

Методы исследования психологических свойств и состояний личности

Значительными возможностями в исследовании индивидуальности личности обладают проекционные методики.

- Воспринимаемый индекс вины (Perceived Guilt Index, PGI) . Состоит из двух шкал, которые измеряют эмоциональное переживание чувства вины как состояния и как генерализованной Я-концепции (черты). Данная методика особенно полезна в ситуациях, в которых необходимо отслеживать реакцию вины клиента в ответ на специфические события или ситуации, и могут случаться в семейной терапии или в работе с несовершеннолетними делинквентами.
- Выявление суицидального риска у детей (А.А. Кучер, В.П. Костюкевич). Аутоагрессивные тенденции и факторы, формирующие суицидальные намерения, можно измерить с помощью данного теста, который прошел многократную проверку на практике. Результаты также дают информацию о других факторах суицидального риска как о стрессогенных проблемах, влияющих на состояние психологического комфорта подростка (алкоголь, наркотики, несчастная любовь, противоправные действия, деньги и проблемы с ними, семейные неурядицы, потеря смысла жизни, чувство неполноценности, ущербности, уродливости, школьные проблемы, проблемы выбора жизненного пути, отношения с окружающими)
- Диагностика самоактуализации личности (методика А.В. Лазукина в адаптации Н.Ф. Калина, САМОАЛ). Методика включает в себя диагностику по следующим шкалам: ориентация во времени, ценности, взгляд на природу человека, потребность в познании, креативность (стремление к творчеству), автономность, спонтанность, самопонимание, аутосимпатия, контактность, гибкость в общении.
- Диагностика самооценки мотивации одобрения (шкала Д.Марлоу, Д.Крауна) Для оценки правдивости высказываний испытуемых в опросники нередко включают так называемые шкалы лживости или шкалы стремления к одобрению. Одним из таких вариантов является шкала, разработанная Д.Марлоу и Д.Крауном. Этот тест целесообразно проводить для определения степени искренности ответов группы. А также данный тест позволяет оценить ваше желание получить одобрение окружающих в отношении своих слов и поступков. Высокая мотивация одобрения свидетельствует о высокой потребности в общении и наоборот.
- "Коммуникативные и организаторские склонности" (КОС) Методика используется в психолого-педагогической практике для определения выраженности коммуникативных и организаторских способностей подростков.
- "Q-сортировка" Тестовая методика предназначена для изучения представлений о себе. Она разработана Б. Стефансоном. Методика позволяет определить шесть основных тенденций поведения человека в реальной группе: зависимость, независимость, общительность, необщительность, принятие «борьбы» и избегание «борьбы».
- "Лесенка" (для детей 4-6 лет, младших школьников). Методика предназначена для выявления системы представлений ребёнка о том, как он оценивает себя сам, как, по его

мнению, его оценивают другие люди и как соотносятся эти представления между собой.

- Личностный опросник Г. Айзенка. Данный опросник определяет соответствие одному из четырех типов темперамента: халерик, сангвиник, флегматик, меланхолик. Также после обработки данных можно определить круг профессий наиболее подходящих определенному типу темперамента.
- Методика аутоидентификации акцентуаций характера Э.Г. Эйдемиллера. Позволяет определить тип акцентуаций характера личности - меланхолический, гипертимный, циклоидный, эмоционально-лабильный, неврастенический, сензитивный, психастенический, шизоидный, паранойяльный, epileptoидный, истерический, неустойчивый, конформный.
- Методика диагностики уровня социальной фрустрированности Л.И. Васермана (модификация В.В. Бойко). Данный опросник фиксирует степень неудовлетворенности социальными достижениями в основных аспектах жизнедеятельности. Социальная фрустрированность передает эмоциональное отношение человека к позициям, которые он сумел занять в обществе на данный момент своей жизни.
- Методика диагностики уровня субъективного ощущения одиночества (Д. Рассела и М. Фергюсона). При помощи данной методики можно выявить уровень одиночества: высокий, средний, низкий.
- Методика измерения уровня тревожности (Шкала Дж.Тейлора) Служит для оценки общего уровня тревожности, опасения (страха).
- Методика изучения структуры темперамента Я.Стреляу (адаптация Н.Н. Даниловой, А.Г. Шмелева) направлена на изучение трех основных характеристик типа нервной деятельности: уровня силы процессов возбуждения, уровня силы процессов торможения, уровня подвижности нервных процессов, так же рассчитывается показатель уравновешенности процессов возбуждения и торможения по силе.
- Методика изучения эмоциональной напряженности. Применяется с 11-12 летнего возраста. Анкета состоит из 30 вопросов. В результате обработки выясняется уровень: низкий, средний либо высокий.
- Методика исследования самооценки личности С.А. Будасси. Методика позволяет проводить количественное исследование самооценки личности, т.е. ее измерение. В основе данной методики лежит способ ранжирования. Можно определить связь между ранговыми оценками качеств личности входящих в представления "Я идеальное" и "Я реальное".
- "Одиночество" (опросник С.Г. Корчагиной). Опросник позволяет диагностировать глубину переживания одиночества.
- Определение направленности личности (Б. Басса) С помощью методики выявляются следующие направленности: направленность на себя, направленность на общение и направленность на дело.
- Опросник Басса-Дарки. Для исследования уровня проявления, и основных видов агрессии и враждебности в межличностном взаимодействии дома, в процессе обучения или работы. Деструктивные тенденции, субъектно-объектные отношения, негативные чувства и оценки. Позволяет качественно и количественно охарактеризовать проявления агрессии и враждебности.
- Опросник С.Бэм направлен на выявление степени выраженности маскулиных и фемининных характеристик, определение типа личности: маскулиного, фемининного, андрогинного.

- Опросник для диагностики способности к эмпатии (А. Мехрабиен, Н. Эпштейн) Эмпатия - способность к сопереживанию, эмоциональная отзывчивость, чувствительность и внимание к другим людям, их проблемам, горестям и радостям.
- Опросник для исследования уровня импульсивности В.А. Лосенкова. Импульсивность – это черта, противоположная волевым качествам целеустремленности и настойчивости. Чем больше величина показателя импульсивности "Пи", тем больше импульсивности. Уровень импульсивности может быть охарактеризован как высокий, средний и низкий.
- Опросник Плутчика-Келлермана-Конте (Life Style Index, LSI) С помощью опросника можно исследовать уровень напряженности 8 основных психологических защит (вытеснение, регрессия, замещение, отрицание, проекция, компенсация, гиперкомпенсация, рационализация), изучить иерархию системы психологической защиты и оценить общую напряженность всех измеряемых защит.
- Опросник САН (самочувствие, активность, настроение). Тест предназначен для оперативной оценки самочувствия (силы, здоровья, утомления), активности (подвижности, скорости и темпа протекания функций) и настроения (характеристик эмоционального состояния).
- Опросник структуры темперамента (ОСТ) В.М. Русалова. Исследование свойств темперамента, проявляющихся в предметной и социальной сферах жизненной деятельности человека. Используется для диагностики свойств «предметно-деятельностного» и «коммуникативного» аспектов темперамента.
- Опросник суицидального риска (модификация Т.Н. Разуваевой) Метод экспрессдиагностики суицидального риска, выявления уровня сформированности суицидальных намерений с целью предупреждения серьезных попыток самоубийства. Предназначена для учащихся 8-11 класса.
- Опросник Юнга. Данная методика предназначена для выявления типологических особенностей личности: экстраверсии, интроверсии и амбаверсии.
- "Предпочитаемые переживания" (методика Додонова) Методика выявляет путем ранжирования предпочтение каких-либо переживаний, что означает доминирование каких-либо потребностей (социальных, познавательных или биологических)
- Самооценка психических состояний (по Айзенку) Данная методика включает в себя определение уровня тревожности, фрустрации, агрессивности и ригидности.
- "Способность педагога к эмпатии" (И.М. Юсупов) Методика предназначена для исследования эмпатии (сопереживания), т.е. умения поставить себя на место другого человека, способности к произвольной эмоциональной отзывчивости на переживания других людей. Эмпатия рассматривается как профессионально-важное качество педагога.
- Тест Д.Голланда по определению типа личности. Голланд разработал данную методику для определения социальной направленности личности (социального характерологического типа), выделив 6 типов: реалистический, интеллектуальный, социальный, конвенциональный, предприимчивый, артистический.
- Тест для бизнесменов
- Тест школьной тревожности Филиппа. Эта методика поможет вам определить уровень и характер тревожности у детей младшего и среднего школьного возраста. Школьная тревожность выражается в волнении, повышенном беспокойстве в учебных ситуациях, в классе, в ожидании плохого отношения к себе, отрицательной оценки со стороны педагогов, сверстников.

- "Три Я" Методика предназначена для исследования эго-состояний, каждое из трех эго-состояний (ребенок, родитель, взрослый) может проявляться у одного и того же человека. Но многие люди имеют предпочтительный тип реагирования. Данный тест служит для определения того, какую из позиций чаще всего занимает испытуемый.
- "Уровень субъективного контроля" (УСК) С помощью этой методики можно оценить уровень субъективного контроля над разнообразными ситуациями, другими словами, определить степень ответственности человека за свои поступки и свою жизнь. Люди различаются по тому, как они объясняют причины значимых для себя событий и где локализируют контроль над ними. Возможны два полярных типа такой локализации: экстернальный (внешний локус) и интернальный (внутренний локус).
- Характерологический опросник Леонгарда. Этот тест предназначен для выявления типа акцентуации характера, т.е. определенного направления характера. Акцентуации рассматриваются как крайний вариант нормы, в чем состоит их главное отличие от психопатий - патологических расстройств личности. Опросник включает в себя 88 вопросов, 10 шкал, соответствующих определенным акцентуациям характера (возбудимость, педантизм, тревожность, демонстративность, неуравновешенность, утомляемость и т.д.).
- "Ценностные ориентации" (ЦО) М. Рокича. Ценностные ориентации определяют содержание направленности личности, составляют ядро ее мотивации, жизненной концепции и отражают отношение человека к себе, окружающему миру и другим людям. Предлагаемая методика основана на прямом ранжировании списка ценностей. М.Рокич разликает два класса ценностей. Первый класс включает ценности, важные для жизни человека в целом, как бы главные, конечные уели индивидуального существования личности. Второй класс составляют ценности, предпочитаемые человеком в любой жизненной ситуации. Это деление соответствует традиционному делению ценности - цели и ценности - средства.
- Шкала Р.Эриксона для оценки коммуникативных речевых навыков (адаптированная В.А. Калягиным и Л.Н. Мацько) позволяет описывать симптоматику психического компонента расстройства речи и голоса. Для оценки коммуникативных возможностей заикающихся на основании представлений о том, что их основные проблемы лежат в диапазоне межличностных реакций и отношений.