



И. Ф. Дьяконов, Б. В. Овчинников

**ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ  
ДИАГНОСТИКА  
В ПРАКТИКЕ ВРАЧА**

Санкт-Петербург  
СпецЛит

Коллектив авторов

**Психологическая  
диагностика в практике врача**

«СпецЛит»

2008

УДК 61 : 001.891

## **Коллектив авторов**

Психологическая диагностика в практике врача /  
Коллектив авторов — «СпецЛит», 2008

В пособии изложены методы клиникопсихологического исследования личности, диагностики познавательных процессов, негативных психических состояний, признаков нервнопсихической неустойчивости и социальной дезадаптации, выраженности психопатологической и невротической симптоматики, а также проективные методы исследования личности. В пособии приведены краткие описания психодиагностических методик, стимульные материалы и ключи для обработки полученных данных. Пособие предназначено для врачей общей практики, семейных врачей, врачей психосоматических и реабилитационных отделений стационаров, врачей психотерапевтов, психиатров и клинических психологов, студентов медицинских вузов, слушателей медицинских академий последипломного образования и других форм последипломной подготовки, а также всех интересующихся медицинской психологией, психофизиологией и психиатрией.

УДК 61 : 001.891

© Коллектив авторов, 2008  
© СпецЛит, 2008

# Содержание

ВВЕДЕНИЕ	6
Глава 1 БАЗОВЫЕ МЕТОДЫ КЛИНИЧЕСКОЙ ПСИХОДИАГНОСТИКИ	10
1.1. Анамнестический расспрос и наблюдение	10
1.2. Индивидуальная беседа	11
1.3. Опросник Мини-Мульт (сокращенный вариант Миннесотского многомерного личностного перечня ММРІ)	17
1.4. Опросник Шмишека для диагностики типа акцентуации личности	23
1.5. Опросник Айзенка	30
Глава2	32
2.1. Методика «Таблицы Шульте»	32
2.2. Методика «Корректирующая проба» (буквенный вариант)	35
2.3. Методика «Заучивание 10 слов»	38
2.4. Методика «Воспроизведение рассказа»	40
2.5. Методика «Простые аналогии»	41
2.6. Методика «Сложные аналогии»	43
2.7. Методика «Выделение существенных признаков»	46
2.8. Методика «Исключение лишнего»	48
2.9. Методика «Понимание переносного смысла пословиц и метафор»	50
2.10. Методика «Числовые ряды»	52
Глава3	55
3.1. Шкала астенического состояния	55
3.2. Шкала самооценки уровня тревожности	57
3.3 Шкала депрессии	60
3.4. Методика диагностики состояния агрессии	63
3.5. Методика диагностики агрессии	65
Глава4.	69
4.1. Экспресс-анкета «Прогноз»	69
4.2. Тест «Нервно-психическая адаптация»	71
4.3. Опросник нервно-психического напряжения	73
Глава5	74
5. 1. Опросник невротических черт личности	74
5.2. Опросник выраженности психопатологической симптоматики (SCL-90-R)	77
5.3. Методика диагностики уровня невротизации (УН)	81
5.4. Шкала алекситимии	85
5.5. Шкала диссоциации	88
5.6. Опросник перитравматической диссоциации	91
Текст опросника перитравматической диссоциации	92
Глава 6 ПРОЕКТИВНЫЕ МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ	94
6.1. Тест «Дом–дерево–человек» (ДДЧ)	94
6.2. Методика «Незаконченные предложения»	97
6.3. Методика «Пиктограмма»	101

6.4. Цветовой тест Люшера	108
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	112
ПРИЛОЖЕНИЯ	113
Приложение 1	113
Приложение 2	115
Приложение 3	118
Приложение 4	121
Приложение 5	123
Приложение 6	125
Приложение 7	127
Приложение 8	130
Приложение 9	134
Приложение 10	138
Приложение 11	143
Рекомендуемая литература	145

# **И. Ф. Дьяконов, Б. В. Овчинников**

## **Психологическая диагностика в практике врача**

### **ВВЕДЕНИЕ**

Психодиагностика – это область психологии, разрабатывающая методы выявления и измерения индивидуально-психологических особенностей личности. Психодиагностика – и теоретическая дисциплина, и сфера практической деятельности психолога. Как теоретическую дисциплину психодиагностику необходимо рассматривать с точки зрения трех областей психологического знания: предметной области психологии, изучающей данное явление; психометрики – науки об измерении индивидуальных различий в диагностируемых переменных и практики использования психологического знания.

Психодиагностика преимущественно связана с общей, социальной и дифференциальной психологией, а также с такими областями психологии, как медицинская, возрастная, юридическая, военная, психология труда и др. Таким образом, в психодиагностике переменная должна иметь теоретический смысл в соответствующей области науки и практическую значимость для решения той или иной прикладной задачи. Так, теоретическая обоснованность выделения тех или иных личностных черт является непременным условием подбора соответствующих методов исследования, а также диагностической процедуры.

Вторым разделом психодиагностики является психометрика – дисциплина, обосновывающая и разрабатывающая измерительные диагностические методы.

Практическая психодиагностика относится к теоретической, как, скажем, эксплуатация автомобиля – к его разработке и конструированию. Практическая психодиагностика – это организация и техника проведения обследования и свод правил применения психодиагностических инструментов (методик), это этические и профессиональные нормы психодиагностической работы; это, наконец, квалификация, практический и житейский опыт, интуиция психолога. Практическая психодиагностика предполагает также учет состояния обследуемого в момент проведения психодиагностирующей процедуры, его мотивации на обследование, способность представлять информацию для заказчика не во вред клиенту и многое другое.

Таким образом, предметом психодиагностики является теория и практика разработки и применения психологических методов исследования и установление индивидуальной степени выраженности психических свойств и их взаимосвязей, определяющих своеобразие личности.

Существует достаточно большое количество обоснованных классификаций диагностических методик. Причиной этого являются разные основания упорядочивания (классификации) тестовых процедур. Так, большинство пособий по психодиагностике классифицируют методы на основании тех компонентов личности, которые они диагностируют. Однако данное основание используется чисто прагматически, поскольку до сих пор не существует научной классификации «составляющих» и черт личности. Деление психодиагностических процедур на методы диагностики умственного развития, способностей, интересов и склонностей, темперамента и мотивации является слишком широким, не говоря уже о том, что часто происходит взаимное наслаивание наиболее универсальных методов.

Достаточно распространенной является классификация, которая учитывает принцип метода в целом. Это – разделение методов на субъективные (интроспективные), объективные (экстраспективные) и проективные.

Субъективные или интроспективные методы основываются на высказываниях обследуемого. К ним относятся: беседа, автобиография, опросники, самооценочные бланки и т. п. Эти методы являются субъективными с точки зрения испытуемого. С точки зрения психолога, который интерпретирует результаты обследования, субъективной является, например, беседа, которую психолог может использовать в диагностических целях в зависимости от своего опыта. Объективным для психолога является опросник или самооценочный формализованный бланк, из которого мы извлекаем нужную нам информацию с помощью шаблона. Примером известного клинического метода является Миннесотский многомерный личностный перечень, включающий 566 высказываний.

Объективными или же экстраспективными методами являются прежде всего тесты достижений, перцептивные или моторные тесты, оценочные шкалы. Под объективностью здесь понимается независимость методов от желания испытуемого дать искаженные результаты. В случае тестов достижения, например, возможно сознательное занижение испытуемым своих результатов, если он заинтересован показать себя менее способным, но он не может сознательно улучшить свои результаты, если не имеет ключа правильных решений. Примером объективного метода является тест Векслера для оценки общего интеллекта.

Однако и в этом случае в интерпретацию результатов объективных методов может привноситься субъективная оценка экспериментатора. Так, если тесты достижений с задачами конвергентного типа, имеющими одно правильное решение, можно интерпретировать вполне объективно, то иначе надо интегрировать тесты творческих способностей, в которых допускается несколько правильных решений, отличающихся степенью оригинальности и т. п., их подвергнуть объективному анализу сложнее.

Проективные техники основаны на предположении, что неопределенный и мало структурированный материал с неявной ориентацией является, образно говоря, проекционным аппаратом, посредством которого обследуемый проецирует свои личностные установки, тенденции, желания, мотивы и проблемы в определенных образах, которые психолог наблюдает как бы на экране. Предполагается, что люди друг от друга отличаются по степени, в которой они способны проецировать свои установки, то есть по способности реагировать на скрытые, неопределенные и неструктурированные стимулы. Проективные методы по сравнению с другими достаточно сложны и субъективны в интерпретации, так как ее содержание в наибольшей степени зависит от личного опыта психолога, даже, можно сказать, от его творческого склада. Тем не менее большим преимуществом проективных методов является их объективность со стороны испытуемого. Он не подозревает, что о себе сообщает, когда описывает чернильные пятна (методика Роршаха), завершает незавершенные предложения (методика «Незаконченные предложения») или строит рассказ по тематически не определенным картинкам (тест тематической апперцепции).

Методики психодиагностики широко используются для оценки уровня психического развития личности, прогнозирования поведения, исследования пациентов в диагностических и экспертных целях.

В клинической практике применяются психологические методы, позволяющие выявить особенности личности пациента, его психического состояния, наличие признаков нервно-психической неустойчивости, выраженность и особенности психопатологической симптоматики.

В настоящем пособии изложены методики, проверенные на надежность и валидность, хорошо зарекомендовавшие себя при психологическом обследовании пациентов. Информа-

ция по каждой методике содержит сведения о ее предназначении, особенностях получения данных, их обработке и интерпретации.

Представленные в пособии методики разделены на шесть групп: методы клинико-психологического исследования личности, методы диагностики познавательных процессов, методы диагностики негативных психических состояний, методы диагностики признаков нервно-психической неустойчивости и социальной дезадаптации, методы диагностики выраженности психопатологической симптоматики, проективные методы исследования личности.

В клинике используется широкий спектр методов психодиагностики: анамнестический расспрос, наблюдение, личностные опросники (Миннесотский многомерный личностный перечень, опросник диагностики типов отношения к болезни, опросник Мини-Мульт, экспресс-анкета «Прогноз», опросник нервно-психической напряженности, шкала астении, опросник невротических черт личности, опросник депрессивности, опросник выраженности психопатологической симптоматики, шкала алекситимии, интегративный тест тревожности, шкала диссоциации и др.), проективные методы (тематический апперцептивный тест, метод рисуночной ассоциации, методика незаконченных предложений, цветовой тест и др.), методы исследования внимания («перепутанные линии», «корректирующая проба», «выявление слов», «отыскивание чисел с переключением»), памяти («зрительная память», «подбор слов», «вербальная память»), мышления («установление закономерностей», «количественные отношения», «числовые ряды», «анalogии»), интеллекта (тест возрастающей трудности Равена, шкала измерения интеллекта Векслера).

Большинство личностных тестов имеет характер опросника. Таковы опросник Г. Айзенка (EPI) и методика многофакторного исследования личности Р. Кеттела (16PF). Наибольшее распространение получил тест ММРП – Миннесотский многомерный личностный перечень, который содержит 566 вопросов и пытается охватить клинически определяемые черты личности (ипохондрические, истерические, психопатические свойства, тенденции маскулинизации–феминизации, параноидные, психастенические, шизоидные и маниакальные черты, а также социальная инверсия), его сокращенный вариант – опросник Мини-Мульт, содержащий 71 вопрос (Д. Я. Райгородский, 2003).

Для изучения оценки пациентами своего самочувствия, активности и настроения используют тест дифференциальной самооценки функционального состояния (САН), построенный на принципах полярных профилей; для определения уровня тревожности как свойства психики и состояния пациентов – шкалу личностной и реактивной тревожности Спилбергера, адаптированную Ю. Л. Ханиным; для определения уровня нейротизма, а также показателей экстра- и интроверсии – личностный опросник Айзенка (Д. Я. Райгородский, 2003).

Для определения особенностей реагирования пациентов на заболевание рекомендуется личностный опросник Бехтеревского института ЛОБИ (Л. И. Вассерман [и др.], 2001) в сочетании с опросником для изучения самооценки социальной значимости болезни. Особое положение среди психологических тестов занимают проективные диагностические методы, например тест Роршаха, цель которого состоит в определении личностных конфликтов посредством свободных реакций пациентов на слабоструктурируемый тестовый материал. В клинико-психологической и психосоматической диагностике существуют опросники, которые построены скорее в прагматическом стиле, без непосредственного отношения к теории. Примером такой методики является Гиссенская анкета жалоб, которая состоит из вопросов, касающихся жалоб на общее самочувствие, боль, нарушение эмоциональности, а также истериформных жалоб, которые распространены в амбулаторной психотерапевтической практике. Все подобные тесты стандартизированы на репрезентативной выборке населения и группах больных, так что с их помощью можно диагностически оценивать дан-



ные отдельных пациентов. Психологические тесты могут дополнить, но никак не заменить общую диагностику. В индивидуальной клинической диагностике они имеют вспомогательное значение.

# Глава 1 БАЗОВЫЕ МЕТОДЫ КЛИНИЧЕСКОЙ ПСИХОДИАГНОСТИКИ

## 1.1. Анамнестический расспрос и наблюдение

Анамнестический расспрос – это сбор сведений от больного для установления диагноза и прогноза заболевания. Анамнез включает расспрос о проявлениях и течении болезни, а также о прошлой жизни, о семье, наследственности, перенесенных заболеваниях, травмах, профессиональной деятельности, об условиях жизни, вредных привычках и др. При этом очень важно получить от больного сведения для оценки его личности как сложившейся системы отношений к самому себе и, в особенности, отношения к болезни и оценки того, насколько болезнь изменила всю эту систему, выявить, какое отражение болезнь получает в субъективном мире больного, как сказывается на его поведении, на всей системе личностных отношений. Расспрос целесообразно проводить по определенному плану: наследственность, семейный анамнез, особенности физического и психического развития в младенческом и дошкольном периоде, во время обучения в школе, характерологические особенности, семейная жизнь пациента, перенесенные заболевания, анамнез болезни (когда впервые появились патологические явления, как менялась симптоматика в дальнейшем, были ли периоды полного здоровья), произошли ли с годами изменения личности, памяти и интеллекта. Следует выяснить, как болезнь сказывается на работоспособности больного, на его служебном положении, на отношении с родственниками и сослуживцами, на семейном статусе и интимной жизни больного. Расспросить о наиболее тяжелых событиях прошлой жизни и реакции на них; вредных привычках (употребление алкоголя, наркотиков, курение).

Наблюдение позволяет увидеть поведение больного во всей широте его проявлений. Поведение пациента должно быть оценено во многих ситуациях, где могут раскрыться особенности его психического состояния и черты его личности. К этим ситуациям относятся: осмотр больного специалистами, подготовка и проведение болезненных и ответственных процедур; свидание с родными и близкими; моменты, когда больной узнает или становится свидетелем неблагоприятного исхода у других больных, страдающих сходным заболеванием. При наблюдении выявляются общительность или замкнутость, живой, веселый нрав или склонность к унынию, тревожная озабоченность или нарочитая бравада, подчеркнутая деликатность или быстро утрачиваемое чувство дистанции, неторопливая обстоятельность или суетливость в мыслях и действиях, болтливость либо осторожная осмотрительность в ответах, сдержанность в проявлении чувств или эмоциональная лабильность. Все это дает немало материала и для оценки психического состояния, и для суждения о личности.

## 1.2. Индивидуальная беседа

В результате беседы важно не только получить необходимые сведения о человеке, но и оказать на него положительное психологическое воздействие.

Задавая вопросы, необходимо плавно и непринужденно переходить от одной сферы проблем к другой и уже затем сосредоточиться на деталях. Следует избегать моральных оценок и нравоучений, а также записей во время беседы. Если при обсуждении каких-либо проблем собеседник раздражается или становится подавленным, нужно тактично прокомментировать это («Я заметил, что это вас расстраивает») и снять эмоциональное напряжение.

В ходе беседы целесообразно затронуть следующие темы.

1. *Семья* – ее состав, жилищные условия, материальное положение, возраст родителей, братьев и сестер (если умерли, какова была причина смерти), их профессии, черты характера, кто из членов семьи занимался воспитанием и с кем наиболее близок, конфликтные отношения внутри семьи, их причины и отношение к ним. В случае распавшейся семьи необходимо выяснить, сколько было лет пациенту, когда это случилось, его отношение к разводу родителей, поддерживает ли контакт с родителем, ушедшим из семьи.

2. *Учеба и трудовой путь* – успеваемость, отношения со школьными товарищами и учителями, участие в общественной работе, интерес к неформальной социальной активности, имевшиеся нарушения дисциплины, прогулы, или страх перед школой, чем они были вызваны. Сколько окончил классов, с какими оценками, где и как продолжал образование? В каком возрасте начал работать, имеет ли специальность, какие были отношения с товарищами по работе и администрацией: если рабочих мест было много, каковы причины смены мест работы? Планы на будущее в отношении приобретения профессии, способность учитывать возможные трудности, соотносить желаемое и возможное.

3. *Отношения со сверстниками* – предпочтение одного близкого друга или компании приятелей, положение среди товарищей (лидер, преследуемый изгой, независимый одиночка и т. п.), причины выбора приятелей – по общности увлечений, для компании в увеселениях и т. п. Являлся ли членом какой-нибудь подростковой или молодежной группы, какова в ней была ориентация, иерархия власти? Каковы отношения с противоположным полом, есть ли девушка (жена, дети), как переносит разлуку?

4. *Увлечения в настоящем и прошлом* – занятия, требующие кропотливой аккуратности, силовые виды спорта, азартные игры и поверхностное общение со сверстниками, религия, философия, особые пищевые привычки и т. п. Под чьим влиянием был сделан выбор, препятствовали или поощряли то или иное увлечение родители, каковы были достигнутые результаты, почему были оставлены, нет ли к ним необычного, сверхценного интереса?

5. *Нарушения поведения в прошлом* – прогулы, мелкое хулиганство, курение, выпивки и знакомство с другими дурманящими веществами (в каком количестве, как часто, на протяжении какого времени, с какими последствиями, имеется ли зависимость), побеги из дома; задерживался ли милицией (за что и когда), состоял ли на учете в инспекции по делам несовершеннолетних и почему. Если на этот счет имеется дополнительная информация, следует предложить объяснить ее, опровергнуть, прокомментировать.

6. *Наиболее неприятные события в прошлой жизни и реакция на них*. Наличие в прошлом мыслей о самоубийстве и обстоятельства, при которых они возникли, совершались ли суицидные попытки, когда, каким способом, кому они были адресованы? При затруднениях ответить на вопрос о наиболее тяжелых событиях в жизни следует прибегнуть к наводящим вопросам: с кем пришлось расстаться, о ком потом скучал, как переносит разлуку с теми, к кому привязан, когда и кто несправедливо наказал, где, в каком обществе, при контактах с кем почувствовал себя невыносимо тяжело, в чем или в ком разочаровался? Как переносит

и ищет выход из подобных ситуаций? Не находится ли в настоящее время в какой-то психотравмирующей ситуации?

7. *Перенесенные заболевания и травмы* – как они сказались на самочувствии, на учебе и на положении среди сверстников. Наличие в настоящем и прошлом жалоб на здоровье, нарушение сна, аппетита, настроения. Даже если при затрагивании этой темы складывается впечатление, что обследуемый симулирует, стремится изображать наличие у себя несуществующей болезни, необходимо помнить о том, что такое поведение нередко наблюдается у лиц, имеющих те или иные психические отклонения, и в этом случае следует направить его на консультацию к врачу. 8. *Особенности характера*. Можно начать с вопроса: «Я хотел бы узнать, каким вы видите самого себя. Расскажите мне, какой вы человек». Дальнейшие вопросы должны коснуться социальных навыков и отношений: открытость или сдержанность, количество друзей, самокритичность, уровень самооценки. Легко или с трудом устанавливает контакты? Справляется ли с одиночеством без особых проблем? Находится ли в сильной зависимости от других лиц? Является ли застенчивым, замкнутым, бойким, жизнерадостным, способен без труда выразить себя? Настроение: быстрые перепады или незначительные колебания? Озабоченный или веселый? Обидчивый или уравновешенный? Злопамятный или отходчивый? Является педантичным или беспечным, импульсивным, имеет живую фантазию, раздражителен, агрессивен, склонен ли к насилию? Как реагирует на неприятности и на перемены в жизни?

Ниже приведен ориентировочный план беседы (табл. 1), в котором даны темы для обсуждения, позволяющие получить сведения о личности обследуемого и условиях его жизни. План беседы дополняется перечнем признаков нервно-психической неустойчивости, которые могут быть выявлены в беседе и при наблюдении за поведением обследуемого.

При выяснении ряда моментов, особенно касающихся интимной сферы, предпочтительна постановка вопросов в косвенной форме. Не следует в ходе беседы давать какие-либо оценки обследуемому, сообщать ему свое мнение по поводу ответов на поставленные вопросы. В тех случаях, когда обследуемый не желает отвечать на поставленный вопрос, не следует настаивать на немедленном и прямом ответе. Целесообразно вернуться к интересующему моменту в другой части беседы, поставив соответствующий «скрытый», косвенный вопрос.

#### *Таблица 1*

**Ориентировочный план индивидуальной беседы с целью выявления признаков нервно-психической неустойчивости**

Темы для обсуждения	Перечень признаков нервно-психической неустойчивости и условий, способствующих ее развитию
Положение в семье: родители и близкие родственники	Воспитывался без родителей Умер один из родителей Родители в разводе Близкие родственники или родители страдают (страдали) психическими заболеваниями Родители или близкие родственники имели судимость
Взаимоотношения в семье: стиль воспитания	Неприязненное отношение к родителям Плохие взаимоотношения в семье Чрезмерно строгое воспитание Чрезчур мягкое («тепличное») воспитание Безнадзорность Побег из дома
Употребление алкоголя в семье	Отец (мать) злоупотреблял(а) спиртными напитками Отец (мать) лечился(ась) от алкоголизма Тяжелые жилищно-бытовые условия

Темы для обсуждения	Перечень признаков нервно-психической неустойчивости и условий, способствующих ее развитию
Школа: успеваемость в школе	Очень низкая
поведение	Значительные нарушения дисциплины в школе
общительность, участие в общественной работе	Замкнутость, боязнь выступлений перед аудиторией
взаимоотношения с товарищами по учебе	Значительные и частые конфликты с товарищами
Профессиональная деятельность: оценка со стороны руководства	Наличие поощрений или взысканий
трудовая дисциплина	Нарушения производственной дисциплины (опоздания, прогулы и т. п.)
взаимоотношения с членами коллектива	Значительные и частые конфликты с товарищами по работе
работоспособность	Низкая работоспособность, быстрое наступление усталости
Употребление алкоголя, наркотиков, курение	Систематическое употребление алкоголя Признаки алкоголизма Раннее начало употребления алкоголя (в 13–15 лет) Раннее начало курения (в 13–15 лет) Употребление наркотиков
Поведение в конфликтных ситуациях: наличие конфликтов и частота их возникновения	Многочисленные конфликты в семье, школе, на производстве и в других коллективах
поведение в конфликтных ситуациях	Повышенная раздражительность, вспыльчивость Агрессивность Чрезмерные агрессивные реакции
Интересы, направленность личности	Эгоистическая направленность интересов Концентрация интересов на сфере отдыха и развлечений Антисоциальная направленность личности Сверхценные идеи Отсутствие определенных целей в жизни, определяемое низким общим развитием

Темы для обсуждения	Перечень признаков нервно-психической неустойчивости и условий, способствующих ее развитию
Общительность, доброжелательность, наличие друзей	Необщительность, замкнутость
Легкость и частота социальных контактов	Стеснительность, робость, застенчивость Чрезмерная общительность, депрессивные реакции в одиночестве
Отношение к окружающим	Отчуждение от коллектива по причине низкого общего развития Постоянное желание быть в центре внимания Подозрительность, злобность, мнительность по отношению к товарищам Ощущение несправедливого отношения со стороны окружающих, обидчивость, мстительность Чрезмерно выраженные явления адаптационного периода
Состояние здоровья: вопросы, касающиеся жалоб на состояние здоровья, травм головы, основных невротических и некоторых психопатологических симптомов	Многочисленные жалобы на состояние здоровья В анамнезе тяжелые травмы головы с потерей сознания Повышенная утомляемость Расстройства сна (длительное засыпание, поверхностный сон, частые пробуждения ночью, устрашающие сновидения) Ощущение усталости и вялости по утрам Сонливость днем Нетерпеливость, непоседливость, суетливость Гипергидроз (повышенная потливость) Раздражительность, вспыльчивость Головные боли Головокружения Обмороки Повышенная тревожность Преобладание беспричинно плохого настроения Преобладание беспричинно приподнятого настроения Беспричинные периодические перемены настроения Плаксивость Частые ощущения «комка» в горле Трудности сосредоточения внимания Плохая память Навязчивость Страхи (фобии) Частые сомнения в правильности выполнения действий (закрыл ли дверь, выключил ли газ, свет и т. п.) Снохождение Энурез (ночное недержание мочи)

Темы для обсуждения	Перечень признаков нервно-психической неустойчивости и условий, способствующих ее развитию
Отношение к противоположному полу	Раннее начало половой жизни Беспорядочные и многочисленные половые связи Повышенный интерес к сексуальным вопросам Чрезмерная фиксация внимания на вопросе о верности подруги (друга) Сведения о сексуальных отклонениях
Общее развитие (оценивается по результатам обсуждения всех тем беседы)	Отсутствие элементарных знаний Непонимание сущности явлений Малый запас слов Примитивность суждений Очень низкая успеваемость в школе
Поведение в процессе беседы (оцениваются особенности поведения испытуемого во время беседы)	Развязное поведение Враждебное отношение к проводящему беседу Замкнутость Стеснительность, нерешительность, робость Плаксивость Усталый, угнетенный вид у испытуемого Нетерпеливость, суетливость Заикание Тик, дрожание, судорожные подергивания мышц Недостатки артикуляции (косноязычие, шепелявость) Неловкость, угловатость движений

С момента первой беседы с пациентом начинается его всестороннее изучение. Уже здесь достаточно отчетливо могут выступить общительность или замкнутость, живой, веселый нрав или склонность к унынию, тревожная озабоченность или нарочитая бравада, подчеркнутая деликатность или быстро утрачиваемое чувство дистанции, неторопливая обстоятельность или суетливость и поспешность в мыслях и действиях, болтливость или осторожная осмотрительность в ответах, сдержанность в проявлении чувств или эмоциональная неуравновешенность.



### 1.3. Опросник Мини-Мульт (сокращенный вариант Миннесотского многомерного личностного перечня ММРІ)

ММРІ был предложен американскими психологами в 1940–1950-х годах. Адаптация ММРІ была проведена в СССР в 1960-х годах в Институте им. В. Н. Бехтерева Ф. Б. Березиным и М. П. Мирошниковым (Приложение 1).

Опросник Мини-Мульт представляет собой сокращенный вариант ММРІ, содержит 71 вопрос, 11 шкал, из них три – оценочные. Первые три оценочные шкалы измеряют искренность испытуемого, степень достоверности результатов тестирования и величину коррекции, вносимую чрезмерной осторожностью. Остальные 8 шкал являются базисными и оценивают свойства личности.

*Описание шкал:*

1. *Шкала лжи (L)* оценивает искренность испытуемого.

2. *Шкала достоверности (F)* выявляет недостоверные ответы; чем больше значение по этой шкале, тем менее достоверны результаты. 3. *Шкала коррекции (K)* сглаживает искажения, вносимые чрезмерной осторожностью и контролем испытуемого во время тестирования. Высокие показатели по этой шкале говорят о неосознанном контроле поведения. Шкала K используется для коррекции базисных шкал, которые зависят от ее величины.

*Базисные шкалы :*

1. *Ипохондрии (Hs)* – «близость» испытуемого к астено-невротическому типу. Испытуемые с высокими оценками медлительны, пассивны, принимают все на веру, покорны к власти, медленно приспосабливаются, плохо переносят смену обстановки, легко теряют равновесие в социальных конфликтах.

2. *Депрессии (D)*. Высокие оценки имеют чувствительные, сенситивные лица, склонные к тревогам, робкие, застенчивые. В делах они старательны, добросовестны, высокоморальны и обязательны, но не способны принять решение самостоятельно, нет уверенности в себе, при малейших неудачах они впадают в отчаяние.

3. *Истерии (Hu)* выявляет лиц, склонных к неврологическим защитным реакциям конверсионного типа. Они используют симптомы соматического заболевания как средство избегания ответственности. Все проблемы разрешаются уходом в болезнь. Главной особенностью таких людей является стремление казаться больше, значительнее, чем есть на самом деле, стремление обратить на себя внимание во что бы то ни стало, жажда восхищения. Чувства таких людей поверхностны и интересы неглубоки.

4. *Психопатии (Pd)*. Высокие оценки по этой шкале свидетельствуют о социальной дезадаптации; такие люди агрессивны, конфликтны, пренебрегают социальными нормами и ценностями. Настроение у них неустойчивое, они обидчивы, возбудимы и чувствительны. Возможен временный подъем по этой шкале, вызванный какой-нибудь причиной.

5. *Паранойальности (Pa)*. Основная черта людей с высокими показателями по этой шкале – склонность к формированию сверхценных идей. Это люди односторонние, агрессивные и злопамятные. Кто не согласен с ними, кто думает иначе, тот или глупый человек, или враг. Свои взгляды они активно насаждают, поэтому имеют частые конфликты с окружающими. Собственные малейшие неудачи они всегда переоценивают.

6. *Психастении (Pt)*. Диагностирует лиц с тревожно-мнительным типом характера, которым свойственна тревожность, боязливость, нерешительность, постоянные сомнения.

7. *Шизоидности (Se)*. Лицам с высокими показателями по этой шкале свойственен шизоидный тип поведения. Они способны тонко чувствовать и воспринимать абстрактные

образы, но повседневные радости и горести не вызывают у них эмоционального отклика. Таким образом, общей чертой шизоидного типа является сочетание повышенной чувствительности с эмоциональной холодностью и отчужденностью.

8. *Гипомании* (Ma). Для лиц с высокими оценками по этой шкале характерно приподнятое настроение независимо от обстоятельств. Они активны, деятельны, энергичны и жизнерадостны. Они любят работу с частыми переменами, охотно контактируют с людьми, однако интересы их поверхностны и неустойчивы, им не хватает выдержки и настойчивости.

К методике прилагается бланк, на котором фиксируются ответы обследуемого. Если он согласен с утверждением, то в клетке с номером вопроса нужно ставить знак «+» (да, верно), если не согласен – знак «-» (нет, неверно).

Бланк ответов к опроснику Мини-Мульт

ФИО \_\_\_\_\_ Возраст \_\_\_\_\_ Пол \_\_\_\_\_  
Образование \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_

Рядом с номером при ответе «ВЕРНО» зачеркните квадратик «В», при ответе «НЕВЕРНО» – квадратик «Н».

В		Н	В		Н	В		Н	В		Н	В		Н
	1			16			31			46			61	
	2			17			32			47			62	
	3			18			33			48			63	
	4			19			34			49			64	
	5			20			35			50			65	
В		Н	В		Н	В		Н	В		Н	В		Н
	6			21			36			51			66	
	7			22			37			52			67	
	8			23			38			53			68	
	9			24			39			54			69	
	10			25			40			55			70	
В		Н	В		Н	В		Н	В		Н	В		Н
	11			26			41			56			71	
	12			27			42			57				
	13			28			43			58				
	14			29			44			59				
	15			30			45			60				

Опрос рекомендуется проводить индивидуально или в группе, при наличии у каждого испытуемого текста опросника и бланка для ответов. С помощью ключа производится подсчет «сырых» баллов (табл. 2) по каждой шкале.

Таблица 2

**Ключ к опроснику Мини-Мульт**

Шкала	Ответ	Номер вопроса
L	Неверно (H)	5, 11, 24, 47, 53
F	H	22, 24, 61
	Верно (B)	9, 12, 15, 19, 30, 38, 48, 49, 58, 59, 64, 71
K	H	11, 23, 31, 33, 34, 36, 40, 41, 43, 51, 56, 61, 65, 67, 69, 70
1 (Hs)	H	1, 2, 6, 37, 45
	B	9, 18, 26, 32, 44, 46, 55, 62, 63
2 (D)	H	1, 3, 6, 11, 28, 37, 40, 42, 60, 61, 65
	B	9, 13, 18, 22, 25, 36, 44
3 (Hy)	H	1, 2, 3, 11, 23, 28, 29, 31, 33, 35, 37, 40, 41, 43, 45, 50, 56
	B	9, 13, 18, 26, 44, 46, 55, 57, 62
4 (Pd)	H	3, 28, 34, 35, 41, 43, 50, 65
	B	7, 10, 13, 14, 15, 16, 22, 27, 52, 58, 71
5 (Pa)	H	28, 29, 31, 67
	B	5, 8, 10, 15, 30, 39, 63, 64, 66, 68
6 (Pt)	H	2, 3, 42
	B	5, 8, 13, 17, 22, 25, 27, 36, 44, 51, 57, 66, 68
7 (Se)	H	3, 42
	B	5, 7, 8, 10, 13, 14, 15, 16, 17, 26, 30, 38, 39, 46, 57, 63, 64, 66
8 (Ma)	H	43
	B	4, 7, 8, 21, 29, 34, 38, 39, 54, 57, 60

Таблица 3

**Шкала коррекции к опроснику Мини-Мульт (перевод «сырых» баллов в Т-баллы)**

Шкала опросника	Баллы	
	«сырые»	T-баллы
1 (Hs)	3	35
	6	45
	9	55
	12	65
	15	75
	18	85
	21	95
	24	105
2 (D)	4	40
	8	55
	12	68
	16	84
	20	100
3 (Hy)	4	30
	6	35
	8	45
	10	52
	12	60
	14	67
	16	74
	18	80
	20	88
	22	95
	24	104
4 (Pd)	7	35
	8	45
	11	54
	13	64
	15	72
	17	82
	19	92
	21	105
	23	110

Шкала опросника	Баллы	
	«сырые»	T-баллы
5 (Pa)	2	38
	4	50
	6	60
	8	72
	10	85
	12	95
	14	105
6 (Pt)	7	22
	9	32
	11	40
	13	48
	15	55
	17	65
	19	73
	21	82
	23	90
	24	95
7 (Se)	6	25
	8	32
	10	38
	12	46
	14	54
	16	60
	18	68
	20	74
	22	82
	24	88
	26	95
	28	105
8 (Ma)	3	30
	5	40
	7	50
	9	62
	11	73
	13	85
	15	92
	17	105

Шкала опросника	Баллы	
	«сырые»	Т-баллы
L	1	45
	2	55
	3	63
	4	70
	5	80
F	2	45
	4	55
	6	65
	8	75
	10	85
	12	95
K	3	35
	6	45
	9	55
	12	62
	15	70

Подсчитав количество «сырых» баллов, используя ключ к опроснику по каждой шкале, необходимо значение шкалы К добавить к «сырым» баллам шкал 6, 7 и половину значения шкалы К добавить к «сырым» баллам шкал 1 и 4.

На втором этапе обработки данных, используя табл. 3, необходимо перевести «сырые» баллы в окончательные Т-баллы.

Высокими по всем шкалам считают оценки, превышающие 70 Т-баллов, а низкими – менее 40 Т-баллов.

## 1.4. Опросник Шмишека для диагностики типа акцентуации личности

Теоретической основой опросника является концепция «акцентуированных личностей» К. Леонгарда, который считает, что присущие личности черты могут быть разделены на основные и дополнительные. Основные черты составляют стержень, ядро личности. В случае яркой выраженности основные черты становятся акцентуациями характера. Соответственно личности, у которых основные черты ярко выражены, названы Леонгардом акцентуированными. Термин «акцентуированные личности» занял место между психопатией и нормой. Акцентуированные личности не следует рассматривать в качестве патологических, но в случае воздействия неблагоприятных факторов акцентуации могут приобретать патологический характер, разрушая структуру личности.

Тест содержит 10 шкал в соответствии с десятью выделенными Леонгардом типами акцентуированных личностей и состоит из 88 вопросов, на которые требуется ответить «да» или «нет» на бланке. Существуют подростковый (Приложение 2) и взрослый (Приложение 3) варианты опросника.

**Бланк**                      **ответов**                      **к**                      **опроснику**                      **Шмишека**  
ФИО \_\_\_\_\_ Пол \_\_\_\_\_ Возрас-  
т \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_

ФИО \_\_\_\_\_  
 Пол \_\_\_\_\_ Возраст \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_

**Интерпретационный профиль**

<b>Г</b>	<b>З</b>	<b>Эм</b>	<b>П</b>	<b>Т</b>	<b>Ц</b>	<b>Де</b>	<b>В</b>	<b>Ди</b>	<b>Эк</b>
1	2	3	4	5–	6	7	8	9	10
11	12–	13	14						
	15			16					
			17		18	19	20	21	
						22			
23	24	25–	26	27	28	29	30	31	32
33	34	35	36–						
	37			38					
			39		40	41	42	43	
						44			
45	46–	47	48	49	50				
						51–	52		54
55	56	57	58	60					
	59–		61		62	63	64	65	
						66			
67	68	69	70	71	72	73	74	75	76
77	78	79	80						
	81			82					
			83		84	85	86	87	
						88			
Итого сумма баллов по вертикали									
Коэффициенты									
3	2	3	2	3	3	2	3	3	6
Итоговый показатель									



Итоговый показатель	Тип акцентуации									
	Гип.	Заст.	Эмот.	Пед.	Тревож.	Цикл.	Дем.	Возб.	Дист.	Экз.
24										
22										
20										
18										
16										
14										
12										
10										
8										
6										
4										
2										
	Гип.	Заст.	Эмот.	Пед.	Тревож.	Цикл.	Дем.	Возб.	Дист.	Экз.

### Ключ к опроснику Шмишека

При совпадении ответа на вопрос с ключом ответу присваивается один балл.

1. Демонстративность / демонстративный тип:

«+»: 7, 19, 22, 29, 41, 44, 63, 66, 73, 85, 88.

«-»: 51.

Сумму ответов умножить на два.

2. Застревание / застревающий тип:

«+»: 2, 15, 24, 34, 37, 56, 68, 78, 81.

«-»: 12, 46, 59.

Сумму ответов умножить на два.

3. Педантичность / педантичный тип:

«+»: 4, 14, 17, 26, 39, 48, 58, 61, 70, 80, 83.

«-»: 36.

Сумму ответов умножить на два.

4. Возбудимость / возбудимый тип:

«+»: 8, 20, 30, 42, 52, 64, 74, 86.

Сумму ответов умножить на три.

5. Гипертимность / гипертимический тип:

«+»: 1, 11, 23, 33, 45, 55, 67, 77.

Сумму ответов умножить на три.

6. Дистимность / дистимический тип:

«+»: 9, 21, 43, 75, 87.

«-»: 31, 53.

Сумму ответов умножить на три.

7. Тревожность / тревожный тип:

«+»: 16, 27, 38, 49, 60, 71, 82.

«-»: 5.

Сумму ответов умножить на три.

8. Экзальтированность / экзальтированный тип:

«+»: 10, 32, 54, 76.

Сумму ответов умножить на шесть.

9. Эмотивность / эмотивный тип:

«+»: 3, 13, 35, 47, 57, 69, 79.

«-»: 25.

Сумму ответов умножить на три.

10. Циклотимность / циклотимический тип:

«+»: 6, 18, 28, 40, 50, 62, 72, 84.

Сумму ответов по каждой шкале необходимо умножить на 3.

Максимальная сумма баллов после умножения – 24. По некоторым источникам, признаком акцентуации считается величина, превосходящая 12 баллов. Другие же, на основании практического применения опросника, считают, что сумма баллов в диапазоне от 15 до 19 говорит лишь о тенденции к тому или иному типу акцентуации. И лишь в случае превышения суммы в 19 баллов черта характера является акцентуированной.

Полученные данные могут быть представлены в виде «профиля личностной акцентуации».

Выделенные Леонгардом 10 типов акцентуированных личностей разделены на две группы: акцентуации характера (демонстративный, педантичный, застревающий, возбудимый) и акцентуации темперамента (гипертимический, дистимический, тревожный, циклотимический, экзальтированный, эмотивный).

*Демонстративный тип.* Характеризуется повышенной способностью к вытеснению, демонстративностью поведения, живостью, подвижностью, легкостью в установлении контактов. Склонен к фантазерству, лживости и притворству, направленным на приукрашивание своей персоны, авантюризму, артистизму и позерству. Им движет стремление к лидерству, потребность в признании, жажда постоянного внимания к своей персоне, жажда власти, похвалы; перспектива быть незамеченным отягощает его. Он демонстрирует высокую приспособляемость к людям, эмоциональную лабильность (легкую смену настроений) при отсутствии действительно глубоких чувств, склонность к интригам (при внешней мягкости манеры общения). Отмечаются беспредельный эгоцентризм, жажда восхищения, сочувствия, почитания, удивления. Обычно похвала других в его присутствии вызывает у него особо неприятные ощущения, он этого не выносит. Стремление к компании обычно связано с потребностью ощутить себя лидером, занять исключительное положение. Самооценка далека от объективности. Может раздражать своей самоуверенностью и высокими притязаниями, сам систематически провоцирует конфликты, но при этом активно защищается. Обладая патологической способностью к вытеснению, он может полностью забыть то, о чем он не желает знать. Это расковывает его во лжи. Обычно лжет с невинным лицом, поскольку то, о чем он говорит, в данный момент для него является правдой; по-видимому, внутренне он не осознает свою ложь, или же осознает очень неглубоко, без заметных угрызений совести. Способен увлечь других неординарностью мышления и поступков.

*Застревающий тип.* Его характеризует умеренная общительность, занудливость. Склонность к нравоучениям, неразговорчивость. Часто страдает от мнимой несправедливости по отношению к нему. В связи с этим проявляет настороженность и недоверчивость по отношению к людям, чувствителен к обидам и огорчениям, уязвим, подозрителен, отличается мстительностью, долго переживает происшедшее, не способен «легко отходить» от обид. Для него характерна заносчивость, часто выступает инициатором конфликтов. Само-

надеянность, жесткость установок и взглядов, сильно развитое честолюбие часто приводят к настойчивому утверждению своих интересов, которые он отстаивает с особой энергичностью. Стремится добиться высоких показателей в любом деле, за которое берется, и проявляет большое упорство в достижении своих целей. Основной чертой является склонность к аффектам (правдолюбие, обидчивость, ревность, подозрительность), инертность в проявлении аффектов, в мышлении, в моторике.

*Педантичный тип.* Характеризуется ригидностью, инертностью психических процессов, тяжел на подъем, долго переживает травмирующие события. В конфликты вступает редко, выступая скорее пассивной, чем активной стороной. В то же время очень сильно реагирует на любое проявление нарушения порядка. На службе ведет себя как бюрократ, предъявляя окружающим много формальных требований. Пунктуален, аккуратен, особое внимание уделяет чистоте и порядку, скрупулезен, добросовестен, склонен жестко следовать плану, в выполнении действий нетороплив, усидчив, ориентирован на высокое качество работы и особую аккуратность, склонен к частым самопроверкам, сомнениям в правильности выполненной работы, брюзжанию, формализму. С охотой уступает лидерство другим людям.

*Возбудимый тип.* Недостаточная управляемость, ослабление контроля над влечениями и побуждениями сочетаются у людей такого типа с властью физиологических влечений. Для него характерна повышенная импульсивность, инстинктивность, грубость, занудство, угрюмость, гневливость, склонность к хамству и брани, к трениям и конфликтам, в которых сам и является активной, провоцирующей стороной. Раздражителен, вспыльчив, часто меняет место работы, неуживчив в коллективе. Отмечается низкая контактность в общении, замедленность вербальных и невербальных реакций, тяжеловесность поступков. Для него никакой труд не становится привлекательным, работает лишь по мере необходимости, проявляет такое же нежелание учиться. Равнодушен к будущему, целиком живет настоящим, желая извлечь из него массу развлечений. Повышенная импульсивность или возникающая реакция возбуждения гасятся с трудом и могут быть опасны для окружающих. Он может быть властным, выбирая для общения наиболее слабых.

*Гипертимический тип.* Людей этого типа отличает большая подвижность, общительность, болтливость, выраженность жестов, мимики, пантомимики, чрезмерная самостоятельность, склонность к озорству, недостаток чувства дистанции в отношениях с другими. Часто спонтанно отклоняются от первоначальной темы в разговоре. Везде вносят много шума, любят компании сверстников, стремятся ими командовать. Они почти всегда имеют очень хорошее настроение, хорошее самочувствие, высокий жизненный тонус, нередко цветущий вид, хороший аппетит, здоровый сон, склонность к чревоугодию и иным радостям жизни. Это люди с повышенной самооценкой, веселые, легкомысленные, поверхностные и, вместе с тем, деловитые, изобретательные, блестящие собеседники, умеющие развлекать других, энергичные, деятельные, инициативные. Большое стремление к самостоятельности может служить источником конфликтов. Для них характерны вспышки гнева, раздражения, особенно когда они встречают сильное противодействие, терпят неудачу. Склонны к аморальным поступкам, повышенной раздражительности, прожектерству. Недостаточно серьезно относятся к своим обязанностям. Они трудно переносят условия жестокой дисциплины, монотонную деятельность, вынужденное одиночество.

*Дистимический тип.* Люди этого типа отличаются серьезностью, даже подавленностью настроения, медлительностью, слабостью волевых усилий. Для них характерны пессимистическое отношение к будущему, заниженная самооценка, а также низкая контактность, немногословность в беседе, даже молчаливость. Такие люди являются домоседами, индивидуалистами; обычно избегают общества, шумной компании, ведут замкнутый образ жизни. Часто угрюмы, заторможены, склонны фиксироваться на теневых сторонах жизни. Они доб-

росовестны, ценят тех, кто с ними дружит, и готовы им подчиниться, обладают обостренным чувством справедливости, а также замедленностью мышления.

*Тревожный тип.* Людям такого типа свойственны низкая контактность, минорное настроение, робость, пугливость, неуверенность в себе. Дети тревожного типа часто боятся темноты, животных, страшатся оставаться одни. Они сторонятся шумных и бойких сверстников, не любят чрезмерно шумных игр, испытывают чувство робости и застенчивости, тяжело переживают контрольные, экзамены, проверки. Часто стесняются отвечать перед классом. Охотно подчиняются опеке старших, нотации взрослых могут вызвать у них угрызения совести, чувство вины, слезы, отчаяние. У них рано формируется чувство долга, ответственности, высокие моральные и этические требования. Чувство собственной неполноценности стараются замаскировать в самоутверждение через те виды деятельности, где они могут в большей мере раскрыть свои способности.

Свойственные им с детства обидчивость, чувствительность, застенчивость мешают сблизиться с теми, с кем хочется, особо слабым звеном является реакция на отношение к ним окружающих. Непереносимость насмешек, подозрения сопровождаются неумением постоять за себя, отстоять правду при несправедливых обвинениях. Редко вступают в конфликты с окружающими, играя в них в основном пассивную роль, в конфликтных ситуациях они ищут поддержки и опоры. Они обладают дружелюбием, самокритичностью, исполнительностью. Вследствие своей незащитности нередко служат «козлами отпущения», мишенями для шуток.

*Экзальтированный тип.* Яркая черта этого типа – способность восторгаться, восхищаться, а также улыбочивость, ощущение счастья, радости, наслаждения. Эти чувства у них могут часто возникать по причине, которая у других не вызывает большого подъема, они легко приходят в восторг от радостных событий и в полное отчаяние – от печальных. Им свойственна высокая контактность, словоохотливость, влюбчивость. Такие люди часто спорят, но не доводят дело до открытых конфликтов. В конфликтных ситуациях они бывают как активной, так и пассивной стороной. Они привязаны к друзьям и близким, альтруистичны, имеют чувство сострадания, хороший вкус, проявляют яркость и искренность чувств. Могут быть паникерами, подвержены сиюминутным настроениям, порывисты, легко переходят от состояния восторга к состоянию печали, обладают лабильностью психики.

*Эмотивный тип.* Этот тип родственен экзальтированному, но проявления его не столь бурны. Для него характерны эмоциональность, чувствительность, тревожность, болтливость, боязливость, глубокие реакции в области тонких чувств. Наиболее сильно выраженная черта – гуманность, сопереживание другим людям или животным, отзывчивость, мягкосердечность, сорадование чужим успехам. Люди этого типа впечатлительны, слезливы, любые жизненные события воспринимают серьезнее, чем другие. Подростки остро реагируют на сцены из фильмов, где кому-либо угрожает опасность, сцена насилия может вызвать у них сильное потрясение, которое долго не забудется и может нарушить сон. Редко вступают в конфликты, обиды носят в себе, не «выплескивая наружу». Им свойственно обостренное чувство долга, исполнительность. Бережно относятся к природе, любят выращивать растения, ухаживать за животными.

*Циклотимический тип* характеризуется сменой гипертимических и дистимических состояний. Людям этого типа свойственны частые периодические смены настроения, а также зависимость от внешних событий. Радостные события вызывают у них картины гипертимии: жажду деятельности, повышенную говорливость, скачок идей; печальные – подавленность, замедленность реакций и мышления; также часто меняется их манера общения с окружающими людьми.

В подростковом возрасте можно обнаружить два варианта циклотимической акцентуации: типичные и лабильные циклоиды. Типичные циклоиды в детстве обычно производят

впечатление гипертимических, но затем проявляется вялость, упадок сил, то, что раньше давалось легко, теперь требует непомерных усилий. Прежде шумные и бойкие, они становятся вялыми домоседами, наблюдается падение аппетита, бессонница или, наоборот, сонливость. На замечания реагируют раздражением, даже грубостью и гневом, в глубине души, однако, впадая при этом в уныние, глубокую депрессию, не исключены суицидальные попытки. Учатся неровно, случившиеся упущения наверстывают с трудом, порождают в себе отвращение к занятиям. У лабильных циклоидов фазы смены настроения обычно короче, чем у типичных циклоидов. «Плохие» дни более насыщены дурным настроением, чем вялостью. В период подъема выражены желания иметь друзей, быть в компании. Настроение влияет на самооценку.

## 1.5. Опросник Айзенка

Методика позволяет исследовать факторы экстра-, интроверсии и нейротизма. Типичных экстраверта и интроверта автор рассматривает как полярно противоположные личности. Экстраверт общителен, имеет много друзей, но не особенно близких. Он жаждет возбуждения, рискует, действует под влиянием момента, импульсивен, оптимистичен, предпочитает движение и действие, имеет тенденцию к агрессивности, вспыльчив. Его эмоции и чувства строго не контролируются и на него не всегда можно положиться. В противоположность экстраверту интроверт спокоен, застенчив, интроспективен. Он предпочитает книгу общению с людьми, сдержан и отдален от всех, кроме близких друзей. Планирует свои действия заранее, не доверяет внезапным побуждениям. Серьезно относится к принятию решений, любит во всем порядок. Контролирует свои чувства, редко поступает агрессивно, не выходит из себя. На интроверта можно положиться. Он несколько пессимистичен, высоко ценит этические нормы. Термином «нейротизм» автор обозначает эмоциональную возбудимость, стабильность–нестабильность, предрасположенность к психопатологии в эмоциональной сфере, преобладание волевой либо эмоциональной регуляции. Индивид с высоким уровнем нейротизма эмоционально лабилен, характеризуется выраженной чувствительностью и впечатлительностью, склонен к злости и раздражительности.

Есть два равноценных варианта опросника: вариант А (Приложение 4) и вариант В (Приложение 5).

В качестве показателя достоверности (или правдивости) ответов обследуемого используется шкала лжи.

Опросник состоит из 57 вопросов, из них 24 – по шкале экстраверсии–интроверсии, 24 – по шкале нейротизма и 9 – по шкале лжи.

Рассматривают следующие градации показателя «экстраверсия–интроверсия» (в баллах):

- 1–7 – выраженная интроверсия,
- 8–11 – умеренная интроверсия,
- 12–15 – умеренная экстраверсия,
- 16–21 – выраженная экстраверсия.

Показатель нейротизма рассматривается в градациях:

- 1–6 – маловыраженный нейротизм,
- 7–11 – умеренный нейротизм,
- 12–21 – выраженный нейротизм.

С помощью ключа (табл. 4) обработку начинают со шкалы «лжи». При обнаружении у испытуемого 5 и более баллов по этой шкале использование данных в дальнейшем анализе не рекомендуется. Далее подсчитываются баллы по шкале экстраверсии. Если количество баллов 12 и более, то обследуемый – экстраверт, если меньше 12 баллов, то – интроверт. Эти критерии действительны и по отношению к нейротизму. Личностные особенности, полученные по данным опросника, представлены на рисунке.

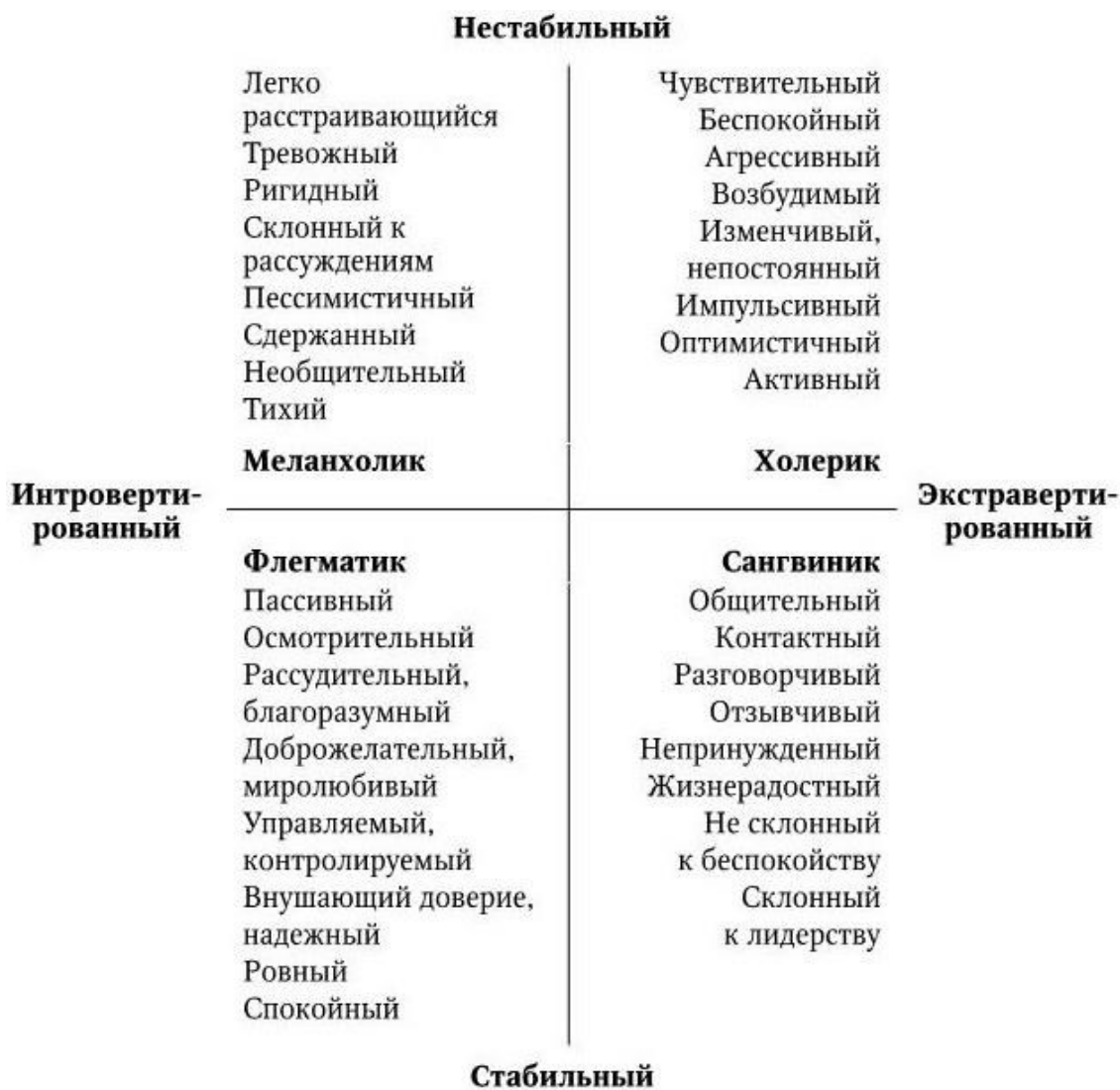


Рисунок. Личностные особенности по данным опросника Айзенка

Таблица 4  
Ключ к личностному опроснику Айзенка

Экстраверсия		Нейротизм		Неискренность	
Да	Нет	Да	Нет	Да	Нет
1, 3, 8, 10, 13, 17, 22, 25, 27, 29, 39, 44, 46, 49, 53, 56	5, 15, 20, 32, 34, 37, 41, 51	2, 4, 7, 9, 11, 14, 16, 19, 21, 23, 26, 28, 31, 33, 35, 38, 40, 43, 45, 47, 50, 52, 55, 57	—	6 24 36	12 18 24 42 48 54

## Глава 2

# МЕТОДЫ ДИАГНОСТИКИ ПОЗНАВАТЕЛЬНЫХ ПРОЦЕССОВ

### 2.1. Методика «Таблицы Шульте»

Данная методика предназначена для определения устойчивости внимания и динамики работоспособности. Используется для обследования лиц разного возраста. Исследование проводится с помощью специальных таблиц размером 60 × 60, на которых в произвольном порядке расположены числа от 1 до 25. Обследуемый должен находиться на таком расстоянии от таблицы, чтобы видеть ее целиком. Ему предлагается отыскивать числа по порядку, показывая каждое указкой и называя его вслух. Регистрируется время, затраченное клиентом на каждую из 5 таблиц, и записывается как Т1, Т2, Т3, Т4, Т5.

Для оценки результатов берется время поиска на каждой из таблиц. Существенное значение имеет темп выполнения задания, наличие вработываемости, истощаемости, пропуска отдельных цифр. Сочетание нарушенного внимания и повышенной истощаемости проявляется в увеличении количества ошибок при поиске чисел в каждой последующей таблице. В норме на каждую таблицу уходит примерно одинаковое время 35–40 секунд.

*Инструкция:* «На этой таблице числа от 1 до 25 расположены не по порядку. Нужно показать и назвать все числа по порядку от 1 до 25. Постараться делать это как можно быстрее и без ошибок». Таблицу открывают и одновременно с началом выполнения задания включают секундомер. Аналогично предъявляются остальные таблицы.

Основной показатель – время выполнения, а также количество ошибок отдельно по каждой таблице. По результатам выполнения каждой таблицы может быть построена «кривая истощаемости (утомляемости)», отражающая устойчивость внимания и работоспособность в динамике.

Таблицы Шульте (стимульный материал)



14	9	2	21	13
22	7	16	5	10
4	25	11	18	3
20	6	23	8	19
15	24	1	17	12

2	13	1	8	20
17	6	25	7	11
22	18	3	15	19
10	5	12	24	16
14	23	4	9	21

21	11	1	19	24
2	20	18	5	10
4	13	25	16	7
17	6	14	9	12
22	3	8	15	23

5	21	23	4	25
11	2	7	13	20
24	17	19	6	18
9	1	12	8	14
16	10	3	15	22

3	17	21	8	4
10	6	15	25	13
24	20	1	9	22
19	12	7	14	16
2	18	23	11	5

С помощью этого теста можно вычислить еще и такие показатели, как: эффективность работы (ЭР), степень вработываемости (ВР), психическая устойчивость (ПУ), которые предложены А. Ю. Козыревой.

$$ЭР = \frac{T1 + T2 + T3 + T4 + T5}{5},$$

где:

$T_1$  – время работы с первой таблицей;

$T_2$  – время работы со второй таблицей;

$T_3$  – время работы с третьей таблицей;

$T_4$  – время работы с четвертой таблицей;

$T_5$  – время работы с пятой таблицей.

Оценка ЭР (с) производится с учетом возраста испытуемого.

Отличные результаты – 45 с и менее (для ребенка 10 лет); 30 с и менее (для ребенка 12 лет), – свидетельствуют о высокой эффективности работы и устойчивости внимания.

Степень вработываемости определяется формулой:

$$BP = \frac{T_1}{ЭР}$$

Результат меньше 1,0 – показатель хорошей вработываемости, соответственно, чем выше 1,0 данный показатель, тем больше времени обследуемому требуется на подготовку к основной работе. Психическая устойчивость (выносливость) вычисляется по формуле:

$$ПУ = \frac{T_4}{ЭР}$$

Показатель результата меньше 1,0 говорит о хорошей психической устойчивости.

## 2.2. Методика «Корректирующая проба» (буквенный вариант)

Данная методика разработана Б. Бурдоном для диагностики устойчивости и концентрации внимания. Также используется для оценки темпа психомоторной деятельности, работоспособности и устойчивости к монотонной деятельности.

Обследуемым предъявляется бланк с буквами, расположенными определенным образом.

*Инструкция:* «На бланке напечатаны наборы букв русского алфавита. Последовательно рассматривая каждую строчку, нужно отыскать буквы „К“ и „Н“ и отметить их. Букву „К“ нужно зачеркнуть, букву „Н“ – обвести кружком. Задание необходимо выполнить быстро и точно. Через каждые 30 секунд по команде „Черта“ необходимо поставить вертикальную черту на бланке, после чего, не останавливаясь, продолжать выполнять то же самое задание. Работа начинается по команде психолога. Время работы – 5 минут».

Бланк для теста «Корректирующая проба»

АКСНВЕАНЕРКВСОАЕНВРАКОЕСАНРКВНЕОРАКСВОЕС  
ОВРКАНВСАЕРНВКСОАНЕОСВНЕРКАОСЕРВКОАНКСА  
КАНЕОСВРЕНАКСОЕНВРКСАРЕСВНЕСКАОЕНСВКРАЕО  
ВРЕСОАКВНЕСАКВРЕНСОАКВРЕНСОКВРАНЕОКРВНАС  
НСАКРВОСАРНЕАОСКВНАРЕНСОКВРЕАОКСНВРАКСОЕ  
РВОЕСНАРКВОКРАНВОЕСВНЕАРОКВНЕСАОКРЕСАВКН  
ЕНРАЕРСКВОКСЕРВОСАНОВРКАСОАРНЕОАРЕСВОЕРВ  
ОСКВНЕРАОСЕНВСНРАЕОКСАНРАЕСВРНВКСНАОЕРСН  
ВКАОВСНЕРКОВНЕАНЕСВНОКВНРАЕОСВРВОАНСКОКР  
СЕНАОВКСЕАВНСКРАОВКСЕОКСВНРАКОКРЕСВКОЕНС  
КОСНАКВНАЕСЕРВНСКОАЕНСОВНРВКОСНЕАКОВНСАЕ  
ОВКРЕНРЕСНАКОКАЕРВСАРКВОСВНЕРАНСЕОВРАКВО  
АСВКРАСКОВРАКНСОКРЕНГРСЕАОКСАКРНРАКАЕРКС  
НАОСКОЕОВСКОАЕОЕРКОСКВНАКВОВСОЕАСНВСРНАК  
ВНЕОСЕАВКРНВСНВКАСВКАНАКРНСПНЕОКОВСНВОВР  
СЕРВНРКСРКВНЕАРАНЕРВОАЕСЕРАНЕРВОАРНВСАРВ  
НРНЕАЕОРНАСПВКОВРАЕОСЕОВНАНЕОВСКОВРНАКСЕ  
РВКОСКАОЕНРВОСКРЕНАЕАНАКВСЕОВКАРЕСНАОВКО  
АОВНРВНСРЕАОКРЕНСРЕАКВСЕОКРАНСКВНАЕОВНРС  
КАОРЕСВНАОЕСВОКРНКРКРАЕРКОАСАРВНАЕОСКРВК  
ОКРАНАОЕСКОЕРНВКАРСВНРВНСЕОКРАНЕСНВКРАНВ  
ЕРАКОКСОВРНАЕАСВКВНОСЕНВРАКРЕОСОВРАОЕСЕА  
НЕСВКРЕАКСВНОЕНЕОСВНЕОРКАКСВНЕОКРОКАНЕОС  
РНЕСВНРКОВКОАРЕОВОКСНВКАЕРВОСНЕАКАСНВОЕН  
СВНЕОВКРАНРЕСКОАНВРКАНВСОЕРАНВОСАРКВНСОЕ  
ОКАНЕКРВСЕНРКАЕСВОКАРЕОКВНАРЕСКВЕНОСАРНВ  
КРНСАОЕРКОСНВКОЕРВОСКЛЕРНСОАНВРКВОЕНРАКС  
РНВКОСНЕАКВРСОАНСКВОАСНЕВОЕНСКВРНАОЕНСОА  
НСОАКВРНСАОЕРВСКОЕНАРНВОСКАОКРНСЕОВСЕНВК  
ЕКРНСОАРВНЕСАРКВРНСЕНВРАКВСЕОКАЕРКОВНЕАС  
ОЕНРВКСЕРВНАОЕАСКРЕНВКСОАРЕОКСЕРНЕАРВСКВ  
АНСОКРВНЕОСКВНРЕОКРАСВОЕРНРКВНРКАСОВНАОК  
РВАКРНЕСОКАРКВОАСРЕОКРАНВРЕСКРНВКОЕСАНЕО  
ВРКОАСНАКОКВОСЕРКВНЕРАКСНЕОКРЕАСОКРЕОВНС  
СЕОВНАРКОСВНРЕАНРОАСОКРЕЛОСВКАКРЕРКОЕСВН  
ОАЕРВКСОЕНРАКРНСЕАКОВОЕНСАНРВОСЕНВОКНВРА  
ЕСНАКВОЕРЕНСАКВОАЕРКСЕНРАКРВСАЕОВНЕСРКВО  
ОКРЕСОАНЕРВНЕСКАОРВРКОСАКВСКАКРЕСВНАКРЕС  
СВКОАНРВСКОЕРНАКВСНЕРАЕОВРНАКВСНВОЕРАЕОК  
ВРАСНРКОЕАСОВРЕСКОАНЕСНВСКАЕОРНАКЕРНСКОК

*Обработка.* Результаты пробы оцениваются по количеству пропущенных незачеркнутых знаков, по времени выполнения и по количеству просмотренных знаков. Важным показателем является характеристика качества и темпа выполнения (выражается числом пропущенных строк и количеством допущенных ошибок за каждый 60-секундный интервал работы).

*Продуктивность внимания (показатель В)* – количество просмотренных за 5 минут знаков.

*Точность (концентрация) внимания (показатель С)* определяется отношением количества ошибок к общему числу просмотренных знаков. Ошибкой считается пропуск тех букв, которые должны быть зачеркнуты, а также неправильное зачеркивание.

Формула для вычисления точности (концентрации) внимания:

$$C = \frac{П_1 - П_2 - П_3}{П} \times 100 \%,$$

где:

$П_1$  – сумма правильно зачеркнутых букв;

$П_2$  – сумма пропущенных букв;

$П_3$  – сумма ошибочно зачеркнутых букв;

$П$  – общее количество букв в просмотренных строках, подлежащих зачеркиванию.

Оценить уровень концентрации внимания можно по показателям:

– очень хорошая – 81–100 %;

– хорошая – 61–80 %;

– средняя – 41–60 %;

– плохая – 21–40 %;

– очень плохая – 0–20 %.

*Устойчивость внимания* оценивается по изменению скорости просмотра в течение выполнения всего задания. Для этого необходимо подсчитать количество просмотренных знаков и количество ошибок в каждом из интервалов, разделенных вертикальной чертой. По этим данным строится кривая работоспособности и определяются особенности изменения работоспособности и истощения при выполнении монотонного задания.

Устойчивость (Е) вычисляется по следующей формуле:

$$E = S \frac{N + O}{N} ,$$

где:

$S$  – количество просмотренных букв;

$N$  – количество правильно вычеркнутых знаков;

$O$  – количество ошибок.

Полученный результат можно оценить по следующим градациям:

0–3 – низкая устойчивость внимания;

4–7 – ниже среднего;

8–11 – средняя;

12–15 – выше среднего;

16–19 – высокая.

## 2.3. Методика «Заучивание 10 слов»

Методика оценивает состояние памяти, утомляемости, активности внимания.

Протокол включает 9 коротких односложных и двусложных слов, не имеющих между собой никакой связи (табл. 5). Методика может быть использована как для детей (с пяти лет), так и для взрослых.

*Инструкция для детей:*

а) «Сейчас мы проверим твою память. Я назову тебе слова, ты прослушаешь их, а потом повторишь, сколько сможешь, в любом порядке».

Слова зачитываются испытуемому четко, не спеша.

б) «Сейчас я снова назову те же самые слова, ты их послушаешь и повторишь – и те, которые уже называл, и те, которые запомнишь сейчас. Называть слова можешь в любом порядке».

*Инструкция для взрослых:*

а) «Сейчас я прочту несколько слов. Слушайте внимательно. Когда я окончу читать, сразу же повторите столько слов, сколько запомните. Повторять слова можно в любом порядке».

б) «Сейчас я прочту вам те же слова, и вы опять должны повторить их, и те, которые вы уже назвали, и те, которые в первый раз пропустили. Порядок слов не важен».

Далее опыт повторяется без инструкций. Перед следующими 3–5 прочтениями экспериментатор просто говорит: «Еще раз». После 5–6-кратного повторения слов экспериментатор говорит испытуемому: «Через час вы эти же слова назовете мне еще раз». На каждом этапе исследования заполняется протокол. Под каждым воспроизведенным словом в строчке, которая соответствует номеру попытки, ставится крестик. Если испытуемый называет «лишнее» слово, оно фиксируется в соответствующей графе. Спустя час испытуемый по просьбе исследователя воспроизводит без предварительного зачитывания запомнившиеся слова, которые фиксируются в протоколе кружочками.

Таблица 5

Бланк к методике «Заучивание 10 слов»

№	Число	Хор	Камень	Гриб	Кино	Зонт	Море	Шмель	Лампа	Рысь	Дополнит. слова
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											

*Интерпретация результатов.* По полученному протоколу составляется график – «кривая запоминания». По форме кривой можно сделать выводы относительно особенностей запоминания. Так, у здоровых детей с каждым воспроизведением количество правильно

названных слов увеличивается, ослабленные дети воспроизводят меньшее количество, могут демонстрировать застревание на «лишних» словах. Большое количество «лишних» слов свидетельствует о расторможенности или расстройствах сознания. При обследовании взрослых к третьему повторению испытуемый с нормальной памятью обычно воспроизводит правильно до 9 или 10 слов.

Кривая запоминания может указывать на ослабление внимания, на выраженную утомленность. Повышенная утомляемость регистрируется в том случае, если испытуемый (взрослый или ребенок) сразу воспроизвел 8–9 слов, а затем с каждым разом все меньше и меньше (кривая на графике не возрастает, а снижается). Кроме того, если испытуемый воспроизводит все меньше и меньше слов, это может свидетельствовать о забывчивости и рассеянности. Зигзагообразный характер кривой свидетельствует о неустойчивости внимания. Кривая, имеющая форму «плато», свидетельствует об эмоциональной вялости ребенка, отсутствии у него заинтересованности. Число слов, удержанных и воспроизведенных час спустя, свидетельствует о долговременной памяти.

## 2.4. Методика «Воспроизведение рассказа»

Методика предназначена для определения уровня смысловой памяти, ее объема и особенностей, способности к запоминанию текстов.

Исследователь зачитывает вслух рассказ, содержащий 12 – 13 смысловых единиц и 3–4 числа. Затем предлагает испытуемому записать основное содержание прочитанного. Для получения более точных данных эксперимент можно повторить, используя другой рассказ.

*Пример рассказа:*

а) «Корабль вошел в бухту (1), несмотря на сильное волнение моря (2). Ночь простояли на якоре (3). Утром подошли к пристани (4). 18 моряков отпустили на берег (5, 6). 10 человек пошли в музей (7, 8). Восемь матросов решили просто погулять по городу (9, 10). К вечеру все собрались вместе (11), зашли в городской парк (12), плотно поужинали (13). В 23 часа все вернулись на корабль (14, 15). Вскоре корабль отправился в другой порт (16)».

б) «Я выехал верхом на коне (1), рассчитывая прибыть на место к девяти часам (2, 3). К этому времени все двенадцать охотников соберутся в сторожке (4, 5). Погода неожиданно изменилась (6), начался холодный проливной дождь (7). Через четыре часа пути конь начал спотыкаться (8, 9). Вдруг из травы выпорхнуло семь куропаток (10, 11). Не медля ни секунды (12) я выстрелил из своего ружья (13). Конь вздрогнул (14). Подстреленных птиц я подобрал (15). На встречу с друзьями-охотниками я приехал с добычей (16)».

Оценка в условных баллах проводится по результатам воспроизведения двух текстов. Порядок изложения фрагментов не учитывается.

*Инструкция:* «Вам будет зачитан короткий рассказ, в нем ряд смысловых единиц (фрагментов содержания), все они в некоторой логической связи. Прослушайте внимательно рассказ и затем в течение трех минут запишите основное его содержание. Предложения можно сокращать, сохраняя их смысл. Переспрашивать во время работы нельзя».

**Оценка воспроизведения** (перевод в баллы количества воспроизведенных единиц текста)

Оценка, баллы	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Количество воспроизведенных смысловых единиц и чисел	32	30–31	28–30	24–27	19–23	15–18	11–14	7–11	6



## 2.5. Методика «Простые аналогии»

Методика позволяет выявить характер логических связей и отношений между понятиями. Применяется для обследования лиц в возрасте от 10 лет и старше.

*Инструкция:* «Посмотрите тестовый материал. Здесь написано два слова: сверху – „лошадь“, снизу – „жеребенок“. Какая между ними связь? Жеребенок – детеныш лошади. Справа сверху расположено одно слово „корова“, а снизу – пять слов на выбор. Из этих слов надо выбрать только одно, которое так же относится к слову „корова“, как „жеребенок“ к „лошади“, то есть чтобы оно обозначало детеныша коровы. Это будет слово „теленок“. В каждом задании нужно вначале установить, как связаны между собой слова в левой части задания, а затем установить такую же логическую связь в правой части и найти единственное правильное слово».

Бланк к методике «Простые аналогии»

1. Лошадь \_\_\_\_\_ Корова \_\_\_\_\_  
Жеребенок \_\_\_\_\_ Пастбище. Рога. Молоко. Теленок. Бык
2. Тонкий \_\_\_\_\_ Безобразный \_\_\_\_\_  
Толстый \_\_\_\_\_ Красивый. Жирный. Грязный. Уродливый. Веселый
3. Свинец \_\_\_\_\_ Пух \_\_\_\_\_  
Тяжелый \_\_\_\_\_ Трудный. Перина. Перья. Легкий. Куриный
4. Ложка \_\_\_\_\_ Вилка \_\_\_\_\_  
Каша \_\_\_\_\_ Масло. Нож. Тарелка. Мясо. Посуда
5. Яйцо \_\_\_\_\_ Картофель \_\_\_\_\_  
Скорлупа \_\_\_\_\_ Курица. Огород. Капуста. Суп. Шелуха
6. Коньки \_\_\_\_\_ Лодка \_\_\_\_\_  
Зима \_\_\_\_\_ Лед. Каток. Весло. Лето. Река
7. Ухо \_\_\_\_\_ Зубы \_\_\_\_\_  
Слышать \_\_\_\_\_ Видеть. Лечить. Рот. Щетка. Жевать
8. Собака \_\_\_\_\_ Щука \_\_\_\_\_  
Шерсть \_\_\_\_\_ Овца. Ловкость. Рыба. Удочки. Чешуя
9. Пробка \_\_\_\_\_ Камень \_\_\_\_\_  
Плавать \_\_\_\_\_ Пловец. Тонуть. Гранит. Возить. Каменщик

10. Чай \_\_\_\_\_ Суп \_\_\_\_\_  
Сахар \_\_\_\_\_ Вода. Тарелка. Крупа. Соль. Ложка
11. Дерево \_\_\_\_\_ Рука \_\_\_\_\_  
Сук \_\_\_\_\_ Топор. Перчатка. Нога. Работа. Палец
12. Дождь \_\_\_\_\_ Мороз \_\_\_\_\_  
Зонтик \_\_\_\_\_ Палка. Холод. Сани. Зима. Шуба
13. Школа \_\_\_\_\_ Больница \_\_\_\_\_  
Обучение \_\_\_\_\_ Доктор. Ученик. Учреждение. Лечение. Больной
14. Песня \_\_\_\_\_ Картина \_\_\_\_\_  
Глухой \_\_\_\_\_ Хромой. Слепой. Художник. Рисунок. Больной
15. Нож \_\_\_\_\_ Стол \_\_\_\_\_  
Сталь \_\_\_\_\_ Вилка. Дерево. Стул. Пища. Скатерть

*Интерпретация.* Обычно испытуемый усваивает порядок решения задач после 2–3 примеров. О неустойчивости, хрупкости процесса мышления, утомляемости можно судить в том случае, если испытуемый делает случайные ошибки 3–4 раза подряд, выбирая слово по конкретной ассоциации, а потом без напоминания решает правильным способом.

Подсчитывается количество правильных и ошибочных ответов, анализируется характер установленных связей между понятиями – конкретных, логических, категориальных; фиксируется последовательность и устойчивость выбора существенных признаков для установления аналогий. По типу связей можно судить об уровне развития мышления у испытуемого, преобладании наглядных или логических форм.

## 2.6. Методика «Сложные аналогии»

Методика используется для выявления того, насколько испытуемому доступно понимание сложных логических отношений и выделение абстрактных связей. Предназначается для испытуемых подросткового возраста и взрослых.

Методика состоит из 20 пар слов – логических задач, которые предлагается решить испытуемому. Его задача – определить, какой из шести типов логической связи заключен в каждой паре слов. В этом ему поможет «шифр» – таблица, в которой приводятся образцы использующихся типов связи и их буквенное обозначение: А, Б, В, Г, Д, Е.

Испытуемый должен определить отношение между словами в паре, затем найти «аналог», то есть выбрать в таблице «шифр» пару слов с такой же логической связью, а после этого отметить в ряду букв (А, Б, В, Г, Д, Е) ту, которая соответствует найденному аналогу из таблицы «шифр». Время выполнения задания ограничено тремя минутами.

*Материал:* бланк методики.

*Инструкция:* «На бланке перед вами 20 пар слов, которые находятся между собой в логической связи. Напротив каждой пары – 6 букв, которые обозначают 6 типов логической связи. Примеры всех 6 типов и соответствующие им буквы приведены в таблице „шифр“.

Вы должны, во-первых, определить отношение между словами в паре. Затем подобрать наиболее близкую к ним по аналогии (ассоциации) пару слов из таблицы „шифр“. И после этого в буквенном ряду обвести кружком ту из букв, которая соответствует найденному в таблице „шифр“ аналогу. Время выполнения задания – 3 минуты».

### Бланк к методике «Сложные аналогии»

- А. Овца – стадо
- Б. Малина – ягода
- В. Море – океан
- Г. Свет – темнота
- Д. Отравление – смерть
- Е. Враг – неприятель

1	Испуг – бегство	А	Б	В	Г	Д	Е
2	Физика – наука	А	Б	В	Г	Д	Е
3	Правильно – верно	А	Б	В	Г	Д	Е
4	Грядка – огород	А	Б	В	Г	Д	Е
5	Пара – два	А	Б	В	Г	Д	Е
6	Слово – фраза	А	Б	В	Г	Д	Е
7	Бодрый – вялый	А	Б	В	Г	Д	Е
8	Свобода – воля	А	Б	В	Г	Д	Е
9	Страна – город	А	Б	В	Г	Д	Е
10	Похвала – брань	А	Б	В	Г	Д	Е
11	Мечь – поджог	А	Б	В	Г	Д	Е
12	Десять – число	А	Б	В	Г	Д	Е
13	Плакать – реветь	А	Б	В	Г	Д	Е

14	Глава – роман	А	Б	В	Г	Д	Е
15	Покой – движение	А	Б	В	Г	Д	Е
16	Смелость – геройство	А	Б	В	Г	Д	Е
17	Прохлада – мороз	А	Б	В	Г	Д	Е
18	Обман – недоверие	А	Б	В	Г	Д	Е
19	Пение – искусство	А	Б	В	Г	Д	Е
20	Тумбочка – шкаф	А	Б	В	Г	Д	Е

Если испытуемый правильно, без особого труда решил все задания и логично объяснил все сопоставления, это дает право заключить, что ему доступно понимание абстракций и сложных логических связей.

Если испытуемый с трудом понимает инструкцию и ошибается при сопоставлении, только после тщательного анализа ошибок и рассуждений можно сделать вывод о соскальзывании умозаключений, о растекаемости мышления, о произвольности, нелогичности рассуждений, о диффузности, расплывчатости мысли на фоне понимания логических связей, о ложном понимании аналогии логических связей.

Наибольшее информативное значение имеют рассуждения испытуемого. Обычно наибольшую трудность вызывает соотношение понятий «прохлада–мороз» и некоторые другие.

#### Ключ

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Д	Б	Е	А	Е	А	Г	Е	В	Г	Д	Б	Е	А	Г	Е	В	Д	Б	В

Оценка

Оценка, баллы	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Число верных ответов	19	18	17	15	12–14	10–11	8–9	7	6

## 2.7. Методика «Выделение существенных признаков»

Методика используется для исследования особенностей мышления, способности дифференциации существенных признаков предметов или явлений от несущественных, второстепенных. По характеру выделяемых признаков можно судить о преобладании того или иного стиля мышления: конкретного или абстрактного.

*Материал:* бланк методики с напечатанными на нем рядами слов. Каждый ряд состоит из пяти слов в скобках и одного перед скобками.

Тест пригоден для обследования детей и взрослых.

Слова в задачах подобраны таким образом, что обследуемый должен продемонстрировать свою способность уловить абстрактное значение тех или иных понятий и отказаться от более легкого, бросающегося в глаза, но неверного способа решения при котором вместо существенных выделяются частные, конкретно – ситуационные признаки.

*Инструкция для детей:* «Даны ряды слов, которые составляют задания. В каждой строчке перед скобками стоит одно слово, а в скобках пять слов на выбор. Тебе надо из пяти слов выбрать только два, которые находятся в наибольшей связи со словом перед скобками. Например, слово перед скобками „сад“, а в скобках слова: „растения, садовник, собака, забор, земля“. Сад может существовать без собаки, забора и даже без садовника, но без земли и растений сада быть не может. Значит, следует выбрать именно эти два слова – „земля“ и „растения“.

*Инструкция для взрослых:* «В каждой строчке бланка вы найдете одно слово, стоящее перед скобками, и далее пять слов в скобках. Все слова, находящиеся в скобках, имеют какое-то отношение к стоящему перед скобками. Выберите только два, которые находятся в наибольшей связи со словом перед скобками».

### Стимульный материал

1. Сад (растения, садовник, собака, забор, земля)
2. Река (берег, рыба, рыболов, тина, вода)
3. Город (автомобиль, здания, толпа, улица, велосипед)
4. Сарай (сеновал, лошадь, крыша, скот, стены)
5. Куб (углы, чертеж, сторона, камень, дерево)
6. Деление (класс, делимое, карандаш, делитель, бумага)
7. Кольцо (диаметр, алмаз, проба, округлость, золото)
8. Чтение (глаза, книга, текст, очки, слово)
9. Газета (правда, происшествие, кроссворд, бумага, редактор)
10. Игра (карты, игроки, фишки, наказания, правила)
11. Война (самолет, пушки, сражения, ружья, солдаты)
12. Книга (рисунки, рассказ, бумага, оглавление, текст)
13. Пение (звон, искусство, голос, аплодисменты, мелодия)
14. Землетрясение (пожар, смерть, колебания почвы, шум, наводнение)
15. Библиотека (столы, книги, читальный зал, гардероб, читатели)
16. Лес (почва, грибы, охотник, дерево, волк)
17. Спорт (медаль, оркестр, состязания, победа, стадион)
18. Больница (помещение, уколы, врач, градусник, больные)
19. Любовь (розы, чувства, человек, свидание, свадьба)
20. Патриотизм (город, друзья, родина, семья, человек)

## Ответы

1	Растения, земля	11	Сражение, солдаты
2	Берег, вода	12	Бумага, текст
3	Здания, улица	13	Голос, мелодия
4	Крыша, стены	14	Колебания почвы, шум
5	Углы, сторона	15	Книги, читатели
6	Делимое, делитель	16	Почва, дерево
7	Диаметр, округлость	17	Состязания, победа
8	Глаз, текст	18	Врач, больные
9	Бумага, редактор	19	Чувства, человек
10	Игроки, правила	20	Родина, человек

## 2.8. Методика «Исключение лишнего»

Методика имеет два варианта. Первый вариант – исследование на предметном, второй – на вербальном материале. Методика позволяет исследовать способности к обобщению и абстрагированию, умение выделять существенные признаки.

*Инструкция и ход выполнения.* Испытуемому предъявляют бланк и говорят: «Здесь в каждой строке написано пять слов, из которых четыре можно объединить в одну группу и дать ей название, а одно слово к этой группе не относится. Его нужно найти и исключить (вычеркнуть)».

### Стимульный материал для словесного варианта

1. Стол, стул, кровать, пол, шкаф
  2. Молоко, сливки, сало, сметана, сыр
  3. Ботинки, сапоги, шнурки, валенки, тапочки
  4. Молоток, клещи, пила, гвоздь, топор
  5. Сладкий, горячий, кислый, горький, соленый
  6. Береза, сосна, дерево, дуб, ель
  7. Самолет, телега, человек, корабль, велосипед
  8. Василий, Федор, Семен, Иванов, Петр
  9. Сантиметр, метр, килограмм, километр, миллиметр
  10. Токарь, учитель, врач, книга, космонавт
  11. Глубокий, высокий, светлый, низкий, мелкий
  12. Дом, мечта, машина, корова, дерево
  13. Скоро, быстро, постепенно, торопливо, поспешно
  14. Неудача, волнение, поражение, провал, крах
  15. Ненавидеть, презирать, негодовать, возмущаться, понимать
  16. Успех, неудача, удача, выигрыш, спокойствие
  17. Смелый, храбрый, решительный, злой, отважный
  18. Футбол, волейбол, хоккей, плавание, баскетбол
  19. Грабеж, кража, землетрясение, поджог, нападение
  20. Карандаш, ручка, рейсфедер, фломастер, чернила
- Оценка уровня развития операции обобщения проводится по табл. 6.

*Таблица 6*

### Шкала для оценки уровня развития обобщения



Число баллов		Характеристика решения задач
5 —	— 5	Испытуемый правильно и самостоятельно называет родовое понятие для обозначения: 1) объединяемых в одну группу предметов (слов); 2) «лишнего» предмета (слова)
4 —	— 4	Сначала родовое понятие называет неправильно, потом сам исправляет ошибку: 1) для обозначения предметов (слов), объединенных в одну группу; 2) для обозначения «лишнего» предмета (слова)
2,5 —	— 2,5	Самостоятельно дает описательную характеристику родового понятия для обозначения: 1) объединяемых в одну группу предметов (слов); 2) «лишнего» предмета (слова)
1 —	— 1	То же, но с помощью исследователя для обозначения: 1) предметов (слов), объединенных в одну группу; 2) «лишнего» предмета (слова)
0 —	— 0	Не может определить родовое понятие и не умеет использовать помощь для обозначения: 1) предметов (слов), объединенных в одну группу; 2) «лишнего» предмета (слова)

Если испытуемый справляется с первыми тремя–четырьмя заданиями и ошибается по мере их усложнения, или он верно решает задание, но не может объяснить свое решение, подобрать название группе предметов, то можно сделать вывод о его интеллектуальной недостаточности.

Если испытуемый объясняет причину объединения предметов в одну группу не по их родовым или категориальным признакам, а по ситуационным критериям (то есть придумывает ситуацию, в которой както участвуют все предметы), то это показатель конкретного мышления, неумения строить обобщения по существенным признакам.

## 2.9. Методика «Понимание переносного смысла пословиц и метафор»

Методика выявляет способность понимать значение выражений, способность к рассуждению. Обследуемого просят объяснить отвлеченный, переносный смысл часто употребляемых метафор («золотая голова», «золотые руки», «каменное сердце», «заячья душа») и пословиц («Яблоко от яблони недалеко падает», «Слово не воробей – вылетит, не поймаешь»). Буквальное истолкование пословицы или метафоры свидетельствует о недостаточности процесса обобщения, что характерно для лиц с низким общим развитием. Можно предложить обследуемому выбрать фразы, соответствующие по смыслу пословице.

*Ход выполнения и интерпретация.* Испытуемому называют несколько метафор и пословиц и просят объяснить их отвлеченный, переносный смысл.

Буквальное истолкование фразы либо объяснение при помощи репродукции примеров из собственного опыта свидетельствует о низком уровне общения. Результаты можно оценить с помощью табл. 7.

Таблица 7

### Оценка результатов

Оценка, баллы	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Количество правильных ответов	20	19	18	15–17	13–15	10–12	7–9	5–6	4

Можно использовать данный тест в другом варианте, предложив испытуемому сравнить между собой фразы и найти среди них сходные или противоположные по смыслу. Это позволит продиагностировать уровень сформированности ассоциативных процессов и гибкости мышления.

Методику можно применять как при исследовании подростков, так и взрослых.

### Варианты предъявляемых пословиц

1. Куй железо, пока горячо. 2. Не в свои сани не садись. 3. Нет дыма без огня. 4. Не все то золото, что блестит. 5. Лес рубят – щепки летят. 6. Шила в мешке не утаишь. 7. В тихом омуте черти водятся. 8. Любишь кататься – люби и саночки возить. 9. Что посеешь, то и пожнешь. 10. Не все коту масленица. 11. Цыплят по осени считают. 12. Нечего на зеркало пенять, коли рожа крива. 13. Не красна изба углами, а красна пирогами. 14. Тише едешь – дальше будешь. 15. Взятся за гуж – не говори, что не дюж. 16. Семь раз отмерь – один раз отрежь. 17. По одежке встречают, по уму провожают. 18. Не по Сеньке шапка. 19. Как аукнется, так и откликнется. 20. Мал золотник, да дорог. 21. Горбатого могила исправит. 22. Один в поле не воин. 23. Кривить душой. 24. Кот заплакал. 25. Глас вопиющего в пустыне. 26. Кишка тонка. 27. Два сапога – пара. 28. Вбить себе в голову. 29. Голова садовая. 30. Язык мой – враг мой. 31. Заставь дурака богу молиться – лоб разобьет. 32. Молодец среди овец. 33. Мурашки по коже. 34. Один с сошкой, семеро с ложкой. 35. Как обухом по голове. 36. Комар носа не подточит. 37. Пятое колесо в телеге. 38. Дальше в лес – больше дров. 39. Как

гром среди ясного неба. 40. Денег куры не клюют. 41. Душа ушла в пятки. 42. Бросить тень на плетень. 43. Толочь воду в ступе. 44. Пустить козла в огород. 45. Мало каши ел. 46. Буря в чайном блюдце. 47. Овчинка выделки не стоит. 48. Рад бы в рай, да грехи не пускают. 49. Запретный плод сладок. 50. Хоть кол на голове теши. 51. Волков бояться – в лес не ходить. 52. Отдал Богу душу. 53. Одного поля ягоды.

## 2.10. Методика «Числовые ряды»

Цель данной методики – исследование логического аспекта математического мышления.

Испытуемому дают лист бумаги с напечатанными на нем примерами. *Инструкция (детский вариант)*: «Внимательно прочитай каждый ряд чисел, на два свободных места напиши такие два числа, которые продолжат данный числовой ряд».

Примеры числовых рядов

1)	2	4	6	8	10	12	(14)	(16)
2)	10	9	8	7	6	5	(4)	(3)
3)	3	3	4	4	5	5	(6)	(6)
4)	1	7	2	7	3	7	(4)	(7)

Бланк к методике «Числовые ряды»

1)	3	4	5	6	7	8		
2)	5	10	15	20	25	30		
3)	8	7	6	5	4	3		
4)	9	9	7	7	5	5		
5)	3	6	9	12	15	18		
6)	8	2	6	2	4	2		
7)	5	9	12	13	16	17		
8)	27	27	23	23	19	19		
9)	8	9	12	13	16	17		
10)	1	2	3	4	5	6		
11)	22	19	17	14	12	9		
12)	4	5	7	10	14	19		
13)	12	14	13	15	14	16		
14)	24	23	21	20	18	17		
15)	16	8	4	2	1	1/2		
16)	18	14	17	13	16	12		
17)	12	13	11	14	10	15		
18)	2	5	10	17	26	37		
19)	21	18	16	15	12	10		
20)	3	6	8	16	18	36		

Ключ к обработке

1)	9	10
2)	35	40
3)	2	1
4)	3	3
5)	21	24
6)	2	2
7)	29	33
8)	15	15
9)	20	21
10)	64	128

11)	7	4
12)	25	32
13)	15	17
14)	15	14
15)	1/4	1/8
16)	15	11
17)	9	16
18)	50	65
19)	9	6
20)	38	76

*Инструкция (взрослый вариант):* «Вам предъявлены 7 числовых рядов. Вы должны найти закономерности построения каждого ряда и вписать недостающие числа. Время выполнения работы – 5 минут».

1)	24	21	19	18	15	13	–	–	7	
2)	1	4	9	16	–	–	49	64	81	100
3)	16	17	15	18	14	19	–	–		
4)	1	3	6	8	16	18	–	–	76	78
5)	7	16	9	5	21	16	9	–	4	
6)	2	4	8	10	20	22	–	–	92	94
7)	24	22	19	15	–	–				

Ключ к обработке

1)	12	9
2)	25	36
3)	13	20
4)	36	38
5)	13	
6)	44	46
7)	10	4

*Интерпретация.* Если испытуемый затрудняется при решении подобных задач, это может означать, что он плохо анализирует цифровой материал, не видит в нем скрытых закономерностей, поэтому не может ими воспользоваться, следовательно его логическое мышление в математике развито слабо.

## Глава 3 МЕТОДЫ ДИАГНОСТИКИ НЕГАТИВНЫХ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ

### 3.1. Шкала астенического состояния

Астеническое состояние или сниженная психическая активация – это такое состояние, которое характеризуется общей и, прежде всего, психической слабостью, повышенной истощаемостью, раздражительностью, снижением продуктивности психических процессов, расстройством сна, физической слабостью и другими вегетативно-соматическими нарушениями.

Шкала астенического состояния (ШАС), созданная Л. Д. Малковой, адаптирована Т. Г. Чертовой на базе данных клинико-психологических наблюдений и известного опросника ММРІ. Шкала состоит из 30 пунктов – утверждений, отражающих характеристики астенического состояния.

*Инструкция:* «Внимательно прочитайте каждое предложение и, оценив его применительно к вашему состоянию в данный момент, поставьте знак плюс в одну из четырех граф в правой части бланка».

Шкала астенического состояния (ШАС)

№	Содержание признака	Нет, неверно	Пожалуй, так	Верно	Совершенно верно
1	Я работаю с большим напряжением				
2	Мне трудно сосредоточиться на чем-либо				
3	Моя половая жизнь не удовлетворяет меня				
4	Ожидание нервирует меня				
5	Я испытываю мышечную слабость				
6	Мне не хочется ходить в кино или театр				
7	Я забывчив				
8	Я чувствую себя усталым				
9	Мои глаза устают при длительном чтении				
10	Мои руки дрожат				
11	У меня плохой аппетит				

№	Содержание признака	Нет, неверно	Пожалуй, так	Верно	Совершенно верно
12	Мне трудно быть на вечеринке или в шумной компании				
13	Я уже не так хорошо понимаю прочитанное				
14	Мои руки и ноги холодные				
15	Меня легко задеть				
16	У меня болит голова				
17	Я просыпаюсь утром усталым и неотдохнувшим				
18	У меня бывают головокружения				
19	У меня бывают подергивания мышц				
20	У меня шумит в ушах				
21	Меня беспокоят половые вопросы				
22	Я испытываю тяжесть в голове				
23	Я испытываю общую слабость				
24	Я испытываю боли в темени				
25	Жизнь для меня связана с напряжением				
26	Моя голова как бы стянута обручем				
27	Я легко просыпаюсь от шума				
28	Меня утомляют люди				
29	Когда я волнуюсь, то покрываюсь потом				
30	Мне не дают заснуть беспокойные мысли				

*Обработка данных.* Суммируются баллы, при этом за знак (+), стоящий в графе «Нет, неверно», начисляется 1 балл, в графе «Пожалуй, так» – 2 балла, в графе «Верно» – 3 балла и в графе «Совершенно верно» – 4 балла. Весь диапазон шкалы включает от 30 до 120 баллов. Средняя величина индекса астении равна  $37 \pm 6$  баллов.

30–50 баллов – «отсутствие астении»;

51–75 баллов – «слабая астения»;

76–100 баллов – «умеренная астения»;

101–120 баллов – «выраженная астения».

Астеническое состояние диагностируется чаще всего у пациентов после длительно протекающих хронических заболеваний. Пациентам с выраженной астенией необходимо в период реабилитации проводить индивидуальную и групповую психотерапию.



## 3.2. Шкала самооценки уровня тревожности

Методика является надежным и информативным способом самооценки уровня тревожности в данный момент (реактивной тревожности как состояния) и личностной тревожности (как устойчивой характеристики человека). Методика разработана Ч. Д. Спилбергером (США) и адаптирована в нашей стране Ю. Л. Ханиным.

Личностная тревожность характеризует устойчивую склонность воспринимать достаточно широкий круг событий как угрожающие и реагировать на такие ситуации состоянием тревоги. Реактивная тревожность характеризуется напряжением, беспокойством, нервозностью в данный момент. Очень высокая реактивная тревожность вызывает нарушения внимания, а иногда и тонкой координации. Очень высокая личностная тревожность может стать причиной невротического конфликта с эмоциональными и невротическими срывами и психосоматическими заболеваниями.

Шкала самооценки состоит из двух частей, отдельно оценивающих реактивную (РТ, высказывания № 1–20) и личностную (ЛТ, высказывания № 21–40) тревожность.

Шкала измерений тревожности как свойства личности включает 20 утверждений от первого лица, к которым обследуемый должен определить свое отношение, выбрав один из предлагаемых четырех вариантов. Методика выполняется на специальных бланках. Время работы 5 минут.

### Опросник тревожности Спилбергера–Ханина

ФИО \_\_\_\_\_  
Возраст \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_

#### Оценка реактивной тревожности (РТ)

*Инструкция:* «Прочитайте внимательно каждое из приведенных ниже предложений и зачеркните цифру в соответствующей графе в зависимости от того, КАК ВЫ ЧУВСТВУЕТЕ СЕБЯ В ДАННЫЙ МОМЕНТ. Над вопросами долго не задумывайтесь, поскольку правильных и неправильных ответов нет».

№	Суждение	Нет (неверно)	Скорее нет	Скорее да	Да (верно)
1	Я спокоен	1	2	3	4
2	Мне ничто не угрожает	1	2	3	4
3	Я нахожусь в напряжении	1	2	3	4
4	Я внутренне скован	1	2	3	4
5	Я внутренне спокоен	1	2	3	4

№	Суждение	Нет (неверно)	Скорее нет	Скорее да	Да (верно)
6	Я расстроен	1	2	3	4
7	Меня волнуют возможные неудачи	1	2	3	4
8	Я ощущаю душевный покой	1	2	3	4
9	Я встревожен	1	2	3	4
10	Я испытываю чувство удовлетворения	1	2	3	4
11	Я уверен в себе	1	2	3	4
12	Я нервничаю	1	2	3	4
13	Я не нахожу себе места	1	2	3	4
14	Я взвинчен	1	2	3	4
15	Я не чувствую скованности, напряжения	1	2	3	4
16	Я доволен	1	2	3	4
17	Я озабочен	1	2	3	4
18	Я слишком возбужден и мне не по себе	1	2	3	4
19	Мне радостно	1	2	3	4
20	Мне приятно	1	2	3	4

### Оценка личностной тревожности (ЛТ)

*Инструкция:* «Прочитайте внимательно каждое из приведенных ниже предложений и зачеркните цифру в соответствующей графе в зависимости от того, КАК ВЫ ЧУВСТВУЕТЕ СЕБЯ ОБЫЧНО. Над вопросами долго не задумывайтесь, поскольку правильных и неправильных ответов нет».

№	Суждение	Никогда	Иногда	Часто	Почти всегда
21	У меня бывает приподнятое настроение	1	2	3	4
22	Я бываю раздражителен	1	2	3	4
23	Я легко расстраиваюсь	1	2	3	4
24	Я хотел бы быть таким же удачливым, как и другие	1	2	3	4
25	Я сильно переживаю неприятности и долго не могу о них забыть	1	2	3	4
26	Я чувствую прилив сил и желание работать	1	2	3	4
27	Я спокоен, хладнокровен и собран	1	2	3	4
28	Меня тревожат возможные трудности	1	2	3	4
29	Я слишком переживаю из-за пустяков	1	2	3	4
30	Я бываю вполне счастлив	1	2	3	4
31	Я все принимаю близко к сердцу	1	2	3	4
32	Мне не хватает уверенности в себе	1	2	3	4
33	Я чувствую себя беззащитным	1	2	3	4

№	Суждение	Никогда	Иногда	Часто	Почти всегда
34	Я стараюсь избегать критических ситуаций и трудностей	1	2	3	4
35	У меня бывает хандра	1	2	3	4
36	Я бываю доволен	1	2	3	4
37	Всякие пустяки отвлекают и волнуют меня	1	2	3	4
38	Бывает, что я чувствую себя неудачником	1	2	3	4
39	Я уравновешенный человек	1	2	3	4
40	Меня охватывает беспокойство, когда я думаю о своих делах и заботах	1	2	3	4

Показатели РТ и ЛТ подсчитываются по формулам:

$$РТ = РТ_1 - РТ_2 + 50,$$

где РТ<sub>1</sub> – сумма баллов (зачеркнутых цифр на бланке) по пунктам 3, 4, 6, 7, 9, 12, 13, 14, 17, 18;

РТ<sub>2</sub> – сумма баллов по пунктам 1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19, 20.

$$ЛТ = ЛТ_1 - ЛТ_2 + 35,$$

где ЛТ<sub>1</sub> – сумма баллов по пунктам шкалы 22, 23, 24, 25, 28, 29, 31, 32, 34, 35, 37, 38, 40;

ЛТ<sub>2</sub> – сумма баллов по пунктам 21, 26, 27, 30, 33, 36, 39.

При интерпретации показателей можно использовать следующие ориентировочные оценки:

- менее 30 – низкая тревожность;
- 31 – 45 – умеренная тревожность;
- 46 и более – высокая тревожность.

Значительные отклонения от уровня умеренной тревожности требуют особого внимания. Высокая тревожность предполагает склонность к появлению состояния тревоги в экстремальных ситуациях.

Низкая тревожность, наоборот, требует повышения внимания к мотивам деятельности и повышения чувства ответственности. Но иногда очень низкая тревожность в показателях теста является результатом активного вытеснения личностью высокой тревоги с целью показать себя в «лучшем свете».

### 3.3 Шкала депрессии

Данный опросник разработан Зунгом для дифференциальной диагностики симптомов депрессивных состояний и состояний, близких к депрессии, для скрининг-диагностики при массовых исследованиях и в целях предварительной, доврачебной диагностики. Депрессивные состояния проявляют себя такими симптомами, как: пессимизм, чувство вины, самообвинение, плаксивость, раздражительность, нерешительность, бессонница, утомляемость, потеря аппетита и т. д.

Тест адаптирован в отделении наркологии НИИ им. Бехтерева Т. И. Балашовой.

Полное тестирование с обработкой занимает 20–30 минут. Испытуемый отмечает ответы на бланке.

Шкала депрессии Зунга

Фамилия \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_

*Инструкция:* «Прочитайте внимательно каждое из приведенных ниже предложений и зачеркните соответствующую цифру справа в зависимости от того, как вы себя чувствуете в последнее время. Над вопросами долго не задумывайтесь, поскольку правильных или неправильных ответов нет».

№	Суждение	Никогда (изредка)	Иногда	Часто	Почти всегда
1	Я чувствую подавленность	1	2	3	4
2	Утром я чувствую себя лучше всего	1	2	3	4
3	У меня бывают периоды плача или близости к слезам	1	2	3	4
4	У меня плохой ночной сон	1	2	3	4
5	Аппетит у меня не хуже обычного	1	2	3	4
6	Мне приятно смотреть на привлека- тельных женщин (мужчин), разгова- ривать с ними, находиться рядом	1	2	3	4
7	Я замечаю, что теряю вес	1	2	3	4
8	Меня беспокоят запоры	1	2	3	4
9	Сердце бьется быстрее, чем обычно	1	2	3	4
10	Я устаю безо всяких причин	1	2	3	4
11	Я мыслю так же ясно, как всегда	1	2	3	4
12	Мне легко делать то, что я умею	1	2	3	4
13	Чувствую беспокойство и не могу усидеть на месте	1	2	3	4
14	У меня есть надежда на будущее	1	2	3	4
15	Я более раздражителен, чем обычно	1	2	3	4
16	Мне легко принимать решения	1	2	3	4
17	Я чувствую, что полезен и необходим	1	2	3	4
18	Я живу достаточно полной жизнью	1	2	3	4
19	Я чувствую, что другим людям станет лучше, если я умру	1	2	3	4
20	Меня до сих пор радует то, что радовало всегда	1	2	3	4

Уровень депрессии (УД) рассчитывается по формуле:

$$\text{УД} = \sum \text{пр.} + \sum \text{обр.},$$

где:

$\Sigma$ пр. – сумма зачеркнутых цифр к «прямым» высказываниям № 1, 3, 4, 7, 8, 9, 10, 13, 15, 19;

$\Sigma$ обр. – сумма зачеркнутых цифр к «обратным» высказываниям № 2, 5, 6, 11, 12, 14, 16, 17, 18, 20.

Например: у высказывания № 2 («обратное высказывание») зачеркнута цифра 1, мы ставим в сумму 4 балла; у высказывания № 5 зачеркнут ответ 2, мы ставим в сумму 3 балла; у высказывания № 6 зачеркнут ответ 3 – ставим в сумму 2 балла; у высказывания № 11 зачеркнут ответ 4 – ставим в сумму один балл и т. д.

В результате получаем УД (уровень депрессии), который колеблется от 20 до 80 баллов:  
– до 50 баллов – состояние без депрессии;

- 51–59 – легкая депрессия ситуативного или невротического генеза;
  - 60–69 – субдепрессивное состояние или маскированная депрессия.
- Истинное депрессивное состояние диагностируется при УД более чем 70 баллов.

### 3.4. Методика диагностики состояния агрессии

Агрессивность имеет качественные и количественные характеристики. Как и всякое свойство, она имеет различную степень выраженности: от почти полного отсутствия до ее предельного развития. Каждая личность должна обладать определенной степенью агрессивности. Ее отсутствие приводит к пассивности, ведомости, конформности и т. д. Чрезмерное развитие агрессивности начинает определять весь облик личности, которая может стать конфликтной, неспособной на сознательную кооперацию и т. д. Сама по себе агрессивность не делает субъекта опасным, так как, с одной стороны, существующая связь между агрессивностью и агрессией не является жесткой, а с другой, сам акт агрессии может не принимать сознательно опасные и неодобряемые формы. В житейском сознании агрессивность является синонимом «злонамеренной активности». Однако само по себе деструктивное поведение «злонамеренностью» не обладает, таковой его делает мотив деятельности, те ценности, ради достижения и обладания которыми активность разворачивается. Внешние практические действия могут быть сходны, но их мотивационные компоненты прямо противоположны.

Исходя из этого, можно разделить агрессивные проявления на два основных типа: первый – мотивационная агрессия как самооценочность, второй – инструментальная как средство (подразумевая при этом, что и та, и другая могут проявляться как под контролем сознания, так и вне него, и сопряжены эмоциональными переживаниями: гневом, враждебностью). Практических психологов в большей степени должна интересовать мотивационная агрессия как прямое проявление реализации присущих личности деструктивных тенденций. Определив уровень таких деструктивных тенденций, можно с большой степенью вероятности прогнозировать возможность проявления открытой мотивационной агрессии. Одной из подобных диагностических методик является опросник Басса–Дарки.

А. Басс, воспринявший ряд положений своих предшественников, разделил понятия агрессии и враждебности и определил последнюю как «реакцию, развивающую негативные чувства и негативные оценки людей и событий». Создавая свой опросник, дифференцирующий проявления агрессии и враждебности, А. Басс и А. Дарки выделили следующие виды реакций:

- физическая агрессия – использование физической силы против другого лица;
- косвенная – агрессия, окольным путем направленная на другое лицо или ни на кого не направленная;
- раздражение – готовность к проявлению негативных чувств при малейшем возбуждении (вспыльчивость, грубость);
- негативизм – оппозиционная манера в поведении от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся обычаев и законов;
- обида – зависть и ненависть к окружающим за действительные и вымышленные действия;
- подозрительность – в диапазоне от недоверия и осторожности по отношению к людям до убеждения в том, что другие люди планируют и приносят вред;
- вербальная агрессия – выражение негативных чувств как через форму (крик, визг), так и через содержание словесных ответов (проклятия, угрозы);
- чувство вины – выражение возможного убеждения субъекта в том, что он является плохим человеком, что поступает зло, а также ощущаемых им угрызений совести.

Опросник состоит из 75 утверждений, на которые испытуемый отвечает «да» или «нет» (Приложение 6).

Ответы оцениваются по восьми шкалам следующим образом:

1. Физическая агрессия:

для утверждений 1, 25, 31, 41, 48, 55, 62, 68: «да» = 1, «нет» = 0;

для утверждений 9, 7: «нет» = 1, «да» = 0.

2. Косвенная агрессия:

для утверждений 2, 10, 18, 34, 42, 56, 63: «да» = 1, «нет» = 0;

для утверждений: 26, 49: «нет» = 1, «да» = 0.

3. Раздражение:

для утверждений 3, 19, 27, 43, 50, 57, 64, 72: «да» = 1, «нет» = 0;

для утверждений 11, 35, 69: «нет» = 1, «да» = 0.

4. Негативизм:

для утверждений 4, 12, 20, 28: «да» = 1, «нет» = 0;

для утверждения 36: «нет» = 1, «да» = 0.

5. Обида:

для утверждений 5, 13, 21, 29, 37, 44, 51, 58: «да» = 1, «нет» = 0.

6. Подозрительность:

для утверждений 6, 14, 22, 30, 38, 45, 52, 59: «да» = 1, «нет» = 0;

для утверждений 33, 66, 74, 75: «нет» = 1, «да» = 0.

7. Вербальная агрессия:

для утверждений 7, 15, 23, 31, 46, 53, 60, 71, 73: «да» = 1, «нет» = 0;

для утверждений 33, 66, 74, 75: «нет» = 1, «да» = 0.

8. Чувство вины:

для утверждений 8, 16, 24, 32, 40, 47, 54, 61, 67: «да» = 1, «нет» = 0.

Индекс враждебности включает в себя 5-ю и 6-ю шкалы, а индекс агрессивности (прямой и мотивационной) включает в себя шкалы 1, 3, 7.

Нормой агрессивности является величина ее индекса, равная  $21 \pm 4$ , а враждебности –  $6,5 \pm 3$ . При этом обращается внимание на возможность достижения определенной величины, показывающей степень проявления агрессивности.

Пользуясь данной методикой, необходимо помнить, что агрессивность как свойство личности и агрессия как акт поведения могут быть поняты в контексте психологического анализа мотивационнопотребностной сферы личности. Поэтому опросником Басса–Дарки следует пользоваться в совокупности с другими методиками: личностными тестами психических состояний (Кеттела, Спилбергера), проективными методиками (Люшера) и т. д.



### 3.5. Методика диагностики агрессии

Данная методика разработана Ч. Спилбергером в 1995 году. Русскоязычный вариант был адаптирован и апробирован Н. Kassinov, Ch. Eckhardt, Д. Суходольским и С. Цыцаревым. Методика предназначена для диагностики различных аспектов агрессивного поведения.

Опросник включает 44 суждения, которые обследуемый должен оценить по 4-балльной шкале в зависимости от того, насколько они ему подходят:

- 1 – совершенно нет;
- 2 – немного;
- 3 – умеренно;
- 4 – очень.

Опросник включает следующие шкалы:

- 1. Агрессия как актуальное состояние.
- 2. Агрессия как черта (личностная особенность):
  - 2.1. Агрессия как особенность темперамента;
  - 2.2. Агрессия как особенность характера.
- 3. Агрессия внешняя (гетероагрессия).
- 4. Агрессия внутренняя (аутоагрессия).
- 5. Контроль агрессии.

#### Опросник Спилбергера для оценки агрессии (STAXI)

*Инструкция:* «Эта шкала поделена на три части. В каждой части содержатся утверждения, описывающие чувства и поступки людей. Пожалуйста, обратите внимание, что каждая часть имеет отдельную инструкцию. Здесь нет правильных и неправильных ответов. Давайте тот ответ, который наиболее точно вас характеризует».

*Шкала для ответов:*

- 1 – совершенно нет;
- 2 – немного;
- 3 – умеренно;
- 4 – очень.

1. *Как я себя чувствую сейчас?*

Отметьте тот вариант ответа, который соответствует тому, как вы себя чувствуете СЕЙЧАС. Не тратьте слишком много времени на обдумывание и помните, что здесь нет хороших или плохих ответов.

1	Я разъярен	1	2	3	4
2	Я чувствую себя раздраженным	1	2	3	4
3	Я зол	1	2	3	4
4	Я чувствую, что мне хочется кричать на кого-нибудь	1	2	3	4
5	Я чувствую, что мне хочется разбить что-нибудь вдребезги	1	2	3	4

6	Я взбешен	1	2	3	4
7	Я чувствую, как мне хочется стукнуть по столу кулаком	1	2	3	4
8	Я чувствую, что мне хочется кого-нибудь ударить	1	2	3	4
9	Я готов взорваться	1	2	3	4
10	Я чувствую, что мне хочется ругаться	1	2	3	4

### 2. Как я себя чувствую обычно?

Отметьте тот вариант ответа, который соответствует тому, как вы себя ОБЫЧНО чувствуете. Не тратьте слишком много времени на обдумывание и помните, что здесь нет правильных и неправильных ответов.

11	Я легко завожусь	1	2	3	4
12	Я человек огненного темперамента	1	2	3	4
13	Я вспыльчивый человек	1	2	3	4
14	Меня злит, когда мне приходится действовать медленнее из-за чужих ошибок	1	2	3	4
15	Меня раздражает, если моя хорошая работа остается незамеченной	1	2	3	4
16	Я взрывной человек	1	2	3	4
17	Когда я взбешен, я говорю очень неприятные вещи	1	2	3	4
18	Я впадаю в ярость, когда меня критикуют в чьем-то присутствии	1	2	3	4
19	Когда я сильно недоволен чем-то и никак не могу сделать, что хочу, мне хочется кого-нибудь ударить	1	2	3	4
20	Меня приводит в ярость, если я делаю хорошую работу, а ее плохо оценивают	1	2	3	4

### 3. Когда я зол или разъярен?

Каждый из нас бывает в ярости и чувствует гнев в какие-то моменты. Но люди различаются тем, как они себя ведут, когда злятся. Ниже приведены утверждения, описывающие поведение людей в состоянии гнева или ярости. Прочитайте, пожалуйста, каждое утверждение. Выберите вариант ответа (от 1 до 4), соответствующий тому, насколько часто вы в ОБЩЕМ реагируете или поступаете. Не тратьте слишком много времени на обдумывание и помните, что здесь нет хороших или плохих ответов.

21	Я контролирую свой гнев	1	2	3	4
22	Я проявляю свою злость	1	2	3	4
23	Во мне накапливается возбуждение, не находя разрядки	1	2	3	4
24	Я терпелив с окружающими	1	2	3	4
25	Я угрюмый и хмурый	1	2	3	4
26	Я отдаляюсь от людей	1	2	3	4
27	Я делаю едкие замечания окружающим	1	2	3	4
28	Я не даю выход гневу	1	2	3	4
29	Я могу хлопнуть дверью	1	2	3	4
30	Моя злость не находит выхода, и я надолго остаюсь раздраженным	1	2	3	4
31	Я контролирую свое поведение	1	2	3	4
32	Я ругаюсь с окружающими	1	2	3	4
33	Я склонен копить обиды, о которых никому не говорю	1	2	3	4
34	Если меня кто-то или что-то взбесит, я этого просто так не спускаю	1	2	3	4
35	Я могу удержать себя от потери самообладания	1	2	3	4
36	Я затаиваю обиду	1	2	3	4
37	Я гораздо более злой, чем это обычно признаю	1	2	3	4
38	Я все сдерживаю внутри	1	2	3	4
39	Я говорю гадкие вещи	1	2	3	4
40	Ничто не заставит меня показать свою злость	1	2	3	4
41	Я раздражаюсь гораздо в большей степени, чем окружающие это замечают	1	2	3	4
42	Я теряю самообладание	1	2	3	4
43	Если кто-то меня раздражает, я готов высказать ему или ей, что я чувствую	1	2	3	4
44	Я контролирую свое чувство гнева	1	2	3	4

Исследование может проводиться как индивидуально, так и в группе. Руководитель обследования предлагает ответить на вопросы и напоминает, что на каждый вопрос возможны четыре варианта ответа.

Ключ к опроснику STAXI

Шкала	Номера суждений
Агрессия как актуальное состояние	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10
Агрессия как черта (личностная особенность)	11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20
Агрессия как особенность темперамента	11, 12, 13, 16
Агрессия как особенность характера	14, 15, 18, 20
Агрессия внешняя (гетероагрессия)	23, 25, 26, 30, 33, 36, 37, 41
Агрессия внутренняя (аутоагрессия)	22, 27, 29, 32, 34, 39, 42, 43
Контроль агрессии	21, 24, 28, 31, 35, 38, 40, 44

Полученные данные можно сравнить со среднестатистическими данными по шкалам, представленным в табл. 8.

*Таблица 8*

**Среднестатистические данные по шкалам**

Агрессия как актуальное состояние	10,84 ± 2,27
Агрессия как черта (личностная особенность)	18,52 ± 3,75
Агрессия как особенность темперамента	7,67 ± 2,58
Агрессия как особенность характера	9,02 ± 2,91
Агрессия внешняя (гетероагрессия)	15,18 ± 4,24
Агрессия внутренняя (аутоагрессия)	15,75 ± 3,71
Контроль агрессии	21,9 ± 4,93

## Глава 4. МЕТОДЫ ДИАГНОСТИКИ ПРИЗНАКОВ НЕРВНО-ПСИХИЧЕСКОЙ НЕУСТОЙЧИВОСТИ И СОЦИАЛЬНОЙ ДЕЗАДАПТАЦИИ

### 4.1. Экспресс-анкета «Прогноз»

Анкета «Прогноз» разработана в Военно-медицинской академии (Баранов Ю. А., 1988). Методика предназначена для первоначального ориентировочного выявления лиц с признаками нервно-психической неустойчивости и позволяет выявить отдельные предположенные признаки личностных нарушений, а также оценить вероятность их развития и проявлений в поведении и деятельности человека.

Анкета содержит 84 вопроса (Приложение 7), на каждый из которых обследуемому предлагается дать ответ «да» или «нет». Результаты анкетирования выражаются количественным показателем (в баллах), на основании которого выносится заключение об уровне нервно-психической устойчивости. Анализ ответов позволяет уточнить отдельные биографические сведения, особенности поведения и состояния психической деятельности человека в различных ситуациях.

Регистрационный лист к анкете «Прогноз»

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

В анкетировании одновременно могут участвовать 25–30 человек. Обследование занимает до 20 минут.

*Инструкция:* «Перед вами анкета, состоящая из 84 высказываний. Ознакомившись последовательно с каждым из них, необходимо решить, какой ответ, „да“ или „нет“, более точно вас характеризует. Если вы отвечаете на вопрос „да“, то поставьте „+“ в соответствующей клетке регистрационного листа, если „нет“, то ставьте „–“. Работайте быстро и самостоятельно. Не пропускайте высказываний. Все ответы должны быть откровенными. Резуль-

таты обследования разглашаться не будут. Если возникнут вопросы, поднимите руку. Во время выполнения задания нельзя разговаривать».

Обработка полученных результатов проводится с помощью ключей (табл. 9).

*Таблица 9*

**Ключи для обработки данных анкеты «Прогноз»**

Наименование шкалы	Содержание ответов	Порядковые номера высказываний, соответствующих шкале
Шкала искренности	нет (-) А	1, 4, 6, 8, 9, 11, 15, 17, 18, 22, 25, 31, 34, 36, 43
Шкала нервно-психической неустойчивости	да (+) Б	3, 5, 7, 10, 16, 20, 26, 27, 29, 32, 33, 36, 37, 40, 41, 42, 44, 45, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 56, 57, 59, 60, 62, 63, 64, 65, 66, 67, 69, 70, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 77, 78, 79, 80, 81, 82, 83, 84
	нет (-) А	2, 12, 13, 14, 19, 21, 23, 24, 28, 30, 38, 39, 46, 54, 55, 58, 61, 68

Обработку рекомендуется проводить с помощью трафаретов, которые изготавливаются в количестве трех штук из прозрачной пластмассы. На пластмассу наносится сетка, совпадающая с сеткой регистрационного листа. Прорези в каждом из трафаретов должны соответствовать номерам высказываний, сгруппированным в таблице. Один трафарет предназначен для подсчета баллов по шкале искренности, два – по шкале нервно-психической неустойчивости (для оценки положительных и отрицательных высказываний).

Обработку данных начинают со шкалы искренности, которая используется для оценки достоверности ответов обследуемого. Трафарет накладывается на заполненный ответный бланк, после чего подсчитывается количество минусов, которые видны через прорези в трафарете. Полученное число соответствует значению шкалы искренности в баллах.

Если у обследуемого по шкале искренности отмечено более 10 баллов, то использовать полученные данные в анализе не рекомендуется, а причины неискренности следует выяснить в процессе беседы.

Показатель по шкале нервно-психической неустойчивости получают суммированием количества плюсов, выявленных трафаретом для положительных ответов и количества минусов по трафарету для отрицательных ответов. Результат оценивается по табл. 10.

*Таблица 10*

**Характеристика уровней нервно-психической неустойчивости по данным анкеты «Прогноз»**

Баллы	Заключения и рекомендации
29 и более	Высокая вероятность нервно-психических срывов. Необходимо дополнительное медицинское обследование психиатра, невропатолога
14–28	Нервно-психические срывы вероятны, особенно в экстремальных условиях
13 и менее	Нервно-психические срывы маловероятны

## 4.2. Тест «Нервно-психическая адаптация»

Для проведения уровневой оценки психического состояния в различных экстремальных ситуациях используется и разработанный в Психоневрологическом научно-исследовательском институте им. В. М. Бехтерева «Тест нервно-психической адаптации» (Гурвич И. Н., 1992). Этот тест позволяет распределить обследуемых лиц на 5 выделяемых в настоящее время в военной психиатрии групп психического здоровья: здоровые – I группа; практически здоровые с благоприятными прогностическими признаками – II группа; практически здоровые с неблагоприятными прогностическими признаками (предпатология) – III группа; легкая патология – IV группа; с признаками патологии – V группа.

Выполнение теста «Нервно-психическая адаптация» занимает не более 10–15 минут. Бланки обрабатываются средним медицинским работником или другим специально структурированным лицом. Обработка бланка сводится к подсчету общей суммы набранных обследуемым баллов и занимает, при наличии минимальных навыков не более одной минуты.

### Тест «Нервно-психическая адаптация»

*Инструкция:* «В данной анкете представлены явления, которыми, как правило, психика человека отвечает на трудные жизненные ситуации. Внимательно прочитайте и оцените, насколько они представлены в вашей жизни:

- 4 – есть и было всегда
- 3 – есть уже длительное время
- 2 – появилось в последнее время
- 1 – в прошлом, но сейчас нет
- 0 – нет и не было».

1. Бессонница, расстройства сна.
2. Ощущение, что окружающие люди относятся к вам недоброжелательно.
3. Головные боли.
4. Изменение настроения без видимых причин.
5. Боязнь темноты.
6. Чувство, что вы стали хуже других людей.
7. Плаксивость, склонность к слезам.
8. Ощущение «комка» в горле.
9. Боязнь высоты.
10. Быстрая утомляемость, чувство усталости.
11. Неуверенность в себе, в своих силах.
12. Сильное чувство вины.
13. Опасение по поводу возможного возникновения тяжелого заболевания.
14. Боязнь находиться одному в помещении или на улице.
15. Опасение покраснеть «на людях».
16. Трудности в общении с людьми.
17. Беспричинный, необоснованный страх за себя, за других людей, боязнь каких-либо ситуаций.
18. Дрожание рук, ног, всего тела.
19. Невозможность сдерживать проявления своих чувств.
20. Сниженное, плохое или подавленное настроение.
21. Учащенное сердцебиение.

22. Беспричинная, необоснованная тревога, предчувствие, что может произойти что-то неприятное.

23. Безразличие ко всему происходящему.

24. Повышенная раздражительность, вспыльчивость.

25. Повышенная потливость.

26. Чувство общей слабости, вялости.

Распределение по группам психического здоровья осуществляется следующим образом:

I группа – сумма баллов менее 10;

II группа – 11–20 баллов;

III группа – 21–30 баллов;

IV группа – 31–40 баллов;

V группа – более 40 баллов.

Уровневая оценка состояния с выделением 5 групп психического здоровья является основной и при проведении скрининговых (массовых психопрофилактических) обследований.



### 4.3. Опросник нервно-психического напряжения

Нервно-психическое напряжение является особым видом психического состояния, развивающегося у человека в сложных условиях его жизни и деятельности. Оно протекает как системный процесс, вовлекающий в себя различные уровни нервно-психической и соматофизиологической организации человека, сопровождается как положительно, так и отрицательно заряженными переживаниями, существенными сдвигами в организме человека и изменениями его работоспособности.

Опросник нервно-психического напряжения, предложенный Т. А. Немчиным, представляет собой перечень признаков нервнопсихического напряжения, составленный по данным клинико-психологического наблюдения, и содержит 30 основных характеристик этого состояния, разделенных на три степени выраженности (Приложение 8).

*Инструкция:* «Заполните, пожалуйста, правую часть бланка, отмечая знаком плюс те строки, содержание которых соответствует особенностям вашего состояния в настоящее время».

Подсчет баллов производится путем их суммирования, при этом за отметку (+), поставленную против пункта «а», начисляется 1 балл, против пункта «б» – 2 балла и против пункта «в» – 3 балла. Минимальное количество баллов, которое может набрать обследуемый, равно 30, а максимальное – 90.

Диапазоны итоговых оценок:

*слабое* (детензивное) нервно-психическое напряжение – от 30 до 50 баллов;

*умеренное* (интенсивное) – от 51 до 70 баллов;

*чрезмерное* (экстенсивное) – от 71 до 90 баллов.

## Глава 5

# МЕТОДЫ ДИАГНОСТИКИ ВЫРАЖЕННОСТИ ПСИХОПАТОЛОГИЧЕСКОЙ И НЕВРОТИЧЕСКОЙ СИМПТОМАТИКИ

### 5. 1. Опросник невротических черт личности

Предназначен для определения общего уровня и структуры черт личности, патогенетически значимых для развития неврозов, неврозоподобных состояний и психосоматических расстройств.

Опросник (Приложение 9) используется для лиц с повышенным риском развития нервно-психических и психосоматических расстройств. Опросник имеет семь шкал:

*1-я шкала «Неуверенность в себе».* Повышенное значение (больше 74 баллов) по шкале отражает наличие в актуальном психическом состоянии и структуре личности черт тревожности, неуверенности в себе, повышенную склонность к критическому самоанализу, затруднения при принятии решений, недостаточную самостоятельность и стеничность при достижении цели.

*2-я шкала «Познавательная и социальная пассивность».* В зависимости от степени выраженности свойств личности оценивается уровень интеллектуальной продуктивности и пластичности, выраженность познавательных интересов, стремления к поиску различных видов информации, активности, общительности, предприимчивости.

*3-я шкала «Невротический сверхконтроль поведения».* Отражает потребность в тщательном планировании и обдумывании поступков, стремление к завершению начатого, трудности переключения с одного вида деятельности на другой, педантичность, терпеливость в работе и социальном взаимодействии. В целом – серьезное отношение к жизни сочетается с затруднением свободной самореализации.

*4-я шкала «Аффективная неустойчивость».* Отражает повышенное значение оценки (больше 38 баллов), повышенную эмоциональную возбудимость, ослабление управления эмоциями, неустойчивый, неуравновешенный характер поведения при межличностном взаимодействии, возможность раздражительных и гневливых реакций в фрустрирующих ситуациях, повышенную сенситивность со склонностью накапливать отрицательные переживания.

*5-я шкала «Интровертированная направленность личности».* Значение оценки больше 28 баллов отражает значительную социальную дистанцированность, погруженность в мир собственных переживаний, потребность в одиночестве, переживание дискомфорта в ситуациях широкого социального взаимодействия.

*6-я шкала «Ипохондричность».* Высокое значение оценки (больше 51 балла) означает повышенный контроль над состоянием своего здоровья, отдельных психических и соматических функций, образом жизни и поведения в связи с риском развития заболеваний.

*7-я шкала «Социальная неадаптивность».* При высокой оценке (больше 38 баллов) есть выраженные признаки нарушений социальной адаптации в связи с недостаточным усвоением общепринятых норм, снижением эмпатии, коммуникативных навыков, гибкости и уверенности в процессе межличностного взаимодействия.

С помощью опросника НЧЛ можно выявить невротические черты, предрасполагающие к развитию невротических реакций и состояний:

- тревожность, неуверенность, нерешительность, пониженную самооценку, зависимость от окружающих;
- интроспективность, склонность к критическому самоанализу;
- повышенная эмоциональная возбудимость и неустойчивость, лабильность настроения, сенситивность, низкая способность к регуляции поведения;
- интровертированность, своеобразие поступков и переживаний, ограничение социальных контактов.

*Таблица 11* Ключи к шкалам опросника «Невротические черты личности»

Номер шкалы	Название шкалы	Номера утверждений	
		Да (+)	Нет (-)
1	Неуверенность в себе	7, 9, 28, 29, 30, 44, 65, 68, 74, 75, 81, 85, 92, 103, 108, 114, 119	34, 43, 60, 76, 86, 88
2	Познавательная и социальная пассивность	1, 2, 5, 8, 16, 25, 27, 39, 45, 48, 49, 55, 67, 82, 93, 96, 97, 98, 110	11, 56
3	Невротический «сверхконтроль» поведения	3, 13, 26, 31, 40, 47, 70, 94, 101, 117	15, 71, 79

Номер шкалы	Название шкалы	Номера утверждений	
		Да (+)	Нет (-)
4	Аффективная неустойчивость	35, 50, 53, 61, 87, 90, 104, 106, 112	20, 99, 109, 118
5	Интровертированная направленность личности	4, 19, 32, 42, 51, 83, 113	10, 18, 41, 73
6	Ипохондричность	12, 14, 17, 24, 36, 46, 72, 80, 95, 102	–
7	Социальная неадаптивность	21, 38, 54, 63, 64, 66, 77, 84, 107	23, 91, 111, 116

Для получения оценки по каждой из основных шкал необходимо *суммировать* баллы ответов на утверждения (табл. 11), номера которых представлены в графе «+», и *вычитать* баллы ответов на утверждения в графе «-». Полученный результат представляет собой шкальную оценку для всех основных шкал, кроме шкалы 2 («Познавательная и социальная пассивность»).

Для вычисления оценки по шкале 2 («Познавательная и социальная пассивность») необходимо полученный результат вычитать из 119.

Контрольные шкалы оценивают искренность обследуемого:

*Симуляция (С)* 22, 52, 57, 58, 59, 69.

*Диссимуляция (Д)* 6, 33, 37, 62, 78, 89, 100, 105, 115.

Для получения оценки по каждой из контрольных шкал (С и Д) необходимо *суммировать* баллы, соответствующие ответам испытуемого на все утверждения шкалы. Интерпретация полученных данных осуществляется с помощью табл. 12 и 13.

Таблица 12

**Определение степени выраженности личностных свойств на основании первичной шкальной оценки**

Степень выраженности свойств личности	Шкала						
	1	2	3	4	5	6	7
Высокая	74–96	92–112	45–57	38–50	28–38	51–60	38–50
Повышенная	51–73	71–91	32–44	25–37	17–27	41–50	25–37
Средняя	27–50	49–70	18–31	11–24	5–16	30–40	11–24
Пониженная	4–26	28–48	5–17	(–2)–10	(–6)–4	20–29	(–2)–10
Низкая	(–19)–3	7–27	(–8)–4	(–15)–(–3)	(–17)–(–7)	10–19	(–15)–(–3)

Таблица 13

**Определение отношения испытуемого к исследованиям на основании оценок контрольных шкал**

Оценка	Шкала	
	симуляция	диссимуляция
Превышает порог	28–36	41–54
Не превышает порог	6–27	6–40

## 5.2. Опросник выраженности психопатологической симптоматики (SCL-90-R)

Методика создана Дерогатис в 1974 году, содержит 90 утверждений, которые оцениваются врачом по пятибалльной системе (от 0 до 4), где 0 соответствует позиция «совсем нет», а 4 – «очень сильно» (Приложение 10). Ответы на 90 пунктов подсчитываются и интерпретируются по 9 основным шкалам симптоматических расстройств:

- 1) соматизации;
- 2) обсессивности–компульсивности;
- 3) межличностной сензитивности;
- 4) депрессии;
- 5) тревожности;
- 6) враждебности;
- 7) фобии;
- 8) паранойяльных тенденций;
- 9) психотизма;

а также по трем обобщенным шкалам второго порядка:

- общий индекс тяжести симптомов;
- индекс наличного симптоматического дистресса;
- общее число утвердительных ответов.

Индексы второго порядка предложены для того, чтобы иметь возможность более гибко оценивать психопатологический статус пациента. Методика SCL-90-R создавалась для того, чтобы оценить психологический симптоматический статус широкого спектра индивидов, начиная с лиц из группы «нормы» и до различных типов пациентов: от больных общего профиля до индивидов с психиатрическими расстройствами.

Характеристика шкал опросника SCL-90-R:

– *шкала соматизации (SOM)* выявляет нарушения телесной дисфункции основных систем организма: ССС, ЖКТ, дыхательной системы, а также головные боли, дискомфорт общей мускулатуры, соматические эквиваленты тревожности;

– *шкала обсессивности – компульсивности (O-C)* выявляет мысли, импульсы и действия, которые переживаются индивидом как непрерывные, непреодолимые и чуждые «Я»;

– *шкала межличностной сензитивности (INT)* выявляет чувства личностной неадекватности и неполноценности, в особенности, когда человек сравнивает себя с другими. Проявления этого синдрома – самоосуждение, чувство беспокойства и заметный дискомфорт в процессе межличностного взаимодействия;

– *шкала депрессии (DEP)* выявляет симптомы дисфории и аффекта, в частности, отсутствие интереса к жизни, недостаток мотивации, потерю жизненной энергии, а также чувство безнадежности, мысли о суициде;

– *шкала тревожности (ANX)* выявляет тревожность, напряжение и дрожь, а также приступы паники и ощущение насилия, чувство опасности, опасения и страха;

– *шкала враждебности (HOS)* выявляет мысли, чувства или действия, которые являются проявлениями негативного аффективного состояния злости, а также агрессию, раздражительность, гнев и негодование;

– *шкала фобии (PHOB)*: вопросы шкалы выявляют стойкую реакцию страха на определенных людей, места, объекты или ситуации, которая характеризуется как иррациональная и неадекватная по отношению к стимулу, ведущая к избегающему поведению;

– *шкала паранойяльных тенденций (PAR)*: вопросы шкалы выявляют паранойяльное поведение как вид нарушений мышления, в частности, проективные мысли, враждебность, подозрительность, напыщенность, страх потери независимости, иллюзии;

– *шкала психотизма (PSY)*: вопросы шкалы выявляют шизоидный стиль жизни, изолированность, а также симптомы шизофрении, такие как галлюцинации или слышание голосов.

Помимо перечисленных девяти шкал, авторы опросника предлагают оценить дополнительные вопросы (ADD). Их семь:

19 – плохой аппетит;

44 – то, что вам трудно заснуть;

59 – мысли о смерти;

60 – переедание;

64 – бессонница по утрам;

66 – беспокойный и тревожный сон;

89 – чувство вины.

Эти дополнительные вопросы участвуют в общей обработке SCL и используются «конфигурально». Так, например, высокие значения по шкале «Депрессия» в сочетании с «ранним утренним пробуждением» и «плохим аппетитом» означают другое состояние, отличное от тех же значений DEP без этих симптомов. В том же смысле наличие «чувства вины» является важным клиническим индикатором, который предоставляет необходимую информацию клиницистам. Дополнительные вопросы не объединены между собой как отдельное расстройство, а участвуют в общей обработке теста.

*Общие индексы дистресса (шкалы второго порядка)*. В SCL имеются три обобщенных индекса дистресса или три обобщенных индикатора:

– индекс наличного симптоматического дистресса (PSDI);

– общий индекс тяжести (GSI);

– общее число утвердительных ответов (PST).

Функцией каждого из них является приведение к единому масштабу уровня и глубины личностной психопатологии.

*GSI* – индикатор текущего состояния и глубины расстройства. Это информация о количестве симптомов и интенсивности переживаемого дистресса. Это общий индекс тяжести.

*PSDI* – является исключительно мерой интенсивности состояния, соответствующей количеству симптомов. Этот показатель работает как индикатор типа реагирования на взаимодействие: то есть усиливает или преуменьшает обследуемый симптоматический дистресс при ответах.

*PST* – просто подсчет числа симптомов, на которые пациент дает положительные ответы, то есть количество утверждений, для которых обследуемый отмечает хоть какой-то уровень выше нулевого.

*Обработка данных по шкалам SCL-90-R*. Подсчет показателей методики сводится к простым операциям сложения и деления.

Вначале суммируются баллы для каждого из 9 симптоматических расстройств и для дополнительных вопросов. Это делается путем сложения всех отличных от нуля значений по каждому пункту, относящемуся к данной группе расстройств (табл. 14). Далее эта сумма делится (за исключением значений по дополнительным пунктам) на соответствующее ему число вопросов. Например, балл по шкале соматизации получается делением на 12, по шкале тревожности – на 10 и так далее. Деление следует выполнять до второго знака после запятой. Таким образом получают *сырые* значения по каждой шкале.

Для того чтобы вычислить три обобщенных индикатора (шкалы второго порядка), необходимо выполнить несколько дополнительных действий. Вначале получают общую

сумму баллов по всему тесту (по 90 вопросам), включая дополнительные вопросы. Деление этой общей суммы баллов на 90 позволяет получить *общий* индекс тяжести (GSI).

Следующий этап – подсчет числа утвердительных ответов (отличных от нуля) для того, чтобы получить общее количество симптомов, на которые дан утвердительный ответ, то есть получение индекса PST.

Таблица 14

**Ключ к опроснику SCL-90-R**

№	Шкала	Пункты	Число пунктов
1	SOM соматизации	1, 4, 12, 27, 40, 42, 48, 49, 52, 53, 56, 58	12
2	O-C обсессивности – компульсивности	3, 9, 10, 28, 38, 45, 46, 51, 55, 65	10
3	INT межличностной сензитивности	6, 21, 34, 36, 37, 41, 61, 69, 73	9
4	DEP депрессивности	14, 15, 20, 22, 26, 29, 30, 31, 32, 54, 56, 71, 79	13
5	ANX тревожности	2, 17, 23, 33, 39, 57, 72, 78, 80, 86	10
6	HOS враждебности	11, 24, 63, 67, 74, 81	6
7	PHOB фобий	13, 25, 47, 50, 70, 75, 82	7
8	PAR паранойяльности	8, 18, 43, 68, 76, 83	6
9	PSY психотизма	7, 16, 35, 62, 77, 84, 85, 87, 88, 90	10
10	Дополнительные пункты	19, 44, 59, 60, 64, 66, 89	7

Далее следует провести вычисление значения индекса наличного симптоматического дистресса PSDI, который получается делением *общей суммы* на балл PSD.

После того как подсчитаны сырые значения для каждой шкалы и значения общих индексов, они соотносятся с нормативными данными для групп здоровых и больных (табл. 15).

Таблица 15

**Показатели шкал SCL-90-R**

№	Шкала	Норма	Психиатрические больные амбулаторные	Психиатрические больные стационарные
1	SOM	0,36	0,87	0,99
2	O-C	0,39	1,47	1,45
3	INT	0,29	1,41	1,32
4	DEP	0,36	1,79	1,74

№	Шкала	Норма	Психиатрические больные амбулаторные	Психиатрические больные стационарные
5	ANX	0,30	1,47	1,48
6	HOS	0,30	1,10	0,94
7	PHOB	0,13	0,74	0,96
8	PAR	0,34	1,16	1,26
9	PSY	0,14	0,94	1,11
10	GSI	0,31	1,26	1,30

### Интерпретация данных SCL-90-R

Результаты могут быть интерпретированы на трех уровнях:

- общая выраженность психопатологической симптоматики;
- выраженность отдельных шкал;
- выраженность отдельных симптомов.

*Индекс GSI* (общий индекс тяжести) – индикатор текущего состояния и глубины расстройства – является наиболее информативным показателем, отражающим уровень психического дистресса индивида.

*Индекс PSDI* представляет собой измерение интенсивности дистресса и, кроме того, может служить для оценки «стиля» выражения дистресса пациента: проявляет ли он тенденцию к преувеличению или к укрытию своих симптомов.

*Индекс PST* отражает широту диапазона симптоматики индивида (количество симптомов, на которые дан утвердительный ответ).

Информация, полученная из этих трех источников, должна быть тщательно интегрирована, для того чтобы получить наиболее значимую и валидную картину дистресса.

Таким образом, опросник позволяет выявить признаки психопатологии, в частности, депрессию, тревожность, враждебность, фобии, паранойяльные симптомы, компульсивные расстройства.



### 5.3. Методика диагностики уровня невротизации (УН)

Методика позволяет выявлять лиц, страдающих неврозами или предрасположенных к ним. Она разработана в Психоневрологическом институте им. В. М. Бехтерева в 1999 году (Б. В. Иовлев, Э. Б. Карпова, А. Я. Вукс). Текст опросника уровня невротизации (УН) с инструкцией (Приложение 11) содержит 45 утверждений.

Регистрационный бланк к опроснику уровня невротизации

№ п/п	ДА	НЕТ	№ п/п	ДА	НЕТ	№ п/п	ДА	НЕТ
1			16			31		
2			17			32		
3			18			33		
4			19			34		
5			20			35		
6			21			36		
7			22			37		
8			23			38		
9			24			39		
10			25			40		
11			26			41		
12			27			42		
13			28			43		
14			29			44		
15			30			45		

Ключ к методике «Уровень невротизации» (для мужчин)

№ п/п	ДА	НЕТ
1		Л
2	+2	-1
3	0	+2
4	-3	+2
5		Л
6	-1	+2
7	-2	+1
8	-7	+2
9	+2	-1
10		Л
11	-4	+1
12	-8	+1
13	-4	+4
14	+3	-2
15		Л

№ п/п	ДА	НЕТ
16	-3	+4
17	0	0
18	-2	+4
19	-3	+1
20		Л
21	+4	+5
22	-4	+2
23	-3	+4
24	-4	+2
25		Л
26	-3	+3
27	-5	+3
28	+1	-3
29	0	+1
30		Л

№ п/п	ДА	НЕТ
31	+3	-4
32	-2	+3
33	-6	0
34	-1	+2
35		Л
36	-1	+3
37	-2	+3
38	-3	+4
39	-5	+3
40		Л
41	+2	-3
42	+3	-1
43	-1	+3
44	-2	+3
45		Л

**Ключ к методике «Уровень невротизации» (для женщин)**

№ п/п	ДА	НЕТ	№ п/п	ДА	НЕТ	№ п/п	ДА	НЕТ
1		Л	16	-3	+6	31	+4	-2
2	+4	-2	17	-2	+1	32	-2	+7
3	0	+4	18	-2	+9	33	-9	+1
4	-4	+5	19	-6	+3	34	-1	+4
5		Л	20		Л	35		Л
6	-1	+4	21	+4	-3	36	-2	+7
7	-3	+1	22	-4	+4	37	-2	+4
8	-6	+3	23	-3	+6	38	-3	+6
9	0	0	24	-3	+3	39	-3	+4
10		Л	25		Л	40		Л
11	-5	+2	26	-2	+2	41	+4	-4
12	-8	+2	27	-4	+5	42	+1	0
13	-4	+4	28	+2	-3	43	-1	+5
14	+2	-1	29	-2	+3	44	-3	+7
15		Л	30		Л	45		Л

После заполнения регистрационного бланка подсчитывается оценка по шкале искренности (ответы «нет» на вопросы 1, 5, 10, 15, 20, 25, 30, 35, 40). В случае получения 6 баллов и более результаты обследования являются недостоверными. Каждому из ответов обследуемого на утверждения шкалы невротизации присваивают соответствующий диагностический коэффициент, используя для этой цели бланк с диагностическими коэффициентами (мужской или женский). Затем подсчитывают суммы положительных и отрицательных ответов по шкале невротизации и вычисляют их алгебраическую сумму. Оценки по шкале невротизации могут принимать значения от -98 до +84 у мужчин и от -103 до +133 – у женщин. Условно могут быть выделены следующие обобщенные градации итоговых оценок уровня невротизации (табл. 16).

*Таблица 16* Градации итоговых оценок уровня невротизации

Уровни невротизации	Показатели шкальных оценок, баллы	
	Мужчины	Женщины
Очень высокий	-41 и меньше	-81 и меньше
Высокий	от -21 до -40	от -41 до -80
Повышенный	от -11 до -20	от -21 до -40
Неопределенный	от -10 до +10	от -20 до +10
Пониженный	от +11 до +21	от +11 до +40
Низкий	от +21 до +40	от +41 до +80
Очень низкий	+41 и больше	+81 и больше

## 5.4. Шкала алекситимии

Алекситимия (от греч. *a* – отсутствие, *lexis* – слово, *thymos* – чувство) характеризуется затруднением или неспособностью человека описывать собственные эмоциональные проявления и различать чувства и эмоции других людей; трудностью дифференциации собственных эмоций и телесных состояний, ощущений; «механистичностью» мышления, ограниченной способностью фантазии и воображения. В связи с этим алекситимия является важнейшим фактором риска развития психосоматических и ряда невротических расстройств.

*Торонтская алекситимическая шкала (ТАШ)*, предназначенная для определения уровня алекситимии, адаптирована в Психоневрологическом институте им. Бехтерева. Она содержит как прямые (2, 3, 4, 7, 8, 10, 14, 17, 18, 19, 20, 22, 23, 25, 26), так и обратные утверждения (1, 5, 6, 9, 11, 12, 13, 15, 16, 21, 24). Если общая сумма баллов больше 74, то это свидетельствует о наличии алекситимического радикала. Отсутствию алекситимии соответствует показатель меньше 62 баллов.

### Шкала алекситимии

ФИО \_\_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_

*Инструкция:* «Внимательно читайте представленные суждения. Оцените по 5-балльной шкале, в какой степени подходит вам то или иное суждение».

№ суждения	Содержание суждения	Совершенно не согласен	Скорее не согласен	Ни то, ни другое	Скорее согласен	Совершенно согласен
1	Когда я плачу, я всегда знаю, почему	1	2	3	4	5
2	Мечты — это потеря времени	1	2	3	4	5
3	Я хотел бы быть не таким застенчивым	1	2	3	4	5
4	Я часто затрудняюсь определить, какие чувства испытываю	1	2	3	4	5
5	Я часто мечтаю о будущем	1	2	3	4	5
6	Мне кажется, я способен заводить друзей так же легко, как и другие	1	2	3	4	5
7	Знать, как решать проблемы, более важно, чем понимать причины этих решений	1	2	3	4	5
8	Мне трудно находить правильные слова для моих чувств	1	2	3	4	5
9	Мне нравится ставить людей в известность по тем или иным вопросам	1	2	3	4	5
10	У меня бывают физические ощущения, которые непонятны даже врачам	1	2	3	4	5
11	Мне недостаточно знать, что привело к такому результату, мне необходимо знать, почему и как это происходит	1	2	3	4	5
12	Я способен с легкостью описать свои чувства	1	2	3	4	5
13	Я предпочитаю анализировать проблемы, а не просто их описывать	1	2	3	4	5
14	Когда я расстроен, я не знаю, печален ли я, испуган или зол	1	2	3	4	5
15	Я часто даю волю воображению	1	2	3	4	5
16	Я провожу много времени в мечтах, когда не занят ничем другим	1	2	3	4	5
17	Меня часто озадачивают ощущения, появляющиеся в моем теле	1	2	3	4	5

№ суждения	Содержание суждения	Совершенно не согласен	Скорее не согласен	Ни то, ни другое	Скорее согласен	Совершенно согласен
18	Я редко мечтаю	1	2	3	4	5
19	Я предпочитаю, чтобы все шло само собой, чем понимать, почему произошло именно так	1	2	3	4	5
20	У меня бывают чувства, которым я никак не могу дать вполне точное описание	1	2	3	4	5
21	Очень важно уметь разбираться в эмоциях	1	2	3	4	5
22	Мне трудно описывать свои чувства по отношению к людям	1	2	3	4	5
23	Люди мне говорят, чтобы я больше выражал свои чувства	1	2	3	4	5
24	Следует искать более глубокие объяснения происходящему	1	2	3	4	5
25	Я не знаю, что происходит у меня внутри	1	2	3	4	5
26	Я часто не знаю, почему я сержусь	1	2	3	4	5

## 5.5. Шкала диссоциации

Диссоциация является особым механизмом психической защиты, действие которого направлено на совладание с интенсивными негативными переживаниями, вызванными воздействием экстремальных внешних факторов.

Данная шкала разработана в 1986 году (Тарабрина Н. В., 2001) для оценки выраженности диссоциативных симптомов у пациентов с посттравматическими стрессовыми расстройствами (ПТСР), а также у лиц, перенесших в детстве сексуальное или физическое насилие.

Шкала диссоциации применяется в клинике для выявления диссоциативной симптоматики и состоит из 28 вопросов для оценки диссоциативных переживаний. Обследуемому предлагается оценить частоту того или иного переживания (в процентном отношении).

### Шкала диссоциации ФИО \_\_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_ Год \_\_\_\_\_  
я \_\_\_\_\_ Пол \_\_\_\_\_ рождени-  
Образова-  
ние \_\_\_\_\_

*Инструкция:* «Вам предлагается серия вопросов о некоторых ситуациях и переживаниях из повседневной жизни. Нас интересует, как часто это происходило с вами. Помните, что ваши ответы должны относиться только к тем ситуациям и переживаниям, когда вы *не находились под влиянием алкоголя или наркотиков*. При ответе на вопрос определите, пожалуйста, в какой степени описанное переживание (или ситуация) происходило лично с вами, и обведите кружком ту цифру, которая соответствует тому, как часто в процентном отношении вам доводилось испытывать данное переживание или попадать в такую ситуацию».

**Для ответов используйте следующую шкалу: никогда 0(%)  
– 10 – 20 – 30 – 40 – 50 – 60 – 70 – 80 – 90 – 100(%) всегда**

**Бывает так, что некоторые люди (с некоторыми людьми случается, что)...**

1) во время поездки в метро, автобусе, другом виде транспорта или на автомашине неожиданно осознают, что не помнят того, что с ними происходило в это время или в какую-то часть этого времени.

*Обведите кружком цифру (процент), которая соответствует тому, как часто это происходит с вами:*

0(%) – 10 – 20 – 30 – 40 – 50 – 60 – 70 – 80 – 90 – 100(%)

2) слушая кого-то, вдруг осознают, что не слышали всего или части того, что было сказано

0(%) – 10 – 20 – 30 – 40 – 50 – 60 – 70 – 80 – 90 – 100(%)

3) находясь в каком-то месте, не могут вспомнить, как они туда попали

0(%) – 10 – 20 – 30 – 40 – 50 – 60 – 70 – 80 – 90 – 100(%)

4) обнаруживают себя одетыми в одежду, о которой не могут вспомнить, как они ее надели

0(%) – 10 – 20 – 30 – 40 – 50 – 60 – 70 – 80 – 90 – 100(%)

5) находят среди своих вещей новую и не помнят, как и когда они ее купили

0(%) – 10 – 20 – 30 – 40 – 50 – 60 – 70 – 80 – 90 – 100(%)

6) иногда к ним обращаются незнакомые люди, называя их при этом другим именем и утверждая, что встречали их раньше

0(%) – 10 – 20 – 30 – 40 – 50 – 60 – 70 – 80 – 90 – 100(%)

7) испытывают такое чувство, как будто бы они бывают рядом с собой или наблюдают себя со стороны как другого человека



0(%) – 10 – 20 – 30 – 40 – 50 – 60 – 70 – 80 – 90 – 100(%)

8) им говорят, что они иногда не узнают людей или членов своей семьи

0(%) – 10 – 20 – 30 – 40 – 50 – 60 – 70 – 80 – 90 – 100(%)

9) забывают некоторые важные события своей жизни (например, свадьбу или окончание учебного заведения)

0(%) – 10 – 20 – 30 – 40 – 50 – 60 – 70 – 80 – 90 – 100(%)

10) их обвиняли во лжи, а им казалось, что они говорили правду

0(%) – 10 – 20 – 30 – 40 – 50 – 60 – 70 – 80 – 90 – 100(%)

11) глядя в зеркало, они не узнают себя

0(%) – 10 – 20 – 30 – 40 – 50 – 60 – 70 – 80 – 90 – 100(%)

12) испытывают чувство нереальности окружающих их людей и предметов, а может быть, и всего окружающего их мира

0(%) – 10 – 20 – 30 – 40 – 50 – 60 – 70 – 80 – 90 – 100(%)

13) испытывают ощущение, что их тело им не принадлежит

0(%) – 10 – 20 – 30 – 40 – 50 – 60 – 70 – 80 – 90 – 100(%)

14) иногда переживают какое-то событие (или ситуацию) из своего прошлого так, как будто оно опять происходит с ними в настоящее время

0(%) – 10 – 20 – 30 – 40 – 50 – 60 – 70 – 80 – 90 – 100(%)

15) они испытывают чувство сомнения в том, действительно ли происходили какие-то события в их жизни или эти события только пригрезились им

0(%) – 10 – 20 – 30 – 40 – 50 – 60 – 70 – 80 – 90 – 100(%)

16) находясь в знакомом или привычном для них месте, вдруг ощущают, что они здесь впервые и это место им незнакомо

0(%) – 10 – 20 – 30 – 40 – 50 – 60 – 70 – 80 – 90 – 100(%)

17) их настолько поглощает содержание кинофильма или телепередачи, что они уже не замечают ничего, что происходит вокруг них

0(%) – 10 – 20 – 30 – 40 – 50 – 60 – 70 – 80 – 90 – 100(%)

18) фантазия или мечта кажется им реальностью

0(%) – 10 – 20 – 30 – 40 – 50 – 60 – 70 – 80 – 90 – 100(%)

19) иногда они не замечают физической боли

0(%) – 10 – 20 – 30 – 40 – 50 – 60 – 70 – 80 – 90 – 100(%)

20) иногда они сидят, уставившись в пространство, ни о чем при этом не думая и не замечая времени

0(%) – 10 – 20 – 30 – 40 – 50 – 60 – 70 – 80 – 90 – 100(%)

21) находясь в одиночестве, иногда замечают, что громко разговаривают сами с собой

0(%) – 10 – 20 – 30 – 40 – 50 – 60 – 70 – 80 – 90 – 100(%)

22) ведут себя в двух похожих ситуациях настолько по-разному, что у них возникает ощущение, будто они – два разных человека

0(%) – 10 – 20 – 30 – 40 – 50 – 60 – 70 – 80 – 90 – 100(%)

23) иногда им вдруг становится легко действовать в тех ситуациях (например, общение, работа, спорт и т. д.), которые обычно вызывают у них затруднения

0(%) – 10 – 20 – 30 – 40 – 50 – 60 – 70 – 80 – 90 – 100(%)

24) иногда они вдруг не могут вспомнить, действительно ли они сделали что-то или только подумали о том, что это нужно сделать (например, не помнят, действительно ли они только что опустили письмо в почтовый ящик или только подумали об этом)

0(%) – 10 – 20 – 30 – 40 – 50 – 60 – 70 – 80 – 90 – 100(%)

25) вдруг обнаруживают, что они совершили какой-то поступок и не помнят, как это случилось

0(%) – 10 – 20 – 30 – 40 – 50 – 60 – 70 – 80 – 90 – 100(%)

26) иногда находят собственные записи, заметки или рисунки, о которых не помнят, что они их делали

0(%) – 10 – 20 – 30 – 40 – 50 – 60 – 70 – 80 – 90 – 100(%)

27) иногда слышат посторонние голоса внутри своей головы, которые говорят им, что делать, и комментируют их поступки

0(%) – 10 – 20 – 30 – 40 – 50 – 60 – 70 – 80 – 90 – 100(%)

28) иногда ощущают, что они смотрят на мир как бы сквозь туман или дымку, так что предметы и люди кажутся им далекими и неясными

0(%) – 10 – 20 – 30 – 40 – 50 – 60 – 70 – 80 – 90 – 100(%)

Общий балл подсчитывается как среднее арифметическое по всем 28 пунктам. Диагностические критерии следующие: у здоровых показатели диссоциации от 6,97 до 12,8; а у пациентов с ПТСР – от 20,7 до 38,1.

## **5.6. Опросник перитравматической диссоциации**

Диссоциативные ситуативные состояния являются предикторами ПТСР (посттравматического стрессового расстройства), что выражается в более высоких оценках интенсивности перитравматической диссоциации у лиц, страдающих ПТСР, по сравнению с лицами, перенесшими аналогичное психотравмирующее воздействие, но без диагноза ПТСР.

Опросник перитравматической диссоциации (ОПД) разработан в 1998 году и включает 9 вопросов, которые касаются переживаний пациента в то время, когда с ним происходило потенциально травмирующее событие.

Обследуемым предлагается ответить на 9 вопросов, в которых описаны различные диссоциативные состояния, такие, например, как дереализация, деперсонализация, опыт выхода из тела и др. Ответы на вопросы даются в формате пятибалльной шкалы.

Общий балл подсчитывается как среднее арифметическое по 9 пунктам. Диагностические критерии следующие: у здоровых показатели от 9 до 15 баллов; у пациентов с посттравматическими стрессовыми расстройствами – от 19 до 45 баллов.

## Текст опросника перитравматической диссоциации

ФИО \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_

*Инструкция.* «Вспомните, пожалуйста, с максимальной точностью, как вы себя чувствовали и что испытывали *в то время*, когда происходило самое тяжелое из пережитых вами событий.

Опишите вкратце это событие или укажите номер, под которым оно обозначено в предыдущих вопросах.

Ниже приведены вопросы о том, как вы себя чувствовали *именно в то время*. Обведите кружком вариант ответа, который соответствует тому, насколько верно описание, приведенное в вопросе, отражает то, что вы чувствовали в момент события в соответствии со следующей шкалой:

- 1 – совершенно неверно;
- 2 – иногда верно;
- 3 – до некоторой степени верно;
- 4 – верно;
- 5 – совершенно верно».

Исследование проводится индивидуально. Врач предлагает ответить на вопросы и напоминает, что на каждый вопрос возможны пять вариантов ответа.

№ суждения	Содержание суждения	Баллы				
		1	2	3	4	5
1	Были ли такие моменты во время события, когда вы переставали понимать, что происходит? Было ли у вас ощущение потери чувства реальности, «выпадения из реальности»? Были ли другие состояния, когда вы переставали ощущать себя частью происходящего?	1	2	3	4	5
2	Было ли так, что вы действовали автоматически («на автопилоте»)? Так, сделав что-то, вы позже осознавали, что это сделано вами, но никаких активных намерений совершить это действие тогда у вас не было?	1	2	3	4	5
3	Изменялось ли у вас чувство времени? Казалось ли вам, что события необычайно ускорились или замедлялись?	1	2	3	4	5
4	Казалось ли вам все происходящее нереальным, как будто вы были во сне или смотрели кино или какое-то представление?	1	2	3	4	5
5	Ощущали ли вы себя посторонним наблюдателем происходящего с вами лично? Было ли у вас ощущение, что вы как будто летите над местом события или наблюдаете все со стороны?	1	2	3	4	5
6	Было ли так, что ваше ощущение собственного тела как бы искажалось или изменялось — вы чувствовали себя необычайно маленьким или большим? Ощущали ли вы, что не связаны со своим телом?	1	2	3	4	5
7	Казалось ли вам, что нечто, происходящее на ваших глазах с кем-то другим, происходит непосредственно с вами? Например, если вы видели, как кого-то травмировало, чувствовали ли вы, что травмировало именно вас, даже если на самом деле этого не было?	1	2	3	4	5
8	Было ли так, что после того, как все кончилось, вы были удивлены, обнаружив, что в вашем присутствии произошло много событий, о которых вы ничего не знаете (особенно таких, которые вы обычно замечаете)?	1	2	3	4	5
9	Если вы были травмированы во время события, заметили ли вы, что в момент травмы ощутили удивительно слабую боль или не ощутили боли совсем?  <i>Если вы не были травмированы, поставьте отметку здесь:</i>	1	2	3	4	5

## Глава 6 ПРОЕКТИВНЫЕ МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ

### 6.1. Тест «Дом–дерево–человек» (ДДЧ)

Методика ДДЧ была предложена в 1946 г. Дж. Буком.

Обследуемому предлагается нарисовать дом, дерево и человека. Затем проводится детально разработанный опрос. По мнению автора теста, каждый рисунок – это своеобразный автопортрет, детали которого имеют личностное значение. По рисункам можно судить об аффективной сфере личности, ее потребностях, уровне психосексуального развития и т. д.

*Инструкция:* «Нарисуйте дом, дерево и человека в полный рост, постарайтесь изобразить на этом же рисунке какое-то действие».

Надо настроить испытуемого при этом на серьезный лад и попросить его не рисовать карикатур и плоские контуры.

Все вопросы и комментарии испытуемого, время выполнения рисунка и другие важные моменты заносятся в протокол.

После того как рисунок завершен, можно перейти к беседе с испытуемым, в которой могут присутствовать вопросы такого рода: что за ситуация здесь нарисована? Что происходит на рисунке? Есть ли взаимодействие между человеком, деревом и домом? Если да, то положительно ли оно? С чем ассоциируется у вас дом, дерево и человек? Что они могут для вас символизировать?

*Интерпретация.*

Автор утверждает, что «взаимодействие между домом, деревом и человеком представляет собой зрительную метафору. Если привести весь рисунок в действие, вы увидите то, что действительно происходит в вашей жизни».

В упрощенной форме дерево в рисунке типа ДДЧ символизирует жизненную энергию. Ваше стремление к жизни определяется толщиной ствола и веток.

Если дерево занимает на рисунке значительное место, это говорит об огромной энергии и позитивном подходе к жизни. Такой человек – словно режиссер «пьесы».

Если испытуемый рисует только себя, это значит, что он хорошо контролирует свою жизнь. Если на рисунке есть другой человек, это значит, что он является движущей силой в его жизни.

Дом – это словно сцена из пьесы; в зависимости от того, как он выглядит, это может быть дом, в котором он провел детство, лачуга или даже тюрьма. Если внутри дома находится человек, это значит, что рисовальщик находится или нуждается в защите. Если на рисунке дом занимает много места, это обозначает стремление к достижению материальных благ.

Еще одним способом интерпретации рисунка может стать порядок, в котором нарисован дом, дерево и человек. Если первым нарисовано дерево, значит основным является жизненная энергия. Если же первым нарисован дом, то значит, что на первом месте безопасность, успех, или, наоборот, пренебрежение этими понятиями.

*Описание характеристик дерева.*

Под порывом ветра дерево склонилось к дому. Это стремление к безопасности и покою в домашней обстановке. Образ может означать замкнутость на прошлом.

Ветки направлены вниз: много нерешенных проблем. Рисунок ивы означает депрессию и замкнутость на прошлом.

Ветки направлены вверх. Если дерево прочно стоит на земле, такой рисунок означает стремящуюся вперед личность с достаточно удавшейся жизнью.

Ветки, направленные наружу. Такой рисунок обычно делают люди, любящие оказывать помощь другим.

Изобилие веток и зелени со стороны дома. Это означает личность, которая уделяет большое количество энергии одному аспекту жизни, совершенно забывая о других.

Изобилие веток и зелени на стороне, противоположной от дома; такая личность стремится пустить энергию в свой собственный рост, отрицая семейные и домашние ценности.

*Примеры интерпретации рисунков дома.*

*Труба.* Акцент на трубе предполагает озабоченность психологической атмосферой в доме, это может также означать мужественность, силу и творческое начало.

*Дверь.* Отсутствие двери предполагает психологическую недоступность. Дверь очень маленьких размеров может означать стеснительность. Дверь, расположенная сбоку, означает бегство.

*Крыша.* Остроконечная крыша означает сильное супер-эго и чувство вины. Акцентированная или тщательно нарисованная крыша предполагает слабый контроль за миром фантазии.

*Ступеньки и дорожки,* нарисованные в традиционном стиле, предполагают желание социальной активности. Ступеньки, ведущие к чистой стене, предполагают конфликтность и недоступность. Хорошо нарисованные дорожки означают хорошее чувство контроля за своим поведением и развитое чувство такта, длинные дорожки или ступени подразумевают чувство дистанции в общении.

*Окна.* Отсутствие окон подразумевает замкнутость, в то время как большое количество окон предполагает активность, открытость и хороший контакт с окружающими. Занавески подразумевают озабоченность красотой и стремление сохранять дистанцию в общении. Маленькие окна предполагают стеснительность и психологическую недоступность.

*Части тела человека.*

Каждая часть тела носит символический характер при интерпретации.

*Голова* – символ интеллектуальной сферы, особенно лоб. Отсутствие лба обозначает, что ребенок сознательно не обращает внимания на умственную сферу. Пропорции головы и туловища есть отношение между физическим и духовным в ребенке.

Изображение на голове чего-либо, например шляпы, – символ перцептивной защиты.

*Лицо* – символ сферы общения.

Ребенок, имеющий проблемы в общении, рисует черты лица нечетко, не рисует их, совсем зачерчивает лицо или рисует в последнюю очередь.

Если все детали лица прорисованы хорошо – это знак высокой заинтересованности ребенка в самом себе.

Красивые глаза, длинные ресницы – признак эстетических склонностей рисовальщика, женственность, у девочек – признак половой идентификации.

*Уши* – если они есть, то означают открытость восприятия или настороженность к окружающему миру.

*Глаза* – большие, с прорисованными зрачками или без зрачков с заштрихованными склерами – символ страха или тревоги.

*Рот* – если он открыт, то это признак агрессии или вербальной активности агрессивного характера, если прорисованы зубы, то это явная агрессия. Возможно, она защитного плана.

*Губы* – символ сексуальной сферы. Пухлые губы у девочки – признак половой идентификации.

*Нос* отдельно не интерпретируется. Недостающие части лица могут указывать на некоторую степень интеллектуальной недостаточности.

*Шея* – контроль за своими проявлениями, степень их произвольности. Длинная шея может означать любопытство.

*Руки* – символ активности и общения. Руки расставлены в стороны – признак общительности. Руки спрятаны, прижаты к телу, в карманах или за спиной – необщительность, замкнутость, неудовлетворенность своим положением. Пальцы растопырены – неудовлетворенность своим положением. Если пальцы тщательно прорисованы – у ребенка есть способность к управлению и преобразованиям. Длинные пальцы с ногтями или подчеркивание кулаков – признак агрессии. О том же говорят руки, поднятые вверх. Тело, нарисованное без рук, означает пассивность.

*Торс* – представление ребенка о физическом облике человека. Если хрупкий ребенок рисует сильного, мускулистого человека – это признак компенсации недостающего, идеального для него физического облика. Если сильный ребенок рисует хилого, то, возможно, это признак ассоциации с неким переживанием прошлого опыта. Если прорисован пупок маленьким ребенком – это признак эгоцентризма, если ребенком старшего возраста, то это признак инфантильности или стремления уйти в себя.

Часто фигура украшается дополнительными аксессуарами (бантиками, пряжками и пр.). Это означает повышенное внимание к собственной персоне.

*Ноги* – символ опоры, устойчивости, направленности на практическую ориентацию.



## 6.2. Методика «Незаконченные предложения»

Методика «Незаконченные предложения» применяется в экспериментально-психологической практике давно. Существует множество его вариантов.

Предлагается вариант этого метода, разработанный Саксом и Леви. Он включает 60 незаконченных предложений, которые могут быть разделены на 15 групп, характеризующих в той или иной степени систему отношений обследуемого к семье, к представителям своего или противоположного пола, к сексуальным отношениям, к вышестоящим по служебному положению и подчиненным. Некоторые группы предложений имеют отношение к испытываемым человеком страхам и опасениям, к имеющемуся у него чувству осознания собственной вины, свидетельствуют о его отношении к прошлому и будущему, затрагивают взаимоотношения с родителями и друзьями, собственные жизненные цели.

Тестирование (без обработки) занимает от 20 минут до нескольких часов (в зависимости от личности испытуемого).

*Инструкция:* «На бланке теста необходимо закончить предложения одним или несколькими словами».

## Бланк методики

1. Думаю, что мой отец редко \_\_\_\_\_
2. Если все против меня, то \_\_\_\_\_
3. Я всегда хотел \_\_\_\_\_
4. Если бы я занимал руководящий пост \_\_\_\_\_
5. Будущее кажется мне \_\_\_\_\_
6. Мое начальство \_\_\_\_\_
7. Знаю, что глупо, но боюсь \_\_\_\_\_
8. Думаю, что настоящий друг \_\_\_\_\_
9. Когда я был ребенком \_\_\_\_\_
10. Идеалом женщины (мужчины) для меня является \_\_\_\_\_
11. Когда вижу женщину вместе с мужчиной \_\_\_\_\_
12. По сравнению с большинством других семей моя семья \_\_\_\_\_
13. Лучше всего мне работается с \_\_\_\_\_
14. Моя мать и я \_\_\_\_\_
15. Сделал бы все, чтобы забыть \_\_\_\_\_
16. Если бы мой отец только захотел \_\_\_\_\_
17. Думаю, что я достаточно способен, чтобы \_\_\_\_\_
18. Я мог бы быть очень счастливым, если бы \_\_\_\_\_
19. Если кто-нибудь работает под моим руководством \_\_\_\_\_
20. Надеюсь на \_\_\_\_\_
21. В школе мои учителя \_\_\_\_\_
22. Большинство моих товарищей не знают, что я боюсь \_\_\_\_\_
23. Не люблю людей, которые \_\_\_\_\_
24. До войны я \_\_\_\_\_
25. Считаю, что большинство юношей и девушек \_\_\_\_\_
26. Супружеская жизнь кажется мне \_\_\_\_\_
27. Моя семья обращается со мной как с \_\_\_\_\_
28. Люди, с которыми я работаю \_\_\_\_\_
29. Моя мать \_\_\_\_\_
30. Моей самой большой ошибкой было \_\_\_\_\_
31. Я хотел бы, чтобы мой отец \_\_\_\_\_
32. Моя наибольшая слабость заключается в том \_\_\_\_\_
33. Моим скрытым желанием в жизни \_\_\_\_\_
34. Мои подчиненные \_\_\_\_\_
35. Наступит тот день, когда \_\_\_\_\_
36. Когда ко мне приближается мой начальник \_\_\_\_\_
37. Хотелось бы мне перестать бояться \_\_\_\_\_
38. Больше всего люблю тех людей, которые \_\_\_\_\_
39. Если бы я снова стал молодым \_\_\_\_\_
40. Считаю, что большинство женщин (мужчин) \_\_\_\_\_
41. Если бы у меня была нормальная половая жизнь \_\_\_\_\_

42. Большинство известных мне семей \_\_\_\_\_
43. Люблю работать с людьми, которые \_\_\_\_\_
44. Считаю, что большинство матерей \_\_\_\_\_
45. Когда я был молодым, то чувствовал себя виновным, если \_\_\_\_\_
46. Думаю, что мой отец \_\_\_\_\_
47. Когда мне начинает не везти, я \_\_\_\_\_
48. Больше всего я хотел бы в жизни \_\_\_\_\_
49. Когда я даю другим поручение \_\_\_\_\_
50. Когда буду старым \_\_\_\_\_
51. Люди, превосходство которых над собой я признаю \_\_\_\_\_
52. Мои опасения не раз заставляли меня \_\_\_\_\_
53. Когда меня нет, мои друзья \_\_\_\_\_
54. Моим самым живым воспоминанием детства является \_\_\_\_\_
55. Мне очень не нравится, когда женщины (мужчины) \_\_\_\_\_
56. Моя половая жизнь \_\_\_\_\_
57. Когда я был ребенком, моя семья \_\_\_\_\_
58. Люди, которые работают со мной \_\_\_\_\_
59. Я люблю свою мать, но \_\_\_\_\_
60. Самое худшее, что мне случилось совершить, это \_\_\_\_\_

Для каждой группы предложений выводится характеристика, определяющая данную систему отношений как положительную, отрицательную или безразличную. Примеры предложений и варианты ответов с оценкой.

Большинство известных мне семей

1	Несчастливы, недружные, распались	-2
2	Нервные, не очень дружные	-1
3	Все одинаковы	0

Будущее кажется мне

1	Мрачным, плохим, странным	-2
2	Туманным, неприглядным	-1
3	Неясным, неизвестным	0

В табл. 17 представлены номера высказываний, характеризующих отношение обследуемого к конкретным лицам и ситуациям.

*Таблица 17*

**Ключ к методике «Незаконченные предложения»**

Группы предложений	Номера заданий			
	1	16	31	46
Отношение к отцу	2	17	32	47
Отношение к себе	3	18	33	48
Нереализованные возможности	4	19	34	49
Отношение к подчиненным	5	20	35	50
Отношение к будущему	6	21	36	51
Отношение к вышестоящим лицам	7	22	37	52
Страхи и опасения	8	23	38	53
Отношения к друзьям	9	24	39	54
Отношение к своему прошлому	10	25	40	55
Отношение к лицам противоположного пола	11	26	41	56
Сексуальные отношения	12	27	42	57
Отношение к семье	13	28	43	58
Отношение к сотрудникам	14	29	44	59
Отношение к матери	15	30	45	60
Чувство вины				

Исследованию методикой «Незаконченные предложения» должно предшествовать установление контакта с обследуемым для получения искренних, естественных ответов. Но даже если тестируемый рассматривает исследование как нежелательную процедуру и, стремясь скрыть мир своих глубоких переживаний, дает формальные, условные ответы, опытный психолог может извлечь массу информации, отражающей систему личностных отношений.

### 6.3. Методика «Пиктограмма»

Данная методика позволяет исследовать особенности опосредованного запоминания и его продуктивности, а также характера мыслительной деятельности, уровня формирования понятийного мышления.

Методика может применяться для исследования детей и взрослых в групповом и индивидуальном обследовании.

*Материал:* чистый лист бумаги, один простой или несколько цветных карандашей, набор слов.

*Инструкция (вариант для детей):* «Сейчас мы проверим твою память. Я буду называть тебе слова, а ты к каждому слову нарисуй картинку, по которой сможешь вспомнить потом это слово».

*Инструкция (вариант для взрослых):* «Вам будет предложен для запоминания перечень слов и словосочетаний. Для облегчения задачи вы можете сразу после предъявления слова или словосочетания выполнить в качестве „узелка на память“ любое изображение, которое поможет вам воспроизвести предъявляемый материал. Качество рисунка не имеет значения. Помните, что этот рисунок вы выполняете для себя в целях облегчения запоминания. Каждое изображение обозначайте номером, соответствующим порядку предъявления слов и словосочетаний».

После инструктажа испытуемому зачитываются слова с интервалом не более 30 секунд. Перед каждым словом или словосочетанием называется его порядковый номер, а затем предоставляется время на его изображение. Каждое слово или словосочетание должно отчетливо произноситься во избежание повторения.

В ходе выполнения задания написание отдельных букв или слов испытуемому не рекомендуется. Скорость и качество выполнения не должны его беспокоить.

Пока испытуемый рисует, ему можно задавать вопросы типа: «Что ты рисуешь?», «Как это поможет тебе вспомнить слово?» и т. п.

Все высказывания испытуемого заносятся в протокол.

#### Примерный набор слов и словосочетаний:

- 1) Веселый праздник
- 2) Тяжелая работа
- 3) Вкусный ужин
- 4) Болезнь
- 5) Печаль
- 6) Счастье
- 7) Любовь
- 8) Развитие
- 9) Разлука
- 10) Обман
- 11) Победа
- 12) Подвиг
- 13) Вражда
- 14) Справедливость
- 15) Сомнение
- 16) Дружба

Воспроизведение испытуемым словесного материала осуществляется спустя 40–60 минут и более.

По прошествии времени испытуемому предъявляются его рисунки с просьбой вспомнить соответствующие слова, которые фиксируются в протоколе.

*Обработка и интерпретация состоят из нескольких этапов:*

- 1) количественный анализ (вычисление продуктивности запоминания);
- 2) качественный анализ;
- 3) графический анализ;
- 4) анализ особых феноменов.

При оценке результатов исследования подсчитывается количество правильно воспроизведенных слов в соотношении с общим количеством предъявленных для запоминания. Эти данные могут быть сопоставлены с результатами заучивания 10 слов (см. методику «Заучивание 10 слов»). Также возможно сравнение со среднегрупповыми значениями.

Содержание самих рисунков отражает запас знаний и представлений испытуемого, особенности его индивидуального жизненного опыта, а также его способности к отвлеченным, абстрагированию.

Особенности опосредованного запоминания выражаются через качество рисунков испытуемого. При анализе учитываются такие факторы, как абстрактность, индивидуальная значимость, содержание, стандартность, адекватность.

*Фактор абстрактности* отражает степень отнесенности рисунка к конкретной ситуации. Образы дифференцируются на 4 группы.

*К (конкретные)* – рисунок, изображающий конкретную ситуацию. Сюда относится большинство изображений целой человеческой фигуры. Например, на словосочетание «тяжелая работа» изображается копающий человек. Все индивидуально значимые образы (см. ниже) относятся к конкретным, так как изображается конкретная ситуация из жизненного опыта.

*Ат (атрибутивные)* – рисунок выбирается по принципу принадлежности (атрибутивности). Например, на словосочетание «веселый праздник» человек рисует воздушный шар, цветы и т. п.

*М (метафорические)* – в основе выбора образа лежит какая-нибудь метафора. Например, на слово «счастье» человек рисует зачеркнутые часы («Счастливые часов не наблюдают»).

*Гс (геометрические)* – геометрические, графические, грамматические символы, имеющие связь с понятием, чаще символы общепринятые. Например, стрелки в разные стороны на слово «разлука», молния/зигзаг на слово «развитие».

*Индивидуальная значимость* отражает включенность индивидуального, личного опыта в выбираемый для опосредования образ. Выясняется это в ходе последующей беседы с обследуемым. Например, человек рисует на слово «печаль» дверь и объясняет это так: «Когда мама обижалась, она всегда уходила в другую комнату и закрывала дверь, было очень грустно».

По данному фактору могут различаться следующие образы:

- индивидуально значимые персонифицированные (Инд-Пс);
- индивидуально значимые образы-стимулы (Инд-С);
- формальные образы (Ф).

*Стандартность* оценивается по частоте выбора. Образы могут быть: – стандартными (Ст) – встречаются чаще, чем в 20 из 100 протоколов;

- оригинальными (Ориг) – встречаются реже, чем в 2 из 100 протоколов;
- повторяющимися (П) – занимают промежуточное положение.

*Содержание* рисунка может включать:

- сцены с участием человека (Сц);
- человеческие фигуры (Ч);
- части тела человека (ЧД);
- неодушевленные объекты (НО);
- фауну (Фн);
- флору (Фл);
- пейзажи (П);
- элементы искусства, архитектуры (И);
- символы (С).

*Адекватность* – сложный качественный фактор, включающий содержание образа, умеренную абстрактность, краткость изображения и объяснений.

При обработке результатов исследования рядом с каждым рисунком проставляется буквенное обозначение предполагаемого вида изображения. Затем можно сделать вывод о характере мыслительного процесса испытуемого в зависимости от наиболее часто употребляемого вида изображения. Если испытуемый пользуется абстрактным и знаково-символическими типами рисунков, то он может быть отнесен к типу «мыслителя». Такие люди в мыслительной деятельности стремятся к обобщению, синтезу информации, имеют высокий уровень абстрактно-логического мышления.

Испытуемые, у которых преобладают сюжетные и метафорические изображения, составляют группу людей с творческим мышлением, сознающих в себе наличие художественных способностей или увлекающихся художественным творчеством.

В случае предпочтения конкретного вида изображений можно предположить преобладание у испытуемого конкретно-действенного мышления, которое подразумевает оперирование непосредственно воспринимаемыми объектами и связями, либо так называемого практического мышления, направленного на разрешение частных конкретных задач в практической деятельности. Первое чаще всего свойственно детям до 10–11 лет, второе – руководящим работникам, учителям.

Об уровне сформированности понятийного мышления свидетельствует то, насколько свободно испытуемый устанавливает связи между абстрактными понятиями и изображениями в процессе рисования и воспроизведения слов по рисункам.

Кроме того, следует обратить внимание на проективное значение методики для диагностики особенностей личности испытуемого. Если в качестве опосредованных стимулов часто изображаются человечки, и воспроизведение при этом словесного материала проходит успешно, это может расцениваться как проявление общительности, но если воспроизведение таких изображений затруднено, то это может служить признаком инфантильности.

По качеству рисунков можно проследить наличие у испытуемого истошаемости. Об этом свидетельствуют нарастающая небрежность, ослабление нажима при рисовании к концу исполнения задания.

## Каталог образов

### 1. *Веселый праздник (радостное торжество).*

Стандартные образы: флаги, воздушные шары, цветы, иногда в сочетании с улыбающимся лицом (Ат Ф+Ст).

Повторяющиеся образы: салют (Ат Ф), елка и елочные украшения (Ат К, Ф – Инд+), еда и алкогольные напитки (Ат К Ф – Инд+), музыкальные инструменты и звуковоспроизводящая аппаратура (Ат – К Ф – Инд+), веселящиеся люди (К Ф (Инд)+), улыбающиеся лица, улыбки (Ат Ф+), карнавальные маски (Ат Ф+).

Примеры редких образов: галстук – «на праздник надевают галстук» (Ат Ф Ориг-), здание (театр) – «на праздник ходят в театр» (Ат Ф Ориг-), лист, машина, звезда – «символ жизни, движения, счастья» (М Ф Ориг) – множественный выбор.

Образы адекватного характера охватывают 96 % всех образов. Отказов нет.

2. *Тяжелая работа (утомительный труд).*

Стандартный образ: кирка, молот, лопата (Ат (К) Ф (Инд) + Ст). Повторяющиеся образы: изображение тяжестей (гиря, штанга) – (Ат Ф +), человек, занятый тяжелым физическим трудом, – землекоп, кузнец (К Ф +), лицо с выражением усталости, каплями пота (Ат Ф +).

Примеры редких образов: Сизиф, вкатывающий камень на гору (М Ф Ориг +), солнце – «я работаю на солнце, это тяжело» (К Инд – С Ориг-), цепи – «тяжелая работа вызывает чувство скованности» (М Ф Ориг-).

Адекватные образы охватывают 90 % всех образов. Отказов нет.

3. *Вкусный ужин (сытный обед).*

Стандартный образ: изображение еды (К Ф – Инд + Ст).

Повторяющиеся образы: изображение еды с часами и другими указателями времени (луна, заходящее солнце) – (К Ф +), посуда – тарелки, вилки, ложки (Ат Ф+), человек за едой (К Ф +), одобрительный жест, «удовлетворенная» мимика (Ат – К Ф +).

Примеры редких образов: спящий человек – «после ужина спят» (К Ф Ориг-); человек с выпяченным животом – «он вкусно поел» (К Ф Ориг-).

Адекватные образы охватывают 94 % всех образов. Отказов нет.

4. *Болезнь (нездоровье).*

Стандартный образ: человек, лежащий в постели (К Ф + Ст).

Повторяющиеся образы: кровать, термометр, шприц, медикаменты (все – Ат Ф +), красный крест, змея над чашей (Ат Ф +), человек с признаками болезни и инвалидности (К Ф (Инд) +), лицо с мимикой страдания (Ат – К Ф +), надгробие (Ат Ф +), темное пятно (М Ф +).

Пример редких образов: туча, закрывающая солнце (М Ф Ориг +), дом – «когда болеют, сидят дома» (Ат Ф Ориг-).

Адекватные образы охватывают 86 % ответов. Отказов нет.

5. *Печаль (грусть).*

Стандартный образ: лицо с печальной мимикой, слезами (Ат Ф Ст +).

Повторяющиеся образы: человек в печальной позе (К Ф Инд +), следы (Ат Ф +), надгробие (Ат – К Ф Инд +), печальный осенний пейзаж (Ат (М-К) Ф (Инд) +).

Примеры редких образов: письмо – печальное известие (К Ф (Инд) Ориг-), папироса – «когда печален, курю» (К Инд – С Ориг-), падающая звезда, лира – «печаль подобна падающей звезде», «лира символизирует то, что печаль не вечна» (М Ф Ориг-).

Адекватные образы охватывают 88 % ответов. Отказов нет.

6. *Счастье (радость).*

Стандартный образ – лицо с мимикой радости (Ат Ф Ст +).

Повторяющиеся образы: солнце, радостный пейзаж (М Ф +), цветы (Ат (М) Ф +), ребенок (К Инд +), семья (К Инд Ф +), обручальные кольца (М К Ф (Инд) +), дом, автомашина, деньги, яхта – ассоциация по типу «счастье, когда это есть» (К Инд +), целующаяся пара (К Ф +).

Примеры редких образов: книга – «о счастье пишут в книгах» (К Ф Ориг-), облако – «счастье безгранично» (М Ф Ориг-), горы – «чувство счастья возникает у меня в горах» (К Инд – С Ориг-).

Адекватные образы охватывают 90 % всех образов. Отказов нет.

7. *Любовь.*



Стандартные образы: сердце, пронзенное стрелой (М Ф + Ст), целующиеся влюбленные (К Ф + Ст).

Повторяющиеся образы: солнце (М Ф +), цветы (Ат – М Ф +), обручальные кольца (Ат Ф +), ребенок (Ат Ф +), при ассоциации типа «любовь к детям» (К Ф +), два голубя (М Ф +).

Примеры редких образов: собака – «любовь к животным» (К Ф Ориг-), амур (М Ф Ориг +), множество солнц над морем – «любовь – вечный рассвет» (М Ф Ориг-), кубик – «любовь должна быть многогранна» (Г С Ф Ориг-).

Адекватные образы охватывают 89 % всех образов. В 3 протоколах отказы от выбора образа.

#### 8. Развитие (прогресс).

Стандартные образы на данное понятие отсутствуют.

Повторяющиеся образы: спираль, график, диаграмма (Гс – К Ф +), развитие растений – бутон – цветок, почка – лист, растущий росток (К Ф +), развитие насекомых, птиц, человека: ребенок – взрослый. (К Ф +), ступени лестницы (М Ф +), атрибуты умственного развития – книга (Ат Ф +), атрибуты физического развития – гантели, спортивные снаряды (Ат Ф +), атлет (К Ф +).

Примеры редких образов: разветвление дерева – «усложняющаяся схема» (М Ф Ориг +), квадрат – «развитие многосторонне» (Гс Ориг-), лицо в очках – «умственно развитые люди носят очки» (Ат Ф Ориг-).

Адекватные образы охватывают 78 % всех образов. В 6 протоколах отказы от выбора образа.

#### 9. Разлука (расставание).

Стандартные образы на данное понятие отсутствуют.

Повторяющиеся образы: прощающиеся люди (К Ф +), изображение транспортных средств (Ат (К) Ф (Инд) +), дорога (М – Ат Ф +), преграда – река, пропасть (М Ф +), разделяющая черта (Гс Ф), стрелки, направленные в разные стороны (Гс Ф+), письма – «в разлуке поддерживают письма» (К Инд-С +), корабли, расходящиеся в разные стороны (М Ф +).

Примеры редких образов: разведенный мост (М Ф Ориг+), развязанный узел (М Ф Ориг +), дом – «тяжело вдали от дома» (К Инд Ориг), платок – «платком вытирают слезы» (К Инд- С Ориг-), календарь – «сколько еще осталось ждать?» (К Инд- С Ориг-).

Адекватные образы охватывают 89 % всех образов. В 4 протоколах отказы от выбора образа.

#### 10. Обман (ложь).

Стандартные образы на данное понятие отсутствуют.

Повторяющиеся образы: лисица (М Ф +), четыре кулака (М Ф +), влюбленный под часами (К Ф +), беременная женщина (К Ф (Инд) +), женщина и уходящий мужчина (К Ф (Инд) +), человек с разведенными руками (К Ф +), лицо с печальной мимикой (Ат К Ф +), знак зачеркивания (Гс Ф +), зачеркнутые деньги (К Ф +), темное пятно (Гс Ф +).

Примеры редких образов: двуликий Янус (М Ф Ориг +), палец с круговой стрелкой – «обвести вокруг пальца» (М Ф Ориг +), сжатый кулак – «за обман бьют» (К Ф Ориг-), сцена суда – «обманщика судят» (К Ф Ориг-), кинжал – «за обман – смерть» (К Ф Ориг-), многочисленные развернутые изображения конкретного обмана типа «мальчик ищет собаку, взрослый посылает его не в ту сторону» (К Ф Ориг).

Адекватные образы охватывают 71 % всех образов. Отказы в 18 протоколах.

#### 11. Победа.

Стандартные образы: флаг (Ат Ф +), салют (Ат Ф +).

Повторяющиеся образы: памятник (Ат-Ф +), звезда Героя (Ат Ф +), спортивный пьедестал почета (Ат Ф +), кубок (Ат Ф +), победитель и поверженный (К Ф +), судья поднимает

руку боксеру на ринге (К Ф +), радующийся человек (К Ф +), автомобиль «Победа» (ассоциация по созвучию – особый феномен).

Примеры редких образов: цветы – «победителю дарят цветы» (Ат Ф Ориг-), голубь – «после победы наступает мир» (М Ф Ориг-), триумфальная арка (М Ф Ориг +), лавровый венок (М Ат Ориг +).

Адекватные образы охватывают 87 % всех образов. Отказов нет.

#### 12. *Подвиг (смелый поступок).*

Стандартный образ: подвиг Александра Матросова (К Ф + Ст).

Повторяющиеся образы: ордена, медали (Ат Ф +), памятник – обелиск (Ат Ф +), награжденный солдат (К Ф +), подвиг Гастелло (К Ф +), солдат, идущий навстречу танку (К Ф +), сцены спасения утопающего или на пожаре (К Ф +), космическая ракета (К Ф +).

Примеры редких образов: горящее сердце (М Ф Ориг +), человек с большими мускулами – «подвиг может совершить сильный» (Ат Ф Ориг-), квадрат и четыре математических символа бесконечности – «подвиг – это что-то бесконечно огромное» (Гс Ф Ориг-).

Адекватные образы составляют 86 % всех ответов. Отказов нет.

#### 13. *Вражда (противоборство).*

Стандартные образы на данное понятие отсутствуют.

Повторяющиеся образы: мечи, направленные друг на друга либо скрещенные (М – Ат Ф +), преграда между людьми – забор, река, пропасть (М Ат Ф +), кошка и собака (М Ф +), кошка и мышь (М Ф +), нож, пистолет, автомат (А Ф +), кулак (Ат К Ф +), дерущиеся или сражающиеся люди (К Ф +), мимика, выражающая злобу (Ат К Ф +).

Примеры редких образов: лежащий убитый человек (К Ф Ориг-), змея (М Ф Ориг +), высунутый язык – «вражда порождает сплетни» (Ат Ф Ориг-), боксерские перчатки – «вражда на ринге» (Ат Ф Ориг-), сапог, попирающий цветок (М Ф Ориг +), знаки «+» и «-» (Гс Ф Ориг +), белый и черный цвет (Гс Ф Ориг +).

Адекватные образы составляют 85 % всех образов. Отказы от выбора образа в 3 протоколах.

#### 14. *Справедливость (равенство).*

Стандартные образы на данное понятие отсутствуют.

Повторяющиеся образы: Фемиды, весы и меч (М Ф +), щит и меч (М Ф +), изображение суда (К Ф +), тюремная решетка (К Ф (Инд) +), книга, часто с надписью «Уголовный кодекс», «Конституция» (Ат Ф +), человек, делящий что-либо пополам (К Ф +), предмет (хлеб, яблоко, разрезанные пополам) (К Ф +), ось симметрии (Гс Ф +), человек, заступающий за обиженного (К Ф Инд +), знак равенства (Гс Ф +).

Примеры редких образов: пограничный столб – «границы устанавливают справедливо» (КФ Ориг-), рука, указывающая на окурочок – «справедливое замечание неряхе» (К Ф Ориг-), осколки – «справедливость – это хрупкое понятие» (М Ф Ориг-), квадрат – «справедливость – это равенство, а в квадрате равны и стороны и углы» (Гс Ф Ориг-).

Адекватные образы охватывают 76 % всех образов. Отказы в двух протоколах.

#### 15. *Сомнение (раздумье).*

Стандартные образы на данное понятие отсутствуют.

Повторяющиеся образы: знак «?» (Гс Ф +), лица с мимикой сомнения – поднятые брови (Ат Ф +), кинетическое выражение сомнения – палец, приставленный ко лбу, пожимание плечами (Ат К Ф (Инд-Кн) +), ромашка – «любит – не любит» (М Ф +), развилка дорог (М К Ф +), неопределенная фигура – «сомнение – неопределенность» (Гс Ф +).

Примеры редких образов: математический символ неопределенности (Гс Ф Ориг +), самолет – «сомневаюсь, полетит ли он» (К – Кф Ф Ориг-), телефон – «это символ ожидания, которое не кончается» (М Инд Ориг-).

Адекватные образы охватывают 75 % общего числа образов. Локальные образы в 8 протоколах.

16. *Дружба.*

Стандартные образы: рукопожатие, люди, взявшиеся за руки (М (К) Ф + Ст).

Повторяющиеся образы: олимпийские кольца (М Ф +), голубь (М Ф +), фестивальное значок (М Ф +), горы – «друга узнают в горах» (К Инд (Ф) +), электропила «Дружба» (ассоциация по созвучию – особый феномен).

Примеры редких образов: стол – «друзья собираются за столом» (Ат Ф Ориг-), лампочка и выключатель – «дружба – это взаимодействие» (И Ф Ориг).

Адекватные образы охватывают 88 % всех выборов. Отказов нет.

## 6.4. Цветовой тест Люшера

Данная проективная методика, основанная на субъективном предпочтении цветовых стимулов, позволяет оценить психическое состояние обследуемого в момент тестирования. Стимульный материал состоит из стандартных разноцветных вырезанных из бумаги квадратов со стороной 28 мм. Обычно используется набор из 8 цветных квадратов. Основными цветами считаются (в порядке присвоенного им номера):

- № 1 – синий;
- № 2 – зеленый;
- № 3 – красный;
- № 4 – желтый;
- дополнительными:
- № 5 – фиолетовый;
- № 6 – коричневый;
- № 7 – черный;
- № 8 – серый.

Упрощенная процедура обследования сводится к одновременному предъявлению всех цветных квадратов на белом фоне и просьбе выбрать один наиболее понравившийся, приятный. Выбранный квадрат переворачивается и откладывается в сторону, затем процедура повторяется. Образуется ряд квадратов, в котором цвета располагаются в порядке их привлекательности для обследуемого. Первые два цвета считаются явно предпочитаемыми, третий и четвертый – предпочитаемыми, пятый и шестой – нейтральными, а седьмой и восьмой – вызывающими антипатию, негативное отношение. Психологическая интерпретация полученного ряда субъективного предпочтения цвета опирается, во-первых, на предположение о том, что каждому цвету присуще определенное символическое значение, например: красный – стремление к власти, доминированию, а зеленый – упорство, настойчивость. Во-вторых, считается, что ряд цветового предпочтения отражает индивидуальные особенности обследуемого. При этом выделяется функциональная значимость позиции, занимаемой конкретным цветом. Например, первые две позиции ряда полагаются как определяющие цели индивидуума и способы их достижения, а две последние – подавленные потребности, символизируемые данными цветами. Выбор в области основных цветов связывается с тенденциями осознаваемыми, а среди дополнительных – со сферой бессознательного.

*Интерпретация.* Как отмечалось, одним из приемов трактовки результатов выбора является оценка положения основных цветов. Если они занимают позицию далее пятой, значит характеризующие ими свойства, потребности не удовлетворены, следовательно, имеют место тревожность, негативное состояние.

Рассматривается взаимное положение основных цветов. Когда, например, № 1 и 2 (синий и зеленый) находятся рядом (образуя функциональную группу), подчеркивается их общая черта – субъективная направленность «вовнутрь». Совместное положение цветов № 2 и 3 (зеленого и красного) указывает на автономность, самостоятельность в принятии решений, инициативность. Сочетание цветов № 3 и 4 (красного и желтого) подчеркивает направленность «вовне». Сочетание цветов № 1 и 4 (синего и желтого) усиливает представление зависимости испытуемых от среды. При сочетании цветов № 1 и 3 (синего и красного) в одной функциональной группе подчеркивается благоприятный баланс зависимости от среды и субъективной направленности (синий цвет) и автономности, направленности «вовне» (красный цвет). Сочетание зеленого и желтого цветов (№ 2 и 4) рассматривается как противопоставление субъективного стремления «вовнутрь», автономности, упрямства стремлению «вовне», зависимости от среды.

Основные цвета, по мнению М. Люшера, символизируют следующие психологические потребности:

№ 1 (синий) – потребность в удовлетворении, спокойствии, устойчивой положительной привязанности;

№ 2 (зеленый) – потребность в самоутверждении;

№ 3 (красный) – потребность активно действовать и добиваться успеха;

№ 4 (желтый) – потребность в перспективе, надеждах на лучшее, мечтах.

Если основные цвета находятся в 1–5-й позициях, считается, что эти потребности в известной мере удовлетворяются, воспринимаются как удовлетворяемые; если они в 6–8-й позициях, имеет место какой-либо конфликт, тревожность, неудовлетворенность из-за неблагоприятных обстоятельств. Отвергаемый цвет может рассматриваться как источник стресса. Например, отвергаемый синий цвет означает неудовлетворенность отсутствием покоя, привязанности.

Возможности оценки работоспособности в ходе анализа выбора цветов М. Люшер учитывал, исходя из следующих посылок.

Зеленый цвет характеризует гибкость волевых проявлений в сложных условиях деятельности, обеспечивающую поддержание работоспособности.

Красный цвет характеризует силу воли и чувство удовлетворенности стремлением к достижению цели, что также содействует поддержанию работоспособности.

Желтый цвет отражает надежды на успех, спонтанное удовлетворение от участия в деятельности (иногда без четкого осознания ее деталей), ориентацию на дальнейшую работу.

Если все эти три цвета стоят вначале ряда и все вместе, то вероятно более продуктивная деятельность, более высокая работоспособность. Если же они находятся во второй половине ряда и отделены друг от друга, прогноз менее благоприятный.

Показатели *тревоги*. Если основным цвет стоит на 6-м месте, он обозначается знаком «←», и все остальные, что находятся за ним (7–8-я позиции), обозначаются этим же знаком. Их следует рассматривать как отвергаемые цвета, как причину тревожности, негативного состояния.

В тесте Люшера такие случаи дополнительно помечаются буквой А над номером цвета и знаком. Например:

А	А	А
1	6	0

Показатели *компенсации*. При наличии источника стресса, тревоги (выражаемого каким-либо основным цветом, помещенным на 6-ю и 8-ю позиции) цвет, поставленный в 1-ю позицию, рассматривается как показатель компенсации (компенсирующий мотив, настроение, поведение). В этом случае над цифрой, занимающей первое место, ставится буква С. Считается более или менее нормальным явлением, когда компенсация проходит за счет одного из основных цветов. В то же время сам факт наличия показателя стресса и компенсации всегда свидетельствует о недостаточной оптимальности состояния.

В тех же случаях, когда компенсация проходит за счет дополнительных цветов, результаты теста трактуются как показатели негативного состояния, негативных мотивов, негативного отношения к окружающей ситуации.

Показатели *интенсивности тревоги* характеризуются позицией, занимаемой основными цветами. Если основным цвет на шестом месте, фактор, вызывающий тревогу, считается относительно слабым (это отмечается одним восклицательным знаком); если цвет в 7-

й позиции, ставятся два восклицательных знака (!!); если основной цвет в 8-й позиции, ставятся три знака (!!!). Таким образом, может быть поставлено до 6 знаков, характеризующих источники стресса, тревоги. Например:

!	!!	!!!
A	A	A
2	1	4

Подобным же образом оцениваются случаи неблагоприятной компенсации. Если компенсацией служит какой-либо из основных цветов или фиолетовый, не ставится никаких знаков. Если серый, коричневый или черный цвет занимают 3-ю позицию, ставится один восклицательный знак, если 2-ю позицию, ставится два знака (!!), если первую позицию, ставится три знака (!!!). Таким образом, их может быть 6. Например:

!!!	!!	!
C	C	C
+	+	+
6	0	7

Считается, что чем больше знаков «!», тем прогноз неблагоприятнее.

С учетом полученных результатов тестирования целесообразно выполнить упражнения аутогенной тренировки с целью саморегуляции психического состояния. Повторное тестирование после таких мероприятий (в сочетании с другими методиками) может дать информацию о снижении тревожности, напряженности.

Особо важное значение при интерпретации результатов тестирования имеет оценка цвета в последней, 8-й позиции (или в 4-й функциональной группе при наличии двух цветов со знаком «→»). Если цвета в этой позиции помечены восклицательными знаками, значит достаточно велика вероятность развития у испытуемого состояния тревожности.

Обратите внимание на соотношение первой и восьмой позиций, имеет ли место компенсация, по нормальной ли схеме она построена?

Может быть также проанализировано отношение цветов во второй и третьей позициях (желаемая цель и фактическая ситуация). Нет ли между ними конфликта? Например, красный цвет *во второй позиции* и серый – *в третьей позиции* символизируют конфликт между своей целью, мотивами и самооценкой реального состояния.

Анализируя и интерпретируя результаты теста Люшера, полученную психодиагностическую информацию следует сопоставлять с материалами анкетирования, наблюдения, бесед, изучения документов испытуемых. Только при таком разностороннем изучении можно делать обоснованные заключения о чертах личности, ее психологических особенностях.

То же самое следует сказать о перспективах использования результатов теста для оценки состояния, в частности эмоционального состояния, напряженности, тревожности. Однако совпадение показателей цветового теста (выбор цветов № 6, 7, 0 *в первой позиции*) и

данных анкетирования и наблюдения позволяет с большей уверенностью судить о развитии у испытуемых различных негативных состояний.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Изучение анамнеза жизни и болезни пациента позволяет врачу проникнуть во внутренний мир человека, познакомиться с историей его жизни, понять его индивидуальность. Именно на этом этапе беседы между врачом и больным возникают доверительный эмоциональный контакт и человеческое взаимопонимание. Однократная беседа, конечно, не дает полного представления о человеке как личности, но повторение беседы, использование сведений, полученных о больном от других лиц, и, наконец, результаты объективного наблюдения дополняют имеющуюся информацию.

Врач любой специальности должен уметь описать психическое состояние больного, оценить его сознание, особенности психомоторики, речи, мышления, установить уровень интеллектуального развития, определить особенности темперамента, ведущие черты характера. Особенно важно правильно квалифицировать текущее эмоциональное состояние больного (наличие подавленности, депрессии, напряженности, волнения и т. д.). При этом большую пользу могут принести данные психодиагностического исследования личности с использованием как общих, так и частных методов. К числу основных из них относится беседа, опросник Мини-Мульт, опросник Шмишека, опросник Айзенка. В необходимых случаях используются методы диагностики познавательных процессов, негативных психических состояний (в первую очередь, шкала астенического состояния (ШАС) и шкала самооценки уровня тревожности Спилберга–Ханина). Наличие психических нарушений пограничного уровня требует применения методов диагностики признаков нервно-психической неустойчивости и социальной дезадаптации (экспресс-анкета «Прогноз», тест «Нервно-психическая адаптация», опросник НПН и др.), методов выраженности психопатологической и невротической симптоматики (опросник невротических черт личности, опросник выраженности психопатологической симптоматики SCL-90-R) и т. д. Дополнительную помощь при диагностике оказывают проективные методы. В большинстве практических ситуаций вполне достаточно методик, описанных в настоящем пособии. Клинические психологи в целях углубленной диагностики используют более сложные методики.

При анализе результатов психодиагностического обследования и особенно в процессе их интерпретации не всегда целесообразно ограничиваться использованием алгоритмов уровневой оценки тестовых показателей. Только качественный анализ данных обследования в сочетании с результатами наблюдения и беседы дают адекватные сведения о пациенте. Важную информацию мы получаем при углубленной интерпретации отдельных факторов и компонентов проективных методик. Например, изучение содержания некоторых фраз из методики «Незавершенные предложения» или некоторых суждений при проведении теста Роршаха позволяет иногда получить информацию, дающую основания к необходимости углубленного психологического обследования, консультации невропатолога или психиатра.

Таким образом, даже данные тщательного психологического обследования не дают права врачу на категорические экспертные суждения, для этого нужны еще и глубокие психологические знания. Врач должен уметь квалифицировать психологическое состояние больного с любой патологией. При этом необходимо учесть внутреннюю картину болезни, отношение больного к болезни и лечению и использовать эту информацию для индивидуальной психокоррекции, психотерапии и назначения психофармакологических препаратов при лечении основного и сопутствующих заболеваний.



## ПРИЛОЖЕНИЯ

### **Приложение 1** **Текст опросника Мини-Мульт**

*Инструкция:* «Сейчас вы ознакомитесь с утверждениями, касающимися состояния вашего здоровья и вашего характера. Прочитайте каждое утверждение и решите, верно оно или неверно по отношению к вам. Не тратьте времени на раздумывание. Наиболее естественно то решение, которое первым приходит в голову».

1. У вас хороший аппетит.
2. По утрам вы обычно чувствуете, что выспались и отдохнули.
3. В вашей повседневной жизни масса интересного.
4. Вы работаете с большим напряжением.
5. Временами вам приходят в голову такие нехорошие мысли, что о них лучше не рассказывать.
6. У вас очень редко бывает запор.
7. Иногда вам очень хотелось навсегда уйти из дома.
8. Временами у вас бывают приступы неудержимого смеха или плача.
9. Временами вас беспокоит тошнота и позывы на рвоту.
10. Вам кажется, что вас никто не понимает.
11. Иногда вам хочется выругаться.
12. Каждую неделю вам снятся кошмары.
13. Вам труднее сосредоточиться, чем большинству людей.
14. С вами происходили (или происходят) странные вещи.
15. Вы достигли бы в жизни гораздо большего, если бы люди не были настроены против вас.
16. В детстве вы одно время совершали кражи.
17. Бывало, что по нескольку дней, недель или целых месяцев вы ничем не могли заняться, потому что трудно было заставить себя включиться в работу.
18. У вас прерывистый и беспокойный сон.
19. Когда вы находитесь среди людей, вам слышатся странные вещи.
20. Большинство знающих вас людей не считают вас неприятным человеком.
21. Вам часто приходилось подчиняться кому-нибудь, кто знал меньше вашего.
22. Большинство людей довольны своей жизнью более, чем вы.
23. Очень многие преувеличивают свои несчастья, чтобы добиться сочувствия и помощи.
24. Часто у вас бывает подергивание в мышцах.
25. Иногда вы сердитесь.
26. Вам определенно не хватает уверенности в себе.
27. У вас часто бывает чувство, как будто вы сделали что-то неправильное или нехорошее.
28. Обычно вы удовлетворены своей судьбой.
29. Некоторые так любят командовать, что вам хочется все сделать наперекор, хотя вы знаете, что они правы.
30. Вы считаете, что против вас что-то замышляют.
31. Большинство людей способно добиваться выгоды не совсем честным путем.

32. Вас часто беспокоит желудок.
33. Часто вы не можете понять, почему накануне были в плохом настроении и раздражены.
34. Временами ваши мысли текли так быстро, что вы не успевали их высказывать.
35. Вы считаете, что ваша семейная жизнь не хуже, чем у большинства ваших знакомых.
36. Временами вы уверены в собственной бесполезности.
37. В последние годы ваше самочувствие было в основном хорошим.
38. У вас бывали периоды, во время которых вы что-то делали и потом не могли вспомнить, что именно.
39. Вы считаете, что вас часто незаслуженно наказывали.
40. Вы никогда не чувствовали себя лучше, чем теперь.
41. Вам безразлично, что думают о вас другие.
42. С памятью у вас все благополучно.
43. Вам трудно поддерживать разговор с человеком, с которым вы только что познакомились.
44. Большую часть времени вы чувствуете общую слабость.
45. У вас редко болит голова.
46. Иногда вам бывало трудно сохранить равновесие при ходьбе.
47. Не все ваши знакомые вам нравятся.
48. Есть люди, которые пытаются украсть ваши идеи и мысли.
49. Вы считаете, что совершали поступки, которые нельзя простить.
50. Вы считаете, что вы слишком застенчивы.
51. Вы почти всегда о чем-нибудь тревожитесь.
52. Ваши родители часто не одобряли ваших знакомств.
53. Иногда вы немного сплетничаете.
54. Временами вы чувствуете, что вам необыкновенно легко принимать решения.
55. У вас бывает сильное сердцебиение, и вы часто задыхаетесь.
56. Вы вспыльчивы, но отходчивы.
57. У вас бывают периоды такого беспокойства, что трудно усидеть на месте.
58. Ваши родители и другие члены семьи часто придираются к вам.
59. Ваша судьба никого особенно не интересует.
60. Вы не осуждаете человека, который не прочь воспользоваться в своих интересах ошибками другого.
61. Иногда вы полны энергии.
62. За последнее время у вас ухудшилось зрение.
63. Часто у вас звенит или шумит в ушах.
64. В вашей жизни были случаи (может быть, только один), когда вы чувствовали, что на вас действуют гипнозом.
65. У вас бывают периоды, когда вы необычно веселы без особой причины.
66. Даже находясь в обществе, вы обычно чувствуете себя одиноко.
67. Вы считаете, что почти каждый может солгать, чтобы избежать неприятностей.
68. Вы чувствуете острее, чем большинство других людей.
69. Временами ваша голова работает как бы медленнее, чем обычно.
70. Вы часто разочаровываетесь в людях.
71. Вы злоупотребляли спиртными напитками.

## **Приложение 2**

### **Текст опросника Шмишека для диагностики акцентуаций личности (подростковый вариант)**

*Инструкция:* «Вам предлагается ответить на 88 вопросов, касающихся различных сторон вашей личности. На регистрационном листе рядом с номером вопроса поставьте знак „+“ (да), если согласны, или „-“ (нет), если не согласны. Отвечайте быстро, долго не задумывайтесь».

1. Ты обычно спокоен, весел?
2. Легко ли ты обижаешься, огорчаешься?
3. Легко ли ты можешь расплакаться?
4. Много ли раз ты проверяешь, нет ли ошибок в твоей работе?
5. Такой ли ты сильный, как твои одноклассники?
6. Легко ли ты переходишь от радости к грусти и наоборот?
7. Любишь ли ты быть главным в игре?
8. Бывают ли дни, когда ты без всяких причин на всех сердиться?
9. Серьезный ли ты человек?
10. Всегда ли ты стараешься добросовестно выполнять задания учителей?
11. Умеешь ли ты выдумывать новые игры?
12. Скоро ли ты забываешь, если кого-нибудь обидел?
13. Считаешь ли ты себя добрым, умеешь ли сочувствовать?
14. Бросив письмо в почтовый ящик, проверяешь ли ты рукой, не застряло ли оно в прорези?
15. Стараешься ли быть лучшим в школе, в спортивной секции, в кружке?
16. Когда ты был маленьким, ты боялся грозы, собак?
17. Считают ли тебя ребята чересчур старательным и аккуратным?
18. Зависит ли твое настроение от домашних и школьных дел?
19. Можно ли сказать, что большинство твоих знакомых любят тебя?
20. Бывает ли у тебя беспокойно на душе?
21. Тебе обычно немного грустно?
22. Переживая горе, случалось ли тебе рыдать?
23. Тебе трудно оставаться на одном месте?
24. Борешься ли ты за свои права, когда с тобой поступают несправедливо?
25. Приходилось ли тебе когда-нибудь стрелять из рогатки в кошек?
26. Раздражает ли тебя, когда занавес или скатерть висят неровно?
27. Когда ты был маленьким, ты боялся оставаться один дома?
28. Бывает ли так, что тебе весело или грустно без причины?
29. Ты один из лучших учеников в классе? 30. Часто ли ты веселишься, дурачишься?
31. Легко ли ты можешь рассердиться?
32. Чувствуешь ли ты себя иногда очень счастливым?
33. Умеешь ли веселить ребят?
34. Можешь ли ты прямо сказать кому-то все, что ты о нем думаешь?
35. Боишься ли ты крови?
36. Охотно ли ты выполняешь школьные поручения?
37. Заступишься ли ты за тех, с кем поступили несправедливо?
38. Тебе неприятно войти в темную пустую комнату?
39. Тебе больше по душе медленная и точная работа, чем быстрая и не такая точная?

40. Легко ли ты знакомишься с людьми?
41. Охотно ли ты выступаешь на утренниках, вечерах?
42. Ты когда-нибудь убегал из дома?
43. Ты когда-нибудь расстраивался из-за ссоры с ребятами, учителями настолько, что не мог пойти в школу?
44. Кажется ли тебе жизнь тяжелой?
45. Можешь ли ты при неудаче посмеяться над собой?
46. Стараешься ли ты помириться, если ссора произошла не по твоей вине?
47. Любишь ли ты животных?
48. Уходя из дома, приходилось ли тебе возвращаться, чтобы проверить, не случилось ли чего-нибудь?
49. Кажется ли тебе иногда, что с тобой или твоими родными должно что-то случиться?
50. Твое настроение зависит от погоды?
51. Трудно ли тебе отвечать в классе, даже если ты знаешь ответ на вопрос?
52. Можешь ли ты, если сердиться на кого-то, начать драться?
53. Нравится ли тебе быть среди ребят?
54. Если тебе что-то не удастся, можешь ли ты прийти в отчаяние?
55. Можешь ли ты организовать игру, работу?
56. Упорно ли ты стремишься к цели, даже если на пути встречаются трудности?
57. Плакал ли ты когда-нибудь во время просмотра кинофильма, чтения грустной книги?
58. Бывает ли тебе трудно уснуть из-за каких-нибудь забот?
59. Подсказываешь ли ты или даешь списывать?
60. Боишься ли ты пройти один по темной улице вечером?
61. Следишь ли ты за тем, чтобы каждая вещь лежала на своем месте?
62. Бывает ли с тобой, что ты ложишься спать с хорошим настроением, а просыпаешься с плохим?
63. Свободно ли ты чувствуешь себя с незнакомыми ребятами (в новом классе, лагере)?
64. Бывает ли у тебя головная боль?
65. Часто ли ты смеешься?
66. Если ты не уважаешь человека, можешь ли ты вести себя с ним так, чтобы он этого не замечал (не показывать своего неуважения)?
67. Можешь ли ты сделать много разных дел за один день?
68. Часто ли с тобой бывают несправедливости?
69. Любишь ли ты природу?
70. Уходя из дома, ложась спать, проверяешь ли ты, заперта ли дверь, выключен ли свет?
71. Боязлив ли ты, как ты считаешь?
72. Меняется ли твое настроение за праздничным столом?
73. Участвуешь ли ты в драматическом кружке, любишь ли ты читать стихи со сцены?
74. Бывает ли у тебя без особой причины угрюмое настроение, при котором тебе ни с кем не хочется говорить?
75. Бывает ли, что ты думаешь о будущем с грустью?
76. Бывают ли у тебя неожиданные переходы от радости к тоске?
77. Умеешь ли ты развлекать гостей?
78. Подолгу ли ты сердиться, обижаешься?
79. Сильно ли ты переживаешь, если горе случилось у твоих друзей?
80. Станешь ли ты из-за ошибки, помарки переписывать лист в тетради?
81. Считаешь ли ты себя недоверчивым? 82. Часто ли тебе снятся страшные сны?

83. Возникало ли у тебя желание прыгнуть в окно или броситься под машину?
84. Становится ли тебе веселее, если все вокруг веселятся?
85. Есть ли у тебя неприятности, можешь ли ты на время забывать о них, не думать о них постоянно?
86. Совершаешь ли ты поступки, неожиданные для самого себя?
87. Обычно ты немногословен, молчалив?
88. Мог бы ты, участвуя в драматическом представлении, настолько войти в роль, что при этом забыть, что ты не такой, как на сцене?

## **Приложение 3**

### **Текст опросника Шмишека для диагностики акцентуаций личности (взрослый вариант)**

*Инструкция:* «Вам предлагается ответить на 88 вопросов, касающихся различных сторон вашей личности. На регистрационном листе рядом с номером вопроса поставьте знак „+“ (да), если согласны, или „-“ (нет), если не согласны. Отвечайте быстро, долго не задумывайтесь».

1. Является ли ваше настроение в общем веселым и беззаботным?
2. Восприимчивы ли вы к обидам?
3. Случалось ли вам иногда быстро заплакать?
4. Всегда ли вы считаете себя правым в том деле, которое делаете, и вы не успокоитесь, пока не убедитесь в этом?
5. Считаете ли вы себя более смелым, чем в детском возрасте?
6. Может ли ваше настроение изменяться от «ликующей» радости до глубокой печали?
7. Находитесь ли вы в компании в центре внимания?
8. Бывают ли у вас дни, когда вы без достаточных оснований находитесь в угрюмом и раздражительном состоянии и ни с кем не хотите разговаривать?
9. Серьезный ли вы человек?
10. Можете ли вы сильно воодушевиться?
11. Предприимчивы ли вы?
12. Быстро ли вы забываете, когда вас кто-то обидит?
13. Мягкосердечный ли вы человек?
14. Пытаетесь ли вы проверить после того, как опустили письмо в почтовый ящик, не осталось ли оно висеть там?
15. Всегда ли вы добросовестны в работе?
16. Испытывали ли вы, когда были ребенком, страх перед грозой или собаками?
17. Считаете ли вы других людей недостаточно педантичными?
18. Сильно ли зависит ваше настроение от жизненных событий и переживаний?
19. Всегда ли вы прямодушны со своими знакомыми?
20. Бывает ли у вас чаще всего подавленное настроение?
21. Был ли у вас раньше истерический припадок или истощение нервной системы?
22. Склонны ли вы к состояниям внутреннего беспокойства или страстным стремлениям?
23. Трудно ли вам длительное время просидеть на стуле?
24. Боретесь ли вы за свои интересы, когда кто-либо поступает с вами несправедливо?
25. Смогли бы вы убить человека?
26. Очень ли вам мешает косо висящая гардина или неровно постланная скатерть? Устраняете ли вы сразу эти недостатки?
27. Испытывали ли вы в детстве страх, когда оставались одни в квартире?
28. Часто ли у вас без причины меняется настроение?
29. Всегда ли вы старательно относитесь к своей деятельности?
30. Быстро ли вы сможете разгневаться?
31. Можете ли вы быть бесшабашно веселым?
32. Можете ли вы иногда целиком проникнуться чувством радости? 33. Подходите ли вы для проведения увеселительного мероприятия?

34. Высказываете ли вы обычно людям свое сокровенное мнение по тому или иному вопросу?
35. Влияет ли на вас вид крови?
36. Охотно ли вы занимаетесь деятельностью, сопряженной с большой ответственностью?
37. Склонны ли вы вступиться за человека, с которым поступили несправедливо?
38. Трудно ли вам решиться войти в темный коридор?
39. Выполняете ли вы кропотливую работу так же медленно и тщательно, как любимое вами дело?
40. Являетесь ли вы общительным человеком?
41. Охотно ли вы декламировали в школе стихи?
42. Убегали ли вы ребенком из дома?
43. Тяжело ли вы воспринимаете жизнь?
44. Бывали ли у вас конфликты и неприятности, которые так изматывали вам нервы, что вы не выходили на работу (пропускали в школе занятия)?
45. Можно ли сказать, что вы и при неудачах не теряете чувство юмора?
46. Сделаете ли вы шаг к примирению, если кто-либо вас лично оскорбит?
47. Любите ли вы животных?
48. Уйдете ли вы с работы или из дому, если у вас что-то не в порядке?
49. Мучают ли вас неопределенные мысли, что с вами или с вашими родственниками случится какое-нибудь несчастье?
50. Считаете ли вы, что ваше настроение зависит от погоды?
51. Затруднит ли вас выступить на сцене перед большим количеством народа?
52. Можете ли вы выйти из себя и дать волю рукам, если кто-нибудь умышленно вас грубо рассердит?
53. Много ли вы общаетесь?
54. Если вы будете чем-то разочарованы, то придете ли вы в отчаянье?
55. Нравится ли вам работа организаторского характера?
56. Упорно ли вы стремитесь к своей цели, даже если на пути встречается много препятствий?
57. Может ли вас так захватить кинофильм, что слезы выступят на глазах?
58. Трудно ли вам будет заснуть, если вы целый день размышляли над своим будущим или над какой-либо проблемой?
59. Приходилось ли вам в школьные годы пользоваться подсказками и списывать у товарищей домашнее задание?
60. Трудно ли вам пройти ночью через кладбище?
61. Следите ли вы с большим вниманием, чтобы каждая вещь в доме лежала на своем месте?
62. Приходилось ли вам лечь спать в хорошем настроении, а проснуться в удрученном и несколько часов еще оставаться в таком настроении?
63. Можете ли вы с легкостью приспособиться к новой ситуации?
64. Есть ли у вас предрасположение к головной боли?
65. Часто ли вы смеетесь?
66. Можете ли вы быть приветливым с людьми, не открывая своего истинного отношения к ним?
67. Можно ли вас назвать оживленным и легким человеком?
68. Сильно ли вы страдаете от несправедливости?
69. Можно ли вас назвать страстным любителем природы?

70. Есть ли у вас привычка проверять перед сном или перед тем, как уйти, выключены ли газовые и электрические приборы, хорошо ли заперта дверь и т. д.?
71. Пугливы ли вы?
72. Бывает ли, что вы чувствуете себя на седьмом небе, хотя объективных причин для этого нет?
73. Охотно ли вы участвовали в юности в кружках художественной самодеятельности, в театральном кружке?
74. Тянет ли вас иногда в даль?
75. Смотрите ли вы на будущее пессимистически?
76. Может ли ваше настроение измениться от высочайшей радости до глубокой тоски за короткий период времени?
77. Легко ли поднимается ваше настроение в дружеской компании?
78. Переносите ли вы злость длительное время?
79. Сильно ли вы переживаете, если горе случилось у другого человека?
80. Была ли у вас в школьные годы привычка переписывать лист тетради, если допустили помарку?
81. Можно ли сказать, что вы больше недоверчивы и осторожны, чем доверчивы?
82. Часто ли вы видите страшные сны?
83. Возникала ли у вас мысль против воли броситься из окна или под приближающийся поезд?
84. Становитесь ли вы радостным в веселом окружении?
85. Легко ли вы можете отвлечься от обременительных вопросов и не думать постоянно о них?
86. Трудно ли вам сдерживать себя, если вы разозлитесь?
87. Предпочитаете ли вы молчать (да), или вы словоохотливы (нет)?
88. Могли бы вы, если пришлось бы участвовать в театральном представлении, с полным проникновением и перевоплощением войти в роль и забыть о себе?



## **Приложение 4**

### **Личностный опросник Айзенка (вариант А)**

*Инструкция:* «Предлагаем вам ответить на вопросы, направленные на выявление вашего обычного способа поведения. Постарайтесь представить типичные ситуации и дать первый „естественный“ ответ, который придет вам в голову. Отвечайте быстро и точно. Помните, что нет „хороших“ или „плохих“ ответов. Если вы согласны с утверждением, поставьте рядом с его номером знак „+“ (да), если нет – знак „-“ (нет).

1. Часто ли вы испытываете тягу к новым впечатлениям, к тому, чтобы отвлечься, испытать сильные ощущения?
2. Часто ли вы чувствуете, что нуждаетесь в друзьях, которые могут вас понять, ободрить или посочувствовать?
3. Считаете ли вы себя беззаботным человеком?
4. Очень ли трудно вам отказываться от своих намерений?
5. Обдумываете ли вы свои дела не спеша и предпочитаете ли подождать прежде чем действовать?
6. Всегда ли вы сдерживаете свои обещания, даже если это вам невыгодно?
7. Часто ли у вас бывают спады и подъемы настроения?
8. Быстро ли вы обычно действуете и говорите, не тратите ли много времени на обдумывание?
9. Возникало ли у вас когда-нибудь чувство, что вы несчастны, хотя никакой серьезной причины для этого не было?
10. Верно ли, что «на спор» вы способны решиться на все?
11. Смущаетесь ли вы, когда хотите познакомиться с человеком противоположного пола, который вам симпатичен?
12. Бывает ли когда-нибудь, что, разозлившись, вы выходите из себя?
13. Часто ли бывает, что вы действуете необдуманно, под влиянием момента?
14. Часто ли вас беспокоят мысли о том, что вам не следовало чего-либо делать или говорить?
15. Предпочитаете ли вы чтение книг встречам с людьми?
16. Верно ли, что вас легко задеть?
17. Любите ли вы часто бывать в компании?
18. Бывают ли иногда у вас такие мысли, которыми вам не хотелось бы делиться с другими людьми?
19. Верно ли, что иногда вы настолько полны энергии, что все горит в руках, а иногда чувствуете сильную вялость?
20. Стараетесь ли вы ограничить круг своих знакомых небольшим числом самых близких друзей?
21. Много ли вы мечтаете?
22. Когда на вас кричат, отвечаете ли вы тем же?
23. Считаете ли вы все свои привычки хорошими?
24. Часто ли у вас появляется чувство, что вы в чем-то виноваты?
25. Способны ли вы иногда дать волю своим чувствам и беззаботно развлекаться в веселой компании?
26. Можно ли сказать, что нервы у вас часто бывают натянуты до предела?
27. Слывете ли вы за человека живого и веселого?
28. После того как дело сделано, часто ли вы мысленно возвращаетесь к нему и думаете, что могли бы сделать лучше?

29. Чувствуете ли вы себя беспокойно, находясь в большой компании?
30. Бывает ли, что вы передаете слухи?
31. Бывает ли, что вам не спится из-за того, что в голову лезут разные мысли?
32. Если вы хотите узнать что-либо, предпочтете ли вы найти это в книге, чем спросить у друзей?
33. Бывают ли у вас сильные сердцебиения?
34. Нравится ли вам работа, требующая сосредоточения?
35. Бывают ли у вас приступы дрожи?
36. Всегда ли вы говорите только правду?
37. Бывает ли вам неприятно находиться в компании, где все подшучивают друг над другом?
38. Раздражительны ли вы?
39. Нравится ли вам работа, требующая быстрого действия?
40. Верно ли, что вам часто не дают покоя мысли о разных неприятностях и ужасах, которые могли бы произойти, хотя все кончилось благополучно?
41. Верно ли, что вы неторопливы в движениях и несколько медлительны? 42. Опаздывали ли вы когда-нибудь на работу или на встречу с кем-либо?
43. Часто ли вам снятся кошмары?
44. Верно ли, что вы так любите поговорить, что не упускаете любого удобного случая побеседовать с новым человеком?
45. Беспокоят ли вас какие-нибудь боли?
46. Огорчились бы вы, если бы долго не могли видеться со своими друзьями?
47. Можете ли вы назвать себя нервным человеком?
48. Есть ли среди ваших знакомых такие, которые вам явно не нравятся?
49. Могли бы вы сказать, что вы уверенный в себе человек?
50. Легко ли вас задевает критика ваших недостатков или вашей работы?
51. Трудно ли вам получить настоящее удовольствие от мероприятий, в которых участвует много народа?
52. Беспокоит ли вас чувство, что вы чем-то хуже других?
53. Сумели бы вы внести оживление в скучную компанию?
54. Бывает ли, что вы говорите о вещах, в которых совсем не разбираетесь?
55. Беспокоитесь ли вы о своем здоровье? 56. Любите ли вы подшутить над другими?
57. Страдаете ли вы бессонницей?

## **Приложение 5**

### **Личностный опросник Айзенка (вариант В)**

1. Нравится ли вам оживление и суета вокруг вас?
2. Часто ли у вас бывает беспокойное чувство, что вам что-нибудь хочется, а вы не знаете что?
3. Вы из тех людей, которые не лезут за словом в карман?
4. Чувствуете ли вы себя иногда счастливым, а иногда печальным без какой-либо причины?
5. Держитесь ли вы обычно в тени на вечеринках или в компании?
6. Всегда ли в детстве вы делали немедленно и безропотно то, что вам приказывали?
7. Бывает ли у вас иногда дурное настроение?
8. Когда вас втягивают в ссору, предпочитаете ли вы отмолчаться, надеясь, что всё обойдется?
9. Легко ли вы поддаетесь переменам настроения?
10. Нравится ли вам находиться среди людей?
11. Часто ли вы теряли сон из-за своих тревог?
12. Упрямитесь ли вы иногда?
13. Могли бы вы назвать себя беспечным человеком?
14. Часто ли вам приходят хорошие мысли слишком поздно?
15. Предпочитаете ли вы работать в одиночестве?
16. Часто ли вы чувствуете себя апатичным и усталым без серьезной причины?
17. Вы по натуре живой человек?
18. Смеетесь ли вы иногда над неприличными шутками?
19. Часто ли вам что-то так надоедает, что вы чувствуете себя «сытым по горло»?
20. Чувствуете ли вы себя неловко в какой-либо одежде, кроме повседневной?
21. Часто ли ваши мысли отвлекаются, когда вы пытаетесь сосредоточиться на чем-то?
22. Можете ли вы быстро выразить ваши мысли словами?
23. Полностью ли вы свободны от всяких предрассудков?
24. Часто ли вы бываете погружены в свои мысли?
25. Нравятся ли вам первоапрельские шутки?
26. Часто ли вы думаете о своей работе?
27. Очень ли вы любите вкусно поесть?
28. Нуждаетесь ли вы в дружески расположенном человеке, чтобы выговориться, когда вы раздражены?
29. Очень ли вам неприятно брать займы или продавать что-нибудь, когда вы нуждаетесь в деньгах?
30. Хвастаетесь ли вы иногда?
31. Очень ли вы чувствительны к некоторым вещам?
32. Предпочли бы вы остаться в одиночестве дома, чем пойти на скучную вечеринку?
33. Бываете ли вы иногда беспокойным настолько, что не можете долго усидеть на месте?
34. Склонны ли вы тщательно планировать свои дела раньше, чем следовало бы?
35. Бывают ли у вас головокружения?
36. Всегда ли вы отвечаете на письма сразу после прочтения?
37. Справляетесь ли вы с делом лучше, обдумав его самостоятельно, а не обсуждая с другими?

38. Бывает ли у вас когда-либо одышка, даже если вы не делали никакой тяжелой работы?
39. Можно ли сказать, что вы человек, которого не волнует, чтобы все было именно так, как нужно?
40. Беспокоят вас ваши нервы?
41. Предпочитаете ли вы больше строить планы, чем действовать?
42. Откладываете ли вы иногда на завтра то, что должны сделать сегодня?
43. Нервничаете ли вы в местах, подобных лифту, метро, туннелю?
44. При знакомстве вы обычно первым проявляете инициативу?
45. Бывают ли у вас сильные головные боли?
46. Считаете ли вы обычно, что все само собой уладится и придет в норму?
47. Трудно ли вам заснуть ночью?
48. Лгали ли вы когда-нибудь в своей жизни?
49. Говорите ли вы иногда первое, что придет в голову?
50. Долго ли вы переживаете после случившегося конфуза?
51. Замкнуты ли вы обычно со всеми, кроме близких друзей?
52. Часто ли с вами случаются неприятности?
53. Любите ли вы рассказывать истории друзьям?
54. Предпочитаете ли вы больше выигрывать, чем проигрывать?
55. Часто ли вы чувствуете себя неловко в обществе людей выше вас по положению?
56. Когда обстоятельства против вас, думаете ли вы обычно, что стоит еще что-либо предпринять?
57. Часто ли у вас сосет под ложечкой перед важным делом?

## **Приложение 6**

### **Текст методики диагностики состояния агрессии (опросник Басса – Дарки)**

*Инструкция:* «Прочитав утверждения, примерьте, насколько они соответствуют вашему стилю поведения, вашему образу жизни, и отвечайте „да“ или „нет“».

1. Временами я не могу справиться с желанием причинить вред другим.
2. Иногда сплетничаю о людях, которых не люблю.
3. Я легко раздражаюсь, но быстро успокаиваюсь.
4. Если меня не попросят по-хорошему, я не выполню.
5. Я не всегда получаю то, что мне положено.
6. Я не знаю, что люди говорят обо мне за моей спиной.
7. Если я не одобряю поведение друзей, я даю им это почувствовать.
8. Когда мне случалось обмануть кого-нибудь, я испытывал мучительные угрызения совести.
9. Мне кажется, что я не способен ударить человека.
10. Я никогда не раздражаюсь настолько, чтобы кидаться предметами.
11. Я всегда снисходителен к чужим недостаткам.
12. Если мне не нравится установленное правило, мне хочется нарушить его.
13. Другие умеют почти всегда пользоваться благоприятными обстоятельствами.
14. Я держусь настороженно с людьми, которые относятся ко мне несколько более дружелюбно, чем я ожидал.
15. Я часто бываю не согласен с людьми.
16. Иногда мне на ум приходят мысли, которых я стыжусь.
17. Если кто-нибудь первым ударит меня, я не отвечу ему.
18. Когда я раздражаюсь, я хлопаю дверями.
19. Я гораздо более раздражителен, чем кажется.
20. Если кто-то воображает из себя начальника, то я всегда поступаю ему наперекор.
21. Меня немного огорчает моя судьба.
22. Я думаю, что многие люди не любят меня.
23. Я не могу удержаться от спора, если люди не согласны со мной.
24. Люди, увливающие от работы, должны испытывать чувство вины.
25. Тот, кто оскорбляет меня и мою семью, напрашивается на драку.
26. Я не способен на грубые шутки.
27. Меня охватывает ярость, когда надо мной насмеются.
28. Когда люди строят из себя начальников, я делаю все, чтобы они не зазнавались.
29. Почти каждую неделю я вижу кого-нибудь, кто мне не нравится.
30. Довольно многие люди завидуют мне.
31. Я требую, чтобы люди уважали меня.
32. Меня угнетает то, что я мало делаю для своих родителей.
33. Люди, которые постоянно изводят вас, стоят того, чтобы их «щелкнули по носу».
34. Я никогда не бываю мрачен от злости.
35. Если ко мне относятся хуже, чем я того заслуживаю, я не расстраиваюсь.
36. Если кто-то выводит меня из себя, я не обращаю внимания.
37. Хотя я и не показываю этого, меня иногда гложет зависть.
38. Иногда мне кажется, что надо мной смеются.
39. Даже если я злюсь, я не прибегаю к «сильным» выражениям.

40. Мне хочется, чтобы мои грехи были прощены.
41. Я редко даю сдачи, даже если кто-нибудь ударит меня.
42. Когда получается не по-моему, я иногда обижаюсь.
43. Иногда люди раздражают меня одним своим присутствием.
44. Нет людей, которых бы я по-настоящему ненавидел.
45. Мой принцип: «Никогда не доверять „чужакам“».
46. Если кто-нибудь раздражает меня, я готов сказать, что я о нем думаю.
47. Я делаю много такого, о чем впоследствии жалею.
48. Если я разозлюсь, я могу ударить кого-нибудь.
49. С детства я никогда не проявлял вспышек гнева.
50. Я часто чувствую себя как пороховая бочка, готовая взорваться.
51. Если бы все знали, что я чувствую, меня бы считали человеком, с которым нелегко работать.
52. Я всегда думаю о том, какие тайные причины заставляют людей делать что-нибудь приятное для меня.
53. Когда на меня кричат, я начинаю кричать в ответ.
54. Неудачи огорчают меня.
55. Я дерусь не реже и не чаще, чем другие.
56. Я могу вспомнить случаи, когда я был настолько зол, что хватал попавшуюся мне под руку вещь и ломал ее.
57. Иногда я чувствую, что готов первым начать драку.
58. Иногда я чувствую, что жизнь поступает со мной несправедливо.
59. Раньше я думал, что большинство людей говорит правду, но теперь я в это не верю.
60. Я ругаюсь только со злости.
61. Когда я поступаю неправильно, меня мучает совесть.
62. Если для защиты своих прав мне нужно применить физическую силу, я применяю ее.
63. Иногда я выражаю свой гнев тем, что стучу кулаком по столу.
64. Я бываю грубоват по отношению к людям, которые мне не нравятся.
65. У меня нет врагов, которые бы хотели мне навредить.
66. Я не умею поставить человека на место, даже если он того заслуживает.
67. Я часто думаю, что жил неправильно.
68. Я знаю людей, которые способны довести меня до драки.
69. Я не огорчаюсь из-за мелочей.
70. Мне редко приходит в голову, что люди пытаются разозлить или оскорбить меня.
71. Я часто только угрожаю людям, хотя и не собираюсь приводить угрозы в исполнение.
72. В последнее время я стал занудой.
73. В споре я часто повышаю голос.
74. Я стараюсь обычно скрывать свое плохое отношение к людям.
75. Я лучше соглашусь с чем-либо, чем стану спорить.

## **Приложение 7**

### **Текст экспресс-анкеты «Прогноз»**

1. Иногда в голову мне приходят такие нехорошие мысли, что лучше о них никому не рассказывать.
2. Запоры у меня бывают редко.
3. Временами у меня бывают приступы смеха или плача, с которыми я никак не могу справиться.
4. Временами мне так и хочется выругаться.
5. У меня часто болит голова.
6. Иногда я говорю неправду.
7. Раз в неделю или чаще я безо всякой видимой причины внезапно ощущаю жар во всем теле.
8. Бывает, что я пропускаю передовицы в газетах.
9. Бывает, что я сержусь.
10. Теперь мне трудно надеяться на то, что я чего-нибудь добьюсь в жизни.
11. Бывает, что я откладываю на завтра то, что нужно сделать сегодня.
12. Я охотно принимаю участие во всех собраниях и других общественных мероприятиях.
13. Самая трудная борьба – с самим собой.
14. Мышечные судороги и подергивания у меня бывают очень редко.
15. Иногда, когда неважно себя чувствую, бываю раздражителен.
16. Я довольно безразличен к тому, что со мной будет.
17. В гостях я держусь за столом лучше, чем дома.
18. Если мне не грозит штраф и машин поблизости нет, я могу перейти улицу там, где мне хочется, а не там, где положено.
19. Я считаю, что моя семейная жизнь такая же хорошая, как и у большинства моих знакомых.
20. Иногда у меня бывает такое чувство, что я просто должен нанести повреждение самому себе или кому-нибудь другому.
21. В детстве у меня была такая компания, где все старались всегда и во всем стоять друг за друга.
22. В игре я предпочитаю выигрывать.
23. Последние несколько лет большую часть времени я чувствую себя хорошо.
24. Сейчас мой вес постоянен (я не полнею и не худею).
25. Мне приятно иметь среди своих друзей значительных людей, это как бы придает мне вес в моих собственных глазах.
26. Я был бы довольно спокоен, если бы у кого-нибудь из моей семьи были неприятности из-за нарушения закона.
27. С моим рассудком творится что-то неладное.
28. Меня беспокоят сексуальные (половые) вопросы.
29. Когда я пытаюсь что-то сказать, то часто замечаю, что у меня дрожат руки.
30. Руки у меня такие же ловкие и проворные, как и прежде.
31. Среди моих знакомых есть люди, которые мне не нравятся.
32. Думаю, я человек обреченный.
33. Бывали случаи, что мне было трудно удержаться от того, чтобы что-нибудь не стащить у кого-либо или где-нибудь, например в магазине.
34. Бывает, что я с кем-нибудь немного посплетничаю.

35. Часто я вижу сны, о которых лучше никому не рассказывать.
36. Бывало, что при обсуждении некоторых вопросов я, особенно не задумываясь, соглашался с мнением другого.
37. В школе я усваивал материал медленнее, чем другие.
38. Моя внешность меня в общем устраивает.
39. Я вполне уверен в себе.
40. Раз в неделю или чаще я бываю очень возбужденным и взволнованным.
41. Кто-то управляет моими мыслями.
42. Я ежедневно выпиваю необычно много воды.
43. Бывает, что неприличная или непристойная шутка вызывает у меня смех.
44. Счастливей всего я бываю, когда один.
45. Кто-то пытается воздействовать на мои мысли.
46. Я любил сказки Андерсена.
47. Даже среди людей я обычно чувствую себя одиноким.
48. Иногда мне в голову приходят такие нехорошие мысли, что лучше о них никому не рассказывать.
49. Меня легко привести в замешательство.
50. Я легко теряю терпение с людьми.
51. Часто мне хочется умереть.
52. Бывало, что я бросал начатое дело, так как боялся, что не справлюсь с ним.
53. Почти каждый день случается что-то, что пугает меня.
54. К вопросам религии я отношусь равнодушно, они меня не занимают.
55. Приступы плохого настроения бывают у меня редко.
56. Я заслуживаю сурового наказания за свои поступки.
57. У меня были очень необычные мистические переживания.
58. Мои убеждения и взгляды непоколебимы.
59. У меня бывали периоды, когда из-за волнения я терял сон.
60. Я человек нервный и легко возбудимый.
61. Мне кажется, что обоняние у меня такое же, как и у других (не хуже).
62. Все у меня получается плохо, не так, как надо.
63. Я почти всегда ощущаю сухость во рту.
64. Большую часть времени я чувствую себя усталым.
65. Иногда я чувствую, что близок к нервному срыву.
66. Меня очень раздражает, что я забываю, куда кладу вещи.
67. Я очень внимательно отношусь к тому, как я одеваюсь.
68. Приключенческие рассказы мне нравятся больше, чем рассказы о любви.
69. Мне очень трудно приспособиться к новым условиям жизни, работы. Переход к любым условиям жизни, работы, учебы кажется трудным.
70. Мне кажется, что по отношению ко мне особенно часто поступают несправедливо.
71. Я часто чувствую себя несправедливо обиженным.
72. Мое мнение часто не совпадает с мнением окружающих.
73. Я часто испытываю чувство усталости от жизни.
74. На меня обращают внимание чаще, чем на других.
75. У меня бывают головные боли и головокружения из-за переживаний.
76. Часто у меня бывают периоды, когда мне никого не хочется видеть.
77. Мне трудно проснуться в назначенный час.
78. Если в моих неудачах кто-то виноват, я не оставляю его безнаказанным.
79. В детстве я был капризный и раздражительный.



80. Мне известны случаи, когда мои родственники лечились у невропатологов, психиатров.
81. Иногда я принимаю валериану, элениум, кодеин и другие успокаивающие средства.
82. Есть ли у вас судимые родственники?
83. Имели ли вы приводы в милицию?
84. Оставались ли вы в школе на второй год?

## **Приложение 8**

### **Текст опросника нервно-психического напряжения (НПН)**

*Инструкция:* «Заполните, пожалуйста, правую часть бланка, обводя в кружок какую-либо из трех букв (А, Б или В), в зависимости от того, как вы чувствуете себя в настоящее время. В каждом вопросе может быть только один ответ».

#### **Содержание признака:**

*Наличие физического дискомфорта* А. Полное отсутствие каких-либо неприятных физических ощущений.

Б. Имеют место незначительные неприятные ощущения, не мешающие работе.

В. Наличие большого количества неприятных физических ощущений, серьезно мешающих работе.

*Наличие болевых ощущений.*

А. Полное отсутствие каких-либо болей.

Б. Болевые ощущения периодически появляются, но быстро исчезают и не мешают работе.

В. Имеют место постоянные болевые ощущения, серьезно мешающие работе.

*Температурные ощущения.*

А. Отсутствие каких-либо изменений в ощущении температуры тела.

Б. Ощущение тепла, повышения температуры тела.

В. Ощущение похолодания тела, конечностей, чувство «озноба».

*Состояние мышечного тонуса.*

А. Обычный мышечный тонус.

Б. Умеренное повышение мышечного тонуса.

В. Значительное мышечное напряжение, подергивания отдельных мышц лица, шеи, рук (тики, тремор).

*Координация движений .*

А. Обычная координация движений.

Б. Повышение точности, легкости, координированности ощущений во время письма, другой работы.

В. Снижение точности движений, нарушение координации, ухудшение почерка, затруднения при выполнении мелких движений, требующих высокой точности.

*Состояние двигательной активности в целом.*

А. Обычная двигательная активность.

Б. Повышение двигательной активности, повышение скорости и энергичности движений.

В. Резкое усиление двигательной активности.

*Ощущения со стороны сердечно-сосудистой системы.*

А. Отсутствие каких-либо неприятных ощущений со стороны сердца.

Б. Ощущение усиления сердечной деятельности, не мешающего работе.

В. Наличие неприятных ощущений со стороны сердца: учащение сердцебиений, чувство сжатия в области сердца, покалываний, боли в сердце.

*Проявления (ощущения) со стороны желудочно-кишечного тракта.*

А. Отсутствие каких-либо неприятных ощущений в животе.

Б. Единичные, быстро проходящие и не мешающие работе ощущения в животе: подсасывание в подложечной области, чувство легкого голода, периодическое «урчание».

В. Выраженные неприятные ощущения в животе: боли, снижение аппетита, подташнивание, чувство жажды.

*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 недостаточности вдоха, «комоч в горле».

*Проявления со стороны выделительной системы.*

А. Отсутствие каких-либо изменений.

Б. Умеренная активизация выделительной функции: более частое желание воспользоваться туалетом при полном сохранении способности воздержаться (терпеть).

В. Резкое учащение желания воспользоваться туалетом, трудность или даже невозможность терпеть.

*Состояние потоотделения.*

А. Обычное потоотделение без каких-либо изменений.

Б. Умеренное усиление потоотделения.

В. Появление обильного «холодного» пота.

*Состояние слизистой оболочки полости рта.*

А. Обычное состояние без каких-либо изменений.

Б. Умеренное увеличение слюноотделения.

В. Ощущение сухости во рту.

*Окраска кожных покровов*

А. Обычная окраска кожи лица, шеи, рук.

Б. Покраснение кожи лица, шеи, рук.

В. Побледнение кожи лица, шеи, появление на коже кистей рук «мраморного» (пятнистого) оттенка.

*Восприимчивость, чувствительность к внешним раздражителям.*

А. Отсутствие каких-либо изменений, обычная чувствительность.

Б. Умеренное повышение восприимчивости к внешним раздражителям, не мешающее работе.

В. Резкое обострение чувствительности, отвлекаемость, фиксация на посторонних раздражителях.

*Чувство уверенности в себе, своих силах.*

А. Обычное чувство уверенности в своих силах, своих способностях.

Б. Повышение чувства уверенности в себе, вера в успех.

В. Чувство неуверенности в себе, ожидание неудачи, провала.

*Настроение.*

А. Обычное настроение.

Б. Приподнятое, повышенное настроение, ощущение подъема, приятного удовлетворения работой или другой деятельностью.

В. Снижение настроения, подавленность.

*Особенности сна.*

А. Нормальный, обычный сон.

Б. Хороший, крепкий, освежающий сон накануне.

В. Беспокойный, с частыми пробуждениями и сновидениями в течение нескольких предшествующих ночей, в том числе накануне.

*Особенности эмоционального состояния в целом.*

- А. Отсутствие каких-либо изменений в сфере эмоций и чувств.  
Б. Чувство озабоченности, ответственности за исполняемую работу, «азарт», активное желание действовать.  
В. Чувство страха, паники, отчаяния.  
*Помехоустойчивость .*  
А. Обычное состояние без каких-либо изменений.  
Б. Повышение помехоустойчивости в работе, способность работать в условиях шума и других помех.  
В. Значительное снижение помехоустойчивости, неспособность работать при отвлекающих раздражителях.  
*Особенности речи .*  
А. Обычная речь.  
Б. Повышение речевой активности, увеличение громкости голоса, ускорение речи без ухудшения ее качества (логичности, грамотности и т. д.).  
В. Нарушения речи: появление длительных пауз, запинок, увеличение количества лишних слов, заикание, слишком тихий голос.  
*Общая оценка психического состояния .*  
А. Обычное состояние.  
Б. Состояние собранности, повышенная готовность к работе, мобилизованность, высокий психический тонус.  
В. Чувство усталости, несобранности, рассеянности, апатии, снижение психического тонуса.  
*Особенности памяти .*  
А. Обычная память.  
Б. Улучшение памяти: легко вспоминается то, что нужно.  
В. Ухудшение памяти.  
*Особенности внимания .*  
А. Обычное внимание без каких-либо изменений.  
Б. Улучшение способности к сосредоточению, отвлечение от посторонних дел. В. Ухудшение внимания, неспособность сосредоточиться на деле, отвлекаемость.  
*Сообразительность .*  
А. Обычная сообразительность.  
Б. Повышение сообразительности, хорошая находчивость.  
В. Снижение сообразительности, растерянность.  
*Умственная работоспособность .*  
А. Обычная умственная работоспособность.  
Б. Повышение умственной работоспособности.  
В. Значительное снижение умственной работоспособности, быстрая умственная утомляемость.  
*Явление психического дискомфорта .*  
А. Отсутствие каких-либо неприятных ощущений и переживаний со стороны психической сферы в целом.  
Б. Единичные, слабо выраженные и не мешающие работе изменения психической деятельности, либо, напротив, чувство психического комфорта, приятные ощущения и переживания.  
В. Резко выраженные, многочисленные и серьезно мешающие работе нарушения со стороны психической деятельности.  
*Степень распространенности (генерализованности) признаков напряжения .*  
А. Единичные и слабые признаки, на которые не стоит обращать внимания.

Б. Отчетливо выраженные признаки напряжения, которые не только не мешают деятельности, а напротив, способствуют ее успешности и продуктивности.

В. Большое количество разнообразных неприятных проявлений напряжения, мешающих работе и наблюдающихся со стороны многих частей тела, органов дыхания и систем.

*Оценка частоты возникновения напряжения .*

А. Напряжение не развивается практически никогда.

Б. Напряжение развивается только при наличии реально трудных ситуаций.

В. Напряжение развивается часто и нередко без достаточных на то причин.

*Оценка продолжительности состояния напряжения .*

А. Весьма кратковременное, не более нескольких минут, быстро исчезает, еще до того, как миновала сложная ситуация.

Б. Продолжается в течение всего времени пребывания в условиях сложной ситуации и выполнения необходимой работы, но прекращается вскоре после ее окончания.

В. Большая продолжительность состояния напряжения, не прекращающегося в течение длительного времени после завершения сложной ситуации.

*Общая оценка степени выраженности напряжения .*

А. Полное отсутствие или весьма слабое напряжение.

Б. Умеренно выраженное напряжение.

В. Резко выраженное чрезмерное напряжение.

## **Приложение 9**

### **Опросник «Невротические черты личности» (НЧЛ)**

*Инструкция:* «Вам будет предъявлен ряд утверждений, относящихся к формам поведения и личностным особенностям. Оцените, в какой степени эти утверждения соответствуют вашему характеру и поведению в настоящее время. Используйте для этого баллы от 1 до 6. При этом 1 означает, что данное утверждение не соответствует вашему характеру или поведению; 6 означает, что данное утверждение полностью соответствует вашему характеру и поведению.

Баллы от 2 до 5 означают промежуточные степени такого соответствия.

Старайтесь отвечать искренне. Не раздумывайте долго, поскольку „плохих“ и „хороших“ ответов здесь не существует. Будьте внимательны».

1. Я довольно живой и темпераментный.
2. Я не люблю долго заниматься одним и тем же.
3. Я почти никогда не попадаю в такие ситуации, которые я заранее не продумал.
4. Над сложными задачами я могу работать только в одиночку.
5. Я очень быстро все схватываю.
6. Я в любом случае действую в соответствии со своими принципами, что бы ни случилось.
7. Меня нужно принуждать к принятию решения.
8. Я оказываю большое влияние на других.
9. Порицание легко приводит меня в уныние.
10. Я могу говорить с другими о вещах, которые меня угнетают.
11. Мне больше нравится, если меня развлекают, чем самому развлекать других.
12. В принципе, я не люблю каких бы то ни было волнений.
13. Я могу быть очень терпеливым.
14. Я настолько привыкаю к определенным делам и ходу событий, что мне очень мешают любые перемены.
15. Я почти не составляю планов на будущее, так как обычно все равно все будет иначе.
16. Даже если шансы на успех не очень велики, я все равно стремлюсь к нему.
17. Я достаточно хорошо информирован о болезнях и их последствиях, чтобы ничего не пропустить у себя.
18. Я могу заниматься самостоятельно лишь с трудом.
19. Я знаю не много людей, с которыми хотел бы дружить.
20. Я «проглатываю» любую обиду.
21. Другие люди мне, в принципе, безразличны.
22. Иногда я бываю несколько злорадным.
23. Лишь с немногими людьми я в ссоре.
24. Я не могу развлекаться до полуночи, так как после этого не высыпаюсь.
25. Я думаю, что легко могу приспособливаться к самым различным условиям жизни.
26. На работе я ставлю перед собой только небольшие цели, чтобы непременно их достичь.
27. Когда я начинаю дружить с кем-нибудь, обычно инициатива на моей стороне.
28. На меня легко оказывать влияние.
29. Я думаю, что часто скрываю свои ошибки от самого себя.
30. У меня часто так много мыслей в голове, что я не могу найти разумное решение.
31. Я с трудом отказываюсь от принятых решений, даже если преобладают аргументы против них.

32. Более всего я чувствую себя счастливым, когда я один.
33. Я должен был бы чаще говорить о том, что мне не нравится.
34. Ничего существенного в своей жизни я не хотел бы делать по-другому.
35. Нередко я вымещаю свою злость на ком-то другом.
36. Я стараюсь избегать чрезмерного напряжения, чтобы сберечь силы.
37. Я всегда признаюсь в своих ошибках.
38. Мне трудно найти правильный тон.
39. У меня полно мыслей и идей.
40. Я тщательно обдумываю все возможности для устройства своей жизни.
41. Я не могу сдерживать в себе такие чувства, как радость и гнев.
42. Я не могу ни к кому обратиться со своими проблемами, не испытывая страха, что в конце концов это как-либо будет использовано.
43. Я уверен в своих решениях.
44. Я думаю, что часто себя недооцениваю.
45. Я хороший организатор.
46. Я стараюсь не потеть, так как легко можно простудиться.
47. Я бываю удовлетворен только при окончательном и доскональном решении проблемы.
48. Я охотно иду на большой риск.
49. Думаю, что я могу превратить жизнь в праздник.
50. Меня очень легко обидеть и оскорбить.
51. С плохими известиями мне хочется справиться самому.
52. Я не всегда говорю правду.
53. Я довольно долго не забываю несправедливость.
54. Часто я попадаю впросак, потому что и себя, и других оцениваю неправильно.
55. Мне необходимо разнообразие в жизни для того, чтобы не было скучно.
56. Мне очень трудно воспринимать новое.
57. Иногда уже с утра я чувствую себя усталым.
58. Иногда у меня бывает плохое настроение.
59. Не всех, кого я знаю, я люблю.
60. Я не люблю думать о своих ошибках.
61. Меня раздражает, когда люди появляются в нетрезвом виде в общественных местах.
62. Все мои привычки хороши и желательны.
63. Мне часто говорят, что я бесчувственный.
64. Мне кажется, что мне не хватает чувства такта.
65. Если бы у меня еще была такая возможность, то в жизни я делал бы все совсем по-другому.
66. Когда я где-нибудь говорю, я часто непреднамеренно вызываю смех.
67. При получении хороших известий я могу быть вне себя от радости.
68. Я быстро теряю терпение и все бросаю, если нет немедленного успеха.
69. Я уже однажды «рядился в чужие одежды».
70. Я стараюсь всегда быть точным и корректным, при этом я иногда могу переусердствовать.
71. Я редко планирую что-то заранее, скорее я действую не раздумывая.
72. К простуде я не могу относиться легкомысленно и пытаюсь основательно от нее вылечиться.
73. В принципе, я могу быть доволен тем, кем я стал.
74. Я нуждаюсь в ком-то, кто бы меня «увлекал».
75. Часто, принимая решения, я заранее знаю, что опять совершу неверный шаг.

76. Иногда я люблю шутки, которые могут сильно обидеть других.
77. Я всегда дружелюбен и уравновешен, даже если чувствую себя плохо.
78. В принципе, я позволяю жизни идти своим чередом и сильно не задумываюсь над этим.
79. Купаясь, я могу находиться в воде лишь несколько минут, так как очень легко переохлаждаюсь.
80. Прежде чем решать сложные задачи, я всегда должен сначала с кем-то посоветоваться.
81. Я решаюсь на работу, которая кажется мне интересной, даже в том случае, когда не могу точно оценить, смогу ли я ее выполнить.
82. Я приглашаю знакомых к себе в гости чрезвычайно редко.
83. Другие люди лучше представляют себе, как можно провести свободное время.
84. Я люблю, когда мне говорят, что я должен сделать.
85. Я чувствую себя духовно созревшим, чтобы удовлетворять требованиям жизни.
86. Иногда мне хочется разбить все вдребезги.
87. Я могу положиться на свою память.
88. Перед едой я всегда мою руки.
89. Я не могу видеть страданий животных.
90. Я всегда хорошо уживаюсь с другими.
91. По сравнению с другими людьми мне требуется больше времени для выполнения какой-либо задачи.
92. Я часто делаю много дел одновременно.
93. У меня потребность всегда контролировать свое поведение.
94. Я много делаю для предупреждения заболеваний, потому что можно легко заразиться.
95. Многие из моих знакомых советуются со мной, когда у них возникают проблемы.
96. Я охотнее определяю сам, что делать, нежели делаю то, что предлагают другие.
97. Я склонен к быстрым решениям.
98. Я не впадаю сразу в панику, если что-то не получается.
99. Я всегда говорю правду.
100. Я уже однажды не сдержал своего обещания, потому что оно стало неудобным и тягостным.
101. Я так поглощен своей работой, что перерывы мне могут очень мешать.
102. Я стараюсь придерживаться диеты в соответствии с научными рекомендациями.
103. Провести в жизнь свои взгляды мне очень трудно.
104. Когда я взбешен, я иногда делаю что-то такое, о чем позже сожалею.
105. Я могу признать перед другими свои ошибки.
106. Я могу возбудиться по какому-то поводу настолько, что теряю контроль над своим поведением.
107. Мне нравится подтрунивать над людьми, которых я, в принципе, люблю.
108. Меня довольно легко сбить с толку и привести в замешательство.
109. Я думаю, что я довольно спокойный и уравновешенный человек.
110. Я могу быть очень настойчивым, если хочу добиться определенной цели.
111. Я верю обещаниям других людей.
112. Иногда я целыми днями переживаю по поводу какого-нибудь неприятного события.
113. Мне безразлично, что думают обо мне другие.
114. Я никогда не знаю, достаточно ли я в курсе дела по данному вопросу, чтобы принять определенное решение.



- 115. Я однажды уже свалил свою вину на другого.
- 116. Я стараюсь не быть грубым и невежливым по отношению к другим.
- 117. Я стараюсь тщательно и точно обосновывать свои решения.
- 118. Я могу пойти и на уступки.
- 119. Я склонен к повторному обдумыванию своих решений.

## **Приложение 10**

### **Опросник выраженности психопатологической симптоматики (SCL-90-R)**

*Инструкция:* «Ниже приведен перечень проблем и жалоб, которые иногда возникают у людей. Пожалуйста, читайте каждый пункт внимательно. Обведите кружком номер того ответа, которые наиболее точно описывает степень вашего дискомфорта или встревоженности в связи с той или иной проблемой в течение последней недели, включая сегодняшний день. Обведите только один из номеров в каждом пункте, не пропуская ни одного пункта».

№	Насколько сильно вас тревожили	Совсем нет	Немного	Умеренно	Сильно	Очень сильно
1	Головные боли	0	1	2	3	4
2	Нервозность или внутренняя дрожь	0	1	2	3	4
3	Повторяющиеся неприятные неотвязные мысли	0	1	2	3	4
4	Слабость или головокружения	0	1	2	3	4
5	Потеря сексуального влечения или удовольствия	0	1	2	3	4
6	Чувство недовольства другими	0	1	2	3	4
7	Ощущение, что кто-то другой может управлять вашими мыслями	0	1	2	3	4

№	Насколько сильно вас тревожили	Совсем нет	Немного	Умеренно	Сильно	Очень сильно
8	Ощущение, что почти во всех ваших неприятностях виноваты другие	0	1	2	3	4
9	Проблемы с памятью	0	1	2	3	4
10	Ваша небрежность или неряшливость	0	1	2	3	4
11	Легко возникающая досада или раздражение	0	1	2	3	4
12	Боли в сердце или грудной клетке	0	1	2	3	4
13	Чувство страха в открытых местах или на улице	0	1	2	3	4
14	Упадок сил или заторможенность	0	1	2	3	4
15	Мысли о том, чтобы покончить с собой	0	1	2	3	4
16	То, что вы слышите голоса, которых не слышат другие	0	1	2	3	4
17	Дрожь	0	1	2	3	4
18	Чувство, что большинству людей нельзя доверять	0	1	2	3	4
19	Плохой аппетит	0	1	2	3	4
20	Слезливость	0	1	2	3	4
21	Застенчивость или скованность в общении с лицами другого пола	0	1	2	3	4
22	Ощущение, что вы в западне или пойманы	0	1	2	3	4
23	Неожиданный и беспричинный страх	0	1	2	3	4
24	Вспышки гнева, которые вы не могли сдержать	0	1	2	3	4
25	Боязнь выйти из дома одному	0	1	2	3	4
26	Чувство, что вы сами во многом виноваты	0	1	2	3	4
27	Боли в пояснице	0	1	2	3	4
28	Ощущение, что вам кто-то мешает сделать что-либо	0	1	2	3	4
29	Чувство одиночества	0	1	2	3	4
30	Подавленное настроение, «хандра»	0	1	2	3	4
31	Чрезмерное беспокойство по разным поводам	0	1	2	3	4
32	Отсутствие интереса к чему бы то ни было	0	1	2	3	4
33	Чувство страха	0	1	2	3	4

№	Насколько сильно вас тревожили	Совсем нет	Немного	Умеренно	Сильно	Очень сильно
34	То, что ваши чувства легко задеть	0	1	2	3	4
35	Ощущение, что другие проникают в ваши мысли	0	1	2	3	4
36	Ощущение, что другие не понимают вас или не сочувствуют вам	0	1	2	3	4
37	Ощущение, что люди недружелюбны, или вы им не нравитесь	0	1	2	3	4
38	Необходимость делать все очень медленно, чтобы не допустить ошибки	0	1	2	3	4
39	Сильное или учащенное сердцебиение	0	1	2	3	4
40	Тошнота или расстройство желудка	0	1	2	3	4
41	Ощущение, что вы хуже других	0	1	2	3	4
42	Боли в мышцах	0	1	2	3	4
43	Ощущение, что другие наблюдают за вами или говорят о вас	0	1	2	3	4
44	То, что вам трудно заснуть	0	1	2	3	4
45	Потребность проверять или перепроверять то, что вы делаете	0	1	2	3	4
46	Трудности в принятии решения	0	1	2	3	4
47	Боязнь езды в автобусах, метро или поездах	0	1	2	3	4
48	Затрудненное дыхание	0	1	2	3	4
49	Приступы жара или озноба	0	1	2	3	4
50	Необходимость избегать некоторых мест или действий, так как они вас пугают	0	1	2	3	4
51	То, что вы легко теряете мысль	0	1	2	3	4
52	Онемение или покалывание в различных частях тела	0	1	2	3	4
53	Комок в горле	0	1	2	3	4
54	Ощущение, что будущее безнадежно	0	1	2	3	4
55	То, что вам трудно сосредоточиться	0	1	2	3	4
56	Ощущение слабости в различных частях тела	0	1	2	3	4
57	Ощущение напряженности или взвинченности	0	1	2	3	4
58	Тяжесть в конечностях	0	1	2	3	4
59	Мысли о смерти	0	1	2	3	4

№	Насколько сильно вас тревожили	Совсем нет	Немного	Умеренно	Сильно	Очень сильно
60	Переедание	0	1	2	3	4
61	Ощущение неловкости, когда люди наблюдают за вами или говорят о вас	0	1	2	3	4
62	То, что у вас в голове чужие мысли	0	1	2	3	4
63	Импульсы причинять телесные повреждения или вред кому-либо	0	1	2	3	4
64	Бессонница по утрам	0	1	2	3	4
65	Потребность повторять действие: прикасаться, мыться, перечитывать и т. д.	0	1	2	3	4
66	Беспокойный и тревожный сон	0	1	2	3	4
67	Импульсы ломать или крушить что-нибудь	0	1	2	3	4
68	Наличие у вас идей или верований, которые не разделяют другие	0	1	2	3	4
69	Чрезмерная застенчивость при общении с другими	0	1	2	3	4
70	Чувство неловкости в людных местах (магазинах, кинотеатрах и т. д.)	0	1	2	3	4
71	Чувство, что все, что бы вы ни делали, требует больших усилий	0	1	2	3	4
72	Приступы ужаса или паники	0	1	2	3	4
73	Чувство неловкости, когда вы едите или пьете на людях	0	1	2	3	4
74	То, что вы часто вступаете в спор	0	1	2	3	4
75	Нервозность, когда вы остались одни	0	1	2	3	4
76	То, что другие недооценивают ваши достижения	0	1	2	3	4
77	Чувство одиночества, даже когда вы с другими людьми	0	1	2	3	4
78	Такое сильное беспокойство, что вы не могли усидеть на месте	0	1	2	3	4
79	Ощущение собственной никчемности	0	1	2	3	4
80	Ощущение, что с вами произойдет что-то плохое	0	1	2	3	4
81	То, что вы кричите или швыряетесь вещами	0	1	2	3	4
82	Боязнь, что вы упадете в обморок на людях	0	1	2	3	4

№	Насколько сильно вас тревожили	Совсем нет	Немного	Умеренно	Сильно	Очень сильно
83	Ощущение, что люди злоупотребляют вашим доверием, если вы им позволяете	0	1	2	3	4
84	Нервировавшие вас сексуальные мысли	0	1	2	3	4
85	Мысли, что вы должны быть наказаны за ваши грехи	0	1	2	3	4
86	Кошмарные мысли или видения	0	1	2	3	4
87	Мысли о том, что с вашим телом что-то не в порядке	0	1	2	3	4
88	То, что вы не чувствуете близости ни к кому	0	1	2	3	4
89	Чувство вины	0	1	2	3	4
90	Мысли о том, что с вашим рассудком творится что-то неладное	0	1	2	3	4

## **Приложение 11**

### **Текст опросника «Уровень невротизации (УН)»**

*Инструкция:* «В опроснике содержится несколько десятков утверждений, касающихся состояния вашего здоровья и вашего характера. Прочтите каждое утверждение и решите, верно оно по отношению к вам или неверно (поставьте „+“ или „-“). Если утверждение по отношению к вам бывает верно и неверно, выбирайте решение в соответствии с тем, что бывает чаще. Если утверждение по отношению к вам бывает верно или неверно в разные периоды вашей жизни, выбирайте решение так, как это правильно в настоящее время.

Всякое утверждение, которое вы не можете расценить по отношению к себе как верное, следует считать неверным.

Учтите, что при расшифровке результатов исследования содержание утверждений не учитывается. Вся дальнейшая обработка проводится по номеру, который имеет каждое утверждение, поэтому вы можете быть совершенно откровенны».

1. Мне приятно иметь среди своих знакомых значительных людей, это как бы придает мне вес в собственных глазах.

2. Я мало устаю.

3. Должен признаться, что временами я неразумно волновался из-за вещей, которые в действительности не имели значения.

4. В различных частях своего тела я часто чувствую жжение, покалывания, «ползание мурашек» или онемение.

5. Временами мне так и хочется выругаться.

6. Иногда у меня бывало чувство, что передо мной нагромодилось столько трудностей, что одолеть их просто невозможно.

7. Мой желудок сильно беспокоит меня.

8. Несколько раз в неделю у меня бывает такое чувство, что должно случиться что-то страшное.

9. Я люблю ходить на танцы.

10. Если мне не грозит штраф и машин поблизости нет, я могу перейти улицу там, где мне хочется, а не там, где положено.

11. Несколько раз в неделю меня беспокоят неприятные ощущения в верхней части живота (под ложечкой).

12. Почти каждый день случается что-нибудь, что пугает меня.

13. Я замечаю, что мне трудно сосредоточиться на какой-либо задаче или работе.

14. У меня гораздо меньше всяких опасений и страхов, чем у моих знакомых.

15. Бывает, что я с кем-нибудь немного посплетничаю.

16. Жизнь для меня почти всегда связана с напряжением.

17. В наше время только наивные люди могут верить в загробную жизнь.

18. У меня бывали периоды, когда из-за волнений я терял сон.

19. Раз в неделю или чаще меня безо всякой видимой причины внезапно будто обдаёт жаром.

20. В игре я предпочитаю выигрывать.

21. Большую часть времени я вполне доволен жизнью.

22. Работа стоит мне большого напряжения.

23. У меня бывают периоды такого сильного беспокойства, что я даже не могу усидеть на месте.

24. Часто у меня бывают сильные головные боли.

25. Иногда я бываю сердитым и злым.

26. В гостях я чаще сижу где-нибудь в сторонке или разговариваю с кем-нибудь одним, чем принимаю участие в общих развлечениях.

27. Приступы сильного возбуждения и взволнованности у меня бывают раз в неделю или даже чаще.

28. Боли в сердце или груди у меня бывают очень редко (или не бывают совсем).

29. По возможности я стараюсь избегать большого скопления людей.

30. Верно, что мои манеры за столом у себя дома не так хороши, как в гостях.

31. Я вполне уверен в себе.

32. Часто я и сам огорчаюсь, что я такой раздражительный и ворчливый.

33. Почти каждую ночь меня мучают кошмары.

34. Временами моя голова работает как бы медленнее, чем обычно.

35. Иногда, когда я неважно себя чувствую, я бываю раздражительным.

36. Иногда я бываю так возбужден, что мне трудно заснуть.

37. Самая трудная борьба для меня – это борьба с самим собой.

38. Я часто предаюсь грустным размышлениям.

39. У меня мало уверенности в себе.

40. Бывает, что неприличная или даже непристойная шутка вызывает у меня смех.

41. Я редко задыхаюсь, и у меня не бывает сильных сердцебиений.

42. Сейчас я чувствую себя лучше, чем когда-либо.

43. Временами я сам изматывал себя тем, что слишком много на себя брал.

44. Я почти все время испытываю чувство тревоги за кого-то или за что-то.

45. Среди моих знакомых есть люди, которые мне не нравятся.



## Рекомендуемая литература

- Абрамова Г. С., Юдчиц Ю. А.* Психология в медицине: учеб. пособие. – М.: ЛПА «Кафедра-М», 1998. – 272 с.
- Альманах психологических тестов / под ред. Р. Р. Римского, С. А. Римской. – М.: «КСП», 1996. – 400 с.
- Карвасарский Б. Д.* Медицинская психология. – Л.: Медицина, 1982. – 272 с.
- Кабанов М. М., Личко А. Е., Смирнов В. М.* Методы психологической диагностики и коррекции в клинике. – Л.: Медицина, 1983. – 312 с.
- Квасенко А. В., Зубарев Ю. Г.* Психология больного. – Л.: Медицина, – 1980. – 184 с.
- Лытаев С. А., Овчинников Б. В., Дьяконов И. Ф.* Основы клинической психологии и медицинской психодиагностики. – СПб.: ЭЛБИ-СПб., 2008. – 320 с.
- Лучшие психологические тесты для профотбора и профориентации / под ред. А. Ф. Кудряшова. – Петрозаводск: Издательство «Петроком», 1992. – 318 с.
- Марищук В. Л., Блудов Ю. М., Плахтиенко В. А., Серова Л. К.* Методики психодиагностики в спорте: учебное пособие. – М.: Просвещение, 1990. – 256 с.
- Практикум по экспериментальной и прикладной психологии: учеб. пособие / под ред. А. А. Крылова. – Л.: Изд-во ЛГУ, 1990.
- Практическая психодиагностика. Методика и тесты: учебное пособие / под ред. Д. Я. Райгородского. – Самара: Издательский дом «БАХРАХ-М», 1998. – 672 с.
- Тарабрина Н. В.* Практикум по психологии посттравматического стресса. – СПб.: Питер, 2001. – 272 с.
- Червинская К. Р., Щелкова О. Ю.* Медицинская психодиагностика и инженерия знаний. – СПб.: Ювента, 2002. – 624 с.