

Методы оценки личности и отдельных характеристик

«Пятифакторная модель» личности (*Five-Factor Model*, или *FFM*)

Пол Коста и Роберт МакКрей разработали тест, который в современной редакции называется Пересмотренный *NEO* - личностный опросник (*Revised NEO Personality Inventory [NEO PI-R]* — Costa & McCrae, 1992). Этот опросник дает показатели по пяти главным измерениям, или *областям*, личности и по 30 дополнительным чертам, или *аспектам*, которые определяют границы каждой области.

Revised NEO Personality Inventory

Нейротизм (*Neuroticism* [N])

Тревожность (Anxiety – N1), Враждебность (Angry Hostility – N2), Депрессия (Depression – N3), Застенчивость (Self-Consciousness – N4), Импульсивность (Impulsiveness – N5), Ранимость (Vulnerability – N6)

Revised NEO Personality Inventory

Открытость опыту

(Openness to Experience [O])

Фантазии (Fantasy [O1]) Эстетика (Aesthetics [O2]) Чувства (Feelings [O3]) Действия (Actions [O4]) Идеи (Ideas [O5]) Ценности (Values [O6])

Revised NEO Personality Inventory

Экстраверсия (*Extroversion* [E])

Сердечность (Warmth [E1]) Общительность
(Gregariousness [E2]) Ассертивность
(Assertiveness [E3]) Активность (Activity
[E4]) Поиск возбуждения
(Excitement-Seeking [E5]) Положительные
эмоции (Positive Emotions [E6])

Revised NEO Personality Inventory

Уживчивость (*Agreeableness* [A])

Доверие (Trust [A1]) Прямота

(Straitforwardness [A2]) Альтруизм (Altruism

[A3]) Покладистость (Compliance [A4])

Скромность (Modesty [A5]) Мягкость

(Tender-Mindedness [A6])

Revised NEO Personality Inventory

Сознательность (*Conscientiousness* [C])

Компетентность (Competence [C1]) Порядок (Order [C2]) Обязательность (Dutifulness [C3]) Стремление к достижениям (Achievement [C4]) Самодисциплина (Self-Discipline [C5]) Осмотрительность (Deliberation [C6])

Концепция стресса

Критические жизненные события:

- нормативные – ненормативные;
- позитивные – негативные;
- зависимые – независимые;
- интенсивность и длительность события;
- наличие одного события или накопление событий и стрессов;
- прогнозируемость и вероятность появления, а также время появления;
- новизна и неузнаваемость события;
- неоднозначность/многозначность или непрозрачность стрессора;
- контролируемость.

Травматические события

- Особую форму критических жизненных событий представляют собой травматические события: «травматический стресс», «психологическая травма».
- Под травмами понимаются события высокой интенсивности, превышающие возможности их разрешения и адаптации индивида и имеющие следствием непосредственные и/или долгосрочные расстройства адаптации и способности к преодолению стресса.

Травматические события

- Согласно DSM-IV-TR, травматические события прежде всего ассоциированы со смертью, угрозой смерти, тяжелым повреждением или иной угрозой физической или психической целостности. При этом событие может касаться самого индивида или тесно связанного с ним референтного лица. Но травма может возникнуть и из-за того, что индивид становится свидетелем тяжкой угрозы, повреждения или убийства другого индивида.

Отягощающие обыденные события (микрострессоры)

- проблемы с весом и собственной внешностью, проблемы со здоровьем у члена семьи и связанная с этим необходимость ухода, скандалы по поводу ведения домашнего хозяйства, повышение цен на продукты и предметы домашнего обихода, профессиональные нагрузки, финансовые вопросы

Хронические стрессоры

- В противоположность дискретным и ограниченным по продолжительности жизненным событиям и повседневным стрессорам хронические стрессоры происходят в течение более длительного периода времени и ведут к хроническому напряжению.
- Типичные хронические стрессоры: безработица, бедность, тяжелые условия труда.

Факторы, оказывающие влияние на действие стрессовой ситуации

- процессы восприятия и оценки стресса (стрессовые эмоции)
- копинг-процессы (процессы совладания)

Восприятие и оценка стресса

- Первичная оценка – организм в состоянии бодрствования постоянно контролирует, не происходят ли изменения, которые требуют адаптации для сохранения благополучия. Оценивается, является ли для его целей ситуация: 1) несущественной, 2) позитивной и 3) угрожающей/обременительной.

Восприятие и оценка стресса

- Вторичная оценка – определение наличных ресурсов для решения. К внутренним ресурсам относятся такие переменные личности, как сопротивляемость, эмоциональная устойчивость, тенденции атрибутирования и т. п.; к ресурсам среды относятся в том числе признаки социальной сети.

Восприятие и оценка стресса

- Общая оценка. Если соотношение требований и ресурсов осознается как уравновешенное, то ситуация оценивается как вызов, что соответствует определению эустресса. Оценка стрессора как повреждения и/или утраты запускает эмоциональные реакции с нарушением чувства самооценности, печалью или гневом. Страх является следствием оценки ситуации как угрожающей. Все эти реакции соответствуют дистрессу.

КОПИНГ

- Под копингом понимается адаптивное совладающее поведение для восстановления нарушенного равновесия.
- Действия и реакции копинга могут быть инструментально нацелены на то, чтобы повлиять на среду или на себя (или на то и другое).
- Этому отчасти соответствует различение ориентированного на проблему (problem focused) или ориентированного на эмоции (emotion focused) способов копинга.

Методика для психологической диагностики способов совладания со стрессовыми и проблемными для личности ситуациями

- Опросник ССП включает 50 утверждений. Утверждения оцениваются испытуемым по 4-балльной шкале (никогда, редко, иногда, часто).
- Пункты опросника объединены в восемь шкал, соответствующих основным видами копинг-стратегий, выделенных авторами теста.
- 1. Конфронтация
- 2. Дистанцирование
- 3. Самоконтроль
- 4. Поиск социальной поддержки
- 5. Принятие ответственности
- 6. Бегство-избегание
- 7. Планирование решения проблемы
- 8. Положительная переоценка

Методика для исследования межличностных отношений Т.

Лири

- Для представления основных социальных ориентаций Т. Лири разработал условную схему в виде круга, разделенного на секторы. В этом круге по горизонтальной и вертикальной осям обозначены четыре ориентации: доминирование — подчинение, дружелюбие — враждебность. В свою очередь эти секторы разделены на восемь — соответственно более частным отношениям.

Теоретические представления

- Во-первых, все коммуникативные свойства человека обладают определенной качественной близостью или отдаленностью;
- во-вторых, качественно близкие свойства могут отличаться по своей интенсивности (выраженности);
- в-третьих, совокупности качественно близких интерперсональных характеристик могут быть объединены в относительно однородные группы, отражающие типы межличностного поведения;

Теоретические представления

- в-четвертых, совокупность типов межличностного поведения образует определенную структуру, при этом распределение типов и характер их взаимоотношений строго определен степенью выраженности глубинных (обобщающих) интерперсональных тенденций;
- в-пятых, «интенсивность» (выраженность) коммуникативных характеристик отражает их приспособительное или дезадаптивное значение.

Теоретические представления

Т. Лири выделил 8 типов межличностного поведения и две основные интерперсональные тенденции.

1. **Властно-лидирующий тип**
2. **Эгоцентричный тип (Независимый — доминирующий)**
3. **Прямолинейно-агрессивный тип**
4. **Скептический тип (Недоверчивый — скептический)**
5. **Субмиссивный, покорный тип (Покорный — застенчивый)**
6. **Зависимо-послушный тип**
7. **Аффилятивный, сотрудничающий тип (Сотрудничающий — конвенциальный)**
8. **Протективно-покровительствующий тип (Ответственный — великодушный)**

Обработка

- Показатели, не выходящие за уровень 8 баллов, соответствуют «гармоническим личностям». Более высокие показатели соответствуют акцентуации определенных поведенческих стереотипов. Оценки, достигающие уровня 14 – 16 баллов, свидетельствуют о трудности социальной адаптации.
- Низкие показатели по всем октантам (0 – 3 балла) могут быть результатом скрытности или неоткровенности испытуемого.
- Если в дискограмме отсутствуют октанты, закрашенные выше уровня 4 баллов, данные обследования считаются сомнительными. Предполагается, что испытуемые не проявили должной откровенности.

Обработка

- Первые четыре типа межличностного поведения, соответствующие I — IV октантам, характеризуются преобладанием неконформных тенденций и склонностью к конфликтам (III и IV), выраженной независимостью мнений, упорством, тенденцией к лидерству (I и II). Другие четыре октанта (V — VIII) представляют противоположную тенденцию. У лиц с высокими показателями по ним преобладают конформистские установки, покладистость (VII и VIII), неуверенность, склонность к компромиссам (V и VI).

Обработка

- Сумма баллов каждой ориентации переводится в индекс, где доминируют вертикальная (доминирование — подчинение) и горизонтальная (дружелюбие — враждебность) оси.
 1. «фактор доминантности» (У);
 2. «фактор доброжелательности» (G).

Интерпретация

- Количественный результат по шкале отражает степень «заостренности», выраженности соответствующего типа интерперсонального поведения. По мере роста показателя по шкале поведение все более приобретает черты акцентированности, а при крайних оценках характеризуется дезадаптирующими качествами.
- Распределение шкальных оценок в диаграмме представляет меру гармоничности или дисгармоничности межличностной сферы. Особенно неблагоприятны подъемы по «полярным», диаметрально расположенным шкалам.

Интерпретация

- Распределение оценок по шкалам, а также соотношение этих оценок и «вторичных» факторов (V, G) характеризуют меру согласованности или внутренней конфликтности описаний.
- Степень соответствия шкальных распределений («рисунков» на диаграммах), полученных при описании различных аспектов коммуникативной сферы («реальное Я», «идеальное Я», «Я глазами окружающих» и т.д.), свидетельствует о наличии или отсутствии глубоких конфликтов.