений и конкретных факторах суицидального риска.

**Таблица**

<b>Субшкальный диагностический коэффициент</b>	<b>Номера суждений</b>	<b>Индекс</b>
Демонстративность	12, 14, 20, 22, 27	1,2
Аффективность	1, 10, 20, 23, 28, 29	1,1
Уникальность	1, 12, 14, 22, 27	1,2
Несостоятельность	2, 3, 6, 7, 17	1,5
Социальный пессимизм	5, 11, 13, 15, 17, 22, 25	1
Слом культурных барьеров	8, 9, 18	2,3
Максимализм	4, 16	3,2
Временная перспектива	2, 3, 12, 24, 26, 27	1,1
Антисуицидальный фактор	19, 21	3,2

### **Содержание субшкальных диагностических концептов**

1. **Демонстративность.** Желание привлечь внимание окружающих к своим несчастьям, добиться сочувствия и понимания. Оцениваемое из внешней позиции порой как «шантаж», «истероидное выпячивание трудностей», демонстративное суицидальное поведение переживается изнутри как «крик о помощи». Наиболее суицидоопасно сочетание с эмоциональной ригидностью, когда «диалог с миром» может зайти слишком далеко.

2. **Аффективность.** Доминирование эмоций над интеллектуальным контролем в оценке ситуации. Готовность реагировать на психотравмирующую ситуацию непосредственно эмоционально. В крайнем варианте — аффективная блокада интеллекта.

3. **Уникальность.** Восприятие себя, ситуации, и, возможно, собственной жизни в целом как явления исключительного, не похожего на другие, и, следовательно, подразумевающего исключительные варианты выхода, в частности, суицид. Тесно связана с феноменом «непроницаемости» для опыта, т.е. с недостаточным умением использовать свой и чужой жизненный опыт.

4. **Несостоятельность.** Отрицательная концепция собственной личности. Представление о своей несостоятельности, некомпетентности, ненужности, «выключенности» из мира. Данная субшкала может быть связана с представлениями о физической, интеллектуальной, моральной и прочей несостоятельностью. Несостоятельность выражает интрапунитивный радикал. Формула внешнего монолога — «Я плох».

5. **Социальный пессимизм.** Отрицательная концепция окружающего мира. Восприятие мира как враждебного, не соответствующего представлениям о нормальных или удовлетворительных для человека отношениях с окружающими. Социальный пессимизм тесно связан с экстрапунитивным стилем каузальной атрибуции. В отсутствие Я наблюдается экстрапунитивность по формуле внутреннего монолога «Вы все недостойны меня».

6. **Слом культурных барьеров. Культ самоубийства.** Поиск культурных ценностей и нормативов, оправдывающих суицидальное поведение или даже делающих его в какой-то мере привлекательным. Заимствование суицидальных моделей поведения из литературы и кино. В крайнем варианте — инверсия ценности смерти и жизни. В отсутствие выраженных пиков по другим шкалам это может говорить только об «экзистенции смерти». Одна из возможных внутренних причин культа смерти — доведенная до патологического максимализма смысловая установка на самодеятельность: «Вершитель собственной судьбы сам определяет конец своего существования».

7. **Максимализм.** Инфантильный максимализм ценностных установок. Распространение на все сферы жизни содержания локального конфликта в какой-то одной жизненной сфере. Невозможность компенсации. Аффективная фиксация на неудачах.

8. **Временная перспектива.** Невозможность конструктивного планирования будущего. Это может быть следствием сильной погруженности в настоящую ситуацию, трансформацией чувства неразрешимости текущей проблемы в глобальный страх неудач и поражений в будущем.

9. **Антисуицидальный фактор.** Даже при высокой выраженности всех остальных факторов есть фактор, который снимает глобальный суицидальный риск. Это глубокое понимание чувства ответственности за близких, чувство долга. Это представление о греховности самоубийства, антиэстетичности его, боязнь боли и физических страданий. В определенном смысле это показатель наличного уровня предпосылок для психокоррекционной работы.

**Источник:** Практикум по психодиагностике. Прикладная психодиагностика / под ред. И.М. Карлинской, С.Р. Пантилеева и др. М.: МГУ, 1992. — 116 с. [22]

### 3.14 Дифференциально диагностический опросник, ДДО (Климов Е.А., 1974; модификация Грецова А.Г., Азбель А.А., 2012)

Опросник ДДО используется для оценки профессиональной направленности на основе предпочтений человеком различных по характеру видов деятельности. В основу методики положена схема классификации профессий, в соответствии с которой все профессии делятся на группы по предмету труда: «человек-природа», «человек-техника», «человек-человек», «человек— знаковая система», «человек-художественный образ». В данном пособии представлена модифицированная А.А. Азбель и А.Г. Грецовым методика ДДО, где в качестве дополнительной группы рассматриваются профессии, в которых предметом труда выступает сам человек.

**Инструкция:** В таблице приведен список различных видов работы. Если бы вам пришлось выбирать лишь одну работу из каждой пары в этом списке, что бы вы предпочли? Выберите один вид работы из каждой пары и отметьте его номер в бланке ответов.

### Текст опросника

1а	Выращивать и дрессировать служебных собак для поиска наркотиков.	1б	Разрабатывать новые модели электронной бытовой техники.
2а	Спасать людей после аварии и землетрясения.	2б	Заверять документы, оформлять доверенности, договоры.
3а	Петь в музыкальной группе.	3б	Интенсивно тренироваться, совершенствоваться и добиваться новых спортивных результатов.
4а	Налаживать работу компьютеров и оборудования.	4б	Рассказывать о товаре, убеждать людей приобретать его.
5а	Переводить научные тексты.	5б	Писать рассказы, сценарии, фельетоны.
6а	Тренировать свой организм, чтобы он выдерживал воздействие больших физических нагрузок.	6б	Разрабатывать мероприятия по охране редких растений.
7а	Ремонтировать оргтехнику, компьютеры, телефоны.	7б	Исправлять смысловые и стилистические ошибки в готовящихся к печати текстах.
8а	Заниматься флористикой, оформлять помещения цветами.	8б	Анализировать состояние растений и животных в загрязненных условиях среды.
9а	Управлять автомобилем, автобусом, трейлером, локомотивом поезда.	9б	Микшировать музыку или корректировать фотоснимки с помощью компьютера.
10а	Ежедневно тренировать свои атлетические навыки в спортивном зале, в бассейне, на стадионе, корте и т.д.	10б	Отлаживать работу спортивного автомобиля и заменять механизмы с случае неисправности.
11а	Давать людям консультации по туристическим маршрутам других городов и стран.	11б	Оформлять витрины универмагов; занимать оформлением концертов и шоу.
12а	Разводить декоративных рыб и ухаживать за аквариумами в офисах.	12б	Оказывать людям медицинскую помощь.

13a	Упорядочивать документацию фирмы и подготавливать новую (договора, ведомости, доверенности).	13б	Вырабатывать навыки красивой походки и пластичных движений для профессионального выступления на подиуме.
14a	Изучать генетику, выводить новые сорта растений.	14б	Работать в фондах архивов, находить необходимые документы.
15a	Сопровождать людей в сложных туристических походах в роли инструктора.	15б	Придумывать и отрабатывать сложные акробатические трюки, спортивные номера.
16a	Лечит кошек, собак, лошадей и пр.	16б	Осуществлять сборку компьютеров.
17a	Искать нужных людей, проводить подбор персонала в различные фирмы.	17б	Проводить финансовый анализ рынка ценных бумаг.
18a	Играть на сцене, сниматься в кино, ставить трюки.	18б	Тренировать и репетировать красивые и точные движения перед спортивным выступлением.
19a	Налаживать работу медицинского лазера, ультразвуковой аппаратуры.	19б	Преподавать различные предметы в школе, техникуме, институте и т.д.
20a	Рассчитывать экономный путь транспортировки товара до потребителя.	20б	Оформлять иллюстрациями сайты, книги, журналы.
21a	Осуществлять постоянную психологическую и физическую подготовку к соревнованиям, турнирам.	21б	Участвовать в экспедициях, посвященных изучению природных явлений.
22a	Строить дома по планам, делать разводку электричества в соответствии с проектом.	22б	Работать с финансовыми законами и кодексами.
23a	Проектировать садово-парковые зоны, оформлять участки с помощью растений.	23б	Анализировать молекулярный состав крови.
24a	Проектировать новое производственное оборудование, дома.	24б	Производить архитектурно—восстановительные работы исторических мест.

25a	Оттачивать мастерство выполнения спортивного упражнения, преодолевая усталость и страх.	25б	Разрабатывать новые модели спортивных тренажеров, велосипедов и другое спортивное оборудование.
26a	Организовывать праздники, выступать в роли тамады.	26б	Вести концертные программы, объявлять зрителям имена выступающих и названия номеров программы.
27a	Изучать жизнь организмов с помощью электронного микроскопа.	27б	Оказывать людям психологическую помощь, работать на телефоне доверия.
28a	Обрабатывать, анализировать и обобщать социологические данные.	28б	Профессионально работать над красотой своей фигуры и внешности.
29a	Разрабатывать средства защиты растений от вредителей и вирусов.	29б	Писать компьютерные программы.
30a	Консультировать людей в фитнес — зале, в бассейне, на спортивной площадке.	30б	Тренировать общую выносливость и совершенствовать отдельные спортивные или артистические навыки.

Обработка результатов осуществляется в соответствии с «ключом».

Вопросы подобраны и сгруппированы таким образом, что в каждом столбце бланка ответов они относятся к профессиям типа «человек-природа», «человек-техника», «человек-другие люди», «человек знаковые системы», «человек-художественный образ», «сам человек». Каждый ответ в столбцах бланка ответов оценивается в 1 балл. Подсчитывается сумма баллов в отдельности по каждому из шести столбцов. Эти суммы свидетельствует о склонности к работе с соответствующими предметами труда:

9–10 баллов: ярко выраженная склонность;

7–8 баллов: выраженная склонность;

4–6 баллов: склонность на среднем уровне;

2–3 балла: склонность не выражена;

0–1 балл: работа с таким предметом труда активно отвергается: «что угодно, только не это».

**Ключ и бланк ответов**

Природа	Техника	Другие люди	Знаковые системы	Художественный образ	Сам человек
1а	1б	2а	2б	3а	3б
	4а	4б	5а	5б	6а
6б	7а		7б	8а	
8б	9а			9б	10а
	10б	11а		11б	
12а		12б	13а		13б
14а			14б		
		15а			15б
16а	16б	17а	17б	18а	18б
	19а	19б	20а	20б	21а
21б	22а		22б	23а	
23б	24а			24б	25а
	25б	26а		26б	
27а		27б	28а		28б
29а			29б		
		30а			30б

### **Интерпретация результатов**

Первая группа профессий — «Человек — природа». Она объединяет все профессии, представители которых имеют дело с объектами, явлениями и процессами живой и неживой природы (предмет труда — земля, вода, растения и животные). Сюда включены профессии: ветеринар, агроном, гидролог, овощевод, геолог, полевод, егерь, механизатор. Представителей этих профессий объединяет одно очень важное качество — любовь к природе. Их любовь не созерцательная, которой обладают все люди, а деятельная, связанная с познанием ее законов и применением их. Поэтому, выбирая профессию данного типа, очень важно разобраться, как именно Вы относитесь к природе: как к мастерской, где Вы будете работать, или как к месту отдыха, где хорошо погулять, подышать свежим воздухом. Особенность объектов труда этого типа состоит в том, что они сложны, изменчивы, нестандартны. И растения, и животные, и микроорганизмы развиваются без всяких выходных и праздников, так что специалисту необходимо всегда быть готовым к непредвиденным событиям. Самыми распространенными являются профессии, где предметом труда выступает техника.

К типу «Человек — техника» относятся профессии, связанные с обслуживанием техники, ее ремонтом, установкой и накладкой, управлением: слесарь-ремонтник, наладчик, водитель. Сюда же входят профессии по производству и обработке неметаллических изделий (ткач, столяр); по переработке продуктов сельского хозяйства (пекарь, кондитер); по добыче и обработке горных пород (проходчик, шахтер). Техника представляет широкие возможности для новаторства, выдумки, творчества. Поэтому важное значение приобретает практическое мышление. Техническая фантазия, способность мысленно соединять и разъединять технические объекты и их части — важные условия успехов в этой области.

Следующий тип профессий — «Человек — другой человек». В нем предметом труда специалиста является другой человек, а характерной чертой деятельности — необходимость непосредственного воздействия на людей. Круг таких профессий многоаспектен: педагогические — учитель, воспитатель детского сада; медицинские — врач, медсестра; юридические — следователь, судья, адвокат; сфера обслуживания — продавец, проводник, парикмахер; культпросветработники — пианист, аккомпаниатор и т.д. Устойчивое, хорошее настроение в процессе работы с людьми, потребность в общении, способность мысленно ставить себя на место другого человека, быстро понимать намерения и помыслы людей, хорошая память, умение находить общий язык с разными людьми — вот те личные качества, которые очень важны при работе по профессии этого типа.

Четвертая типовая группа — это профессии «Человек — знаковая система». Здесь предметом труда служат не сами явления, а информация о них в знаках (слова, формулы, условные знаки). Представители этих профессий создают, обрабатывают, размножают, анализируют, хранят и передают различные виды информации. Так, с языковой знаковой системой связана работа историка, корректора, нотариуса, паспортистки, почтальона. С графическими изображениями, картами, схемами работают чертежники; штурманы, разведчики. Деятельность математиков, экономистов, операторов ЭВМ, метеорологов связана с математической знаковой системой. Человек воспринимает знак как символ реального объекта или явления. Поэтому специалисту важно уметь, с одной стороны абстрагироваться от реальных свойств предмета, обозначенных знаками, а с другой — представлять характеристики реальных явлений, стоящих за знаками. Другими словами, нужно обладать хорошо развитым абстрактным мышлением, а учитывая, что знаки сами по себе имеют малозаметные отличия, необходимы такие качества в работе с ними, как сосредоточенность, устойчивость внимания, усидчивость.

Пятая группа — «Человек — художественный образ». Создание художественных образов, переработка, тиражирование — на это направлена деятельность представителей этой группы профессий. К ней относятся: художники, писатели, реставраторы, дизайнеры, чеканщики, ювелиры, маляры, артисты.

Последняя группа профессий — «Сам человек». Деятельность в этой области предполагает совершенствование своей внешности, тренировку различных спортивных навыков, а также осуществление психологической и физической подготовки к соревнованиям, турнирам, выступлениям. К данному направлению деятельности относятся: тренеры, спортсмены, модели.

### Характеристики профессионально важных качеств

Группы профессий	Профессионально важные качества
Человек — природа	Наблюдательность Пространственное воображение Потребность в двигательной активности Физическая выносливость Организаторские способности Аналитические способности
Человек — техника	Техническое мышление Переключение и концентрация внимания Пространственное воображение Оперативная память Хорошая реакция и координация движений
	Устойчивость нервной системы к внешним раздражителям Переносимость однообразия и монотонности
Человек — человек	Коммуникативные и организаторские способности Эмпатические способности Эмоциональная устойчивость Устойчивость и распределение внимания Доброжелательность Самообладание, выдержка
Человек — знак	Устойчивость, концентрация, переключение и распределение внимания Абстрактное мышление Образная память Отсутствие выраженной экстраверсии и повышенного нейротизма Аккуратность Усидчивость
Человек — художественный образ	Наглядно-образное мышление Образная память Творческое воображение Эмоциональная лабильность Специальные способности (художественные, музыкальные)
Сам человек	Коммуникативные и организаторские способности Усидчивость Работоспособность, физическая выносливость Двигательная память Наглядно-образное мышление

**Источник:** Азбель А.А., Грецов А.Г. Психологические тесты для старшеклассников и студентов. СПб.: Питер, 2012. — 201 с.[23]

**СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ**

1. Бонкало С.В. Социально-психологические технологии формирования конструктивной жизненной позиции делинквентных подростков: на примере воспитанников специальных образовательных учреждений закрытого типа: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05 / Бонкало Сергей Васильевич; [Место защиты: Рос. гос. социал. ун-т]. — Москва. 2012.
2. Моросанова В.И., Кондратюк Н.Г. Опросник В.И. Моросановой «Стиль саморегуляции поведения — ССПМ-2020» [Электронный ресурс] // Вопросы психологии. — 2020. — Т. 66. № 4. — С. 155–167. (дата обращения: 22.11.2025).
3. Давыдов Д.Г., Хломов К.Д. Методика диагностики диспозиций насильственного экстремизма [Электронный ресурс] // Психологическая диагностика. — 2017. — Т. 14. № 1. — С. 78–97. (дата обращения: 22.11.2025).
4. Водопьянова Н.Е. Психодиагностика стресса. — СПб.: Питер. 2009. — С. 251–260. — (Серия «Практикум»).
5. Бойкина Е.Э., Чиркина Р.В., Чумаченко Д.В., Романова Н.М., Киселев К.А. Шкала нарушенных потребностей. Остракизм (подростки, молодежь), ШНПО-ПМ [Электронный ресурс] // Психология и право. — 2024. — Т. 14. № 1. — С. 53–71. — DOI: 10.17759/psylaw.2024140104 (дата обращения: 22.11.2025).
6. Бойкина Е.Э., Чиркина Р.В., Радчиков А.С., Морозикова И.В., Пятых Г.А., Анисимова Е.В. Шкала субъективного остракизма (подростки, молодежь), ШСО-ПМ [Электронный ресурс] // Психология и право. — 2023. — Т. 13. № 4. — С. 132–149. — DOI: 10.17759/psylaw.2023130410 (дата обращения: 22.11.2025).
7. Леонтьев Д.А. Тест смысложизненных ориентаций (СЖО). 2-е изд. — М.: Смысл. 2000. — 18 с.
8. Пономаренко Л.П. Психологическая профилактика дезадаптации учащихся в начале обучения в средней школе: методические рекомендации для школьных психологов. — Одесса: Астра-Принт. 1999. — 198 с.
9. Столин В.В., Пантилеев С.Р. Опросник самоотношения // Практикум по психодиагностике: Психодиагностические материалы. — М. 1988. — С. 123–130.
10. Осин Е.Н., Рассказова Е.И. Краткая версия теста жизнестойкости: психометрические характеристики и применение в организационном

- контексте // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. — 2013. — № 2. — С. 147–165.
11. Гурина О.Д. Разработка и апробация шкалы оценки ксенофобских установок (шкала ОКУ) [Электронный ресурс] // Психология и право. — 2019. — Т. 9. № 4. — С. 149–160. — DOI: 10.17759/psylaw.2019090411 (дата обращения: 22.11.2025).
  12. Дворянчиков Н.В., Делибалт В.В., Дозорцева Е.Г., Дебольский М.Г., Дегтярев А.В., Чиркина Р.В., Лаврик А.В. Методическое руководство. Сборник тестов программно-методического комплекса дифференциальной диагностики поведенческих нарушений несовершеннолетних «Диагност-Эксперт+». — М. : ФГБОУ ВО МГППУ. 2017. — С. 64–68.
  13. Набиуллина Р.Р., Тухтарова И.В. Механизмы психологической защиты и совладания со стрессом (определение, структура, функции, виды, психотерапевтическая коррекция): учебное пособие. — Казань. 2003. — С. 23–29.
  14. Падун М.А., Котельникова А.В. Методика исследования базисных убеждений личности. — М.: Лаборатория психологии и психотерапии посттравматического стресса ИПРАН. 2007. — 206 с.
  15. Бойкина Е.Э., Гурина О.Д., Буслаева Е.Л. Психодиагностика (практические занятия). Часть 1: учебно-методическое пособие. — М.: МГППУ. 2024. — 239 с.
  16. Собчик Л.Н. Психология индивидуальности. Теория и практика психодиагностики. — СПб.: Речь. 2005. — 624 с.
  17. Леонтьев Д.А. Методика изучения ценностных ориентаций. — М.: Смысл. 1992. — 17 с.
  18. Ключ к опроснику ценностей Рокича — Система Кадры. VIP-версия для коммерческих организаций [Электронный ресурс]. — URL: <https://1kadry.ru/#/document/16/151000/> (дата обращения: 11.11.2025).
  19. Карандашев В.Н. Методика Шварца для изучения ценностей личности: концепция и методическое руководство. — СПб.: Речь. 2004. — 70 с.
  20. Малкова Е.Е., Вассерман Л.И. Психодиагностическая методика для многомерной оценки детской тревожности: пособие для врачей и психологов. — СПб. : НИПНИ им. Бехтерева. 2007. — 35 с.
  21. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. — СПб.: Питер. 2011. — 752 с.
  22. Практикум по психодиагностике. Прикладная психодиагностика / под ред. И.М. Карлинской, С.Р. Пантеева и др. М.: МГУ, 1992. — 116 с.
  23. Азбель А.А., Грецов А.Г. Психологические тесты для старшеклассников и студентов. СПб.: Питер, 2012. — 201 с.

24. Карвасарский Б.Д. Методика исследования копинг-поведения у больных неврозами (в связи с задачами оценки эффективности психотерапии) / Б.Д. Карвасарский [и др.] ; НИПНИ им. В.М. Бехтерева. — Электрон. текстовые дан. — Санкт-Петербург : НИПНИ им. В.М. Бехтерева, 2005. — URL: (дата обращения: 21.02.2026)
25. Подмазин С.И. Как помочь подростку с «трудным» характером : монография / С. И. Подмазин. — Киев : НПЦ «Перспектива», 1996. — 128 с.
26. Леус Э.В. Методическое руководство по применению теста СДП / Э.В. Леус. — Архангельск : САФУ, 2013. — 64 с.

Учебное издание

О.Д. Гурина, Е.А. Куприянова, Е.Э. Бойкина, Р.В. Чиркина

**Комплекс диагностики деструктивного,  
аутоагрессивного, экстремистского и антисоциального  
поведения несовершеннолетних**

Учебно-методическое пособие  
Сборник текстов

Редактор-корректор: *М.Г. Семенова*  
Компьютерная верстка *М.А. Баскакова*

Формат 60×90<sup>1</sup>/<sub>16</sub>. Гарнитура «Times»  
Электронное издание.

Московский государственный психолого-педагогический университет  
127051, г. Москва, ул. Сретенка, д. 29; тел.: (495) 632-90-77; факс: (495) 632-92-52