



**УКАЗАНИЕ**

**КҮРСӘТМӘ**

г. Казань

№ \_\_\_\_\_

**Руководителям управлений (отделов)  
образования исполнительных  
комитетов муниципальных  
образований Республики Татарстан**

Об отборе учащихся для целевого приема  
на педагогические направления подготовки

**Уважаемые коллеги!**

Во исполнение приказа Министерства образования и науки Республики Татарстан от 29.09.2016 года №под-2037/16 ГАУО ДПО «Институт развития образования Республики Татарстан» (далее – ИРО РТ) доработаны методические рекомендации по совершенствованию механизма отбора учащихся выпускных XI (XII) классов общеобразовательных организаций Республики Татарстан для целевого приема на педагогические направления подготовки с учетом анализа проведения проекта в 2015/2016 учебном году (далее - методические рекомендации).

Просим Вас провести соответствующую организационную работу по проведению отбора учащихся выпускных XI (XII) классов общеобразовательных организаций Республики Татарстан для целевого приема на педагогические направления подготовки в соответствии с прилагаемыми методическими рекомендациями. Обращаем Ваше внимание на то, что количество участников республиканского этапа конкурсного отбора должна превышать квоту целевого направления в вузы педагогического профиля в 3 раза.

Кроме того, необходимо провести разъяснительную работу по выбору экзаменов ЕГЭ участниками конкурса на целевые места педагогического направления обучения.

Срок предоставления документов конкурсантов, рекомендованных к участию в проекте целевой подготовки педагогических кадров, в ИРО РТ (г.Казань, ул.Б.Красная, д. 68) до 10 февраля 2017 г.

- Приложения: 1. Методические рекомендации на 57 л. в 1 экз.;  
2. Распределение квот на 1 л. в 1 экз.

**Заместитель министра**

**Т.Б. Алишев**

Ч.В. Афанасьева  
8(843) 294-95-81

**Государственное автономное образовательное учреждение  
дополнительного профессионального образования  
«Институт развития образования Республики Татарстан»**

Методические рекомендации  
по совершенствованию механизма отбора учащихся выпускных XI (XII)  
классов общеобразовательных организаций Республики Татарстан для  
целевого приема на педагогические направления подготовки

Казань, 2016

## Содержание

Введение	3 с.
Организация отбора кандидатов целевого приема на педагогические направления подготовки в образовательной организации. Критерии участия кандидатов в отборе на уровне общеобразовательной организации.	5с.
Дорожная карта по проведению подготовительных мероприятий по отбору учащихся выпускных XI (XII) классов в рамках реализации проекта кадрового обеспечения сферы общего образования	7с.
Организация отбора кандидатов целевого приема на педагогические направления подготовки в муниципальной комиссии Формы документов кандидатов на муниципальный этап отбора: заявление, ходатайство, характеристика, портфолио.	10с.
Дорожная карта муниципальной комиссии по отбору кандидатов целевого приема на педагогические направления подготовки	11с.
Организация отбора кандидатов целевого приема на педагогические направления подготовки на республиканском уровне (дорожная карта)	13с.
Диагностические методики по отбору кандидатов целевого приема на педагогические направления подготовки.	15 с.

## ВВЕДЕНИЕ

В связи с тем, что в настоящее время в системе общего образования Республики Татарстан наблюдается негативная тенденция старения кадрового состава учителей и проблема дефицита учителей таких дисциплин, как математика, физика, химия, биология в сельских районах Республики Татарстан, Министерство образования и науки Республики Татарстан начинает реализацию ***Республиканского проекта стипендиальной поддержки студентов, подписавших ученический договор о целевом обучении по педагогическим направлениям подготовки в вузах Республики Татарстан.*** Ежегодно планируется выплачивать 200 (двести) ежемесячных стипендий в размере 15,0 тысяч рублей. Непосредственную выплату стипендий будет производить работодатель – муниципальное образование Республики Татарстан. В то же время согласно ученическому договору целевик берет на себя обязательства отработать 5 (пять) лет после окончания обучения в вузе в конкретной школе муниципального района.

Цель методических рекомендаций – усовершенствовать и детализировать механизм отбора учащихся выпускных XI (XII) классов общеобразовательных организаций Республики Татарстан для целевого приема на педагогические направления подготовки.

При разработке методических рекомендаций были учтены главные принципы проведения отбора:

- *минимизация объема предоставляемой информации, необходимой для проведения отбора;*
- *максимальная стандартизация процедуры экспертной оценки, сведения к минимуму субъективной составляющей и неоднозначного толкования предполагаемых критериев.*

Процедура отбора учащихся выпускных XI (XII) классов общеобразовательных организаций Республики Татарстан для целевого приема на педагогические направления подготовки предполагает широкое участие в нём представителей общественных организаций, обеспечивающих независимость, открытость и компетентность экспертной оценки.

Общие критерии экспертной оценки кандидатов представлены в соответствии с требованиями к базовым умениям педагога.

Данные методические рекомендации предназначены для экспертов школьной и муниципальной комиссий по отбору учащихся выпускных XI (XII) классов общеобразовательных организаций Республики Татарстан для целевого приема на педагогические направления подготовки и содержат: критерии конкурсного отбора, их содержательное наполнение, указание на



источник информации о состоянии данного критерия у кандидата, способ подтверждения критерия и его значимость.

Конкурсный отбор осуществляется на основании критериев конкурсного отбора (далее – критерии отбора).

Конкурсный отбор будет осуществляться **в 3 этапа**.

1 этап – организация конкурсного отбора на уровне образовательной организации;

2 этап - организация конкурсного отбора на уровне муниципальных образований;

3-этап – организация конкурсного отбора на республиканском уровне.

Конкурсный отбор на основе критериев психолого-педагогического (профориентационного) отбора будет осуществляться в рамках республиканского отбора на базе муниципальных ППМС – центров (служб).

Критерии отбора являются фиксированными и обязательными.

## **ОРГАНИЗАЦИЯ ОТБОРА КАНДИДАТОВ ЦЕЛЕВОГО ПРИЕМА НА ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПОДГОТОВКИ НА УРОВНЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ**

Для организации отбора кандидатов целевого приема на педагогические направления подготовки на уровне образовательной организации необходимо:

1. Создать школьную комиссию по отбору учащихся выпускных XI (XII) классов. Рекомендуемый состав:
  - руководитель образовательной организации,
  - заместитель директора по воспитательной работе,
  - социальный педагог,
  - классный руководитель,
  - представитель государственно-общественного управления общеобразовательной организации.
2. Провести заседание комиссии по изучению критериев участия кандидатов целевого приема на педагогические направления подготовки из числа выпускников XI (XII) классов и дорожной карты по указанному направлению деятельности.
3. Проинформировать учащихся выпускных XI (XII) классов и их родителей о проекте кадрового обеспечения сферы общего образования, подготовить и провести тематические классные часы и родительские собрания по вышеуказанному вопросу.
4. Провести очередное заседание комиссии по обсуждению и утверждению предварительных списков кандидатов.
5. Проинформировать обучающихся о требованиях к портфолио кандидата и сроках его представления школьной комиссии.
6. Провести обработку полученных материалов и подготовить их для рассмотрения школьной комиссией.
7. Провести очередное заседание комиссии по обсуждению кандидатур и формированию списков для муниципального этапа отбора.
8. Проинформировать обучающихся о решении комиссии.
9. Направить сформированные списки обучающихся в муниципальную комиссию, а также сопровождающие документы.

## **Критерии участия кандидатов в отборе на уровне общеобразовательной организации**

- уровень академической успешности (средний балл не менее 4,0);
- наличие информации о личных достижениях обучающегося;
- наличие рекомендаций классного руководителя;
- владение татарским и русским языком.

### **Перечень документов кандидатов, представляемых общеобразовательной организацией в муниципальную конкурсную комиссию для технической экспертизы по критериям участия в отборе**

- ходатайство о рассмотрении кандидатуры обучающегося муниципальной комиссией;
- характеристика классного руководителя;
- информация об академической успешности;
- портфолио кандидата, содержащее документы (ксерокопии), подтверждающие участие обучающихся в олимпиадах, конкурсах и конференциях, волонтерской, проектно-исследовательской деятельности и др.

**ДОРОЖНАЯ КАРТА  
ПО ПРОВЕДЕНИЮ ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ ПО ОТБОРУ  
УЧАЩИХСЯ ВЫПУСКНЫХ XI (XII) КЛАССОВ В РАМКАХ РЕАЛИЗАЦИИ  
ПРОЕКТА КАДРОВОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ СФЕРЫ ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

№	Мероприятие	Сроки реализации*	Инструменты реализации	Ключевые результаты	Ответственные
Подготовительный этап					
1	Информирование учащихся XI (XII) классов о проекте кадрового обеспечения сферы общего образования, организованном Министерством образования и науки РТ		Информационное выступление	Определение желающих, принять участие в проекте	Директор ОО
2	Информирование родителей учащихся XI (XII) классов о проекте кадрового обеспечения сферы общего образования		Тематическое родительское собрание	Заявки от родителей на участие в проекте	Директор ОО, зам. директора по ВР
3	Определение списка обучающихся ОО на уровень школьного отбора		Собеседование	Уточнение списка кандидатов	Зам. директора по ВР, классные руководители

## **ОРГАНИЗАЦИЯ ОТБОРА КАНДИДАТОВ ЦЕЛЕВОГО ПРИЕМА НА ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПОДГОТОВКИ НА УРОВНЕ МУНИЦИПАЛЬНОЙ КОМИССИИ**

Для организации отбора кандидатов целевого приема на педагогические направления подготовки на уровне муниципальной комиссии необходимо:

1. Сформировать и утвердить муниципальную комиссию по отбору учащихся выпускных XI (XII) классов от общеобразовательных организаций. Рекомендуемый состав комиссии 9 человек:
  - заместитель главы администрации муниципального района по социальным вопросам;
  - представитель профсоюзной организации работников образования;
  - начальник управления образованием;
  - секретарь комиссии по делам несовершеннолетних;
  - председатель Совета ветеранов работников образования;
  - руководитель муниципальной молодежной общественной организации;
  - представитель педагогического вуза или вуза, имеющего профиль педагогической подготовки;
  - представитель муниципального отделения Общественной палаты РТ;
  - представитель муниципальных СМИ.
2. Провести заседание комиссии по изучению портфолио кандидатов целевого приема от образовательных организаций.
3. Проведение собеседования с кандидатами целевого приема в рамках очередного заседания муниципальной комиссии с последующим обсуждением результатов собеседования и формированием списка кандидатов от муниципального района на республиканский уровень отбора.
4. Проинформировать обучающихся о решении комиссии.
5. Направить сформированные списки обучающихся в МОиН РТ.

### **Критерии для отбора кандидатов муниципальной комиссией**

Экспертная оценка результатов деятельности кандидата по критериям отбора муниципальной комиссией на основании прилагаемых документов, портфолио и собеседования.

Критерии отбора:



а) полностью или частичное владение двумя государственными языками, чтобы в перспективе работать в билингвальной среде (готовность преподавать учебные предметы в школах с нерусским (родным) языком обучения).

б) критерий «**Стабильная академическая успешность**» (динамика учебных достижений; активное участие кандидата во внеурочной деятельности по учебному предмету; активная жизненная позиция):

- критерий «**Динамика учебных достижений обучающихся**» представляется за последние 2 полных учебных года. Поскольку речь идёт именно об учебных достижениях обучающихся, то следует учитывать следующие показатели.

Критерий «Стабильная академическая успешность»		
№	Показатель	Параметры
1.	Успеваемость кандидата	Общий средний балл не ниже, чем 4,0 за последние два года, по профильному предмету не ниже, чем 4,5
6.	Общественное признание высоких результатов обучения	Похвальные грамоты школьного, муниципального, регионального или уровня

- критерий «**Активное участие кандидата во внеурочной деятельности по учебному предмету**»

При оценке результативности по данному критерию рекомендуется учитывать следующие показатели:

№	Показатель	Параметры
1.	Участие в кружках, секциях, факультативах предметной направленности	
2.	Достижения кандидата в олимпиадах за последние 2 года	Международный уровень; всероссийский уровень; региональный уровень; муниципальный уровень
3.	Достижения кандидата в конкурсных мероприятиях (конкурсы, конференции, гранты, фестивали, смотры, соревнования и др.) за последние 2 года	Международный уровень; всероссийский уровень; региональный уровень; муниципальный уровень
4.	Достижения кандидата в спортивных соревнованиях	Участие и победы кандидата в соревнованиях: региональных; всероссийских; международных

- критерий «**Активная жизненная позиция**»

При оценке результативности по данному критерию рекомендуется учитывать следующие показатели:

№	Показатель	Параметры
1.	Правонарушения кандидата	Отсутствие правонарушений у кандидата
2.	Активное участие кандидата в жизни класса, образовательной организации, муниципального района, республики	Участие кандидата в социальных проектах за последние два года (отражено в портфолио)
3.	Участие в органах самоуправления в классе, школе	Справки, фотоотчеты (отражено в портфолио), результаты собеседования

- критерий «**владение русским/ татарским и русским языком**».

### **Примерный перечень вопросов для собеседования**

1. В чем, на твой взгляд, заключаются важнейшие качества личности, которых требует профессия учителя?
2. Каким ты представляешь себе идеального современного учителя-предметника?
3. Почему ты планируешь связать свою будущую профессиональную жизнь именно со школой?
4. Какие, на твой взгляд, основные ошибки люди совершают при выборе будущей профессии?
5. Считаешь ли ты, что некоторые из твоих идей принесут значительный прогресс в той сфере деятельности, которую ты выберешь?
6. Каковы твои долгосрочные и краткосрочные цели?
7. Каковы основные сильные и слабые стороны твоего характера?
8. Приведи конкретные примеры твоих успехов в школьной жизни.
9. Как ты выстраиваешь отношения с учителями, одноклассниками, ребятами младшими по возрасту?
10. Опиши себя как личность и назови три своих положительных и три отрицательных качества.
11. Расскажи о своем хобби.

**ДОРОЖНАЯ КАРТА  
ДЛЯ МУНИЦИПАЛЬНОЙ КОМИССИИ ПО ОТБОРУ  
КАНДИДАТОВ ЦЕЛЕВОГО ПРИЕМА НА ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ  
НАПРАВЛЕНИЯ ПОДГОТОВКИ**

№	Мероприятие	Сроки реализации *	Инструменты реализации	Ключевые результаты	Ответственные
<b>Подготовительный этап</b>					
1	Регистрация заявок и соответствующего пакета документов по кандидатам от ОО		Сбор и проверочный анализ документов на соответствие	Определение контингента кандидатов на рассмотрение комиссией	Начальник управления (отдела) образования муниципалитета
2	Ознакомление членов комиссии с заявками муниципального этапа		Анализ документов	Наличие заочного представления по каждому кандидату отбора	Зам.главы администрации по социальным вопросам
3	Планирование заседания комиссии с участием кандидатов		Определение условий	Определение места, даты и времени проведения заседания комиссии с участием кандидатов	Зам.главы администрации по социальным вопросам, начальник управления (отдела) образования муниципалитета
4.	Оповещение кандидатов о муниципальном этапе отбора		Информирование	Освещенность кандидатов о дате, времени, месте и процессе проведения муниципального этапа отбора	Начальник управления (отдела) образования муниципалитета
<b>Этап реализации</b>					
1	Проведение собеседования с кандидатами целевого приема в рамках заседания муниципальной комиссии		Собеседование	Определение кандидатов на республиканский этап отбора	Зам.главы администрации по социальным вопросам, начальник управления (отдела) образования муниципалитета,

					члены комиссии
Заключительный этап					
1	Информирование участников муниципального отбора о решении комиссии		Сообщение	Наличие утвержденного списка участников проекта на зональный этап	Зам.главы администрации по социальным вопросам, начальник управления (отдела) образования муниципалитета, члены комиссии
2	Размещение результатов муниципального этапа в СМИ и на сайте администрации муниципалитета		Пресс-релиз	Наличие информации в СМИ и электронных информационных ресурсах муниципалитета	Зам.главы администрации по социальным вопросам, начальник управления (отдела) образования муниципалитета
3	Формирование заявки от муниципалитета на зональный этап конкурсного отбора		Оформление итоговых результатов	Подготовка и направление заявки от муниципалитета на зональный этап в МОиН РТ	Зам.главы администрации по социальным вопросам, начальник управления (отдела) образования муниципалитета
4	Награждение дипломами муниципалитета участников конкурса не прошедших на зональный этап отбора		Мероприятие на уровне зам. главы администрации по социальным вопросам	Формирование резерва педагогических кадров муниципалитета	Зам.главы администрации по социальным вопросам, начальник управления (отдела) образования муниципалитета, члены комиссии

*\*Сроки реализации мероприятий дорожной карты устанавливаются в соответствии с инструктивными документами Министерства образования и науки РТ*

**ОРГАНИЗАЦИЯ ОТБОРА КАНДИДАТОВ ЦЕЛЕВОГО ПРИЕМА НА  
ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПОДГОТОВКИ НА  
РЕСПУБЛИКАНСКОМ УРОВНЕ.**

**1. ДОРОЖНАЯ КАРТА  
ПО ПРОВЕДЕНИЮ ДИАГНОСТИЧЕСКИХ МЕРОПРИЯТИЙ ПО  
ОТБОРУ УЧАЩИХСЯ ВЫПУСКНЫХ XI (XII) КЛАССОВ В РАМКАХ  
РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА КАДРОВОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ СФЕРЫ  
ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ в рамках республиканского уровня по зонам  
(ППМС – центры (службы))**

На республиканском этапе с кандидатами будет проведено собеседование психологами и психологическое тестирование.

№	Мероприятие	Сроки реализации*	Инструменты реализации	Ключевые результаты	Ответственные
<b>Подготовительный этап</b>					
1.	Формирование графика прохождения обучающимися МО комплексной психологической диагностики		Собеседование	Наличие графика и уточнение списка кандидатов	Директор
2.	Подготовка диагностического пакета на каждого учащегося (Приложение №1)		Тиражирование методик	Наличие психодиагностического пакета на каждого кандидата	Педагог-психолог
3.	Определение и подготовка кабинета к проведению психодиагностики		Анализ, имеющихся условий	Наличие определенного кабинета даты и времени проведения мероприятия	Педагог-психолог
4.	Оповещение кандидатов о дате, месте и времени комплексной психодиагностики		Информирование	Извещенность всех кандидатов о мероприятии	Педагог-психолог
<b>Этап реализации</b>					
1.	Разъяснение кандидатам правил прохождения комплексной диагностики и		Информирование, разъяснение	Отсутствие вопросов у участников диагностического обследования по	Педагог-психолог



	инструкций по работе с опросниками			организации его проведения	
2.	Заполнение кандидатами своих психодиагностических пакетов		Самостоятельная работа	Наличие качественно заполненных психодиагностических пакетов кандидатами (без пропусков вопросов)	Педагог-психолог
3.	Аккумуляция всех психодиагностических пакетов		Сбор выполненных работ	Соответствие количества качественно заполненных психодиагностических пакетов участниками обследования	Педагог-психолог
4.	Информирование директора ППМС центра (службы) о процессе проведения обследования и количестве участников		Статистический	Владение директором ППМС центра (службы) о количественных данных по кандидатам – участникам обследования	Педагог-психолог
1.	Проведение качественного анализа по каждому пакету диагностик		Стат. обработка и анализ	Наличие результатов по каждой методике в пакете кандидата и общего заключения по каждой кандидатуре на основе обобщения данных по всем методикам	Педагог-психолог
2.	Доведение результатов диагностики до участников обследования		Индивидуальная беседа	Мотивации кандидатов на участие в республиканском этапе проекта	Педагог-психолог
3.	Направление выписки результатов психодиагностики в МОиН РТ		Направление данных	Наличие выписки в документах кандидата, прошедшего на республиканский этап	сотрудники МОиН РТ

*\*Сроки реализации мероприятий дорожной карты устанавливаются в соответствии с инструктивными документами Министерства образования и науки РТ*

## Диагностические методики по отбору кандидатов целевого приема на педагогические направления подготовки

Для проведения комплексной психолого-педагогической диагностики по отбору кандидатов целевого приема на педагогические направления подготовки предлагается следующий пакет из шести психодиагностических методик:

1. Методика профессионального самоопределения (Голланда);
2. Уровень притязаний личности (В.К. Гербачевский);
3. Диагностика коммуникативной толерантности (В.В.Бойко);
4. Опросник «Стиль саморегуляции поведения»;
5. Методика диагностики рефлексивности (опросник А.В.Карпова);
6. Тест ценности Шварца (Ценностный опросник Шварца).

### 1.Методика профессионального самоопределения Голланда

Теоретической основой опросника профессионального самоопределения служит теория профессионального выбора, разработанная американским профессором Дж Голландом. Её суть в том, что успех в профессиональной деятельности зависит от соответствия условия типа личности и типа профессиональной среды. Поведение человека определяется не только его личностными особенностями, но и окружением, в котором он проявляет свою активность. Люди стремятся найти профессиональную среду, свойственную своему типу, которая позволила бы им полнее раскрыть свои способности, выразить ценностные ориентации. Методика профессионального самоопределения Дж. Голланда позволяет соотнести склонности, способности, интеллект с различными профессиями для наилучшего выбора профессии.

**Инструкция:** Вам предлагается 43 пары профессий, причем каждой паре Вы обязаны выбрать одну: наиболее желательную или наименее «противную».

№	Вариант А	Вариант Б
1	<input type="radio"/> Автомеханик	<input type="radio"/> Авиаконструктор
2	<input type="radio"/> Егерь	<input type="radio"/> Интервьюер
3	<input type="radio"/> Кондитер	<input type="radio"/> Делопроизводитель
4	<input type="radio"/> Пасечник	<input type="radio"/> Администратор
5	<input type="radio"/> Радиооператор	<input type="radio"/> Актер
6	<input type="radio"/> Астроном	<input type="radio"/> Гид-экскурсовод
7	<input type="radio"/> Бактериолог	<input type="radio"/> Корректор текстов
8	<input type="radio"/> Зоолог	<input type="radio"/> Брокер

9	<input type="radio"/> Минеролог	<input type="radio"/> Актер цирка
10	<input type="radio"/> Гувернантка	<input type="radio"/> Работник архива
11	<input type="radio"/> Священник	<input type="radio"/> Глава администрации
12	<input type="radio"/> Консультант по профориентации	<input type="radio"/> Драматург
13	<input type="radio"/> Финансовый контролер	<input type="radio"/> Директор
14	<input type="radio"/> Шифровальщик	<input type="radio"/> Искусствовед
15	<input type="radio"/> Директор магазина	<input type="radio"/> Композитор
16	<input type="radio"/> Горный инженер	<input type="radio"/> Биофизик
17	<input type="radio"/> Животновод	<input type="radio"/> Репетитор
18	<input type="radio"/> Маляр	<input type="radio"/> Составитель каталогов
19	<input type="radio"/> Охотовед	<input type="radio"/> Директор рынка
20	<input type="radio"/> Электротехник	<input type="radio"/> Карикатурист
21	<input type="radio"/> Биолог	<input type="radio"/> Семейный врач
22	<input type="radio"/> Вирусолог	<input type="radio"/> Контролер-кассир
23	<input type="radio"/> Генетик	<input type="radio"/> Менеджер
24	<input type="radio"/> Гидробиолог	<input type="radio"/> Писатель
25	<input type="radio"/> Воспитатель детского сада	<input type="radio"/> Чертежник
26	<input type="radio"/> Инструктор по плаванию	<input type="radio"/> Начальник отдела сбыта
27	<input type="radio"/> Медицинская сестра	<input type="radio"/> Манекенщица
28	<input type="radio"/> Наборщик типографии	<input type="radio"/> Оптовый торговец
29	<input type="radio"/> Переписчик нот	<input type="radio"/> Музыкальный аранжировщик
30	<input type="radio"/> Начальник стройки	<input type="radio"/> Музыкант-исполнитель
31	<input type="radio"/> Машинист тепловоза	<input type="radio"/> Инженер-исследователь
32	<input type="radio"/> Портной	<input type="radio"/> Консультант службы знакомств
33	<input type="radio"/> Рулевой-моторист	<input type="radio"/> Регистратор
34	<input type="radio"/> Штукатур	<input type="radio"/> Предприниматель



35	<input type="radio"/> Садовник	<input type="radio"/> Танцор
36	<input type="radio"/> Редактор научного журнала	<input type="radio"/> Учитель
37	<input type="radio"/> Физик-теоретик	<input type="radio"/> Копировальщик чертежей
38	<input type="radio"/> Ихтиолог	<input type="radio"/> Президент банка
39	<input type="radio"/> Ученый-теоретик	<input type="radio"/> Художник по интерьеру
40	<input type="radio"/> Преподаватель ин. яз.	<input type="radio"/> Контролер качества продукции
41	<input type="radio"/> Тренер по лечебной физкультуре	<input type="radio"/> Снабженец
42	<input type="radio"/> Социальный работник	<input type="radio"/> Художник-мультипликатор
43	<input type="radio"/> Продюсер телевидения	<input type="radio"/> Режиссер

*Ключ к тесту Дж Голланда.*

Реалистический тип (15): 1А, 2А, 3А, 4А, 5А, 16А, 17А, 18А, 19А, 20А, 31А, 32А, 33А, 34А, 35А.

Интеллектуальный тип (15): 1Б, 6А, 7А, 8А, 9А, 16Б, 21А, 22А, 23А, 24А, 31Б, 36А, 37А, 38А, 39А

Социальный тип (15): 2Б, 6Б, 10А, 11А, 12А, 17Б, 21Б, 25А, 26А, 27А, 32Б, 36Б, 40А, 41А, 42А.

Конвенциональный тип (14): 3Б, 7Б, 10Б, 13А, 14А, 18Б, 22Б, 25Б, 28А, 29А, 33Б, 37Б, 40Б, 43А.

Предприимчивый тип (14): 4Б, 8Б, 11Б, 13Б, 15А, 19Б, 23Б, 26Б, 28Б, 30А, 34Б, 38Б, 41Б, 43Б.

Артистичный тип(13): 5Б, 9Б, 12Б, 14Б, 15Б, 20Б, 24Б, 27Б, 29Б, 30Б, 35Б, 39Б, 42Б.

За каждое совпадение в ключе начисляется 1 балл.

### **Обработка результатов**

Во втором варианте необходимо нормировать результаты по шкалам. Для этого набранное респондентом количество баллов по каждой шкале разделите на число, которое в ключе стоит в скобках рядом с названием шкалы (например, для реалистического типа – это 15) и умножьте на 100%.

Доминирующим у испытуемого является тот тип по которому он набрал максимальное количество баллов.

### **Интерпретация результатов**

Ниже приводятся названия типов с их кратким описанием и перечисляются некоторые профессии в которых представители соответствующего типа смогут наиболее полно раскрыть свои способности, достичь успеха и личного удовлетворения. Важно подчеркнуть, что каждый человек обладает личностными свойствами характерными для всех шести типов, однако доминируют при этом черты всего лишь одного или нескольких типов.

Реалистичному типу личности свойственна эмоциональная стабильность, ориентация на настоящее. Представители данного типа занимаются конкретными

объектами и их практическим использованием: вещами, инструментами, машинами. Отдают предпочтение занятиям требующим моторных навыков, ловкости, конкретности.

Профессии – механик, электрик, инженер, моряк, шофер и т. п.

Артистичный тип отстраняется от отчетливо структурированных проблем и видов деятельности, предполагающих большую физическую силу. В общении с окружающими опираются на свои непосредственные ощущения, эмоции, интуицию и воображение. Ему присущ сложный взгляд на жизнь, гибкость, независимость суждений. Свойственна несоциальность, оригинальность.

Профессии – музицирование, занятие живописью, литературное творчество, фотография, театр и пр.

Социальный тип ставит перед собой такие цели и задачи, которые позволяют им установить тесный контакт с окружающей социальной средой. Обладает социальными умениями и нуждается в социальных контактах. Стремятся поучать, воспитывать. Гуманны. Способны приспособиться практически к любым условиям. Стараются держаться в стороне от интеллектуальных проблем. Они активны и решают проблемы, опираясь главным образом на эмоции, чувства и умение общаться.

Профессии – врач, учитель, психолог, социальный работник и т. п.

Конвенциональный тип отдает предпочтение четко структурированной деятельности. Из окружающей его среды он выбирает цели, задачи и ценности, проистекающие из обычаев и обусловленные состоянием общества. Ему характерны серьезность, настойчивость, консерватизм, исполнительность. В соответствии с этим его подход к проблемам носит стереотипичный, практический и конкретный характер.

Профессии – машинопись, бухгалтерия, программирование и пр.

Предприимчивый тип избирает цели, ценности и задачи, позволяющие ему проявить энергию, энтузиазм, импульсивность, доминантность, реализовать любовь к приключенчеству. Ему не по душе занятия, связанные с ручным трудом, а также требующие усидчивости, большой концентрации внимания и интеллектуальных усилий. Предпочитает руководящие роли в которых может удовлетворять свои потребности в доминантности и признании. Активен, предприимчив.

Профессии – директор, журналист, администратор, предприниматель и др.

Интеллектуальный тип ориентирован на умственный труд. Он аналитичен, рационален, независим, оригинален. Преобладают теоретические и в некоторой степени эстетические ценности. Размышления о проблеме он предпочитает занятиям по реализации связанных с ней решений. Ему нравится решать задачи, требующие абстрактного мышления.

Профессии в первую очередь научные – математик, физик, астроном и т. д.

## 2. Уровень притязаний личности В.К. Гербачевский

Данная методика предназначена для измерения уровня притязаний личности посредством диагностики компонентов мотивационной структуры.

**Инструкция:** Прочтите каждое из приведённых в опроснике высказываний и отметьте, в какой степени Вы согласны или не согласны с ним. Обведите, например, кружком соответствующую цифру в опроснике:

если полностью согласны с высказыванием - + 3;

если просто согласны - + 2;

если скорее согласны, чем не согласны - + 1;

если Вы совершенно не согласны - - 3; если просто не согласны - - 2; если скорее не согласны, чем согласны - - 1;



если же Вы не можете ни согласиться с высказыванием, ни отвергнуть его, то отметьте – 0.

Все высказывания относятся к тому, о чём Вы думаете, что чувствуете или хотите в момент, когда работа над заданием прерывается.

**Опросник В. Гербачевского**

Фамилия, имя, отчество \_\_\_\_\_

Дата заполнения \_\_\_\_\_ Возраст \_\_\_\_\_

№ п/п	Высказывание	Шкала для ответов
1	Исследование мне уже порядком надоело.	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
2	Я работаю на пределе своих сил.	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
3	Я хочу показать всё, на что способен.	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
4	Я чувствую, что меня вынуждают стремиться к высокому результату.	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
5	Мне интересно, что получится.	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
6	Задание довольно сложное.	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
7	То, что я делаю, никому не нужно.	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
8	Меня интересует, лучше ли мои результаты или хуже, чем у других.	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
9	Мне бы хотелось поскорее заняться своими делами.	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
10	Думаю, что мои результаты будут высокими.	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
11	Эта ситуация может причинить мне неприятности.	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
12	Чем лучше показываешь результат, тем больше хочется его превзойти.	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
13	Я проявляю достаточно старания.	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
14	Я считаю, что мой лучший результат не случаен.	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
15	Задание большого интереса не вызывает.	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
16	Я сам ставлю перед собой задачи.	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
17	Я беспокоюсь по поводу своих результатов.	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
18	Я ощущаю прилив сил.	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
19	Лучших результатов мне не добиться.	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
20	Эта ситуация имеет для меня определённое значение.	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
21	Я хочу ставить всё более и более трудные цели.	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
22	К своим результатам я отношусь равнодушно.	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3

23	Чем дольше работаешь, тем становится более интересно.	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
24	Я не собираюсь «выкладываться» в этой работе.	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
25	Скорее всего мои результаты будут низкими.	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
26	Как ни старайся, результат от этого не изменится.	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
27	Я бы занялся сейчас чем угодно, только не этим исследованием.	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
28	Задание достаточно простое.	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
29	Я способен на лучший результат.	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
30	Чем труднее цель, тем больше желание её достигнуть.	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
31	Я чувствую, что могу преодолеть все трудности на пути к цели.	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
32	Мне безразлично, какими будут мои результаты в сравнении с другими.	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
33	Я увлёкся работой над заданием.	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
34	Я хочу избежать низкого результата.	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
35	Я чувствую себя независимым.	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
36	Мне кажется, что я зря трачу время и силы.	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
37	Я работаю вполсилы.	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
38	Меня интересуют границы моих возможностей.	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
39	Я хочу, чтобы мой результат оказался одним из лучших.	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
40	Я сделаю всё, что в моих силах, для достижения цели.	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
41	Я чувствую, что у меня ничего не выйдет.	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
42	Испытание – это лотерея.	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3

#### Обработка:

Проблемные ситуации, возникающие в процессе ответов на высказывания опросника, приводят к актуализации потребностей, среди которых выделяются познавательные, социальные, потребности самосознания, повышения самоуважения и т. п. На основе этих потребностей субъект оценивает значимость и трудность задания, затраты времени и сил, прогнозируемые оценки развития личностных качеств. По результатам тестирования определяется мотивационная структура личности испытуемого. В этой структуре различают 15 компонентов. По каждому из этих компонентов подсчитывается сумма баллов с помощью ключа (табл. 1) и правил перевода ответов испытуемого в баллы (табл. 2).

Таблица 1

#### Ключ к компонентам мотивационной структуры личности

№ п/п	Компоненты мотивационной структуры	Номера высказываний	Баллы
1	Внутренний мотив	15*, 23, 33	
2	Познавательный мотив	5, 22*, 38	

3	Мотив избегания	11, 17, 34	
4	Состязательный мотив	8, 32*, 39	
5	Мотив смены деятельности	1, 9, 27	
6	Мотив самоуважения	12, 21, 30	
7	Значимость результатов	7, 20*, 36	
8	Сложность задания	6, 28*	
9	Волевое усилие	2, 13, 37*	
10	Оценка уровня достигнутых результатов	19*, 29	
11	Оценка своего потенциала	18, 31, 41*	
12	Намеченный уровень мобилизации усилий	3, 24*, 40	
13	Ожидаемый уровень результатов	10, 25*	
14	Закономерность результатов	14, 26*, 42*	
15	Инициативность	4*, 16, 35	

Примечание: баллы с номерами высказываний, отмеченных звёздочками (\*), подсчитываются по правилам обратного перевода (табл. 2).

Таблица 2

### Правила прямого и обратного перевода ответов в баллы

Перевод	Шкала для ответов						
	- 3	- 2	- 1	0	+ 1	+ 2	+ 3
Прямой	1	2	3	4	5	6	7
Обратный	7	6	5	4	3	2	1

**Интерпретация:** Условно компоненты мотивационной структуры можно разделить на четыре блока (группы).

В *первую группу* входят 6 компонентов, представляющих собой **ядро мотивационной структуры личности**. К ним относятся:

*компонент 1 – внутренний мотив.* Выражает увлечённость заданием, выявляет те аспекты, которые придают выполнению задания привлекательность;

*компонент 2 – познавательный мотив.* Характеризует субъекта как проявляющего интерес к результатам своей деятельности;

*компонент 3 – мотив избегания.* Свидетельствует о боязни показать низкий результат и вытекающие из этого последствия;

*компонент 4 – состязательный мотив.* Показывает, насколько субъект придаёт значение высоким результатам в деятельности других субъектов;

*компонент 5 – мотив к смене текущей деятельности.* Раскрывает переживаемые субъектом тенденции к прекращению работы, которой он занят в данный момент;

*компонент 6 – мотив самоуважения.* Выражается в стремлении субъекта ставить перед собой всё более и более трудные цели в однотипной деятельности. Перечисленные выше компоненты, составляющие ядро мотивационной сферы личности, выступают в

роли факторов, непосредственно побуждающих субъекта к определённому виду деятельности.

**Вторую группу** образуют компоненты, связанные с достижением достаточно трудных целей. Они относятся к текущему положению дел:

*компонент 7 – придание личностной значимости результатам деятельности;*

*компонент 8 – уровень сложности задания;*

*компонент 9 – проявление волевого усилия.* Выражает оценку степени выраженности волевого усилия в ходе работы над заданием;

*компонент 10 – оценка уровня достигнутых результатов.* Соотносится с возможностями субъекта в определённом виде деятельности;

*компонент 11 – оценка своего потенциала.*

**В третью группу** компонентов входят составляющие **прогнозных оценок** деятельности субъекта:

*компонент 12 – намеченный уровень мобилизации усилий,* необходимых для достижения целей деятельности;

*компонент 13 – ожидаемый уровень результатов деятельности.*

**Четвёртая группа** компонентов отражает **причинные факторы** соответствующей деятельности. В неё входят два компонента:

*компонент 14 – закономерность результатов.* Выражает понимание субъектом собственных возможностей в достижении поставленных целей;

*компонент 15 – инициативность.* Выражает проявление индивидом инициативы и находчивости при решении поставленных перед собой задач. Перечисленные компоненты представляют собой потенциальную мотивационную структуру, возникающую в ходе выполнения задания. Ранее было сказано, что центральным звеном в этой структуре являются мотивационные компоненты, а среди них компонент самоуважения адекватно выражает экспериментальную оценку уровня притязаний личности.

Оценки каждого компонента мотивационной структуры личности позволяют построить индивидуальный профиль испытуемого, в котором представлены количественные соотношения между всеми рассмотренными компонентами.

*Компонент самоуважения, адекватный экспериментальной оценке уровня притязаний,* формируется на основе трёх высказываний:

12. Чем лучше показываешь результат, тем больше хочется его превзойти.

21. Я хочу ставить всё более и более трудные цели.

30. Чем труднее цель, тем больше желание её достигнуть.

Суммарное количество баллов, которое испытуемый может набрать по данным высказываниям, составляет от 3 до 21.

Хотя нормативных данных для опросника не существует (каждый индивидуальный результат по соответствующим компонентам устанавливается в сравнении с другими компонентами индивидуального личностного профиля испытуемого), можно воспользоваться следующими экспериментальными показателями уровня притязаний:

- низкий уровень: 3-9 баллов;

- средний уровень: 10-16 баллов;

- высокий уровень: 17-21 балл.

### 3. Диагностика коммуникативной толерантности (В.В.Бойко)

Толерантность в общении (которая способствует пониманию других) коротко можно охарактеризовать следующей фразой (статусом): *позволь себе быть собой, а другим - другими*. Отсутствие необходимой толерантности в межличностных отношениях часто приводит к конфликтам. Поэтому одним из важных факторов для профилактики и разрешения конфликтов является достаточный уровень толерантности. Тест коммуникативной толерантности В.В. Бойко позволяет оценить в каких аспектах отношений вы более всего подвержены конфликтам, а зная причину конфликта, вам будет легче не допустить его вовсе или найти способы разрешения конфликта. Тест Бойко поможет разглядеть свои слабые места и понять какие поведенческие реакции, стратегии и установки в межличностном общении стоит подкорректировать, чтобы сделать коммуникационный процесс приятным и эффективным.

### ***Инструкция.***

Вам предстоит ответить на 45 вопросов, поделенных на 9 блоков, каждый из которых отражает особенности вашего поведения в определенных условиях общения. Воспользуйтесь оценками от 0 до 3 баллов, чтобы выразить, насколько верны ниже приведенные суждения по отношению к вам. Будьте искренни, вы отвечаете для себя.

0 баллов — неверно;

1 балл — верно в некоторой степени;

2 балла — верно в значительной степени;

3 балла — верно в высшей степени.

### ***Тестовый материал к методике:***

1.
  1. Медлительные люди обычно действуют мне на нервы.
  2. Меня раздражают суетливые, непоседливые люди.
  3. Шумные детские игры переношу с трудом.
  4. Оригинальные, нестандартные личности чаще всего действуют на меня отрицательно.
  5. Безупречный во всех отношениях человек насторожил бы меня.
2.
  1. Меня обычно выводит из равновесия несообразительный собеседник.
  2. Меня раздражают любители поговорить.
  3. Я тяготился бы разговором с безразличным для меня попутчиком в поезде, самолете, если он проявит инициативу.
  4. Я тяготился бы разговорами случайного попутчика, который уступает мне по уровню знаний и культуры.
  5. Мне трудно найти общий язык с партнерами иного интеллектуального уровня.
3.
  1. Современная молодежь вызывает неприятные чувства своим внешним видом (прическа, косметика, одежда).
  2. Некоторые люди производят неприятное впечатление своим бескультурьем.
  3. Представители некоторых национальностей в моем окружении откровенно не симпатичны мне.
  4. Есть тип мужчин (женщин), который я не выношу.
  5. Терпеть не могу деловых партнеров с низким профессиональным уровнем.
4.
  1. Считаю, что на грубость надо отвечать тем же.
  2. Мне трудно скрыть, если человек мне чем-либо неприятен.
  3. Меня раздражают люди, стремящиеся в споре настоять на своем.
  4. Мне неприятны самоуверенные люди.



5. Обычно мне трудно удержаться от замечания в адрес озлобленного или нервного человека, который толкается в транспорте.
  5.
    1. Я имею привычку поучать окружающих.
    2. Невоспитанные люди возмущают меня.
    3. Я часто ловлю себя на том, что пытаюсь воспитывать кого-либо.
    4. Я по привычке постоянно делаю кому-либо замечания.
    5. Я люблю командовать близкими.
  6.
    1. Меня раздражают старики, когда в час пик они оказываются в городском транспорте или в магазинах.
    2. Жить в номере гостиницы с посторонним человеком — для меня просто пытка.
    3. Когда партнер не соглашается в чем-то с моей правильной позицией, то обычно это раздражает меня.
    4. Я проявляю нетерпение, когда мне возражают.
    5. Меня раздражает, если партнер делает что-то по-своему, не так, как мне того хочется.
  7.
    1. Обычно я надеюсь, что моим обидчикам достанется по заслугам.
    2. Меня часто упрекают в ворчливости.
    3. Я долго помню нанесенные мне обиды теми, кого я ценю или уважаю.
    4. Нельзя прощать сослуживцам бестактные шутки.
    5. Если деловой партнер непреднамеренно заденет мое самолюбие, я на него, тем не менее, обижусь.
  8.
    1. Я осуждаю людей, которые плачутся в чужую жилетку.
    2. Внутренне я не одобряю коллег (приятелей), которые при удобном случае рассказывают о своих болезнях.
    3. Я стараюсь уходить от разговора, когда кто-нибудь начинает жаловаться на свою семейную жизнь.
    4. Обычно я без особого внимания выслушиваю исповеди друзей (подруг).
    5. Мне иногда нравится позлить кого-нибудь из родных или друзей.
  9.
    1. Как правило, мне трудно идти на уступки партнерам.
    2. Мне трудно ладить с людьми, у которых плохой характер.
    3. Обычно я с трудом приспосабливаюсь к новым партнерам по совместной работе.
    4. Я воздерживаюсь поддерживать отношения с несколькими странными людьми.
    5. Чаще всего я из принципа настаиваю на своем, даже если понимаю, что партнер прав.

#### **Ключ к тесту Бойко.**

Подсчитывается сумма баллов, полученных по всем девяти признакам. Максимальное число баллов — 135, по каждому из блоков — 15.

- 1-45 высокая степень толерантности
- 45-85 средняя степень толерантности
- 85-125 низкая степень толерантности
- 125-135 полное неприятие окружающих

#### **Интерпретация методики Бойко.**

Чем больше баллов, тем ниже уровень коммуникативной толерантности, что свидетельствует об абсолютной нетерпимости к окружающим и высокой вероятности конфликтов.

Обратите внимание на то, по каким поведенческим блокам получены высокие суммарные оценки. Чем больше баллов по конкретному признаку, тем меньше испытываемый терпим к людям в данном аспекте отношений с ними и сложнее наладить эффективный процесс общения. Напротив, чем меньше оценки по тому или иному поведенческому признаку, тем выше уровень общей коммуникативной толерантности по данному аспекту отношений.

*Расшифровка блоков:*

1. Неприятие или непонимание индивидуальности человека: вы не умеете либо не хотите понимать или принимать индивидуальные особенности других людей.
2. Использование себя в качестве эталона при оценках других: оценивая поведение, образ мыслей или отдельные характеристики людей, вы рассматриваете в качестве эталона самого себя.
3. Категоричность или консерватизм в оценках людей: вы категоричны или консервативны в оценках людей, вам не хватает гибкости и широты кругозора.
4. Неумение скрывать или сглаживать неприятные чувства: вы не умеете скрывать или хотя бы сглаживать неприятные чувства, возникающие при столкновении с некоммуникабельными качествами у партнеров.
5. Стремление переделать, перевоспитать партнера по общению: вы стремитесь переделать, перевоспитать, изменить по вашему желанию своего собеседника.
6. Стремление подогнать других участников коммуникации под себя: вам хочется подогнать других к своему характеру, привычкам, притязаниям.
7. Неумение прощать другому ошибки: вы не умеете прощать другому его ошибки, неловкость, непреднамеренно причиненные вам неприятности.
8. Нетерпимость к дискомфортным (болезнь, усталость, отсутствие настроения) состояниям партнера по общению: вы не терпимы к физическому или психическому дискомфорту, в котором оказался другой.
9. Неумение приспосабливаться к другим участникам общения: вы плохо приспосабливаетесь к характерам, привычкам или притязаниям других.

#### **4. Опросник «Стиль саморегуляции поведения»**

Опросник «Стиль саморегуляции поведения» (ССПМ) был создан в 1988 году в Психологическом институте РАО в лаборатории психологии саморегуляции (заведующая - В.И. Моросанова). Утверждения опросника построены на типичных жизненных ситуациях и не имеют непосредственной связи со спецификой какой-либо профессиональной или учебной деятельности. Цель методики - это диагностика развития индивидуальной саморегуляции и ее индивидуального профиля, включающего показатели планирования, моделирования, программирования, оценки результатов, а также показатели развития регуляторно-личностных свойств - гибкости и самостоятельности.

Опросник ССПМ состоит из 46 утверждений и работает как единая шкала «Общий уровень саморегуляции» (ОУ), которая характеризует уровень сформированности индивидуальной системы саморегуляции произвольной активности человека. Утверждения опросника входят в состав шести шкал (по 9 утверждений в каждой), выделенных в соответствии с основными регуляторными процессами планирования (Пл), моделирования (М), программирования (Пр), оценки результатов (Ор), а также и регуляторно-личностными свойствами: гибкости (Г) и самостоятельности (С). Структура опросника такова, что ряд утверждений входят в состав сразу двух шкал. Это относится к

тем утверждениям опросника, которые характеризуют как регуляторный процесс, так и регуляторно-личностное качество.

**Инструкция.** Предлагаем Вам ряд высказываний об особенностях поведения. Последовательно прочитав каждое высказывание, выберите один из четырех возможных ответов: «Верно», «Пожалуй, верно», «Пожалуй, неверно», «Неверно» и поставьте крестик в соответствующей графе на листе ответов. Не пропускайте ни одного высказывания. Помните, что не может быть хороших или плохих ответов, так как это не испытание Ваших способностей, а лишь выявление индивидуальных особенностей Вашего поведения.

Утверждения		Верно	Пожалуй, верно	Пожалуй, неверно	Неверно
1.	Свои планы на будущее люблю разрабатывать в малейших деталях.				
2.	Люблю всякие приключения, могу идти на риск.				
3.	Стараюсь всегда приходить вовремя, но тем не менее часто опаздываю.				
4.	Придерживаюсь девиза “Выслушай совет, но сделай по-своему”.				
5.	Часто полагаюсь на свои способности ориентироваться по ходу дела и не стремлюсь заранее представить последовательность своих действий.				
6.	Окружающие отмечают, что я недостаточно критичен к себе и своим действиям, но сам я это не всегда замечаю.				
7.	Накануне контрольных или экзаменов у меня обычно появлялось чувство, что не хватило 1–2 дней для подготовки.				
8.	Чтобы чувствовать себя уверенно, необходимо знать, что ждет тебя завтра.				

9.	Мне трудно себя заставить что-либо переделывать, даже если качество сделанного меня не устраивает.				
10.	Не всегда замечаю свои ошибки, чаще это делают окружающие меня люди.				
11.	Переход на новую систему работы не причиняет мне особых неудобств.				
12.	Мне трудно отказаться от принятого решения даже под влиянием близких мне людей.				
13.	Я не отношу себя к людям, жизненным принципом которых является “Семь раз отмерь, один раз отрежь”.				
14.	Не выношу, когда меня опекают и за меня что-то решают.				
15.	Не люблю много раздумывать о своем будущем.				
16.	В новой одежде часто ощущаю себя неловко.				
17.	Всегда заранее планирую свои расходы, не люблю делать незапланированных покупок.				
18.	Избегаю риска, плохо справляюсь с неожиданными ситуациями.				
19.	Мое отношение к будущему часто меняется: то строю радужные планы, то будущее кажется мне мрачным.				

20.	Всегда стараюсь продумать способы достижения цели, прежде чем начну действовать.				
21.	Предпочитаю сохранять независимость даже от близких мне людей.				
22.	Мои планы на будущее обычно реалистичны, и я не люблю их менять.				
23.	В первые дни отпуска (каникул) при смене образа жизни всегда появляется чувство дискомфорта.				
24.	При большом объеме работы неминуемо страдает качество результатов.				
25.	Люблю перемены в жизни, смену обстановки и образа жизни.				
26.	Не всегда вовремя замечаю изменения обстоятельств и из-за этого терплю неудачи.				
27.	Бывает, что настаиваю на своем, даже когда не уверен в своей правоте.				
28.	Люблю придерживаться заранее намеченного на день плана.				
29.	Прежде чем выяснять отношения, стараюсь представить себе различные способы преодоления конфликта.				
30.	В случае неудачи всегда ищу, что же было сделано неправильно.				



31.	Не люблю посвящать кого-либо в свои планы, редко слеую чужим советам.				
32.	Считаю разумным принцип: сначала надо ввязаться в бой, а затем искать средства для победы.				
33.	Люблю помечтать о будущем, но это скорее фантазии, чем реальность.				
34.	Стараюсь всегда учитывать мнение товарищей о себе и своей работе.				
35.	Если я занят чем-то важным для себя, то могу работать в любой обстановке.				
36.	В ожидании важных событий стремлюсь заранее представить последовательность своих действий при том или ином развитии ситуации.				
37.	Прежде чем взяться за дело, мне необходимо собрать подробную информацию об условиях его выполнения и сопутствующих обстоятельствах.				
38.	Редко отступаю от начатого дела.				
39.	Часто допускаю небрежное отношение к своим обязательствам в случае усталости и плохого самочувствия.				
40.	Если я считаю, что прав, то меня мало волнует мнение окружающих о моих действиях.				
41.	Про меня говорят, что я “разбрасываюсь”, не умею отделить главное от				

	второстепенного.				
42.	Не умею и не люблю заранее планировать свой бюджет.				
43.	Если в работе не удалось добиться устраивающего меня качества, стремлюсь переделать, даже если окружающим это не важно.				
44.	После разрешения конфликтной ситуации часто мысленно к ней возвращаюсь, перепроверяю предпринятые действия и результаты.				
45.	Непринужденно чувствую себя в незнакомой компании, новые люди мне обычно интересны.				
46.	Обычно резко реагирую на возражения, стараюсь думать и делать все по-своему.				

**Обработка:** Подсчет показателей опросника производится по ключам, представленным ниже, где «Да» означает положительные ответы, а «Нет» - отрицательные.

#### Ключ к шкалам

Регуляторные шкалы	Ответы, совпадающие с ключом (1 балл)	
	Верно Пожалуй, верно	Пожалуй, Не верно не верно
<b>Планирование</b>	1, 8, 17, 22, 28, 31, 36	15, 42
<b>Моделирование</b>	11, 37	2, 7, 19, 23, 26, 33, 41
<b>Программирование</b>	12, 20, 25, 29, 38, 43	5, 9, 32

<b>Оценивние результатов</b>	30, 44	6, 10, 13, 16, 24, 34, 39
<b>Гибкость</b>	2, 11, 25, 35, 36, 45	16, 18, 43
<b>Самостоятельность</b>	4, 12, 14, 21, 27, 31, 40, 46	34
<b>Общий уровень саморегуляции</b>	1, 2, 4, 8, 11, 12, 14, 17, 20, 21, 22, 25, 27, 28, 29, 30, 31, 35, 36, 37, 38, 40, 43, 44, 45, 46	3, 5, 6, 7, 9, 10, 13, 15, 16, 18, 19, 23, 24, 26, 32, 33, 34, 39, 41, 42

<b>Регуляторная шкала</b>	<b>Количество баллов</b>		
	<b>Низкий уровень</b>	<b>Средний уровень</b>	<b>Высокий уровень</b>
<b>Планирование</b>	<3	4-6	>7
<b>Моделирование</b>	<3	4-6	>7
<b>Программирование</b>	<4	5-7	>8
<b>Оценивание результатов</b>	<3	4-6	>7
<b>Гибкость</b>	<4	5-7	>8
<b>Общий уровень саморегуляции</b>	<23	24-32	>33

## **Интерпретация результатов**

### **Описание шкал**

**Шкала «Планирование» (Пл)** характеризует индивидуальные особенности выдвижения и удержания целей, сформированность у человека осознанного планирования деятельности.

*Высокие показатели* по этой шкале указывают на сформированность потребности в осознанном планировании деятельности, планы в этом случае реалистичны, детализированы, иерархичны и устойчивы, цели деятельности выдвигаются самостоятельно.

У испытуемых с *низкими показателями* по этой шкале потребность в планировании развита слабо, цели подвержены частой смене, поставленная цель редко бывает

достигнута, планирование малореалистично. Такие испытуемые предпочитают не задумываться о своем будущем, цели выдвигают ситуативно и обычно несамостоятельно.

**Шкала «Моделирование» (М)** позволяет диагностировать индивидуальную развитость представлений о внешних и внутренних значимых условиях, степень их осознанности, детализированности и адекватности.

Испытуемые с *высокими показателями* по этой шкале способны выделять значимые условия достижения целей как в текущей ситуации, так и в перспективном будущем, что проявляется в соответствии программ действий планам деятельности, соответствии получаемых результатов принятым целям.

У испытуемых с *низкими показателями* по шкале слабая сформированность процессов моделирования приводит к неадекватной оценке значимых внутренних условий и внешних обстоятельств, что проявляется в фантазировании, которое может сопровождаться резкими перепадами отношения к развитию ситуации, последствиям своих действий. У таких испытуемых часто возникают трудности в определении цели и программы действий, адекватных текущей ситуации, они не всегда замечают изменение ситуации, что также часто приводит к неудачам.

**Шкала «Программирование» (Пр)** диагностирует индивидуальную развитость осознанного программирования человеком своих действий.

*Высокие показатели* по этой шкале говорят о сформировавшейся у человека потребности продумывать способы своих действий и поведения для достижения намеченных целей, о детализированности и развернутости разрабатываемых программ. Программы разрабатываются самостоятельно, они гибко изменяются в новых обстоятельствах и устойчивы в ситуации помех. При несоответствии полученных результатов целям производится коррекция программы действий до получения приемлемого для человека результата.

*Низкие показатели* по шкале программирования говорят о неумении и нежелании человека продумывать последовательность своих действий. Такие люди предпочитают действовать импульсивно, они не могут самостоятельно сформировать программу действий, часто сталкиваются с неадекватностью полученных результатов целям деятельности и при этом не вносят изменений в программу действий, действуют путем проб и ошибок.

**Шкала «Оценивание результатов» (Ор)** характеризует индивидуальную развитость и адекватность оценки испытуемым себя и результатов своей деятельности и поведения.

*Высокие показатели* по этой шкале свидетельствуют о развитости и адекватности самооценки, сформированности и устойчивости субъективных критериев оценки результатов. Человек адекватно оценивает как сам факт рассогласования полученных результатов с целью деятельности, так и приведшие к нему причины, гибко адаптируясь к изменению условий.

При *низких показателях* по этой шкале испытуемый не замечает своих ошибок, не критичен к своим действиям. Субъективные критерии успешности недостаточно устойчивы, что ведет к резкому ухудшению качества результатов при увеличении объема работы, ухудшении состояния или возникновении внешних трудностей.

**Шкала «Гибкость» (Г)** диагностирует уровень сформированности регуляторной гибкости, то есть способности перестраивать, вносить коррективы в систему саморегуляции при изменении внешних и внутренних условий.

Испытуемые с *высокими показателями* по шкале гибкости демонстрируют пластичность всех регуляторных процессов. При возникновении непредвиденных обстоятельств такие испытуемые легко перестраивают планы и программы исполнительских действий и поведения, способны быстро оценить изменение значимых условий и перестроить программу действий. При возникновении рассогласования полученных результатов с принятой целью своевременно оценивают сам факт рассогласования и вносят соответствующую коррекцию. Гибкость регуляторики позволяет адекватно реагировать на быстрое изменение событий и успешно решать поставленную задачу в ситуации риска.

Испытуемые с *низкими показателями* по шкале гибкости в динамичной, быстро меняющейся обстановке чувствуют себя неуверенно, с трудом привыкают к переменам в жизни, к смене обстановки и образа жизни. Они не способны адекватно реагировать на ситуацию, быстро и своевременно планировать деятельность и поведение, разработать программу действий, выделить значимые условия, оценить рассогласование полученных результатов с целью деятельности и внести коррекцию. В результате у таких испытуемых неизбежно возникают регуляторные сбои и, как следствие, неудачи в выполнении деятельности.

**Шкала «Самостоятельность» (С)** характеризует развитость регуляторной автономности.

Наличие *высоких показателей* по шкале самостоятельности свидетельствует об автономности в организации активности человека, его способности самостоятельно планировать деятельность и поведение, организовывать работу по достижению выдвинутой цели, контролировать ход ее выполнения, анализировать и оценивать как промежуточные, так и конечные результаты деятельности.

Испытуемые с *низкими показателями* по шкале самостоятельности зависимы от мнений и оценок окружающих. Планы и программы действий разрабатываются несамостоятельно, такие люди часто и некритично следуют чужим советам. При отсутствии посторонней помощи у них неизбежно возникают регуляторные сбои.

Опросник в целом работает как единая шкала **«Общий уровень саморегуляции» (ОУ)**, которая оценивает общий уровень сформированности индивидуальной системы осознанной саморегуляции произвольной активности человека.

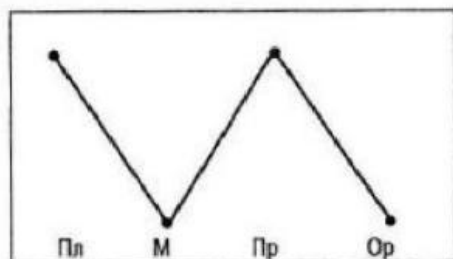
Испытуемые с *высокими показателями* общего уровня саморегуляции самостоятельны, гибко и адекватно реагируют на изменение условий, выдвижение и достижение цели у них в значительной степени осознанно. При высокой мотивации достижения они способны формировать такой стиль саморегуляции, который позволяет компенсировать влияние личностных, характерологических особенностей, препятствующих достижению цели. Чем выше общий уровень осознанной регуляции, тем легче человек овладевает новыми видами активности, увереннее чувствует себя в незнакомых ситуациях, тем стабильнее его успехи в привычных видах деятельности.

У испытуемых с *низкими показателями* по данной шкале потребность в осознанном планировании и программировании своего поведения не сформирована, они более зависимы от ситуации и мнения окружающих людей. У таких испытуемых снижена возможность компенсации неблагоприятных для достижения поставленной цели личностных особенностей, по сравнению с испытуемыми с высоким уровнем регуляции. Соответственно, успешность овладения новыми видами деятельности в большой степени зависит от соответствия стилевых особенностей регуляции и требований осваиваемого вида активности.

**Психологические характеристики испытуемых с разными индивидуально - типическими профилями саморегуляции**



### Типичный профиль № 1



Типичный профиль № 1 характеризуется более высоким развитием процессов планирования целей и программирования действий, по сравнению с моделированием значимых условий достижения цели и оцениванием результатов действий. Высокий общий уровень саморегуляции формируется, если показатели планирования и программирования приближаются к предельно высоким значениям. Средний общий уровень саморегуляции получится при сочетании высокого и среднего значения по шкалам планирования и программирования. Если одна из этих шкал имеет низкое значение, то формируется низкий общий уровень саморегуляции. Для подростков данной типологической группы больше характерен средний и низкий общий уровень саморегуляции, в 63,1% и 30,9% случаев соответственно. Редко, в 6,0% случаев, формируется высокий общий уровень саморегуляции, что связано с тем, что у такие учащиеся имеют средние и низкие значения по регуляторно-личностным свойствам самостоятельности и гибкости. Таким образом, типичный профиль № 1 чаще является акцентуированным.

Типичный профиль № 1 чаще встречается у людей с выраженной личностной тревожностью, с высокими показателями нейротизма по Айзенку, с тенденцией к акцентуации характера астенического или эмоционально-возбудимого типа. В общении таким людям трудно контролировать свои эмоции, они легко расстраиваются, если дела идут не так, как было задумано. Остро реагируют на требования окружающих, зависимы от внешних обстоятельств. Изменчивость в настроении и непредсказуемость в поведении приводит временами к импульсивному поведению. Незначительный повод может вызывать перемену настроения. Иногда наблюдается стремление к самоутверждению, к наступательной активности, но нуждаются в опоре и поддержке окружающих. Готовы принимать помощь от других. Для таких людей свойственна общая направленность на себя и свои переживания, от других ждут участие в своей судьбе. Будущее, то расцветает яркими красками, то становится унылым. Планирование собственных жизненных перспектив развито, но наблюдается трудность в выделении главных целей, много колебаний в выборе пути, отсюда не могут определиться с планами на будущее. При составлении жизненных планов ориентируются на других людей. Адаптация к новым условиям хорошая.

При высоком общем уровне саморегуляции люди с данным профилем обладают ярко выраженной потребностью в планировании. Детально разрабатывают программы собственных действий, как правило, методично готовятся к различным значимым для них мероприятиям (например, учащиеся — к экзаменам, работающие люди — к публичным выступлениям или аттестациям) и много времени уделяют самоподготовке. Их планы содержат выстроенную систему дальних и ближних целей, еще до начала работы разработаны и продуманы способы и пути их достижения. Слабой стороной является невысокий уровень развития процесса моделирования. Такие люди имеют трудности с оцениванием внешних обстоятельств, например, требований учителей или руководства, а также объективных условий выполнения деятельности, таких, например, как время выполнения задания. Значительная часть времени у них уходит на то, чтобы заранее оценить все возможные варианты, проанализировать их, разработать оптимальный план

выполнения задания. Например, перед ответом на уроке, контрольной работой или экзаменом такие учащиеся продумывают не только содержание своего ответа, но и то, как они будут действовать, если что-нибудь пойдет не по плану, долго обдумывают, как следует себя вести и что лучше сказать в ответ на те или иные вопросы учителя. Высокая развитость планирования и программирования позволяет компенсировать недостаточную развитость процесса моделирования, снизить тревожность, снять излишнюю напряженность за счет того, что ситуации заранее продумываются, отбираются способы и очередность действий, анализируется тактика поведения в ответственной ситуации.

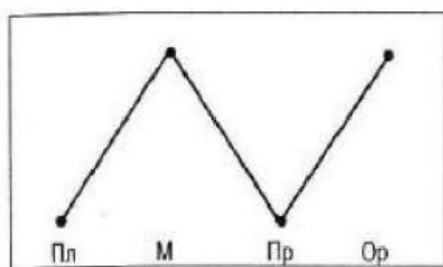
Средний общий уровень саморегуляции. Характерно стремление к планированию, к отбору способов и очередности действий, но из-за слабости моделирования большее значение придается деталям и мелочам, но при этом часто упускается главное. Недостаточная пластичность планов и программ нередко приводят к тому, что возникают трудности с реализацией и перестройкой планов при изменении условий, например, при быстрых изменениях ситуации на экзамене, неожиданном повороте в ходе урока, при невозможности добиться нужных результатов. Обладатели такого профиля склонны фиксироваться на своих ошибках; для них характерна высокая чувствительность к неудачам, чрезмерная самокритичность, неустойчивость самоконтроля. Внутренние условия выполнения деятельности, такие как самочувствие, собственные возможности, степень подготовленности часто оцениваются неадекватно, что сказывается на результатах деятельности. У учащихся это может выражаться в неуверенности в своих силах и возможностях, склонности к искажению реальной ситуации (усложнение или упрощение), в интенсивном переживании возможного неуспеха. Главное, что отличает людей с данным профилем регуляции — это эмоциональная неустойчивость, длительные переживания неуспехов, неудач. Чаще эти переживания связаны не с реальными событиями, а с теми, которые еще не наступили, что приводит к неустойчивости цели, к трудностям с формированием внутренних критериев успешности. Отмечается частая смена настроения. Такие подростки задумываются о своем будущем, легко ставят цели, но могут их не достигнуть, т. к. избегают препятствий, трудностей, им не хватает упорства и терпения. Их отличает зависимость от внешних и внутренних обстоятельств, неуверенность. При принятии решений они нуждаются в опоре, поддержке окружающих, в совете, одобрении. Не склонны проявлять инициативу и смелость в выборе собственной линии поведения. Плохо контролируют себя в трудных жизненных обстоятельствах. Трудно адаптируются к новым ситуациям, к новому учителю, новой системе обучения, к новым друзьям.

Этому типу людей свойственна привязанность к другим людям, они легко идут у них на поводу. В общении капризны, им свойственна непредсказуемость высказываний, переживание необоснованного беспокойства. В новых условиях чувствуют себя неуютно, стараются держаться обособленно, отсюда слабая социальная адаптация, которая является препятствием для самореализации. Отношение к будущему — тревожное. Цели, которые ими выдвигаются, являются скорее мечтами. Они ориентируются больше на чувства и переживания, на их поступки влияют оценочные суждения других людей. Низкий общий уровень саморегуляции. Существуют трудности в планировании своей деятельности, не продумываются пути и способы достижения целей. Низкое развитие звеньев моделирования и оценки результатов приводит к возникновению высокой тревожности, чувству напряженности в ситуациях общения и, как следствие, к крайне малой эффективности деятельности. Таким людям свойственна крайне низкая социальная адаптивность, что является препятствием к самореализации, к самоорганизации в трудных жизненных обстоятельствах. В общении такие подростки болезненно мнительны, стараются держаться обособленно. Они не склонны строить планы на будущее.

Компенсаторные возможности. Развитость звеньев планирования и программирования позволяют компенсировать недостаточное развитие звеньев

моделирования и оценки результатов. Недостаточная развитость звена моделирования компенсируется при повышении общего уровня саморегуляции, хотя и не достигает одинаковой степени развитости с планированием и программированием. Оценка результатов является наиболее слабым звеном регуляции при типичном профиле №1 и плохо поддается компенсации и развитию. Из-за трудности формирования внутренних критериев оценки такие учащиеся больше ориентируются на внешние критерии. Для повышения общего уровня саморегуляции необходимо делать акцент на развитие планирования и программирования. Например, можно включить такие вспомогательные средства, как ведение ежедневника, составление распорядка дня, плана подготовки к уроку, к выполнению домашнего задания и т. п.

### **Типичный профиль № 2**



Типичный профиль № 2 характеризуется хорошей сформированностью регуляторных звеньев моделирования и оценки результатов, низкой развитостью звена планирования и программирования. Высокий общий уровень саморегуляции достигается, если получены высокие баллы по шкалам моделирования и оценки результатов. Средний общий уровень саморегуляции формируется при средних значениях по шкалам моделирования и оценки результатов. При низком показателе общего уровня саморегуляции звено моделирования превышает показатели остальных шкал и находится не ниже чем на среднем уровне развития. Высокий, средний и низкий общий уровень формируется в 26,2%, 64,8% и 9,0% случаев соответственно. Данный тип является продуктивным с точки зрения саморегуляции. Профиль может быть как акцентуированным, так и гармоническим (при повышении общего уровня саморегуляции). Хорошо развиты регуляторно-личностные свойства самостоятельность и гибкость.

Высокий общий уровень саморегуляции. Привычка к планированию у людей с данным профилем выражено слабо. Для них свойственна неопределенность и непостоянство планов и, как следствие, недостаточная самоорганизация учебной, трудовой или какой-то другой деятельности. Высокий уровень развития по шкале моделирования проявляется в реалистичности и объективности оценки значимых и второстепенных условий. Такие люди быстро включаются в ситуацию или задачу, оперативно оценивают предъявляемые к ним требования, верно определяют, что именно надо делать в данных обстоятельствах, и предпринимают соответствующие действия. Они адекватно оценивают внутренние условия, собственные личностные особенности и характер других людей. Им свойственна высокая степень адаптивности к любым условиям. Они, как правило, оптимистичны и уверены в себе, инициативны, не боятся брать на себя ответственные поручения, склонны к соперничеству, любят динамичную и разнообразную работу. Им свойственна гибкость поведения при изменении условий, например, при переходе на новую систему работы, при смене учителя или школы, они не теряются в ситуации экзамена. Программа действий строится, разворачивается, пополняется деталями и конкретизируется по ходу их выполнения. Адекватность оценки промежуточных и конечных результатов, помогает вовремя заметить расхождение, своевременно скорректировать программу или оперативно заменить ее на новую.



Такие люди хорошо осознают требования действительности, имеют устоявшиеся взгляды и мнения, следуют нормам и правилам поведения. Их отличает практичность и реалистичность. Любят принимать самостоятельные решения. Стремятся к организаторской деятельности, где требуется уравновешенность, объективность, решительность. Уверенно решают возникающие в жизни проблемы. Спокойно воспринимают новые идеи и перемены. Живо откликаются на происходящее вокруг. В общении ладят с каждым человеком и миром в целом, избегают конфликтных ситуаций. Они уравновешены, дисциплинированы. Не нуждаются в одобрении и поддержке других. Мало чувствительны к неодобрению. Для таких людей свойственна общая направленность на других, это отражается на жизненном планировании. Для них свойственно ставить на первое место общественные цели. Они оптимистично смотрят в будущее. Главное для них — это обретение благополучия. Имеют устойчивое стремление к собственному делу. Развитость оценки позволяет им выделять свои сильные и слабые стороны, понимать, чего им хочется и чего не хочется в жизни. Средний общий уровень саморегуляции. Для таких людей характерна низкая осознанность и устойчивость целей деятельности, неопределенность планов, откуда происходят и трудности в самоорганизации. Они предпочитают поверхностные и менее структурированные формы постановки целей.

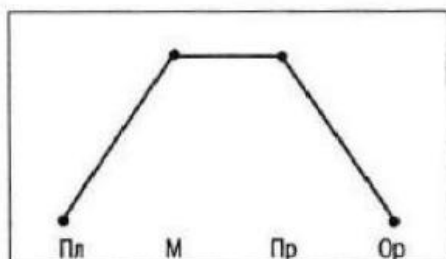
Развитость звена моделирования проявляется в оперативной оценке значимых условий выполнения деятельности, что позволяет им предпринимать соответствующие ситуации действия. Они своевременно находят правильную тактику поведения во время ответа, стараются уложиться во время, отведенное для подготовки задания, умело строят свои взаимоотношения с учителями и сверстниками. Например, во время выполнения учебных заданий учащиеся, допуская ошибки, стараются вовремя их заметить и исправить. Снижение балла по шкале оценки результатов связано с оценкой своих внутренних возможностей, проявляется в тенденции все усложнять. Людям с типичным профилем №2 свойственна гибкость поведения, например, при переходе от одного задания к другому, хорошая адаптация, например, при смене учителя или школы; они не теряются в ситуации экзамена. У них наблюдается низкая чувствительность к неудаче, слабая эмоциональная реакция на неудачи.

Общение таких людей характеризуется естественностью, отзывчивостью, непринужденностью. Они готовы к сотрудничеству, чуткому и внимательному отношению к другим людям, уступчивы по отношению к давлению со стороны окружающих. Легко меняют свою точку зрения, проявляют терпимость в ситуации неопределенности. В поведении их отличает уравновешенность и осторожность. Планы на будущее у таких людей не конкретизированы. На первое место выдвигаются общие цели: семья, работа, друзья, но не конкретизируются пути их достижения. При неблагоприятных условиях может проявиться несдержанность, неоправданная поспешность в принятии решений, в поступках.

Низкий общий уровень саморегуляции. Для таких людей характерна неустойчивость, колебание целей, разбросанность в деятельности. Возникшие проблемы легко разрешаются, но иногда это связано с переоценкой собственной личности. Характерна быстрая смена настроения вслед за меняющимися обстоятельствами, частое изменение своей точки зрения. Иногда возникает чувство раздражения из-за беспорядка в делах. В силу своей противоречивости, изменчивости, при отстаивании собственной независимой позиции у таких людей возникают трудности в общении со сверстниками. Быстрота адаптации к новым условиям сочетается у них с трудностями в социальной адаптации и поверхностным отношением к будущему. Планы на будущее расплывчаты, нет иерархии целей. Для них не важно, какие средства и пути будут использоваться для достижения целей. Каждый день вносит свои коррективы в планы на будущее. Компенсаторные возможности. Развитость звена моделирования позволяет

компенсировать недостаточное развитие звена программирования. Звено планирования является наиболее слабым звеном саморегуляции при типичном профиле № 2 и трудно поддается компенсации и развитию. Для повышения общего уровня саморегуляции необходимо сделать акцент на развитие звеньев моделирования и оценки результатов.

### *Типичный профиль № 3*



Типичный профиль № 3 характеризуется сформированностью регуляторных процессов моделирования и программирования, низкой развитостью процессов планирования и оценки результатов. Высокий общий уровень саморегуляции формируется, если по шкалам моделирования и программирования достигнуты высокие значения. Средний общий уровень саморегуляции достигается в случае сочетание высокого и среднего значения по шкалам моделирования и программирования. Если по шкалам программирование, планирование, оценка результатов получены низкие баллы, то будет наблюдаться низкий общий уровень саморегуляции. Высокий, средний и низкий общий уровень формируется в 26, 2%, 64,8% и 9,0% случаев, соответственно. Данный профиль может быть как акцентуированным, так и гармоничным. Гармоничный профиль более типичен при повышении общего уровня саморегуляции. Регуляторно-личностное свойство гибкости отличается развитостью.

Высокий общий уровень саморегуляции. Для людей с данным профилем саморегуляции характерны низкая сформированность процесса планирования и высокий уровень развития процесса моделирования. Данные особенности являются наиболее устойчивыми стилевыми особенностями саморегуляции для представителей данной группы; подобное соотношение сохраняются при высоком и низком уровне осознанной саморегуляции. Для них характерна низкая осознанность и устойчивость целей деятельности, неопределенность и непостоянство планов. Высокий уровень по шкале программирования проявляется в потребности детально разрабатывать программы собственных действий. Такие люди склонны заранее формировать самостоятельную программу исполнительских действий, определяют и составляют схему будущего действия. Они сосредоточены на выполняемой деятельности, им свойственна настойчивость в преодолении препятствий, энергичность и работоспособность. Программа их деятельности сохраняет свою устойчивость независимо от условий ее выполнения и имеющихся помех, и при обычных занятиях и в условиях повышенной ответственности за результат. Эти люди склоны к оперативной работе. Тем не менее, снижение показателей по оценке результатов, недостаточная строгость критериев успешности деятельности, может проявляться в излишней самоуверенности, некоторой легкомысленности, отсутствии взвешенной критичной оценки самих себя, своих действий и полученных результатов, что приводит к тому, что результаты могут не соответствовать первоначально намеченным целям. В общении такие люди стремятся быть в согласии с мнением окружающих, следуют условностям, правилам и принципам хорошего тона. Стремятся помогать другим людям, проявляют понимание и дружелюбие, принимают помощь окружающих. Они легко приспосабливаются к любым условиям, то есть им свойственна высокая адаптивность. Они, как правило, уверены в себе. Стараются вести себя в соответствии с выработанной стратегией, однако часто меняют цели и планы, так как принимают решение на основе заданных извне критериев. Жизненные планы таких



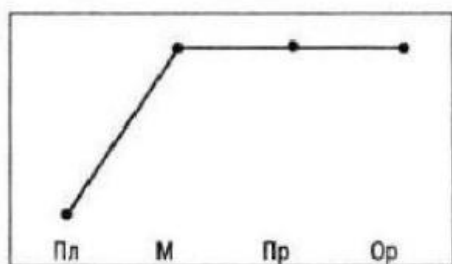
людей неустойчивы, зависят от мнения других людей. Они мало готовы к реализации своих жизненных перспектив, относя все это на будущее.

Средний общий уровень саморегуляции. Процесс планирования у подростков и взрослых с типичным профилем № 3 развит слабо. Показатели по шкале программирования у них снижены. Хотя они и нацелены на построение развернутых программ, но устойчивость этих программ обеспечивается извне. Развитость моделирования помогает им быстро включаться в ту или иную ситуацию или задачу, оценивать предъявляемые к ним требования и определять, что именно необходимо сделать и предпринять в соответствующей ситуации. Такие люди вовремя замечают трудности и стремятся их преодолеть. Поведение таких людей ориентировано на поиск внешней опоры. Возникающие в жизни проблемы они решают по мере их возникновения, то есть следуют за ходом событий. В общении такие люди ориентированы на социальное одобрение. Стремятся удовлетворить все требования. Могут резко менять род занятий или образ жизни. Реально оценивают обстановку, стараются управлять ситуацией, избегают трудностей. Их жизненная стратегия характеризуется неопределенностью целей, носит противоречивый характер. В силу противоречивости, личной неустойчивости они увлекаются разнообразными, иногда даже противоположными идеями. Не принимают на себя ответственность за свой выбор и принятые решения.

Низкий общий уровень саморегуляции типа № 3 сходен с соответствующим уровнем типичного профиля № 2. Отличие состоит в том, что люди с профилем саморегуляции № 3 более зависимы от оценки окружающих людей, не развивают внутренние критерии успешности, а значит, не контролируют ход выполнения собственной деятельности, не видят собственных ошибок. Адаптация к новым людям и условиям проходит у них быстро и легко. Жизненные перспективы ориентированы на значимых окружающих, на сотрудничество с ними. Цели меняются в зависимости от привязанностей и от того, как к ним относятся.

Компенсаторные возможности. Развитость звена моделирования позволяет компенсировать недостаточное развитие звена планирования. Тем не менее, при данном типичном профиле звено планирования является наиболее слабым звеном саморегуляции и трудно поддается компенсации и развитию. Для повышения общего уровня саморегуляции необходимо сделать акцент на развитие звеньев моделирования и программирования.

#### **Типичный профиль № 4**



Типичный профиль № 4 характеризуется сформированностью моделирования, программирования и оценки результатов, низкой развитостью звена планирования. Высокий общий уровень саморегуляции формируется при высоких значениях по шкалам моделирование, программирование и оценка результатов. Средний уровень — если по этим шкалам наблюдаются средние показатели. Низкий общий уровень саморегуляции формируется, когда часть этих показателей имеет низкие значения. Высокий, средний и низкий общий уровень формируется в 15,5%, 69,6% и 14,9% случаев, соответственно. Для типического профиля № 4 характерны средние значения для регуляторно-личностного свойства самостоятельность и высокие значения — для гибкости. Высокий

общий уровень саморегуляции. Такие люди не считают необходимым заранее планировать свою учебную деятельность. Их отличает недостаточная осознанность учебных целей, фрагментарность и неустойчивость планов. Однако развитость регуляторной гибкости позволяет им быть восприимчивым ко всему новому, дает хорошую приспособляемость и социальную адаптивность. Высокий уровень развития моделирования помогает быстро оценивать ситуацию, верно определять цель деятельности в данных условиях, оперативно строить адекватную ситуации программу действий. Высокий уровень развития по шкале оценки результатов помогает сопоставлять и оценивать промежуточные и конечные результаты, точно определять степень рассогласования с целью деятельности, выявлять причины и оперативно перестраивать программы действий, вовремя внося необходимые коррективы. Люди с данным профилем саморегуляции реально оценивают свои возможности и прогнозируют результаты; так, например, у учащихся ожидаемая оценка за контрольную или экзамен обычно совпадает с той, которую ставит им учитель. Эти люди хорошо предвидят действия и поступки других людей, умеют распределить обязанности при совместной работе.

Высокая пластичность процессов саморегуляции проявляется в легкости переключения с одного вида деятельности на другой, в переходе от одних действий к другим. Развитость такого регуляторно-личностного свойства как самостоятельность свидетельствует о возможности автономно организовывать работы по достижению цели, контролю хода ее выполнения и получаемых результатов. Сфера интересов у людей с данным типом саморегуляции широка и разнообразна. Они любят состязательность, стремятся к повышению своего социального статуса. Они не могут долго оставаться без дела даже в благоприятной для отдыха обстановке. Склонны отстаивать свои права, порой с чрезмерной настырностью.

Подростки с данным профилем стремятся к общению со сверстниками. Им нравятся коллективные мероприятия. Они направлены главным образом на себя, поэтому строго соблюдают свои интересы в отношениях с другими людьми. Для них типична прямолинейность, разговорчивость, склонность к поверхностной общительности и, при этом, положительное отношение к будущему. В перспективе они ожидают успехов и материального благополучия. Выдвигают большое количество самых разных жизненных целей, продумывают пути их достижения.

Средний уровень саморегуляции. Такие подростки и молодые люди живут сегодняшним днем и не задумываются о своем будущем. Низкая организованность в учебной деятельности проявляется в том, что такие учащиеся занимаются нерегулярно, время от времени, по необходимости, а глубина изучения учебного материала и степень подготовки задания зависит от отношения к ним педагога. Действия и поступки определяются требованиями ситуации, что проявляется в недостаточной последовательности и даже импульсивности поведения.

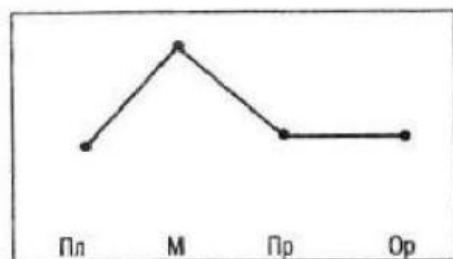
Они жаждут перемен и противятся однообразию, поэтому склонны вносить разнообразие в деятельность и стремятся выполнять ее новыми способами. Их больше интересуют конкретные задачи. Они небрежны, нарушают договоренности и сроки выполнения обязательств. Не умеют организовывать свое время и работу, нередко не доводят до конца начатое дело. Легко обещают, но часто не выполняют обещанного. Смотрят на жизнь легко, подвижны, неусидчивы. Легко загораются общими увлечениями. Будущее таких подростков мало беспокоит, они живут сегодняшним днем, руководствуясь чувствами. Отношение к будущему позитивное. Жизненное планирование поверхностное и мало реалистичное; как правило, это близкие или расплывчатые цели.

Низкий общий уровень саморегуляции. Таким людям свойственна низкая организованность деятельности. К заданиям они приступают в силу необходимости, в последнюю минуту. На занятия часто приходят не подготовленными, быстро забывают о

неудачах. Для них характерна разбросанность в делах, не закончив одно дело, они тут же приступают к другому. Склоны к риску, причем их мало волнуют возможные последствия. Для них характерна беззаботность и изменчивость. Склоны к поверхностной общительности, порой бывают бестактны. Ведут себя естественно, просто, грубовато. Будущее их не беспокоит.

Компенсаторные возможности. Недостаточное развитие звена планирования может быть скомпенсировано за счет хорошего развития звена программирования. Однако звено планирования является наиболее слабым звеном саморегуляции при данном типичном профиле и трудно поддается развитию.

### **Типичный профиль № 5**



Типичный профиль № 5 характеризуется высоким уровнем развития по шкале моделирования, а развитие остальных звеньев находится на среднем уровне. Общий уровень саморегуляции зависит от конкретных показателей этих шкал. Высокий, средний и низкий общий уровень формируется в 15,5%, 69,6% и 14,9% случаев, соответственно. Для данного профиля характерны высокие значения по регуляторно-личностным качествам — по самостоятельности и гибкости.

Высокий и средний уровень саморегуляции. Людей с данным профилем саморегуляции отличает четкость постановки целей деятельности, тщательное планирование, назначение конкретных сроков ее выполнения и, как следствие, организованность процесса обучения. Им свойственна энергичность, быстрая переключаемость с одного вида деятельности на другой. Высокая степень развития такого регуляторно-личностного свойства как гибкость позволяет им быть восприимчивыми ко всему новому, способствует быстрой и оперативной ориентировке в окружающем, хорошей приспособляемости и социальной адаптивности. Достаточно высокий уровень развития моделирования позволяет правильно оценить учебную ситуацию, оперативно подобрать пути и способы достижения цели. Люди с данным профилем адекватно и объективно оценивают свои возможности. Для них свойственна энергичность, быстрая и своевременная переключаемость с одного вида деятельности на другой. Сфера интересов разнообразна. Их больше интересуют конкретные задачи. В общении присутствует стремление к независимости. Легко сходятся с людьми, дружелюбны и доверчивы, стремятся к лидерству. Их жизненные перспективы разнообразны и касаются всех сфер: личных, профессиональных, материальных. Таких подростков отличает желание достигнуть сразу множество целей. Имеется четкое осознание необходимости самосовершенствования.

Низкий уровень саморегуляции. Для таких людей характерно нарушение установленных сроков выполнения деятельности. Они предприимчивы, действуют сообразно моменту, чему способствует достаточно хорошо развитая оценка внешних условий. Не теряются в сложных ситуациях. В общении являются иницилирующей стороной, невнимательны к собеседнику, перебивают говорящего. Им свойственно стремление к успеху, желание хорошо выглядеть в глазах собеседника. Отличительной чертой таких людей является неспособность в определенные моменты времени взглянуть

на себя со стороны. Они быстро распознают, как к ним относятся окружающие, и стараются подстроиться под них или навязать свою волю. Будущее расплывается в радужных красках, но не конкретизируется.

**Компенсаторные возможности.** Способность к моделированию позволяет компенсировать недостаточное развитие планирования и программирования. Для развития общего уровня саморегуляции необходимо развивать звенья планирования и программирования. Типичные профили № 4 и № 5 хорошо выделяются в группах с высоким и средним общим уровнем саморегуляции. Однако, при низком общем уровне саморегуляции, различия между этими профилями выражены не так явно. В подгруппе с высоким уровнем саморегуляции вероятность формирования профиля № 4 выше, а профиль № 5 встречается значительно реже и имеет более высокие значения по показателю планирования.

Типичные профили саморегуляции № 6 и № 7 характеризуются высоким развитием программирования действий, а также высоким (или средним, для профиля № 7) уровнем планирования целей, при относительно низком уровне моделирования условий достижения цели и среднем уровне по шкале оценивания результатов. Общий уровень саморегуляции зависит от значения показателей шкал. Высокий, средний и низкий общий уровень формируется в 12,5%, 63,1% и 24,4% случаев, соответственно. Для данного профилей характерны высокие показатели шкале самостоятельности, и низкие — по гибкости. Людей с данными профилями объединяет также и то, что для них характерна высокая степень интроверсии. Профиль №6 встречается чаще и наиболее ярко отражает специфические особенности организации процесса осознанной саморегуляции у интровертов.

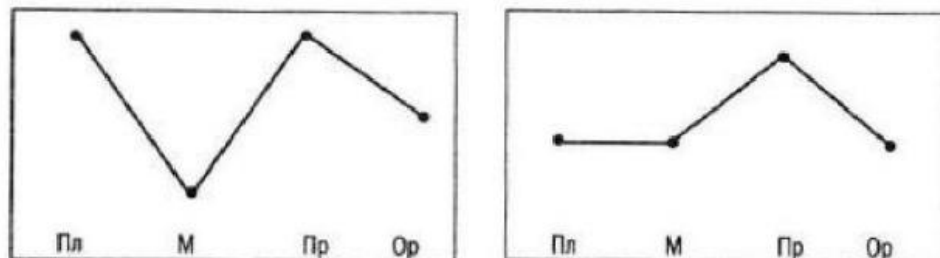
**Высокий и средний общий уровень саморегуляции.** Характерна высокая потребность в планировании жизни, четкость в представлении целей деятельности, ближних и дальних планов, их устойчивость и иерархичность. Эти люди тщательно продумывают свои действия и их последовательность, не склонны менять принятые решения. Программы действий разрабатываются ими во всех деталях еще до начала работы, при реализации собственных программ действий они проявляют упорство, готовность к долговременной организации усилий по достижению цели, методично и качественно выполняют все аспекты работы до последних деталей.

Из-за низкого уровня развития моделирования в программе действий не всегда адекватно отражены значимые для успешности деятельности условия. Не учитывают важные условия выполнения деятельности. Их отличает низкий уровень развития регуляторно-личностного свойства — гибкости. Таким людям требуется больше времени для включения в работу в привычных ситуациях и, тем более, в быстро меняющихся условиях. Например, при ответе на экзамене они начинают испытывать трудности в изложении материала, когда их прерывают вопросами или неожиданно меняют тему обсуждения. Высокий уровень развития оценки результатов и самоконтроля способствует формированию адекватных критериев успешности, которые позволяют своевременно и объективно оценить рассогласование промежуточных результатов с целью деятельности и своевременно приступить к корректировке программы.

Люди с данными профилями тщательно планируют свои поступки. Во всем любят порядок, правил не нарушают. Умеют хорошо контролировать свое поведение и эмоции. Прежде чем принять решение, склоны взвешивать все «за» и «против». Начатое дело доводят до конца.



### Типичный профиль № 6 и 7



В общении они предпочитают ровные и дружеские отношения, надежность и защищенность от неприятностей. Часто останавливают собеседника, задают вопросы, если тот говорит быстро. Уравновешены и беспристрастны, контролируют выражение своих мыслей и чувств. Чувства и настроение отличается постоянством. Низкий общий уровень саморегуляции. Для таких людей характерно упорство в достижении целей. Если они принимают цель, то следуют ей с неотвратимым упорством. Им свойственна чрезмерная детализация программы действий, повышенная аккуратность, хотя не все значимые условия ситуации попадают в сферу внимания такого человека, что приводит к некоторой неадекватности действий. Им свойственна медлительность и инертность, которые могут проявляться не только в умственной деятельности, но и на уровне движений. Обязательность принимает несколько болезненный характер. В неотложных ситуациях им часто не хватает времени на принятие решений. Низкий уровень гибкости проявляется и в том, что новые идеи нередко усваиваются с трудом. Социальная адаптивность низкая, даже при выраженной потребности в общении. Такому человеку трудно вступать находить контакты с другими людьми, большие компании его угнетают.

Компенсаторные возможности. Развитость звена планирования позволяет компенсировать недостаточное развитие звена моделирования, при этом может сформироваться гармоничный стиль саморегуляции. Для повышения общего уровня саморегуляции необходимо развивать звенья планирования и программирования.

## 5.Методика диагностики рефлексивности (опросник Карпова А.В.),

Предназначена для определения уровня развития рефлексии у личности

Рефлексивность - это способность человека выходить за пределы собственного "Я", осмысливать, изучать, анализировать что-либо с помощью сравнения образа своего "Я" с какими-либо событиями, личностями.

Рефлексивность, как противоположность импульсивности, характеризует людей, которые, прежде чем действовать, внутренне просматривают все гипотезы, отбрасывая те из них, которые кажутся им маловероятными, принимают решения обдуманно, взвешенно, учитывая различные варианты решения "задачи".

### Инструкция.

Вам предстоит дать ответы на несколько утверждений опросника. В бланке ответов напротив номера вопроса проставьте, пожалуйста, цифру, соответствующую варианту Вашего ответа:

- 1 – абсолютно неверно;
- 2 — неверно;
- 3 – скорее неверно;
- 4 – не знаю;
- 5 – скорее верно;



- 6 – верно;
- 7 – совершенно верно.

Не задумывайтесь подолгу над ответами. Помните, что правильных или неправильных ответов в данном случае быть не может.

***Стимульный материал.***

1. Прочитав хорошую книгу, я всегда потом долго думаю о ней; хочется ее с кем-нибудь обсудить.
2. Когда меня вдруг неожиданно о чем-то спросят, я могу ответить первое, что пришло в голову.
3. Прежде чем снять трубку телефона, чтобы позвонить по делу, я обычно мысленно планирую предстоящий разговор.
4. Совершив какой-то промах, я долго потом не могу отвлечься от мыслей о нем.
5. Когда я размышляю над чем-то или беседую с другим человеком, мне бывает интересно вдруг вспомнить, что послужило началом цепочки мыслей.
6. Приступая к трудному заданию, я стараюсь не думать о предстоящих трудностях.
7. Главное для меня – представить конечную цель своей деятельности, а детали имеют второстепенное значение.
8. Бывает, что я не могу понять, почему кто-либо недоволен мною.
9. Я часто ставлю себя на место другого человека.
10. Для меня важно в деталях представлять себе ход предстоящей работы.
11. Мне было бы трудно написать серьезное письмо, если бы я заранее не составил план.
12. Я предпочитаю действовать, а не размышлять над причинами своих неудач.
13. Я довольно легко принимаю решение относительно дорогой покупки.
14. Как правило, что-то задумав, я прокручиваю в голове свои замыслы, уточняя детали, рассматривая все варианты.
15. Я беспокоюсь о своем будущем.
16. Думаю, что во множестве ситуаций надо действовать быстро, руководствуясь первой пришедшей в голову мыслью.
17. Порой я принимаю необдуманные решения.
18. Закончив разговор, я, бывает, продолжаю вести его мысленно, приводя все новые и новые аргументы в защиту своей точки зрения.
19. Если происходит конфликт, то, размышляя над тем, кто в нем виноват, я в первую очередь начинаю с себя.
20. Прежде чем принять решение, я всегда стараюсь все тщательно обдумать и взвесить.
21. У меня бывают конфликты от того, что я порой не могу предугадать, какого поведения ожидают от меня окружающие.
22. Бывает, что, обдумывая разговор с другим человеком, я как бы мысленно веду с ним диалог.
23. Я стараюсь не задумываться над тем, какие мысли и чувства вызывают в других людях мои слова и поступки.
24. Прежде чем сделать замечание другому человеку, я обязательно подумаю, в каких словах это лучше сделать, чтобы его не обидеть.
25. Решая трудную задачу, я думаю над ней даже тогда, когда занимаюсь другими делами.

26. Если я с кем-то ссорюсь, то в большинстве случаев не считаю себя виноватым.

27. Редко бывает так, что я жалею о сказанном.

### **Обработка результатов.**

Из этих 27 утверждений 15 являются прямыми (номера вопросов: 1,3,4, 5,9,10,11,14, 15, 18, 19,20,22,24,25). Остальные 12 – обратные утверждения, что необходимо учитывать при обработке результатов, когда для получения итогового балла суммируются в прямых вопросах цифры, соответствующие ответам испытуемых, а в обратных – значения, замененные на те, что получаются при инверсии шкалы ответов. Т.е. 1=7, 2=6, 3=5, 4=4, 5=3, 6=2, 7=1.

### **Ключ к тесту-опроснику рефлексивности Карпова.**

Перевод тестовых баллов в стены

Стены	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Тестовые баллы	80 и ниже	81 – 100	101 – 107	108 – 113	114 – 122	123 – 130	131 – 139	140 – 147	148 – 156	157 – 171	172 и выше

При интерпретации результатов целесообразно исходить из дифференциации полученных результатов на три основные категории.

Результаты методики, равные или большие, чем 7 стенов, свидетельствуют *овысокоразвитой рефлексивности.*

Результаты в диапазоне от 4 до 7 стенов – индикаторы *среднего уровня рефлексивности.*

Показатели, меньшие 4-х стенов – свидетельство *низкого уровня развития рефлексивности.*

### **Интерпретация и расшифровка.**

Методика базируется на теоретическом материале, который конкретизирует общую трактовку рефлексивности, а также ряд иных существенных особенностей данного свойства. Эти представления можно резюмировать в следующих положениях:

1. Рефлексивность как психическое свойство представляет собой одну из основных граней той интегративной психической реальности, которая соотносится с рефлексией в целом. Двумя другими ее модусами являются рефлексия в ее процессуальном статусе и рефлектирование как особое психическое состояние.

Эти три модуса теснейшим образом взаимосвязаны и взаимодействуют друг друга, образуя на уровне их синтеза качественную определенность, обозначаемую понятием рефлексия. В силу этого, данная методика ориентируется не только непосредственно на рефлексивность как психическое свойство, но также и опосредствованно учитывает его проявления в двух других отмеченных модусах.

Отсюда следует, что те поведенческие и интроспективные индикаторы, в которых конкретизируется теоретический конструкт, а также сами вопросы методики, учитывают и рефлексивность как психическое свойство, и рефлексию как процесс, и рефлектирование как состояние.

2. Наряду с этим, как показывает анализ литературных данных, диагностика свойства рефлексивности должна обязательно учитывать и дифференциацию ее проявлений по другому важному критерию, основанию - о ее направленности. В соответствии с ним, как известно, выделяют два типа рефлексии, которые условно обозначаются как "интра и интерпсихическая" рефлексия. Первая соотносится с рефлексивностью как способностью к самовосприятию содержания своей собственной психики и его анализу, вторая со способностью к пониманию психики других людей, включающей наряду с рефлексивностью как способностью встать на место другого также и механизмы

проекции, идентификации, эмпатии. Следовательно, общее свойство рефлексивности включает оба указанных типа, а уровень развития данного свойства является производным от них одновременно.

3. Содержание теоретического конструкта, а также спектр определяемых им поведенческих проявлений индикаторов свойства рефлексивности предполагает и необходимость учета трех главных видов рефлексии, выделяемых по так называемому "временному" принципу: *ситуативной (актуальной), ретроспективной и перспективной рефлексии.*

**Ситуативная рефлексия** обеспечивает непосредственный самоконтроль поведения человека в актуальной ситуации, осмысление ее элементов, анализ происходящего, способность субъекта к соотнесению своих действий с ситуацией и их координации в соответствии с изменяющимися условиями и собственным состоянием. Поведенческими проявлениями и характеристиками этого вида рефлексии являются, в частности, время обдумывания субъектом своей текущей деятельности; то, насколько часто он прибегает к анализу происходящего; степень развернутости процессов принятия решения; склонность к самоанализу в конкретных жизненных ситуациях.

**Ретроспективная рефлексия** проявляется в склонности к анализу уже выполненной в прошлом деятельности и свершившихся событий. В этом случае предметы рефлексии - предпосылки, мотивы и причины произошедшего; содержание прошлого поведения, а также его результативные параметры и, в особенности, допущенные ошибки. Эта рефлексия выражается, в частности, в том, как часто и насколько долго субъект анализирует и оценивает произошедшие события, склонен ли он вообще анализировать прошлое и себя в нем.

**Перспективная рефлексия** соотносится: с функцией анализа предстоящей деятельности, поведения; планированием как таковым; прогнозированием вероятных исходов и др. Ее основные поведенческие характеристики: тщательность планирования деталей своего поведения, частота обращения к будущим событиям, ориентация на будущее.

## 6. Тест ценности Шварца (Ценностный опросник Шварца.)

Применяется для исследования динамики изменения ценностей как в группах (культурах) в связи с изменениями в обществе, так и для личности в связи с ее жизненными проблемами.

Под ценностями Шалом Шварц (Schwartz Shalom H.) подразумевал "познанные" потребности, непосредственно зависящие от культуры, среды, менталитета конкретного общества (см. рис. Модель соотношения десяти основных человеческих ценностей (круг ценностей Шварца)).

В основе опросника Шварца лежит теория, согласно которой все ценности делятся на *социальные* и *индивидуальные*. Опросник разработан Шаломом Шварцем в 1992 году. При разработке опросника автор использовал методику Рокича, качественно модифицировав, расширив и усовершенствовав ее концептуальную базу.

**Описание методики Шварца.** Опросник Шварца состоит из двух частей.

Первая часть опросника предназначена для изучения ценностей, идеалов и убеждений, оказывающих влияние на личность. *Список ценностей* состоит из двух частей: существительных и прилагательных, включающих 57 ценностей. Испытуемый оценивает каждую из предложенных ценностей по шкале от 7 до -1 баллов.



Вторая часть опросника Шварца представляет собой профиль личности. Состоит из 40 описаний человека, характеризующих 10 типов ценностей. Для оценки описаний используется шкала от 4 до -1 баллов.

### **Первая часть опросника.**

#### **Инструкция:**

Спросите себя: "Какие ценности важны для меня как руководящие принципы в Моей жизни? Какие ценности менее важны для меня?" Ваша задача: оценить, насколько важна для Вас каждая ценность в качестве руководящего принципа в Вашей жизни.

#### *Шкала для оценки:*

- 7 - исключительно важная в качестве руководящего принципа Вашей жизни ценность (обычно таких ценностей бывает одна-две);
- 6 - очень важная;
- 5 - достаточно важная;
- 4 - важная;
- 3 - не очень важная;
- 2 - мало важная;
- 1 - не важная;
- 0 - совершенно безразличная;
- -1 - это противоположно принципам, которым Вы следуете.

До того, как Вы начнете, прочитайте список из 30 ценностей и выберите одну, которая наиболее важна для Вас, и оцените ее важность "7". Далее, выберите ценность наименее важную для Вас и оцените ее -1, 0 или 1, согласно ее важности. Затем оцените оставшиеся ценности (от -1 до 7).

#### **Тестовый материал - Список ценностей I:**

- 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)

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.

#### **Список ценностей II:**

- 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, близостью, 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)

### Вторая часть опросника

#### 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.

#### Профиль личности

	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.						
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 большего, 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.						
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 содержа-						

лись в порядке и в чистоте. Ему действительно не нравится беспорядок.						
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.						
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, обработка результатов, интерпретация методики Шварца.

Методика дает количественное выражение значимости каждого из десяти мотивационных типов ценностей на двух уровнях:

- на уровне нормативных идеалов и
- на уровне индивидуальных приоритетов.

Обработка результатов проводится путем соотнесения ответов испытуемого с ключом. Соответствующий ключ приводится ниже (в таблице 2). В нем указаны номера пунктов обеих частей опросника, соответствующие каждому типу ценностей. Средний балл по данному типу ценности показывает степень ее значимости.

При обработке первого раздела опросника — «Обзор ценностей» (уровень нормативных идеалов) — результаты по спискам 1 и 2 суммируются.

Перед подсчетом результатов второго раздела опросника — «Профиль личности» — необходимо перевести шкалу опросника в баллы. Ключ для перевода ответов испытуемых в баллы приводится ниже в таблице 1.

**Таблица 1.** Количество баллов, приписываемое пунктам шкалы «Профиль личности» при обработке результатов.

Пункты шкалы	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
Количество баллов	4	3	2	1	0	-1

При первичной обработке данных по каждой части опросника («Обзор ценностей» и «Профиль личности») высчитывается средний балл для выбранных испытуемым ответов в соответствии с ключом (см. таблицу 2). Обработка проводится отдельно для каждого из 10 типов ценностных ориентации. Величина этого среднего балла по отношению к другим позволяет судить о степени значимости этого типа ценностей для испытуемого.

Следует обратить внимание, что данные, полученные по первой и второй частям опросника, обычно не совпадают, так как ценностные ориентации личности на уровне нормативных идеалов не всегда могут реализоваться в поведении вследствие ограничения возможностей человека, группового давления, соблюдения определенных традиций, следования образцам поведения и другим причинам.

В соответствии со средним баллом по каждому типу ценностей устанавливается их ранговое соотношение. Каждому типу ценностей присваивается ранг от 1 до 10. Первый ранг присваивается типу ценностей, имеющему наиболее высокий средний балл, десятый — имеющему самый низкий средний балл. Ранг от 1 до 3, полученный соответствующими типами ценностей, характеризует их высокую значимость для испытуемого. Ранг от 7 до 10 свидетельствует о низкой значимости соответствующих ценностей.

**Таблица 2. Ключ для обработки результатов**

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

**Интерпретация, описание ценностей.**

Приведем краткое определение мотивационных типов соответственно их центральной цели (Schwartz, 1992, 1994; Smith, Schwartz, 1997):

— власть (Power) — социальный статус, доминирование над людьми и ресурсами;

— достижение (Achievement) — личный успех в соответствии с социальными стандартами;

— гедонизм (Hedonism) — наслаждение или чувственное удовольствие;

— стимуляция (Stimulation) — волнение и новизна;

— самостоятельность (Self-Direction) — самостоятельность мысли и действия;

- универсализм (Universalism) — понимание, терпимость и защита благополучия всех людей и природы;
- доброта (Benevolence) — сохранение и повышение благополучия близких людей;
- традиция (Tradition) — уважение и ответственность за культурные и религиозные обычаи и идеи;
- конформность (Conformity) — сдерживание действий и побуждений, которые могут навредить другим и не соответствуют социальным ожиданиям;
- безопасность (Security) — безопасность и стабильность общества, отношений и самого себя.

Шварц описывает следующие характеристики этих типов ценностей.

1. Власть (Power). Функционирование социальных институтов требует определенной дифференциации статусов, и в большинстве случаев в межличностных отношениях в разных культурах было выявлено сочетание показателей Доминантности — подчиненности. Центральная цель этого типа ценностей заключается в достижении социального статуса или престижа, контроля или доминирования над людьми и средствами (авторитет, богатство, социальная власть, сохранение своего общественного имиджа, общественное признание). Ценности власти и достижения (см. далее) фокусируются на социальном уважении, однако ценности достижения (например, успешный, амбициозный) подчеркивают активное проявление компетентности в непосредственном взаимодействии, в то время как ценности власти (авторитет, богатство) подчеркивают достижение или сохранение доминантной позиции в рамках целой социальной системы.

2. Достижение (Achievement). Определяющая цель этого типа ценностей — личный успех через проявление компетентности в соответствии с социальными стандартами. Проявление социальной компетентности (что составляет содержание этой ценности) в условиях доминирующих культурных стандартов влечет за собой социальное одобрение.

3. Гедонизм (Hedonism). Мотивационная цель данного типа определяется как наслаждение или чувственное удовольствие (удовольствия, наслаждение жизнью).

4. Стимуляция (Stimulation). Этот тип ценностей является производным от организменной потребности в разнообразии и глубоких переживаниях для поддержания оптимального уровня активности. Биологически обусловленные вариации потребности в стимуляции, опосредованные социальным опытом, приводят к индивидуальным различиям в значимости этой ценности. Мотивационная цель этого типа ценностей заключается в стремлении к новизне и глубоким переживаниям.

5. Самостоятельность (Self-Direction). Определяющая цель этого типа ценностей состоит в самостоятельности мышления и выбора способов действия, в творчестве и исследовательской активности. Самостоятельность как ценность производна от организменной потребности в самоконтроле и самоуправлении, а также от интеракционных потребностей в автономности и независимости.

6. Универсализм (Universalism). Мотивационная цель данного типа ценностей — понимание, терпимость, защита благополучия всех людей и природы. Мотивационные цели универсализма производны от тех потребностей выживания групп и индивидов, которые становятся явно необходимыми при вступлении людей в контакт с кем-либо вне своей среды или при расширении первичной группы.

7. Доброта (Benevolence). Это более узкий «просоциальный» тип ценностей по сравнению с универсализмом. Лежащая в ее основе доброжелательность сфокусирована



на благополучии в повседневном взаимодействии с близкими людьми. Этот тип ценностей считается производным от потребности в позитивном взаимодействии, потребности в аффилиации и обеспечении процветания группы. Его мотивационная цель — сохранение благополучия людей, с которыми индивид находится в личных контактах (полезность, лояльность, снисходительность, честность, ответственность, дружба, зрелая любовь).

8. Традиции (Tradition). Любые социальные группы вырабатывают свои символы и ритуалы. Их роль и функционирование определяются опытом группы и закрепляются в традициях и обычаях. Традиционный способ поведения становится символом групповой солидарности, выражением единых ценностей и гарантией выживания. Традиции чаще всего принимают формы религиозных обрядов, верований и норм поведения. Мотивационная цель данной ценности — уважение, принятие обычаев и идей, которые существуют в культуре (уважение традиций, смирение, благочестие, принятие своей участи, умеренность) и следование им.

9. Конформность (Conformity). Определяющая мотивационная цель этого типа — сдерживание и предотвращение действий, а также склонностей и побуждений к действиям, которые могут причинить вред другим или не соответствуют социальным ожиданиям. Данная ценность является производной от требования сдерживать склонности, имеющие негативные социальные последствия (послушание, самодисциплина, вежливость, уважение родителей и старших).

10. Безопасность (Security). Мотивационная цель этого типа — безопасность для других людей и себя, гармония, стабильность общества и взаимоотношений. Она производна от базовых индивидуальных и групповых потребностей. По мнению Ш. Шварца, существует один обобщенный тип ценности безопасность (а не два отдельных — для группового и индивидуального уровня). Связано это с тем, что ценности, относящиеся к коллективной безопасности, в значительной степени выражают цель безопасности и для личности (социальный порядок, безопасность семьи, национальная безопасность, взаимное расположение, взаимопомощь, чистота, чувство принадлежности, здоровье).

**Рисунок. Модель соотношения десяти основных человеческих ценностей (круг ценностей Шварца).**

