

САМОАКТУАЛИЗАЦИЯ ЛИЧНОСТИ И ПРОБЛЕМА ЕЕ ИЗМЕРЕНИЯ

Основные тенденции развития современной педагогики как в нашей стране, так и за рубежом направлены на гуманизацию сферы образования, всестороннее развитие творческого потенциала обучающихся, формирование равноправных, партнерских отношений, духа сотрудничества между педагогами и обучающимися. Данные тенденции в той или иной степени характерны для различных областей и уровней системы образования (начальное, среднее, высшее). Поэтому для описания эталонной модели личности как педагога (учителя, преподавателя высшего учебного заведения), так и обучающегося (школьника, студента) педагогическая психология все чаще обращается к теориям, развивавшимся в русле экзистенциально-гуманистического направления в психологии (К. Роджерс, Ф. Перл, В. Франкл и др.)

Одной из наиболее широко известных теорий в рамках данного подхода является концепция самоактуализирующейся личности А. Маслоу. Популярность этой теории связана, с одной стороны, с эвристичностью понятия самоактуализации и возможностью его операционализации и использования в эмпирических исследованиях. С другой стороны, данная модель личности, подчеркивая положительные проявления человеческой природы такие как творчество, альтруизм, любовь, дружба и т.д., служат эталоном в процессе воспитания, формирования личности обучающегося, построения системы взаимоотношений педагога и ученика.

Понятие самоактуализации синтетично, оно включает в себя всестороннее и непрерывное развитие творческого и духовного потенциала человека, максимальную реализацию всех его возможностей, адекватное восприятие окружающих, мира и своего места в нем, богатство эмоциональной сферы и духовной жизни, высокий уровень психического здоровья и нравственности. В одной из своих работ А. Маслоу определяет самоактуализацию как «...стремление к самоосуществлению, точнее, тенденцию актуализировать то, что содержится в качестве потенциалов. Эту тенденцию можно назвать стремлением человека стать все более и более тем, кем он способен стать» [10, р.46].

Изучение степени самоактуализации требует разработки специальных психодиагностических средств, так как большая часть существующего методического инструментария для исследования личности была создана либо для измерения различных патохарактерологических проявлений, акцентуаций личности и форм психопатологии, либо для оценки параметров «обычной» усредненной психически здоровой личности, ее структуры (ММРІ, тесты Ф. Айзенка, Г. Шмишека, Г. Роршаха, Р. Кеттелла, ТАТ и др.). Таким образом, задача создания методики, позволяющей регистрировать количественные и качественные параметры уровня самоактуализации у субъекта, являлась весьма актуальной.

Возможность одномерного описания феномена самоактуализации, сведения ее к одному показателю вызывает у исследователей серьезные сомнения, связанные прежде всего с многозначностью и противоречивостью этого конструкта. В связи с этим за рубежом получил широкую известность опросник личностных ориентации Э. Шострома (Personal Orientation Inventory – POI), измеряющий самоактуализацию как многомерную величину [11,12]. POI был создан в 1963 году в Институте терапевтической/психологии (Санта-Анна, Калифорния). Его автор, американский

психолог и психотерапевт Эверетт Шостром известен российскому читателю в первую очередь по книге «АнтиКарнеги или Человек-манипулятор» [9].

РОІ разрабатывался на основе теории самоактуализации А. Маслоу, концепций психологического восприятия времени и временной ориентации субъекта Ф. Перла и Р. Мэя, идей К. Роджерса и других теоретиков экзистенциально-гуманистического направления в психологии. Конкретные вопросы РОІ были отобраны из большого набора критических, в первую очередь, поведенческих и ценностных индикаторов, отличающих здорового самоактуализирующегося человека от невротика. Для выявления этих индикаторов Э. Шостром опросил ряд практикующих психологов, работающих в русле экзистенциально-гуманистического подхода в психотерапии, и обобщил их опыт. Работа по анализу и отбору суждений, вошедших в тест, проводилась в течение пяти лет.

РОІ состоит из 150 пунктов, построенных по принципу вынужденного выбора, и позволяет зарегистрировать два базовых и десять дополнительных параметров самоактуализации. Сами шкалы или, иначе говоря, составляющие самоактуализации, аналогично пунктам теста, были подобраны на основе опроса психотерапевтов и характеризуют основные жизненные сферы самоактуализирующейся личности.

Первая попытка адаптации теста РОІ в России была осуществлена в Ленинграде Е.Б. Лисовской [6], однако широкого распространения эта методика не получила. В 1981–84 гг. на кафедре социальной психологии МГУ имени М.В. Ломоносова Ю.Е. Алешина, Л.Я. Гозман, М.В. Загика и М.В. Кроз предприняли еще одну попытку адаптировать этот тест. В процессе работы методика Э. Шострома претерпела существенные изменения, фактически, авторами был создан оригинальный психодиагностический инструмент, который получил название «Самоактуализационный тест» (САТ). Методика была опубликована в 1987 г. [1, с.91–114] ограниченным тиражом и к настоящему времени стала библиографической редкостью, в связи с чем и предпринято ее повторное издание.

Самоактуализационный тест построен по тому же принципу, что и РОІ, и состоит из 126 пунктов, каждый из которых включает два суждения ценностного или поведенческого характера. Суждения не обязательно являются строго альтернативными. Тем не менее испытуемому предлагается выбрать то из них, которое в большей степени соответствует его представлениям или привычному способу поведения.

САТ измеряет самоактуализацию по двум базовым и ряду дополнительных шкал. Такая структура опросника была предложена Э. Шостромом для РОІ и сохранена в данном тесте. Базовыми являются шкалы Компетентности во времени и Поддержки. Они независимы друг от друга и, в отличие от дополнительных, не имеют общих пунктов. 12 дополнительных шкал составляют 6 блоков - по две в каждом. Каждый пункт теста входит в одну или более дополнительных шкал и, как правило, в одну базовую. Таким образом, дополнительные шкалы фактически включены в основные, они содержательно состоят из тех же пунктов. Подобная структура теста позволяет диагностировать большое число показателей, не увеличивая при этом в значительной степени объем теста.

ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ КАТЕГОРИИ – ШКАЛЫ ТЕСТА

Базовые шкалы

Шкала Компетентности во времени (Тс) включает 17 пунктов. Высокий балл по этой шкале свидетельствует, во-первых, о способности субъекта жить настоящим, то есть переживать настоящий момент своей жизни во всей его полноте, а не просто как фатальное следствие прошлого или подготовку к будущей «настоящей жизни»; во-вторых, ощущать неразрывность прошлого, настоящего и будущего, то есть видеть свою жизнь целостной. Именно такое мироощущение, психологическое восприятие времени субъектом свидетельствует о высоком уровне самоактуализации личности.

Низкий балл по шкале означает ориентацию человека лишь на один из отрезков временной шкалы (прошлое, настоящее или будущее) и (или) дискретное восприятие своего жизненного пути. Теоретическое основание для включения этой шкалы в тест содержится в работах Ф. Пэрла и Р. Мэя. Ряд эмпирических исследований также свидетельствует о непосредственной связи ориентации во времени с уровнем личностного развития (см., например, [4]).

Шкала поддержки (I) – самая большая шкала теста (91 пункт) – измеряет степень независимости ценностей и поведения субъекта от воздействия извне («внутренняя-внешняя поддержка»). Концептуальной основой данной шкалы служили в первую очередь идеи А. Рейсмана об «изнутри» и «извне» направляемой личности. Человек, имеющий высокий балл по этой шкале, относительно независим в своих поступках, стремится руководствоваться в жизни собственными целями, убеждениями, установками и принципами, что, однако, не означает враждебности к окружающим и конфронтации с групповыми нормами. Он свободен в выборе, не подвержен внешнему влиянию («изнутри направляемая» личность).

Низкий балл свидетельствует о высокой степени зависимости, конформности, несамостоятельности субъекта («извне направляемая» личность), внешнем локусе контроля. Содержание данной шкалы, на наш взгляд, наиболее близко именно к этому последнему понятию. Как теоретические работы, так и психологическая практика свидетельствуют о правомерности включения указанной шкалы в методику как базовой.

Дополнительные шкалы

В отличие от базовых, измеряющих глобальные характеристики самоактуализации, дополнительные шкалы ориентированы на регистрацию отдельных ее аспектов.

1. Шкала Ценностных ориентации (SAV) (20 пунктов) измеряет, в какой степени человек разделяет ценности, присущие самоактуализирующейся личности (Здесь и далее высокий балл по шкале характеризует высокую степень самоактуализации).

2. Шкала Гибкости поведения (Ex) (24 пункта) диагностирует степень, гибкости субъекта в реализации своих ценностей в поведении, взаимодействии с окружающими людьми, способность быстро и адекватно реагировать на изменяющуюся ситуацию.

Шкалы Ценностной ориентации и Гибкости поведения, дополняя друг друга, образуют блок ценностей. Первая шкала характеризует сами ценности, вторая – особенности их реализации в поведении.

3. Шкала Сензитивности к себе (Fr) (13 пунктов) определяет, в какой степени человек отдает себе отчет в своих потребностях и чувствах, насколько хорошо ощущает и рефлексивует их.

4. Шкала Спонтанности (S) (14 пунктов) измеряет способность индивида спонтанно и непосредственно выражать свои чувства. Высокий балл по этой шкале не означает отсутствия способности к продуманным, целенаправленным действиям, он лишь свидетельствует о возможности и другого, не рассчитанного заранее способа поведения, о том, что субъект не боится вести себя естественно и раскованно, демонстрировать окружающим свои эмоции.

Шкалы 3 и 4 составляют блок чувств. Первая определяет то, насколько человек осознает собственные чувства, вторая – в какой степени они проявляются в поведении.

5. Шкала Самоуважения (Sr) (15 пунктов) диагностирует способность субъекта ценить свои достоинства, положительные свойства характера, уважать себя за них.

6. Шкала Самопринятия (Sa) (21 пункт) регистрирует степень принятия человеком себя таким, как есть, вне зависимости от оценки своих достоинств и недостатков, возможно, вопреки последним.

Шкалы 5 и 6 составляют блок самовосприятия.

7. Шкала Представлений о природе человека (Nc) состоит из 10 пунктов. Высокий балл по шкале свидетельствует о склонности субъекта воспринимать природу человека в целом как положительную («люди в массе своей скорее добры») и не считать дихотомии мужественности – женственности, рациональности – эмоциональности и т.д. антагонистическими и непреодолимыми.

8. Шкала Синергии (Sy) (7 пунктов) определяет способность человека к целостному восприятию мира и людей, к пониманию связанности противоположностей, таких как игра и работа, телесное и духовное и др.

Шкалы 7 и 8 очень близки по содержанию, их лучше анализировать совместно. Они составляют блок концепции человека.

9. Шкала Принятия агрессии (A) состоит из 16 пунктов. Высокий балл по шкале свидетельствует о способности индивида принимать свое раздражение, гнев и агрессивность как естественное проявление человеческой природы. Конечно же, речь не идет об оправдании своего антисоциального поведения.

10. Шкала Контактности (C) (20 пунктов) характеризует способность человека к быстрому установлению глубоких и тесных эмоционально-насыщенных контактов с людьми или, используя ставшую привычной в отечественной социальной психологии терминологию, к субъект-субъектному общению.

Шкалы Принятия агрессии и Контактности составляют блок межличностной чувствительности.

11. Шкала Познавательных потребностей (Cog) (11 пунктов) определяет степень выраженности у субъекта стремления к приобретению знания об окружающем мире.

12. Шкала Креативности (Cr) (14 пунктов) характеризует выраженность творческой направленности личности.

Шкалы Познавательных потребностей и Креативности составляют блок отношения к познанию. Они не имеют аналогов в РОИ и были включены в САТ по результатам экспертного опроса при создании методики, а также в связи с некоторыми общетеоретическими соображениями. Речь в данном случае идет в первую очередь о том, что в тест было необходимо ввести блок показателей, диагностирующих уровень творческой направленности личности как одного из концептуально важных элементов феномена самоактуализации.

ПСИХОМЕТРИЧЕСКАЯ ПРОВЕРКА ТЕСТА

Надежность методики определялась по критерию устойчивости данных во времени (ретестовая надежность) [8, с. 68]. Соответствующей проверке были подвергнуты как конкретные пункты опросника, так и интегральные показатели по базовым и дополнительным шкалам. Коэффициенты устойчивости шкал по материалам повторного тестирования (через три недели) 20 испытуемых представлены в таблице 1.

Таблица 1 Коэффициенты устойчивости шкал САТ

Шкалы	Te	I	SAV	Ex	Fr	S	Sr	Sa	Nc	Sy	A	C	Cog	Cr
Коэф-ты	,91	,96	,89	,93	,80	,92	,95	,91	,87	,85	,81	,90	,89	,91

Все коэффициенты превышают критическое значение для $\alpha < 0,01$, по 9 шкалам из 14 значение показателя выше 0,90. Столь высокие показатели объясняются, вероятно, тем, что шкалы теста диагностируют глубинные свойства личности, мало подверженные значительным изменениям за относительно короткий промежуток времени.

Валидность теста проверялась по нескольким направлениям. Прежде всего, не удовлетворяясь общетеоретической согласованностью теста с концепцией самоактуализации, мы провели экспертный опрос для проверки его содержательной валидности [3, с. 28]. В качестве экспертов выступали 11 высококвалифицированных психологов, хорошо знакомых с концепцией самоактуализации и близкими к ней теориями и имеющими опыт индивидуальной и (или) групповой психокоррекционной работы. Экспертам предлагалось качественно и количественно (с помощью специальных 7-балльных оценочных шкал) оценить, насколько логично присутствие каждого пункта теста в соответствующих шкалах, насколько полны и непротиворечивы сами шкалы, насколько предлагаемый набор шкал релевантен понятию самоактуализации и насколько полно он его покрывает. Выяснялось также мнение экспертов относительно связанности шкал между собой, оправданности их объединения в блоки, оправданности выделения базовых шкал. В целом экспертиза дала положительный результат. На основе рекомендаций экспертов в методику была введена шкала креативности и внесен ряд других менее существенных изменений.

САТ был проверен по критерию эмпирической валидности использованием метода контрастных групп. В качестве испытуемых с предположительно низкой степенью самоактуализации были взяты две группы пациентов психиатрических клиник: 20 больных невротами и 20 алкоголиков. В качестве испытуемых с предположительно более высокой, чем в среднем, степенью самоактуализации были протестированы 15 научных сотрудников одного из московских НИИ. В таблице 2 представлены средние оценки по шкалам теста и стандартные отклонения для каждой из указанных групп, а также различия в средних оценках по t-критерию Стьюдента [3, с. 49] между группой научных сотрудников, с одной стороны, и группами алкоголиков и невротиков, – с другой.

Результаты исследования продемонстрировали, что средние показатели САТ по группе научных работников превышают статистическую норму (50 Т-баллов) по 12 из 14 шкал (за исключением шкал Гибкости поведения и Си-нергии). Усредненные показатели у невротиков ниже нормы по всем 14 шкалам, у алкоголиков – по 12 из 14 шкал (исключения – Шкалы Гибкости поведения и Контактности). Как видно из таблицы, коэффициенты различий средних были значимыми на уровне $\alpha < 0,01$ по 11 и 6 шкалам между соответствующими группами. Можно предположить, что при более строгом отборе самоактуализирующейся группы различия в оценках будут более яркими. Частично данное предположение подтвердилось, когда из группы научных сотрудников была выделена подгруппа исполнителей творческих ролей – генератор идей, мыслитель, методолог.

Таблица 2
Результаты проверки эмпирической валидности шкал
САТ

Шкалы САТ	Научн. сотр.		Невротики		Алкоголики		Коэф- ты t.1 и 2 группы	Коэф- ты t.1 и 3 группы
	μ	δ	μ	δ	μ	δ		
Te	9,00	2,61	5,95	2,51	7,13	2,42	3,33**	1,98
I	48,15	7,04	36,15	8,45	43,00	8,41	4,42**	1,80
SAV	12,54	2,70	8,30	2,81	9,50	2,31	4,34**	3,22**
Ex	11,15	2,90	9,35	2,83	12,13	3,81	1,76	-0,79
Fr	6,69	1,52	5,10	1,92	5,06	1,99	2,65*	2,47*
S	8,15	2,19	4,15	2,00	5,88	1,36	5,30**	3,26**
Sr	8,38	2,26	5,10	3,09	7,00	4,00	3,44**	1,15
Sa	11,77	2,45	7,85	3,36	10,75	2,66	3,87**	1,07
Nc	6,31	1,55	4,80	1,54	4,69	2,50	2,74**	2,14*
Sy	3,62	1,17	2,90	1,21	3,63	1,45	1,70	-0,02
A	8,54	1,61	6,65	2,03	7,19	1,76	2,97**	2,49*
C	10,85	3,01	7,55	2,25	9,50	2,61	3,39**	1,26
Cog	5,46	2,22	4,50	1,84	4,22	1,95	1,27	1,58
Cr	7,46	1,86	4,90	1,20	5,44	1,33	4,40**	3,29**

μ – среднее арифметическое оценок;

δ – стандартное отклонение;

* – коэффициенты t, превышающие критическое значение для $\alpha < 0,05$;

** – коэффициенты t, превышающие критическое значение для $\alpha < 0,01$.

Отсутствие во время создания САТ других отечественных тестов, измеряющих степень самоактуализации, сделало невозможной его непосредственную проверку по критерию конструктивной валидности [8, с. 78–79]. Однако, косвенные данные были получены путем сопоставления результатов тестирования по САТ (12 из 14 шкал) с результатами заполнения других личностных тестов одними и теми же испытуемыми. В частности, определялись такого рода связи между САТ, с одной стороны, и ММРІ (31 испытуемый) и 16-РІ (30 испытуемых), – с другой. Эти данные приведены в таблицах 3 и 4.

Ряд шкал ММРІ, как и ожидалось, продемонстрировали значимую отрицательную корреляцию с САТ. В наибольшей степени это относится к шкалам Депрессии (2), Психастении (7) и Социальной интраверсии (0). (Следует отметить, что аналогичный результат получил и Э. Шостром при проверке конструктивной валидности РОІ [12]). Почти все шкалы САТ коррелировали также с дополнительными шкалами ММРІ Эмоционального стресса (Эс) и Уверенности в себе и высокой самооценки (Увс) (корреляции отрицательные с первой из них и положительные со второй). Наиболее высокую степень взаимосвязи (на уровне значимости $\alpha < 0,001$) оба показателя продемонстрировали со шкалами Поддержки, Ценностной ориентации. Спонтанности и Самоуважения. Любопытно, что именно по этим четырем шкалам усредненные оценки группы больных неврозами наиболее существенно отличались от нормы. По-видимому, данные шкалы характеризуют те

личностные особенности, недостаточное развитие которых в наибольшей степени связано с психопатологией, невротическими расстройствами личности.

Корреляции с опросником Р. Кеттелла не были столь однозначными, полученные результаты продемонстрировали как прямые, так и обратные зависимости. Наиболее тесно связанными с показателями САТ оказались два фактора 16-PF – Сензитивности (1) (положительные корреляции) и Внутренней напряженности (Q4) (отрицательные корреляции). Интересно, что в аналогичном исследовании Э. Шострома с РОІ в наибольшей степени коррелировали другие факторы опросника – Доминирования (E), Беззаботности (F) и Смелости (H) [12].

Таблица 3 Корреляции шкал САТ и ММРІ

САТ/ ММРІ	Tc	I	SAV	Ex	Fr	S
L	0,25	0,25	0,06	0,21	-0,06	-0,21
F	-0,04	-0,11	-0,35	0,10	0,08	-0,05
K	-0,09	0,17	0,05	-0,04	0,26	-0,30
1	-0,21	-0,15	-0,14	-0,05	0,16	-0,32
2	-0,63**	-0,55**	-0,54**	-0,25	-0,02	-0,53**
3	-0,13	-0,07	-0,21	-0,07	0,39*	-0,06
4	-0,15	-0,13	-0,29	0,03	0,21	-0,30
5	-0,34	-0,30	-0,34	-0,31	0,00	-0,57**
6	-0,08	-0,43*	-0,35	-0,14	-0,04	-0,39*
7	-0,45**	-0,58**	-0,57**	-0,15	-0,19	-0,48**
8	-0,18	-0,19	-0,33	-0,10	-0,02	-0,25
9	-0,12	0,06	-0,07	0,06	0,22	0,08
0	-0,50**	-0,42**	-0,27	-0,17	-0,13	-0,36*
Эс	-0,49**	-0,66**	-0,59**	-0,28	-0,23	-0,59**
Увс	0,53**	0,65**	0,70**	0,21	-0,05	0,58**
	Sr	Sa	Nc	Sy	A	C
L	0,05	0,19	0,56**	0,28	0,15	0,23
F	-0,20	0,03	-0,23	-0,51**	-0,07	-0,18
K	0,02	0,04	0,38*	0,31	0,01	0,13
1	-0,26	-0,23	0,25	-0,10	-0,09	-0,23
2	-0,55**	-0,48**	-0,17	-0,20	-0,36*	-0,46**
3	-0,09	-0,12	0,12	-0,08	-0,03	-0,44
4	-0,14	0,02	-0,24	-0,24	-0,04	-0,33
5	-0,35	-0,39*	0,13	0,05	-0,17	-0,40*
6	-0,50**	-0,30	-0,01	-0,04	-0,37*	-0,24
7	-0,56**	-0,42*	-0,40*	-0,35	-0,41*	-0,42*
8	-0,27	-0,04	-0,25	-0,31	-0,15	-0,11
9	0,10	0,07	-0,28	-0,22	0,00	-0,05
0	-0,24	-0,36*	-0,12	-0,15	-0,17	-0,39*
Эс	-0,67**	-0,53**	-0,25	-0,30	-0,44*	-0,52**
Увс	0,67**	0,46**	0,25	0,18	0,41*	-0,36*

Здесь и в остальных таблицах:

*–коэффициенты r , превышающие критические значения для $\alpha < 0,05$;

Кoeffициенты, превышающие критически' значения для $\alpha < 0,01$.

Сложный и не вполне однозначный характер взаимосвязей шкал САТ с показателями ММРІ и, особенно, 16-РФ вполне объясним, если обратиться к анализу и сравнению принципов построения всех этих тестов, поскольку между ними есть существенные различия. С одной стороны, как и тест Р. Кеттела, САТ относится к «чертологическому» типу многомерных личностных опросников, основной диагностической категорией в которых является свойство, качество, черта личности, в отличие от теста ММРІ, основанного на выделении различных психологических типов, объединяющих группы сходных испытуемых («типологический» подход к

исследованию личности). В психодиагностике хорошо известны принципиальные отличия этих подходов (см., например, [7, с. 18–103]). С другой стороны, важнейшее различие между САТ и 16-PF заключается в том, что первый основан на определенной теоретической концепции, в соответствии с которой конструировались его шкалы (точнее, так был создан РОІ, на базе которого разрабатывался САТ), а опросник Р. Кеттелла создавался эмпирическим путем с помощью факторного анализа и не содержал заранее априорно заданной модели структуры личности. Это различие наиболее наглядно проявилось при факторизации Самоактуализационного теста (см. ниже).

В ходе психометрической проверки различных параметров теста была также определена степень внутренней согласованности шкал САТ [3, с.38]. Для этого были подсчитаны коэффициенты корреляции между каждой парой шкал теста по материалам обследования 55 человек (см. таблицу 5).

Таблица 4 Корреляции шкал САТ и 16–PF

CAT/16–PF	Te	I	SAV	Ex	Fr	S
A	-0,37*	0,06	-0,01	-0,11	0,08	0,02
B	0,27	-0,13	-0,23	-0,02	-0,08	-0,09
C	0,16	0,23	0,23	0,30	-0,31	-0,07
E	-0,22	0,03	-0,03	0,03	0,04	0,00
F	-0,06	0,17	0,19	0,03	0,20	0,35
G	-0,26	-0,44*	-0,22	-0,68**	0,07	-0,25
H	-0,17	0,28	0,26	0,16	0,14	0,37*
I	0,09	0,28	0,42*	0,15	0,04	0,41*
L	-0,19	-0,29	-0,36*	-0,23	0,19	-0,15
M	-0,05	0,32	0,22	0,47*	-0,32	0,12
N	0,10	-0,15	-0,16	-0,13	-0,09	-0,16
O	0,00	-0,46*	-0,22	-0,54**	0,08	-0,25
Q1	0,43*	0,13	0,32	0,05	-0,01	0,23
Q2	0,05	0,10	0,11	0,14	-0,05	-0,16
Q3	0,06	-0,06	0,01	-0,07	0,03	0,04
Q4	-0,18	0,41*	-0,42*	-0,36*	-0,21	-0,30
	Sr	Sa	Nc	Sy	A	C
A	0,16	-0,19	-0,09	0,27	0,23	-0,06
B	-0,10	-0,16	0,15	-0,15	-0,21	0,22
C	0,27	0,25	0,37*	0,07	-0,02	0,29
E	0,13	-0,42*	-0,27	0,37*	0,54**	-0,33
P	0,00	-0,25	-0,06	0,37*	0,21	-0,01
G	-0,31	-0,44*	-0,20	-0,12	0,09	-0,33
H	-0,04	-0,21	-0,08	0,50**	0,49**	-0,05
I	-0,04	0,12	0,37*	0,19	0,09	0,46*
L	-0,09	-0,60**	-0,38*	0,07	0,18	-0,35
M	0,32	0,26	0,26	0,16	-0,15	0,32
N	0,07	0,09	-0,11	-0,30	-0,19	0,12
O	-0,49**	-0,34	-0,16	-0,25	-0,04	-0,17
Q1	0,09	0,17	-0,13	-0,06	0,05	0,01
Q2	-0,01	0,29	0,28	-0,22	-0,37*	0,35
Q3	0,07	-0,19	0,06	-0,02	-0,01	0,03
Q4	-0,43*	-0,27	-0,44*	-0,22	0,05	-0,31

Таблица 5 Интеркорреляции шкал САТ

	I	SAV	Ex	Fr	S	Sr	Sa
Te	0,48**	0,37**	0,53**	0,28*	0,34*	0,53**	0,43**
I		0,71**	0,74**	0,44**	0,68**	0,66**	0,73**
SAV			0,49**	0,33*	0,64**	0,65**	0,34*
Ex				0,27*	0,51**	0,47**	0,53**
Fr					0,40**	0,15	0,18
S						0,41**	0,42**
Sr							0,48**
	Nc	Sy	A	C	Cog	Cr	
Te	-0,24	-0,02	0,30*	0,37**	0,21	0,36**	
I	0,11	0,36**	0,66**	0,55**	0,20	0,53**	
SAV	0,15	0,52**	0,44**	0,29*	0,15	0,51**	
Ex	-0,03	0,33*	0,45**	0,47**	0,06	0,37**	
Fr	-0,05	0,14	0,39**	0,37**	0,10	0,30*	
S	-0,01	0,15	0,48**	0,29*	0,04	0,50**	
Sr	0,02	0,18	0,34*	0,37**	0,32*	0,21	
Sa	0,01	0,13	0,45**	0,29*	-0,02	0,41**	
Nc		0,51**	-0,22	-0,12	0,06	-0,05	
Sy			0,01	0,15	-0,04	0,15	
A				0,48**	0,14	0,38**	
C					0,13	0,31*	
Cog						0,11	

Данные, приведенные в таблице, показывают, что в целом тест оказался вполне внутренне согласованным, большинство корреляций были значимы на уровне $\alpha < 0,01$. Однако шкалы блока концепции человека не показали значимых корреляций с другими. Можно предположить (об этом также свидетельствует и детальный анализ связей шкал данного блока с 16-PF и соответствующие результаты Э. Шострома), что шкала Представлений о природе человека и шкала Синергии в условиях нашей социокультурной системы сравнительно слабо связаны с синдромом самоактуализации. Невысокую корреляцию с другими шкалами показала также и включенная в тест шкала Познавательных потребностей. Здесь, однако, речь скорее может идти о необходимости некоторой доработки шкалы, чем о сомнениях в ее релевантности феномену самоактуализации. В основном же матрица интеркорреляций шкал САТ аналогична соответствующей матрице ROI.

Для выяснения эмпирической структуры теста и сравнения ее с заданной структурой шкал был проведен факторный анализ результатов тестирования 222 испытуемых различного пола, возраста, образовательного уровня и профессиональной принадлежности. Были построены две модели: 5-ти и 6-ти факторная. В результате их анализа удалось интерпретировать 5 факторов в 6-факторной модели и 4 в 5-факторной, причем 4 первых фактора в обеих моделях были содержательно аналогичны, хотя и не вполне одинаковы по значимости (суммарной дисперсии по факторам). Они были условно названы:

– уровень психического здоровья, эмоциональной уравновешенности. По своему содержанию этот фактор близок к аналогичной шкале опросника Ф. Айзенка (EPI);

– степень принятия субъектом социальных норм (в особенности, в сфере взаимоотношений с окружающими);

– сила «супер-эго» или степень выраженности моральных качеств. Этот фактор имеет некоторое сходство с фактором «G» опросника Р. Кеттелла;

– сила «эго» или степень выраженности волевых качеств. Данный фактор содержательно напоминает фактор «С» 16-РФ.

Последний фактор, проинтерпретированный как степень творческой направленности личности, был получен только в б-факторной модели. Он частично совпадает со шкалой Креативности, а также включает пункты ряда других шкал теста.

Большая часть интерпретируемых факторов оказалась стабильной, то есть не изменялась после ротации. Наиболее стабильным в обеих моделях был первый фактор.

Факторная структура теста, демонстрирующая эмпирически выявленные взаимосвязи составляющих его пунктов, в целом не совпала со структурой шкал, как базовых, так и дополнительных. Этот результат вполне закономерен и, как уже отмечалось выше, вероятно, отражает основной принцип, использованный при конструировании РОИ и, соответственно, САТ. Данный принцип заключается в том, что в основу теста была положена не эмпирически выявленная структура самоактуализирующейся личности, а теоретический конструкт, базирующийся на постулатах экзистенциально-но-гуманистической психологии, а также опыт практической психотерапевтической работы (напомним, что пункты методики были определены по результатам опроса практикующих психологов и психотерапевтов). Таким образом, структура теста соответствует данной теории и тем основным показателям, сферам личности, на коррекцию которых должна быть направлена психотерапия. Факторный анализ же выявил реальную эмпирическую структуру взаимосвязей пространства теста, его пунктов, в какой-то мере приближающуюся к факторной модели опросника Р. Кеттелла.

В целом результаты психометрической проверки САТ свидетельствуют о его пригодности к использованию как в научных исследованиях, так и при проведении практической психодиагностики.

СТАНДАРТИЗАЦИЯ ТЕСТА

Стандартизация САТ была проведена на материале опроса 100 мужчин и женщин, студентов московских вузов. Для каждой шкалы были вычислены средние арифметические и стандартные отклонения и осуществлен перевод «сырых» результатов в стандартные Т-баллы [8, с. 63], являющиеся основой для составления профильных бланков (аналогично тесту ММРІ). На этом бланке, в зависимости от среднего значения, равного 50 Т-баллам, и стандартного отклонения в 10 Т-баллов, каждая шкала имеет свой масштаб. Стандартизация методики на студенческой выборке представляется вполне адекватной, так как она близка по своему составу к выборке потенциальных респондентов САТ.

При разработке теста не были однозначно определены нормы для высокого, среднего и низкого уровня самоактуализации. Однако, и результаты использования РОІ, и общетеоретические соображения позволяют с уверенностью утверждать, что показатели САТ у самоактуализирующейся личности ни в коем случае не должны «зашкаливать». Предельное значение параметров САТ – 80 Т-баллов и более (такое явление Э. Шостром назвал «псевдосамоактуализацией») – свидетельствует о слишком сильном влиянии на результат обследования фактора социальной желательности или о намерении испытуемых выглядеть в наиболее благоприятном свете. По данным Э. Шострома, тестовые оценки людей с действительно высоким уровнем самоактуализации расположены в районе 60 Т-баллов. Практика использования САТ в различных исследованиях и психотерапевтической работе показала, что «диапазон самоактуализации» у него близок к РОІ (55–70 Т-баллов). Шкальные оценки в 40–45 Т-баллов и ниже характерны для больных неврозами, различных форм пограничных психических расстройств, диапазон 45–55 Т-баллов составляет психическую и статистическую норму.

ПОРЯДОК РАБОТЫ С ТЕСТОМ, ОБРАБОТКА И ИНТЕРПРЕТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ

Методика предназначена для обследования взрослых (старше 15–17 лет), психически здоровых людей (имеется в виду отсутствие выраженной психопатологии). Специфика изучаемого феномена (самоактуализации) и характер самого теста, сложность составляющих его суждений, требующих серьезного осмысления, позволяют рекомендовать его для обследования преимущественно лиц с высшим образованием.

Методика может быть использована как для индивидуального, так и для группового обследования, она применяется в брошюрном либо в компьютеризированном вариантах. В случае необходимости респондент может работать с тестом и в отсутствие экспериментатора. Пункты теста, оставленные без ответа, или те, в которых отмечены оба варианта, при обработке не учитываются. В случае, если количество таких пунктов превысит 10% от их общего числа (13 и более), результаты исследования считаются недействительными.

Инструкция к методике не ограничивает времени ответов, хотя практика показывает, что в норме оно обычно не превышает 30–35 минут.

Для работы с брошюрным вариантом теста следует использовать регистрационный лист и профильный бланк, образцы которых приведены в приложении. При обработке результатов тестирования подсчет «сырых» баллов, полученных испытуемым, осуществляется с помощью ключей к методике. Для удобства обработки данных рекомендуется изготовить накладные ключи-шаблоны для всех шкал. Каждый ответ обследованного, совпадающий с вариантом, указанным в ключах, оценивается в 1 балл. Затем подсчитывается сумма баллов, набранных испытуемым по каждой шкале. Эти значения наносятся на профильный бланк, после чего строится тестовый профиль обследуемого и определяются его данные в стандартных T-баллах, которые позволяют легко и удобно соотносить результаты разных обследованных лиц, интерпретировать их.

При использовании САТ в качестве исследовательской методики можно пользоваться и одними «сырыми» баллами, T-баллы необходимы лишь для применения теста как инструмента индивидуальной диагностики.

Интерпретация результатов исследования производится в соответствии с приведенным выше описанием шкал САТ. В зависимости от целей использования тест может быть интерпретирован полностью или частично. Если тестирование преследует чисто исследовательские цели, например, выявление связи степени самоактуализации с эффективностью различных форм и методов обучения, то в некоторых случаях можно ограничиться лишь анализом результатов по двум базовым шкалам. Такой же выборочный анализ (с привлечением отдельных дополнительных шкал в зависимости от целей и задач конкретной работы) может быть достаточным и, например, при контроле изменений, наступивших в результате занятий социально-психологическим тренингом или групповой терапией.

При проведении индивидуальных обследований, например, при психологическом отборе или оценке персонала организации (например, педагогического коллектива учебного заведения), а также при индивидуальной психокоррекционной и консультационной работе более целесообразно использовать результаты тестирования в целом. При этом следует помнить о блоках, которые

образуют дополнительные шкалы, и анализировать соответствующие пары шкал совместно, а также соотносить результаты по САТ со всеми иными имеющимися в наличии данными об испытуемом (результаты беседы, наблюдения, других использованных тестов и т.д.).

В некоторых случаях представляется полезным и совместное обсуждение данных тестирования с клиентом. Как показала практика работы с тестом, иногда сам факт его заполнения вызывает у испытуемого своеобразный психотерапевтический эффект. Суждения теста, затрагивая глубинные, бытийные процессы человеческого существования, заставляют обследованного задуматься над вопросами, о которых он никогда ранее не размышлял: о природе человека, своем месте в мире, мировоззрении, проблемах взаимодействия с окружающими и др. Таким образом, само заполнение методики формирует у него потребность обсудить возникшие вопросы с психологом, положительную установку на дальнейшую консультационную работу. В этом случае психотерапию с обследованным целесообразно начинать с обсуждения проблем, актуализировавшихся у него в ходе работы с тестом и после ее завершения.

ИНСТРУКЦИЯ К ТЕСТУ

«Вам предлагается тест-опросник, каждый пункт которого содержит два высказывания, обозначенные буквами «а» и «б». Внимательно прочитайте каждую пару и пометьте на регистрационном бланке напротив номера соответствующего вопроса то из них, которое в большей степени соответствует Вашей точке зрения. (Поставьте крестик в квадрате под соответствующей буквой)».

Методика

1. а. Я верю в себя только тогда, когда чувствую, что могу справиться со всеми стоящими передо мной задачами.
б. Я верю в себя даже тогда, когда чувствую, что не могу справиться со всеми стоящими передо мной задачами.
2. а. Я часто внутренне смущаюсь, когда мне говорят комплименты.
б. Я редко внутренне смущаюсь, когда мне говорят комплименты.
3. а. Мне кажется, что человек может прожить свою жизнь так, как ему хочется.
б. Мне кажется, что у человека мало шансов прожить свою жизнь так, как ему хочется.
4. а. Я всегда чувствую в себе силы для преодоления жизненных невзгод.
б. Я далеко не всегда чувствую в себе силы для преодоления жизненных невзгод.
5. а. Я чувствую угрызения совести, когда сержусь на тех, кого люблю.
б. Я не чувствую угрызений совести, когда сержусь на тех, кого люблю.
6. а. В сложных ситуациях надо действовать уже испытанными способами, так как это гарантирует успех.
б. В сложных ситуациях надо всегда искать принципиально новые решения.
7. а. Для меня важно, разделяют ли другие мою точку зрения.
б. Для меня не слишком важно, чтобы другие разделяли мою точку зрения.
8. а. Мне кажется, что человек должен спокойно относиться к тому неприятному, что он может услышать о себе от других.
б. Мне понятно, когда люди обижаются, услышав что-то неприятное о себе.
9. а. Я могу безо всяких угрызений совести отложить до завтра то, что я должен сделать сегодня.
б. Меня мучают угрызения совести, если я откладываю до завтра то, что я должен сделать сегодня.
10. а. Иногда я бываю так зол, что мне хочется «бросаться» на людей.
б. Я никогда не бываю зол настолько, чтобы мне хотелось «бросаться» на людей.
11. а. Мне кажется, что в будущем меня ждет много хорошего.
б. Мне кажется, что мое будущее сулит мне мало хорошего.
12. а. Человек должен оставаться честным во всем и всегда.
б. Бывают ситуации, когда человек имеет право быть нечестным.
13. а. Взрослые никогда не должны сдерживать любознательность ребенка, даже если ее удовлетворение может иметь отрицательные последствия.
б. Не стоит поощрять излишнее любопытство ребенка, когда оно может привести к дурным последствиям.
14. а. У меня часто возникает потребность найти обоснование тем своим действиям, которые я совершаю просто потому, что мне этого хочется.

б. У меня почти никогда не возникает потребности найти обоснование тех своих действий, которые я совершаю просто потому, что мне этого хочется.

15. а. Я всячески стараюсь избегать огорчений.

б. Я не стремлюсь всегда избегать огорчений.

16. а. Я часто испытываю чувство беспокойства, думая о будущем.

б. Я редко испытываю чувство беспокойства, думая о будущем.

17. а. Я не хотел бы отступать от своих принципов даже ради того, чтобы совершить нечто, за что люди были бы мне благодарны.

б. Я хотел бы совершить нечто, за что люди были бы благодарны мне, даже если ради этого нужно было бы несколько отойти от своих принципов.

18. а. Мне кажется, что большую часть времени я не живу, а как будто готовлюсь к тому, чтобы по-настоящему начать жить в будущем.

б. Мне кажется, что большую часть времени я не готовлюсь к будущей «настоящей» жизни, а живу по-настоящему уже сейчас.

19. а. Обычно я высказываю и делаю то, что считаю нужным, даже если это грозит осложнениями в отношениях с другом.

б. Я стараюсь не говорить и не делать такого, что может грозить осложнениями в отношениях с другом.

20. а. Люди, которые проявляют повышенный интерес ко всему на свете, иногда меня раздражают.

б. Люди, которые проявляют повышенный интерес ко всему на свете, всегда вызывают у меня симпатию.

21. а. Мне не нравится, когда люди проводят много времени в бесплодных мечтаниях.

б. Мне кажется, что нет ничего плохого в том, что люди тратят много времени на бесплодные мечтания.

22. а. Я часто задумываюсь о том, соответствует ли мое поведение ситуации.

б. Я редко задумываюсь о том, соответствует ли мое поведение ситуации.

23. а. Мне кажется, что любой человек по природе своей способен преодолевать те трудности, которые ставит перед ним жизнь.

б. Я не думаю, что любой человек по природе своей способен преодолевать те трудности, которые ставит перед ним жизнь.

24. а. Главное в нашей жизни – это создавать что-то новое.

б. Главное в нашей жизни – приносить людям пользу.

25. а. Мне кажется, что было бы лучше, если бы у большинства мужчин преобладали традиционно мужские черты характера, а у женщин – традиционно женские.

б. Мне кажется, что было бы лучше, если бы и мужчины и женщины сочетали в себе и традиционно мужские, и традиционно женские свойства характера.

26. а. Два человека лучше всего ладят между собой, если каждый из них старается прежде всего доставить удовольствие другому в противовес свободному выражению своих чувств.

б. Два человека лучше всего ладят между собой, если каждый из них старается прежде всего выразить свои чувства в противовес стремлению доставить удовольствие другому.

27. а. Жестокие и эгоистические поступки, которые совершают люди, являются естественными проявлениями их человеческой природы.
б. Жестокие и эгоистические поступки, которые совершают люди, не являются проявлениями их человеческой природы.
28. а. Осуществление моих планов в будущем во многом зависит от того, будут ли у меня друзья.
б. Осуществление моих планов в будущем лишь в незначительной степени зависит от того, будут ли у меня друзья.
29. а. Я уверен в себе.
б. Я не уверен в себе.
30. а. Мне кажется, что наиболее ценным для человека является любимая работа.
б. Мне кажется, что наиболее ценным для человека является счастливая семейная жизнь.
31. а. Я никогда не сплетничаю.
б. Иногда мне нравится сплетничать.
32. а. Я мирюсь с противоречиями в самом себе.
б. Я не могу мириться с противоречиями в самом себе.
33. а. Если незнакомый человек окажет мне услугу, то я чувствую себя обязанным ему.
б. Если незнакомый человек окажет мне услугу, то я не чувствую себя обязанным ему
34. а. Иногда мне трудно быть искренним даже тогда, когда мне этого хочется.
б. Мне всегда удается быть искренним, когда мне этого хочется.
35. а. Меня редко беспокоит чувство вины.
б. Меня часто беспокоит чувство вины.
36. а. Я постоянно чувствую себя обязанным делать все от меня зависящее, чтобы у тех, с кем я общаюсь, было хорошее настроение.
б. Я не чувствую себя обязанным делать все от меня зависящее, чтобы у тех, с кем я общаюсь, было хорошее настроение.
37. а. Мне кажется, что каждый человек должен иметь представление об основных законах физики.
б. Мне кажется, что многие люди могут обойтись без знания законов физики.
38. а. Я считаю необходимым следовать правилу «не трать времени даром».
б. Я не считаю необходимым следовать правилу «не трать времени даром».
39. а. Критические замечания в мой адрес снижают мою самооценку.
б. Критические замечания в мой адрес не снижают мою самооценку.
40. а. Я часто переживаю из-за того, что в настоящий момент не делаю ничего значительного.
б. Я редко переживаю из-за того, что в настоящий момент не делаю ничего значительного.
41. а. Я предпочитаю оставлять приятное «на потом».
б. Я не оставляю приятное «на потом».
42. а. Я часто принимаю спонтанные решения.
б. Я редко принимаю спонтанные решения.
43. а. Я стремлюсь открыто выражать свои чувства, даже если это может привести к каким-либо неприятностям.

б. Я стараюсь не выражать открыто своих чувств в тех случаях, когда это может привести к каким-либо неприятностям.

44. а. Я не могу сказать, что я себе нравлюсь.

б. Я могу сказать, что я себе нравлюсь.

45. а. Я часто вспоминаю о неприятных для меня вещах.

б. Я редко вспоминаю о неприятных для меня вещах.

46. а. Мне кажется, что люди должны открыто проявлять в общении с другими свое недовольство ими.

б. Мне кажется, что в общении с другими люди должны скрывать свое недовольство ими.

47. а. Мне кажется, что я могу судить о том, как должны вести себя другие люди.

б. Мне кажется, что я не могу судить о том, как должны вести себя другие люди.

48. а. Мне кажется, что углубление в узкую специализацию является необходимым для настоящего ученого.

б. Мне кажется, что углубление в узкую специализацию делает человека ограниченным.

49. а. При определении того, что хорошо, а что плохо, для меня важно мнение других людей.

б. Я стараюсь сам определить, что хорошо, а что плохо.

50. а. Мне бывает трудно отличить любовь от простого сексуального влечения.

б. Я легко отличаю любовь от простого сексуального влечения.

51. а. Меня постоянно волнует проблема самоусовершенствования.

б. Меня мало волнует проблема самоусовершенствования.

52. а. Достижение счастья не может быть целью человеческих отношений.

б. Достижение счастья – это главная цель человеческих отношений.

53. а. Мне кажется, я могу вполне доверять своим собственным оценкам.

б. Мне кажется, я не могу доверять в полной мере своим собственным оценкам.

54. а. При необходимости человек может достаточно легко избавиться от своих привычек.

б. Человеку крайне трудно избавиться от своих привычек.

55. а. Мои чувства иногда приводят в недоумение меня самого.

б. Мои чувства никогда не повергают меня в недоумение.

56. а. В некоторых случаях я считаю себя вправе дать человеку понять, что он мне кажется глупым и неинтересным.

б. Я никогда не считаю себя вправе дать человеку понять, что он мне кажется глупым и неинтересным.

57. а. Можно судить со стороны, насколько счастливо складываются отношения между людьми.

б. Наблюдая со стороны, нельзя сказать, насколько удачно складываются отношения между людьми.

58. а. Я часто перечитываю понравившиеся мне книги по несколько раз.

б. Я думаю, что лучше прочесть какую-либо новую книгу, чем возвращаться к уже прочитанному.

59. а. Я очень увлечен своей работой.

- б. Я не могу сказать, что увлечен своей работой.
- 60.** а. Я недоволен своим прошлым.
б. Я доволен своим прошлым.
- 61.** а. Я чувствую себя обязанным всегда говорить правду.
б. Я не чувствую себя обязанным всегда говорить правду.
- 62.** а. Существует очень мало ситуаций, когда я могу позволить себе дурачиться
б. Существует множество ситуаций, когда я могу позволить себе дурачиться.
- 63.** а. Стремясь разобраться в характере и чувствах окружающих, люди часто бывают излишне бестактны.
б. Стремление разобраться в характере и чувствах окружающих естественно для человека и поэтому может оправдать бестактность.
- 64.** а. Обычно я расстраиваюсь из-за потери или поломки нравящихся мне вещей.
б. Обычно я не расстраиваюсь из-за потери или поломки нравящихся мне вещей.
- 65.** а. Я чувствую себя обязанным поступать так, как от меня ожидают окружающие.
б. Я не чувствую себя обязанным поступать так, как от меня ожидают окружающие.
- 66.** а. Интерес к самому себе всегда необходим для человека.
б. Излишнее самокопание иногда имеет дурные последствия.
- 67.** а. Иногда я боюсь быть самим собой.
б. Я никогда не боюсь быть самим собой.
- 68.** а. Большая часть того, что мне приходится делать, доставляет мне удовольствие.
б. Лишь немногое из того, что я делаю, доставляет мне удовольствие.
- 69.** а. Лишь тщеславные люди думают о своих достоинствах и не думают о недостатках.
б. Не только тщеславные люди думают о своих достоинствах.
- 70.** а. Я могу делать что-либо для других, не требуя, чтобы они это оценили.
б. Я вправе ожидать от других, чтобы они оценили то, что я делаю для них.
- 71.** а. Человек должен раскрываться в своих поступках.
б. Человек совсем не обязательно должен раскрываться в своих поступках.
- 72.** а. Мне необходимы обоснования для принятия моих чувств.
б. Обычно мне не нужны никакие обоснования для принятия моих чувств.
- 73.** а. В большинстве ситуаций я прежде всего хочу понять, чего хочу я сам.
б. В большинстве ситуаций я прежде всего пытаюсь понять, чего хотят окружающие.
- 74.** а. Я стараюсь никогда не быть «белой вороной».
б. Я позволяю себе быть «белой вороной».
- 75.** а. Когда я нравлюсь сам себе, мне кажется, что я нравлюсь всем окружающим.
б. Даже когда я нравлюсь сам себе, я понимаю, что есть люди, которым я неприятен.
- 76.** а. Мое прошлое в значительной степени определяет мое будущее.
б. Мое прошлое очень слабо определяет мое будущее.

77. а. Часто бывает так, что выразить свои чувства важнее, чем обдумывать ситуацию.
- б. Довольно редко бывает так, что выразить свои чувства важнее, чем обдумывать ситуацию.
78. а. Те усилия и затраты, которых требует познание истины, оправданы, так как они приносят пользу людям.
- б. Те усилия и затраты, которых требует познание истины, оправданы хотя бы тем, что они доставляют человеку эмоциональное удовлетворение.
79. а. Мне всегда необходимо, чтобы другие одобряли то, что я делаю.
- б. Мне не всегда необходимо, чтобы другие одобряли то, что я делаю.
80. а. Я доверяю тем решениям, которые я принимаю спонтанно.
- б. Я не доверяю тем решениям, которые я принимаю спонтанно.
81. а. Пожалуй, я могу сказать, что я живу с ощущением счастья.
- б. Пожалуй, я не могу сказать, что я живу с ощущением счастья.
82. а. Довольно часто мне бывает скучно.
- б. Мне никогда не бывает скучно.
83. а. Я часто проявляю свое расположение к человеку, независимо от того, взаимно ли оно.
- б. Я редко проявляю свое расположение к человеку, не будучи уверенным, что оно взаимно.
84. а. Я легко принимаю рискованные решения.
- б. Обычно мне бывает трудно принимать рискованные решения.
85. а. Я стараюсь во всем и всегда поступать честно.
- б. Иногда я считаю возможным мошенничать.
86. а. Я готов примириться со своими ошибками.
- б. Мне трудно примириться со своими ошибками.
87. а. Обычно я чувствую себя виноватым, когда поступаю эгоистично.
- б. Обычно я не чувствую себя виноватым, когда поступаю эгоистично.
88. а. Дети должны понимать, что у них нет тех прав и привилегий, что у взрослых.
- б. Детям не обязательно осознавать, что у них нет тех прав и привилегий, что у взрослых.
89. а. Я хорошо знаю, какие чувства я способен испытывать, а какие нет.
- б. Я еще не понял до конца, какие чувства я способен испытывать, а какие нет.
90. а. Я думаю, что большинству людей можно доверять
- б. Я думаю, что без крайней необходимости людям доверять не стоит.
91. а. Прошлое, настоящее и будущее представляются мне как единое целое.
- б. Мое настоящее представляется мне слабо связанным с прошлым и будущим.
92. а. Я предпочитаю проводить отпуск путешествуя, даже если это сопряжено с большими неудобствами.
- б. Я предпочитаю проводить отпуск спокойно, в комфортабельных условиях.
93. а. Бывает, что мне нравятся люди, чье поведение я не одобряю.
- б. Мне почти никогда не нравятся люди, чье поведение я не одобряю.
94. а. Людям от природы свойственно понимать друг Друга.

- б. По природе своей человеку свойственно заботиться о своих собственных интересах.
95. а. Мне никогда не нравятся сальные шутки.
б. Мне иногда нравятся сальные шутки.
96. а. Меня любят потому, что я сам способен любить.
б. Меня любят потому, что я стараюсь заслужить любовь окружающих.
97. а. Мне кажется, что эмоциональное и рациональное в человеке не противоречат друг другу.
б. Мне кажется, что эмоциональное и рациональное в человеке противоречат друг другу.
98. а. Я чувствую себя уверенным в отношениях с другими людьми.
б. Я чувствую себя неуверенным в отношениях с другими людьми.
99. а. Защищая собственные интересы, люди часто игнорируют интересы окружающих.
б. Защищая собственные интересы, люди обычно не забывают интересы окружающих.
100. а. Я всегда могу положиться на свои способности ориентироваться в ситуации.
б. Я далеко не всегда могу положиться на свои способности ориентироваться в ситуации.
101. а. Я считаю, что способность к творчеству – природное свойство человека.
б. Я считаю, что далеко не все люди одарены природой способностью к творчеству.
102. а. Обычно я не расстраиваюсь, если мне не удастся добиться совершенства в чем-либо.
б. Я часто расстраиваюсь, если мне не удастся добиться совершенства в чем-либо.
103. а. Иногда я боюсь показаться слишком нежным.
б. Я никогда не боюсь показаться слишком нежным.
104. а. Мне легко смириться со своими слабостями. б. Мне трудно смириться со своими слабостями.
105. а. Мне кажется, что я должен добиваться совершенства во всем, что я делаю.
б. Мне не кажется, что я должен добиваться совершенства во всем, что я делаю.
106. а. Мне часто приходится оправдывать перед самим собой свои поступки.
б. Мне редко приходится оправдывать перед самим собой свои поступки.
107. а. Выбирая для себя какое-либо занятие, человек должен считаться с тем, насколько это необходимо.
б. Человек должен всегда заниматься только тем, что ему интересно.
108. а. Я могу сказать, что мне нравится большинство людей, которых я знаю.
б. Я не могу сказать, что мне нравится большинство людей, которых я знаю.
109. а. Иногда я не против того, чтобы мной командовали.
б. Мне никогда не нравится, когда мной командуют.
110. а. Я не стесняюсь обнаруживать свои слабости перед друзьями.
б. Мне не легко обнаруживать свои слабости даже перед друзьями.
111. а. Я часто боюсь совершить какую-нибудь оплошность.

б. Я не боюсь совершить какую-нибудь оплошность.

112. а. Наибольшее удовлетворение человек получает, добившись желаемого результата в работе.

б. Наибольшее удовлетворение человек получает в самом процессе работы.

113. а. О человеке никогда с уверенностью нельзя сказать, добрый он или злой.

б. Обычно о человеке можно сказать, добрый он или злой.

114. а. Я почти всегда чувствую в себе силы поступать так, как я считаю нужным, несмотря на последствия.

б. Я далеко не всегда чувствую в себе силы поступать так, как я считаю нужным, несмотря на последствия.

115. а. Люди часто раздражают меня.

б. Люди редко раздражают меня.

116. а. Мое чувство самоуважения во многом зависит от того, чего я достиг.

б. Мое чувство самоуважения в небольшой степени зависит от того, чего я достиг.

117. а. Зрелый человек всегда должен осознавать причины каждого своего поступка.

б. Зрелый человек совсем не обязательно должен осознавать причины каждого своего поступка.

118. а. Я воспринимаю себя таким, каким видят меня окружающие.

б. Я вижу себя не совсем таким, каким видят меня окружающие.

119. а. Бывает, что я стыжусь своих чувств.

б. Я никогда не стыжусь своих чувств.

120. а. Мне нравится участвовать в жарких спорах.

б. Мне не нравится участвовать в жарких спорах.

121. а. У меня не хватает времени на то, чтобы следить за новинками в мире искусства и литературы.

б. Я озгояшю слезу за новинками в мире искусства и литературы.

122. а. Мне всегда удается руководствоваться в жизни своими собственными чувствами и желаниями.

б. Мне не часто удается руководствоваться в жизни своими собственными чувствами и желаниями.

123. а. Я часто руководствуюсь общепринятыми представлениями в решении моих личных проблем.

б. Я редко руководствуюсь в решении моих личных проблем общепринятыми представлениями.

124. а. Мне кажется, что для того, чтобы заниматься творческой деятельностью, человек должен обладать определенными знаниями в этой области.

б. Мне кажется, что для того, чтобы заниматься творческой деятельностью, человеку не обязательно обладать определенными знаниями в этой области.

125. а. Я боюсь неудач.

б. Я не боюсь неудач.

126. а. Меня часто беспокоит вопрос о том, что произойдет в будущем.

б. Меня редко беспокоит вопрос о том, что произойдет в будущем.

КЛЮЧИ К ТЕСТУ

Шкала Ориентации во времени: 11а, 16б, 18б, 21а, 28б, 38б, 40б, 41б, 45б, 60б, 64б, 71б, 76б, 82б, 91б, 106б, 126б

Шкала Поддержки: 1б, 2б, 3б, 4а, 5б, 7б, 8а, 9а, 10а, 12б, 14б, 15б, 17а, 19а, 22б, 23а, 25б, 26б, 27б, 29а, 31б, 32а, 33б, 34а, 35б, 36б, 39б, 42а, 43а, 44б; 46а, 47б, 49б, 50б, 51б, 52а, 53а, 55а, 56а, 57б, 59а, 61б, 62б, 65б, 66а, 67б, 68а, 69б, 70а, 72б, 73а, 74б, 75б, 77а, 79б, 80а, 81а, 83а, 85б, 86а, 87б, 88б, 89б, 90а, 93а, 94а, 95б, 96а, 97а, 98а, 99б, 100а, 102а, 103б, 104а, 105б, 108б, 109а, 110а, 111б, 113а, 114а, 115а, 116б, 117б, 118а, 119б, 120а, 122а, 123б, 125б.

Шкала Ценностной ориентации: 17а, 29а, 42а, 49б, 50б, 53а, 56а, 59а, 67б, 68а, 69б, 80а, 81а, 90а, 93а, 97а, 99б, 113а, 114а, 122а.

Шкала Гибкости поведения: 3а, 9а, 12б, 33б, 36б, 38б, 40б, 47б, 50б, 51б, 61б, 62б, 65б, 68а, 70а, 74б, 82б, 85б, 95б, 97а, 99б, 102а, 105б, 123б.

Шкала Сензитивности: 2б, 5б, 10а, 43а, 46а, 55а, 73а, 77а, 83а, 89б, 103б, 119б, 122а.

Шкала Спонтанности: 5б, 14б, 15б, 26б, 42а, 62б, 67б, 74б, 77а, 80а, 81а, 83а, 95б, 114а.

Шкала Самоуважения: 2б, 3а, 7б, 23а, 29а, 44б, 53а, 66а, 69б, 98а, 100а, 102а, 106б, 114а, 122а.

Шкала Самопринятия: 1б, 8а, 14б, 22б, 31б, 32а, 34а, 39б, 53а, 61б, 71б, 75б, 86а, 87б, 104а, 105б, 106б, 110а, 111б, 116б, 125б.

Шкала Представлений о природе человека: 23а, 25б, 27б, 50б, 66а, 90а, 94а, 97а, 99б, 113а.

Шкала Синергии: 50б, 68а, 91б, 93а, 97а, 99б, 113а.

Шкала Принятия агрессии: 5б, 8а, 10а, 15б, 19а, 29а, 39б, 43а, 46а, 56а, 57б, 67б, 85б, 93а, 94а, 115а.

Шкала Контактности: 5б, 7б, 17а, 26б, 33б, 36б, 46а, 65б, 70а, 73а, 74б, 75б, 79б, 96а, 99б, 103б, 108б, 109а, 120а, 123б.

Шкала Познавательных потребностей: 13а, 20б, 37а, 48а, 63б, 66а, 78б, 82б, 92а, 107б, 121б.

Шкала Креативности: 6б, 24а, 30а, 42а, 54а, 58а, 59а, 68а, 84а, 101а, 105б, 112б, 123б, 124б.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Алешина Ю.Е., Гозман Л.Я., Дубовская Е.М.* Социально-психологические методы исследования супружеских отношений. Спецпрактикум по социальной психологии. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1987.
2. *Бажин Е.Ф., Голынкина ЕЛ., Эткинд А.М.* Метод исследования уровня субъективного контроля // Психол. журнал. 1984. Т.5. № 3. С.152–162.
3. *Бурлачук Л.Ф., Морозов С.М.* Словарь-справочник по психологической диагностике. Киев: Наукова думка, 1989.
4. *Головаха Е.И., Кроник АА.* Психологическое время личности. Киев: Наукова думка, 1984.
5. *Леонтьев ДА., Пилипко Н.В.* Выбор как деятельность: личностные детерминанты и возможности формирования // Вопр. психологии. 1995. № 1. С. 97–110. -
6. *Лисовская Е.Б.* Самоактуализирующаяся личность. // Научно-техническая революция и социальная психология/ Материалы межгородской конференции. М.: Наука, 1981. С. 76–84.
7. *Мельников В.М., Ямпольский Л.Т.* Введение в экспериментальную психологию личности. М.: Просвещение, 1985.
8. *Общая психодиагностика.*/Под ред. *А.А. Бодалева, В.В. Столина.* М.: Изд-во Моск. ун-та, 1987.
9. *Шостром Э.* Анти-Карнеги или Человек-манипулятор. Минск: ТПЦ «Полифакт», 1992.
10. *Maslow A.* Motivation and personality. N.Y., 1954.
11. *Shostrom E.* An inventory for the measurement of self-actualization. //Educational and psychological measurement. 1964. V. 24. № 2. P. 207–218.
12. *Shostrom E.* Personal orientation inventory.// Educational and industrial testing service. N. Y., 1966.