

**М.В. Чумаков**

**РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВОЙ  
СФЕРЫ ЛИЧНОСТИ**

Учебное пособие



Курганский  
государственный  
университет



РЕДАКЦИОННО-ИЗДАТЕЛЬСКИЙ  
ЦЕНТР

43-38-36

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Курганский государственный университет

М.В.Чумаков

# **РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВОЙ СФЕРЫ ЛИЧНОСТИ**

Учебное пособие

Курган 2012

УДК 159.947  
ББК 88  
Ч 90

**Рецензенты:**

**Е.Л. Солдатова**, д-р психол. наук, профессор, зав. кафедрой психологии развития Южно-Уральского гос. университета

**Н.П.Бадьина**, канд. психол. наук, доцент кафедры психологии ИПК и ПРО

Печатается по решению методического совета Курганского государственного университета.

Ч 90 Чумаков М.В. Развитие эмоционально-волевой сферы личности: Учебное пособие. - Курган: Изд-во Курганского гос. ун-та, 2012.

Учебное пособие соответствует дисциплине «Психология развития и возрастная психология» Государственного образовательного стандарта направления 030300.62 «Психология» (квалификация – «Бакалавр»).

В пособии рассматриваются следующие вопросы: некоторые подходы к изучению эмоционально-волевой сферы личности, возрастные изменения эмоционально-волевой сферы личности, формирование эмоционально-волевой сферы личности в семье, диагностика эмоционально-волевой сферы личности. Приводятся обширные эмпирические данные.

Данное пособие предназначено для студентов всех форм обучения, а также рекомендуется слушателям курсов повышения квалификации и другим людям, интересующимся психологическими проблемами.

УДК 159.947  
ББК 88

ISBN 978-5-4217-0136-1

© Курганский  
государственный  
университет, 2012  
© Чумаков М.В., 2012

# Содержание

1. Некоторые подходы к изучению эмоционально-волевой сферы личности.....	4
2. Возрастные изменения эмоционально-волевой сферы личности .....	10
3. Формирование эмоционально-волевой сферы личности в семье .....	37
4. Диагностика эмоционально-волевой сферы личности .....	69

## 1. НЕКОТОРЫЕ ПОДХОДЫ К ИЗУЧЕНИЮ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВОЙ СФЕРЫ ЛИЧНОСТИ

В настоящее время особую актуальность приобретают исследования взаимодействия различных сторон регуляторного процесса. В центре нашего подхода находятся проблемы взаимодействия эмоциональных и волевых проявлений в регуляции деятельности. Значимость этих проблем подчеркивает В.Д. Шадриков, говоря о том, что эмоции выступают важным фактором в формировании психологической функциональной системы деятельности. Тесное единство эмоций и воли отмечает О.В. Дашкевич и ряд других авторов.

С нашей точки зрения, есть возможность концептуального анализа этого взаимодействия, основанного на регулятивно-синтетической парадигме и теории интегральных процессов психической регуляции А.В. Карпова. Рассматриваемая проблематика распространяется в область педагогической психологии с опорой на теорию решения педагогических проблемных ситуаций М.М. Кашапова. В рамках подхода А.В. Карпова под волей и эмоциями понимаются процессы активации, оценивания и стабилизации деятельности. В этом случае они относятся к первичным процессам. В иной трактовке воля подразумевает высший уровень регуляции, осознанный и произвольный. Этот уровень включает в себя процессы целеобразования, принятия решения, самоконтроля и др. Речь, таким образом, идет о совокупности интегральных процессов. В таком случае, понятие воли сближается с понятием рефлексии и в определенной степени поглощается им. Вероятно, имеет место смешение уровней в определении волевых процессов. Концепт эмоционально-волевой регуляции позволяет в известной степени устранить это противоречие. Эмоционально-волевая регуляция включает в себя и не вполне осознанные индивидом регуляторные компоненты, участвующие в качестве необходимых в ситуациях преодоления трудностей и препятствий на пути достижения цели. В таком случае, понятие эмоционально-волевой регуляции близко к понятию синтетического процесса психики, обеспечивающего функционирование регуляторного контура в ситуации трудностей и напряжения. Включение таких не полностью осознанных компонентов отделяет понятие эмоционально-волевой регуляции от понятия волевой регуляции. В то же время наш подход отличается от трактовок эмоционально-волевой регуляции деятельности, где нежелательные с точки зрения результативности деятельности эмоции регулируются, устраняются волевым процессом. В нашей трактовке это лишь частный случай, эффективный лишь в некоторых, форсмажорных обстоятельствах. Мы считаем, что осознание эмоционального компонента требует порой отказа от волевых усилий. В этом случае волевой потенци-

ал как бы устраняется эмоциональным процессом. Эмоционально-волевая регуляция, в основном относящаяся к процессу второго порядка, может быть выведена при помощи рефлексии на более высокий уровень и принимать черты метапроцесса. Основным индикатором и средством в механизме включения рефлексии выступает эмоция. Эмоции, с одной стороны, действуют на неосознаваемом уровне и автоматически блокируют неэффективные волевые проявления и поддерживают эффективные. С другой стороны, именно эмоции дают индивиду шанс вывести регуляцию на метауровень. Они служат индикатором благополучия или неблагополучия процесса, представленным в непосредственной форме, в форме переживания. Можно не только произвольно регулировать мешающие эффективной реализации деятельности эмоциональные состояния, но и активизировать эмоцию интереса, поддерживающую волевое усилие. Осознание особенностей процесса, стимулированное эмоцией, может приводить индивида к перестройке деятельности и осуществлять ее с большим учетом потребностей, индивидуальных особенностей, ценностей, направленности личности конкретного человека. Такая перестройка будет процессом более высокого порядка, стоящим как бы “над” эмоционально-волевой регуляцией и в то же время связанным с ней посредством эмоции.

Эмоционально-волевая регуляция – это синтетический процесс, обеспечивающий регуляцию деятельности в затрудненных и напряженных условиях, в котором эмоции занимают центральное положение. Эмоционально-волевая регуляция – это скоординированное взаимодействие эмоциональных и волевых процессов в ситуации преодоления трудностей и препятствий, формирующееся в деятельности и в социальном взаимодействии и реализующееся в них. Для успешной регуляции необходим баланс эмоциональных и волевых компонентов системы. Ситуация нарушения равновесия приводит к необходимости подавлять эмоциональные состояния волевым усилием, когда волевой процесс начинает выступать в качестве антагониста по отношению к эмоциональному, либо к неконтролируемому, разрушительному для личности и социального окружения поведению под влиянием эмоций.

Применение регулятивно-синтетической парадигмы к анализу эмоционально-волевой регуляции позволяет предположить наличие когнитивного компонента в ее составе. Этот компонент обнаружен в наших исследованиях.

Наше понимание эмоционально-волевой регуляции отличает ее от различных подходов к волевой регуляции, так как в этих подходах акцентируется ее сознательный характер. Эмоционально-волевая регуляция более широкое понятие, она включает процессы, не полностью осознанные индивидом. В.И.Селиванов различает непреднамеренные (не волевые) и сознательные (волевые) усилия и сосредотачивает свое внимание на этих последних. При этом

он отмечает, что важно изучать взаимопереходы одного усилия в другое. Именно эта область и являлась в основном объектом нашего внимания. Мы считаем, что эмоция опосредует эти взаимопереходы и служит важным индикатором качества самих волевых усилий. Нами исследуется не только активный волевой интерес, но и интерес в более широком смысле этого слова, понимаемый как отношение личности к объекту в силу его эмоциональной привлекательности. Интерес направляет регуляцию деятельности в нужное социальное русло, но только при условии правильно сформированной направленности личности. В личностной структуре, эмпирически выявленной в нашем исследовании, представлены все необходимые для эффективной эмоционально-волевой регуляции компоненты: направленность личности, эмоции, воля. В рамках нашего подхода эффективная регуляция – это вопрос баланса компонентов, равновесия между ними, а также содержания направленности личности, убеждения, ценностей. Эмоция находится в центре этого баланса и служит средством, позволяющим его регулировать на неосознанном уровне и средством адекватного осознания дисбаланса системы. Такое понимание позволяет рассмотреть процесс взаимодействия направленности личности, социума и волевой регуляции как двунаправленный. Эмоции служат индикатором дисбаланса системы. Этот дисбаланс может характеризоваться как недостаточностью волевой регуляции в ситуации необходимости реализации субъектом позитивных социальных влияний, так и необходимостью изменения направленности личности, убеждений или социального взаимодействия, которое приводит к их формированию. Эмоции занимают в системе баланса направленности личности и волевой регуляции центральное положение.

Мы согласны с утверждением В.А.Иванникова, что критерий преодоления трудностей не является исчерпывающим для определения волевой регуляции деятельности. Действительно, трудность может быть преодолена посредством нахождения более адекватного способа поведения, через выработку навыка. С нашей точки зрения концепт эмоционально-волевой регуляции позволяет рассмотреть ситуацию более целостно и включить в анализ аспекты выбора оптимальной стратегии деятельности и поведения. Эмоции депрессивного ряда, обнаруженные нами в рамках выделения видов волевой регуляции на эмоциональной основе, зачастую и являются индикатором для субъекта в пользу отказа от волевой регуляции и поиск более адекватной стратегии поведения или отказа от деятельности вообще. Выработку навыка мы рассматриваем как частный случай выбора более адекватного способа поведения. Эмоционально-волевая регуляция в этом случае также может осуществляться как осознанно, так и неосознанно. Эмоции стимулируют отказ от неадекватной волевой актив-

ности на предсознательном уровне и служат средством "выведения" регуляции на более сознательный уровень.

Мы согласны с утверждением В.А.Иванникова, что демонстрация волевых усилий не всегда свидетельствует о воле, что, например, настойчивость может быть связана с уверенностью. Поэтому анализ проблемы усилия и преодоления трудностей с нашей точки зрения можно проводить с позиций концепта эмоционально-волевой регуляции. В нашем исследовании при помощи лабораторного эксперимента показано, что настойчивость в ситуации неуспеха как раз и связана с эмоциями уверенности и сомнений. Таким образом, эмоции постоянно оказываются в центре регуляторной системы как средство поддержания баланса или как средство осознания дисбаланса.

Изучаемая реальность рассматривается нами как с процессуальной стороны, так и со стороны психических свойств и состояний. Нами выявлены характеристики личностной структуры, обеспечивающей эффективный процесс эмоционально-волевой регуляции и диспропорции этой структуры, затрудняющие регуляторный процесс, показана роль эмоциональных состояний в эффективности регуляторного процесса и др.

В серии исследований нами эмпирически подтверждены следующие концептуальные положения.

1. Волевая регуляция деятельности осуществляется при непосредственном участии эмоций. Имманентно присутствуя в процессе волевой регуляции, эмоции образуют процесс, который может быть назван эмоционально-волевой регуляцией.
2. Эмоции не только являются следствием эффективности деятельности, но и определяют эту эффективность.
3. Эмоции в процессе эмоционально-волевой регуляции служат для субъекта индикатором благополучного либо неблагополучного его протекания.
4. Эмоционально-волевая регуляция деятельности, благодаря наличию эмоционального компонента, приобретает дополнительный, неосознаваемый уровень. Именно совокупность этих двух уровней обеспечивает эффективную регуляцию деятельности в условиях трудностей.
5. Участвуя в процессе эмоционально-волевой регуляции, эмоции служат дополнительным источником, помогающим осознанию регуляторных процессов. Таким образом, эмоции – важный ресурс, поддерживающий саму основу волевой регуляции, а именно, ее осознанность, рефлексивность, произвольность.
6. В эмоционально-волевой регуляции участвует личность в целом. На параметры эмоционально-волевой регуляции влияет содержание мотивации, ответственность, мировоззрение установки, направленность лично-

- сти. Эмоции являются опосредующим звеном этого влияния. Направленность личности оказывает свое регулирующее влияние посредством эмоции интереса. Неверные установки, убеждения вызывают неадекватные волевые усилия, низко результативные и сопровождаемые эмоциями горя, вины. Данные эмоции способствуют редукции волевых усилий.
7. Эмоционально-волевая регуляция у родителей влияет на особенности эмоционально-волевой регуляции у детей. Осуществляется передача этих особенностей от поколения к поколению.
  8. Влияние особенностей эмоционально-волевой регуляции у родителей на особенности эмоционально-волевой регуляции у детей опосредуется системой семейного социального взаимодействия. В частности, такими ее параметрами, как удовлетворенность различными сферами семейной жизни, частота и особенности практик наказания в семье, толерантность родителей. Эмоционально-волевая регуляция у детей и семейные отношения связаны реципрокными отношениями.
  9. Эмоционально-волевая регуляция высокого уровня у родителей приводит к большей удовлетворенности семейной жизнью и меньшему эмоциональному стрессу в семье, что в свою очередь способствует эмоционально-волевой регуляции высокого уровня у детей.
  10. Существуют различные формы эмоционально-волевой регуляции в зависимости от особенностей ее эмоционального компонента. Первая форма образуется в результате включенности эмоций интереса и радости в регуляторный процесс. Вторая – на основе включенности в регуляторный процесс эмоций горя и гнева, вины.
  11. Эмоционально-волевая регуляция имеет слабо выраженную позитивную возрастную динамику. Оптимизация и активизация этой динамики требуют специальной психологической работы, прежде всего с использованием социально – психологических тренингов.
  12. Представления о волевой регуляции, зафиксированные в структурах языка и устойчивых установках испытуемых, хорошо согласуются с теоретическими положениями и обнаруживают в волевой регуляции эмоциональный компонент, связанный с энергетикой регуляторного процесса.
  13. Представления о волевой регуляции, зафиксированные в структурах языка и устойчивых установках испытуемых, обнаруживают структуру, сходную со структурой, полученной с использованием метода лабораторного эксперимента и корреляционных исследований. Эта структура включает направленность личности, ответственность. Данный компонент обеспечивает учет социальных требований в направленности регуляторного процесса.

14. Сочетание различных структурных элементов эмоционально-волевой регуляции позволяет выделить типы испытуемых. Некоторые типы с определенным сочетанием структурных элементов эмоционально-волевой регуляции требуют коррекционной работы.

15. Эмоционально-волевая регуляция может быть рассмотрена как интегральный процесс, функцией которого является мобилизация усилий для реализации деятельности в условиях трудностей.

Рассмотрение эмоционально-волевой регуляции в социальном взаимодействии с позиций данного подхода позволяет увидеть ряд перспектив дальнейших исследований в этой области. Во –первых, требует дальнейшего исследования влияние различным образом организованного социального взаимодействия на формирование компонентов структуры эмоционально-волевой регуляции в подростковом и юношеском возрастах. В данном случае потребуются применение формирующего эксперимента и исследование сместится в пограничную область социальной психологии и педагогической психологии. Во- вторых, возможно исследование структурных компонентов эмоционально-волевой регуляции в младшем школьном возрасте. Данное направление является пограничным на стыке социальной психологии и психологии развития. Некоторые данные, полученные нами, свидетельствуют о значении диспропорций эмоционально-волевой регуляции в патологическом развитии личности. Эта линия так же может быть продолжена в дальнейшем. Возможное направление дальнейших исследований связано с применением процедуры структурированного самоанализа волевых эпизодов. Дальнейшее накопление эмпирических данных в этой области приведет к лучшему пониманию характера трудностей, возникающих в реальном, «живом» процессе деятельности и социального взаимодействия.

### **Задания для самостоятельной работы**

1. Изучите особенности подходов к воле С.Л. Рубинштейна, В.А. Иванникова, Е.П. Ильина, В.И. Селиванова, Т.И. Шульги.
2. Изучите подход к эмоциональной регуляции О.В. Дашкевича.
3. Изучите системные представления о регуляции профессиональной деятельности В.Д. Шадрикова и теорию интегральных процессов А.В. Карпова.
4. Изучите взгляды Конопкина О.А на участие эмоций в осознанной регуляции целенаправленной активности человека.
5. Изучите теорию Е.О. Смирновой на развитие воли и произвольности у детей.
6. Изучите подход к саморегуляции В.И. Моросановой.
7. Изучите подход к изучению саморегуляции психических состояний А.О. Прохорова.

8. Опишите взгляды И.Ялома на включенность воли в процесс терапевтических изменений.
9. Сформулируйте ваши предположения о взаимосвязи воли и эмоций в регуляции деятельности и социального взаимодействия.

### **Литература для изучения по теме**

1. Иванников В.А. Психологические механизмы волевой регуляции. – М.: МГУ, 1991.
2. Ильин Е.П. Психология воли. - СПб., 2000.
3. Карпов А.В., Скитяева И.М. Психология рефлексии. - М.:ИП РАН, 2002.
4. Конопкин О.А. Участие эмоций в осознанной регуляции целенаправленной активности человека // Вопросы психологии. - 2006. - № 3. - С-38 – 49.
5. Моросанова В. И. Индивидуальный стиль саморегуляции.-М.:Наука,1988.
6. Прохоров А.О. Саморегуляция психических состояний: феноменология, механизмы, закономерности.-М.,2005.
7. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии: В 2 т. – М.: Педагогика, 1989. –Т.2.
8. Селиванов В.И. Психология волевой активности. – Рязань, 1974.
9. Смирнова Е.О. Развитие воли и произвольности в раннем и дошкольном возрастах. – М. – Воронеж, 1998.
10. Шадриков В.Д. От индивида к индивидуальности.- М.,-2009.
11. Шульга Т.И. Психологические основы формирования воли. - Пятигорск, 1993.
12. Ялом И. Групповая психотерапия. Теория и практика. - М.,2000.

## **2. ВОЗРАСТНЫЕ ИЗМЕНЕНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВОЙ СФЕРЫ ЛИЧНОСТИ**

Нами было проведено исследование развития эмоционально-волевой сферы личности у школьников с 6 по 11 класс с помощью методики ВКЛ. Исследование не претендует на разрешение вопроса о динамике волевых качеств, но дополняет данные по наиболее проблемному периоду их развития. В исследовании принимали участие 71 школьник 6 класса (33 мальчика и 38 девочек), 112 школьника 7 класса ( 48 мальчиков и 64 девочки ), 122 школьников 8 класса ( 56 мальчиков и 66 девочек ), 79 школьников 9 класса ( 39 мальчиков и 40 девочек), 151 учащийся 10 класса ( 73 мальчиков и 78 девочек ), 126 школьников 11 классов (60 мальчиков и 66 девочек). В результате мы получили данные о динамике как отдельных волевых качеств, так и общего показателя по тесту. Литературные данные позволяли предположить как возможность последовательного роста волевых качеств и воли

в целом в зависимости от возраста, так и то, что часть из них не будет иметь выраженной положительной возрастной динамики.

Результаты оказались следующими.

Динамика развития самостоятельности в период с 6 по 11 класс.

Таблица 1

*Средние значения и средние квадратические отклонения показателя самостоятельности по методике ВКЛ*

Класс	Среднее арифметическое	Среднее квадратическое отклонение
6	12.3	3.5
7	12.6	3.9
8	12.7	3.8
9	13.9	4.1
10	13.4	3.9
11	13.8	4.1

Таблица 2

*Результаты сравнения средних по критерию Стьюдента*

Классы	Статистика Стьюдента	Значимость	Гипотеза
6 – 7	0.4	0.7	0
6 – 8	0.7	0.5	0
6 – 9	2.3	2.2 E -2	1
6 – 10	2.1	3.2 E -2	1
6 – 11	2.6	9.9 E -3	1
7 – 8	0.2	0.8	0
7 – 9	1.9	5.6 E -2	0
7 – 10	1.6	0.1	0
7 – 11	2.1	3.4 E -2	1
8 – 9	1.8	6.7	0
8 – 10	1.5	0.1	0
8 – 11	2.1	3.8 E -2	1
9 – 10	0.7	0.5	0
9 – 11	0.2	0.9	0
10 – 11	0.7	0.5	0

Примечание.

1- подтверждение гипотезы о наличии значимых различий между выборочными средними.

0- подтверждение гипотезы об отсутствии значимых различий между выборочными средними.

## Результаты сравнения дисперсий по критерию Фишера

Классы	Статистика Фишера	Значимость	Гипотеза
6 – 7	0.8	0.1	0
6 – 8	0.8	0.2	0
6 – 9	0.7	8.5 E –2	1
6 – 10	0.8	0.1	0
6 – 11	0.7	4.9 E –2	1
7 – 8	1.1	0.4	0
7 – 9	0.9	0.3	0
7 – 10	0.9	0.5	0
7 – 11	0.9	0.3	0
8 – 9	0.9	0.3	0
8 – 10	0.9	0.4	0
8 – 11	0.9	0.2	0
9 – 10	1.1	0.3	0
9 – 11	0.9	0.5	0
10 – 11	0.9	0.3	0

Примечание.

1-подтверждение гипотезы о наличии значимых различий между выборочными дисперсиями.

0- подтверждение гипотезы об отсутствии значимых различий между выборочными дисперсиями

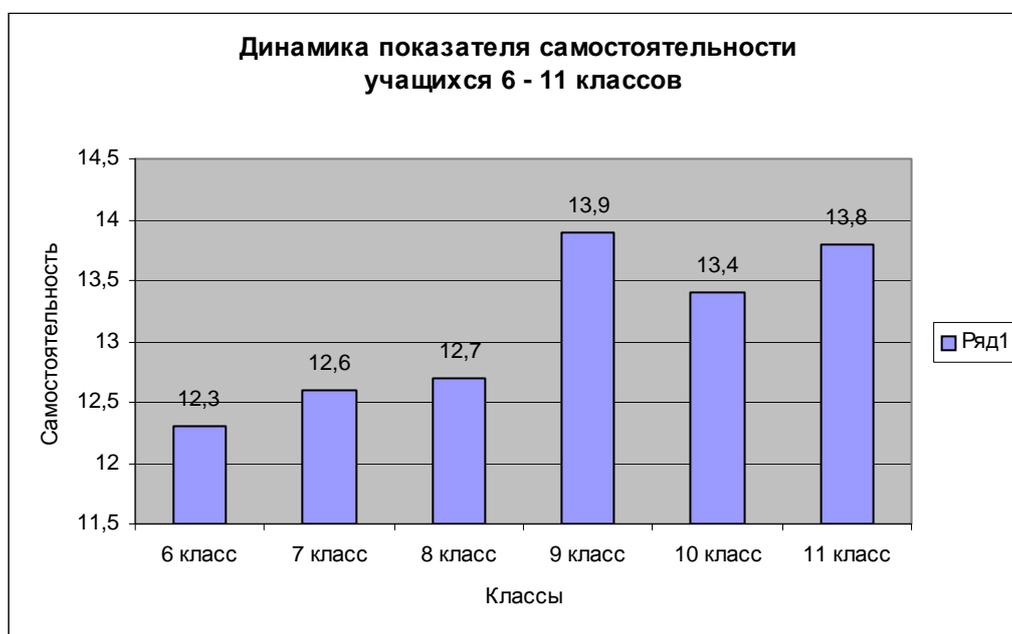


Диаграмма 1

Таким образом, самостоятельность последовательно увеличивается от шестого к одиннадцатому классу. Небольшое снижение в десятом классе по сравнению

с девятым и одиннадцатым не является значимым. Разброс результатов выше в девятом и одиннадцатом классах. Общая тенденция на увеличение самостоятельности прослеживается достаточно отчетливо. Это приводит к тому, что начиная с девятого класса различия приобретают статистически значимый характер. Данные о динамике самостоятельности в целом совпадают с данными, полученными в исследовании Т.И. Шульги и А.В. Быкова, которые отмечают, что данное качество достигает высокого уровня развития в подростковом возрасте.

Динамика развития ответственности в период с 6 по 11 класс.

Таблица 4

*Средние значения и средние квадратические отклонения показателя ответственности по методике ВКЛ*

Класс	Среднее арифметическое	Среднее квадратическое отклонение
6	16.3	3.4
7	14.8	3.5
8	15.0	3.8
9	13.8	4.4
10	14.2	4.8
11	14.7	3.7

Таблица 5

*Результаты сравнения средних по критерию Стьюдента*

Классы	Статистика Стьюдента	Значимость	Гипотеза
6 – 7	2.9	4.1 E -3	1
6 – 8	2.5	1.2 E -2	1
6 – 9	3.7	6 E -4	1
6 – 10	3.7	5 E -4	1
6 – 11	3.1	2.3 E -3	1
7 – 8	3.9	0.7	0
7 – 9	1.6	0.1	0
7 – 10	1.1	0.3	0
7 – 11	0.2	0.8	0
8 – 9	1.9	6.2 E -2	0
8 – 10	1.4	0.1	0
8 – 11	0.6	0.6	0
9 – 10	0.7	0.5	0
9 – 11	1.4	1.2	0
10 – 11	0.9	0.6	0

Примечание.

1 - подтверждение гипотезы о наличии значимых различий между выборочными средними.

0 - подтверждение гипотезы об отсутствии значимых различий между выборочными средними.

## Результаты сравнения дисперсий по критерию Фишера

Классы	Статистика Фишера	Значимость	Гипотеза
6 – 7	0.9	0.4	0
6 – 8	0.8	0.1	0
6 – 9	0.6	1.4 E -2	1
6 – 10	0.5	7 E -4	1
6 – 11	0.7	0.2	0
7 – 8	0.8	1.6	0
7 – 9	0.6	1.6 E -2	1
7 – 10	0.5	3 E -4	1
7 – 11	0.9	0.3	0
8 – 9	0.8	9.5 E -2	0
8 – 10	0.6	5.1 E -3	1
8 – 11	1.0	0.3	0
9 – 10	0.9	0.2	0
9 – 11	1.5	4.2 E -2	1
10 – 11	1.7	1.1 E -3	1

Примечание.

1-подтверждение гипотезы о наличии значимых различий между выборочными дисперсиями.

0- подтверждение гипотезы об отсутствии значимых различий между выборочными дисперсиями



Диаграмма 2

Видна тенденция к снижению ответственности в седьмом, восьмом, девятом, десятом и одиннадцатом классах по сравнению с шестым. Наименьшего

значения среди сравниваемых групп данный показатель достигает в девятом классе, а затем начинает постепенно повышаться в десятом и одиннадцатом. Таким образом, показатель сначала снижается, а затем растет. Наибольшая и значимо отличающаяся дисперсия показателя обнаружена в девятом и десятом классах.

Согласно точке зрения Л.И. Божович, усложнение деятельности в среднем школьном возрасте способствует росту у учащихся самостоятельности и ответственности. В.В. Давыдов отмечает, что подростки имеют необходимые личностные предпосылки для осуществления таких действий, за которые они несут моральную и дисциплинарную ответственность. Действительно, это так, но предпосылки формирования ответственности могут быть реализованы только при соответствующих целенаправленных воспитательных усилиях и определенных общественных условиях. Некоторые авторы справедливо говорят о том, что в последнее время общественные условия не способствуют формированию ответственности у учащихся.

Динамика развития целеустремленности в период с 6 по 11 класс.

Таблица 7

*Средние значения и средние квадратические отклонения показателя целеустремленности по методике ВКЛ*

Класс	Среднее арифметическое	Среднее квадратическое отклонение
6	18.6	4.3
7	17.7	5.4
8	16.4	5.2
9	18.3	5.1
10	17.8	4.9
11	18.3	5.1

Таблица 8

*Результаты сравнения средних по критерию Стьюдента*

Классы	Статистика Стьюдента	Значимость	Гипотеза
6 – 7	1.2	0.2	0
6 – 8	3.0	3.4 E –3	1
6 – 9	0.3	0.8	0
6 – 10	1.2	0.2	0
6 – 11	0.4	0.7	0

Продолжение табл. 8

7 – 8	1.8	7.7 E -2	0
7 – 9	0.8	0.6	0
7 – 10	0.1	0.9	0
7 – 11	0.9	0.6	0
8 – 9	2.3	2.2 E -2	1
8 – 10	2.1	3.3 E -2	1
8 – 11	2.8	5.4 E -3	1
9 – 10	0.7	0.5	0
9 – 11	2.6 E -2	0.9	0
10 – 11	0.9	0.6	0

Примечание.

- 2 - подтверждение гипотезы о наличии значимых различий между выборочными средними.  
 0 - подтверждение гипотезы об отсутствии значимых различий между выборочными средними.

Таблица 9

*Результаты сравнения дисперсий по критерию Фишера*

Классы	Статистика Фишера	Значимость	Гипотеза
6 – 7	0.6	2.4 E -2	1
6 – 8	0.7	4.2 E - 2	1
6 – 9	0.7	9.6 E -2	0
6 – 10	0.8	0.1	0
6 – 11	0.7	7.6 E -2	0
7 – 8	1.1	0.4	0
7 – 9	1.1	0.3	0
7 – 10	1.2	0.1	0
7 – 11	1.1	0.3	0
8 – 9	1.0	0.4	0
8 – 10	1.1	0.2	0
8 – 11	1.1	0.4	0
9 – 10	1.1	0.3	0
9 – 11	1.0	0.5	0
10 – 11	0.9	0.3	0

Примечание.

- 1-подтверждение гипотезы о наличии значимых различий между выборочными дисперсиями.  
 0- подтверждение гипотезы об отсутствии значимых различий между выборочными дисперсиями

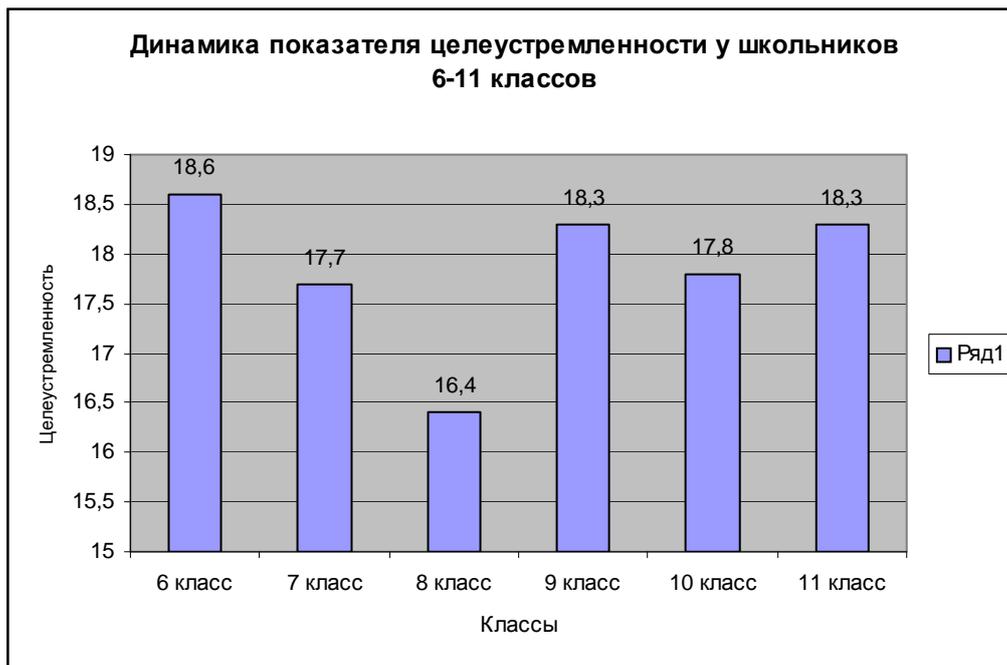


Диаграмма 3

Если сравнивать шестой и одиннадцатый классы, то целеустремленность остается на прежнем уровне. Значимых различий нет. Эти различия достигают значимой величины в восьмом классе. Обнаруживается следующая тенденция. Целеустремленность постепенно снижается от шестого к восьмому классу. Затем значение этого показателя увеличивается к одиннадцатому классу. В седьмом и восьмом классах дисперсия значительно различается в сравнении с шестым.

Можно сказать, что в целом мы наблюдаем ту же тенденцию развития целеустремленности, что и в исследовании Т.И. Шульги и А.В.Быкова, которые отмечают снижение целеустремленности в старшем школьном возрасте, а затем ее рост в студенческом возрасте. Разница заключается в том, что в нашем исследовании этот спад проявился несколько раньше, на границе среднего и старшего школьного возрастов.

Динамика развития внимательности в период с 6 по 11 класс.

Таблица 10

*Средние значения и средние квадратические отклонения показателя внимательности по методике ВКЛ*

Класс	Среднее арифметическое	Среднее квадратическое отклонение
6	12.6	3.5
7	13.4	3.8

Продолжение табл. 10

8	12.7	3.8
9	13.4	4.5
10	13.8	4.2
11	13.9	4.0

Таблица 11

*Результаты сравнения средних по критерию Стьюдента*

Классы	Статистика Стьюдента	Значимость	Гипотеза
6 – 7	1.5	0.1	0
6 – 8	0.1	0.9	0
6 – 9	1.1	0.3	0
6 – 10	2.3	2.2 E -2	1
6 – 11	2.4	1.8 E -2	1
7 – 8	1.5	0.1	0
7 – 9	0.1	0.9	0
7 – 10	0.8	0.6	0
7 – 11	0.9	0.6	0
8 – 9	1.0	0.3	0
8 – 10	2.4	1.6 E -2	1
8 – 11	2.5	1.3 E -2	1
9 – 10	0.7	0.5	0
9 – 11	0.8	0.6	0
10 – 11	0.1	0.9	0

Примечание.

1- подтверждение гипотезы о наличии значимых различий между выборочными средними.

0 - подтверждение гипотезы об отсутствии значимых различий между выборочными средними.

Таблица 12

*Результаты сравнения дисперсий по критерию Фишера*

Классы	Статистика Фишера	Значимость	Гипотеза
6 – 7	0.9	0.2	0
6 – 8	0.9	0.3	0
6 – 9	0.6	2.7 E -2	1
6 – 10	0.7	5.5 E -2	0
6 – 11	0.8	0.1	0
7 – 8	1.0	0.5	0
7 – 9	0.7	0.3	0
7 – 10	0.8	0.2	0
7 – 11	0.9	0.3	0
8 – 9	0.7	6.3 E -2	0

8 – 10	0.8	0.1	0
8 – 11	0.9	0.3	0
9 – 10	1.2	0.2	0
9 – 11	1.3	0.1	0
10 – 11	1.1	0.3	0

Примечание.

1-подтверждение гипотезы о наличии значимых различий между выборочными дисперсиями.

0- подтверждение гипотезы об отсутствии значимых различий между выборочными дисперсиями



*Диаграмма 4*

Видна тенденция к постепенному росту внимательности от шестого к одиннадцатому классу. Различия значимы между шестым и десятым и шестым и одиннадцатым классами. Наибольшая дисперсия показателя наблюдается в девятом классе. Значимые различия между средними в восьмом и десятом, а также в восьмом и одиннадцатом классах в данном случае означают, что рост внимательности обнаруживается в основном в старших классах школы, а в период с шестого по девятый класс видна лишь слабая положительная динамика.

Данных для сравнения развития внимательности мало, так как многие исследователи не включают ее в перечень волевых качеств личности. Однако, для этого есть теоретические основания. Л.С.Выготский, рассматривая овладение ребенком своим поведением, большое внимание уделяет овладению вниманием. Он пишет, что история внимания ребенка – это во многом история развития организованности его поведения. Овладение вниманием осуществляется по то-

му же принципу, что и овладение поведением в целом, а именно, с использованием знаков. Л.С. Выготский говорит о том, что культурное развитие какой-либо функции заключается в том, что в процессе совместной жизни и деятельности человек вырабатывает ряд искусственных стимулов, знаков и при их помощи овладевает собственными процессами поведения. Такое овладение собственным поведением и составляет, по Л.С. Выготскому, основу развития воли. Л.С. Выготский отмечает, что волевое действие начинается только там, где происходит овладение собственным поведением с помощью символических стимулов. Л.С. Выготский приводит описание эксперимента, который провел А.Н.Леонтьев при помощи методики двойной стимуляции. Была зафиксирована картина развития опосредованного внимания с положительной динамикой и некоторым подъемом в старших классах. Л.С. Выготский констатирует, что у дошкольника опосредованное внимание почти не снижает процента ошибок, у младшего школьника процент ошибок падает почти в два раза, а у старшего почти в десять раз. В данном случае мы не проводим прямой аналогии между полученными данными. Л.С. Выготский и А.Н. Леонтьев исследовали качественные изменения структуры внимания и поведения. Количественный показатель снижения числа ошибок в данных экспериментах – показатель роста опосредованности. В нашем исследовании преобладает количественный подход, последовательный рост внимательности как тестового параметра. Вместе с тем, многие пункты, составляющие этот параметр, отражают способность школьника произвольно управлять вниманием.

Внимательность как показатель развития волевой сферы рассматривается в числе прочих А. Мезерой. Этот автор выделяет его наряду с импульсивностью, волевым самоконтролем, самостоятельностью, активностью и рядом других.

Динамика развития энергичности в период с 6 по 11 класс.

Таблица 13

*Средние значения и средние квадратические отклонения показателя энергичности по методике ВКЛ*

Класс	Среднее арифметическое	Среднее квадратическое отклонение
6	19.7	5.0
7	18.9	4.7
8	19.4	4.6
9	19.0	4.4
10	19.8	5.3
11	19.0	5.4

Таблица 14

*Результаты сравнения средних по критерию Стьюдента*

Классы	Статистика Стьюдента	Значимость	Гипотеза
6 – 7	1.1	0.3	0
6 – 8	0.5	0.7	0
6 – 9	0.8	0.6	0
6 – 10	3.4 E -2	0.9	0
6 – 11	0.9	0.7	0
7 – 8	0.8	0.6	0
7 – 9	5.8 E -2	0.9	0
7 – 10	1.1	0.2	0
7 – 11	0.1	0.9	0
8 – 9	0.6	0.6	0
8 – 10	0.5	0.7	0
8 – 11	0.8	0.6	0
9 – 10	0.9	0.7	0
9 – 11	0.2	0.9	0
10 – 11	1.2	0.2	0

Примечание.

1- подтверждение гипотезы о наличии значимых различий между выборочными средними.

0 - подтверждение гипотезы об отсутствии значимых различий между выборочными средними.

Таблица 15

*Результаты сравнения дисперсий по критерию Фишера*

Классы	Статистика Фишера	Значимость	Гипотеза
6 – 7	1.1	0.3	0
6 – 8	1.1	0.2	0
6 – 9	1.2	0.2	0
6 – 10	0.9	0.3	0
6 – 11	0.9	0.3	0
7 – 8	1.1	0.4	0
7 – 9	1.1	0.3	0
7 – 10	0.8	9 E -2	0
7 – 11	0.8	6.2 E -2	0
8 – 9	1.1	0.4	0
8 – 10	0.7	4.0 E -2	1
8 – 11	0.7	2.7 E -2	1
9 – 10	0.7	3.9 E -2	1
9 – 11	0.7	4.4 E -2	1
10 – 11	0.9	0.4	0

Примечание.

1-подтверждение гипотезы о наличии значимых различий между выборочными дисперсиями.

0- подтверждение гипотезы об отсутствии значимых различий между выборочными дисперсиями



*Диаграмма 5*

Значимых различий между рассматриваемыми группами в энергичности не обнаружено. Наибольшая дисперсия показателя наблюдается в десятом и одиннадцатом классах. От одной возрастной группы к другой наблюдаются колебания, но их величины недостаточно, чтобы говорить об отрицательной либо положительной динамике показателя в зависимости от возраста.

Динамика развития инициативности в период с 6 по 11 класс.

Таблица 16

*Средние значения и средние квадратические отклонения показателя  
инициативности по методике ВКЛ*

Класс	Среднее арифметическое	Среднее квадратическое отклонение
6	15.2	4.1
7	14.2	4.5
8	14.7	4.8
9	15.3	4.6
10	15.4	5.8
11	14.5	4.9

Таблица 17

*Результаты сравнения средних по критерию Стьюдента*

Классы	Статистика Стьюдента	Значимость	Гипотеза
6 – 7	1.5	0.1	0
6 – 8	0.7	0.5	0
6 – 9	0.1	0.9	0
6 – 10	0.3	0.7	0
6 – 11	1.1	0.3	0
7 – 8	0.9	0.6	0
7 – 9	1.4	0.2	0
7 – 10	1.9	5.6 E –2	0
7 – 11	0.4	0.7	0
8 – 9	0.7	0.5	0
8 – 10	1.0	0.3	0
8 – 11	0.5	0.7	0
9 – 10	0.2	0.8	0
9 – 11	1.1	0.3	0
10 – 11	1.5	0.1	0

Примечание.

- 1- подтверждение гипотезы о наличии значимых различий между выборочными средними.  
 0 - подтверждение гипотезы об отсутствии значимых различий между выборочными средними.

Таблица 18

*Результаты сравнения дисперсий по критерию Фишера*

Классы	Статистика Фишера	Значимость	Гипотеза
6 – 7	0.8	0.2	0
6 – 8	0.7	7.9 E –2	0
6 – 9	0.7	0.2	0
6 – 10	0.5	8 E -4	1
6 – 11	0.7	5.9 E –2	0
7 – 8	0.9	0.3	0
7 – 9	0.9	0.4	0
7 – 10	0.6	2.7 E –3	1
7 – 11	0.9	0.2	0
8 – 9	1.1	0.4	0
8 – 10	0.7	1.2 E -2	1
8 – 11	0.9	0.4	0
9 – 10	0.6	2.5 E –2	1
9 – 11	0.9	0.4	0
10 – 11	1.5	0.1	1

Примечание.

- 1-подтверждение гипотезы о наличии значимых различий между выборочными дисперсиями.  
 0- подтверждение гипотезы об отсутствии значимых различий между выборочными дисперсиями



*Диаграмма 6*

Инициативность варьирует от класса к классу, но эти вариации не достигают статистически значимого уровня. Можно констатировать неизменность данного параметра в рассматриваемый период. Дисперсия значимо выше в 10 классе по отношению ко всем остальным рассматриваемым возрастным периодам.

Динамика развития выдержки в период с 6 по 11 класс.

Таблица 19

*Средние значения и средние квадратические отклонения показателя выдержки по методике ВКЛ*

Класс	Среднее арифметическое	Среднее квадратическое отклонение
6	18.1	4.7
7	17.3	5.2
8	17.0	4.6
9	17.4	5.1
10	18.2	5.1
11	17.1	5.5

Таблица 20

*Результаты сравнения средних по критерию Стьюдента*

Классы	Статистика Стьюдента	Значимость	Гипотеза
6 – 7	1.1	0.3	0
6 – 8	1.6	0.1	0
6 – 9	0.8	0.6	0
6 – 10	0.2	0.8	0
6 – 11	1.3	0.2	0
7 – 8	0.5	0.7	0
7 – 9	0.1	0.9	0
7 – 10	1.5	0.1	0
7 – 11	0.2	0.9	0
8 – 9	0.5	0.6	0
8 – 10	2.1	3.3 E -2	1
8 – 11	0.3	0.8	0
9 – 10	1.1	0.3	0
9 – 11	0.3	0.8	0
10 – 11	1.7	9.2 E -2	0

Примечание.

1- подтверждение гипотезы о наличии значимых различий между выборочными средними.

0 - подтверждение гипотезы об отсутствии значимых различий между выборочными средними.

Таблица 21

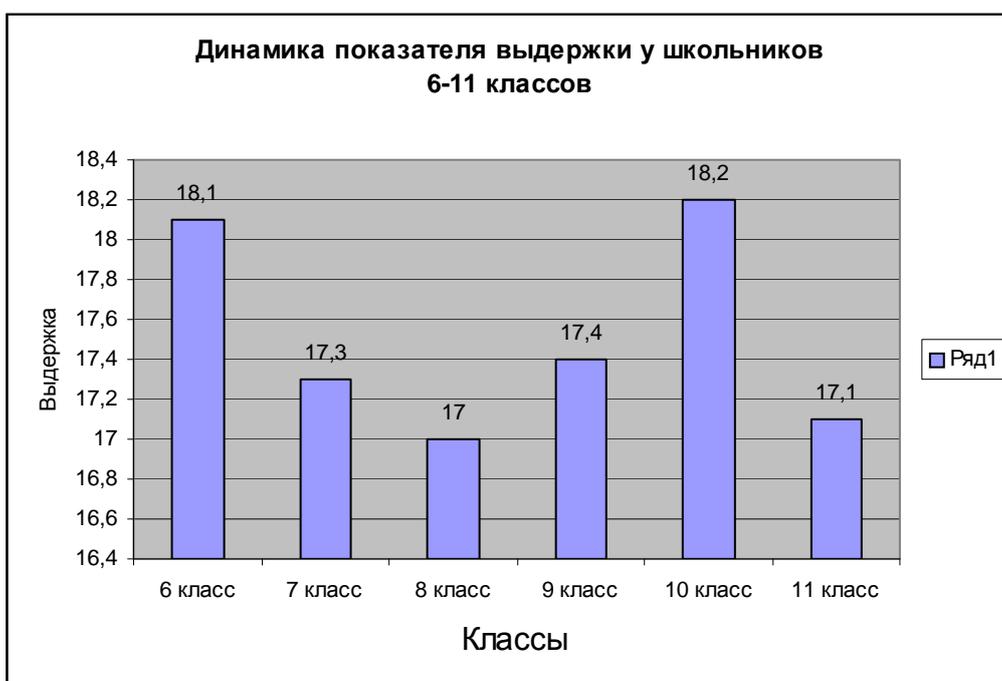
*Результаты сравнения дисперсий по критерию Фишера*

Классы	Статистика Фишера	Значимость	Гипотеза
6 – 7	0.8	0.2	0
6 – 8	1.0	0.4	0
6 – 9	0.9	0.3	0
6 – 10	0.8	0.2	0
6 – 11	0.6	5.8 E -2	0
7 – 8	1.3	7.6 E -2	0
7 – 9	1.1	0.4	0
7 – 10	1.0	0.5	0
7 – 11	0.9	0.3	0
8 – 9	0.8	0.2	0
8 – 10	0.8	8 E -2	0
8 – 11	0.7	1.8 E -2	1
9 – 10	0.9	0.4	0
9 – 11	0.8	0.2	0
10 – 11	0.9	0.2	0

Примечание.

1-подтверждение гипотезы о наличии значимых различий между выборочными дисперсиями.

0- подтверждение гипотезы об отсутствии значимых различий между выборочными дисперсиями



*Диаграмма 7*

Результаты сравнения выраженности такого качества, как выдержка, обнаруживают тенденцию ее постепенного снижения в подростковом возрасте и последующее небольшое повышение у старшеклассников. Постепенное снижение достигает максимума в восьмом классе, в котором различия являются значимыми по сравнению с одиннадцатым классом. Максимальная дисперсия показателя имеет место в одиннадцатом классе. Тенденция к снижению выражена не явно. Значимых различий между граничащими классами нет. Изменения, таким образом, накапливаются постепенно. Между шестым и одиннадцатым классом различия не значимы.

Результаты в основном совпадают с литературными данными. В исследовании Т.И. Шульги и А.В. Быкова отмечается, что на фоне общего роста волевых качеств в подростковом возрасте наблюдается низкий уровень выдержки. Как уже отмечалось выше, Е.В. Эйдман не обнаружил существенных возрастных изменений терпеливости, используя пробу с задержкой дыхания.

Динамика развития настойчивости в период с 6 по 11 класс.

Таблица 22

*Средние значения и средние квадратические отклонения показателя  
настойчивости по методике ВКЛ*

Класс	Среднее арифметическое	Среднее квадратическое отклонение
6	11.8	3.3
7	12.4	4.1
8	12.5	3.4
9	12.6	4.3
10	12.7	3.7
11	11.7	3.8

Таблица 23

*Результаты сравнения средних по критерию Стьюдента*

Классы	Статистика Стьюдента	Значимость	Гипотеза
6 – 7	0.8	0.6	0
6 – 8	1.3	0.2	0
6 – 9	1.1	0.3	0
6 – 10	1.8	0.4	0
6 – 11	0.2	0.9	0
7 – 8	1.4	0.2	0
7 – 9	0.8	0.6	0
7 – 10	0.8	0.6	0
7 – 11	1.2	0.2	0
8 – 9	0.2	0.8	0
8 – 10	0.6	0.5	0
8 – 11	1.6	0.1	0
9 – 10	0.2	0.8	0
9 – 11	1.3	0.2	0
10 – 11	1.4	0.2	0

Примечание.

1- подтверждение гипотезы о наличии значимых различий между выборочными средними.

0 - подтверждение гипотезы об отсутствии значимых различий между выборочными средними.

Таблица 24

*Результаты сравнения дисперсий по критерию Фишера*

Классы	Статистика Фишера	Значимость	Гипотеза
6 – 7	0.7	2.7 E -3	1
6 – 8	0.9	0.4	0
6 – 9	0.6	1.9 E -2	1
6 – 10	0.8	0.2	0
6 – 11	0.8	9.5 E -2	0

7 – 8	1.4	2.5 E –2	0
7 – 9	0.9	0.3	0
7 – 10	1.2	0.1	0
7 – 11	1.2	0.2	0
8 – 9	0.6	1.8 E –2	1
8 – 10	0.9	0.2	0
8 – 11	0.8	0.1	0
9 – 10	1.4	7.2 E –2	0
9 – 11	1.3	0.1	0
10 – 11	0.3	0.9	0

Примечание.

1-подтверждение гипотезы о наличии значимых различий между выборочными дисперсиями.

0- подтверждение гипотезы об отсутствии значимых различий между выборочными дисперсиями



Диаграмма 8

Если рассматривать значимые изменения настойчивости, то можно констатировать ее неизменность на протяжении рассматриваемого периода. Дисперсия значимо выше в седьмом и девятом классах по сравнению с шестым и восьмым.

Динамика развития решительности в период с 6 по 11 класс.

Таблица 25

*Средние значения и средние квадратические отклонения показателя  
решительности по методике ВКЛ*

Класс	Среднее арифметическое	Среднее квадратическое отклонение
6	13.2	3.7
7	12.8	3.9
8	12.8	3.8
9	13.5	4.5
10	12.7	4.9
11	12.7	4.6

Таблица 26

*Результаты сравнения средних по критерию Стьюдента*

Классы	Статистика Стьюдента	Значимость	Гипотеза
6 – 7	0.6	0.6	0
6 – 8	0.7	0.5	0
6 – 9	0.4	0.7	0
6 – 10	0.7	0.5	0
6 – 11	0.9	0.6	0
7 – 8	6.7 E -2	0.9	0
7 – 9	0.9	0.6	0
7 – 10	0.2	0.9	0
7 – 11	0.3	0.7	0
8 – 9	0.9	0.7	0
8 – 10	0.1	0.9	0
8 – 11	0.3	0.8	0
9 – 10	1.0	0.3	0
9 – 11	1.1	0.3	0
10 – 11	0.2	0.9	0

Примечание.

1- подтверждение гипотезы о наличии значимых различий между выборочными средними.

0 - подтверждение гипотезы об отсутствии значимых различий между выборочными средними.

Таблица 27

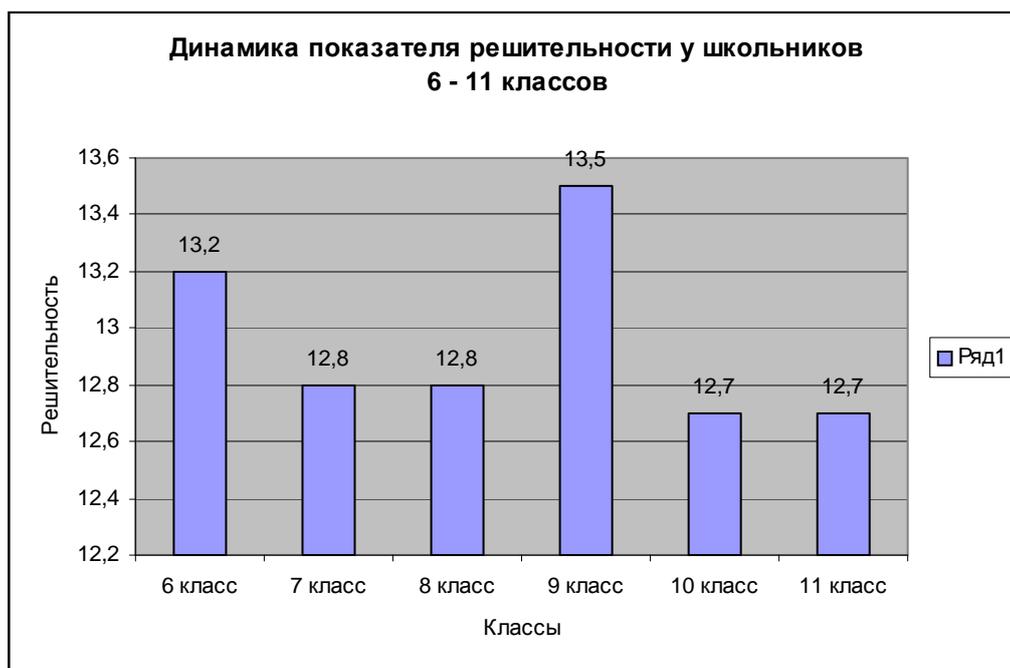
*Результаты сравнения дисперсий по критерию Фишера*

Классы	Статистика Фишера	Значимость	Гипотеза
6 – 7	0.9	0.3	0
6 – 8	0.9	0.3	0
6 – 9	0.6	3.7 E -2	1

6 – 10	0.6	4.3 E -3	1
6 – 11	0.7	2.4 E -2	1
7 – 8	1.0	0.5	0
7 – 9	0.7	7.6 E -2	0
7 – 10	0.6	7.5 E -3	1
7 – 11	0.7	5.1 E -2	0
8 – 9	0.7	6.9 E -2	0
8 – 10	0.6	5.6 E -2	0
8 – 11	0.7	4.4 E -2	1
9 – 10	0.9	0.3	0
9 – 11	1.0	0.5	0
10 – 11	1.1	0.2	0

Примечание.

1-подтверждение гипотезы о наличии значимых различий между выборочными дисперсиями.  
0- подтверждение гипотезы об отсутствии значимых различий между выборочными дисперсиями



*Диаграмма 9*

Средний показатель решительности не имеет значимых различий на протяжении рассматриваемых возрастов. Динамика наблюдается в отношении дисперсии данного показателя. Дисперсия увеличивается с возрастом и это увеличение приводит к появлению значимых различий между подростковым и старшим школьным возрастом.

Полученные данные частично согласуются с литературными. Исследования И.П. Петяйкина обнаруживают относительную неизменность решительности в возрастном диапазоне от девяти до тринадцати лет. Затем в возрасте четырнадцати – семнадцати лет решительность снижается. Наши данные также констатируют неизменность решительности, но эта неизменность имеет место в возрастном диапазоне от десяти до семнадцати лет. Однако, мы отмечаем большую дифференциацию школьников по параметру решительности в возрасте четырнадцати – семнадцати лет. Данные можно признать сходными, имея в виду поправку на разницу в методах исследования. Исследование И.П. Петяйкина выполнено с использованием экспериментальных методов, а наши данные получены с помощью стандартизированного самоотчета. Данные И.П. Петяйкина получены на материале спортивной деятельности, что могло привести определенную специфику в полученные результаты.

Динамика развития совокупности волевых качеств в период с 6 по 11 класс.

Таблица 28

*Средние значения и средние квадратические отклонения общего показателя развития воли по методике ВКЛ*

Класс	Среднее арифметическое	Среднее квадратическое отклонение
6	136.8	22.5
7	135.0	22.0
8	136.2	23.5
9	137.1	26.8
10	138	28.1
11	134.4	28.8

Таблица 29

*Результаты сравнения средних по критерию Стьюдента*

Классы	Статистика Стьюдента	Значимость	Гипотеза
6 – 7	0.5	0.6	0
6 – 8	0.2	0.9	0
6 – 9	6.7 E -2	0.9	0
6 – 10	0.3	0.7	0
6 – 11	0.6	0.5	0
7 – 8	0.4	0.7	0
7 – 9	0.5	0.6	0
7 – 10	0.9	0.7	0
7 – 11	0.2	0.9	0
8 – 9	0.2	0.8	0

Продолжение табл. 29

8 – 10	0.6	0.6	0
8 – 11	0.5	0.6	0
9 – 10	0.2	0.8	0
9 – 11	0.6	0.6	0
10 – 11	1.0	0.3	0

Примечание.

1- подтверждение гипотезы о наличии значимых различий между выборочными средними.

0 - подтверждение гипотезы об отсутствии значимых различий между выборочными средними.

Таблица 30

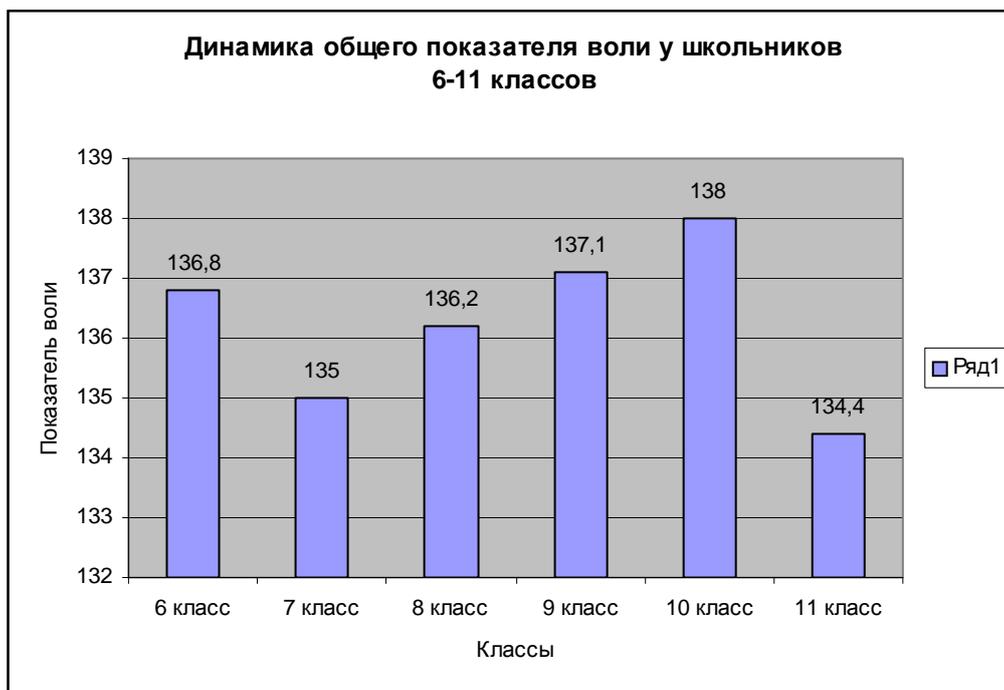
*Результаты сравнения дисперсий по критерию Фишера*

Классы	Статистика Фишера	Значимость	Гипотеза
6 – 7	1.0	0.4	0
6 – 8	0.9	0.4	0
6 – 9	0.7	7.8 E -2	0
6 – 10	0.6	1.8 E -2	1
6 – 11	0.6	1.2 E -2	1
7 – 8	0.9	0.2	0
7 – 9	0.7	3.6 E -2	1
7 – 10	0.6	3.4 E -3	1
7 – 11	0.6	2.1 E -3	1
8 – 9	0.8	0.1	0
8 – 10	0.7	1.9 E -2	1
8 – 11	0.7	1.2 E -2	1
9 – 10	0.9	0.3	0
9 – 11	0.9	0.3	0
10 – 11	0.9	0.4	0

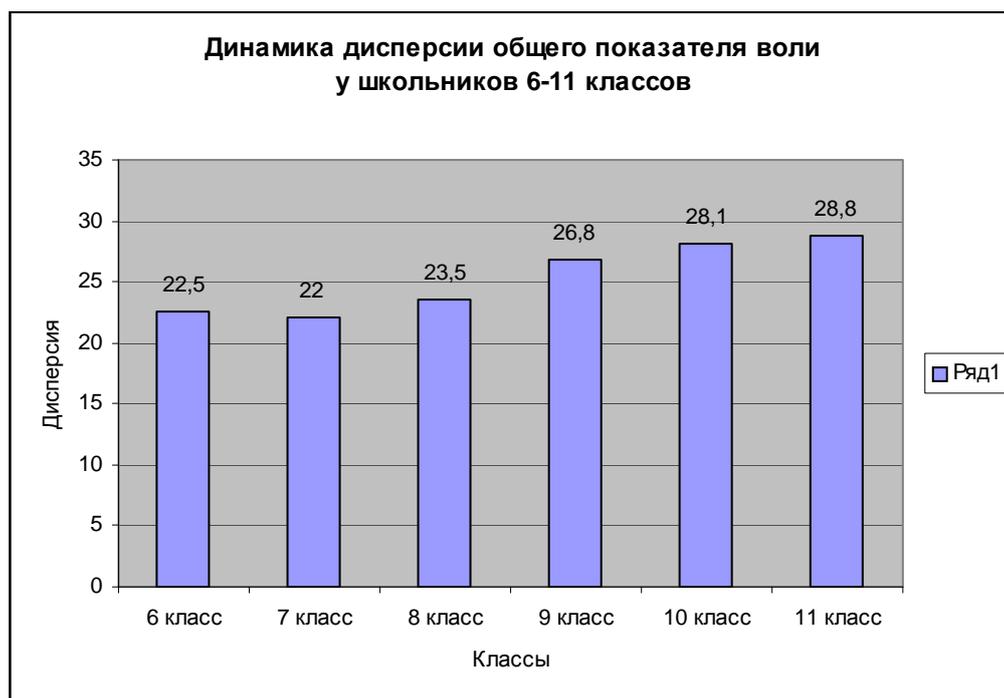
Примечание.

1-подтверждение гипотезы о наличии значимых различий между выборочными дисперсиями.

0- подтверждение гипотезы об отсутствии значимых различий между выборочными дисперсиями



*Диаграмма 10*



*Диаграмма 11*

По данным нашего исследования средний показатель развития волевых качеств личности остается неизменным на протяжении возраста от десяти – одиннадцати до шестнадцати – семнадцати лет.

При этом динамика отдельных волевых качеств различается. По характеру этой динамики можно условно выделить три группы качеств. К первой относятся решительность, инициативность, энергичность, настойчивость. Данные качества повторяют динамику общего показателя, то есть остаются неизменными. Ко второй группе относятся внимательность и самостоятельность. Эти качества становятся все более выраженными и к концу рассматриваемого возрастного периода, в результате чего в старшем школьном возрасте значительно различаются по сравнению с ранним подростковым. К третьей группе относятся такие качества, как целеустремленность, выдержка и ответственность. Эти качества снижают свою выраженность в среднем подростковом возрасте по сравнению с ранним и затем постепенно увеличивают выраженность к старшему школьному возрасту. В случае целеустремленности эта динамика проявляется более отчетливо. У всех трех качеств этой группы в сравнении шестого и одиннадцатого классов значимых различий не наблюдается, однако имеет место некоторое снижение выраженности параметров. Динамика дисперсии показателей более однородна. Дисперсия инициативности, ответственности, выдержки, внимательности, самостоятельности, энергичности, решительности и целеустремленности в целом увеличивается с возрастом. Иногда эта динамика более последовательна, иногда наблюдается некоторое снижение дисперсии в одиннадцатом классе, иногда основное увеличение дисперсии приходится на седьмой или восьмой класс, а затем этот уровень остается относительно неизменным. Динамика дисперсии настойчивости менее стабильна. Наблюдаются ее подъемы и спады. Рассмотренное на примере отдельных качеств увеличение дисперсии наглядно проявляется в динамике дисперсии общего показателя волевого развития. Таким образом, если рассматривать целостный показатель воли, то можно констатировать не столько его увеличение (это верно лишь относительно некоторых волевых качеств), сколько усиление разброса относительно среднего. Увеличивается дифференциация учащихся по данному параметру.

Многие авторы отмечают высокие потенциальные возможности подросткового и раннего юношеского возраста с точки зрения формирования эмоционально – волевой сферы. В то же время большинство этих авторов отмечают недостаточность ее развития в данном возрасте и необходимость приложения для ее формирования серьезных психолого – педагогических усилий. Л.И. Божович, говоря о подростках, отмечает, что при ускоренном физическом и в некоторой степени психическом развитии особенно бросается в глаза отставание развития волевых качеств. Причина этого, по мнению Л.И. Божович, заключается в том, что школьники подросткового возраста живут в более сложной ситуации развития, требующей от них более сложных форм волевого поведения, а они к этому не всегда готовы. В то же время возраст потенциально благоприят-

тен для становления системы жизненных целей, выходящей за рамки настоящего момента. Л.И. Божович, говоря о кризисе подросткового возраста, отмечает, что в первой своей фазе (12 – 14 лет) он характеризуется возникновением способности ориентироваться на цели, выходящие за рамки сегодняшнего дня, а на второй фазе (15- 17 лет) – осознанием своего места в будущем.

Н.И. Толстых называет рассматриваемый возраст сензитивным для становления системы жизненных целей человека.

Ряд авторов говорят о том, что в подростковом возрасте развиваются нравственные регуляторы поведения. Так, Д.И. Фельдштейн отмечает, что в подростковом возрасте возникают идеальные образы поведения, которые становятся его регуляторами. Создается основа, которая позволяет подростку самому управлять своим поведением и развитием. В то же время, Д.И. Фельдштейн отмечает, что общественные условия не всегда способствуют росту нравственности и ответственности подростков, что приводит к увеличению их грубости и агрессивности, снижению самостоятельности. Развитие самостоятельности, ответственности, нравственных регуляторов поведения происходит, с его точки зрения, только в условиях целенаправленно построенной общественно – полезной деятельности.

Потенциально высоки и возможности возраста в плане развития самовоспитания. Однако, если не стимулировать этот процесс, то развитие данного параметра оказывается недостаточным. В исследовании, проведенном под руководством И.В.Дубровиной, определялся уровень развития потребности в самовоспитании у восьмиклассников. Были выделены пять содержательных уровней выраженности этой потребности. Первый уровень самый высокий и пятый – самый низкий. Оказалось, что только 25 процентов исследуемых подростков находятся на третьем уровне развития рассматриваемой потребности. 66 процентов – на четвертом уровне и 9 процентов на пятом. Первый и второй уровни развития потребности не были зафиксированы ни у кого из испытуемых.

Сензитивность подросткового и старшего школьного возраста для различных звеньев волевой регуляции отмечают Т.И. Шульга и А.В. Быков. Вместе с тем этими же авторами отмечается некоторое снижение общего уровня развития волевых качеств в старшем школьном возрасте по сравнению со средним.

Итак, наряду с предпосылками развития воли и эмоционально – волевой сферы личности в подростковом и старшем школьном возрасте существуют определенные проблемы, связанные с необходимостью формирования для реализации этих предпосылок специальной развивающей среды. Если этого не делается, то развитие рассматриваемой стороны личности не происходит, либо происходит, но очень неравномерно и нестабильно. Вероятно, самого факта наличия учебной деятельности в подростковом возрасте в традиционной школе не-

достаточно, чтобы обеспечить развитие эмоционально – волевой сферы. Может быть, на начальных этапах обучения, в первых классах школы, факт наличия учебной деятельности как таковой выступает более значимым развивающим фактором. Ситуация начала обучения – сложная ситуация для ребенка. Она требует мобилизации всех сил и выдвигает существенные требования к развитию произвольности. В исследовании В.А. Иванникова и А.Д. Грибановой обнаружены значимые различия у дошкольников и учеников первого класса по пяти волевым качествам. Вероятно, в подростковом и старшем школьном возрасте необходимы специальные усилия по организации учебной и других видов общественно – полезной деятельности для развития личности школьников. В.В. Рубцов пишет, что традиционная система в основном построена по жесткому адаптивно – подражательному принципу и является прототипом поточно – ремесленного способа передачи опыта, который ограничен, так как не обеспечивает и не может вести за собой развитие. Школы с углубленным изучением предметов, по мнению В.В. Рубцова отличаются от традиционной скорее с количественной, чем с качественной стороны.

К усреднению общей картины развития воли может приводить и гетерохронность развития волевых качеств, на которую обращает внимание Е.П. Ильин.

Картина развития различных проявлений воли довольно сложна. В.А.Иванников отмечает, что одни волевые качества больше проявляются и развиваются в одном виде деятельности, другие – в другом и эти соотношения меняются по мере онтогенетического развития. Кроме этого существуют гендерные различия и индивидуальные особенности развития воли.

Сложность реальной картины развития волевых качеств отражается в нашем исследовании в различной динамике развития различных волевых качеств. Стабильное увеличение с возрастом дисперсии общего показателя воли позволяет предположить большую дифференциацию и индивидуализацию развития этой стороны личности.

Наши данные, показывающие отсутствие положительной динамики общего показателя воли у школьников, обучающихся в традиционной школе и школе с углубленным изучением предметов, говорят о необходимости построения специальной развивающей среды, организации деятельности, выработке развивающих программ.

### **Задания для самостоятельной работы**

- 1.Обобщите эмпирические данные и сделайте вывод о возрастной динамике эмоционально-волевой сферы по материалам методики ВКЛ.
- 2.Сравните полученные выводы с литературными данными.

3. Сформулируйте дальнейшие направления исследования возрастной динамики эмоционально-волевой сферы личности.

#### **Литература для изучения по теме**

1. Быков А. В., Шульга Т. И. Становление волевой регуляции в онтогенезе: Учебное пособие. – М.: Изд-во УРАО, 1999.
2. Прядеин В. П. Половозрастные особенности ответственности личности. - Екатеринбург: Изд-во Уральского гос. пед. ун-та, 1998.
3. Фельдштейн Д. И. Психология развития личности в онтогенезе. – М.: Педагогика, 1989.
4. Шульга Т. И. Проблемы волевой регуляции в онтогенезе // Вопросы психологии. - 1994. - №1.

### **3. РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВОЙ СФЕРЫ ЛИЧНОСТИ В СЕМЬЕ**

В данной главе представлены результаты нашего исследования взаимосвязей параметров эмоционально-волевой сферы личности родителей и детей в их опосредованности семейными отношениями, социальным взаимодействием в семье.

#### ***3.1. Результаты изучения взаимосвязи параметров эмоционально - волевой регуляции у родителей и параметров социального взаимодействия в семье***

На данном этапе исследования мы ставили целью понять, каким образом эмоционально-волевые особенности родителей влияют на эмоционально-волевые особенности детей. Мы предположили, что это влияние будет опосредовано семейными отношениями. Например, тем, какие меры наказания родители применяют, с какой частотой, насколько родители удовлетворены семейной жизнью, насколько они толерантны. Получив очень объемный массив данных, мы анализировали не отдельные корреляции, а их совокупности, пытаюсь увидеть в них определенную тенденцию, логику. Коэффициенты корреляции представлены в таблицах, приводимых ниже.

Таблица 31

*Значения коэффициентов корреляции волевых качеств личности и параметров удовлетворенности супругов различными сферами семейной жизни*

	L.3.1	L.3.2	L.3.3	L.3.4	L.3.5
Отв.	.15*	.26**	.21**	.21**	.19**
Ин.		.16*	.16*		.20**
Реш.	.16*	.26**	.23**	.18*	.20**
Сам.					
Выд.	.17*	.24**	.20**	.25**	.28**
Наст.		.18*			
Эн.	.21**	.27**	.24**	.24**	.26**
Вним.	.21**	.27**	.24**	.23**	.25**
Цел.	.21**	.23**	.18*	.21**	.21**
Об.б.	.21**	.32**	.26**	.24**	

Примечания:

n-180; \* -  $p < 0.01$ ; \*\* -  $p < 0.001$ ;

Отв. – показатель ответственности по методике ВКЛ;

Ин. – показатель инициативности по методике ВКЛ;

Реш. – показатель решительности по методике ВКЛ;

Сам. – показатель самостоятельности по методике ВКЛ;

Выд. – показатель выдержки по методике ВКЛ;

Наст. – показатель настойчивости по методике ВКЛ;

Эн. – показатель энергичности по методике ВКЛ;

Вним. – показатель внимательности по методике ВКЛ;

Цел. – показатель целеустремленности по методике ВКЛ;

Об.б. – общий балл по методике ВКЛ;

L.3.1. – удовлетворенность супругов способностью семьи контролировать стрессовые ситуации;

L.3.2 – удовлетворенность супругов распределением обязанностей в семье;

L.3.3 – удовлетворенность супругов тем, каким образом обсуждаются проблемы и принимаются решения в семье;

L.3.4 – удовлетворенность супругов тем, как члены семьи заботятся друг о друге;

L.3.5 – удовлетворенность супругов климатом, атмосферой, которая обычно царит в семье.

Таблица 32

*Значения коэффициентов корреляции волевых качеств личности и эмоционального состояния супругов*

	L.4.1	L.4.2	L.4.3	L.4.4	L.4.5	L.4.6	L.4.7
Отв.	-.20**		.16*				
Ин.	-.38**		.30**		.20**		-.19**
Реш.	-.40**	-.19**	.27**		.18*		
Сам.	-.23**	-.23**					
Выд.	-.35**	-.18*	.32**		.29**		-.23**
Наст.	-.28**		.17*				-.16*
Эн.	-.47**	-.16*	.44**		.31**		-.21**
Вним.	-.28**		.19*				-.16*

Цел.	-29**		.25**		.28**		
Об.б.	-47**	-19**	.34**		.25**		-.21**

Примечания:

n-180; \* -  $p < 0.01$ ; \*\* -  $p < 0.001$ ;

L.4.1 – частота переживания супругами печали, подавленности;

L.4.2 – частота переживания супругами тревожности, беспокойства;

L.4.3 – частота переживания супругами радости, счастья;

L.4.4 – частота переживания супругами вины, ответственности;

L.4.5 – частота переживания супругами гордости, удовлетворенности собой;

L.4.6 - частота переживания супругами смущения, сконфуженности;

L.4.7 – частота переживания супругами досады, неудовлетворенности.

Таблица 33

*Значения коэффициентов корреляции волевых качеств личности и представлений об эмоциональном состоянии супруга*

	L.5.1	L.5.2	L.5.3	L.5.4	L.5.5	L.5.6	L.5.7
Отв.							
Ин.			.22**				
Реш.			.15*				
Сам.					-16*		
Выд.							
Наст.							
Эн.							
Вним.			.25**				
Цел.			.20**	.24**			
Об.б.			.19**				

Примечания:

n-180; \* -  $p < 0.01$ ; \*\* -  $p < 0.001$ ;

L.5.1 – представление о частоте переживания супругом печали, подавленности;

L.5.2 – представление о частоте переживания супругом тревожности, беспокойства;

L.5.3 – представление о частоте переживания супругом радости, счастья;

L.5.4 – представление о частоте переживания супругом вины, ответственности;

L.5.5 – представление о частоте переживания супругом гордости, удовлетворенности собой;

L.5.6 - представление о частоте переживания супругом смущения, сконфуженности;

L.5.7 – представление о частоте переживания супругом досады, неудовлетворенности.

Таблица 34

*Значения коэффициентов корреляции волевых качеств личности и частоты использования различных практик наказания в 8-ми ситуациях семейной жизни*

	1	2	3	4	5
Отв.		-.19**(1) -.17* (2) -.15* (5) -.24**(7) -.21**(8)			
Ин.					
Реш.	.15*(6)				
Сам.		-.17* (1)		.18* (3)	
Выд.		-.16* (1) -.20**(4) -.23**(5)			
Наст.					
Эн.	.17*(6)	-.24**(1) -.16* (4) -.20**(5)	.16* (1)		.17* (6)
Вним.		-.18* (1) -.15* (7)		.15* (1) .15* (2) .16* (3) .19**(8)	
Цел.		-.20**(1) -.23**(3) -.27**(4) -.17* (5) -.18* (7)	.15* (2)		-.17* (5)
Об.б.		-.22**(1) -.18* (4) -.20**(5) -.15* (7)			
Отв.		-.15* (2)	-.19**(4)	-.15* (2) -.15* (5)	
Ин.	.17* (1) .15* (6) .15* (7)		-.22**(1)		
Реш.					.18* (6)
Сам.			.21**(8)		.16* (6)
Выд.	.17* (7)			.18* (1) .15* (6)	

Наст.					
Эн.	.15* (1) .15* (6)	.17* (6)	-.19* (1)	-.15* (5) .16* (6)	
Вним.		.15* (4)	-.15* (7)		.16* (6)
Цел.	.16* (5)		-.25**(1) -.21**(3) -.28**(4) -.23**(7)	-.16* (3)	.15* (6)
Об.б.			-.19**(1) -.16* (4)		

Примечания:

n – 180; \* - p < 0.01; \*\* - p < 0.001;

1 – 10 – частота употребления различных практик наказания по отношению к ребенку;

1 – “Я ему запретил бы смотреть телевизор в течение некоторого времени”;

2 – “Я ему дал бы ясно понять, что он меня огорчил”;

3 – “Без долгих разговоров я ему дал бы оплеуху”;

4 – “Я его поставил бы в угол на некоторое время и не обращал бы на него никакого внимания”;

5 – “Я сократил бы ему карманные деньги”;

6 – “Я бы его отшлепал”;

7 – “Я бы ему сказал, что в следующий раз он получит строгое наказание”;

8 – “Я потребовал бы должным образом извиниться”;

9 – “Я его лишил бы чего-либо, что он хочет и в обычное время я ему разрешаю (экскурсия, игрушка и т.д.)”;

10 – “Я ему запретил бы идти играть со своими друзьями после обеда”.

В скобках после значения коэффициента корреляции указаны номера ситуаций, в которых наблюдалось применение вышеназванных практик наказания.

1. Брат и сестра (4-х и 7-ми лет) ссорятся из-за книги. Вы вмешиваетесь и принимаете решение, что с этой книгой вначале имеет право играть младший ребенок и только потом старший. Тогда старший ребенок впадает в сильный гнев и разрывает книгу у Вас на глазах.

2. Чтобы наказать его за совершенную глупость, Вы даете оплеуху Вашему ребенку в возрасте 10-ти лет. Он пытается Вам дать сдачи.

3. В качестве наказания за дерзость Вы заставляете Вашего ребенка 12-ти лет помочь Вам делать уборку. Он Вам дерзит в ответ.

4. В течение многих недель Ваш ребенок 9-ти лет делает уроки нерегулярно и небрежно. Однажды он возвращается домой с дневником, полным плохих отметок.

5. Классный руководитель Вашего ребенка (11-ти лет) звонит Вам и жалуется, что он не слушается, дерзит и нарушает нормальную работу класса.

6. В обед Вы приготовили поесть то, что Ваш ребенок 7-ми лет не любит. Он упорно отказывается съесть даже маленький кусочек.

7. Без какой-либо уважительной причины Ваш ребенок 12-ти лет вернулся домой с двухчасовым опозданием.

8. Вы обнаружили, что Ваш ребенок 8-ми лет утащил 100 рублей из Вашего кошелька.

Таблица 35

*Значения коэффициентов корреляции волевых качеств личности родителей и частоты использования ими физических наказаний*

	9.2	9.4	9.5	9.8	9.9	9.11	9.12	9.13
Вк.		-17*	-11		-12	-14	-18*	-20**
Эн.		-14*		-12				
Вн.								-26**
Цел.	-17*							

Примечание:

n –180; \* - p< 0.01; \*\* - p< 0.001;

9.2- отправлять ребенка в кровать или его комнату;

9.4- задать порку (рукой);

9.5- отшлепать;

9.8 – давать оплеуху;

9.9 – лишать десерта;

9.11 – брать какой - либо предмет, чтобы стукнуть ребенка;

9.12 – грозить строгим наказанием;

9.13 – другое наказание.

Таблица 36

*Значения коэффициентов корреляции волевых качеств личности, подавленности родителей и их раздражения по поводу различных поведенческих проявлений ребенка*

	11	12.1	12.4	12.6	12.14
Отв.					-.16*
Ин.	-.19**				-.25**
Реш.	-.17*				
Сам.		-.17*	-.15*		
Выд.		-.18*			
Наст.					-.16*
Эн.	-.26**				
Вн.		-.16*			
Цел.	-.21**			-.19**	
Об.б.	-.20**				-.19**

Примечания:

n –180; \* - p< 0.01; \*\* - p< 0.001;

11- чувство подавленности из-за обязанностей в отношении воспитания детей или из-за ситуации в личной жизни в целом;

12.1 - выраженность раздражения родителей по поводу того, что ребенок не слушается;

12.4 – выраженность раздражения родителей по поводу того, что ребенок устраивает беспорядок;

12.6 - выраженность раздражения родителей по поводу того, что ребенок недостаточно пунктуален;

12.14 - выраженность раздражения родителей по поводу того, что ребенок просыпается ночью.

Кроме данных о влиянии эмоционально – волевой регуляции у супругов на параметры семейных отношений, мы проанализировали ее прямое влияние на поведение детей. Результаты представлены в таблице.

Таблица 37

*Значения коэффициентов корреляции волевых качеств личности и особенностей поведения ребенка в семье (по наблюдению родителей)*

	О 1.7.	О 1.9.	О 1.11.	О 1 16	О 1.21	О 1.24
Отв.		.18*		.24**	.18*	
Ин.				.24**		
Реш.	-.22**					
Сам.						
Выд.		.22**				
Наст.						
Эн.	-.17*	.20**	.21**	.18*	.22**	-.20**
Вн.		.18*		.20**	.18*	-.24**
Цел.			.15*		.30**	-.16*
Об.б.	-.17*	.18*	.17*	.17*	.16*	-.20**

Примечания:

n –180; \* - p< 0.01; \*\* - p< 0.001;

О 1.7 - ребенок часто подавлен, печален;

О 1.9 - у ребенка есть друг, с которым он играет с особенным удовольствием;

О 1. 11 – ребенок уважаем другими детьми;

О 1. 16 – ребенок думает, прежде чем действовать;

О 1. 21 – ребенок активен, заинтересован, любознателен;

О 1. 24 – ребенок заторможен.

*Основные результаты исследования можно обобщить следующим образом:*

1. Супруги, у которых в большей степени развиты волевые качества личности, более удовлетворены различными сферами семейной жизни.
2. Супруги с выраженными волевыми качествами не склонны к переживанию печали, подавленности, тревожности. Они более удовлетворены собой и чаще испытывают счастье и радость.
3. Супруги с выраженными волевыми качествами обнаруживают тенденцию чаще приписывать своему партнеру по браку переживание эмоций радости.
4. Супруги с выраженными волевыми качествами склонны в большей степени применять такие способы наказания как демонстрация ребенку своего огорчения и требование извинений, чем физические наказания.
5. Выраженность волевых качеств родителей коррелирует с некоторыми особенностями поведения ребенка. Дети таких родителей не склонны переживать подавленность, более активны, лучше контролируют себя.

### 3.2. Результаты изучения взаимосвязи параметров эмоционально-волевой регуляции детей и параметров социального взаимодействия в семье

Во второй части мы приводим результаты корреляционного анализа взаимосвязи практик наказания, применяемых в семье, толерантности родителей и др. с поведенческими проявлениями детей, отражающих особенности эмоционально-волевой регуляции.

Таблица 38

*Значения коэффициентов корреляции поведенческих проявлений детей и частоты использования различных практик наказания в 8-ми ситуациях семейной жизни (наказание 2)*

	O.9	O.11	O.21
2(1)	-10*	-12**	
2(3)	-14*	-13**	-12**
2(4)		-19**	-10*
2(5)	-10*	-19**	
2(7)	-12**	-17**	-10*
2(8)	-13**	-20**	

Примечания:

\*  $p < 0.05$  \*\*  $p < 0.01$

2 - Я ему дал бы ясно понять, что он меня огорчил. В скобках указаны номера ситуаций, в которых использован данный вид наказания.

O9 – есть ребенок, с которым он играет с особым удовольствием; O11 – в общем уважаем другими детьми; O21 – заинтересован, любознателен, активен.

Таблица 39

*Значения коэффициентов корреляции поведенческих проявлений детей и частоты использования различных практик наказания в 8-ми ситуациях семейной жизни (наказание 8)*

	O.9	O.11	O.21
8(1)		-13**	-11*
8(2)	-10*	-12**	
8(3)	-14**		-18**
8(4)			-12**
8(5)	-12**	-17**	-15**
8(6)		-10*	
8(7)	-14**		-12**
8(8)	-14**	-13**	-15**

Примечания:

\*  $p < 0.05$  \*\*  $p < 0.01$ ;

8 – Я потребовал бы должным образом извиниться.

Таблица 40

*Значения коэффициентов корреляции поведенческих проявлений детей, и частоты использования различных практик наказания в 8-ми ситуациях семейной жизни (наказание б)*

	О.9	О.11	О.21
б(1)		13**	
б(2)		13**	
б(3)		12**	
б(4)		10*	
б(6)	10*	17**	
б(7)		14**	10*

Примечания:

\*  $p < 0.05$  \*\*  $p < 0.01$

б – Я бы его отшлепал.

Таблица 41

*Коэффициенты корреляции различных видов физических наказаний и поведенческих проявлений детей*

	О1	О3	О4	О6	О8	О9	О10
9.1			-.13*			.13*	
9.2		.13*					.14*
9.3							
9.4	.20**						
9.5	.21**	.13*					
9.6				-.13			.14*
9.7						.19**	
9.8		-.18**			-.14*	-.13*	
9.9							
9.10							.14*
9.11							
9.12	.15*						
9.13					.27**		
	О11	О12	О13	О14	О15	О16	О17
9.1	.13*	.16*	.14*				
9.2							
9.3			.13*				
9.4	-.13*	.13*					
9.5	-.13*	.13*					.19**
9.6		.15*			-.15*		
9.7					-.13*		
9.8	-.15*						
9.9			-.18**				
9.10				.16*			.13*
9.11				.13*		-.17*	

9.12		.16*				-.22**	
9.13							
	O18	O19	O20	O21	O22	O23	O24
9.1	.20**					.16*	
9.2							
9.3	.15*						
9.4					.16*		.13*
9.5			-.18*				
9.6							
9.7							
9.8			-.17**	-.14*			
9.9							
9.10		.19**		-.17**			
9.11		.13*		-.12*			
9.12						.28*	
9.13							

Примечания:

\*  $p < 0.05$  \*\*  $p < 0.01$ ;

9.1 – сердиться; 9.2- отправлять ребенка в кровать или его комнату; 9.3 – трепать за волосы; 9.4- задать порку (рукой); 9.5- отшлепать; 9.6 – запрещать смотреть телевизор; 9.7 – временно запрещать выходить из дома; 9.8 – давать оплеуху; 9.9 – лишать десерта; 9.10 – отправлять ребенка в кровать, лишив его ужина; 9.11 – брать какой - либо предмет, чтобы стукнуть ребенка; 9.12 – грозить строгим наказанием; 9.13 – другое наказание.

O1 – возбужден, сверхактивен, не может долго оставаться спокойным; O2 – часто испытывает головную боль, боль в желудке или тошноту; O3 – может уступать, делиться с другими детьми; O4 – часто испытывает внезапные вспышки гнева, раздражается; O5 – предпочитает играть один; O6 – легко подчиняется, вовлекается; O7 – часто подавлен, печален; O8 – сочувствует, страдает, когда у других горе; O9 – есть ребенок, с которым он играет с особенным удовольствием; O10 – придирается к другим детям;

Таблица 42

*Коэффициенты корреляции времени, прошедшего с момента последнего физического наказания и поведенческих проявлений детей*

	O1	O11	O16	O22	O25
T	-.23**	.19**	.18**	-.13*	-.15*

Примечание:

\*  $p < 0.05$  \*\*  $p < 0.01$ .

*Коэффициенты корреляции толерантности родителей к поведению ребенка и поведенческих проявлений детей*

	O4	O12
12.1	.19**	.21**
12.4	.22**	.23**
12.7	.20**	.18*
12.8	.16*	
12.9	.24**	
12.10		.13*
12.11	.24**	
12.12		.14*

Примечания:

$p < 0.05$  \*\*  $p < 0.01$ .

12.1 – раздражение по поводу того, что ребенок не слушается; 12.4 - раздражение по поводу того, что ребенок устраивает беспорядок; 12.7 - раздражение по поводу того, что ребенок плохо ведет себя за столом; 12.8 - раздражение по поводу того, что ребенок невежлив, недостаточно учтив, дерзко себя ведет; 12.9 - раздражение по поводу того, что ребенок не хочет помогать; 12.10 - раздражение по поводу того, что ребенок слишком много смотрит телевизор; 12.11 - раздражение по поводу того, что ребенок внезапно впадает в гнев; 12.12 - раздражение по поводу того, что ребенок слишком часто кричит.

*Коэффициенты корреляции толерантности родителей к поведению ребенка и поведенческих проявлений детей (продолжение)*

	12.1	12.4
O1	17**	
O3		-13**
O4	19**	
O12	21**	
O13	10*	
O15	-10*	-11*
O17		20**
O18		17**
O19		10*
O22	10*	19**
O23	12**	

Примечания:

$p < 0.05$  \*\*  $p < 0.01$ .

12.1 – раздражение по поводу того, что ребенок не слушается;

12.14 – раздражение по поводу того, что ребенок просыпается ночью.

O1 – возбужден, сверхактивен, не может долго оставаться спокойным; O3 – может уступать, делиться с другими детьми; O4 – часто испытывает внезапные вспышки гнева, раздражается; O12 – трудно сосредотачивается на чем – то, легко отвлекается; O13 – неуверенный, боязливый; O15 – охотно участвует (например, когда нужно навести порядок), с охотой помогает; O17 – умышленно портит чужие вещи; O18 – боится определенных ситуаций, людей, животных или вещей; O19 – имеет проблемы с едой; O22 – у него плохой сон, он возбужден; O23 – очень эмоционально на все реагирует.

Таблица 45

*Коэффициенты корреляции удовлетворенности различными сферами семейной жизни и поведенческих проявлений детей*

	L.3.1	L.3.2	L.3.3	L.3.4	L.3.5
O4	-.16**	-.12**	-.19**	-.23**	-.25**
O5		-.16**	-.12*	-.14**	-.11*
O7		-.14**			-.14**
O12					-.13**
O13				-.13**	-.12**
O17					-.11*
O20	.12**	.11*	.12**	.11*	.14**
O21		.12*		.11*	.11*
O22	-.11*	-.11*	-.13**	-.14**	-.14**
O23				-.12**	-.14**
O24	-.11*	-.15**	-.11*	-.11*	-.12*
O25		-.11*			-.13**

Примечания:

n-180; \* -  $p < 0.01$ ; \*\* -  $p < 0.001$ .

Условные обозначения, применяемые в таблице, приведены выше.

Еще один показатель эмоциональности супругов заключается в измерении степени их подавленности в связи с семейными обязанностями. Рассмотрим, как этот параметр влияет на поведенческие особенности детей.

Таблица 46

*Корреляции подавленности родителей и поведенческих особенностей детей*

	O3	O4	O11	O15	O17	O24
11	-.11*	.11*	-.13**	-.15**	.11*	.10*

Примечания:

n-180; \* -  $p < 0.01$ ; \*\* -  $p < 0.001$ .

11- подавленность из – за обязанностей по отношению к воспитанию детей и из-за личной жизни в целом.

O3 – может уступать, делиться с другими детьми; O4 – часто испытывает внезапные вспышки гнева, раздражается; O11 – в общем уважаем другими детьми; O15 – охотно участвует(например, когда нужно навести порядок), с охотой помогает; O17 – умышленно портит чужие вещи; O24 – часто заторможен.

Табл. 47 отражает связи эмоций, характерных для супругов и особенностей поведения ребенка, характеризующих эмоционально – волевою регуляцией.

Таблица 47

*Коэффициенты корреляций эмоций супругов и особенностей детского поведения*

	L.4.1	L.4.2	L.4.3	L.4.4	L.4.5	L.4.6	L.4.7
O1						.17**	
O3			.14**				
O4	.17**	.17**	-.12**			.12**	.16**
O7			-.13**				
O9					.12**		
O11					.14**		
O12				.16**		.13**	
O13		.16**	-.12**				.12**
O18				.16**			
O21			.16**	.15**			
O23		.12**		.12**			
O24			-.17**				

Примечания:

N=502. \*\* -  $p < 0.001$ ;

L.4.1 – частота переживания супругами печали, подавленности;

L.4.2 – частота переживания супругами тревожности, беспокойства;

L.4.3 – частота переживания супругами радости, счастья;

L.4.4 – частота переживания супругами вины, ответственности;

L.4.5 – частота переживания супругами гордости, удовлетворенности собой;

L.4.6 - частота переживания супругами смущения, сконфуженности;

L.4.7 – частота переживания супругами досады, неудовлетворенности;

O1 – возбужден, сверхактивен, не может долго оставаться спокойным; O3 – может уступать, делиться с другими детьми; O4 – часто испытывает внезапные вспышки гнева, раздражается; O7 – часто подавлен, печален; O9 – есть ребенок, с которым он играет с особенным удовольствием; O11 – в общем уважаем другими детьми; O12 – трудно сосредотачивается на чем – то, легко отвлекается; O13 – неуверенный, боязливый; O18 – боится определенных ситуаций, людей, животных или вещей; O21 – заинтересован, любознателен, активен. O23 – очень эмоционально на все реагирует; O24 – часто заторможен.

Дополнительная информация к анализу влияния удовлетворенности на поведенческие особенности, отражающие особенности эмоционально-волевой регуляции, заключается в том, что параметры удовлетворенности супругов различными сферами семейной жизни тесно связаны между собой. Соответствующие данные приведены ниже.

Таблица 48

*Коэффициенты корреляции удовлетворенности супругов различными сферами семейной жизни*

	L.3.1	L.3.2	L.3.3	L.3.4	L.3.5
L.3.1		.40**	.54**	.46**	.48**
L.3.2			.51**	.52**	.47**
L.3.3				.55**	.55**
L.3.4					.74**

Примечание: \*\* -  $p < 0.01$ .

Результаты данного этапа исследования можно резюмировать следующим образом.

Данные, представленные в таблицах, иллюстрирующих связь наказаний и поведения ребенка, показывают, что в наибольшей степени (по сумме корреляций) на поведение ребенка влияют такие виды наказаний, как “сердиться”, “отшлепать” и “давать оплеуху”. Влияние такого вида наказания, как “сердиться” амбивалентно. Влияние таких видов наказания, как “отшлепать” и “дать оплеуху” отрицательно. Частота употребления наказания “отшлепать” сочетается с такими особенностями, как возбуждение, сверхактивность, уступчивость, низкое уважение со стороны сверстников, трудностью сосредоточения, порчей чужих вещей и недоведением задуманного до конца. Частота употребления наказания “дать оплеуху” сочетается с низкой уступчивостью, низкой способностью сострадать, отсутствием товарищей по игре, низким уважением со стороны сверстников, низкой активностью и неспособностью довести до конца задуманное. Часть из этих проявлений характерны для синдрома дефицита внимания и гиперактивности. Часть характеризуют низкий уровень других сторон эмоционально-волевой регуляции.

В таблице 43 представлена только часть данных, характеризующая наиболее явные тенденции. Вся совокупность данных говорит о том, что низкая толерантность к поведению ребенка негативно сказывается на его поведенческих проявлениях. Особенно отчетливо связаны с низкой толерантностью склонность ребенка часто испытывать вспышки гнева, раздражения и трудность сосредоточения, легкая отвлекаемость.

Таблица 43 дает нам представление о влиянии на эмоционально-волевую регуляцию ребенка толерантности родителей по поводу тех проявлений, которые в наибольшей степени связаны с эмоционально-волевой регуляцией у родителей. Корреляции, хотя и невелики по абсолютному значению, но многочисленны и не противоречивы. В своей совокупности они дают нам ясное понимание негативного влияния низкой толерантности на эмоционально-волевую регуляцию у ребенка.

Данные показывают, что дети, которых чаще наказывают физически, более возбуждены, сверхактивны, пользуются меньшим уважением со стороны других детей, действуют менее обдуманно, заторможены и плохо спят. Результаты согласуются с приведенными выше.

Можно сказать, что результаты не противоречивы и в целом показывают негативное влияние частых наказаний, особенно физических, на поведенческие проявления детей. Возможна и иная интерпретация полученных данных. Например, в отношении гиперактивности можно предположить, что наказания являются следствием поведения ребенка, а не его причиной. Скорее всего, дело во

взаимной обусловленности. Наказания усиливают негативные проявления, а те, в свою очередь, провоцируют наказания. Низкая удовлетворенность различными сферами семейной жизни сказывается на эмоционально-волевой регуляции у детей также негативно. В данном случае мы интерпретируем удовлетворенность семейной жизнью как причину, а поведенческие особенности детей, характеризующие эмоционально-волевую регуляцию - как следствие. Действительно, сложно предполагать, что, например, эмоционально-волевая регуляция у ребенка повлияет на удовлетворенность распределением обязанностей между супругами.

В отношении связи наиболее характерных для супругов эмоций и поведенческих проявлений детей можно сказать, что подавленность, тревожность, смущенность, неудовлетворенность негативно влияют на эмоционально-волевую регуляцию у детей. Преобладание эмоций радости и гордости собой – положительно. Влияние вины, ответственности амбивалентно. С нашей точки зрения эта амбивалентность является следствием амбивалентной формулировки данного пункта в тесте. В совокупности с учетом знака данная группа эмоций может быть интерпретирована как эмоциональный стресс, заключающийся в выраженности подавленности, тревожности, вины, неудовлетворения и отсутствии радости и удовлетворенности собой. Корреляции эмоций с поведенческими особенностями детей меняют знак в зависимости от того, позитивные или негативные это эмоции, так, что отрицательные проявления эмоциональности влияют на эмоционально-волевую регуляцию негативно, а положительные – позитивно. Общая картина корреляционных связей непротиворечива. Таким образом, можно сказать, что нахождение родителей в состоянии эмоционального стресса негативно влияет на формирование эмоционально-волевой регуляции у детей. Как и в предыдущем обсуждении, мы понимаем реципрокность взаимодействия рассматриваемых переменных. Однако, анализ конкретных индикаторов проявлений эмоционально-волевой регуляции у детей позволяет несколько акцентировать именно воздействие эмоционального стресса у родителей на эмоционально-волевую регуляцию и сферу общения у детей, а не наоборот.

## **Выводы**

1. Частота наказаний влияет на поведенческие проявления детей, на некоторые особенности эмоционально-волевой регуляции их деятельности.
2. Частые физические наказания связаны с проявлениями синдрома дефицита внимания и гиперактивности.
3. Частые физические наказания приводят к тому, что дети менее активны и хуже контролируют свои эмоции. Им сложнее довести до конца начатое дело.

4. Низкая толерантность родителей к поведению детей приводит к тому, что дети труднее контролируют гнев и сосредотачиваются.

5. Низкая удовлетворенность семейной жизнью отрицательно сказывается на поведенческих проявлениях детей, характеризующих эмоционально-волевою регуляцией.

6. Нахождение родителей в состоянии постоянного эмоционального стресса негативно влияет на формирование эмоционально-волевой регуляции у детей.

### ***3.3. Результаты изучения зависимости практик наказания в семье детей от практик наказания в семье родителей, параметров социального взаимодействия в семье от практик наказания в родительской семье, параметров эмоционально волевой регуляции у родителей от практик наказания в их собственной родительской семье***

Данный уровень анализа предполагает исследование того, как параметры семейных отношений в родительских семьях (по отношению к участвующим в тестировании взрослым) влияют на параметры семейных отношений в дочерних семьях, а также на параметры эмоционально-волевой регуляции у супругов. Таким образом, появляется некоторая возможность проследить влияния исследуемых факторов в различных поколениях.

Представим вначале данные о взаимосвязи практик наказаний в родительской и дочерней семье.

Таблица 49

*Корреляции наказаний, применяемых к испытуемым в их родительской семье и наказаний, которые они применяют к своим детям*

N=502

	1	2	3	4	5	6
1.1	.35**			.10*		
1.2		.36**				.16**
1.3		.11*	.35**	.15**	.14**	
1.4			.22**	.31**	.20**	.12**
1.5		.12*	.20**	.27**	.30**	.17**
1.6		.18**				.28*
1.7		.24**		.14**	.11*	.20**
1.8		.11*	.23**	.16**	.14**	
1.9		.14**				.18*
1.10			.19**	.13**	.10*	.15**
1.11		.10*	.14*;	.14**	.14**	.12*
1.12				.14**		

	7	8	9	10	11	12
1.1	.10*					
1.2	.16*	.17**	.16**	.17**	.14**	.13**
1.3		.16**	.13**	.25*	.20**	
1.4	.12*	.20**		.11*	.23*	.16**
1.5	.15*	.23**			.20**	.17**
1.6	.21**		.10*	.10*		
1.7	.29**	.10*				.16**
1.8	.10*	.32**	.11*	.21**	.17**	
1.9	.10*	.11*	.43**	.24**	.16**	
1.10	.11*	.15**	.28**	.36**	.26**	
1.11		.20**	.20**	.24**	.32**	.10*
1.12						.39**

Примечания:

1. Сердиться на ребенка. 2. Отправлять ребенка в кровать или в комнату. 3. Трепать за волосы. 4. Задавать порку (рукой). 5. Отшлепать. 6. Запрещать смотреть телевизор. 7. Временно запрещать выходить из дома. 8. Давать оплеуху. 9. Лишать десерта. 10. Отправлять ребенка в кровать, лишив его ужина. 11. Брать какой – либо предмет, чтобы стукнуть ребенка. 12. Грозить строгим наказанием.

Нумерация 1.1, 1.2, 1.3 и т.д. обозначает те же наказания, но применявшиеся к самим взрослым в их родительской семье.

$p < 0.05$  \*\*  $p < 0.01$

В табл. 50 и 51 приводятся данные о влиянии на удовлетворенность браком и на эмоции, переживаемые супругами наказаний в родительской семье.

Таблица 50

*Коэффициенты корреляции различных видов физических наказаний, применявшихся к родителям в их семье, и удовлетворенность различными сферами семейной жизни*

N=502

	L.3.1	L.3.2	L.3.3	L.3.4	L.3.5
1				-.12*	
2		-.12*	-.16*	-.13*	-.17**
3					
4					-.16**
5			-.12*		-.17**
6	-.14*		-.21**		
7					
8					
9	-.13*			-.12*	
10					
11					
12					

Примечание:

$p < 0.05$  \*\*  $p < 0.01$

Таблица 51

*Коэффициенты корреляции различных видов физических наказаний, применявшихся к родителям в их семье, и наиболее часто переживаемых эмоций*  
N=502

	L.4.1	L.4.2	L.4.3	L.4.4	L.4.5	L.4.6	L.4.7
1		.19**		.12*			
2	.13*	.15*					
3		.19**					
4	.17**	.15*					.12*
5	.13*	.13*			.15*		.13*
6	.15*						
7					.15*	.13*	.14*
8				-.15*	.14*		
9							.14*
10							
11	.15*	.14*					
12							

Примечание:  
p < 0.05 \*\* p < 0.01

Данные о влиянии наказаний в родительской семье на эмоционально-волевую регуляцию у взрослых в дочерней семье представлены ниже.

Таблица 52

*Коэффициенты корреляции различных видов физических наказаний, применявшихся к родителям в их семье и волевых качеств личности*  
N=180

	Ответственность (ВКЛ)
1	-.21**
2	-.20**
3	
4	-.11
5	-.15*
6	
7	-.17*
8	-.16*
9	-.13
10	
11	-.13
12	-.13

Примечание:  
\* p < 0.05 \*\* p < 0.01.

Дополнительную информацию нам дает анализ корреляционных связей наказаний в родительской семье и удовлетворенности семейной жизнью у супругов.

Таблица 53

*Коэффициенты корреляции наказаний, применяемых к ребенку, и удовлетворенности семейной жизнью*

N=502

	L.3.1	L.3.2	L.3.3	L.3.4	L.3.5
1				-.10*	-.10*
2	-.18**		-.15**		-.10*
3			-.11*		
4	-.10*		-.10*	-.14*	-.17**
5	-.14**	-.10*	-.17**	-.17*	-.17**
6					
7					
8			-.12*	-.12*	
9					
10	-.11*				
11	-.14**	-.21**	-.18*	-.17**	-.17**
12	-.11*		-.11*	-.11*	-.12*

Примечание:  
 $p < 0.05$  \*\*  $p < 0.01$ .

Результаты данного этапа исследования можно резюмировать следующим образом.

Данные, приведенные в табл. 52, представляют собой итог корреляционного анализа взаимосвязи практик наказания в семье и волевых качеств личности. В данном случае речь идет о наказаниях, которые применялись в родительской семье в прошлом, и волевых качеств, измеренных в настоящий момент. Мы предполагали, что волевые качества будут тем менее выражены, чем интенсивнее была практика наказаний в семье. Напомним, что среди наказаний, фиксируемых в нашей исследовательской процедуре, довольно много интенсивных, физических воздействий. Предположение основывалось на том, что наказания блокируют инициативу, самостоятельность, активность ребенка. Мы не предполагали получить высокие по абсолютному значению коэффициенты, так как исследуемая связь опосредована многими влияниями. Мы понимаем, что формирование волевой регуляции зависит от множества факторов. Кроме того, в отношении практик наказания используется ретроспективный отчет с большим промежутком времени после события. Как показано в ряде работ, на такие самоотчеты оказывают существенное влияние ошибки памяти, атрибутивные эффекты, многие воспоминания корректируются в результате создания

в последующие годы семейных “легенд” и т.д. Тем не менее, мы считаем, что самоотчеты, полученные нами, в основном отражают реальное положение вещей, хотя и с некоторыми погрешностями. Все сказанное привело нас к тому, что мы не стремимся утверждать, что отсутствие корреляционных зависимостей в данном случае будет означать действительное отсутствие связи между изучаемыми явлениями. Однако наличие значимых корреляций в данном случае дает нам интересный для анализа материал. В настоящее время достаточно мало эмпирических фактов, связывающих волевую регуляцию, практику наказаний и эмоциональную регуляцию семейных отношений. В отношении большинства волевых качеств и общего балла по методике ВКЛ мы не обнаружили убедительных корреляционных зависимостей. Значимые корреляции есть, но они невелики и немногочисленны. Мы не приводим эти данные, так как считаем, что они достаточны лишь для того, чтобы поставить дальнейшие гипотезы для проверки. Они не противоречат высказанной нами гипотезе, но недостаточны для ее убедительного подтверждения. Достаточно явно гипотеза подтвердилась в отношении ответственности. Из 12-ти возможных корреляций получено 5 значимых. Две из них значимы на уровне 0.01 и три – на уровне 0.05. Еще 4 корреляции, хотя и не достигают значимой величины, подтверждают тенденцию. Таким образом, на подтверждение гипотезы “работают” девять коэффициентов корреляции из 12-ти возможных. Все они свидетельствуют о том, что чем больше наказывали испытуемых в детстве, тем менее они ответственны. Значимые корреляции ответственности зафиксированы в отношении таких практик наказания, как сердиться на ребенка, отправлять ребенка в его кровать или комнату, шлепать, временно запрещать выходить из дома и давать оплеуху. Мы не стремимся интерпретировать отдельные корреляции. С нашей точки зрения, надежнее делать выводы по их непротиворечивой совокупности. Мы приводим перечень лишь для того, чтобы показать, что в нем представлены как физические наказания, так и различные запреты. Частые наказания, регулируя поведение ребенка со стороны, видимо не способствуют развитию у него ответственности. Напомним, что ответственность в парадигме, на которую опирается тест ВКЛ, представляет собой полученный статистически фактор, в который вошли такие параметры как обязательный, надежный и, с противоположным знаком, безответственный, безалаберный, ветреный, ненадежный. Вопросы по данному фактору касаются, помимо прямых оценок характеристик, выражаемых названными прилагательными, добросовестного и старательного выполнения обязательств, взятых на себя в трудовой и учебной деятельности. Возможен и другой вариант интерпретации. Он состоит в том, что люди, проявляющие перечисленные особенности, чаще наказываются именно в силу демонстрируемого ими поведения. Учитывая то, что корреляция не дает нам однозначного ответа на

вопрос о причинно - следственных связях, мы не отвергаем в принципе такую трактовку. Тем не менее, считаем более вероятным влияние практики наказания на поведение, а не наоборот. В пользу этого говорит временной фактор. Ответственность зафиксирована в настоящий момент, а практики наказания – в прошлом. Кроме того, даже если безответственность приводила к учащению наказаний, можно сказать, по крайней мере, что такая тактика не привела к положительному результату и желаемое поведение так и не было сформировано.

Табл. 50 демонстрирует взаимосвязи наказаний по отношению к испытуемому в его родительской семье и удовлетворенности различными сферами его собственной семейной жизни. При анализе мы исходим из той же логики и опираемся на совокупность корреляционных зависимостей. Мы исходили из гипотезы, что наказания в родительской семье отрицательно отразятся на удовлетворенности в будущей семейной жизни. Мы уже имели возможность убедиться, что удовлетворенность различными сферами семейной жизни, будучи эмоциональным параметром, связана с различными личностными особенностями супругов и характеристиками семейной жизни. “Удовлетворенности” различными сторонами функционирования семьи коррелируют друг с другом, представляя собой некий единый фактор, составляющие которого хотя и различаются, но все таки однонаправленно связаны (табл. 48). Этот фактор, как мы показали ранее, связан с волевыми качествами таким образом, что испытуемые с высоким уровнем волевой регуляции более удовлетворены в семейной жизни. Были обнаружены связи с некоторыми практиками наказания и т.д.

Все двенадцать значимых корреляций, обнаруженных в процессе проверки гипотезы и отраженных в таблице 49, имеют одинаковый знак и, таким образом, подтверждают одну и ту же тенденцию. Четыре корреляции значимы на уровне 0.01 процента и восемь – на уровне 0.05.

Мы видим, что те супруги, которых больше наказывали в детстве, менее удовлетворены в будущих супружеских отношениях. В данном случае нам труднее интерпретировать результаты, по сравнению с ответственностью, так как скорее всего взаимосвязь обусловлена опосредующими факторами. В объяснении результатов нам помогают данные, полученные в предыдущих работах и свидетельствующие о том, что наказания, особенно физические, скорее негативно влияют на формирование личности ребенка. Недостатки в формировании личности впоследствии сказываются на качестве семейных отношений, что снижает удовлетворенность различными сферами семейной жизни.

Из данных, приведенных в табл. 50, видно, что существует взаимосвязь между наказаниями в родительской семье и частотой переживания тех или иных эмоциональных состояний. Так, совокупность корреляций свидетельствует о том, что испытуемые, которых чаще наказывали в детстве, чаще пережи-

вают печаль, подавленность, тревожность, беспокойство, досаду, неудовлетворенность. Также обнаружена тенденция этих испытуемых несколько чаще испытывать гордость, довольство собой. Можно сказать, что данные в этой части исследования не столь однозначны. Однако в основном они свидетельствуют о тенденции испытуемых, наказываемых в детстве, чаще переживать эмоциональный стресс. Данные, полученные М.Перре, свидетельствуют о том, что эмоциональный стресс связан с большей частотой использования наказаний.

В табл. 53 приводятся данные о связи наказаний, применяемых испытуемыми в отношении своих собственных детей, и удовлетворенностью семейной жизнью. Корреляций достаточно много и все они имеют один и тот же знак. Так что тенденция, заключающаяся в том, что низкая удовлетворенность приводит к более частому использованию наказаний, проявляется достаточно отчетливо. Тенденция та же, что и в отношении связи наказаний, применявшихся в детстве к родителям, и их удовлетворенности семейной жизнью в будущем, но выраженная ярче, посредством большего числа корреляций и большей их величины. Всего значимых корреляций 27, а значимых на уровне 0.01 – десять. С нашей точки зрения это вполне объяснимо, так как во втором случае мы измеряем наказания не ретроспективно, а непосредственно. Одинаковый характер зависимости в том и другом случае является еще одним аргументом в пользу того, что выявленные закономерности не случайны.

В табл. 49 приведены корреляции частоты наказаний, которые применяли к испытуемым в их детские годы, и частоты наказаний, которые они сами применяют по отношению к своим детям. Частота наказаний измерялась и в том и в другом случае по одинаковым поведенческим индикаторам. Полученные данные с очевидностью свидетельствуют о том, что переменные взаимосвязаны, то есть, чем больше наказывают детей, тем больше они, в свою очередь, наказывают своих детей в будущих семейных отношениях. Мы получили довольно ясное эмпирическое подтверждение того, что практика наказаний, их частота, передается от поколения к поколению. Помимо частоты передается и стиль наказаний. В ряду корреляций по каждой позиции наибольшая по величине та, которая связывает идентичные виды наказаний. Например, если родители испытуемого были склонны шлепать ребенка, то и у него в будущем этот тип наказания оказывается более выраженным. Выявленная закономерность относится ко всем типам наказаний, измеряемых данными субтестами.

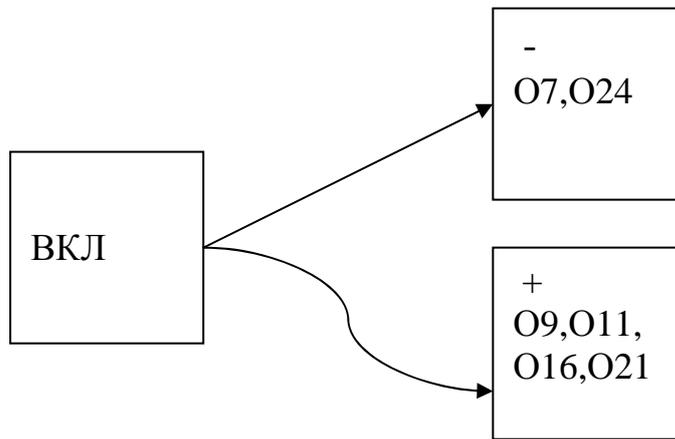
## **Выводы**

1. Частота наказаний, применяемых к ребенку, отрицательно влияет на формирование у него ответственности за свое поведение.
2. Частота наказаний, применяемых к испытуемому в его родительской семье, связана с меньшей удовлетворенностью различными сферами семейной жизни в будущем.
3. Частота наказаний, применяемых к испытуемому в его родительской семье, связана с большей вероятностью эмоционального стресса, связанного с его собственной семейной жизнью в будущем.
4. Частота наказаний, применяемых к ребенку, зависит от удовлетворенности семейной жизнью. Чем выше частота, тем меньше удовлетворенность.
5. Практика наказаний и по параметру частоты применения наказаний и по характеру предпочитаемых наказаний передается от поколения к поколению, сохраняя определенную устойчивость.

### ***3.4. Обсуждение результатов эмпирического исследования взаимосвязей параметров эмоционально-волевой регуляции и социального взаимодействия в семье***

В исследовании получен большой массив данных, сгруппированный по трем уровням. На первом уровне исследуются взаимосвязи эмоционально-волевой регуляции у родителей и параметров семейных отношений. На втором уровне – параметров семейных отношений и поведенческих особенностей детей, ряд из которых отражают особенности эмоционально-волевой регуляции. На третьем уровне рассматриваются практики наказания в семье родителей взрослых испытуемых в связи с эмоционально-волевой регуляцией и параметрами семейных отношений у этих испытуемых. Таким образом, в некоторых случаях оказалось возможным рассмотреть, как те или иные особенности эмоционально-волевой регуляции передаются от родителей к детям, опосредуясь системой семейных отношений.

Параметры эмоционально – волевой регуляции у родителей и детей связаны многими корреляционными связями и опосредованы рядом параметров семейных отношений. Одним из таких опосредующих параметров является удовлетворенность супругов различными сферами семейной жизни. Непосредственные связи параметров эмоционально-волевой регуляции у родителей и поведенческих особенностей детей представлены на рис. 1.



*Рис.1. VKЛ родителей и особенности детей*

Примечание:

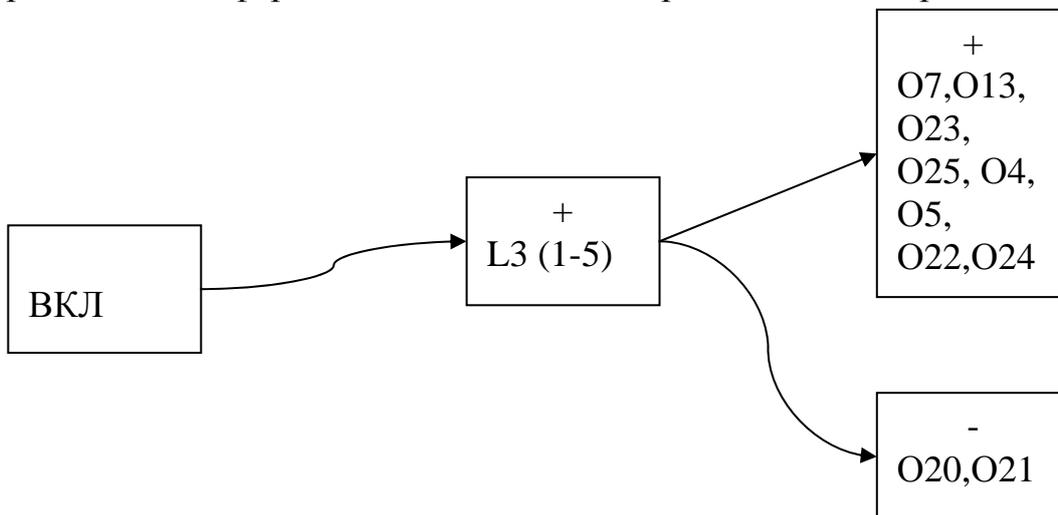
VKЛ – общий балл по методике VKЛ.

07 – часто подавлен, печален. 09 – есть ребенок, с которым он играет с особенным удовольствием. 011 – в общем уважаем другими детьми. 016 – думает, прежде чем действовать. 021 – заинтересован, любознателен, активен. 024 – часто заторможен.

Волнистой линией обозначена положительная связь. Прямой линией – отрицательная. Знак корреляций указан также внутри компонентов рисунка.

Данный фрагмент анализа говорит о том, что высокие показатели эмоционально – волевой регуляции (по методике VKЛ) у родителей способствуют позитивному развитию эмоционально-волевой регуляции у детей ( 07 -, 016+,021+, 024-). Кроме того, можно отметить позитивные аспекты в общении ребенка (09+,011+).

Связи параметров эмоционально-волевой регуляции у родителей и поведенческих особенностей детей, опосредованные удовлетворенностью супругов различными сферами семейной жизни, представлены на рис. 2.



*Рис. 2. VKЛ родителей и поведенческие особенности детей, опосредованные удовлетворенностью семейной жизнью*

Примечания:

VKЛ – показатели по методике VKЛ.

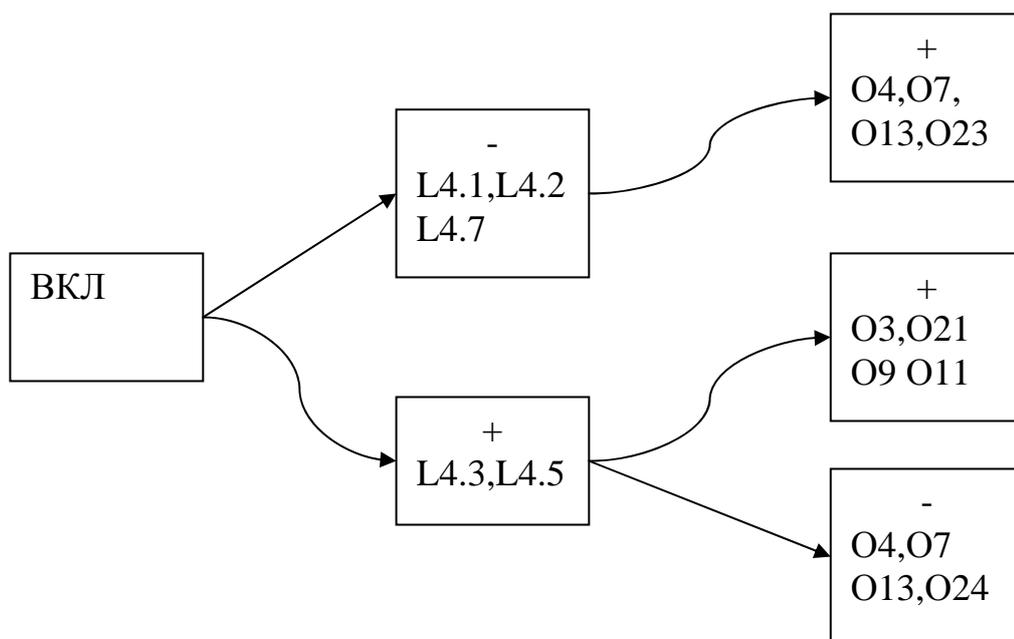
L3 (1-5) – удовлетворенность различными сферами семейной жизни.

О4 – часто испытывает внезапные вспышки гнева, раздражается; О5 – предпочитает играть один; О7 – часто подавлен, печален; О13 – неуверенный, боязливый; О21 – заинтересован, любознателен, активен; О22 – у него плохой сон, он возбужден; О23 – очень эмоционально на все реагирует; О24 – часто заторможен; О25 – имеет проблемы со стулом, подмачивает трусы.

Общий характер взаимосвязей, опосредованных параметром удовлетворенности супругами семейной жизнью, принципиально сходен с характером прямых связей, представленных в рис. 1. Однако, этих связей больше. Супруги с позитивными характеристиками эмоционально-волевой регуляции более удовлетворены браком, а эта удовлетворенность, в свою очередь, позитивно влияет на особенности детей, характеризующие эмоционально-волевою регуляцию их поведения. Так же, как и при рассмотрении рис.1, можно отметить, что помимо эмоционально-волевой регуляции прослеживается влияние на параметры общения ребенка. Отличие опосредованных удовлетворенностью семейной жизнью связей по сравнению с непосредственными связями эмоционально-волевых особенностей родителей и детей заключается в том, что значительно более широко представлены особенности детей, связанные с эмоционально-волевой регуляцией, а не со сферой общения. Мы понимаем принципиальную возможность такой интерпретации, как влияние особенностей поведения детей на параметры удовлетворенности семейной жизнью, но такое объяснение кажется нам менее вероятным. Семья представляет собой сложную систему, где элементы, как правило, взаимно обуславливают друг друга. Тем не менее с практической точки зрения следует сделать акцент на обусловленности поведения ребенка параметром удовлетворенности, а не наоборот, так как в коррекционной работе, направленной на детско – родительские отношения, работа с родителями имеет наиболее важное значение. Параметры поведения ребенка не изменятся, если не изменится атмосфера в семье, либо результаты коррекционной работы будут кратковременными и измененное в результате этой работы поведение ребенка вскоре вновь вернется к прежним показателям.

Еще один показатель удовлетворенности (11) характеризует степень подавленности родителей по поводу обязанностей в отношении воспитания ребенка и личной жизни в целом. Влияние эмоционально – волевой регуляции у родителей на детское поведение, опосредованное этим параметром принципиально сходно с влиянием, опосредованным удовлетворенностью различными сферами семейной жизни.

Связи параметров эмоционально-волевой регуляции у родителей и поведенческих особенностей детей, опосредованные различными эмоциями, преобладающими у супругов, представлены на рис. 3.



*Рис. 3. ВКЛ родителей и поведенческие особенности детей, опосредованные преобладающими у родителей эмоциями*

Примечания:

ВКЛ – показатели по методике ВКЛ.

L.4.1. – частота переживания супругами печали, подавленности;

L.4.2. – частота переживания супругами тревожности, беспокойства;

L.4.3. – частота переживания супругами радости, счастья;

L.4.5. – частота переживания супругами гордости, удовлетворенности собой;

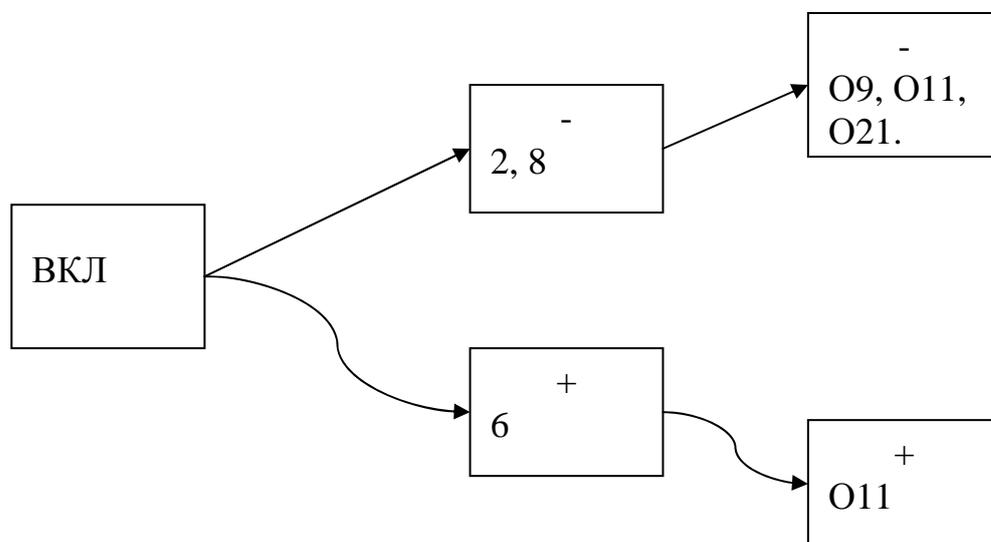
L.4.7. – частота переживания супругами досады, неудовлетворенности.

O3 – может уступать, делиться с другими детьми; O4 – часто испытывает внезапные вспышки гнева, раздражается; O7 – часто подавлен, печален; O9 – есть ребенок, с которым он играет с особенным удовольствием; O11 – в общем уважаем другими детьми; O13 – неуверенный, боязливый; O21 – заинтересован, любознателен, активен; O23 – очень эмоционально на все реагирует; O24 – часто заторможен.

Фрагмент рисунка, схематически отражающий преобладающие у родителей эмоции, наглядно показывает два их полюса, противоположно характеризующие состояние эмоционального стресса. Эти полюса также противоположно связаны с эмоционально-волевыми особенностями по ВКЛ и поведенческими особенностями детей, характеризующими позитивные и негативные стороны эмоционально-волевой регуляции. Соответствующая синхронная смена знаков корреляционных связей демонстрирует позитивное влияние эмоционально – волевой регуляции высокого уровня у родителей на эмоционально – волевую регуляцию у детей, опосредованную различными эмоциями, связанными с семейной жизнью.

Следующий рисунок демонстрирует опосредованное практиками наказания влияние параметров эмоционально-волевой регуляции супругов на поведенческие особенности детей. Рисунок отражает практики наказания, тестируе-

мые методикой диагностики выраженности 10 способов наказания в 8 ситуациях семейной жизни.



*Рис. 4. ВКЛ родителей и поведенческие особенности детей, опосредованные практиками наказания*

Примечания:

ВКЛ – показатели по методике ВКЛ.

2 – “Я ему дал бы ясно понять, что он меня огорчил”;

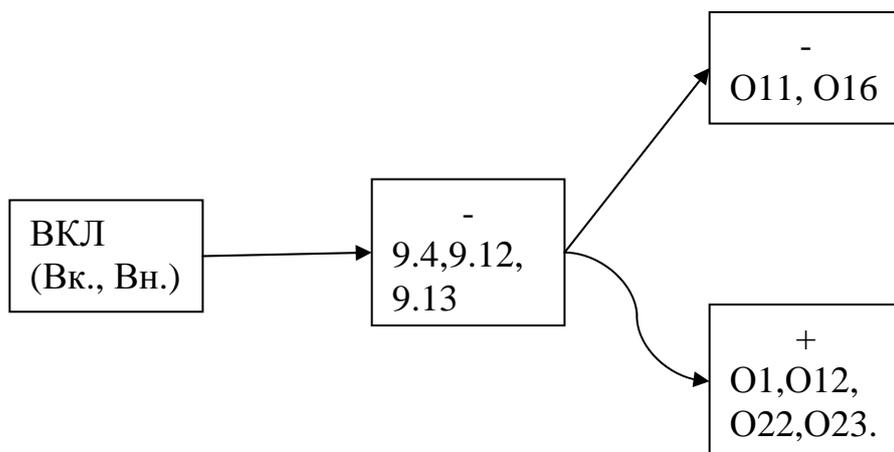
6 – “Я бы его отшлепал”;

8 – “Я потребовал бы должным образом извиниться”.

O9 – есть ребенок, с которым он играет с особенным удовольствием. O11 – в общем уважаем другими детьми. O21 – заинтересован, любознателен.

В данном тесте величина частоты наказаний тем больше, чем меньше цифра в бланке ответов, то есть для измерения используется обратная шкала. Таким образом, супруги с позитивными параметрами эмоционально-волевой регуляции предпочитают давать ребенку понять, что он их огорчил и просят извиниться и реже используют физические наказания (шлепают). С данными видами наказаний прослеживаются множественные корреляции эмоционально-волевых параметров и мы используем для упрощения восприятия обобщенную характеристику. Как следует из рисунка, такая тактика приводит к тому, что дети лучше чувствуют себя в общении со сверстниками (O9, O11) и более активны (O21).

Рис. 5 представляет опосредованное практиками физических, более жестких наказаний влияние параметров эмоционально-волевой регуляции супругов на поведенческие особенности детей. Рисунок отражает практики наказания, тестируемые методикой диагностики выраженности физических наказаний.



*Рис. 5. ВКЛ родителей и поведенческие особенности детей, опосредованные физическими наказаниями*

Примечания:

ВКЛ (Вк., Вн.) – выдержка и внимательность по опроснику ВКЛ.

9.4- задать порку (рукой). 9.12 – грозить строгим наказанием. 9.13 – другое наказание.

O1 – возбужден, сверхактивен, не может долго оставаться спокойным. O11 – в общем уважаем другими детьми. O12 – трудно сосредотачивается на чем – то, легко отвлекается. O16 – думает, прежде чем действовать. O22 – у него плохой сон, он возбужден. O23 – очень эмоционально на все реагирует.

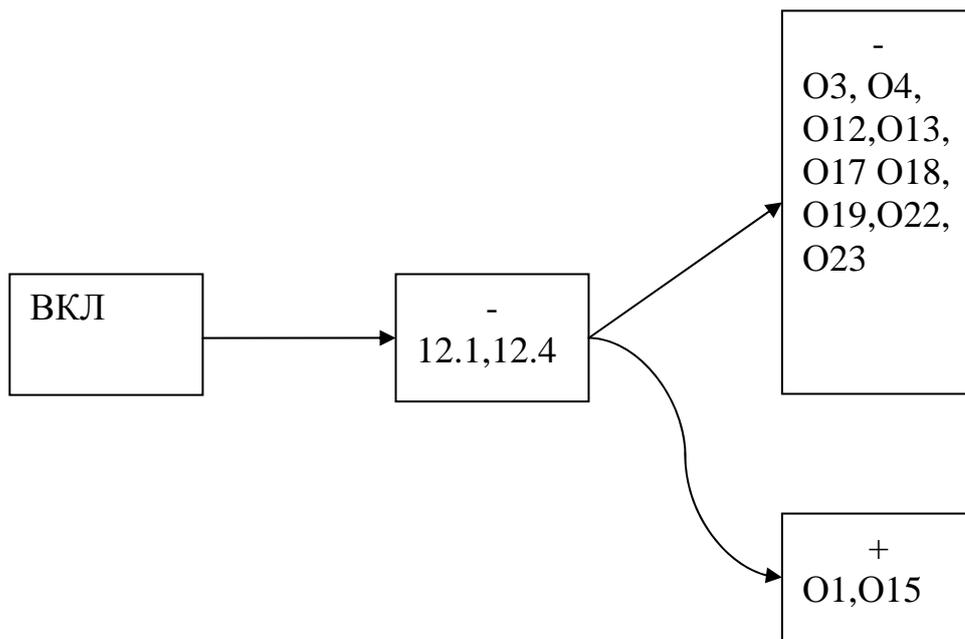
В данном случае шкала наказаний прямая. То есть, супруги с позитивными параметрами эмоционально-волевой регуляции не склонны к применению физических наказаний. Данные согласуются с фрагментом анализа, представленным на предыдущем рисунке. Отличия заключаются в том, что физические, более строгие наказания коррелируют с большим в два раза числом поведенческих особенностей ребенка. И если влияние некоторых практик наказания из предыдущей шкалы не несет негативных последствий, то влияние наказаний из данного перечня в основном негативно. Такие результаты согласуются с литературными данными. С нашей точки зрения логично, что в основном малое применение физических наказаний связано с выдержкой. Выдержка, опосредуясь низкой частотой применения физических наказаний, приводит к тому, что дети пользуются уважением среди сверстников (O11-), обладают лучшим самоконтролем (O16 -), хорошо спят, не обладают избыточной эмоциональностью (O22+, O23+), не склонны к проявлению симптомов гиперактивности (O1+, O12+).

В данном случае мы видим больше возможностей для такой интерпретации, как влияние поведения ребенка на практику наказаний. Например, гиперактивные дети наказываются чаще. Можно говорить о взаимовлиянии этих

параметров. Наши данные демонстрируют значение такого параметра эмоционально-волевой регуляции, как выдержка у родителей. Именно этот параметр, его формирование, позволяют разомкнуть порочный круг. Поведение ребенка влечет ужесточение практики наказания, а это ужесточение, в свою очередь, ухудшает поведенческие проявления детей.

Таким образом, рассматривая обобщенные результаты, представленные на рисунках, можно отметить следующее. Параметры эмоционально-волевой регуляции у супругов, опосредуясь практиками наказаний, влияют на поведенческие особенности детей однонаправленно и непротиворечиво. Влиянию подвержены сходные особенности поведения детей.

Следующий рисунок отражает влияние эмоционально-волевой регуляции у родителей на поведенческие проявления, отражающие особенности эмоционально-волевой регуляции у детей, опосредованное толерантностью. Теснее всего параметры эмоционально-волевой регуляции у родителей связаны с толерантностью по поводу того, что ребенок не слушается и просыпается ночью. Чтобы избежать чрезмерной детализации, именно они отражены на рис. 6.



*Рис. 6. VKЛ родителей и поведенческие особенности детей, опосредованные толерантностью*

Примечания:

VKЛ – показатели по методике VKЛ.

12.1 – раздражение по поводу того, что ребенок не слушается.

12.14 – раздражение по поводу того, что ребенок просыпается ночью.

01 – возбужден, сверхактивен, не может долго оставаться спокойным. 03 – может уступать, делиться с другими детьми. 04 – часто испытывает внезапные вспышки гнева, раздражается.

012 – трудно сосредотачивается на чем – то, легко отвлекается. 013 – неуверенный, боязливый. 015 – охотно участвует(например, когда нужно навести порядок), с охотой помогает.

O17 – умышленно портит чужие вещи. O18 – боится определенных ситуаций, людей, животных или вещей. O19 – имеет проблемы с едой. O22 – у него плохой сон, он возбужден. O23 – очень эмоционально на все реагирует.

Можно увидеть, что позитивные характеристики эмоционально – волевой регуляции у родителей, опосредуясь толерантностью, приводят к развитию позитивных характеристик эмоционально – волевой регуляции у детей. Дети в этом случае в меньшей степени проявляют симптомы гиперактивности (O1-, O12 -), лучше контролируют гнев (O4-,O17-), меньше испытывают страх и более уверены в себе (O13-, O18-), не склонны к излишне эмоциональным реакциям, лучше спят и имеют меньше проблем с едой (O19-,O22-). Кроме того, в этом случае дети охотнее помогают взрослым (O15+) и менее уступчивы (O3-).

Рассмотрим далее, как практики наказаний, применяемые в родительской семье, влияют на практики наказания и удовлетворенность семейной жизнью в дочерней семье и затем на эмоционально-волевою регуляцию детей в дочерней семье.

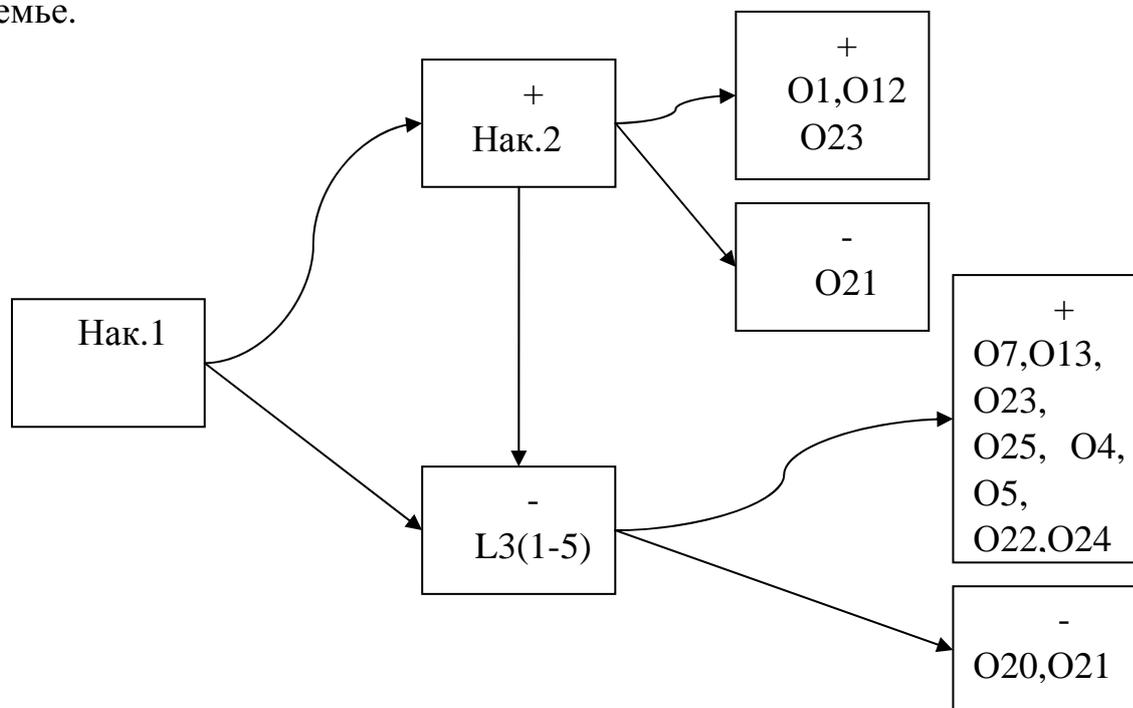


Рис. 7. Практики наказания в родительской семье и удовлетворенность браком в дочерней семье

Примечания:

Нак.1 – наказания, применяемые к родителям, участвующим в тестировании в их детские годы.

Нак.2 – наказания, применяемые родителями из дочерней семьи к детям.

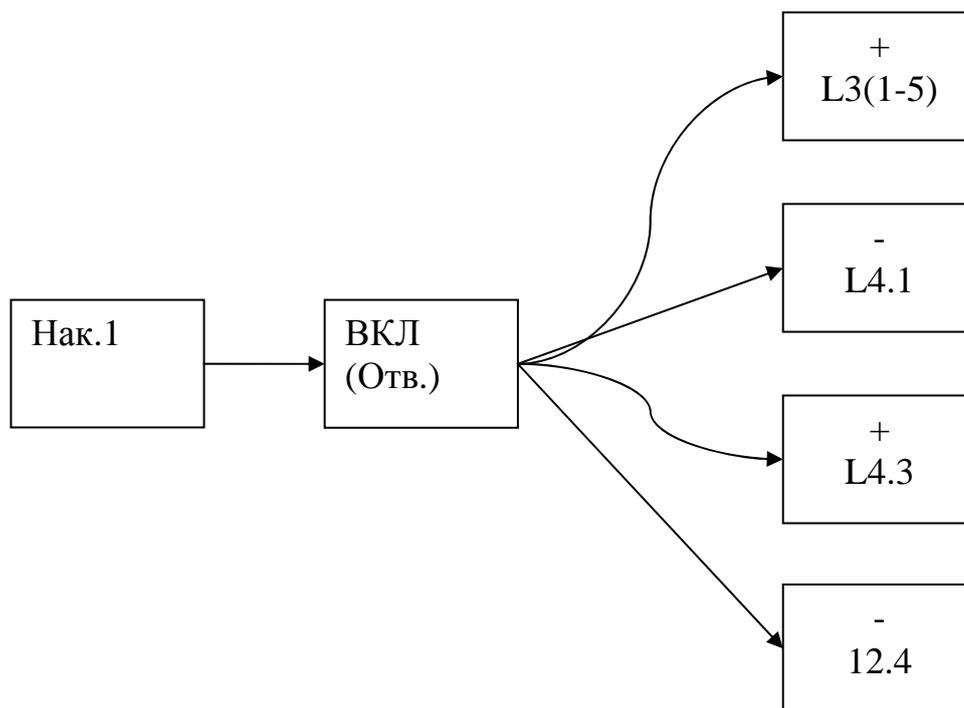
L3(1-5) – удовлетворенность различными сферами семейной жизни.

O – различные поведенческие проявления детей, характеризующие их эмоционально – волевою регуляцию и сферу общения.

В анализе экспериментальных данных, обобщенных в рис.7, мы не будем останавливаться на подробном описании поведенческих проявлений детей, ко-

торое уже приводилось выше. Отметим только, что влияние удовлетворенности различными сферами семейной жизни на эмоционально-волевую регуляцию положительно, а частые наказания влияют на эти параметры отрицательно. На рисунке видно, каким образом наказания в семье в одном поколении влияют на параметры семейной жизни в дочерней семье, а те, в свою очередь, на эмоционально-волевую регуляцию у детей.

Из волевых качеств, характеризующих особенности эмоционально-волевой регуляции у супругов, частые наказания в родительской семье приводят к недостаточной сформированности у детей ответственности. Рис. 8 демонстрирует, каким образом наказания в родительской семье, опосредуясь ответственностью, влияют на параметры семейных отношений в дочерней семье.



*Рис. 8. Влияние наказаний в родительской семье на семейные отношения в дочерней семье, опосредованные ответственностью*

Примечания:

Нак.1 – наказания, применяемые к родителям, участвующим в тестировании, в их детские годы;

Вкл. (Отв) – показатель ответственности по методике ВКЛ.

L3(1-5) – удовлетворенность различными сферами семейной жизни;

L4.1 – подавленность, печаль;

L4.3 – радость, счастье;

12.14 – толерантность к поведению ребенка (просыпается ночью).

Влияние удовлетворенности семейной жизнью, эмоционального стресса, толерантности родителей на поведенческие особенности детей обсуждалось выше, поэтому только в общем плане отметим негативное влияние наказаний в родительской семье, опосредованное параметром ответственности, на эмоционально-волевую регуляцию.

От родителей к детям передается не только частота применения практик наказания, но и предпочтение определенных практик. В ряду корреляционных связей наказаний, применявшихся к родителям и применяемых ими, всегда существенно выше коэффициент корреляции между однотипными практиками наказаний.

Акцентируя при интерпретации влияние одного параметра на другой, мы понимаем, что в определенной мере имеют место реципрокные отношения между переменными.

## **Выводы**

1. Помимо прямых связей параметров эмоционально-волевой регуляции у родителей и у детей, существуют опосредованные семейными характеристиками связи. Опосредующими параметрами семейной жизни являются частота применения практик наказания родителями, характер предпочитаемых наказаний, толерантность родителей к поведению ребенка, удовлетворенность семейной жизнью, эмоции, переживаемые супругами.

2. Как прямые, так и опосредованные связи параметров эмоционально-волевой регуляции у родителей и у детей не противоречивы и свидетельствуют о том, что позитивные параметры эмоционально – волевой регуляции у родителей способствуют формированию позитивных параметров эмоционально-волевой регуляции у детей. Дети в этом случае более активны, в меньшей степени проявляют симптомы гиперактивности, лучше контролируют гнев, меньше испытывают страх, более уверены в себе, не склонны к излишне эмоциональным реакциям, лучше спят и имеют меньше проблем с едой, охотнее помогают взрослым, легче сосредотачиваются, более ответственны.

3. Характер практик наказания и частота их применения в родительской семье влияет на эти характеристики в дочерней семье, а также на толерантность родителей к поведению детей, удовлетворенность семейной жизнью, эмоциональный стресс.

4. Опосредуясь параметрами семейных отношений, особенности эмоционально-волевой регуляции передаются от родителей к детям.

## **Задания для самостоятельной работы**

1. Проанализируйте эмпирические данные и выделите те из них, которые характеризуют взаимосвязь наказаний в семье и параметров эмоционально-волевой сферы родителей.

2. Проанализируйте эмпирические данные и выделите те из них, которые характеризуют взаимосвязь наказаний в семье и параметров эмоционально-волевой сферы детей.

3. Проанализируйте эмпирические данные и выделите те из них, которые характеризуют взаимосвязь удовлетворенности семейной жизнью и параметров эмоционально-волевой сферы личности детей и родителей.
4. Сформулируйте возможные направления дальнейших исследований эмоционально-волевой сферы личности в контексте семейных отношений.

#### **Литература для изучения по теме**

1. Chumakov M., Schoebi D., Plancherel B., Perrez M. La punition corporelle des enfants en Suisse et en Russie //La revue internationale de l'education familial.- 2006.-№ 19. -Р. 53 – 75.

#### **4. ДИАГНОСТИКА ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВОЙ СФЕРЫ ЛИЧНОСТИ**

Опросник ВКЛ разработан нами для диагностики выраженности эмоционально-волевых особенностей личности в возрасте от 11-ти до 55-ти лет. Он может применяться как в исследовательских целях, так и для решения практических задач. Целью разработки методики было создание надежного инструмента диагностики эмоционально-волевой регуляции деятельности, пригодного для исследований, охватывающих большой круг испытуемых. Отвечая этой задаче, методика обладает следующими параметрами.

1. Быстрота проведения тестирования.
2. Возможность группового тестирования.
3. Быстрота и легкость обработки результатов тестирования.

Кроме того, специальная цель, которая ставилась нами при разработке методики, заключалась в том, чтобы процедура проведения и интерпретации была понятной для педагогов, воспитателей, руководителей и других пользователей, не имеющих специального психологического образования. Для этого мы провели серию специальных исследований и выразили параметры эмоционально-волевой регуляции в терминах волевых качеств личности.

Методика может использоваться как по отдельности, так и в комплексе с другими методиками, направленными на диагностику личностных особенностей.

##### *Описание измеряемого конструкта.*

Методика направлена на общую оценку степени развитости эмоционально-волевой регуляции, обеспечивающей поведение, связанное с преодолением трудностей и препятствий на пути достижения поставленной цели за счет совместной скоординированной работы волевых и эмоциональных регуляторных

процессов. Эта регуляция имеет сложную системную природу, включает в себя различные уровни, структурные компоненты. Сложность измеряемой психологической реальности отражается в опроснике выделением различных шкал.

На операциональном уровне исследуемый теоретический конструкт представлен перечнем эмоционально-волевых качеств личности, выявленных методом семантического сходства.

*Краткое описание шкал.*

Поскольку шкалы опросника образованы эмпирическим путем при помощи факторного анализа прилагательных, выделенных методом семантического сходства, в описании шкал приводятся примеры пунктов опросника и прилагательные, составляющие фактор.

Таблица 54

*Шкала 1. Ответственность (О)*

<i>Положительный полюс</i>	<i>Отрицательный полюс</i>
Ответственный, обязательный	Безответственный, ненадежный, ветреный, безалаберный

Примеры пунктов:

- *Я очень редко опаздываю на работу, учебу, встречи.*
- *Я старательно выполняю обязанности по работе, учебе.*
- *Я – обязательный человек.*
- *Про меня можно сказать, что я немного “ветреный” (обратный пункт).*

В сравнении с другими шкалами опросника эта шкала имеет наименьшую связь с итоговым показателем и другими шкалами и стоит несколько обособлено.

Таблица 55

*Шкала 2. Инициативность (И)*

<i>Положительный полюс</i>	<i>Отрицательный полюс</i>
Ведущий, деловой, сильный, инициативный, деятельный, влиятельный, дальновидный	Пассивный, безынициативный, ленивый, бездеятельный.

Примеры пунктов:

- *Часто как-то само собой получается, что я оказываюсь в роли лидера.*
- *Я не часто выступаю “зачинщиком” новых начинаний (обратный пункт).*
- *Нередко мне самому приходится показывать пример окружающим.*
- *Я все время выдумываю что-то новое.*

*Шкала 3. Решительность (Р)*

<i>Положительный полюс</i>	<i>Отрицательный полюс</i>
Уверенный, решительный	Нерешительный, неуверенный, колеблющийся, сомневающийся

Примеры пунктов:

- *Я быстро принимаю решения.*
- *Мне не хватает уверенности в себе (обратный пункт).*
- *Я склонен к сомнениям (обратный пункт).*
- *Мне хорошо знакомы мучительные колебания, когда нужно сделать выбор (обратный пункт).*

*Шкала 4. Самостоятельность (С)*

<i>Положительный полюс</i>	<i>Отрицательный полюс</i>
Самостоятельный	Зависимый, несамостоятельный, управляемый, повинующийся

Примеры пунктов:

- *Мне трудно идти против мнения группы (обратный пункт).*
- *Я – внушаемый человек (обратный пункт).*
- *Люблю решать все сам.*
- *Мне нравится научиться чему-либо без посторонней помощи.*

*Шкала 5. Выдержка (Вк)*

<i>Положительный полюс</i>	<i>Отрицательный полюс</i>
Выдержанный, терпеливый, благоразумный, самоуправляемый	Невыдержанный

Примеры пунктов:

- *Я не могу долго переносить напряженные физические нагрузки (обратный пункт).*
- *В целом меня можно назвать терпеливым человеком.*
- *Я умею сдерживать гнев.*
- *Я могу долго выполнять не интересное, но нужное дело.*

*Шкала 6. Настойчивость (Н)*

<i>Положительный полюс</i>	<i>Отрицательный полюс</i>
Твердый, боевой, стойкий, настойчивый	Ненастойчивый, нестойкий, слабый

Примеры пунктов:

- *Когда мне отказывают, мне трудно вновь повторить мою просьбу (обратный пункт).*
- *В случае неудачи у меня “опускаются руки” (обратный пункт).*
- *Я – мягкий человек (обратный пункт).*
- *Неблагоприятные обстоятельства часто мешают мне закончить начатое (обратный пункт).*

Таблица 60

*Шкала 7. Энергичность (Э)*

<i>Положительный полюс</i>	<i>Отрицательный полюс</i>
<i>Активный, жизнедеятельный, энергичный, оптимистичный</i>	<i>Бессильный, депрессивный</i>

Примеры пунктов:

- *Я скорее пессимист, чем оптимист (обратный пункт).*
- *У меня часто бывает упадок сил (обратный пункт).*
- *Я веду активный образ жизни.*
- *Отдых - это просто смена деятельности.*

Таблица 61

*Шкала 8. Внимательность (Вн)*

<i>Положительный полюс</i>	<i>Отрицательный полюс</i>
<i>Внимательный, собранный, непоколебимый</i>	<i>Невнимательный</i>

Примеры пунктов:

- *Я не очень собранный человек (обратный пункт).*
- *Мне не трудно концентрировать внимание.*
- *Действительно, я нередко бываю рассеянным (обратный пункт)*
- *Не могу долго удерживать внимание, если мне не интересно (обратный пункт).*

Таблица 62

*Шкала 9. Целеустремленность (Ц)*

<i>Положительный полюс</i>	<i>Отрицательный полюс</i>
<i>Целеустремленный, упорный</i>	<i>Нецелеустремленный</i>

Примеры пунктов:

- *У меня нет четкой цели в жизни (обратный пункт).*
- *Я хорошо знаю, чего хочу.*
- *Я умею ставить себе ясные и четкие цели.*
- *Я упорно достигаю своих целей.*

Опросник диагностики эмоционально-волевой сферы личности М.В.Чумакова (взрослый вариант).

### ***Инструкция***

Внимательно прочитайте приведенные ниже утверждения и отметьте крестиком в бланке Ваш вариант ответа из четырех возможных: “Верно”, “Скорее, верно”, “Скорее, неверно”, “Неверно”. Помните, что в опроснике нет “плохих” и “хороших” ответов, так как речь идет не о Ваших способностях, а об индивидуальных особенностях Вашей личности. Не задумывайтесь над ответом слишком долго, важнее Ваша первая реакция, а не результат длительных рассуждений.

### ***Текст опросника***

- 1.Если я присутствую на каком – либо собрании, то, как правило, выступаю.
- 2.Я немного завидую тем, кто “не лезет за словом в карман”.
- 3.Я редко обращаюсь к кому- либо за помощью.
- 4.Я плохо переношу боль.
- 5.Я скорее пессимист, чем оптимист.
- 6.Я могу быстро сосредоточиться, если нужно.
- 7.У меня нет четкой цели в жизни.
- 8.Я не могу про себя сказать, что я человек, легкий на подъем.
- 9.Мне стоило бы быть более решительным.
- 10.Даже короткое время мне трудно обходиться без близких мне людей.
- 11.Обычно у меня получается закончить дело, несмотря на трудности.
- 12.Я веду активный образ жизни.
- 13.Музыка, шум легко отвлекают меня.
- 14.Когда я приступаю к делу, я обдумываю все до мелочей.
- 15.Часто как-то само собой получается, что я оказываюсь в роли лидера.
- 16.Когда мне отказывают, мне трудно вновь повторить мою просьбу.
- 17.Я совершенно не могу сидеть без дела.
- 18.Я не очень собранный человек.
- 19.Я хорошо знаю, чего хочу.
- 20.Мне бывает трудно сделать первый шаг.
- 21.Я не люблю рисковать.
- 22.Я бы чувствовал себя очень неуютно, если бы мне пришлось ехать одному в дальнюю поездку.
- 23.Если что-то не получается с первого раза, я вновь и вновь повторяю попытки.
- 24.У меня часто бывает упадок сил.
25. Мне не трудно концентрировать внимание.

26. Меня не пугают отдаленные цели.
27. Я очень редко опаздываю на работу, учебу, встречи.
28. Когда я учился в школе, я часто вызывался отвечать на уроке.
29. Я быстро принимаю решения.
30. Мне нравится научиться чему –либо без посторонней помощи.
31. Я не боюсь надоедать людям повторяющимися просьбами.
32. Отдых- это просто смена деятельности.
33. Я не часто выступаю “зачинщиком” новых начинаний.
34. Я склонен к сомнениям.
35. Мне трудно идти против мнения группы.
36. Я легко поддаюсь панике.
37. В случае неудачи у меня опускаются руки.
38. Я быстро восстанавливаю силы.
39. Я могу долго работать, не отвлекаясь.
40. Нельзя сказать, что я целеустремленный человек.
41. Я все время выдумываю что-то новое.
42. Я часто советуюсь с другими людьми.
43. Я не могу долго переносить напряженные физические нагрузки.
44. Я – мягкий человек.
45. Я бы не сказал, что я энергичный человек.
46. Действительно, я нередко бываю рассеянным.
47. Я знаю, кем я хочу быть в жизни и стремлюсь к этому.
48. Нередко мне самому приходится показывать пример окружающим.
49. Мне хорошо знакомы мучительные колебания, когда нужно сделать выбор.
50. Я могу быть очень настырным.
51. Я часто чувствую сонливость днем.
52. Я умею ставить себе ясные и четкие цели.
53. Я старательно выполняю обязанности по работе, учебе.
54. Мне не хватает уверенности в себе.
55. Я терпеливо дозваниваюсь, если номер занят.
56. Неблагоприятные обстоятельства часто мешают мне закончить начатое.
57. Обычно я жизнерадостен и полон сил.
58. Не могу долго удерживать внимание, если мне не интересно.
59. Как правило, я составляю план на неделю.
60. Я сам проявляю инициативу при знакомстве.
61. Я могу иногда прогулять работу, учебу, если знаю, что мне это “сойдет с рук”.
62. Меня нельзя назвать инициативным человеком.
63. Я люблю все делать быстро.
64. Я могу долго, “стиснув зубы”, преодолевать неприятности.

65. Я могу долго работать не уставая.
66. Если я берусь за дело, то погружаюсь в него целиком и полностью.
67. Я стараюсь расположить дела по степени важности и начинаю с тех, которые наиболее важны.
68. Я вспыльчивый человек.
69. Про меня можно сказать, что я немного “ветреный”.
70. Я – внушаемый человек.
71. Я умею сдерживать гнев.
72. Я обязательный человек.
73. В целом меня можно назвать терпеливым человеком.
74. Я серьезно отношусь к домашним обязанностям.
75. Люблю решать все сам.
76. Я могу долго выполнять не интересное, но нужное дело.
77. У меня плохо получается скрывать от окружающих, что я расстроен.
78. Я упорно достигаю своих целей.

#### *Обработка результатов*

Подсчитывается количество баллов по каждой шкале в соответствии с ключом. Утверждение неверно оценивается в 0 баллов, скорее неверно в 1 балл, скорее верно в 2 балла и верно в 3 балла. Общий балл подсчитывается как сумма баллов по всем шкалам. В обратных заданиях баллы начисляются следующим образом. За утверждение неверно присваивается 3 балла, скорее неверно 2 балла, скорее верно 1 балл и верно 0 баллов. Для сравнения показателей по различным шкалам опросника необходимо перевести сырые баллы в стены в соответствии с нормативной таблицей.

#### *Ключи к опроснику ВКЛ*

Таблица 63

Шкалы опросника	Прямые задания	Обратные задания
О.	11, 14, 27, 53, 72, 74	61, 69
И.	1, 15, 28, 41, 48, 60	8, 20, 33, 62
Р.	29, 63	2, 9, 21, 34, 49, 54
С.	3, 30, 75	10, 22, 35, 42, 70
Вк.	55, 64, 71, 73, 76	4, 36, 43, 68, 77
Н.	23, 31, 50	16, 37, 44, 56
Э.	12, 17, 32, 38, 57, 65	5, 24, 45, 51
Вн.	6, 25, 39, 66	13, 18, 46, 58
Ц.	19, 26, 47, 52, 59, 67, 78	7, 40

*Нормативная таблица для шкал опросника ВКЛ*

Шкалы	С т е н ы									
О.	-6	-8	-10	1-12	3-15	6-17	8-19	0-21	2-23	4
И.	-4	-7	-9	0-12	3-15	6-17	8-20	1-23	4-25	6-30
Р.	-3	-4	-7	-9	0-11	2-14	5-16	7-18	9-21	2-24
С.	-4	-6	-8	-10	1-13	4-15	6-17	8-19	0-21	2-24
Вк.	-5	-8	-11	2-14	5-17	8-20	1-23	4-26	7-28	9-30
Н.	-4	-6	-8	-10	1	2-13	4-15	6-17	8	9-21
Э.	-9	0-11	2-14	5-16	7-19	0-22	3-24	5-27	8-29	0
Вн.	-5	-7	-9	0-12	3-14	5-16	7-18	9-21	2-23	4
Ц.	-7	-9	0-12	3-14	5-17	8-19	0-22	3-24	5-26	7
										<b>0</b>

*Нормативная таблица для итогового балла опросника ВКЛ*

Таблица 64

С т е н ы									
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
61-78	79-92	93-107	108-121	122-136	137-150	151-165	166-179	180-194	195-210

Опросник диагностики эмоционально-волевой сферы личности М.В.Чумакова (подростковый вариант).

***Инструкция***

Внимательно прочитайте приведенные ниже утверждения и отметьте крестиком в бланке Ваш вариант ответа из четырех возможных: “Верно”, “Скорее, верно”, “Скорее, неверно”, “Неверно”. Помните, что в опроснике нет “плохих” и “хороших” ответов, так как речь идет не о Ваших способностях, а об индивидуальных особенностях Вашей личности. Не задумывайтесь над ответом слишком долго, важнее Ваша первая реакция, а не результат длительных рассуждений.

*Текст опросника*

- 1.Если я присутствую на каком – либо собрании, то, как правило, выступаю.
- 2.Я немного завидую тем, кто “не лезет за словом в карман”.

- 3.Я редко обращаюсь к кому- либо за помощью.
- 4.Я плохо переношу боль.
- 5.Я скорее пессимист, чем оптимист
- 6.Я могу быстро сосредоточиться, если нужно.
- 7.У меня нет четкой цели в жизни.
- 8.Я не могу про себя сказать, что я человек, легкий на подъем.
- 9.Мне стоило бы быть более решительным.
- 10.Даже короткое время мне трудно обходиться без близких мне людей.
- 11.Обычно у меня получается закончить дело не смотря на трудности.
- 12.Я веду активный образ жизни.
- 13.Музыка, шум легко отвлекают меня.
- 14.Когда я приступаю к делу, я обдумываю все до мелочей.
- 15.Часто как-то само собой получается, что я оказываюсь в роли лидера.
- 16.Когда мне отказывают, мне трудно вновь повторить мою просьбу.
- 17.Я совершенно не могу сидеть без дела.
- 18.Я не очень собранный человек.
- 19.Я хорошо знаю, чего хочу.
- 20.Мне бывает трудно сделать первый шаг.
- 21.Я не люблю рисковать.
- 22.Я бы чувствовал себя очень неуютно, если бы мне пришлось ехать одному в дальнюю поездку.
- 23.Если что-то не получается с первого раза, я вновь и вновь повторяю попытки.
- 24.У меня часто бывает упадок сил.
25. Мне не трудно концентрировать внимание.
- 26.Меня не пугают отдаленные цели.
- 27.Я очень редко опаздываю на работу, учебу, встречи.
- 28.Я часто вызываюсь отвечать на уроке.
- 29.Я быстро принимаю решения.
- 30.Мне нравится научиться чему –либо без посторонней помощи.
- 31.Я не боюсь надоедать людям повторяющимися просьбами.
- 32.Отдых- это просто смена деятельности.
- 33.Я не часто выступаю “зачинщиком” новых начинаний.
- 34.Я склонен к сомнениям.
- 35.Мне трудно идти против мнения группы.
- 36.Я легко поддаюсь панике.
- 37.В случае неудачи у меня “опускаются руки”
- 38.Я быстро восстанавливаю силы.
- 39.Я могу долго работать, не отвлекаясь.
- 40.Нельзя сказать, что я целеустремленный человек.

41. Я все время выдумываю что-то новое.
42. Я часто советуюсь с другими людьми.
43. Я не могу долго переносить напряженные физические нагрузки.
44. Я – мягкий человек
45. Я бы не сказал, что я энергичный человек.
46. Действительно, я нередко бываю рассеянным.
47. Я знаю, кем я хочу быть в жизни и стремлюсь к этому.
48. Нередко мне самому приходится показывать пример окружающим.
49. Мне хорошо знакомы мучительные колебания, когда нужно сделать выбор.
50. Я могу быть очень настырным.
51. Я часто чувствую сонливость днем.
52. Я умею ставить себе ясные и четкие цели.
53. Я старательно выполняю обязанности по работе, учебе.
54. Мне не хватает уверенности в себе.
55. Я терпеливо дозваниваюсь, если номер занят.
56. Неблагоприятные обстоятельства часто мешают мне закончить начатое.
57. Обычно я жизнерадостен и полон сил.
58. Не могу долго удерживать внимание, если мне не интересно.
59. Как правило, я составляю план на неделю.
60. Я сам проявляю инициативу при знакомстве.
61. Я могу иногда прогулять учебу, если знаю, что мне это “сойдет с рук”.
62. Меня нельзя назвать инициативным человеком.
63. Я люблю все делать быстро.
64. Я могу долго “стиснув зубы” преодолевать неприятности.
65. Я могу долго работать не уставая.
66. Если я берусь за дело, то погружаюсь в него целиком и полностью.
67. Я стараюсь расположить дела по степени важности и начинаю с тех, которые наиболее важны.
68. Я вспыльчивый человек.
69. Про меня можно сказать, что я немного “ветреный”.
70. Я – внушаемый человек.
71. Я умею сдерживать гнев.
72. Я обязательный человек.
73. В целом меня можно назвать терпеливым человеком.
74. Я серьезно отношусь к домашним обязанностям.
75. Люблю решать все сам.
76. Я могу долго выполнять не интересное, но нужное дело.
77. У меня плохо получается скрывать от окружающих, что я расстроен.
78. Я упорно достигаю своих целей.

79. Иногда я не проявляю упорства в учебе, если не получаю поощрения.

80. Я всегда внимательно слушаю, что говорит мой собеседник.

81. Когда я чего-либо не знаю, я всегда признаю это.

82. Я всегда вежлив, даже с неприятными людьми.

83. Я никогда не раздражаюсь, если меня просят об услуге.

Нормативные таблицы опросника ВКЛ для старшеклассников.

Расчет нормативных показателей проводился на выборке 500 испытуемых (250 юношей и 250 девушек). Возраст от 15 до 17 лет. В качестве стандартной шкалы использовалась шкала стенов. Расчет нормативных показателей проводился отдельно для девушек и юношей, благодаря чему возможен более дифференцированный подход к оцениванию волевых качеств. Результаты представлены в таблице

*Перевод сырых баллов по шкалам опросника ВКЛ в стенов (для девушек)*

Таблица 65

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
О.	0-4	5-6	7-8	9-11	12-13	14-15	16-18	19-20	21-22	22-24
И.	0-3	4-5	6-8	9-11	12-13	14-16	17-18	19-21	22-24	25-30
Р.	0-1	2-4	5-6	7-8	9-11	12-13	14-16	17-18	19-20	21-22
С.	0-4	5-6	7-8	9-10	11-12	13-14	15-16	17-18	19-20	21-24
Вк	0-4	5-7	8-10	11-12	13-15	16-18	19-20	21-23	24-26	27-30
Н.	0-3	4-5	6-7	8-9	10-11	12-13	14-15	16-17	18-19	20-26
Э.	0-6	7-9	10-12	13-15	16-17	18-20	21-23	24-25	26-28	29-30
Вн.	0-5	6-7	8-9	10-11	12-13	14-15	16-17	18-19	20-21	22-24
Ц.	0-8	9-10	11-12	13-15	16-17	18-19	20-22	23-24	25-26	27
Общий балл	55-74	75-87	88-100	101-113	114-126	127-139	140-152	153-165	166-178	179-200

*Перевод сырых баллов по шкалам опросника ВКЛ в стенов (для юношей)*

Таблица 66

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
О.	0-4	5-6	7-8	9-11	12-13	14-15	16-17	18-19	20-21	22-24
И.	0-4	5-6	7-9	10-12	13-14	15-17	18-20	21-22	23-25	26-30
Р.	0-6	7-8	9-10	11-12	13-14	15-16	17-18	19-20	21-23	24
С.	0-6	7-8	9-10	11-12	13-14	15-16	17-18	19-20	21-22	23-25
Вк.	0-10	11-12	13-14	15-17	18-19	20-21	22-24	25-26	27-28	29-30
Н.	0-5	6-7	8-9	10-11	12-13	14-15	16-17	18-19	20	21
Э.	0-11	12-13	14-16	17-18	19-20	21-23	24-25	26-27	28-29	30
Вн.	0-6	7-9	10	11-12	13-14	15-16	17-18	19-20	21-22	23-24
Ц.	0-8	9-11	12-13	14-16	17-18	19-20	21-23	24-25	26	27
Общий балл	54-94	95-106	107-119	120-131	132-144	145-157	158-169	170-182	183-192	193-206

### *Обработка результатов*

Процедура подсчета баллов аналогична взрослому варианту опросника. Подростковый вариант имеет шкалу искренности. Если по шкале искренности испытуемый набирает 10 и более баллов, то результаты ответов ставятся под сомнение.

#### *Ключи к опроснику ВКЛ*

Таблица 67

	Шкалы опросника	Прямые задания	Обратные задания
	Искр.	80, 81, 82, 83	79

### **Задания для самостоятельной работы**

1. Определите по методике ВКЛ особенности своей эмоционально-волевой сферы. Постройте профиль эмоционально-волевой сферы.
2. Дайте характеристику особенностей эмоционально-волевой сферы на основе анализа литературы.
3. Проанализируйте особенности своей собственной эмоционально-волевой сферы на основе профиля. Рассмотрите возможные пути совершенствования.

### **Литература для изучения по теме**

1. Чумаков М.В. Эмоциональные аспекты волевой регуляции: Монография.- Курган, 2005.-168 с.
2. Чумаков М.В. Диагностика волевых особенностей личности // Вопр.психол.-2006.-№1.-С.169-178.

### *Шкала дифференциальных эмоций*

**Назначение методики.** Шкала дифференциальных эмоций предназначена для диагностики выраженности фундаментальных эмоций, выделяемых в соответствии с классификацией К.Е.Изарда. В зависимости от инструкции можно сделать акцент на состоянии в данный момент или на эмоциях, характерных для человека в какой-то период времени. Этой же цели можно достичь с большей надежностью, если регулярно диагностировать состояние человека в изучаемый период времени.

#### **Методика**

Инструкция. Прочитайте приведенные ниже определения и зачеркните соответствующую цифру справа в зависимости от того, с какой точностью эти определения описывают Ваше состояние в настоящее время. Чем больше цифра, тем более точно данное определение отражает Ваше состояние.

1.Внимательный	1	2	3	4	5
2.Концентрированный	1	2	3	4	5
3.Собранный	1	2	3	4	5
4.Наслаждающийся	1	2	3	4	5
5.Счастливый	1	2	3	4	5
6.Радостный	1	2	3	4	5
7.Удивленный	1	2	3	4	5
8.Изумленный	1	2	3	4	5
9.Пораженный	1	2	3	4	5
10.Унылый	1	2	3	4	5
11.Печальный	1	2	3	4	5
12.Сломленный	1	2	3	4	5
13.Взбешенный	1	2	3	4	5
14.Гневный	1	2	3	4	5
15.Безумный	1	2	3	4	5
16.Чувствующий неприязнь	1	2	3	4	5
17.Чувствующий отвращение	1	2	3	4	5
18.Чувствующий омерзение	1	2	3	4	5
19.Презрительный	1	2	3	4	5
20.Пренебрегающий	1	2	3	4	5
21.Надменный	1	2	3	4	5
22.Пугающий	1	2	3	4	5
23.Страшный	1	2	3	4	5
24.Сеющий панику	1	2	3	4	5
25.Застенчивый	1	2	3	4	5
26.Робкий	1	2	3	4	5
27.Стыдливый	1	2	3	4	5
28.Сожалеющий	1	2	3	4	5
29.Виновытый	1	2	3	4	5
30.Раскаивающийся	1	2	3	4	5

**Обработка результатов.** Вычисляется сумма баллов по каждой из десяти фундаментальных эмоций. Строится эмоциональный профиль.

**Ключ для обработки результатов**

Эмоция	Номера определений
1.Интерес	1,2,3.
2.Радость	4,5,6.
3.Удивление	7,8,9.
4.Горе	10,11,12.
5.Гнев	13,14,15.

6.Отвращение	16,17,18.
7.Презрение	19,20,21.
8.Страх	22,23,24.
9.Стыд	25,26,27.
10.Вина	28,29,30.

### **Задания для самостоятельной работы**

- 1.Определите по шкале дифференциальных эмоций свое состояние в настоящий момент. Постройте профиль эмоционального состояния.
- 2.Определите по шкале дифференциальных эмоций свое состояние через несколько часов. Сравните профили.
- 3.Дайте характеристику десяти фундаментальным эмоциям.

### **Литература для изучения по теме**

1. Изард К.Е. Эмоции человека.- М.: Изд-во Моск.ун-та,1980.

### *Шкала оценки функционального психического состояния (В.И. Чирков)*

Методика отражает особенности психического состояния как субъективной составляющей психофизического состояния в определенный момент деятельности. Психическое состояние рассматривается В.И.Чирковым как составляющая трех групп переживаний. Побуждающие переживания, оценочные переживания и переживания интенсивности состояния. Оценочные переживания включают переживания успеха-неуспеха в деятельности и переживания настроения человека. Переживания успеха-неуспеха отражают степень приближения к цели деятельности, а настроение является функцией успеха человека на определенном отрезке жизни. Настроение в меньшей степени соотносится с конкретной деятельностью. Таким образом, в подходе В.И.Чиркова психическое состояние оценивается по выраженности четырех компонентов, а именно, мотивации (М), настроения (Н), оценки успеха (ОУ) и уровня бодрствования (УБ).

### **Методика**

Инструкция. Прочитайте внимательно каждую пару приведенных ниже утверждений и подчеркните соответствующую цифру в зависимости от того, как Вы себя чувствуете в данный момент.

1. У меня хорошее настроение	3	2	1	0	1	2	3	У меня плохое настроение
2. Я встревожен	3	2	1	0	1	2	3	Я хочу подремать
3. Мне хочется работать	3	2	1	0	1	2	3	Мне не хочется работать
4. Я неудовлетворен	3	2	1	0	1	2	3	Я удовлетворен
5. Я уверен в себе	3	2	1	0	1	2	3	Я неуверен в себе
6. Мне скучно	3	2	1	0	1	2	3	Мне интересно
7. Я чувствую расслабленность	3	2	1	0	1	2	3	Я чувствую напряженность
8. Я радостный	3	2	1	0	1	2	3	Я унылый
9. Я напряжен	3	2	1	0	1	2	3	Я сонный
10. Я увлечен	3	2	1	0	1	2	3	Я не увлечен
11. Мне тяжело работать	3	2	1	0	1	2	3	Мне легко работать
12. Мне нравится работа	3	2	1	0	1	2	3	Мне не нравится работа
13. Я сонный	3	2	1	0	1	2	3	Я взвинчен
14. Я веселый	3	2	1	0	1	2	3	Я печальный

15.Я доволен как я работаю	3	2	1	0	1	2	3	Я не доволен как я работаю
16.Мне плохо	3	2	1	0	1	2	3	Мне хорошо
17.Мне хочет- ся спать	3	2	1	0	1	2	3	Я возбужден
18. Я полон энтузиазма	3	2	1	0	1	2	3	Я чувствую разочарован- ность
19.Я доволен выполнением работы	3	2	1	0	1	2	3	Я не доволен выполнением работы
20.Мне неприятно	3	2	1	0	1	2	3	Мне приятно

**Обработка результатов.** Результаты, полученные в бланке для ответов, сравниваются с ключом с учетом прямых и обратных вопросов. Набранные баллы характеризуют выраженность компонентов психического состояния. По результатам диагностики строится диаграмма. Интегрированность психического состояния определяется по показателю суммы внутренних связей (СВС). Показатель СВС – это дробь, в числителе которой находится произведение суммы коэффициентов корреляции в матрице из значений по каждому из компонентов психического состояния и числа значимых коэффициентов корреляции. В знаменателе дроби – общее число коэффициентов корреляции. Полученное частное умножается на 10 с целью отличить показатель СВС от показателей коэф-фициентов корреляции.

### Ключ для обработки результатов

№	Условное обозначение индикатора, к которому относится утверждение	Баллы
1.	Н	7 6 5 4 3 2 1
2.	УБ	7 6 5 4 3 2 1
3.	М	7 6 5 4 3 2 1
4.	ОУ	1 2 3 4 5 6 7
5.	ОУ	7 6 5 4 3 2 1
6.	М	1 2 3 4 5 6 7
7.	УБ	1 2 3 4 5 6 7
8.	Н	7 6 5 4 3 2 1
9.	УБ	7 6 5 4 3 2 1
10.	М	7 6 5 4 3 2 1
11.	ОУ	1 2 3 4 5 6 7
12.	М	7 6 5 4 3 2 1
13.	УБ	1 2 3 4 5 6 7
14.	Н	7 6 5 4 3 2 1
15.	ОУ	7 6 5 4 3 2 1
16.	Н	1 2 3 4 5 6 7
17.	УБ	1 2 3 4 5 6 7
18.	М	7 6 5 4 3 2 1
19.	ОУ	7 6 5 4 3 2 1
20.	Н	1 2 3 4 5 6 7

Уровень бодрствования – утверждения 2,7,9,13,17.

Настроение - утверждения 1,8,14,16,20.

Мотивация – утверждения 3,6,10,12,18.

Оценка успеха – утверждения 4,5,11,15,19.

### Задания для самостоятельной работы

1. Определите по шкале функциональных психических состояний свое состояние в настоящий момент. Постройте диаграмму функционального психического состояния.
2. Определите показатель СВС.
3. Определите по шкале функциональных психических состояний свое состояние через несколько часов. Сравните результаты с предыдущим измерением.

### Литература для изучения по теме

1. Чирков В.И. Создание и использование шкалы оценки функционального психического состояния // Проблемы индустриальной психологии.- Ярославль, 1983.-С.91-99.
1. Чумаков М.В. Эмоциональные аспекты волевого усилия // Вестник Южно-Уральского государственного университета.- 2009.- №5(138). -С.77-86.

*Опросник для измерения степени выраженности нервно – психического напряжения (НПН) (Немчина Т.А.)*

Опросник НПН основан на субъективной оценке испытуемым симптомов, наиболее типичных для состояния нервно-психического напряжения. Признаки нервно-психического напряжения, используемые в методике, выделялись в результате наблюдения за студентами в период экзаменов и в межсессионный период, а также за больными неврозом с выраженными признаками страха, тревоги, психической напряженности.

### Методика

*Инструкция.* Заполните, пожалуйста, правую часть бланка, отмечая знаком + те строки, содержание которых соответствует особенностям Вашего состояния в настоящее время.

№	Характер признака	Отметка испытуемого
---	-------------------	------------------------

1. Наличие физического дискомфорта:
  - а) полное отсутствие каких-либо неприятных физических ощущений;
  - б) имеют место незначительные неприятные ощущения, не мешающие работе;
  - в) наличие многих и разнообразных неприятных ощущений, серьезно мешающих работе.
2. Наличие болевых ощущений:
  - а) полное отсутствие каких-либо болей;
  - б) болезненные ощущения появляются лишь иногда, быстро исчезают и не мешают работе;
  - в) имеют место постоянные болевые ощущения, серьезно мешающие работе.

3. Температурные ощущения:
- а) отсутствие каких-либо изменений в ощущении температуры тела;
  - б) ощущение тепла, повышение температуры тела;
  - в) ощущение похолодания конечностей, чувство озноба.
4. Состояние мышечного тонуса:
- а) обычный, не измененный мышечный тонус;
  - б) умеренное повышение мышечного тонуса, чувство умеренного мышечного напряжения;
  - в) значительное мышечное напряжение, дрожание рук, подергивание (тик) мышц лица, глаз, губ.
5. Координация движений:
- а) обычная, не измененная координация движений;
  - б) повышение двигательной активности, увеличение скорости, точности, ловкости, координированности движений во время работы, письма;
  - в) ухудшение точности движений, нарушение координации, ухудшение почерка, затруднения при выполнении мелких движений, требующих высокой точности.
6. Двигательная активность:
- а) обычная, не измененная двигательная активность;
  - б) повышение двигательной активности, увеличение скорости энергичности движений;
  - в) резкое усиление общей двигательной активности, невозможность усидеть на одном месте, суетливость, постоянное стремление двигаться, ходить, изменять положение тела.
7. Ощущения со стороны сердечно-сосудистой системы:
- а) отсутствие каких-либо неприятных ощущений со стороны сердца;
  - б) ощущение усиления сердечной деятельности, не привлекающее внимание и не мешающее работе;
  - в) наличие неприятных ощущений со стороны сердца, резкое сердцебиение, чувство сжатия в области сердца.

8. Проявления (ощущения) со стороны желудочно-кишечного тракта:
- а) отсутствие каких-либо неприятных ощущений в животе;
  - б) единичные, быстро проходящие и не мешающие работать ощущения в животе - подсасывание в подложечной области, чувство легкого голода, периодическое умеренное “урчание” в животе;
  - в) выраженные неприятные ощущения в области живота – боли, снижение аппетита, подташнивание, чувство жажды.
9. Проявления со стороны органов дыхания:
- а) отсутствие каких-либо ощущений;
  - б) увеличение глубины и учащение дыхания, не мешающие работе;
  - в) значительные изменения дыхания – одышка, чувство недостаточного вдоха, “комки в горле”.
10. Проявления со стороны выделительной системы:
- а) отсутствие каких-либо изменений;
  - б) умеренная активизация выделительной функции, более частое, чем обычно, желание воспользоваться туалетом при полном сохранении способности воздержаться (потерпеть);
  - в) резкое учащение позывов в туалет, трудность или невозможность воздержаться.
11. Состояние потоотделения:
- а) обычное потоотделение без каких-либо изменений;
  - б) умеренное усиление потоотделения;
  - в) появление обильного “холодного, проливного” пота.
12. Состояние слизистой оболочки рта:
- а) обычное состояние без каких-либо изменений;
  - б) умеренное увеличение слюноотделения;
  - в) ощущение сухости во рту.
13. Окраска кожных покровов:
- а) обычная окраска кожи лица, рук, шеи;

- б) покраснение кожи лица, рук, шеи;
- в) побледнение кожи лица, рук, шеи, появление на коже “мраморного” (пятнистого) оттенка.

14. Восприимчивость к внешним раздражителям, чувствительность:

- а) отсутствие каких-либо изменений, обычная чувствительность;
- б) умеренное повышение чувствительности, восприимчивости к внешним раздражениям, не отвлекающее от работы;
- в) резкое обострение чувствительности, отвлекаемость, фиксация на посторонних раздражителях.

15. Чувство уверенности в себе, в своих силах:

- а) обычное состояние, отсутствие каких-либо изменений;
- б) повышение уверенности в себе, уверенность в успехе;
- в) чувство неуверенности в себе, ожидание неудачи, провала.

16. Настроение:

- а) обычное, не измененное настроение;
- б) приподнятое, повышенное настроение, чувство подъема, приятного удовлетворения деятельностью, работой;
- в) снижение настроения, чувство подавленности.

17. Особенности сна:

- а) нормальный, обычный сон;
- б) крепкий, освежающий сон;
- в) беспокойный, с частыми пробуждениями и сновидениями сон в течение нескольких ночей и в том числе накануне выполнения задания.

18. Особенности эмоционального состояния

в целом:

- а) отсутствие каких-либо изменений в сфере чувств и эмоций;
- б) чувство озабоченности, ответственности, появление “азарта”, положительно окра-

шенной “злости”;

в) чувство страха, паники, отчаяния.

19. Помехоустойчивость:

а) обычное состояние без каких-либо изменений;

б) повышение помехоустойчивости в работе, способность работать в условиях шума других помех и отвлекающих раздражителей;

в) значительное снижение помехоустойчивости, неспособность работать при наличии отвлекающих раздражителей.

20 Особенности речи:

а) обычная неизменная речь;

б) повышение речевой активности, увеличение громкости голоса, ускорение речи без ухудшения ее качества (громкости, логичности);

в) нарушение речи – появление длительных пауз, запинок, увеличение количества лишних слов, слишком тихий голос.

21. Общая оценка психического состояния:

а) обычное не измененное состояние;

б) состояние внутренней собранности, повышенной готовности к работе, подъем душевных сил, мобилизованность, высокий психический тонус;

в) чувство усталости, безразличия, рассеянности, несобранности, апатии, снижения психического тонуса.

22. Особенности памяти:

а) обычная не измененная память;

б) улучшение памяти - легко вспоминается то, что необходимо вспомнить в данный момент;

в) ухудшение памяти.

23. Особенности внимания:

а) обычное внимание без каких-либо изменений;

б) улучшение способности к сосредоточению, отвлечение от посторонних дел;

в) ухудшение внимания, неспособность сосредоточиться на выполняемой работе, отвлекаемость.

24. Сообразительность:

- а) обычная сообразительность без каких-либо изменений;
- б) повышение сообразительности, высокая находчивость;
- в) растерянность, ухудшение сообразительности.

25. Умственная работоспособность:

- а) обычная умственная работоспособность;
- б) повышение умственной работоспособности;
- в) значительное снижение умственной работоспособности.

26. Явления психического дискомфорта:

- а) отсутствие каких-либо неприятных ощущений и переживаний связанных с психическим состоянием
- б) единичные, слабо выраженные, не мешающие работе изменения, чувство психического комфорта, удовлетворения, радости от выполнения работы, задания;
- в) резко выраженные и многочисленные проявления психического дискомфорта, неприятное общее психическое самочувствие, мешающее работе.

27. Степень распространенности, (генерализованности)

признаков напряжения:

- а) единичные и слабо выраженные признаки напряжения, не привлекающие внимания;
- б) отчетливые признаки напряжения, которые способствуют повышенной работоспособности и успешности деятельности;
- в) большое количество разнообразных неприятных проявлений нервно-психического напряжения, наблюдаемых со стороны многих органов и систем организма и существенно мешающих работе.

28. Частота возникновения состояния напряжения:
- а) напряжение возникает чрезвычайно редко;
  - б) напряжение развивается часто, но только при наличии реально трудных ситуаций;
  - в) напряжение развивается весьма часто и нередко в тех случаях, когда для этого нет достаточных причин.
29. Продолжительность состояния нервно-психического напряжения:
- а) напряжение продолжается очень короткий срок: не более нескольких минут и исчезает до того, как миновала сложная ситуация;
  - б) напряжение продолжается в течение всего времени пребывания в условиях сложной ситуации и выполнения работы;
  - в) напряжение длится необычайно долго (несколько часов и более) и не прекращается даже после исчезновения трудной ситуации.
30. Общая оценка степени выраженности напряжения:
- а) полное отсутствие, либо весьма слабое напряжение;
  - б) умеренно выраженное напряжение;
  - в) резко выраженное, чрезмерное напряжение.

### **Общая сумма баллов.**

**Обработка результатов.** За знак плюс, поставленный против пункта “а”, начисляется 1 балл, против пункта “б” – два балла. За знак плюс напротив пункта “в” начисляется 3 балла.

Нормы. 30-50 баллов – слабое нервно-психическое напряжение.

51-70 баллов – средний уровень нервно-психического напряжения.

71-90 баллов – высокий уровень нервно – психического напряжения.

### **Задания для самостоятельной работы**

1. Определите по шкале измерения нервно-психического напряжения свое состояние в настоящий момент.
2. Сравните уровень нервно-психического напряжения с нормами.
3. Определите по шкале нервно-психического напряжения свое состояние через несколько часов. Сравните результаты с предыдущим измерением.

## Литература для изучения по теме

1. Опросник для измерения степени выраженности нервно-психического напряжения // Психические состояния (Экспериментальная и прикладная психология). Вып. 10.- Л., 1981,- С.159-167.

### *Тест дифференцированной самооценки функционального состояния (САН)*

Методика предназначена для оценки функционального состояния организма. Модель функционального состояния, которая положена в основу теста, имеет три составляющие, такие как самочувствие, активность, настроение.

### **Методика**

Инструкция: в бланке для ответов отметьте цифру, отражающую Ваше самочувствие в настоящий момент. Чем больше цифра, тем точнее утверждение описывает Ваше состояние.

### *Тестовая карта*

1. Самочувствие хорошее	3 2 1 0 1 2 3	Самочувствие плохое
2. Чувствую себя сильным	3 2 1 0 1 2 3	Чувствую себя слабым
3. Пассивный	3 2 1 0 1 2 3	Активный
4. Малоподвижный	3 2 1 0 1 2 3	Подвижный
5. Веселый	3 2 1 0 1 2 3	Грустный
6. Хорошее настроение	3 2 1 0 1 2 3	Плохое настроение
7. Работоспособный	3 2 1 0 1 2 3	Разбитый
8. Полный сил	3 2 1 0 1 2 3	Обессиленный
9. Медлительный	3 2 1 0 1 2 3	Быстрый
10. Бездеятельный	3 2 1 0 1 2 3	Деятельный
11. Счастливый	3 2 1 0 1 2 3	Несчастный
12. Жизнерадостный	3 2 1 0 1 2 3	Мрачный
13. Напряженный	3 2 1 0 1 2 3	Расслабленный
14. Здоровый	3 2 1 0 1 2 3	Больной
15. Безучастный	3 2 1 0 1 2 3	Увлеченный
16. Равнодушный	3 2 1 0 1 2 3	Взволнованный
17. Восторженный	3 2 1 0 1 2 3	Унылый
18. Радостный	3 2 1 0 1 2 3	Печальный
19. Отдохнувший	3 2 1 0 1 2 3	Усталый
20. Свежий	3 2 1 0 1 2 3	Изнуренный
21. Сонливый	3 2 1 0 1 2 3	Возбужденный
22. Желание отдохнуть	3 2 1 0 1 2 3	Желание работать

23.Спокойный	3 2 1 0 1 2 3	Озабоченный
24.Оптимистичный	3 2 1 0 1 2 3	Пессимистичный
25.Выносливый	3 2 1 0 1 2 3	Утомленный
26.Бодрый	3 2 1 0 1 2 3	Вялый
27.Соображать трудно	3 2 1 0 1 2 3	Соображать легко
28.Рассеянный	3 2 1 0 1 2 3	Внимательный
29.Полный надежд	3 2 1 0 1 2 3	Разочарованный
30.Довольный	3 2 1 0 1 2 3	Недовольный

**Обработка результатов.** Присвоение баллов осуществляется в цифрах от 1 до 7. Балл 3, соответствующий плохому самочувствию, настроению и низкой активности приобретает значение 1. Балл 2 – значение 2. Балл 1 значение 3. Балл 0 – значение 4. Балл 1, соответствующий хорошему самочувствию, настроению и высокой активности перекодируется в цифру 5. Балл 2 – в цифру 6. Балл 3, соответствующий хорошему самочувствию, настроению и высокой активности перекодируется в цифру 7. Необходимо быть внимательными при обработке, так как определения, соответствующие плохому самочувствию, настроению и низкой активности, могут быть как с правой, так и с левой части листа ответов.

Показатель самочувствия по методике складывается из оценок по следующим индикаторам: самочувствие хорошее – плохое, чувствую себя сильным – слабым, работоспособный – разбитый, полный сил – обессиленный, напряженный – расслабленный, здоровый – больной, отдохнувший – усталый, свежий – изнуренный, выносливый – утомленный, бодрый – вялый.

Показатель активности по методике складывается из оценок по следующим индикаторам: пассивный – активный, малоподвижный – подвижный, медлительный – быстрый, бездеятельный – деятельный, безучастный – увлеченный, равнодушный – взволнованный, сонливый – возбужденный, желание работать – желание отдохнуть, соображать трудно – легко, рассеянный – внимательный.

Показатель настроения по методике складывается из оценок по следующим индикаторам: веселый – грустный, настроение плохое – хорошее, счастливый – несчастный, жизнерадостный – мрачный, восторженный – унылый, радостный – печальный, спокойный – озабоченный, оптимистичный – пессимистичный, полный надежд – разочарованный, довольный – недовольный.

## Ключ

1. Самочувствие хорошее (С)	пр	7 6 5 4 3 2 1
2. Чувствую себя сильным (С)	пр	7 6 5 4 3 2 1
3. Пассивный (А)	обр	1 2 3 4 5 6 7
4. Малоподвижный (А)	обр	1 2 3 4 5 6 7
5. Веселый (Н)	пр	7 6 5 4 3 2 1
6. Хорошее настроение (Н)	пр	7 6 5 4 3 2 1
7. Работоспособный (С)	пр	7 6 5 4 3 2 1
8. Полный сил (С)	пр	7 6 5 4 3 2 1
9. Медлительный (А)	обр	1 2 3 4 5 6 7
10.Бездеятельный (А)	обр	1 2 3 4 5 6 7
11.Счастливым (Н)	пр	7 6 5 4 3 2 1
12.Жизнерадостный (Н)	пр	7 6 5 4 3 2 1
13.Напряженный (С)	обр	1 2 3 4 5 6 7
14.Здоровый (С)	пр	7 6 5 4 3 2 1
15.Безучастный (А)	обр	1 2 3 4 5 6 7
16.Равнодушный (А)	обр	1 2 3 4 5 6 7
17.Восторженный (Н)	пр	7 6 5 4 3 2 1
18.Радостный (Н)	пр	7 6 5 4 3 2 1
19.Отдохнувший (С)	пр	7 6 5 4 3 2 1
20.Свежий (С)	пр	7 6 5 4 3 2 1
21.Сонливый (А)	обр	1 2 3 4 5 6 7
22.Желание отдохнуть(А)	обр	1 2 3 4 5 6 7
23.Спокойный (Н)	пр	7 6 5 4 3 2 1
24.Оптимистичный (Н)	пр	7 6 5 4 3 2 1
25.Выносливый (С)	пр	7 6 5 4 3 2 1
26.Бодрый (С)	пр	7 6 5 4 3 2 1
27.Соображать трудно (А)	обр	1 2 3 4 5 6 7
28.Рассеянный (А)	обр	1 2 3 4 5 6 7
29.Полный надежд (Н)	пр	7 6 5 4 3 2 1
30.Довольный (Н)	пр	7 6 5 4 3 2 1

## Задания для самостоятельной работы

1. Определите по шкале САН свое состояние в настоящий момент.
2. Постройте диаграмму, отражающую три составляющих функционального психического состояния по шкале САН.
3. Определите по шкале САН свое состояние через несколько часов. Сравните результаты с предыдущим измерением.

### Литература для изучения по теме

1. Доскин В.А., Лаврентьев Н.А., Мирошников М.П., Шарай В.Б. Тест дифференцированной самооценки функционального состояния // Вопросы психологии.- 1973.- №6.- С.141 – 145.

*Тест Р.Б.Кеттелла (эмоциональные и волевые факторы). 16 PF – взрослый вариант, HSPQ – вариант для подростков, CPQ – вариант для детей младшего школьного возраста*

Методика Кеттелла предназначена для оценки личности по 16 (в подростковом варианте по 14, в варианте для младших школьников по 12) параметрам. В приведенных ниже вопросах методики отражаются эмоциональные и волевые факторы, а именно, факторы С, D, G, O, Q3, Q4.

Фактор С – эмоциональная устойчивость (неустойчивость).

Высокие значения фактора свидетельствуют об уверенности в себе, эмоциональной зрелости, способности не поддаваться случайным колебаниям настроения, хорошей приспособленности, силе “Я”.

Низкие значения фактора говорят о плохом контроле эмоций, импульсивности влечений, трудности приспособления к новым условиям, слабости “Я”.

Фактор D – уравновешенность (неуравновешенность). Фактор не определяется у взрослых.

Высокие значения фактора у детей и подростков свидетельствуют о повышенной возбудимости, отвлекаемости, недостаточной концентрации внимания, неумении владеть собой, сверхактивности в ответ на слабые стимулы.

Низкие значения говорят о хорошем владении собой, эмоциональной уравновешенности. В сравнении с другими детьми они более медлительны и недостаточно энергичны. Фактор зависит не только от особенностей воспитания, но и от темперамента.

Фактор G – высокая совестливость (недобросовестность).

Высокие значения фактора свидетельствуют о целеустремленности, чувстве ответственности, добросовестности, самоконтроле.

Низкие значения говорят о недобросовестности, эгоистичности, пренебрежении моральными нормами и общественными требованиями, непостоянстве и склонности не доводить начатое дело до конца.

Фактор O – самоуверенность (склонность к чувству вины).

Высокие значения фактора свидетельствуют о подавленности, доминировании тревожно-депрессивного фона настроения, неуверенности.

Низкие значения говорят о преобладании в эмоциональном фоне положительных эмоций, уверенности в себе, низкой тревожности.

Фактор Q3 – контроль желаний (импульсивность).

Высокие значения фактора свидетельствуют о хорошем контроле эмоций, организованности, планомерности, способности доводить до конца начатое дело и преодолевать трудности и препятствия на пути к достижению цели.

Низкие значения говорят о плохом самоконтроле и слабой воле, низкой планомерности действий, неумении организовать свое время.

Фактор Q4 – фрустрированность (нефрустрированность).

Высокие значения фактора свидетельствуют о неудовлетворенности желаний, напряженности, возбуждении, беспокойстве, эмоциональной неустойчивости с преобладанием пониженного фона настроения.

Низкие значения фактора говорят о слабости побуждений и желаний, безразличии к достижениям и неудачам.

Фактор I – мягкосердечие (суровость)

Высокие значения по данному фактору говорят о мягкости и зависимости, эмоциональной сензитивности.

Низкие значения говорят о мужественности, практичности и реалистичности, большем доверии рассудку, чем чувствам.

### *Личностный опросник СРQ*

#### **Вариант для мальчиков**

##### **ЧАСТЬ I**

- |  |     |  |
|--|-----|--|
| 1. Ты думаешь, что почти все можешь сделать как надо                     | или | ты можешь справиться только с некоторыми заданиями |
| 2. Ты часто делаешь ошибки   | или | ты их почти не делаешь                             |
| 3. Другие мальчики умеют больше, чем ты                                  | или | ты можешь столько же                               |
| 4. Ты много читаешь  | или | большинство ребят читает больше                    |
| 5. Ты считаешь, что твои выдумки, предложения, идеи хорошие и правильные | или | ты не уверен в этом                                |
| 6. Ты обычно молчаливый  | или | много говоришь                                     |
| 7. Ты можешь вечером долго сидеть спокойно                               | или | начинаешь ерзать                                   |
| 8. Твоя мама говорит, что ты слишком живой и беспокойный                 | или | ты тихий и спокойный                               |
| 9. Ты всегда осторожен в своих движениях                                 | или | бывает, когда ты бегаешь, то задеваешь за предметы |
| 10. Учитель часто делает тебе замечания на уроках                        | или | он считает, что ты ведешь себя так, как надо       |

- |  |     |   |
|--|-----|---|
| 11. Ты слушаешь “Новости” по телевизору  | Или | ты идешь играть, когда они начинаются             |
| 12. Если ты знаешь вопрос, ты сразу же поднимаешь руку   | или | ждешь, когда тебя вызовут, не поднимая руки       |
| 13. Когда кто-то из детей просит помочь им на контрольной, ты говоришь, чтобы он сам все решал           | или | помогаешь, если не видит учитель                  |
| 14. Когда мама зовет тебя домой, ты продолжаешь играть еще немного                                       | или | идешь сразу же                                    |
| 15. Уроки дома ты делаешь в разное время дня   | или | в одно и то же время дня                          |
| 16. С тобой случаются большие неприятности   | или | мелкие, незначительные                            |
| 17. Ты часто огорчаешься, когда что-то не сбывается  | или | редко   |
| 18. Большинство твоих планов тебе удается осуществить  | или | порой получается не так, как ты задумал           |
| 19. Бывает так, что тебе одиноко и грустно   | или | такого с тобой не бывает                          |
| 20. Если тебе делают замечания, ругают, ты сохраняешь спокойствие и хорошее настроение                   | или | ты сильно расстраиваешься                         |
| 21. Скорее тебе понравилось бы работать на кондитерской фабрике  | или | быть учителем                                     |
| 22. Когда ребята в классе шумят, ты всегда сидишь тихо   | или | ты шумишь вместе с ними                           |
| 23. Ты предпочитаешь друзей, которые любят побаловаться, побегать, пошалить                              | или | тебе нравятся более серьезные                     |
| 24. Охотнее ты сейчас бы ходил в школу   | или | поехал путешествовать в автомобиле                |
| 25. Какой учитель тебе понравился бы больше: мягкий, снисходительный                                     | или | строгий   |
| 26. Если тебя толкают в автобусе, ты считаешь, что ничего особенного не произошло                        | или | тебя это сердит                                   |
| 27. Случалось тебе делать что-то такое, чего не следовало делать   | или | такого не случилось с тобой                       |
| 28. Ты испытываешь беспокойство, раздражение, когда приходится сидеть тихо и ждать, пока что-то начнется | или | тебе не доставляет никакого труда долгое ожидание |
| 29. Бывает иногда, что ты злишься на всех  | или | ты всегда доволен всеми                           |

- |  |     |   |
|--|-----|---|
| 30. Дома ты ешь все, что тебе предлагают   | или | ты протестуешь, когда дают пищу, которую ты не любишь |
| 31. Ты спокойно переходишь улицу, где большое движение транспорта                        | или | ты немного волнуешься                                 |
| 32. Охотнее ты стал бы водителем какого-нибудь транспорта (автобуса, троллейбуса, такси) | или | врачом  |
| 33. Если ты слышишь грустную историю, слезы могут навернуться на твои глаза              | или | этого не бывает                                       |
| 34. Понравилось бы тебе оставаться с маленькими детьми                                   | или | тебе не понравилось бы оставаться с ними              |
| 35. С большим удовольствием ты отправился бы за город, полюбоваться красивой природой    | или | на выставку современных машин                         |

## ЧАСТЬ II

- |   |     |   |
|---|-----|---|
| 1. Ты заканчиваешь свою работу быстрее, чем другие  | или | тебе надо немного больше времени                            |
| 2. Бываешь ли ты иногда неуверен в себе   | или | ты уверен в себе  |
| 3. Говорит ли тебе мама, что ты медлителен  | или | ты делаешь все быстро                                       |
| 4. В школе ты выполняешь все точно так, как требуют   | или | твои одноклассники выполняют требования учителя более точно |
| 5. Ты делаешь все всегда хорошо   | или | бывают дни, когда у тебя ничего не получается               |
| 6. Ты сидишь во время урока спокойно  | или | любишь повертеться  |
| 7. Ты считаешь, что ты всегда вежлив  | или | бываешь надоедливым   |
| 8. Хочется ли тебе быть иногда непослушным  | или | у тебя никогда нет такого желания                           |
| 9. Когда тебе сообщают приятную новость, ты радуешься спокойно                                  | или | тебе от радости хочется прыгать                             |
| 10. Учитель иногда говорит, что ты недостаточно внимателен и допускаешь много помарок в тетради | или | он этого почти никогда не говорит                           |
| 11. Ты всегда помогаешь новым ученикам, которые пришли к вам в класс                            | или | обычно это делают другие                                    |
| 12. Ты всегда собираешь свой портфель с вечера  | или | бывает, что делаешь это утром                               |

- |   |     |  |
|---|-----|--|
| 13. Когда родители говорят, что тебе пора спать, ты сразу же идешь                        | или | еще немного продолжаешь заниматься своим делом |
| 14. Если ты не понял условие задачи, ты обращаешься к товарищу                            | или | к учителю                                      |
| 15. По пути из школы ты останавливаешься поиграть   | или | после школы ты идешь сразу домой               |
| 16. Если мама тебя отругала, ты становишься грустным                                      | или | настроение у тебя почти не портится            |
| 17. Часто ли ты обижаешься  | или | это случается очень редко                      |
| 18. У тебя все удачно выходит   | или | бывают неудачи                                 |
| 19. Иногда ты сидишь без дела и чувствуешь себя плохо                                     | или | такого с тобой не бывает                       |
| 20. У тебя мало затруднений   | или | много  |
| 21. В свободное время ты лучше пошел бы в кино  | или | сажать деревья во дворе                        |
| 22. Ты охотнее расскажешь маме о своих школьных делах                                     | или | о прогулке, экскурсии                          |
| 23. Тебе больше нравится, когда вы с ребятами рассказываете что-то друг другу             | или | тебе больше нравится играть с ними             |
| 24. Охотнее ты пошел бы на урок   | или | посмотрел бы встречу по футболу                |
| 25. Бывает ли тебе трудно в школе   | или | тебе легко в школе                             |
| 26. Если друзья берут твои вещи без спроса, ты считаешь, что в этом нет ничего особенного | или | ты сердишься на них                            |
| 27. При неожиданном звуке тебе случилось вздрогнуть                                       | или | ты просто оглядываешься                        |
| 28. Повышаешь ли ты голос в разговоре, когда сильно взволнован                            | или | ты всегда разговариваешь спокойно              |
| 29. Если ты слушаешь радио или смотришь телевизор, мешают тебе посторонние разговоры      | или | ты их не замечаешь                             |
| 30. Если тебя дома чем-то разозлили, ты спокойно выходишь из комнаты                      | или | выходя из комнаты, ты можешь хлопнуть дверью   |
| 31. В игре ты с большим удовольствием изображал бы пилота сверхзвукового самолета         | или | известного писателя                            |
| 32. Можешь ли ты прикоснуться к пауку   | или | паук тебе неприятен                            |
| 33. Ты скорее стал бы художником  | или | охотником                                      |
| 34. После урока тебе хочется некоторое время побыть около учителя                         | или | тебе хочется сразу же идти гулять в коридор    |
| 35. Когда ты не можешь выйти из дома, тебе грустно  |     | тебе это безразлично                           |

## Вариант для девочек

### ЧАСТЬ I

- |  |     |  |
|--|-----|--|
| 1. Ты думаешь, что почти все можешь сделать как надо   | или | ты можешь справиться только с некоторыми заданиями |
| 2. Ты часто делаешь ошибки   | или | ты их почти не делаешь                             |
| 3. Другие девочки умеют больше, чем ты   | или | ты можешь столько же                               |
| 4. Ты много читаешь  | или | большинство ребят читает больше                    |
| 5. Ты считаешь, что твои выдумки, предложения, идеи хорошие и правильные                       | или | ты не уверена в этом                               |
| 6. Ты обычно молчаливая  | или | много говоришь                                     |
| 7. Ты можешь вечером долго сидеть спокойно   | или | начинаешь ерзать                                   |
| 8. Твоя мама говорит, что ты слишком живая и беспокойная                                       | или | ты тихая и спокойная                               |
| 9. Ты всегда осторожна в своих движениях   | или | бывает, когда ты бегаешь, то задеваешь за предметы |
| 10. Учитель часто делает тебе замечания на уроках  | или | он считает, что ты ведешь себя так, как надо       |
| 11. Ты слушаешь “Новости” по телевизору  | или | ты идешь играть, когда они начинаются              |
| 12. Если ты знаешь вопрос, ты сразу же поднимаешь руку   | или | ждешь, когда тебя вызовут, не поднимая руки        |
| 13. Когда кто-то из детей просит помочь им на контрольной, ты говоришь, чтобы он сам все решал | или | помогаешь, если не видит учитель                   |
| 14. Когда мама зовет тебя домой, ты продолжаешь играть еще немного                             | или | идешь сразу же                                     |
| 15. Уроки дома ты делаешь в разное время дня   | или | в одно и то же время дня                           |
| 16. С тобой случаются большие неприятности   | или | мелкие, незначительные                             |
| 17. Ты часто огорчаешься, когда что-то не сбывается  | или | редко  |
| 18. Большинство твоих планов тебе удается осуществить  | или | порой получается не так, как ты задумала           |
| 19. Бывает так, что тебе одиноко и грустно   | или | такого с тобой не бывает                           |
| 20. Если тебе делают замечания, ругают, ты сохраняешь спокойствие и хорошее настроение         | или | ты сильно расстраиваешься                          |

- |  |     |   |
|--|-----|---|
| 21. Скорее тебе понравилось бы работать на кондитерской фабрике  | или | быть учительницей                                     |
| 22. Когда ребята в классе шумят, ты всегда сидишь тихо   | или | ты шумишь вместе с ними                               |
| 23. Ты предпочитаешь друзей, которые любят побаловаться, побегать, пошалить                              | или | тебе нравятся более серьезные                         |
| 24. Охотнее ты сейчас бы ходила в школу  | или | поехала путешествовать в автомобиле                   |
| 25. Какой учитель тебе понравился бы больше: мягкий, снисходительный                                     | или | строгий   |
| 26. Если тебя толкают в автобусе, ты считаешь, что ничего особенного не произошло                        | или | тебя это сердит                                       |
| 27. Случалось тебе делать что-то такое, что ничего особенного не произошло                               | или | Такого не случилось с тобой                           |
| 28. Ты испытываешь беспокойство, раздражение, когда приходится сидеть тихо и ждать, пока что-то начнется | или | тебе не доставляет никакого труда долгое ожидание     |
| 29. Бывает иногда, что ты злишься на всех  | или | ты всегда довольна всеми                              |
| 30. Дома ты ешь все, что тебе предлагают   | или | ты протестуешь, когда дают пищу, которую ты не любишь |
| 31. Ты спокойно переходишь улицу, где большое движение транспорта  | или | ты немного волнуешься                                 |
| 32. Охотнее ты стала бы водителем какого-нибудь транспорта (автобуса, троллейбуса, такси)                | или | врачом  |
| 33. Если ты слышишь грустную историю, слезу могут навернуться на твои глаза                              | или | этого не бывает                                       |
| 34. Понравилось бы тебе оставаться с маленькими детьми   | или | тебе не понравилось бы оставаться с ними              |
| 35. С большим удовольствием ты отправилась бы за город, полюбоваться красивой природой                   | или | на выставку новых товаров                             |

## ЧАСТЬ II

- |  |     |                                  |
|--|-----|----------------------------------|
| 1. Ты заканчиваешь свою работу быстрее, чем другие | или | тебе надо немного больше времени |
| 2. Бываешь ли ты иногда не уверена в себе          | или | ты уверена в себе                |
| 3. Говорит ли тебе мама, что ты медлительна        | или | ты делаешь все быстро            |

4. В школе ты выполняешь все точно так, как требуют	или	твои одноклассники выполняют требования учителя более точно
5. Ты делаешь все всегда хорошо	или	бывают дни, когда у тебя ничего не получается
6. Ты сидишь во время урока спокойно	или	любишь повертеться
7. Ты считаешь, что ты всегда вежлива	или	бываешь надоедливой
8. Хочется ли тебе быть иногда непослушной	или	у тебя никогда нет такого желания
9. Когда тебе сообщают приятную новость, ты радуешься спокойно	или	тебе от радости хочется прыгать
10. Учитель иногда говорит, что ты недостаточно внимательна и допускаешь много помарок в тетради	или	он этого почти никогда не говорит
11. Ты всегда помогаешь новым ученикам, которые пришли к вам в класс	или	обычно это делают другие
12. Ты всегда собираешь свой портфель с вечера	или	бывает, что делаешь это утром
13. Когда родители говорят, что тебе пора спать, ты сразу же идешь	или	еще немного продолжаешь заниматься своим делом
14. Если ты не поняла условие задачи, ты обращаешься к кому-либо из ребят	или	к учителю
15. По пути из школы ты останавливаешься поиграть	или	после школы ты идешь сразу домой
16. Если мама тебя отругала, ты становишься грустной	или	настроение у тебя почти не портится
17. Часто ли ты обижаешься	или	это случается очень редко
18. У тебя все удачно выходит	или	бывают неудачи
19. Иногда ты сидишь без дела и чувствуешь себя плохо	или	такого с тобой не бывает
20. У тебя мало затруднений	или	много
21. В свободное время ты лучше пошла бы в кино	или	сажать цветы и деревья во дворе
22. Ты охотнее расскажешь маме о своих школьных делах	или	о прогулке, экскурсии
23. Тебе больше нравится, когда вы с девочками рассказываете что-то друг другу	или	тебе больше нравится играть с ними
24. Охотнее ты пошла бы на урок	или	посмотрела бы выступление фигуристов
25. Бывает ли тебе трудно в школе	или	тебе легко в школе
26. Если друзья берут твои вещи без спроса, ты считаешь, что в этом нет ничего особенного	или	ты сердишься на них
27. При неожиданном звуке тебе случилось вздрогнуть	или	ты просто оглядываешься

28. Повышаешь ли ты голос в разговоре, когда сильно взволнована или ты всегда разговариваешь спокойно
29. Если ты слушаешь радио или смотришь телевизор, мешают тебе посторонние разговоры или ты их не замечаешь
30. Если тебя дома чем-то разозлили, ты спокойно выходишь из комнаты или выходя из комнаты, ты можешь хлопнуть дверью
31. Тебе бы больше понравилось уметь хорошо шить наряды или быть балериной
32. Можешь ли ты прикоснуться к пауку или паук тебе неприятен
33. Ты скорее стала бы художником или хорошим парикмахером
34. После урока тебе хочется некоторое время побыть около учителя или тебе хочется сразу же идти гулять в коридор
35. Когда ты не можешь выйти из дома, тебе грустно или тебе это безразлично

### Ключ к опроснику CPQ

C	1. (1)	2. (2)	3. (2)	4. (1)	5. (1)
D	6. (2)	7. (2)	8. (1)	9. (2)	10. (1)
G	11. (1)	12. (1)	13. (1)	14. (2)	15. (2)
O	16. (1)	17. (1)	18. (2)	19. (1)	20. (2)
Q3	21. (2)	22. (1)	23. (2)	24. (1)	25. (2)
Q4	26. (2)	27. (1)	28. (1)	29. (1)	30. (2)
I	31. (2)	32. (2)	33. (1)	34. (1)	35. (1)

Числа в скобках обозначают колонку в бланке ответов. За совпадение с ключом дается 1 балл. 2 часть идентична 1 части.

### Личностный опросник HSPQ

1. Если Вы сделали какую-то глупость, бывает Вам настолько плохо, что хочется провалиться сквозь землю?
- а) да                                      б) может быть                                      в) нет
2. Легко ли Вам хранить увлекательный секрет?
- а) да                                      б) иногда                                      в) нет
3. Когда Вы что-то решаете, Вы:
- а) сомневаетесь – вдруг захочется изменить свое решение
- б) верно нечто среднее
- в) чувствуете уверенность, что решение остается в силе
4. Вы полностью понимаете то, что проходите в школе?
- а) да                                      б) обычно                                      в) нет

5. Когда мел скрипит по доске, пробегает ли у Вас “мороз по коже”?
- а) да                      б) может быть                      в) нет
6. Вы всегда хорошо ладили со своими родителями, братьями и сестрами?
- а) да                      б) трудно сказать                      в) нет
7. Часто ли Вы с увлечением составляете большие планы, а потом выясняется, что ничего не выйдет из них?
- а) да                      б) иногда                      в) нет
8. У Вас почти всегда хорошее настроение?
- а) да                      б) среднее                      в) нет
9. Бывает так, что у Вас без определенных причин резко меняется настроение?
- а) да                      б) иногда                      в) нет
10. Если Вас просят взять на себя новое трудное дело, Вы:
- а) рады этому и показываете на что способны  
б) трудно сказать  
в) чувствуете, что не справитесь
11. Вы можете работать над чем – либо, не отвлекаясь, если стоит шум?
- а) да                      б) возможно                      в) нет
12. Когда что-то никак не получается, удастся ли Вам сдерживать свое раздражение, не срывая его на других людях?
- а) часто                      б) иногда                      в) редко
13. Если одноклассники играют во что-то без Вас, Вы
- а) считаете это простой случайностью  
б) нечто среднее  
в) обижаетесь и сердитесь
14. Говорят ли люди, что Вы иногда несобранны и легко увлекаетесь, хотя они считают Вас хорошим человеком?
- а) да                      б) возможно                      в) нет
15. Если Вас застали в затруднительной, неловкой ситуации, можете ли Вы превратить все в шутку и выйти из положения?
- а) как правило                      б) трудно сказать                      в) нет
16. Когда Вы запоминаете что-то иначе, чем другие, часто ли Вы спорите о том, что произошло на самом деле?
- а) да                      б) может быть                      в) нет
17. Если у Вас все время что-нибудь портится или ломается, сохраняете ли Вы, тем не менее, спокойствие?
- а) да                      б) может быть                      в) нет
18. Вы чувствовали когда-нибудь неудовлетворенность и говорили себе: “Я наверняка мог бы сделать нашу школу лучше, чем это удастся учителям”?
- а) да                      б) может быть                      в) нет

19. Когда Вы слушаете радио или смотрите телевизор, а вокруг смеются, разговаривают
- а) Вам хорошо
  - б) трудно сказать
  - в) это мешает и раздражает
20. Если вы поднимаете руку для ответа и другие одновременно делают то же, испытываете ли Вы возбуждение?
- а) иногда
  - б) редко
  - в) никогда
21. Какая из этих характеристик подходит Вам больше?
- а) надежный вожак
  - б) нечто среднее
  - в) симпатичный, приятный человек.
22. Вы спрашиваете совета у родителей относительно своих дел и поступков в школе?
- а) часто
  - б) иногда
  - в) редко
23. Вы любите говорить ребятам о том, что нужно соблюдать правила?
- а) да
  - б) иногда
  - в) нет
24. Если бы все стали делать нечто такое, что Вы считаете неправильным, Вы:
- а) присоединились бы к ним
  - б) не уверен
  - в) делали бы то, что считаете правильным.
25. Когда вам нужно сделать что-то по дому, Вы:
- а) очень часто просто не делаете этого
  - б) средне
  - в) определенно сделали бы.
26. Вы обычно обсуждаете свои дела с родителями:
- а) да
  - б) иногда
  - в) нет
27. Вас легко вовлечь в действия, которые, как Вам известно, являются плохими и неправильными?
- а) да
  - б) иногда
  - в) нет
28. Вы бы расстроились, если бы пришлось переезжать на новое место и заводить там новых друзей?
- а) да
  - б) может быть
  - в) нет
29. Если вы видите незнакомого человека с тяжелым чемоданом, Вы поможете ему или предоставите ему возможность справиться самому?
- а) предоставлю справиться самому
  - б) трудно сказать
  - в) помогу ему

30. Прежде чем высказать что-то в классе, убеждаетесь ли Вы в собственной правоте?  
а) всегда                      б) как правило                      в) редко
31. Вы можете сохранять бодрость, даже если дела идут плохо?  
а) да                      б) не уверен                      в) нет
32. Вы чувствуете иногда, что мало на что годитесь и никогда не совершите ничего стоящего?  
а) да                      б) может быть                      в) нет
33. Считаете ли Вы, что Ваши дела идут хорошо, и что Вы делаете все, что можно от Вас ожидать?  
а) да                      б) трудно сказать                      в) нет
34. Вам трудно вести себя так или быть таким, каким хотят Вас видеть другие люди?  
а) да                      б) трудно сказать                      в) нет
35. Вы всегда можете определить свои чувства, например, отличить усталость от скуки?  
а) да                      б) может быть                      в) нет
36. Когда у Вас все великолепно, Вы:  
а) готовы почти что “прыгать от радости”  
б) трудно поверить  
в) внутренне радуется, но внешне кажется спокойным
37. Вы легко усваиваете новые игры?  
а) да                      б) средне                      в) нет
38. Считаете ли Вы, что большинству людей Вы кажитесь порою угрюмым и унылым?  
а) да                      б) трудно сказать                      в) нет
39. Легко ли Вам подойти и представиться важному лицу?  
а) да                      б) может быть                      в) нет
40. Ваши чувства бывают так напряжены, что Вы готовы, кажется, “взорваться” от их избытка?  
а) часто                      б) иногда                      в) редко
41. Вы предпочли бы быть  
а) актером эстрады  
б) трудно сказать  
в) врачом
42. Считают ли Вас человеком, на которого всегда можно положиться и который все сделает точно и как следует?  
а) да                      б) может быть                      в) нет

43. Вам бы хотелось быть очень красивым, чтобы люди везде обращали на Вас внимание?
- а) да                      б) может быть                      в) нет
44. Если вам что-то сильно досаждаёт, что, по – Вашему, лучше:
- а) стараться не обращать внимание на это, пока не остынешь  
б) трудно решить  
в) найти способ разрядиться
45. Вы говорите иногда глупости только для того, чтобы посмотреть, что скажут на это другие?
- а) да                      б) может быть                      в) нет
46. Вы любите, когда Вам подробно объясняют что и как следует делать?
- а) да                      б) трудно сказать                      в) нет
47. Вы замечали иногда, просыпаясь утром, что так ворочались и метались во сне, что вся постель в беспорядке?
- а) часто                      б) иногда                      в) нет
48. Вы считаете, что делаете то, что должны делать в жизни?
- а) да                      б) не уверен                      в) нет
49. Вы чувствуете себя порою настолько запутавшимся, что сами не понимаете, что делаете?
- а) да                      б) может быть                      в) нет
50. Вы обычно точный и аккуратный человек?
- а) да                      б) средне                      в) нет
51. Вы считаете, что Ваша жизнь идет более гладко, чем у многих других?
- а) да                      б) возможно                      в) нет
52. Бывает так, что Вы не можете сосредоточиться на чем-то из-за посторонних мыслей?
- а) да, часто                      б) иногда                      в) нет, почти никогда
53. Читая приключенческую повесть, Вы:
- а) просто получаете удовольствие  
б) трудно решить  
в) волнуетесь, благополучно ли она закончится
54. Вы испытываете раздражение, если приходится сидеть тихо и ждать, пока что-то начнется?
- а) да                      б) иногда                      в) нет
55. Когда приближается что-то важное, например, экзамен или ответственное соревнование, Вы:
- а) остаетесь совершенно спокойным и хладнокровным  
б) нечто среднее  
в) становитесь очень напряженным и теряете покой

56. Если кто-то включает громкую музыку, когда вы пытаетесь работать, Вы чувствуете, что Вам необходимо удалиться?  
а) да                      б) может статься                      в) нет
57. Что вы делаете, если проигрываете важную игру?  
а) говорите: “В конце концов, это ведь только игра”  
б) трудно ответить  
в) сердитесь или злитесь на себя
58. Когда Вы по тихой, безлюдной улице возвращаетесь домой вечером, Вам часто кажется, что кто-то идет за Вами?  
а) да                      б) может быть                      в) нет
59. Если кто-то спорит с Вами, то Вы:  
а) даете ему высказать все, что он хочет  
б) трудно сказать  
в) обычно перебиваете его раньше, чем он закончит
60. Вам действуют на нервы мелкие неприятности, даже если Вы знаете, что они не очень существенны?  
а) да                      б) может быть                      в) нет
61. Если ли Вы на кого-то справедливо сердитесь, Вы обычно кричите или нет?  
а) да                      б) может быть                      в) нет
62. Когда люди говорят про Вас что-то плохое, Вас это сильно расстраивает?  
а) да                      б) нечто среднее                      в) нет
63. Вам больше нравится смотреть соревнования по боксу, чем танцы на льду?  
а) да                      б) трудно сказать                      в) нет
64. Когда другие, отставая, тормозят Вашу работу, что, по – Вашему, лучше:  
а) подождать их  
б) трудно решить  
в) сказать им, чтобы поторопились
65. Кем Вы больше восхищаетесь:  
а) знаменитым спортсменом  
б) трудно решить  
в) знаменитым поэтом
66. Вы бы предпочли провести свободное время:  
а) в живописном парке  
б) не уверен  
в) на стадионе
67. Отдыхая на море, на озере, Вы бы предпочли:  
а) смотреть рискованные лодочные гонки  
б) не уверен  
в) прогуливаться красивым берегом с другом

68. Погожим вечером Вы бы предпочли:

- а) посмотреть мотогонки
- б) трудно сказать
- в) послушать музыку на открытой эстраде

69. Какие фильмы Вы больше любите:

- а) музыкальные
- б) трудно сказать
- в) о войне

70. Вам случается почти что плакать над некоторыми книгами или пьесами?

- а) да, часто
- б) иногда
- в) нет, никогда

### Ключи к HSPQ

С	1. в	2. а	3. в	4. а	5. а	6. а	7. в	8. а	9. в	10. а
D	11. в	12. а	13. в	14. а	15. в	16. а	17. в	18. а	19. в	20. а
G	21. а	22. а	23. а	24. в	25. в	26. а	27. в	28. в	29. в	30. а
O	31. в	32. а	33. в	34. а	35. в	36. а	37. а	38. а	39. в	40. а
Q3	41. в	42. а	43. в	44. а	45. в	46. а	47. в	48. а	49. в	50. а
Q4	51. в	52. а	53. в	54. а	55. в	56. а	57. в	58. а	59. в	60. а
I	61. в	62. а	63. в	64. а	65. в	66. а	67. в	68. в	69. а	70. а

За совпадение ответа с ключом – 2 балла

За выбор варианта б – 1 балл.

### 16 PF

1. Когда я нахожусь в маленьком ограниченном пространстве (например, в переполненном лифте), я испытываю такое неприятное чувство, словно заперт в ловушке:

- А) никогда
- Б) изредка
- В) довольно часто

2. Я склонен мысленно вновь и вновь возвращаться к совершенно пустяковым неприятностям, случившимся со мной, и мне требуется приложить большое усилие, чтобы выбросить их из головы:

- А) да
- Б) иногда
- В) нет

3. Если я нахожусь дома, и у меня есть немного свободного времени, я:

- А) отдыхаю или беседую с кем-нибудь

- Б) нечто среднее
  - В) стараюсь заняться какой-нибудь работой
4. Даже в обществе знакомых людей меня иногда охватывает чувство одиночества и ненужности никому:
- А) верно
  - Б) нечто среднее
  - В) неверно
5. Моя память не меняется заметно со дня на день:
- А) верно
  - Б) не уверен
  - В) неверно
6. Когда строю планы, я обычно полагаюсь на волю случая:
- А) верно
  - Б) нечто среднее
  - В) неверно
7. Когда я что-то делаю – работаю, ем, двигаюсь и т.д., я:
- А) перескакиваю от одного к другому, от одной работы к другой
  - Б) нечто среднее
  - В) поступаю планомерно, методично
8. Я испытываю беспокойство, как будто я что-то хочу, но не знаю что:
- А) очень редко
  - Б) иногда
  - В) часто
9. Если бы я мог свою жизнь начать сначала:
- А) я хотел бы её спланировать иначе
  - Б) не имею определённого мнения
  - В) в основном я хотел бы прожить её также
10. Когда мне приходилось принимать серьёзные решения, я никогда не беспокоился, что родные меня не поймут:
- А) верно
  - Б) не уверен
  - В) неверно
11. Обычно люди тратят слишком много своего свободного времени на выполнение обязанностей перед родственниками и помощь по дому:
- А) верно
  - Б) не имею определённого мнения
  - В) неверно
12. Я чувствую, что мои друзья не так сильно нуждаются во мне, как я в них:
- А) верно

- Б) не уверен  
В) неверно
13. Я переживаю, если кто-то думает обо мне плохо:  
А) едва ли  
Б) возможно  
В) весьма вероятно
14. Какие бы трудные и неприятные препятствия ни возникали на моём пути, я всегда сохраняю первоначальные намерения и придерживаюсь их:  
А) верно  
Б) бывает по-разному  
В) неверно
15. Мои нервы в последнее время настолько напряжены, что некоторые звуки, например, скрип двери и другие, так невыносимы что я вздрагиваю:  
А) часто  
Б) иногда  
В) никогда
16. Вставая утром, я часто чувствую себя уставшим и неотдохнувшим:  
А) верно  
Б) бывает по-разному  
В) неверно
17. Изменение погоды обычно не влияет на мою трудоспособность и настроение:  
А) верно  
Б) нечто среднее  
В) неверно
18. Если мне дан ряд правил, я следую им только тогда, когда мне это удобно, а не выполняю их буквально:  
А) верно  
Б) бывает по-разному  
В) неверно
19. Даже если приходится сталкиваться с неприятностями, я обычно никогда не падаю духом:  
А) верно  
Б) бывает по-разному  
В) неверно
20. Ночью мне бывает трудно заснуть из-за беспокойства по поводу неудачи:  
А) часто  
Б) иногда  
В) крайне редко

21. Всегда, когда мне требуется быстро принять решение, я:
- А) полагаюсь на спокойные логические рассуждения и объективные доводы
  - Б) бывает по-разному
  - В) становлюсь напряженным, возбужденным, неспособным ясно мыслить
22. Иногда я замечаю, что совершенно пустяковые мысли и воспоминания целиком захватывают меня:
- А) верно
  - Б) нечто среднее
  - В) неверно
23. В споре я никогда не возбуждаюсь настолько, чтобы потерять контроль над своим голосом:
- А) верно
  - Б) бывает по-разному
  - В) неверно
24. Для меня тяжело мириться с тем, что кто-то отклонит мою просьбу, даже если я знаю, что она не может быть удовлетворена:
- А) верно
  - Б) бывает по-разному
  - В) неверно
25. Часто меня ранит не то, что сказали люди, а то, как они это сказали:
- А) верно
  - Б) бывает по-разному
  - В) неверно
26. На работе гораздо важнее пользоваться расположением влиятельных людей, чем добиваться успеха отличным выполнением работы:
- А) верно
  - Б) нечто среднее
  - В) неверно
27. Если меня преследуют одна за другой мелкие неудачи:
- А) это не выводит меня из равновесия
  - Б) бывает по-разному
  - В) я чувствую себя подавленным
28. Меня беспокоит чувство вины или угрызения совести из-за каждого пустяка:
- А) довольно часто
  - Б) иногда
  - В) никогда
29. Если мои друзья оставляют меня в неведении относительно того, что они думают, я:
- А) выражаю недовольство

Б) нечто среднее

В) Принимаю это спокойно, понимая, что для этого, видимо, есть причины

30. Иногда у меня бывает такое состояние, когда я легко отвлекаюсь от дела, становлюсь рассеянным и мечтательным:

А) верно

Б) нечто среднее

В) неверно

31. При встрече с новыми людьми у меня не сразу складывается к ним чувство симпатии или антипатии:

А) верно

Б) бывает по-разному

В) неверно

32. Я перехожу на другую сторону улицы, чтобы избежать встречи с людьми, которых мне не хочется видеть:

А) никогда

Б) нередко

В) довольно часто

33. В обычный день проблем, с которыми я сталкиваюсь и не могу самостоятельно решить:

А) едва ли наберётся одна

Б) бывает по-разному

В) не менее пяти-шести

34. Я предпочитаю отдавать большую часть времени и сил:

А) своему дому и нуждам своих друзей

Б) нечто среднее

В) своим личным увлечениям и интересам

35. Иногда я бываю так счастлив, что боюсь, что моё счастье продлится не так долго:

А) верно

Б) нечто среднее

В) неверно

36. Иногда у меня бывают периоды, когда я без серьёзных оснований чувствую себя подавленным, несчастным, в плохом настроении:

А) верно

Б) нечто среднее

В) неверно

37. Иногда я уговариваю своих друзей пойти куда-нибудь, когда они говорят, что им хотелось бы остаться дома:

А) верно

Б) не уверен

В) неверно

38. Когда я перенапрягаюсь или переутомляюсь, я страдаю несварением желудка и запорами:

А) довольно часто

Б) редко

В) никогда

39. Если кто-нибудь раздражает меня, я:

А) могу держать это при себе

Б) бывает по-разному

В) должен высказать это кому-нибудь, чтобы разрядиться

40. Современная жизнь приносит много мучительных разочарований и огорчений:

А) верно

Б) нечто среднее

В) неверно

41. Я чувствую себя приспособленным к жизни и её требованиям:

А) всегда

Б) иногда

В) крайне редко

42. Мне нравится строить планы заранее, чтобы не терять времени даром:

А) верно

Б) бывает по-разному

В) неверно

43. Если я собираюсь на поезд или на самолёт, то становлюсь несколько возбуждённым, напряжённым и тревожным, даже если знаю, что у меня ещё есть время:

А) верно

Б) бывает по-разному

В) неверно

44. Мне нравится братья за решение проблемы, которую другие люди решить не могли:

А) верно

Б) бывает по-разному

В) неверно

45. Если ситуация выводит меня из равновесия, мне свойственно становиться чрезвычайно возбуждённым и болтливым:

А) верно

Б) бывает по-разному

- В) неверно
46. Я взял себе за правило не быть рассеянным, не забывать мелочей:
- А) верно
  - Б) не уверен
  - В) неверно
47. Случившееся происшествие или даже слишком оживлённый спор иногда делает меня разбитым или усталым настолько, что я не могу вновь взяться за то, чем занимался до этого:
- А) верно
  - Б) бывает по-разному
  - В) неверно
48. Я чувствую, что внутри меня всё кипит:
- А) крайне редко
  - Б) иногда
  - В) довольно часто
49. Мне бывает трудно уследить за тем, что пытаются сказать некоторые люди, если они необычным образом используют обычные слова:
- А) верно
  - Б) бывает по-разному
  - В) неверно
50. Когда я что-то делаю, самое главное для меня, чтобы это:
- А) было действительно то, что я хочу сделать
  - Б) нечто среднее
  - В) не повредило моим товарищам
51. Я считаю, что большинство литературных произведений и кинофильмов должны чему-то учить:
- А) верно
  - Б) не уверен
  - В) неверно
52. Я предпочитаю жить в оживлённом городе, а не в тихой деревне:
- А) верно
  - Б) нечто среднее
  - В) неверно
53. Некоторые люди критически относятся к моему чувству ответственности:
- А) верно
  - Б) не уверен
  - В) неверно
54. Я считаю себя:
- А) собранным, деловым человеком

- Б) нечто среднее
  - В) скорее мечтателем
55. Временами я не могу сдерживать свои чувства и переживания:
- А) верно
  - Б) не уверен
  - В) неверно
56. Иногда я чувствую такую ярость, что хочется сломать дверь или разбить окно:
- А) очень редко
  - Б) иногда
  - В) довольно часто
57. Я предпочёл бы:
- А) вести тот же образ жизни, который веду сейчас
  - Б) не имею определённого мнения
  - В) несколько изменить свою жизнь, чтобы трудностей было меньше
58. Я очень не люблю беспорядок:
- А) верно
  - Б) бывает по-разному
  - В) неверно
59. Всегда очень старательно контролирую, в каком состоянии возвращаю людям вещи, взятые на время, и в каком они их возвращают мне:
- А) верно
  - Б) бывает по-разному
  - В) неверно
60. Становлюсь сентиментальным:
- А) весьма редко
  - Б) иногда
  - В) часто
61. Я предпочёл бы прочесть книгу:
- А) о важных направлениях в искусстве
  - Б) не имею определённого мнения
  - В) об особенностях государственного управления в других странах
62. В газете меня больше бы заинтересовала статья:
- А) современные проблемы культуры и искусства
  - Б) не имею определённого мнения
  - В) новинки в производстве и организации торговли
63. Я бы охотнее работал:
- А) с несколькими подчинёнными мне людьми
  - Б) не имею определённого мнения

- В) с опекающим меня лицом
64. Меня всегда интересовала техника, например, самолёты, автомобили и др.:
- А) верно  
Б) нечто среднее  
В) неверно
65. Интереснее быть философом, чем инженером:
- А) верно  
Б) не уверен  
В) неверно
66. Мне очень нравится сочный и колоритный народный юмор:
- А) верно  
Б) нечто среднее  
В) неверно
67. Я бы охотнее прочёл:
- А) об открытиях в области древнерусской живописи  
Б) не имею определённого мнения  
В) о татаро-монгольском нашествии
68. Мне всегда доставляет удовольствие ставить в неловкое положение лекторов, преподавателей и других “культурных” людей:
- А) верно  
Б) бывает по-разному  
В) Неверно
69. По телевизору я предпочитаю посмотреть:
- А) концерт известного артиста  
Б) бывает по-разному  
В) передачу о новых изобретениях

**Ключ:**

*Шкала С:*

1а 2в 9в 10а 17а 24в 25в 32а 33а 40в 41а 49в 57а

*Шкала G:*

3в 11в 18в 26в 34а 42а 50в 51а 58а 59а

*Шкала O:*

4а 5в 12а 13в 19в 20а 27в 28а 35а 36а 43а 44в 52в

*Шкала Q<sub>3</sub>:*

6в 7в 14а 21а 29а 37в 45в 46а 53в 54а

*Шкала Q<sub>4</sub>:*

8в 15а 16а 22а 75в 30а 31в 38а 39в 47а 48в 55а 56в

*Шкала I:*

60в 61а 62а 63в 64в 65а 66в 67а 68в 69а

**Задания для самостоятельной работы**

1. Определите по шкалам теста Р.Б.Кеттелла особенности эмоционально-волевой сферы личности.

**Литература для изучения по теме**

1. Мельников В. М., Ямпольский Л. Т. Введение в экспериментальную психологию личности. – М.: Просвещение, 1985.

*Личностная шкала самооценки С. Спилбергера*

**Инструкция:**

Прочитайте внимательно каждое из приведённых ниже предложений и зачеркните соответствующую цифру справа в зависимости от того, как вы себя чувствуете обычно. Над вопросами долго не задумывайтесь, поскольку правильных и неправильных ответов нет.

№ пп	Предложения	Почти нико- гда	Ино- гда	Часто	Поч- ти всег- да
1	Я испытываю удовлетворение	1	2	3	4
2	Я быстро устаю	1	2	3	4
3	Я легко могу заплакать	1	2	3	4
4	Я хотел бы стать таким же счастливым, как и другие	1	2	3	4
5	Бывает, что я проигрываю из-за того, что недостаточно быстро принимаю решение	1	2	3	4
6	Я чувствую себя бодрым	1	2	3	4
7	Я спокоен, хладнокровен и собран	1	2	3	4
8	Ожидание трудностей очень тревожит меня	1	2	3	4
9	Я слишком переживаю из-за пустяков	1	2	3	4
10	Я вполне счастлив	1	2	3	4
11	Я принимаю всё слишком близко к сердцу	1	2	3	4
12	Мне не хватает уверенности в себе	1	2	3	4

13	Я чувствую себя в безопасности	1	2	3	4
14	Я стараюсь избегать критических ситуаций и трудностей	1	2	3	4
15	У меня бывает хандра	1	2	3	4
16	Я бываю недоволен	1	2	3	4
17	Всякие пустяки отвлекают и волнуют меня	1	2	3	4
18	Я так сильно переживаю свои разочарования, что потом не могу о них забыть	1	2	3	4
19	Я уравновешенный человек	1	2	3	4
20	Меня охватывает сильное беспокойство, когда я думаю о своих делах и заботах	1	2	3	4

Опросник состоит из двух подшкал:

1. Измерение тревожности как свойства личности
2. Измерение тревожности как эмоционального состояния

*Обработка:*

Из суммы ответов на вопросы 2, 3, 4, 5, 8, 9, 11, 12, 14, 15, 17, 18, 20 вычитается сумма ответов на вопросы 1, 6, 7, 10, 13, 16, 19. К полученной разности прибавляется цифра 35.

*Суммарный показатель по шкале Спилбергера:*

До 30 баллов – низкий уровень тревожности

От 30 до 45 – средний

Выше 45 – высокий уровень тревожности.

Учащимся с высоким уровнем тревожности следует уделять особое внимание, осуществлять мероприятия по созданию системы психологической помощи.

*Шкала Дж. Тейлор*

**Инструкция:**

Прочитайте внимательно каждое из приведённых ниже утверждений и поставьте в бланке ответов “да”, в случае, если утверждение относится к Вам, “нет” - если Вы с этим не согласны. В случае затруднений возможен ответ “не знаю”.

1. Обычно я спокоен и вывести меня из себя нелегко.
2. Мои нервы расстроены не более, чем у других людей.
3. У меня редко бывают запоры.
4. У меня редко бывают головные боли.
5. Я редко устаю.

6. Я почти всегда чувствую себя вполне счастливым.
7. Я уверен в себе.
8. Практически я никогда не краснею.
9. По сравнению с моими друзьями я считаю себя вполне смелым человеком.
10. Я краснею не чаще, чем другие.
11. У меня редко бывают сердцебиение и одышка.
12. Обычно мои руки и ноги достаточно теплые.
13. Я застенчив не более чем другие.
14. Мне не хватает уверенности в себе.
15. Порой мне кажется, что я ни на что не годен.
16. У меня бывают периоды такого беспокойства, что я не могу усидеть на месте.
17. Мой желудок сильно беспокоит меня.
18. У меня не хватает духа вынести все предстоящие трудности.
19. Я хотел бы быть таким же счастливым, как другие.
20. Мне кажется порой, что передо мной нагромождены такие трудности, которые мне не преодолеть.
21. Мне нередко снятся кошмарные сны.
22. Я замечаю, что мои руки начинают дрожать, когда я пытаюсь что-либо сделать.
23. У меня чрезвычайно беспокойный и прерывистый сон.
24. Меня весьма тревожат возможные неудачи.
25. Мне приходилось испытывать страх в тех случаях, когда я точно знал, что мне ничего не угрожает.
26. Мне трудно сосредоточиться на работе или на каком-либо задании.
27. Я работаю с большим напряжением.
28. Я легко прихожу в замешательство.
29. Почти все время испытываю тревогу из-за кого-либо или из-за чего-либо.
30. Я склонен принимать все слишком всерьез.
31. Я часто плачу, у меня глаза на мокром месте.
32. Меня нередко мучают приступы рвоты и тошноты.
33. Раз в месяц или чаще у меня бывает расстройство стула.
34. Я часто боюсь, что вот-вот покраснею.
35. Мне очень трудно сосредоточиться на чем-либо.
36. Мое материальное положение весьма беспокоит меня.
37. Нередко я думаю о таких вещах, о которых ни с кем не хотелось бы говорить.
38. У меня бывали периоды, когда тревога лишала меня сна.
39. Временами, когда я нахожусь в замешательстве, у меня появляется сильная потливость, что чрезвычайно смущает меня.
40. Даже в холодные дни я легко потею.
41. Временами я становлюсь таким возбужденным, что мне трудно заснуть.

42. Я человек легковозбудимый.
43. Временами я чувствую себя совершенно бесполезным.
44. Порой мне кажется, что моя нервная система сильно расшатана, и я вот-вот выйду из себя.
45. Я часто ловлю себя на том, что меня что-то тревожит.
46. Я гораздо чувствительнее, чем большинство людей.
47. Я почти все время испытываю чувство голода.
48. Иногда я расстраиваюсь из-за пустяков.
49. Жизнь для меня всегда связана с необычным напряжением.
50. Ожидание всегда нервирует меня.

#### *Обработка:*

Каждый ответ, совпадающий с ключом, оценивается в 1 балл, при неопределённом ответе ставится 0,5 балла.

#### *Показатели ранжируются следующим образом:*

От 0 до 6 баллов – низкая тревожность

От 6 до 20 баллов – средняя

Выше 20 баллов – высокая.

#### *Ключ для обработки:*

Вопросы 1 – 12 – ответ “нет,

13 – 50 – ответ “да”.

### **Задания для самостоятельной работы**

1. Определите по изученным шкалам тревожность личности. Сравните результаты по методикам.

### **Литература для изучения по теме**

1. Прихожан А. М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. – М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Изд - во НПО “МОДЭК”, 2000.

#### *Методика диагностики эмоциональной направленности личности (Б.И. Додонов)*

Методика Б.И.Додонова основана на классификации эмоций как ценных переживаний. В классификации выделяются следующие виды переживаний.

1. Романтические эмоции. Это эмоции, которые основываются на потребности в таинственном и необычном.

2. Акизитивные эмоции. Эти эмоции возникают в связи с потребностью в накоплении, выходящей за пределы практической нужды в каких – либо вещах, коллекционерские потребности.

3. Практические эмоции. Эти эмоции порождаются потребностью в работе, в ее успешном ходе и завершении. Это переживания удовлетворения и удовольствия от того, что преодолеваются трудности в работе. Б.И Додонов выделяет эти эмоции в отдельную категорию, хотя и отмечает, что они часто входят в комплексы переживаний как составная часть.

4. Глорические эмоции. Эти эмоции связаны с потребностью в утверждении себя как личности, в достижении признания и славы.

5. Гедонистические эмоции. Это эмоции, отражающие потребность в телесном и душевном комфорте.

6. Альтруистические эмоции. Эти переживания возникают на основе потребности в помощи другим людям, желания им содействовать и сотрудничать с ними.

7. Гностические эмоции. Это эмоции, в основе которых лежит потребность в когнитивной гармонии, в объяснении и приведении к общему знаменателю новой информации.

8. Пугнические эмоции. Это эмоции, в основе которых лежит потребность в преодолении опасности. Пугнические эмоции отражают интерес к борьбе, возбуждение от рискованных, напряженных ситуаций.

9. Коммуникативные эмоции. Эти эмоции возникают на основе потребности в общении.

10. Эстетические эмоции. Эстетические эмоции отражают потребность в гармонии с окружающим. Они проявляются, в частности, в чувстве красоты.

## **Инструкция**

Данная анкета преследует цель установить такие различия, которые нельзя оценить в терминах “лучше-хуже”. Поэтому любой ответ будет характеризовать Вас одинаково хорошо, если Вы ответите серьезно и искренне. Ваш долг – постараться точно выполнить инструкцию.

Выполните, пожалуйста, в указанном порядке следующие задания:

1. Внимательно прочитайте нижеприведенный перечень приятных переживаний и запишите номер того из них, которое Вы больше всего любите испытывать. Если совершенно уверены в правильности своего ответа, заключите выписанный номер в кружок.

2. Остальные номера расположите вправо по строчке в порядке предпочтения, которое Вы отдаете одной эмоции перед другой.

3. Отделите вертикальной чертой номера тех эмоций, которые Вы явно предпочитаете остальным.

Образец: 9,8,4,6,5,7,2,1,10 (если не уверены, что на первое место поставили действительно самое желанное для Вас переживание, заключать номер в кружок не надо).

### **Перечень переживаний**

1. Чувство необычайного, таинственного, неизведанного, появляющееся в незнакомой местности, обстановке.
2. Радостное волнение, нетерпение при приобретении новых вещей, предметов коллекционирования, удовольствие от мысли, что скоро их станет еще больше.
3. Радостное возбуждение, подъем, увлеченность, когда работа идет хорошо, когда видишь, что добиваешься успешных результатов.
4. Удовлетворение, гордость, подъем духа, когда можешь доказать свою ценность как личности или превосходство над соперниками, когда тобой искренне восхищаются.
5. Веселье, беззаботность, хорошее физическое самочувствие, наслаждение вкусной едой, отдыхом, непринужденной обстановкой, безопасностью и безмятежностью жизни.
6. Чувство радости и удовлетворения, когда удастся сделать что-либо хорошее для дорогих тебе людей.
7. Горячий интерес, наслаждение при познании нового, при знакомстве с поразительными научными фактами. Радость и глубокое удовлетворение при достижении сути явлений, подтверждении Ваших догадок и предположений.
8. Боевое возбуждение, чувство риска, упоение им, азарт, острые ощущения в минуту борьбы, опасности.
9. Радость, хорошее настроение, симпатия, признательность, когда общаешься с людьми, которых уважаешь и любишь; когда видишь дружбу и взаимопонимание; когда сам получаешь помощь и одобрение со стороны других людей.
10. Своеобразное сладкое и красивое чувство, возникающее при восприятии природы или музыки, стихов и других произведений искусства.

### **Задания для самостоятельной работы**

1. Определите по шкале эмоциональной направленности личности эмоции, представляющие для вас наибольшую ценность.

2. Определите по шкале эмоциональной направленности личности эмоции, представляющие наибольшую ценность для кого-либо из ваших товарищей. Сравните результаты.

#### **Литература для изучения по теме**

1. Додонов Б.И. Эмоция как ценность.- М., 1978.

Учебное издание

Чумаков Михаил Владиславович

**Развитие эмоционально-волевой  
сферы личности**

Учебное пособие

Редактор Н.А. Леготина

---

Подписано в печать	Формат 60×84 1/16	Бумага тип.№1
Печать трафаретная	Усл. печ. л.8,0	Уч.-изд. л. 8,0
Заказ	Тираж	Цена свободная

---

Редакционно-издательский центр КГУ.  
640669, г. Курган, ул. Гоголя, 25.  
Курганский государственный университет.