

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«БЕЛГОРОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ
ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(Н И У « Б е л Г У »)**

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ

Кафедра возрастной и социальной психологии

**МОТИВАЦИОННАЯ ГОТОВНОСТЬ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ УЧЕБНОГО
ЦЕНТРА С РАЗНЫМ УРОВНЕМ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ
К СЛУЖБЕ В АРМИИ**

Магистерская диссертация

обучающегося по направлению подготовки
44.04.02 Психолого-педагогическое образование
заочной формы обучения, группы 02061458
Потапова Сергея Сергеевича

Научный руководитель
доцент
Панич О.Е.

Рецензент
к. соц. н., доцент
Пчелкина Е.П.

БЕЛГОРОД 2017

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение.....	3
Глава I. Теоретические основы изучения мотивационной готовности военнослужащих к службе в Вооружённых Силах РФ учебного центра с разным уровнем интеллектуального развития.....	9
1.1 Представления о мотивационной готовности в психологии.....	9
1.2 Мотивационная готовность к службе в Вооружённых Силах РФ как условие профессионального развития военнослужащих по призыву.....	19
1.3 Роль интеллектуальных особенностей личности в процессе профессионального становления военнослужащих по призыву в Вооружённые силы РФ.....	32
1.4 Интеллектуальные особенности как основа мотивационной готовности к службе в Вооружённых Силах РФ военнослужащих по призыву.....	39
Глава II Эмпирическое изучение особенностей мотивационной готовности к службе в Вооружённых Силах РФ военнослужащих учебного центра с разным уровнем интеллектуального развития.....	47
2.1 Организация и методы исследования.....	47
2.2 Анализ результатов исследования.....	50
2.3 Рекомендации по формированию мотивационной готовности к службе в Вооружённых Силах РФ у военнослужащих учебного центра.....	69
2.4 Программа развития личности военнослужащих и мотивационной готовности к службе в армии.....	75
Заключение.....	83
Список использованных источников.....	87
Приложения.....	93

Введение

Актуальность исследования. Преобразования и реформы, принятые в настоящее время в Вооруженных силах нашего государства, обнаруживают необходимость с особой тщательностью относиться к процессу подготовки военных кадров, наибольший акцент делая на особенностях личности военнослужащего. Одним из наиболее важных представляется вопрос изучения побудительных сил, мотивационной готовности военнослужащих к воинской службе. Если в военный вуз молодые люди, главным образом, поступают намеренно, то на срочную службу поступают далеко не всегда целенаправленно и осознанно. Знание мотивов службы в войсках у призывников, их содержания и динамики развития, механизмов формирования позволит повысить качество и организацию образовательной и воспитательной работы с военнослужащими срочной службы.

Под мотивационной готовностью принято понимать целостную, относительно устойчивую систему психологических образований личности, которые, актуализируясь в тех или иных обстоятельствах, создают соответствующие состояния психики и побуждают, регулируют поведение и деятельность военнослужащего. Наличие смысла в военной службе, соответствующая направленность и профессиональные установки определяют в совокупности мотивационную готовность военнослужащего к службе в Вооружённых Силах РФ. Высокому уровню готовности военнослужащего к службе в войсках соответствует зрелая мотивационная структура, в которой ведущую роль играют ценности самореализации и саморазвития.

Для развития мотивационной готовности необходимым является выявление условий, способствующих этому процессу. Данный вопрос является недостаточно изученным. По нашему мнению, одним из таких условий является достаточное интеллектуальное развитие военнослужащих по призыву. Это связано с тем, что интеллектуальное развитие представляет

собой качественный показатель особенностей личности, оказывающий непосредственное влияние на мотивационную и поведенческую сферу личности. Интеллект является не только механизмом переработки информации, но и механизмом регуляции психической и поведенческой активности человека, как утверждал Л.Л. Терстоун. Именно достаточный уровень интеллекта является необходимой базой для развития мотивационной готовности.

Анализ литературы показывает, что в психологической литературе уделяется значительное внимание конкретным формам готовности: готовности личности к трудовой деятельности (Н.Д. Левитов, К.К. Платонов, Л.А. Кандыбович и др.), готовности к выполнению боевой задачи (М.И. Дьяченко и др.), состоянию бдительности оператора (Л.С. Нерсисян и др.). Для раскрытия сущности природы психологической готовности к трудовой деятельности важное значение имеют проводимые исследования профессиографического изучения различных профессий (И.Н. Шпильрейн и др.), профпригодности к деятельности (К.М. Гуревич и др.), профессионального самоопределения (Е.А. Климов и др.), степени военно-профессиональной направленности курсантов (Анисимов В.М., Боенко А.В., Железняк Л.Ф., Ковалевский В.Ф., Панин И.Н., Феденко Н.Ф. и др.).

Таким образом, актуальность исследования определяется двумя положениями:

- значимостью мотивационно-ценностного фактора в практической деятельности военнослужащих по призыву в интересах организации воспитательной работы и морально-психологического обеспечения военной подготовки, которому в настоящее время не уделяется должного внимания;
- недостаточной изученностью мотивационной готовности военнослужащих по призыву военного центра и условий, способствующих ее развитию.

Проблема исследования: какова мотивационная готовность к службе в ВС РФ у военнослужащих учебного центра имеющих разный уровень интеллектуального развития?

Цель исследования: изучить мотивационную готовность военнослужащих учебного центра к службе в армии с разным уровнем интеллектуального развития.

Объект исследования: мотивационная готовность военнослужащих к службе в Вооружённых Силах РФ.

Предмет исследования: мотивационная готовность военнослужащих учебного центра к службе в Вооружённых Силах РФ с разным уровнем интеллектуального развития.

Гипотеза: существуют различия в мотивационной готовности к службе в Вооружённых Силах РФ у военнослужащих с разным уровнем развития интеллектуальных способностей, а именно в группе с высокими интеллектуальными способностями наблюдается более высокий уровень военно – профессиональной мотивации, стремление к самоактуализации и высокая осмысленность жизни по сравнению с группой военнослужащих с низкими интеллектуальными способностями.

Задачи исследования:

1. Раскрыть сущность мотивационной готовности военнослужащих по призыву к службе в войсках и путей её формирования.
2. Изучить роль интеллектуального развития личности в формировании мотивационной готовности к службе в Вооружённых Силах РФ.
3. Описать мотивационную готовность военнослужащих учебного центра к профессиональной деятельности в войсках.
4. Изучить интеллектуальные особенности военнослужащих по призыву к службе в Вооружённых Силах РФ.

5. Выявить особенности мотивационной готовности к службе в Вооружённых Силах РФ у военнослужащих учебного центра с разным уровнем интеллектуального развития.

6. Разработать рекомендации и программу по формированию мотивационной готовности военнослужащих по призыву в рамках учебного центра.

Методы исследования:

- организационный (сравнительный);
- эмпирический (беседа, тестирование);
- обработка данных (количественный и качественный анализ данных, критерии математической статистики - достоверность различий между группами испытуемых с разным уровнем конфликтологической культуры определялась по критерию Крускала - Уоллиса);
- интерпретации (структурный метод).

Для решения поставленных задач и достижения цели исследования поставленных задач нами был использован комплекс следующих психодиагностических методик:

- Тест структуры интеллекта (TSI) Р. Амтхауэра, предназначенный для исследования особенностей интеллектуального развития и его структуры;
- Опросник военно-профессиональной мотивации, предназначенный для изучения и оценки основных компонентов общей и военно – профессиональной мотивации;
- Тест САТ (Э. Шостром), целью которого является изучение особенностей самоактуализации личности;
- Тест смысловых ориентаций (Д.А. Леонтьев), предназначенный для изучения смысловых ориентаций личности, составляющих основу образа Я.

Эмпирическая база исследования: Исследование проводилось на базе учебного центра воинской части г. Белгорода. Всего в исследовании приняли участие 80 военнослужащих в возрасте от 18 до 22 лет.

Теоретико - методологической основой исследования являются отечественные разработки и концептуальные положения в области общей психологии, психологии труда и военной психологии (Б.А. Агеев, Е.П. Ильин, А.Г. Караяни, В.Д. Ковалев, Л.М. Королев, А.Г. Маклаков, В.А. Сластенин, И.В. Сыромятников, Р.Е. Овчарова, В.Д. Шадриков и др.).

Решение задач осуществлялось на основе следующих методологических принципов: детерминизма (причиной обусловленности и закономерности психологических явлений); единства внешних воздействий и внутренних условий; единства сознания и деятельности.

Научная новизна исследования. Впервые в психологии труда и военной психологии рассмотрен вопрос о соотношении мотивационной готовности к службе в Вооружённых силах РФ и интеллектуального развития военнослужащих.

Практическая значимость исследования. Результаты проведенного исследования позволили разработать ряд рекомендаций по развитию мотивационной готовности военнослужащих по призыву в условиях учебного центра. Эти рекомендации будут способствовать оптимизации образовательного и воспитательного процесса в учебном центре. Анализ мотивационной готовности военнослужащих по призыву позволяет более эффективно выстраивать систему индивидуализированного подхода по реализации психолого-педагогического воздействия в процессе обучения.

Исследование проводилось в течение года и включало три *этапа*: подготовительный, организационно-исполнительный и заключительный.

На подготовительном этапе проводился теоретический анализ специальной литературы по теме исследования; был произведён анализ подходов отечественных и зарубежных авторов к проблематике исследования; формулировалась цель, определялись гипотеза, предмет и задачи исследования; подбирались методы исследования.

На втором этапе (организации и проведения исследования) непосредственно проводилось исследование, в результате которого было

проведено исследование и изучены особенности мотивационной готовности к службе в Вооружённых Силах РФ у военнослужащих по призыву с разным уровнем интеллектуального развития.

На заключительном этапе исследования был проведен анализ и интерпретация результатов исследования.

Структура магистерской диссертации включает введение, две главы, заключение, список использованных источников и приложения.

Глава I. Теоретические основы изучения мотивационной готовности военнослужащих к службе в Вооружённых Силах РФ учебного центра с разным уровнем интеллектуального развития

1.1 Представления о мотивационной готовности в психологии

В современной психологической науке собран достаточно обширный материал по проблематике готовности человека к разным видам деятельности. Определены различные аспекты понятия «готовность», выведено содержание, структура, основные параметры готовности. Определены условия, которые влияют на динамику, длительность и устойчивость проявлений готовности к деятельности. Проблемой готовности занимались: М.И. Дьяченко, Л.А. Кандыбович, Я.Л. Коломенский, А.Т. Короткевич, И.Б. Котова, В.С. Мерлин, Н.Д. Левитов, А.С. Нерсисян, А.Ц. Пуни, К.К. Платонов, П.Р. Чамата и др.

Изучение психологической готовности к профессиональной деятельности основывается на предположении, что личность не просто адаптируется к выполнению профессиональных требований, а развивает определенные качества и свойства для ее улучшения и модернизации. Это предположение не означает, что идея адаптации личности к профессии не имеет места в современных концепциях готовности. Данное положение делает акцент на недостаточности одних только адаптационных процессов. В нем угол рассмотрения смещен на идею о профессиональном развитии личности и достижение ею акмеологических вариантов развития, а также высокого уровня его профпригодности в связи со спецификой конкретного вида труда.

Психологическую готовность к профессиональной деятельности можно рассмотреть в качестве психического состояния, которое формируется в процессе профессиональной подготовки. При таком рассмотрении готовность

личности к профессиональной деятельности может быть рассмотрена на двух уровнях:

1. как фактор, который одновременно способствует улучшению качества профессиональной подготовки и как ключевое условие успешного освоения профессиональной деятельности на этапе обучения в вузе;
2. как результат профессиональной подготовки, необходимой для эффективной профессиональной деятельности.

В.Д. Шадриков рассматривает особенности профессиональной подготовки на примере традиционного и системогенетического подхода [59]. В традиционном подходе в качестве результата профессиональной подготовки принимался обученный человек, то есть индивид, обладающий системой знаний, умений и навыков. Под умениями понимаются приобретаемые путем специального обучения или практического опыта свойства личности, которые позволяют выполнять сложные профессиональные операции с требуемой точностью и при минимальных затратах энергии.

Термин «готовность» предполагает, что человек лучше приспособляется к соотношению определенных сочетаний стимулов и реакций [23]. Э. Торндайк утверждал, что нервная система должна настроиться или оказаться готовой для оперативного управления определенными связями.

В отечественной психологии термин «готовность» используется преимущественно для обозначения оценки ситуации и поведения, обусловленных предшествующим опытом личности.

Предложенная В. А. Ядовым диспозиционная концепция заключается в характеристике социального поведения личности. Автор утверждал, что в зависимости от состояний готовности к определенному способу действий, личность ведет себя определенным образом. «Диспозиция - готовность, предрасположенность субъекта к поведенческому акту, действию, поступку или их последовательности» [65, с.134]. Концепция объединяет готовность

личности с поведением в данной социальной ситуации и условиями предшествующей деятельности. В этих условиях формируется стабильная склонность к реализации потребностей человека в определенных условиях.

Диспозиция личности иерархически организована. Она представляет собой систему, вершина которой образует общую направленность интересов и ценностных ориентаций человека. Они в свою очередь являются продуктом воздействия общих социальных условий. В середине иерархии находится система общественных социальных установок. Эти установки распространяются на многообразные социальные объекты и ситуации. Нижний слой представлен социальными установками, которые способствуют готовности к оценке и действиям в конкретных условиях деятельности. Ведущим звеном диспозиции всегда становится тот уровень, который наилучшим образом соответствует заданным условиям и целям деятельности в данный момент.

Другим понятием, помогающим определить готовность, является «Аттитюд (от франц. attitude – поза) — готовность к выполнению какого-либо действия».[28, с.37]

Традиционно психологи, изучающие данное понятие, объясняют его через теории своих научных школ и отраслей психологии. В военной психологии готовность к деятельности определяет как способность к быстрой мобилизации и боеготовности в экстремальных условиях. Готовность к действию в теориях инженерной психологии имеет несколько смысловых аспектов. Первый ориентирует на наличие у оператора необходимых для успешного выполнения действий знаний, умений и навыков. Второй обозначает готовность к экстренной реализации имеющейся программы действия в ответ на появление определенного сигнала. Третий делает акцент на решительности в действиях. Таким образом, можно утверждать, что готовность к действию представляет собой состояние мобилизации всех психофизиологических систем человека, которые обеспечивают эффективное выполнение определенных действий.

Готовность к действию связано с комплексом факторов, характеризующих разные уровни и стороны готовности (физическую подготовленность, нейродинамическую обеспеченность действия, а также психологические условия готовности). В зависимости от условий, предъявляемых к выполнению действия, ведущей может стать одна из описанных сторон готовности.

Чтобы понять содержание психологической готовности рассмотрим проблему готовности личности к деятельности на трех уровнях (общем, частном, единичном).

1. на общем уровне анализа проблем профессиональной деятельности выделяется и описывается структура психологической готовности человека к профессиональной деятельности

2. на частном уровне анализа рассматривается проблема личностной готовности человека к деятельности. Готовность личности является более узким понятием по отношению к психологической готовности, при этом больший акцент делается на анализе самой личности.

3. на уровне единичного анализа проблема готовности исследуется в рамках конкретной профессиональной деятельности или определенной профессиональной группы. В нашей работе такой группой являются военнослужащие.

С целью понимания структуры психологической готовности личности к профессиональной деятельности выделим конкретные психологические феномены. Данные феномены, безусловно, проявляются в профессиональной деятельности и военнослужащих. К ним относятся психические свойства и состояния человека. Именно взаимосвязь свойств и состояний человека во многом будет определять его успех в профессиональной деятельности и гармоничность его внутреннего мира.

В качестве базового свойства личности нами определена рефлексия, которая определяет изменчивость в структуре психологической готовности личности к профессиональной деятельности.

По нашему мнению, развитие профессиональной деятельности непосредственно связано с личностным развитием. При таком рассмотрении соотношения профессионального и личностного развития, психологическую готовность можно понимать как определенный уровень психологического обеспечения профессиональной деятельности. Большое значение в готовности к профессиональной деятельности имеет направленность личности, которая проявляется через готовность и способность реализовать профессионально важные качества и смыслы профессиональной деятельности. При этом определение собственной позиции человека в отношении профессиональной деятельности основывается на его мировоззрении.

В общей психологии под готовностью понимается «психическое состояние, которое основано на предстартовой активизации человека, включающей осознание человеком своих целей, оценку имеющихся условий, определение способов действия, а также прогнозирование мотивационных, волевых, интеллектуальных усилий и вероятности достижения результата» [33, с.85]. К готовности, в рамках данного понимания феномена, также можно отнести мобилизацию человеком сил, самовнушение, и ориентацию на достижение целей. Таким образом, можно говорить о том, что готовность является психическим состоянием, которое может быть рассмотрено как частный случай функционального состояния.

Психологическая готовность к деятельности представляет собой «психическое состояние, которое характеризуется мобилизацией ресурсов субъекта труда на выполнение конкретной деятельности». Психическое состояние, понимается нами как целостная характеристика психической деятельности за определенный период времени. Оно влияет на своеобразие протекания психических процессов, в зависимости от отражаемых предметов и явлений действительности, предшествующего состояния и психических свойств личности, происходит определенная реакция человека на условия, в которые он попадает.

Данное психическое состояние облегчает выполнение профессиональных обязанностей, позволяет правильно использовать знания, опыт и личностные качества, а также способствует сохранению самоконтроля и позволяет адекватно перестраивать деятельность при появлении непредвиденных препятствий.

Готовность оказывает ведущую роль в процессе перестройки и преобразования деятельности. В зависимости от смены условий протекания деятельности возникает необходимость менять саму деятельность без ущерба для предполагаемого продукта деятельности и того человека, который эту деятельность осуществляет. Такая ориентация предполагает необходимость принятия решений и готовность к выбору. Именно для этого и необходимо такое развитое качество как рефлексия. С нашей точки зрения, именно рефлексия будет определять уровень психологической готовности личности к деятельности.

Проанализировав работы различных ученых по проблеме готовности, мы пришли к выводу, что единого подхода к данному вопросу нет. Мы выделили два аспекта рассмотрения данного понятия: личностный и функциональный. Личностной подход к готовности рассматривает это понятие через призму проявления индивидуальных качеств личности, которые обуславливают эффективную деятельность с высокой результативностью (Л.А. Кандыбович, Б.Г. Ананьев, В.А. Крутецкий, В.Д. Шадриков, А.А. Деркач и др).

В работах Б.Г. Ананьева присутствует понятие «проявление способностей», которое основано на осознанной высокопродуктивной деятельности человека в определенной области труда и общественной жизни в виде проявившихся способностей к ней [4].

М.И.Дьяченко, Л.А. Кандыбович, в своих исследованиях характеризуют готовность как психологический настрой на выполнение деятельности. Их теория строится на основании модифицирования поведения личности. Так

«при внутреннем настрое личность начинает в большей степени проявлять активность и целенаправленность» [18, с.74].

Анализируя готовность с точки зрения такого подхода можно выделить несколько компонентов, показывающих системность и сложность этого психического образования. Первым является познавательный процесс, который отражает основные критерии деятельности. Следующим компонентом являются эмоциональные свойства. Они по-разному влияют на человека, повышая или снижая его психическую и физическую активность. Третьим компонентом является волевой компонент, который оказывает влияние на совершение сложных действий в процессе достижения цели.

Смысл функционально-психологического подхода заключается в рассмотрении готовности как определённого психического состояния индивида, в момент которого активируются психические функции. Представители данного подхода готовность определяют как целостное проявление личности в определенных условиях жизнедеятельности, имеющие различные характеристики временной устойчивости (Е.П.Ильин, Н.Д. Левитов, Л.С.Нерсисян, В.Н.Пушкин, Д.Н.Узнадзе, А.Ц.Пуни, и др.)

А.Ц. Пуни в структуре готовности выделяет комплекс определенных черт личности. К этим чертам он относит: волю, направленность интеллектуальных процессов, направленную наблюдательность, воображение, стенические эмоции, гибкое внимание, саморегуляцию. По этой логике готовность представляет собой систему личностных характеристик военнослужащих, на фоне которых разворачивается динамика психических процессов [47].

Некоторые авторы определяют готовность в виде структуры или системы состоящей из различных компонентов. Так, В.Н. Пушкин и Л.С. Нерсисян, предложили следующую структуру в виде компонентов готовности к профессиональной деятельности (психическая направленность личности, интегральный психофизиологический компонент, структура действий [35, с.78].

Ю.М. Забродин выделяет виды готовности, направленные на взаимодействие друг с другом. «Первый вид — операциональный. Он направлен на организация и выработку направлений профессиональной деятельности, сформированной психологической системой. Следующий вид — мотивационной. Он ориентирован на формирование деятельности, которое происходит за счет освоенных личностных ценностей и предпочтений, а в последствии она преобразуется в систему профессиональных интересов и склонностей. Третий вид — функциональный. Он представляет собой генерализованное комплексное состояние человека направленное на развитие и преобразование психических функций» [35, с.93].

М.И. Дьяченко и Л.А. Кандыбович выделяют следующие компоненты готовности:

«1) мотивационный, который характеризуется благоприятным отношением к профессии, интересом к ней;

2) ориентационный, который связан с представлениями об особенностях и условиях профессиональной деятельности и предъявляемый ею требования к человеку;

3) операционный, который предполагает владение определенными способами и приемами профессиональной деятельности, основанными на знаниях, умениях и навыках;

4) волевой, который определяет самоконтроль личности, то есть умение управлять собой во время выполнения профессиональной деятельности;

5) оценочный, который предполагает самооценку своей профессиональной подготовленности и уровень соответствия ее оптимальным профессиональным образцам» [18, с.183].

По нашему мнению, что данная структура психологической готовности к деятельности является громоздкой и требует объединения некоторых компонентов друг с другом. Более целесообразно было бы ориентационный компонент, как знания об условиях профессиональной деятельности, о ее

требованиях к личности включить в состав операционного компонента. Волевой компонент представлен свойствами личности в плане саморегуляции и самоконтроля, однако и они составляют операционный компонент готовности личности к деятельности, поэтому анализ предложенной структуры может быть сведен к трем базовым компонентам: мотивационному, операционному и оценочному.

В.Н. Дружинин считает, что «готовность представляет собой структуру, в которую входят: положительное отношение к тому или иному виду деятельности, профессии; черты характера, способности, темперамент, мотивация, адекватные требованиям деятельности; необходимые знания, умения и навыки; устойчивые профессионально важные особенности восприятия, внимания, мышления, эмоционально-волевые процессы. Однако психологическая готовность личности является не статической, а динамической структурой» [17, с.257].

Психические состояния личности выступают связующим звеном между психическими процессами и психическими свойствами человека в деятельности. Психологическая готовность к деятельности как определенное состояние тесно связано с личностными качествами субъекта деятельности, что позволяет судить о целостности личности специалиста, уровне сформированности у него профессионально важных качеств.

Высокий уровень сформированности психологической готовности к деятельности позволяет сохранить эффективный стиль работы в состоянии психической напряженности, а также умение преодолевать социальные и профессиональные стереотипы, при умении управлять собой и другими людьми.

По нашему мнению, способность к саморегуляции является важным условием психологической готовности личности к профессиональной деятельности. Кроме того, психологическая готовность, чувство уверенности в себе, желание достичь успеха тесно связано с умением планировать свою

деятельность, так как это сказывается на характере поставленных человеком задач и находит свое отражение в его индивидуальных планах и проектах.

Уровень психологической готовности личности к профессиональной деятельности характеризует возможности человека в плане регуляции самой профессиональной деятельности, ее структуры, этапов реализации поставленных целей и задач с учетом профессиональных стандартов. Психологическая готовность оказывает влияние на возможности человека в плане регуляции собственной активности. Основой готовности является оптимальное психическое состояние человека, адекватная мотивация, необходимый и достаточный уровень знаний, умений и навыков, а также соответствующие способности.

Таким образом, проблема психологической готовности личности к деятельности достаточно актуальная проблема в современном мире. Под психологической готовностью к профессиональной деятельности мы будем понимать профессиональную готовность, которая является результатом профессиональной подготовки, качеством личности и выступает регулятором успешности профессиональной деятельности, разновидностью установки.

Профессиональная готовность, по нашему мнению, связана с определенным уровнем развития профессиональных и личностных качеств индивида, который является необходимым и достаточным для выполнения функциональных обязанностей для определенной профессии. Исследование проблемы психологической готовности особенно актуально для профессий, предъявляющих повышенные требования к моральным, волевым и прочим качествам человека (военные профессии). В этом направлении психологическая готовность к профессиональной часто рассматривается с позиции готовности к риску.

1.2 Мотивационная готовность к службе в Вооружённых Силах РФ как условие профессионального развития военнослужащих по призыву

Исходя из определения психологической готовности личности, мы рассматриваем ее как определенное психическое состояние, которое характеризуется своеобразными мотивационными и операциональными свойствами личности. Они, в свою очередь, могут быть сформированы только в ходе профессиональной подготовки при учете индивидуальных особенностей индивида.

Высокий уровень развития психологической готовности личности является необходимым условием достижения ею успеха в профессиональной деятельности. Когда мы говорим о профессиональной подготовке специалистов, особое внимание необходимо уделять уровню их личностного развития, а также ценностным ориентациям и профессиональным установкам. Учет данных условий позволяет повысить эффективность процесса профессиональной подготовки военнослужащих.

Э.М. Велиев указывает на то, что «для формирования эффективного профессионала недостаточно формировать у обучающегося только определенные знания, умения, навыки и игнорировать предшествующий уровень его личностного развития, так как личностный рост специалиста и структура профессиональной деятельности находятся в прямой зависимости» [35, с.259]. По мнению ученого, развитие личности стимулирует преобразование профессиональной деятельности, так как ее выполнение наполняется новым смысловым содержанием. Обновленная профессиональная деятельность в свою очередь предъявляет новые требования к личности специалиста. Эти изменения приводят к необходимости дальнейшего личностного роста специалиста. Таким образом, профессиональная деятельность и развитие личности специалиста процессы взаимосвязанные и взаимовлияющие друг на друга. Поэтому, успешность

профессиональной деятельности определяется уровнем соответствия личностной структуры и структуры профессиональной деятельности.

Эффективность реализации акмеологического варианта профессионального развития напрямую зависит потребности в саморазвитии у конкретной личности, а также от того, насколько адекватной является мотивация профессиональной деятельности нее и в какой степени ее потребности личности могут быть удовлетворены посредством данной профессиональной деятельности.

Э.М. Велиевым была предложена психологическая модель личности эффективного специалиста. Рассмотрим ее подробнее, она включает в себя следующие элементы: профессиональная направленность (совокупность устойчивых мотивов, ценностей, смыслов, направлений деятельности личности); профпригодность; эффективное самоопределение; развитие личностного потенциала (потенциальные возможности, профессиональная компетентность). Как мы видим, ученый определяет личностные ценности и смыслы будущего специалиста как условия выполняющие функцию выбора средств, способов и приемов реализации своей профессиональной деятельности. Результатом становления будущего специалиста является готовность личности к осуществлению своей профессиональной деятельности. При этом психологическая готовность обусловлена совокупностью черт и характеристик, как самой деятельности, так и ее субъекта [35].

По мнению Киселёва М.В., профессиональная готовность военного специалиста к практической деятельности является сложным структурно-системным образованием, которое охватывает различные стороны психики специалиста и включает личностно-мотивационную и волевую сферы, обобщенные знания и представления, определенные профессиональные навыки, способности человека. Однако, это не просто сумма изолированных психических качеств и свойств, а система, имеющая определенную структуру [25].

Условия эффективности профессиональной деятельности специалиста необходимо искать в источниках его активности. Поэтому для решения вопроса о психологической подготовке военнослужащих необходимо понимание того, как именно активность порождается и регулируется ими, насколько они ответственны за результаты собственной деятельности и являются ли они субъектами собственной деятельности. Поэтому причины необходимо искать внутри самого субъекта профессионального развития. Для этого имеет смысл понять причины, которые побуждают человека развиваться в контексте профессиональной жизни.

Для того, чтобы человек был готов к выполнению определенной деятельности нужны знания, умения, навыки, определенный интеллектуальный уровень (операционный компонент), настроенность и решимость совершить соответствующие действия (мотивационный компонент).

В своих работах Л.Н. Захарова описывает следующие виды психологической готовности человека к деятельности:

«- мотивационная готовность, которая связана с потребностью в личностном и профессиональном саморазвитии в профессиональной деятельности. Мотивационная готовность создает базу для развития профессионально важных качеств и формирования индивидуального стиля деятельности человека;

- целевая готовность, которая обеспечивается концептуальной моделью деятельности. Концептуальная модель деятельности способствует выбору значимых профессиональных целей с учетом актуальных потребностей человека;

- операционная готовность всегда зависит от степени сформированности знаний, умений и навыков реализации содержания основных этапов деятельности;

- регуляционная готовность реализуется в процессе психологической подготовки как относительно самостоятельная деятельность анализа и регуляции собственной деятельности.

В формировании профессиональной готовности ключевым является мотивационный компонент, так как «вне мотива и смысла невозможны ни одна деятельность, не реализуемы никакие, даже самые усвоенные знания и предельно сформированные умения» [21, с.44]. Он всегда отражает потребности субъекта профессиональной деятельности, в том числе и потребность в самопознании и самопонимании.

В качестве индикатора готовности личности к деятельности В.И. Чичикин предлагает показатель интегрального качества. Он представляет собой уровень реализации деятельности, который может быть репродуктивным или творческим [35].

В структуре профессиональной готовности военнослужащих по призыву к службе в войсках наиболее важное место занимают мотивы. Мотив определяется как внутреннее побуждение к активности, которое связано с удовлетворением определенных потребностей. В качестве мотивов выступают потребности, интересы, убеждения, представления о нормах и правилах поведения, принятых в обществе.

Мотивация - совокупность устойчивых мотивов, определяющих содержание и характер деятельности личности воина. Это динамический процесс формирования мотива (как основание поступка). Мотивация занимает ведущее место в структуре личности и является одним из основных понятий, которое используется для объяснения поведения и деятельности человека. Это сложный процесс перевода внешних воздействий объективной действительности во внутренние побудительные силы человеческого поведения.

Мотивационная сфера личности - вся имеющаяся у данного человека совокупность мотивационных образований: диспозиций (мотивов), потребностей и целей, интересов и др. Мотивы формируют мотивационно-

ценностную структуру профессиональной деятельности военнослужащих, представляющую взаимосвязанную совокупность их потребностей, интересов, ценностных ориентаций, обеспечивающих определенную направленность мотивов и деятельности личности.

Мотивационная готовность представляет собой целостную, относительно устойчивую систему психологических образований личности, которые, проявляясь, создают соответствующие состояния психики, а также побуждают и регулируют поведение военнослужащего. Мотивационная готовность к профессиональной деятельности определяется соответствующей направленностью, наличием смысла в этой деятельности, профессиональными установками личности.

Развитие мотивационной готовности представляет собой динамичный процесс, который зависит, в том числе, и от внешних условий. Так, в период профессиональной подготовки изменяются требования к профессии, структура основных мотивов её приобретения, профессиональный менталитет, духовные ценности, операционно-техническая сфера в связи с появлением инновационных технологий и др., поэтому и возможны как значительные, так и незначительные изменения. Становление будущего специалиста зависит также и от внутренних условий: изменяются представления человека о профессии, критерии её оценки и способов самореализации в ней.

Мотивационный компонент психологической готовности образован устойчивой системой мотивов. Многие психологи определяют эту систему как направленность. Полимотивированность профессиональной деятельности в структуре личности выступает как «мотивационное ядро», связанное с доминирующими профессиональными интересами и задачами развития субъекта (А.Н. Леонтьев, Б.Ф. Ломов).

Адекватность мотивационного регулирования деятельности связана с соответствием мотивов предмету профессиональной деятельности. Адекватность мотивации не является определяющим условием в развитии

уровня психологической готовности и не гарантирует успех в профессии. Необходимым условием является не только адекватная мотивация, но и соответствующие способности и качества личности, определенная система знаний, умений и навыков. По мнению М.И. Дьяченко и Л.А. Кандыбович, такое объединение является «операциональным компонентом структуры психологической готовности личности к профессиональной деятельности» [18, с.74].

Эффективное взаимодействие мотивационного и операционального компонентов является условием успешной адаптации человека к профессиональной деятельности и стимулирует профессиональное развитие личности.

В.А. Соловьева считает, что психологическая готовность личности является состоянием, которое способствует актуализации мотивов в профессиональной деятельности [35]. Высокий уровень готовности личности, позволяет актуализировать адекватные профессиональные мотивы. Актуальный мотив функционирует благодаря его динамической и содержательной составляющей. При отсутствии одного из представленных компонентов, мотив будет находиться в зоне потенциальной мотивации. Динамический компонент мотива основан на силе и пластичности нервной системы, а также уровне профессиональной подготовки. На содержательный компонент влияют отдельные черты личности, а также возрастные особенности. Одним из показателей перехода мотива из зоны потенциальной мотивации в зону актуальной мотивации является оценка личностью вероятности наступления события и его эмоциональное предвосхищение. Поэтому настроение и эмоциональная оценка могут выступать в качестве критериев психологической готовности личности к деятельности.

Мотивационный компонент предполагает наличие у личности определенных потребностей, которые могут быть удовлетворены только в профессиональной деятельности. Эти потребности могут быть чрезвычайно разнообразными. От того, как будет происходить их удовлетворение можно

судить, насколько человек реализуется в профессиональной деятельности. Поэтому мотивацию можно рассматривать как побудительное свойство потребности, мотива, других инициаторов человеческой активности.

А.Н. Леонтьев отмечает необходимость рассмотрения мотивации как целесообразного побуждения, возникающего из потребности, влечения или инстинкта [27]. Через мотивацию представлена зрелая личность. Мотив выступает как личностное образование и является результатом аффективной и сознательной переработки потребностей, которые имеются у личности на данный момент времени. Таким образом, мотив выступает основа личностной значимости деятельности, что сопровождается эмоциональными переживаниями и осознанием ценности принятого решения. Необходимо отметить, что мотив является внутренним источником активности человека.

В.Г. Леонтьев, опираясь на работы Д.Н. Узнадзе, отмечает «роль высших потребностей, которые посредством мотивов подчиняют себе низшие потребности. Особое значение имеет включение в процесс мотивации индивидуально-типологических свойств личности, что определяет стиль поведения и деятельность человека. Психологическая готовность человека к деятельности понимается как соединение необходимых знаний, умений и навыков с потребностью в труде» [28, с.78]. В работах Б.А. Сосновского под психологической готовностью понимается иерархическая система профессионально важных качеств и свойств личности, стержнем которой выступает мотивационная готовность [40]. Под профессионально важными качествами обычно понимают совокупность психологических качеств личности, а также целый ряд физических, антропометрических, физиологических характеристик человека, которые определяют успешность деятельности.

В процессе освоения профессии, в ходе обучения и трудовой деятельности происходят развитие и трансформация мотивационной структуры субъекта деятельности. Это развитие идет в двух направлениях: во-первых, общие мотивы личности трансформируются в трудовые; во-

вторых, с изменением уровня профессионализации изменяется и система профессиональных мотивов.

Каждый вид человеческой деятельности характеризуется своими специфическими побудительными мотивами. Мотивация военной службы и профессиональной деятельности - процесс субъективного преобразования личностью условий и факторов социальной и профессиональной среды в результате осознания и принятия их содержания и значимости в активные побудительные силы, лежащие в основе мышления, поведения, поступков военно-профессиональной деятельности. Смысл мотивации заключается в том, чтобы найти именно такие действия, которые соответствуют основной, закреплённой в жизни установки личности.

Таким образом, исследуя проблему мотивации профессиональной деятельности, мы должны понять силу влияния мотивационного компонента на состояние психологической готовности личности к профессиональной деятельности. В целях исследования мотивации профессиональной деятельности необходимо обратиться к следующим понятиям: мотивы профессиональной деятельности, эмоциональное отношение к профессиональной деятельности, стремления, желания и установки субъекта профессиональной деятельности, направленность личности и др.

Формирование мотивации профессиональной деятельности осуществляется в двух направлениях: в превращении общих мотивов личности в профессиональные и в изменении системы профессиональных мотивов в связи с изменением уровня профессионализации (Поваренков Ю.П.). Реализация первого направления связана с возможностью удовлетворения потребностей человека в профессиональной деятельности, что обеспечивает наполнение мотивации профессиональным содержанием. «Чем больше возможностей предоставляет профессия для удовлетворения разнообразных потребностей человека, тем выше его включённость в профессиональную деятельность» [34,с.316]. Наивысшей эффективности в профессии человек достигает тогда, когда профессия приобретает для него

смысл. Смысл определяется личностной значимостью профессии для человека и характеризуется пристрастным эмоциональным отношением к труду. Для достижения успеха в профессиональной деятельности человеку необходимо научиться «видеть» новые смыслы профессии. Отсутствие такой способности приводит к потере интереса к работе и при малейших трудностях - к падению эффективности деятельности и низкой удовлетворенности трудом.

Другое направление формирования мотивов связано с профессиональным развитием личности, с ее профессиональным становлением. По мнению Чекмаева О.П., традиционно в психологии выделяют две группы побудителей: «внутренние мотивы, связанные с процессом труда (мотивация) и внешние стимулы (стимуляция), находящиеся вне его содержания» [34, с.84].

Преобладание внутренней мотивации способствует тому, что личность начинает приобретать новые знания, умения и навыки, стремится к развитию профессиональных способностей. В этом случае профессиональная деятельность приносит человеку удовольствие и радость. Преобладание внешней мотивации предполагает значимость для человека тех выгод, которые он может получить, занимаясь данной профессиональной деятельностью (материальная выгода, социальное признание). В психологической литературе отмечается, что в процессе овладения человеком профессией возрастает роль внутренней мотивации, связанной с самоощущением себя как профессионала.

Как утверждает А.К. Маркова, смена доминирующей мотивации представляет собой сугубо индивидуальный процесс и происходит в зависимости от личностных особенностей человека, организации его деятельности, условий труда и обучения [30].

Направленность личности, которая является адекватной предмету профессиональной деятельности, может выступать показателем высокой

сформированности мотивационного компонента психологической готовности человека к профессиональной деятельности.

В общепсихологическом смысле направленность личности можно определить как совокупность устойчивых мотивов, направляющих деятельность личности. Процесс профессионализации сопровождается развитием не только личностных структур, но и специфической интеграцией свойств и качеств личности, формированием ее как целостной системы.

Б.Ф. Ломовым профессиональная направленность определяется как «интегральное свойство личности, которое характеризует отношение человека избранной профессии. Фактор направленности играет большую роль, как при подготовке, так и определяет успех в профессиональной деятельности» [35, с.99].

Н.В. Кузьмина считает, что направленность определяет интерес к профессии и склонность заниматься ею. По ее мнению «характер действий, которые совершаются личностью, выступает главным критерием сформированности направленности личности, которая представляет собой вершину устремлений личности и определяет ее готовность к деятельности» [35,с.396].

В процессе обучения в военном вузе у курсантов формируются первоначально мотивационно-ценностные ориентации на предстоящую военную службу и профессиональную деятельность, а также эффективное освоение функциональных обязанностей.

Мотивация военнослужащих очень разнообразна. Под воздействием различных объективных и субъективных условий у военнослужащих формируется мотивационная готовность к военно-профессиональной деятельности. В зависимости от силы и характера проявления мотивационной готовности в ней можно выделить три уровня:

1) высокий уровень мотивации характеризуется ярко выраженной потребностью в военно-профессиональном самосовершенствовании, преобладании социальной инициативы и творческой деятельности, которые

будут способствовать эффективному решению учебно-боевых задач, а также твердой положительной ориентации на военную службу;

2) средний уровень мотивации определяет такую мотивационно-ценностную структуру, в которой военно-корпоративные ценности не являются главными, определяющими в деятельности военнослужащего;

3) низкий уровень мотивации связан со слабым проявлением либо отсутствием в системе ценностных ориентаций и установок ориентированных на военную службу.

Уровни мотивационной готовности военнослужащего к службе в Вооружённых Силах РФ имеют определенные критерии, которые характеризуют различную степень его включенности в систему ценностных установок, ориентаций.

По мнению Талынева В.Е., «социальную включенность личности, как проявление уровня ее мотивационной готовности, определяют мотивационная фиксированность социальных норм и мотивационная фиксированность ролевых требований. Первое показывает, какая часть социальных норм из всей их совокупности отвечает интересам личности и требованиям социальной организации. Мотивационная фиксированность ролевых требований определяет профессиональные интересы военнослужащих» [24, с.78].

Можно утверждать, что военнослужащие, у которых социальная включенность в профессиональную деятельность реализована полностью, имеют высокий уровень мотивационной готовности к службе в Вооружённых Силах РФ. Те, у кого из военнослужащих социальная включенность реализована частично или наполовину, имеют средний уровень мотивационной готовности, а те, у кого социальная включенность не реализована, имеют низкий уровень мотивационной готовности к воинской службе.

Мотивационно-ценностные отношения обусловлены ценностно-смысловой системой. Выделяются несколько групп мотивов,

обуславливающих профессиональную деятельность военнослужащих по призыву к службе в Вооружённых силах: понимание профессиональных обязанностей, профессиональной деятельности, профессионального общения, проявления личности в профессии.

Мотивы понимания предназначения профессии возникают и развиваются, как считает Маркова А.К., как форма и мера профессиональной направленности, принятия конечных целей деятельности. Мотивы профессиональной деятельности выражают ранее сложившиеся потребности личности, актуализированные при взаимодействии с профессией (мотивы самораскрытия и самоутверждения, материальные потребности, особенности характера, привычек и т. п.). Этот вид мотивов связан с такими личностными качествами, как настойчивость, упорство, требовательность в достижении конечного результата деятельности; добросовестность, тщательность выполнения профессиональной деятельности [30, с.81].

Мотивы профессионального общения, по мнению Рындиной О.Г., отражают стремление военнослужащего утвердиться в профессиональной группе, а также гордость за коллектив, солидарность в деятельности с членами коллектива, стремление к труднодостижимым целям. Мотивы проявления личности в профессии выражают особенности профессионального самосознания личности (убежденность в собственной профессиональной пригодности, в обладании творческим потенциалом, убежденность в своем профессиональном призвании и т.д.) [47, с.48].

Для более точного выявления уровней мотивационной готовности военнослужащих по призыву к службе в Вооружённых Силах к профессиональной деятельности необходима система критериев. Она выделена Деркач А.А. на основе работ военных психологов.

Первая группа критериев - внешние. К этим критериям относятся: особенности профессиональной деятельности военнослужащего; результаты деятельности; дисциплинированность; стремление к профессиональному самосовершенствованию и саморазвитию, к выполнению своих

обязанностей; наличие профессиональных знаний, умений, навыков; работоспособность, конструктивность действий в ситуации решения задач служебного плана; благоприятное отношение руководителей, старших, доверие с их стороны и т.д.

Результативность данных критериев может служить достижение высоких результатов деятельности и признание их со стороны окружающих.

Вторая группа критериев - внутренние или личностные, к которым относятся: преобладание в структуре мотивационной готовности военнослужащих образований широкого социально-значимого плана; степень адекватности самооценки; положительная самооценка хода и результатов собственной деятельности; самооценка отношения к коллективу сослуживцев, её адекватность коллективной оценке личности военнослужащего [12].

Результативность внутренних критериев мотивационной готовности к службе в ВС РФ определяет преобладание в иерархии её структурных элементов мотивационно-смысловых образований, а также удовлетворенность личности результатами своей деятельности и своим положением в коллективе части.

Граница различий в уровнях мотивационной готовности к воинской службе динамична, а выделенные три уровня достаточно условны. В связи с этим особую значимость приобретает учет всех внешних и внутренних критериев мотивационной готовности.

Результатом профессионального становления военнослужащего по призыву к службе в Вооружённых Силах, по нашему мнению, должны быть: уверенное выполнение своих функциональных обязанностей в соответствии с должностью; умение строить конструктивные межличностные отношения в коллективе и организовывать воспитательную работу; способности выделять главные и второстепенные задачи, определять цели собственной деятельности и проявлять целеустремленность, осуществлять подбор исполнителей деятельности и распределять обязанности между ними;

высокая способность в адаптации к изменениям социальной среды; стремление к постоянному самосовершенствованию; уверенность в своих силах и способностях; высокая мотивация достижения [12, с.33].

Таким образом, можно утверждать, что мотивационная готовность к является условием эффективного прохождения срочной службы в Вооружённых Силах РФ. Это связано с тем, что мотивационная готовность является центральным компонентом психологической готовности и оказывает большее влияние на эмоции и поведение призывников, нежели остальные. Мотивационный компонент психологической готовности личности образован устойчивой системой мотивов, которая многими исследователями определяется как направленность.

1.3 Роль интеллектуальных особенностей в процессе профессионального становления военнослужащих по призыву в Вооружённых Силах РФ

Особенности интеллектуального развития личности являются фактором, оказывающим значительное влияние на различные сферы жизни человека, в частности, на его профессиональное становление и развитие. Актуальность изучения проблемы роли интеллектуального развития в процессе профессионального обучения была озвучена, явилась причиной дискуссии на страницах издания «Психология. Журнал Высшей школы экономики». В данном издании так же были указаны показатели взаимосвязи интеллекта и профессиональных достижений, которые варьировались от 0,3 до 0,8 (на основании метаанализа публикаций результатов исследований, представленных в работах Дж. Хантера, Э. Ханта и Л. Готтфридсон.

Прежде чем обозначить роль интеллектуальных особенностей в профессиональном становлении, мы считаем необходимым раскрыть содержание понятия «интеллект». Говоря об интеллекте как некоторой

способности, многие ученые, прежде всего, делают акцент на его адаптационное значение в жизни человека и высших животных. К примеру, В. Штерн полагал, что «интеллект является некоторой общей способностью приспособления к новым жизненным условиям» [62, с.214]. Согласно Л. Полани, интеллект относится к «одному из способов приобретения знаний» [42, с.58]. Однако, по мнению подавляющего большинства других авторов, приобретение знаний (ассимиляция, по Ж. Пиаже) выступает лишь побочной стороной процесса применения знаний при решении жизненной задачи, при этом отмечается необходимость компонента новизны решаемой задачи. С проблемой интеллектуального поведения так же тесно связана проблема «трансфера», то есть переноса «знаний – операций» из одной ситуации в другую (новую).

Как некое резюме всему вышесказанному является мнение Ж. Пиаже относительно того, что развитый интеллект проявляется в универсальной адаптивности, в достижении «равновесия» индивида со средой.

В рамках рассмотрения проблемы интеллектуального развития отметим, что абсолютно любой интеллектуальный акт невозможен без активности субъекта и наличия саморегуляции при его выполнении. М.К. Акимова считает основой интеллекта умственную активность человека, а саморегуляция, по её мнению, лишь обеспечивает необходимый для решения задачи уровень активности. Этой точки зрения придерживается Э.А. Голубева, которая полагает, что активность и саморегуляция - это базовые факторы интеллектуальной продуктивности, добавляя к ним как важную составляющую характеристику – работоспособность [58, с.118].

По мнению Дж. Томпсона, интеллект является лишь абстрактным понятием, которое упрощает и суммирует ряд поведенческих характеристик [56]. Исследователи, разработавшие первые тесты интеллекта (Бине, Симон), рассматривали это свойство более широко. В их понимании, интеллектуальный человек – это тот, кто «правильно судит, понимает и размышляет» и «кто, благодаря своему здравому смыслу» и

«инициативности» может «приспосабливаться к обстоятельствам жизни» [45,с.258]. Данную точку зрения разделял и Д. Векслер. По его мнению, «интеллект – это глобальная способность разумно действовать, рационально мыслить и хорошо справляться с жизненными обстоятельствами» [52, с.34].

Как мы считаем, однозначность в определении понятия «интеллект» в научной литературе отсутствует из-за многообразия его проявлений. В то же время, у проявлений интеллекта имеется нечто общее, что позволяет отличать их от других особенностей поведения, которое заключается в активизации всех психических функций, обеспечивающих познание окружающего мира, а именно мышления, памяти, воображения, в любом интеллектуальном акте. Следуя этой логике, отдельные исследователи под интеллектом как объектом измерения подразумевают те проявления индивидуальности человека, которые имеют отношение к его познавательным свойствам и особенностям.

В настоящее время в современной науке существует множество теорий интеллекта. М.А. Холодная [56] в своей методической работе предприняла попытку упорядочить информацию, накопленную в области экспериментально – психологических теорий и исследований интеллекта, выделив восемь основных подходов, характеризующихся определенными концептуальными линиями в трактовке природы интеллекта:

Первый выделенный ею подход – социокультурный – характеризуется тем, что интеллект является результатом процесса социализации и влияния культуры в целом (Дж. Брунер; М. Коул и С. Скрибнер; Л. Леви-Брюль; А.Р. Лурия; Л.С. Выготский и др.).

В рамках генетического подхода интеллект является результатом усложняющейся адаптации человека к требованиям окружающей среды в естественных условиях взаимодействия с окружающим миром (У.Р. Чарлсворз; Ж. Пиаже).

Следующий подход – процессуально – деятельностный, в рамках которого под интеллектом понимается особая форма человеческой

деятельности (С.Л. Рубинштейн; А.В. Брушлинский; Л.А. Венгер; Н.Ф. Талызина; О.К. Тихомиров; К.А. Абульханова-Славская и др.).

Представители образовательного подхода считают интеллект продуктом целенаправленного обучения (А. Стаатс; К. Фишер; Р. Фейерштейн; Н.А. Менчинская; З.И. Калмыкова; Г.А. Берулава и др.).

Г. Айзенк, Э. Хант, Р. Стернберг являются представителями информационного подхода, в рамках которого интеллект представляет некую совокупность элементарных процессов переработки информации [56].

Феноменологический подход определяет интеллект как особую форму содержания сознания (В. Келер; К. Дункер; Р. Мейли, М. Вертгеймер; Р. Глезер; Дж. Кэмптон и др.).

В структурно-уровневом подходе интеллект определяется как система разноуровневых познавательных процессов (Б.Г. Ананьев; Е.И. Степанова; Б.М. Величковский и др.).

Наконец, регуляционный подход рассматривает интеллект как форму саморегуляции психической активности (Л.Л. Терстоун и др.)

Данную классификацию можно еще более свернуть и обобщить с целью выявления кардинально различных направлений. Так, Г. Айзенк выделяет 3 базовых концепции понимания природы интеллекта:

- «- интеллект как биологический феномен;
- интеллект как социокультурный феномен;
- психометрический интеллект» [3, с.113].

В.Н. Дружининым был добавлен еще один подход, который выходит за рамки научного, однако без него характеристика понятия «интеллект», на наш взгляд, не будет полной, – это обыденные характеристики интеллекта [18].

Понятие «биологический интеллект» подразумевает под собой особенности функционирования мозговых структур, отвечающих за познавательную деятельность индивида и определяющих индивидуальные различия в интеллектуальном развитии, которые, по мнению исследователей, связаны в первую очередь с наследственностью. Именно биологический

аспект, по Г. Айзенку, является наиболее фундаментальным, поскольку представляет собой основу для психометрического и социального интеллекта [3]

Ф. Гальтон является основоположником, так называемого, психофизиологического подхода к пониманию интеллекта. Для измерения интеллекта им использовались сенсорные показатели, такие как: время реакции, сенсорное различение и т.п. [56]. Английский психолог Барт в своих более поздних исследованиях выявил, что влияние среды на интеллект является незначительным, чем еще более упрочил психофизиологическую теорию интеллекта [56].

В целом отметим, что Г. Айзенк – наиболее выдающийся на Западе последователь теории биологического интеллекта, который в своих работах и исследованиях приводит ряд весомых доводов в пользу данной концепции. Однако в научной литературе присутствует и множество опровержений биологической детерминированности интеллекта.

В рамках социокультурной концепции интеллект является способностью индивидуума к адаптации: как считает М.Вебер, «Интеллект – это то, что обеспечивает эффективность процесса адаптации и поведения в сложной среде» [56, с.82]. Представления о понимании интеллекта как некой приспособительной деятельности в настоящее время находят все больше сторонников. Для Ж. Пиаже, как уже говорилось выше, сущность интеллекта представляет собой структурирование отношений между средой и организмом, а интеллектуальное развитие проявляется в более адекватной адаптации. Ф. Верном отмечается, что интеллект соответствует общему уровню сложности и гибкости в схемах поведения личности, последовательно сформировавшихся в течение ее жизни [63].

Психометрический интеллект по определению, которое дает Г. Айзенк, - это интеллект, измеренный обычными тестами интеллекта. Помимо внутренней валидизации в данных тестах существует валидизация внешняя - успешность применения тестов в предсказании образовательных и

академических успехов во многих областях, которые принято отождествлять с высокими интеллектуальными возможностями, - юриспруденции, медицине, науке и т.д. Таким образом, получается, что за тестами интеллекта явно скрывается какая-то фундаментальная сущность, природу которой, однако, исследователи не могут понять.

Очевидно то, что определение и понимание интеллекта невозможно вне многообразных форм взаимодействия человека с окружающей его средой. По мнению отечественных психологов, данное взаимодействие является активным, действенным, а не представляет собой просто приспособление или адаптацию. «Понятие такого рода, как интеллект, раскрывается лишь в плане конкретных действенных взаимоотношений индивида с окружающей действительностью» [55, с.124]. Именно такой подход к пониманию интеллекта подразумевает его изучение как процесса, а не результата, выступающего в виде способности к обучению, способности к абстрактному мышлению и т.д. К сожалению, данный подход к пониманию интеллекта является несостоятельным ввиду того, что он объединяет производные от совершенно между собой не связанных компонентов – IQ, личности, мотивации и др., в результате чего границы понятия интеллекта становятся ненаучно размытыми. Как считаем Г. Айзенк, следствием такого подхода окажутся бесконечные дискуссии по поводу того, какой из параметров следует считать наиболее репрезентативным.

Наконец, представим определение понятия «интеллект» в толковом словаре русского языка С.И. Ожегова: «это мыслительная способность, умственное начало у человека» [40, с.578]. Так, или примерно так, толкуют это понятие и другие толковые словари. В частности, в словаре иностранных слов под редакцией И.В. Лехина и проф. Ф.И. Петрова – интеллект (лат. *Intellects*) означает ум, рассудок, разум, мыслительная способность человека.

Сделаем вывод, что все словари сходятся в одном: интеллект является, прежде всего, мыслительной способностью человека. Причем данная

способность не только отличает человека от животных, но и выступает критерием для выявления различий людей по интеллектуальному признаку.

О значимости интеллектуального развития в ходе профессионального становления мы указали выше, и мало у кого роль интеллекта в данном аспекте вызовет сомнения, однако нам предстоит необходимо детализировать роль и значение интеллектуальных особенностей в процессе профессионального становления. Согласно модели «диапазона интеллектуальной продуктивности» В.Н. Дружинина, студентам чтобы хорошо успевать по дисциплинам гуманитарного цикла, человеку достаточно иметь высокий уровень вербального интеллекта; естественнонаучного цикла – высокий уровень вербального и пространственного интеллекта; физико-математического цикла – высокий уровень вербального, пространственного и формального интеллекта [17, с.79]. По его мнению, вербальный интеллект необходим студентам вне зависимости от профиля обучения и изучаемой дисциплины. Его сочетание с другими видами интеллекта позволяет прогнозировать успешность в негуманитарных науках. По всей видимости, именно вербальный абстрактный интеллект как совокупность когнитивных способностей является необходимым условием эффективности учебно-профессиональной и научной деятельности испытуемых. Однако, как отмечают А.П. Лобанов, А.В. Политаева, в современном мире будущий профессионал является носителем не только знаний, но и компетенций, которые включают и способности, и готовность, и ценностные ориентации. Другими словами, интеллект – это необходимое, но недостаточное условие продуктивного процесса становления профессионала. Высокоинтеллектуальный человек может руководствоваться неэффективными стратегиями умственной деятельности в зависимости от места и времени их реализации. Низкоинтеллектуальный человек ограничен в выборе стратегий мышления. Интеллектуальное развитие (и профессиональное становление) основывается не на акцентированном воздействии на отдельно взятые когнитивные функции и не на сумму

направленных воздействий, а на адресное обращение к «ядерным», системообразующим элементам познавательной сферы. Уровень и структура развития индивидуального интеллекта оказывают определенное влияние на развитие профессионально важных черт личности, являются показателем профессиональной эффективности специалиста. В зарубежной психологии речь может идти об интеллектуальном оптимуме соотношения личности и профессии.

Таким образом, исходя из анализа литературных источников по проблеме исследования, мы определили, что в существующем многообразии подходов к пониманию интеллекта единым является представление о том, что он является мыслительной способностью человека, которая не только отличает человека от животных, но и различает людей по интеллектуальному признаку. Психометрический интеллект является некой «верхушкой айсберга», однако изучение которого, благодаря валидности методик, может обеспечить получение данных, способствующих пониманию такого феномена как интеллект и его роли в профессиональном становлении личности.

1.4 Интеллектуальные особенности как основа мотивационной готовности к службе в Вооружённых Силах РФ

Решение задач, связанных с проблемой мотивационной готовности призывника к условиям воинской деятельности, – одна из важнейших проблем практической военной психологии. Успешность прохождения воинской службы напрямую зависит от сформированности мотивационной готовности к ее условиям. Мотивационная готовность к воинской службе во многом определяет психическое состояние военнослужащего, его профессиональное обучение в рамках военной службы, эффективность вовлечения призывника в военную деятельность, оптимальное

взаимодействие с окружающей средой, всю систему социальных связей личности в условиях службы. Мотивация военной службы представляет собой процесс субъективного преобразования личностью военнослужащего условий и факторов социальной среды посредством осознания и принятия их содержания и значимости в активные побудительные силы, которые лежат в основе мышления, поведения, различных поступков и воинской деятельности. Основным смыслом мотивации является поиск таких действий, которые соответствуют основной, закреплённой в жизни установке личности.

В результате воздействия объективных условий и субъективных установок и особенностей у военнослужащих формируется мотивационная готовность к военно-профессиональной деятельности, которая является целостной, относительно устойчивой системой психологических образований личности. Данные образования, актуализируясь в тех или иных обстоятельствах, создают соответствующие состояния психики и побуждают военнослужащего к определённой деятельности, регулируют его поведение. В зависимости от силы и характера проявления мотивационной готовности в ней можно выделить три уровня:

1. Высокий уровень мотивации: присутствует ярко выраженная потребность в военно-профессиональном самосовершенствовании, у личности военнослужащего преобладает социальная инициатива и творческая деятельность, которые способствуют наиболее эффективному решению учебно-боевых задач, конкретным воплощением высокого уровня мотивации является твёрдая установка на военную службу в рядах Вооружённых Сил.

2. При среднем уровне мотивации военно-корпоративные ценности не являются главными, определяющими в деятельности военнослужащего.

3. Низкий уровень мотивации отличается весьма слабым проявлением либо отсутствием в системе ценностных ориентаций установок на военную службу в рядах Вооружённых Сил.

В ходе исследований, проведенных среди военнослужащих Грабовским И.В., был выделен ряд основных структурных компонентов их мотивационной готовности к военно-профессиональной деятельности, а именно:

«- смысловой компонент, который включает смысловые образования, детерминирующие общую линию поведения и деятельности;

- ценностный компонент включает мотивационные образования, которые имеют ценность, значимость для личности и оказывают влияние на выбор путей, средств и способов реализации деятельности по достижению цели» [15, с.76].

Таким образом, мотивационная готовность к службе в Вооружённых Силах РФ является целостной, относительно устойчивой системой психологических образований личности военнослужащего, которые, актуализируясь в условиях прохождения воинской службы, создают соответствующие состояния психики и побуждают, регулируют поведение и деятельность военнослужащего. Отметим, что мотивационная готовность к воинской службе определяется соответствующей направленностью военнослужащего, наличием смысла у него в этой деятельности, а также его профессиональными установками.

Несмотря на отсутствие в научной литературе исследований относительно связи мотивационной готовности военнослужащих и их интеллектуальных особенностей, нам представляется важным определение роли интеллектуального развития военнослужащего в формировании его мотивационной готовности к службе в Вооруженных силах. Взятые по отдельности они являются предметом изучения военных психологов поскольку неопровержим является факт их влияния на эффективность и работоспособность личности военнослужащего. Мотивационная готовность призывников к службе в армии во многом определяет их психологическое благополучие в условиях воинской части и успешность самой службы. Е.Н. Приймак указывает, что «среди факторов риска формирования

неготовности молодых людей к прохождению воинской службы можно назвать деформацию ценностно-нормативной и ценностно-смысловой сфер в обществе, а также особенности ценностно-смысловой сферы призывников: гармоничность или дисгармоничность актуальных смысловых состояний, сбалансированность временной перспективы, толерантность к неопределенности, уровень жизнестойкости, оптимальное использование копинг-стратегий в ситуациях преодоления препятствий и стрессов» [22, с.157]. Однако же мотивационная сфера призывников далеко не всегда является предметом пристального внимания военных психологов, в силу различных обстоятельств, среди которых, в том числе, и нехватка высококвалифицированных специалистов в области военной психологии.

В отличие от мотивационной готовности к службе в Вооружённых Силах РФ, диагностика интеллектуальной сферы находится в большем приоритете, поскольку уровень интеллекта оказывает существенное влияние на скорость обучения, освоение профессиональных навыков, от него во многом зависит успешность деятельности специалиста, особенно на воинских должностях со сложным алгоритмом деятельности [51]. Наряду с оценкой уровня общего интеллектуального развития в профессиональном психологическом отборе учитываются специфические требования к интеллектуальным свойствам, предъявляемым к специалистам различными видами военно-профессиональной деятельности. Так специальность оператора радиолокационной станции предъявляет особые требования к качествам внимания и зрительного восприятия, а вычислителя артиллерийской батареи - к развитию счетных способностей.

Для изучения особенностей интеллекта исследователи используют методики, которые представляют собой задания по обработке различных видов информации: словесной, цифровой, образной, символической и другой. При их помощи оценивается возможность выполнения обследуемым интеллектуальных (мыслительных) операций, включенных в различные виды военно-профессиональной деятельности. К таковым относятся:

распознавание и классификация стимулов, определение пространственной ориентации и мысленные преобразования объектов в пространстве, операции с числами и многие другие.

В целом, важно отметить, что психологические аспекты взаимосвязи интеллекта и личности остаются предметом в современной педагогической и психологической науке. Существенный интерес к проблеме единства мотива и когнитивных процессов проявляют как отечественные учёные, так и зарубежные, однако, эта проблема остаётся недостаточно изученной. Связь когнитивных и мотивационных процессов в отечественной психологии изучали А.В. Брушлинский, Л.С. Выготский, П.Я. Гальперин, В.В. Давыдов, А.Н. Леонтьев, О.К. Тихомиров и другие учёные. Само же возникновение проблемы мотивации и мышления связывают с именем Л.С. Выготского. «Сама мысль рождается не из другой мысли, а из мотивирующей сферы нашего сознания, которая охватывает наши влечения и потребности, наши интересы и побуждения» отмечал Л.С. Выготский [11, с.372]. О.К. Тихомиров в своей концепции мышления указывает на структурирующую функцию мотива в мышлении: «Мотив не только побуждает мыслительную деятельность и придает ей личностный смысл, но и ее организует, структурирует» [14, с.27].

В зарубежной психологической науке вопрос о связи мотивации и мышления поднял З. Фрейд, изучавший проявление таких феноменов, как сновидения, творчество, остроумие. Важным в работах З. Фрейда, представляется рассмотрение вопроса о развитии и особенностях проявления влечения к познанию, а так же мысль о том, что «ограниченная деятельность ума, чрезмерное анализирование и творчество являются проявлениями различной судьбы влечений к познанию» [38, с.258]. Р. Амтхауэр в своих работах подчеркивал тесную связь интеллекта с другими компонентами личности, ее волевой, эмоциональной и потребностно – мотивационной сферами [57].

Как считает Х. Хекхаузен, «несмотря на интерес и актуальность проблемы связи интеллекта и мотивации, систематическое исследование данного вопроса отсутствует в научной литературе» [56, с.232]. В действительности, в теоретических представлениях мы не находим связующих звеньев, которые бы объединяли эти две сферы. Имеющиеся результаты представляют собой, главным образом, случайные наблюдения. Как правило, они не дают статистически значимой корреляции между мотивацией достижения и результатами интеллектуальных тестов (McClelland, French, Krumboltz & Farquhar; McClelland; Weiss, Wertheimer & Groesbeck; Mahone; Hayashi, Okamoto & Habu; Bartmann; Caron; Vukovich et al.; Smith).

Однако, по нашему мнению, было бы ошибочно делать преждевременный вывод о функциональной независимости этих двух переменных (Krumboltz; Krumboltz & Farquhar) только на основании отсутствия ее теоретического обоснования. Различного рода связи могут скрываться в данных, полученных на всей выборке; эти связи могут проявиться только при нахождении адекватных критериев разделения выборки испытуемых на однородные подгруппы. Неожиданно было высказано предположение, что один и тот же результат интеллектуального теста может быть вызван взаимным компенсирующим вкладом как со стороны мотивации, так и со стороны интеллекта. Подобное отношение взаимодополнения должно приводить к обратной корреляции между данными переменными, при условии, что группы испытуемых гомогенны по параметру достижения одинакового уровня результатов. Отметим, что в силу того, что взаимодополняемость интеллектуального развития и мотивации может проявиться лишь в определённых, специфических условиях, обратная корреляция не фигурирует в исследованиях.

Как предполагает Х. Хекхаузен, имеется верхняя граница в распределении интеллектуального развития, выше которой достижения, в том числе и результаты прохождения интеллектуальных тестов, зависят

исключительно от различий в мотивации (McClelland); существует также и нижняя граница, ниже которой мотивация становится несущественной [54]. То есть, начиная с определенного (высокого) уровня природных способностей, улучшение интеллектуальных достижений происходит, главным образом, благодаря росту силы мотивации, а не увеличению уровня природных способностей; и наоборот, ниже определенного уровня природных способностей улучшение интеллектуальной деятельности поддерживается более увеличением в уровне естественных способностей (низком), чем ростом силы мотивации. По всей видимости, именно данное предположение оказалось наиболее верным в объяснении взаимосвязи интеллекта и мотивации, поскольку в трех из пяти исследований, где была обнаружена положительная корреляция между мотивацией достижения и уровнем интеллекта, использовалась подобная усеченная выборка.

Френч и Томас (French & Thomas) работали с курсантами ВВС, чей уровень интеллекта находился в 11 % верхней зоне распределения, а из них были отобраны только высокомотивированные [55]. Ими была получена корреляция 0,36 между мотивацией достижения и интеллектом. Робинсон (Robinson) получил корреляцию 0,40 на группе 11-12-летних учеников верхней половины распределения интеллекта. Мейер (Meyer) обнаружил тесную связь между мотивацией достижения (AM) и интеллектом (измеренным при помощи Теста умственных способностей Терстоуна для начальной школы) третьеклассников, если выборка сводилась к лучшим ученикам классов школ нескольких больших городов, то есть чей IQ превосходил 105. Показатели их интеллектуальных тестов коррелировали (0,52) с мотивацией на успех и с общей мотивацией. Аналогичная корреляция была получена Маккелландом и его коллегами (McClelland) на студентах колледжа и обучающихся ветеранах войны.

Как видно из вышесказанного, мотивационная сфера взаимосвязана с интеллектуальными особенностями личности, однако аспект их взаимосвязи не является достаточно изученным. В ситуации военной службы по призыву,

когда остро стоит вопрос мотивированности призывников и их эффективности в качестве военнослужащих, представляется значимым расширение представлений и знаний об особенностях взаимосвязи интеллектуальной сферы и мотивационной готовности к воинской службе, что может содействовать более эффективной организации процесса воспитательной работы с призывниками. Как считает Масюченко К.К., разноплановость ценностных ориентиров военнослужащих по призыву, дальнейшая выработка у них таких высоконравственных качеств, как причастность к защите Отечества, воинская честь и достоинство, предполагают повышение организующего и воспитывающего потенциала командного состава подразделений [37, с.31].

В рамках воспитательного процесса в условиях учебного центра первостепенной задачей является формирование психологической готовности призывников, к которой А.В. Барабанщиков относит развитие познавательных психических процессов личности (памяти, оперативности мышления, многостороннее восприятие), волевых качеств (мотивации воинской службы, целеустремленности, стойкости, настойчивости, дисциплинированности и др.), социально-психологических качеств (взаимопомощи, товарищества); умение адаптироваться к условиям воинской деятельности, контролировать свое поведение.

Таким образом, мы можем сделать вывод, что вопрос изучения взаимосвязи интеллекта военнослужащих и их мотивационной готовности к воинской службе является в настоящее время открытым. Однако существует ряд несистематизированных исследований, свидетельствующих об отдельных аспектах данной взаимосвязи. В основе нашего исследования лежит мнение Л.С. Выготского о том, что «сама мысль рождается не из другой мысли, а из мотивирующей сферы нашего сознания, которая охватывает наши влечения и потребности, наши интересы и побуждения».

Глава II Эмпирическое изучение особенностей мотивационной готовности к службе в Вооружённых Силах РФ военнослужащих учебного центра с разным уровнем интеллектуального развития

2.1 Организация и методы исследования

Цель нашего исследования заключалась в анализе особенностей взаимосвязи особенностей интеллекта военнослужащих по призыву и их мотивационной готовности к службе в Вооружённых силах РФ.

Для достижения поставленной цели нами необходимо было решить следующие практические задачи исследования:

- описать мотивационную готовность военнослужащих учебного центра к профессиональной деятельности в войсках,
- изучить интеллектуальные особенности военнослужащих по призыву к службе в Вооружённых Силах РФ,
- выявить особенности мотивационной готовности к службе в Вооружённых Силах РФ у военнослужащих учебного центра с разным уровнем интеллектуального развития,
- разработать рекомендации и программу по формированию мотивационной готовности военнослужащих по призыву в рамках учебного центра.

Нами была выдвинута следующая гипотеза: существуют различия в мотивационной готовности к службе в Вооружённых Силах РФ у военнослужащих с разным уровнем развития интеллектуальных способностей, а именно в группе с высокими интеллектуальными способностями наблюдается более высокий уровень военно – профессиональной мотивации, стремление к самоактуализации и высокая осмысленность жизни по сравнению с группой военнослужащих с низкими интеллектуальными способностями.

Исследование проводилось на базе учебного центра воинской части г. Белгорода. Всего в исследовании приняли участие 80 военнослужащих в возрасте от 18 до 22 лет.

В результате проведения исследования были изучены особенности мотивационной готовности к службе в армии военнослужащих по призыву с разным уровнем интеллектуального развития.

В качестве диагностического инструментария нами были использованы следующие методики:

- Тест структуры интеллекта (TSI) Р. Амтхауэра
- Опросник военно-профессиональной мотивации
- Тест САТ (Э. Шостром)
- Тест смысложизненных ориентаций (Д.А. Леонтьев)

1. С целью изучения интеллектуальных способностей мы использовали тест Р.Амтхауэра. Этот тест одновременно является и тестом измеряющим уровень интеллекта и профориентационным. Его можно начинать применять с возраста 12 лет и до 30-40 лет.

Перед началом работы по каждому субтесту испытуемые должны разобраться в содержании примеров, так как на каждый субтест отводится фиксированное время, то не имеет смысла тратить его на понимание сути задания. В каждом субтесте методики представлено по 16-20 заданий.

При интерпретации результатов теста, отдельные субтесты объединяют в несколько комплексов: комплекс вербальных субтестов (общая способность оперировать словами как сигналами и символами), комплекс математических субтестов (способности в области практической математики и программирования), комплекс конструктивных субтестов (конструктивные способности теоретического и практического плана), комплексы теоретических и практических планов способностей.

Таким образом, с помощью данного теста мы смогли проанализировать не только общий уровень интеллекта, но и различные его составляющие, что

позволило более конкретно определить, развитие каких способностей в большей степени связано с мотивационной готовностью военнослужащих.

2. Опросник военно-профессиональной мотивации был выбран нами для изучения основных компонентов общей и военно-профессиональной мотивации, как основы мотивационной готовности военнослужащих. Опросник позволяет оценить 10 компонентов мотивации, 8 связаны с теоретическими представлениями о структуре личности, 2 шкалы являются дополнительными, они отражают интересы и склонности к военной службе в целом и к определенной военной специальности в частности. Он состоит из 60 вопросов, к каждому вопросу прилагается пять возможных вариантов ответов.

3. Самоактуализационный тест (САТ). В нашем исследовании самоактуализация личности является необходимым компонентом мотивационной готовности. Тест САТ является адаптацией теста Э. Шострома (Ю.Е. Алешина, Л.Я. Гозман, М.В. Загика, М.В. Кроз). Самоактуализационный тест состоит из 126 пунктов, каждый из которых включает два суждения ценностного или поведенческого характера. Суждения не обязательно являются строго альтернативными. Тем не менее, испытуемому предлагается выбрать то из них, которое в большей степени соответствует его представлениям или привычному способу поведения.

САТ измеряет самоактуализацию по двум базовым и ряду дополнительных шкал. Базовыми являются шкалы Компетентности во времени и Поддержки. Они независимы друг от друга и, в отличие от дополнительных, не имеют общих пунктов. 12 дополнительных шкал (шкала ценностных ориентации, шкала гибкости поведения, шкала сензитивности к себе, шкала спонтанности, шкала самоуважения, шкала самопринятия, шкала представлений о природе человека, шкала синергии, шкала принятия агрессии, шкала контактности, шкала познавательных потребностей, шкала креативности).

Каждый пункт теста входит в одну или более дополнительных шкал и, как правило, в одну базовую. Таким образом, дополнительные шкалы фактически включены в основные, они содержательно состоят из тех же пунктов. Подобная структура теста позволяет диагностировать большое число показателей, не увеличивая при этом в значительной степени объем теста.

4. Тест смысложизненных ориентаций использовался нами с целью изучения характера смысложизненных ориентаций личности. Осмысленность жизни в нашем исследовании также является одним из компонентов мотивационной готовности.

Методика СЖО представляет собой набор из 20 шкал, каждая из которых является утверждением с раздваивающимся окончанием: два противоположных варианта окончания задают полюса оценочной шкалы, между которыми возможны семь градаций предпочтения. Суммарный тестовый балл является арифметической суммой численных значений квантификаторов, выбранных и отмеченных испытуемым. Направление шкалы оценивания утверждений - от 1 («никогда») до 7 («постоянно») или наоборот - чередуется в случайном порядке.

На заключительном этапе исследования был проведен анализ и интерпретация результатов исследования.

2.2 Анализ результатов исследования

В нашем исследовании мы предположили, что особенности интеллектуального развития военнослужащих учебного центра взаимосвязаны с их мотивационной готовностью к службе в Вооруженных силах России. Нами было принято решение в качестве диагностического инструментария особенностей интеллектуального развития использовать Тест структуры интеллекта Р. Амтхауэра, в силу имеющихся условий и

возможностей для диагностирования военнослужащих, а также в силу направленности данной методики на дифференциацию кандидатов на различные виды обучения и деятельности в практике профессионального отбора. Результаты исследования уровня интеллектуального развития военнослужащих учебного центра представлены на рисунке 1.

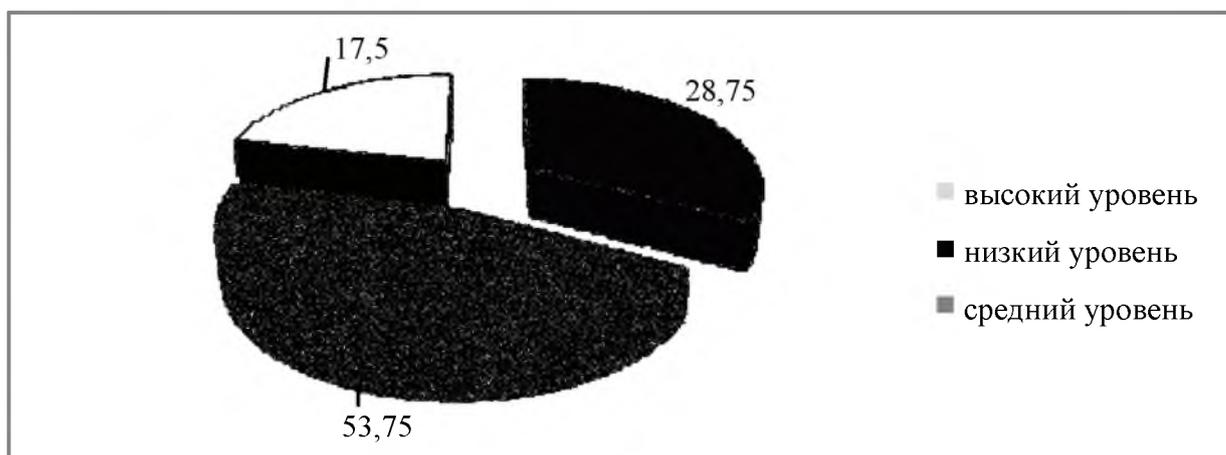


Рис. 1. Распределение военнослужащих учебного центра с разным уровнем интеллектуального развития (%)

В ходе проведённого исследования особенностей интеллектуального развития нами было определено, что 28,75% респондентов характеризуются высоким интеллектуальным развитием, 53,75% - средним уровнем интеллектуального развития, 17,5% - с уровнем ниже среднего. Подобное распределение можно объяснить тем, что большинство молодых людей, попадающих под призыв в Вооруженные силы РФ, имеют среднее общее либо среднее профессиональное образование, и гораздо меньшая часть – призывники, получившие высшее образование.

Для более детального рассмотрения картины интеллектуальных особенностей военнослужащих по призыву обратимся к распределению показателей у испытуемых по параметрам интеллектуального развития (Таблица 2.1).

Распределение испытуемых с различными показателями по параметрам интеллектуального развития (%)

Показатели	Вербальный интеллект	Математические способности	Конструктивные способности
высокий	32,5	26,25	23,75
средний	51,25	52,5	56,25
низкий	16,25	21,25	20

Как видно из результатов, представленных в таблице, высокие показатели вербального интеллекта наиболее выражены в группе испытуемых (32,5%), нежели математические (26,25%) и конструктивные способности (23,75%). С обязанностями, предполагающими какое-либо обобщение, проведение аналогий, объяснение чего – либо, 32,5% испытуемых могут достаточно продуктивно справляться. Военские поручения, требующие от военнослужащих точного расчета данных, логического умозаключения эффективно могут выполнять несколько меньшее число испытуемых (26,25%), наконец, с обязанностями, требующими высокого развития пространственного мышления и конструктивных умений, могут эффективно справляться 23,75% испытуемых.

Распределение испытуемых с низкими показателями по каждому параметру интеллектуального развития также подтверждает вывод относительно того, что вербальный интеллект в данной выборке испытуемых является наиболее благополучным показателем интеллектуального развития, что, вероятно, связано с доступностью в современном обществе различной вербальной информации, главным образом, посредством сети Интернет.

Рассмотрим указанные выше параметры интеллектуального развития в выделенных ранее группах респондентов с высоким, средним и низким уровнем интеллектуального развития (Таблица 2.2).

Выраженность параметров интеллектуального развития в группах испытуемых с низким, средним и высоким уровнем интеллектуального развития (ср.знач.)

Параметры интеллектуального развития	Испытуемые с высоким уровнем интеллектуального развития	Испытуемые с низким уровнем интеллектуального развития	Мах.знач.
Вербальный интеллект	81,3	56,4	96
Математические способности	34,6	21,6	40
Конструктивные способности	36,3	19,3	40

Как видно из результатов таблицы, испытуемые с высоким уровнем интеллектуального развития характеризуются достаточно высокими показателями всех параметров интеллекта, в особенности следует отметить, показатель развития конструктивных способностей (ср.знач.=36,3), которые могут являться хорошим основанием для общенаучной одаренности. По нашему мнению, именно данные испытуемые могут являться кандидатами на выполнение различных воинских задач, требующих аналитического склада ума, просчета алгоритма деятельности и т.п. Наша работа предусматривает анализ особенностей мотивационной готовности к службе в Вооружённых Силах РФ, интересным будет рассмотрение ее показателей в данной группе испытуемых, поскольку без должной мотивации эффективность, как мы можем предположить, может быть не столь высокой.

В группе испытуемых с низким уровнем интеллектуального развития указанные показатели интеллектуальной сферы выражены на среднем или ниже среднего уровнях, наименее сформированными являются показатели конструктивных способностей (ср.знач.=19,3) и математических способностей (ср.знач.=21,6), можем предположить, что данные респонденты будут наименее эффективны при решении высокотехнических воинских задач,

в силу чего целесообразным для них будет подбор тех поручений, которые они смогут выполнять, исходя из своих возможностей.

Таким образом, можем сделать вывод, что большинство военнослужащих характеризуются средним уровнем развития интеллектуальных способностей, кроме этого, наиболее развитым в данной выборке является вербальный интеллект. Наиболее развитые конструктивные способности, являющиеся хорошим основанием для общенаучной одаренности, отмечены в группе испытуемых с высоким интеллектуальным развитием, соответственно, наименее развитыми они являются в группе респондентов с низким уровнем развития интеллекта.

Поскольку, как мы уже указали выше, успешное выполнение воинских задач зависит не только от особенностей интеллектуального развития, но и от мотивационной готовности военнослужащих, далее приступим к анализу результатов опросника военно – профессиональной мотивации у военнослужащих учебного центра. Распределение испытуемых с разным уровнем военно – профессиональной мотивации представлено в таблице 2.3.

Таблица 2.3

Распределение военнослужащих учебного центра с разным уровнем военно – профессиональной мотивации (%)

Уровень мотивации	Высокий	Средний	Ниже среднего	Низкий
Испытуемые	10	56,25	27,5	6,25

Как видно из указанного распределения респондентов в зависимости от уровня их военно – профессиональной мотивации, большинству испытуемых присущ средний уровень военно – профессиональной мотивации (56,25%), по – нашему мнению, это может быть обусловлено тем, что служба в Вооруженных силах РФ является для большинства необходимостью, а не проявлением их собственной направленности, кроме этого, возможно, что у данных респондентов не в полной мере сформирована жизненная позиция.

27,5% респондентов обнаружили уровень военно – профессиональной мотивации ниже среднего, что говорит о том, что воинская служба у данных испытуемых будет сопряжена с определенными трудностями и внутренним напряжением, по нашему мнению, данные респонденты могут представлять собой определенную «группу риска» вместе с испытуемыми, имеющими низкий уровень мотивации (6,25%) и нуждаются в более пристальном внимании со стороны руководящего состава и военного психолога. Наконец, 10% принявших участие в исследовании респондентов обнаружили высокий уровень военно – профессиональной мотивации, что говорит о целесообразности их поступлению на воинскую службу, вероятно, которая сопряжена с их дальнейшими жизненными перспективами, связанными так или иначе с силовыми структурами.

Для более полного анализа военно – профессиональной мотивации военнослужащих по призыву рассмотрим выраженность отдельных её показателей в группе испытуемых (таблица 2.4).

Как видно из представленных результатов, наиболее сформированными составляющими военно – профессиональной готовности призывников являются полноценность влечений (ср.знач.=21,8), стремление к достижениям (ср.знач.=21,3), широта интересов (ср.знач.=19,4), что характеризует молодых людей данной выборки как достаточно притязательных к своему положению в обществе и направленных на социально – позитивные виды деятельности. По нашему мнению, такая картина является неким ориентиром для военного командования относительно того, какие «рычаги» воздействия необходимо иметь для мотивации молодого поколения к службе в армии, в первую очередь, это касается вопроса престижа службы в армии.

Таблица 2.4.

Выраженность показателей военно – профессиональной мотивации у
военнослужащих учебного центра (ср.знач.)

Показатели	Ср.знач.	Мах.знач.
Мировоззрение	17,2	24
Широта интересов	19,4	
Жизненные цели	15,9	
Стремление к достижениям	21,3	
Уравновешенность эмоций	16,35	
Модальность эмоций	17,8	
Полноценность влечений	21,8	
Полноценность саморегуляции влечений	17,2	
Военная доминанта (общая)	16,4	
Военная доминанта (специальная)	10,3	

Отметим показатель жизненных целей, поскольку он в данной группе несколько ниже остальных (ср.знач.=15,9), что может говорить о том, что несмотря на достаточно высокий уровень притязаний к жизни у молодых людей призывного возраста, глубина и постоянство стремления к самореализации личности являются недостаточно устойчивыми. По нашему мнению, это связано в некой пропагандой в современном обществе потребительского отношения к жизни, в которой вопрос личной ответственности каждого стоит крайне остро.

Что касается показателей военной доминанты, то показатель общей направленности личности на военную службу значительно выше (ср.знач.=16,4) значения показателя, отражающего глубину и устойчивость стремления приобрести определенную военную специальность (ср.знач.=10,3), на наш взгляд, это объяснимо тем фактом, что поступление на срочную службу является скорее необходимостью, нежели проявлением стремления связать свою дальнейшую профессиональную жизнь со службой в Вооружённых силах.

Далее обратимся к рассмотрению особенностей военно - профессиональной мотивации у военнослужащих по призыву с разным уровнем интеллектуального развития.

Таблица 2.5

Выраженность военно – профессиональной мотивации у испытуемых с разным уровнем интеллектуального развития (%)

Уровень военно – профессиональной мотивации	Испытуемые с высоким уровнем интеллектуального развития	Испытуемые с низким уровнем интеллектуального развития
высокий	21,8	-
средний	78,2	64,3
ниже среднего	-	21,4
низкий	-	14,3

Из представленных в таблице показателей видно, что респонденты с высоким уровнем интеллектуального развития характеризуются высоким (21,8%) и средним уровнем (78,2%) военно – профессиональной мотивации, в то время как среди испытуемых с низким уровнем интеллектуального развития выявлены респонденты со сформированностью мотивации на военно – профессиональную службу на низком уровне (14,3%) и ниже среднего (21,4%). Можно это объяснить тем, что в силу имеющейся основы для общенаучной одаренности и более развитого вербального мышления, испытуемые первой группы могут более осмысленно отнестись к периоду службы в армии как к одному из этапов становления своей личности.

Для более детального анализа различий военно – профессиональной мотивации обратимся к её показателям в каждой из групп испытуемых (Таблица 2.6).

Исходя из анализа данных, представленных в таблице, мы можем сделать вывод, что военнослужащие с более высоким уровнем развития интеллектуальных способностей характеризуются более глубоким и постоянным стремлением к самореализации личности (ср.знач.=21,4), нежели

военнослужащие с низким уровнем развития интеллектуальных способностей (ср.знач.=13,6).

Таблица 2.6

Выраженность показателей военно – профессиональной мотивации у военнослужащих учебного центра (ср.знач.)

Показатели	Испытуемые с высоким уровнем интеллектуального развития	Испытуемые с низким уровнем интеллектуального развития
Мировоззрение	18,4	16,3
Широта интересов	22,7	17,8
Жизненные цели	21,4	13,6
Стремление к достижениям	23,7	18,4
Уравновешенность эмоций	19,5	15,6
Модальность эмоций	19,1	17,1
Полноценность влечений	22,3	20,4
Полноценность саморегуляции влечений	21,5	15,7
Военная доминанта (общая)	18,7	15,9
Военная доминанта (специальная)	12,1	10,2

Кроме этого, респонденты первой группы в большей мере способны эффективно контролировать биологические мотивации (ср.знач.=21,5), нежели военнослужащие второй группы (ср.знач.=15,7). У призывники с высоким уровнем развития интеллектуальных способностей отмечается более устойчивая тенденция личности к поддержанию оптимального уровня напряжения при выполнении различных видов деятельности (ср.знач.=19,5), нежели у испытуемых второй группы (ср.знач.=15,6).

Если говорить о сформированности общей военной доминанты, то можно сказать, что военнослужащие с высоким уровнем развития интеллектуальных способностей в большей мере способны находить реализацию личных интересов в военной службе и возможности для личностного становления (ср.знач.=18,7), нежели респонденты с низким уровнем развития интеллектуальных способностей (ср.знач.=15,9).

Таким образом, мы можем сделать вывод, что для большинства военнослужащих присущ средний уровень военно – профессиональной мотивации, в то же время среди испытуемых с низким уровнем развития интеллектуальных способностей выявлены испытуемые с низким и ниже среднего уровнем мотивации, в то время как таковые отсутствуют в группе испытуемых с высоким уровнем интеллектуального развития. Напротив, в данной группе присутствуют респонденты с высоким уровнем сформированности военно – профессиональной мотивации. Военнослужащие с более высоким уровнем развития интеллектуальных способностей характеризуются более глубоким и постоянным стремлением к самореализации личности, они в большей мере способны эффективно контролировать биологические мотивации, для них характерна устойчивая тенденция личности к поддержанию оптимального уровня напряжения при выполнении различных видов деятельности, нежели у испытуемых второй группы. Испытуемые с высоким уровнем развития интеллектуальных способностей в большей мере способны находить реализацию личных интересов в военной службе и возможности для личностного становления.

Проведя исследование смысложизненных ориентаций военнослужащих, мы получили следующие данные (Таблица 2.7)

Таблица 2.7

Распределение военнослужащих учебного центра с разным уровнем осмысленности жизни и ее показателей (%)

Субшкалы	Уровни		
	высокий	средний	низкий
1 Цели	60	34	6
2 Процесс	38	52	10
3 Результат	45	57	4
4 Локус контроля – Я	38	65	4
5 Локус контроля – жизнь	32	51	17
6. Общий показатель ОЖ	42	53	5

Исходя из данных представленных в таблице можно говорить о том, что уровень осмысленности жизни обследуемых средний, с тенденцией к высокому. Это говорит о том, что в целом они воспринимают свою жизнь осмысленно, она в их представлении согласованна и не противоречива.

Баллы, полученные по шкале «Цели», говорят о том, что большинство испытуемых целеустремленны и имеют планы на будущее, планируемые действия вполне реализуемы и испытуемые готовы тратить свои усилия на их реализацию и брать на себя ответственность за их выполнение. Эти цели придают жизни осмысленность, направленность и временную перспективу.

По шкале «Процесс» жизни или интерес и эмоциональная насыщенность жизни большинство испытуемых имеют средний уровень. Это говорит о том, что они в достаточной степени довольны своей жизнью и эмоционально включены в нее.

Данные полученные по шкале «Результат» свидетельствуют о том, что большинство испытуемых в целом стремятся к личностной самореализации. Они довольны тем, чего добились за пройденный промежуток жизни, однако ожидают больших успехов еще в будущем.

По шкале «Локус контроля-Я» полученные данные говорят о том, что большая часть военнослужащих верят в себя и свои силы и стараются строить свою жизнь в соответствии со своими собственными представлениями о ее смысле.

По шкале «Локус контроля – жизнь» полученные данные свидетельствуют о том, что большинство испытуемых в данной группе в той или иной степени верят, что они могут влиять на процесс и результат своей жизни. Но, при этом эта вера не абсолютна и они могут допускать влияние неизвестных сил на их судьбу, пусть они и не определяют ее полностью.

Самые высокие данные получены по шкале «Цели» - это говорит о том, что обследуемая группа в большей степени ориентирована на будущее. Она строит планы, и стремится к их реализации.

В целом по выборке можно говорить о том, что испытуемые в большей своей части стремятся наслаждаться каждым моментом своей жизни, в целом удовлетворены происходящим, ориентированы в большей степени на будущее и для решения различных вопросов рассчитывают на собственные силы.

Опишем особенности смысложизненных ориентаций военнослужащих с высоким и с низким уровнем интеллектуальных способностей (Таблица 2.8)

Таблица 2.8

Показатели осмысленности жизни у военнослужащих с разным уровнем интеллектуального развития (ср.знач.)

Субшкалы	Испытуемые с высоким уровнем интеллектуального развития	Испытуемые с низким уровнем интеллектуального развития
1 Цели	41,2	25,3
2 Процесс	31,2	27,2
3 Результат	23,5	21,1
4 Локус контроля – Я	27,3	16,5
5 Локус контроля – жизнь	35,1	23,4
6. Общий показатель ОЖ	120,4	88,7

Как видим из таблицы, у военнослужащих с высоким уровнем интеллектуальных способностей на высоком уровне находятся показатели по таким шкалам как: «Цели» (ср.знач.=41,2), «Процесс» (ср.знач.= 31,2), «Локус контроля -Я» (ср.знач.=27,3), «Общий показатель ОЖ» (ср.знач.=120,4). Это говорит о том, что для представителей данной группы характерны: высокая ориентация на будущее, целеустремленность, четкое осознание своих желаний и возможностей. Они воспринимают жизнь как интересную, эмоционально насыщенную и наполненную смыслом. Они обладают достаточной свободой выбора, чтобы построить свою жизнь в соответствии со своими целями и задачами и представлениями о ее смысле.

Военнослужащие с низким уровнем интеллектуальных возможностей получили низкие балы по шкалам: «Цели» (ср.знач.=25,3) и «Локус контроля-

Я» (ср.знач.=16,5). Остальные показатели выражены на среднем уровне. Полученные данные говорят о сложностях постановки и достижении цели представителями этой группы и отсутствии желания брать на себя ответственность за собственную жизнь, в результате чего отсутствие возможности на нее влиять.

Опишем данные, полученные при обработке теста САТ. Для этого обратимся к таблице 2.9.

Таблица 2.9

Распределение военнослужащих учебного центра с разным уровнем самоактуализации и ее показателей (%)

	Высокий	Средний	Низкий
Компетентность во времени	25	56	19
Поддержка	18	68	14
Ценностные ориентации	28	60	12
Гибкость поведения	17	58	25
Сензитивность	19	56	24
Спонтанность	12	42	46
Самоуважение	36	57	7
Самопринятие	40	53	7
Представления о природе человека	26	48	27
Синергия	24	32	44
Принятие агрессии	28	58	14
Контактность	35	56	9
Познавательные потребности	43	49	8
Креативность	22	59	19

Как мы видим из таблицы 81% обследуемых (шкала «Компетентность во времени») способны жить в настоящем, то есть переживать настоящий момент своей жизни во всей его полноте. Они воспринимают свою жизнь целостной во взаимосвязи прошлого, настоящего и будущего. Это позволяет им идти по пути самоактуализации и реализовываться в настоящем.

По шкале «Поддержка» больший процент испытуемых (68%) имеет средний уровень, 28% - высокий. Это говорит о том, что военнослужащие ориентированы как на внутренний, так и на внешний мир при формировании ценностей, установок и способов поведения. Они не в полной мере являются независимыми в суждениях, так как должны уметь подчиняться приказам.

88% военнослужащих разделяют ценности присущие самоактуализирующейся личности. То есть для них важны такие ценности как дружба, творчество, ответственность и т. д.

Обследуемые способны в зависимости от ситуации менять свое поведение и подстраиваться, но делают это не во всех случаях (58%). они не всегда чувствительны к своим эмоциям и проявлениям чувств, не все способны замечать и рефлексировать свое состояние.

В большей степени данная группа военнослужащих ориентирована на продуманные и целенаправленные действия, однако многие из опрашиваемых способны и к другому, не рассчитанному заранее способу поведения. Способны вести себя естественно и раскованно, искренне выражать свои эмоции.

Обследуемые склонны в большей степени к уважению себя, гордости за свои достоинства и принятию своих недостатков. Это дает им больше уверенности в своих действиях. В целом они благоприятно относятся к другим людям, однако общности с другими развито недостаточно у всех представителей выборки.

Высокий процент (35%) испытуемых имеет тенденцию устанавливать гармоничные отношения с другими людьми, быстро вступать в контакты, и принимать проявления своей агрессии.

Большая часть (43%) военнослужащих стремится к получению новых знаний и опыта, у них достаточно развита познавательная потребность.

Опишем особенности самоактуализации лиц с высоким уровнем интеллекта (Таблица 2.10)

Таблица 2.10

Показатели самоактуализации у военнослужащих с разным уровнем интеллектуального развития (ср.знач.)

	Испытуемые с высоким уровнем интеллектуального развития	Испытуемые с низким уровнем интеллектуального развития
Компетентность во времени	13,3	12,3
Поддержка	54,2	27,6
Ценностные ориентации	14,7	9,8
Гибкость поведения	17,8	6,5
Сензитивность	9,6	7,6
Спонтанность	10,5	5,6
Самоуважение	11,4	11,8
Самопринятие	16,3	5,6
Представления о природе человека	5,6	4,5
Синергия	4,4	3,2
Принятие агрессии	11,2	5,4
Контактность	15,5	6,5
Познавательные потребности	11,3	2,8
Креативность	13,1	4,5

У военнослужащих с высоким уровнем интеллектуальных способностей практически все показатели самоактуализирующейся личности выражены на высоком уровне: компетентность во времени (ср. знач = 13,3),

поддержка (ср. знач =54,2), ценностные ориентации (ср. знач =14,7), гибкость поведения (ср. знач =17,8), спонтанность (ср. знач =10,5), самоуважение (ср. знач =11,4), самопринятие (ср. знач =16,3), контактность (ср. знач =15,5), познавательные потребности (ср. знач =11,3), креативность (ср. знач =13,1), остальные показатели выражены на среднем уровне. Это свидетельствует о том, что представители данной группы стремятся к самоактуализации и самореализации. Им свойственно ориентироваться на себя при выработке ценностей и принятии решений. Они целостно воспринимают свою жизнь и осознают связь между прошлым, настоящим и будущим. Представители этой группы уважают, ценят и принимают себя со своими недостатками. Они общительны и доброжелательны к другим людям, стремятся к получению новых знаний и способны проявлять творческий подход к решению вопросов.

У военнослужащих с низким уровнем интеллектуальных способностей большинство показателей выражено на среднем уровне с тенденцией к низкому. На низком уровне выражены показатели: поддержка (ср. знач. =27,6), гибкость поведения (ср. знач =6,5), познавательные потребности (ср. знач. =2,8) и креативность (ср.знач = 4,5). Полученные данные свидетельствуют о том, что представители данной группы не стремятся к самоактуализации, живут «сегодняшним» днём, для принятия решений им необходимо опираться на чье-то мнение из вне, они ригидны нестандартных ситуациях и не стремятся познавать окружающую действительность.

Чтобы в целом увидеть состояние мотивационной готовности к службе в армии у военнослужащих с разным уровнем интеллекта, обратимся к Таблице 2.11, в которой представлены основные показатели по всем проведённым диагностическим методикам.

Таблица 2.11.

Особенности самоактуализации, осмысленности жизни и военно – профессиональной мотивации у военнослужащих учебного центра с разным уровнем интеллектуального развития (ср.знач.)

Показатели	Испытуемые с высоким уровнем интеллектуального развития	Испытуемые с низким уровнем интеллектуального развития
Осмысленность жизни	120,4	88,7
Самоактуализация	67,5	39,9
Военно – профессиональная мотивация	199,4	161

Как видно, результаты исследования мотивационной готовности к службе в ВС у военнослужащих с разным уровнем интеллектуального развития, представленные в Табл.2.11, наглядно иллюстрируют сделанные нами выше выводы относительно того, что интеллектуальное развитие согласовано с личностным. Более высокий уровень интеллектуального развития сопряжён с более осмысленным отношением к жизни, стремлением к самоактуализации и мотивированностью на реализацию в той сфере деятельности, в которой данные молодые люди оказались в силу призыва на военную службу. В то же время у военнослужащих с низким уровнем интеллектуального развития данные показатели выражены гораздо в меньшей мере, что позволяет нам утвердиться в выдвинутой нами гипотезе.

Математическая обработка данных с применением критерия Крускала–Уоллиса показала, что у военнослужащих с разным уровнем интеллектуального развития существуют статистически значимые различия в особенностях мотивационной готовности к службе в Вооружённых силах. Для военнослужащих с низким уровнем интеллектуального развития характерен недостаточный уровень развития таких показателей, как: жизненные цели ($H=13,6$, $p<0,005$), самопринятие ($H=5,8$, $p<0,001$) и общая осмысленность жизни ($H=88,57$, $p<0,001$), что говорит о том, что призывники

с высоким показателем интеллектуального развития характеризуются более глубоким и постоянным стремлением к самореализации личности, их жизнь более осмысленна, и они ощущают свою самоценность, в отличие от призывников с низким уровнем развития интеллектуальных особенностей. Таким образом, наша гипотеза нашла подтверждение.

Таким образом, в ходе проведенного исследования, нами было определено, что уровень военно – профессионально мотивации значительно выше в группе испытуемых с высоким уровнем интеллектуального развития, чем в группе испытуемых с низким уровнем. Военнослужащие с более высоким уровнем развития интеллектуальных способностей характеризуются более глубоким и постоянным стремлением к самореализации личности, они в большей мере способны эффективно контролировать биологические мотивации, для них характерна устойчивая тенденция личности к поддержанию оптимального уровня напряжения при выполнении различных видов деятельности, нежели у испытуемых второй группы. Испытуемые с высоким уровнем развития интеллектуальных способностей в большей мере способны находить реализацию личных интересов в военной службе и возможности для личностного становления;

Для военнослужащих с высоким уровнем развития интеллектуальных способностей характерна высокая ориентация на будущее, целеустремленность, четкое осознание своих желаний и возможностей. Они воспринимают жизнь как интересную, эмоционально насыщенную и наполненную смыслом. Они обладают достаточной свободой выбора, чтобы построить свою жизнь в соответствии со своими целями и задачами и представлениями о ее смысле. Военнослужащие с низким уровнем интеллектуальных возможностей испытывают сложности в постановке и достижении цели, они в меньшей мере испытывают желание брать на себя ответственность за собственную жизнь, в результате чего убеждены, что не имеют возможности на нее влиять;

Кроме этого, военнослужащие с высоким уровнем развития интеллектуальных способностей стремятся к самоактуализации и самореализации. Им свойственно ориентироваться на себя при выработке ценностей и принятии решений. Они целостно воспринимают свою жизнь и осознают связь между прошлым, настоящим и будущим. Представители этой группы уважают, ценят и принимают себя со своими недостатками. Они общительны и доброжелательны к другим людям, стремятся к получению новых знаний и способны проявлять творческий подход к решению вопросов. Испытуемые с низким уровнем развития интеллектуальных способностей, напротив, не стремятся к самоактуализации, живут «сегодняшним» днем, для принятия решений им необходимо опираться на чье-то мнение извне, они ригидны нестандартных ситуациях и не стремятся познавать окружающую действительность. Статистический анализ данных показал, что призывники с высоким показателем интеллектуального развития характеризуются более глубоким и постоянным стремлением к самореализации личности, их жизнь более осмысленна, и они ощущают свою самоценность, в отличие от призывников с низким уровнем развития интеллектуальных особенностей.

2.3 Рекомендации по формированию мотивационной готовности к службе в Вооружённых Силах РФ у военнослужащих учебного центра

Для молодых людей, попадающих под призыв на военную службу, большое значение имеет мотивационный компонент, который в основном определяет понимание и осознание значения, и важность прохождения военной службы и в, конечном итоге, ее благополучие.

Для формирования мотивационной готовности военнослужащих учебного центра необходимо сформировать у них профессиональные способности, моральную и психологическую готовность. Имея профессиональные способности и будучи психологически готовы к будущей профессиональной деятельности, военнослужащие будут стремиться к ее реализации.

Способность обнаруживается в процессе овладения деятельностью, в том, насколько военнослужащий при прочих равных условиях быстро и основательно, легко и прочно усваивает способы организации, и ее выполнения. Поэтому сущность способностей составляют качества психических процессов, лежащих в основе овладения знаниями, навыками и умениями и определяют успех деятельности. Таким образом, способности - это то, что не сводится к знаниям, умениям, навыкам, но обеспечивает их быстрое приобретение, закрепление и эффективное применение на практике.

Способности - это совокупность индивидуальных особенностей военнослужащего, которые обеспечивают успех в военной деятельности, легкость и быстрота овладения ею. При этом каждая психическая особенность способностью. а только такая, которая имеет непосредственное отношение к успешной боевой деятельности. Кроме того, способности - это не просто знания и умения, но и возможности, благоприятные предпосылки успешного достижения результатов в военной деятельности. Каждый военнослужащий имеет определенные способности, но разные виды способностей у различных людей развиты неодинаково. Это зависит от:

природных задатков (разнообразие которых определено генетически), особенностей нервной деятельности и от того, какие задатки развивает в себе конкретный человек.

В военной психологии под задатками понимают определенные морфологические и функциональные особенности военнослужащего как природные предпосылки развития способностей. Будучи многозначными, задатки могут быть более или менее общими. Более общими являются задатки, обусловленные общим типом нервной системы. Задатки, переходят в специальные способности только в результате их развития в процессе обучения, воспитания, учения, самовоспитания. Они могут оставаться неиспользованными, не развиться в способности, если призывник не работает над их усовершенствованием или живет в неблагоприятных условиях. Даже при наличии гениальных способностей решающую роль играет активная деятельность.

В целом формирование военно-профессиональных способностей военнослужащего по призыву в Вооружённых Силах РФ должно происходить по нескольким направлениям:

1. Они должны формироваться всем офицерским составом подразделения, а также всей системой учебно-воспитательной работы.

2. Чтобы способствовать углублению знаний, которые лежат в основе развития способностей, боевая и гуманитарная подготовка должны иметь творческий характер. Чем глубже и разностороннее знание, тем больше возможностей для развития способностей, для творческого подхода к службе. Военнослужащий, который не повышает свой теоретический и практический уровень, не совершенствует своего мастерства и не следит за новостями в своей области, отстает в развитии как специалист.

3. Важным условием развития способностей военнослужащих по призыву в Вооружённых Силах РФ является развитие у них устойчивых военно-профессиональных интересов, поскольку интерес побуждает военнослужащего упорно работать в выбранной области.

4. Военная деятельность должна быть положительно мотивирована.

5. Осуществлять назначения на должности с учетом индивидуально-психологических особенностей подчиненных (с учетом уже сложившихся способностей, поскольку работа, которой в воинов нет таланта, не может его удовлетворить и быть успешной).

6. За формирование и развитие способностей у подчиненных надо ориентироваться на потенциальные способности.

7. Непременным условием профессионального совершенствования военнослужащего по призыву в Вооружённых силах РФ является обучение его самоконтроля. Формирование же у бойца этого качества неразрывно связано с развитием таких свойств личности, как требовательность к себе, умение критически оценивать свои действия, переводить внимание из способов воздействия на результаты и на этой основе закреплять наиболее результативные действия.

На моральную готовность могут влиять различные неблагоприятные факторы:

- физиологический дискомфорт, т.е. несоответствие условий обитания нормативным требованиям;
- биологический страх;
- дефицит времени для решения боевой задачи;
- повышенная трудность выполнения задачи;
- повышенная значимость ошибочных действий;
- наличие сильных помех;
- неуспех при ведении боевых действий вследствие объективных обстоятельств;
- дефицит информации для принятия решений;
- недостаточный объем информации;
- перегрузка информацией;

- конфликтные условия, т.е. условия, при которых выполнение одного из них требует осуществления действий, противоречащих выполнению другого условия.

Моральная готовность военнослужащего зависит от психики воина, поэтому необходимо подробнее остановиться на его базовом компоненте - психологической готовности.

Определенное значение при подготовке призывников к воспитательной деятельности в войсках имеет формирование в рамках учебно-воспитательного процесса их психологической готовности, к которой можно отнести развитие познавательных психических процессов личности (памяти, оперативности мышления, многостороннее восприятие), волевых качеств (целеустремленности, стойкости, настойчивости, дисциплинированности и др.), социально-психологических качеств (взаимопомощи, товарищества); умение адаптироваться к условиям воинской деятельности, контролировать свое поведение.

Известный военный педагог А.В. Барабанщиков писал, что психологическая подготовка военнослужащих - это целенаправленное формирование у них таких особенностей психических процессов и черт личности, которые нужны им как военным руководителям и воспитателям [6]. Основным в содержании процесса формирования психологической готовности молодых людей к службе является укрепление профессиональных мотивов поведения, волевых и умственных черт характера, совершенствование знаний, навыков умений, психических процессов в связи со специальностью.

Сама по себе психологическая готовность военнослужащего имеет сложную структуру, потому что человек представляет собой сложную систему. Такая система, находясь в условиях неустойчивости, неравновесия, в переломный момент жизни общества (тоже системы) становится непредсказуемой с точки зрения психологического анализа. Даже в обычных условиях незначительное событие или действие может заставить всю систему

измениться. Тем более при динамичных социальных, ситуативных, личностных изменениях установившийся уровень согласия системы «человек профессиональная деятельность» теряет свою определенность. Состояниями, влияющими на моральную готовность военнослужащего, являются монотония, стресс, утомление и т.д.

Наиболее сильным по последствиям воздействия на психику военнослужащего в бою может быть стресс. Вызывают это состояние стрессоры - чрезвычайные или патологические раздражители, значительные по силе и продолжительности неблагоприятных воздействий. По времени воздействия стрессора и особенностей проявлений стрессовых реакций у военнослужащего различают острый, хронический стресс и посттравматическое стрессовое расстройство.

Стресс характеризует состояние человека, в котором тот находится вследствие обрушившихся на него физических перегрузок и опасности для жизни. По последствиям влияния на деятельность и психику человека выделяют стресс конструктивный (эустресс), деструктивный (дистресс), психотравмирующий. Если военнослужащий испытывает эустресс, то это помогает ему мобилизовать свой организм к ведению боя. Состояние дистресса наоборот дезорганизует поведение военнослужащего в боевой обстановке. Предпосылкой развития стресса у военнослужащего может выступать степень его душевного и физического переутомления.

Утомление - временное снижение работоспособности под влиянием длительного воздействия нагрузки. Оно возникает вследствие истощения внутренних ресурсов индивида и рассогласования в работе обеспечивающих деятельность систем. По видам утомление подразделяют на физическое, умственное, эмоциональное и смешанное; общее и локальное; мышечное, зрительное, слуховое, интеллектуальное (творческое).

К показателям утомления относятся: чувство слабосилия; расстройство внимания; потеря чувствительности к воздействию окружающей среды; нарушения в двигательной сфере; дефекты памяти и мышления; ослабление

воли; сонливость. При продолжительном воздействии чрезмерных нагрузок и отсутствии условий для полноценного восстановления функциональных нарушений состояние утомления может перейти в переутомление.

Формирование личности военнослужащего по призыву в Вооружённых Силах РФ во многом обусловлено развитием его потребностно - мотивационной сферы. Это предъявляет особые требования к подготовке военного специалиста в области организации морально-психологического обеспечения деятельности подразделений. Формирование мотивационной готовности зависит от использования в образовательном процессе педагогических принципов состязательности и стимулирования призывников. Решение этой проблемы тесно связано с учетом и контролем результатов успеваемости военнослужащих, анализом выполнения ими плана привития командно-методических навыков и навыков воспитательной работы.

Нами была разработана программа развития мотивационной готовности военнослужащих основанная на развитии компонентов самосознания (самопознания, самоотношения и саморегуляции), рефлексии и целеполагания. По нашему мнению, мотивационная готовность военнослужащего связана с осознанием им личных и профессиональных потребностей, целей и ресурсов для их достижения; выработкой позитивного самоотношения и отношения к профессиональной деятельности; саморегуляцией эмоционально значимых ситуаций. Ключевым моментом мотивационной готовности является способность к рефлексии и самопознанию.

2.4. Программа развития личности военнослужащих и мотивационной готовности к службе в армии

Пояснительная записка

Программа развития мотивационной готовности военнослужащих адресована военным психологам, направлена на развитие компонентов мотивационной готовности военнослужащего.

Программа носит развивающий (оптимизация условий и стимулирование развития мотивационной готовности) и профилактический характер (предупреждение неадекватного развития мотивационной готовности).

Мотивационная готовность стягивает воедино множество функциональных и смысловых образований: внутреннюю организацию потребностей, способностей, отношение к себе и профессии, определенность профессионального выбора, мотивы, ценности, установки, эмоции, которые в единстве и взаимосвязи образуют структуру мотивационной готовности.

Программа построена таким образом, что в процессе занятий идет развитие различных компонентов самосознания (когнитивного аспекта (самопонимание), эмоционального (отношение к себе и профессии, самооценка) и поведенческого (саморазвитие, саморегуляция, тренировка определенных навыков), а также развитие навыков постановки и достижения целей.

Формой реализации данной программы будет групповая работа, поскольку, на наш взгляд, она будет более эффективной в формировании мотивационной готовности военнослужащих.

Актуальность

Мотивационная готовность представляет собой предпосылку успешного выполнения профессиональной деятельности военнослужащего, придает ему оптимизм, уверенность в своих силах, позволяет эффективно применять знания в практической деятельности, сохранять самоконтроль в сложных ситуациях. В то же время мотивационная готовность – это своеобразное интегральное образование личности, проявляющееся в деятельности военнослужащего через осознанную реализацию знаний, умений, способностей на основе системы доминирующих мотивов, ценностных ориентаций, установок.

Рассматривая содержание и структуру мотивационной готовности, исследователи приходят к выводу, что она обеспечивает профессиональную активность, самоактуализацию, самоопределение и самореализацию.

Успешному развитию мотивационной готовности способствует рост таких характеристик личности, как активность, ответственность, самостоятельность, саморегуляция, свобода выбора, целостность, креативность. То, насколько будут развиты перечисленные характеристики, влияет на то, сможет ли военнослужащий самостоятельно ставить и достигать цели, активно, творчески преобразовывать себя и стремиться к наиболее полной реализации себя в условиях собственной деятельности.

При взаимодействии с другими людьми каждый индивидуум привносит в этот контакт свой опыт, стратегии поведения, мотивы и смыслы, ресурсы и возможности. Однако поведение человека далеко не всегда осознается. Неэффективные дезадаптивные формы поведения, как правило, неосознанны и препятствуют продуктивному формированию жизненного стиля.

Мы считаем, что важнейшими качествами человека являются: способность к мышлению и познанию мира; способность к рефлексивности и самооценке; способность к целенаправленной деятельности; способность к диалогу с другими людьми; способность к самопознанию и саморазвитию. И

для развития мотивационной готовности необходимо развивать все компоненты самосознания, для того, чтобы военнослужащие могли понимать и осознавать свои мотивы и потребности, создавать иерархию профессиональных потребностей, регулировать свои эмоциональные состояния, добиваться поставленных профессиональных целей.

Нами разработана программа, направленная на развитие мотивационной готовности военнослужащих.

Основная цель реализации программы: развитие мотивационной готовности через осознание мотивов и потребностей, формирование позитивного самоотношения, развитие рефлексивного компонента и развитие саморегуляции.

Основные задачи реализации программы:

1. актуализация знаний и представлений военнослужащих о себе;
2. расширение системы представлений военнослужащих о себе;
3. формирование способности адекватно оценить себя и свои возможности;
4. развитие способности к осознанию своего «Я»;
5. формирование стремления к саморазвитию;
6. развитие навыков рефлексии и саморегуляции;
7. формирование мотивации к саморазвитию и самосовершенствованию.

Предполагаемый положительный результат: у военнослужащих, прошедших курс занятий по данной программе:

- развивается рефлексия;
- формируется аутосимпатия и самоинтерес;
- значимыми становятся ценности саморазвития и познания.

Предполагаемый отрицательный результат: Трудности могут быть связаны с наличием психологических защит у военнослужащих, кроме этого, с высокой закрытостью в силу ожидания отрицательной оценки со стороны руководства и коллег. С такими военнослужащими эффективным будет

дополнительное проведение индивидуальных занятий с целью установления доверительных отношений.

Прогнозируемый результат: уменьшение числа военнослужащих с низким уровнем военно – профессиональной мотивации.

Критерии оценки эффективности:

- субъективное стремление военнослужащих к проявлению рефлексии и доминирование позитивных установок по отношению к себе;

- повышение у военнослужащих показателей самоинтереса и стремления к саморазвитию;

- позитивные установки и планы в разрезе профессионального будущего.

Форма работы: психологический тренинг

Основные способы: наиболее эффективными и ресурсными для развития позитивного самоотношения и самопринятия военнослужащих будут являться методы арт-терапии, различные практические задания, направленные на самоанализ, письменные практики, методы взаимодействия в группе и т.п.

Продолжительность занятия: 1,5 - 2 часа.

Проведение занятий: два раза в неделю.

Количество человек: 10-15 человек.

Стратегия и тактика проведения психологического тренинга

Количество участников не должно превышать 10-15 человек. В работе психолога не может быть мелочей, поэтому очень важен этап формирования группы участников. Мотивация повышает эффективность занятий. Необходимо провести индивидуальную беседу с участниками по следующим вопросам (даже эти вопросы будут побуждать развитие рефлексии, так как отвечая на них человек обращается к себе, к своим мыслям):

1)Цель посещения занятий.

2) Что Вы ждете от посещения занятий (какого результата)?

Такая беседа поможет решить ряд важных проблем: обсудить ожидания от занятий, объяснить цели, задачи, провести диагностику личностных особенностей (материалы приведены в Приложении 1.).

При отборе техник, упражнений и методик учитывается, на какой стадии развития находится группа (стадия ориентации, стадия конфликта, стадия гармонии во взаимоотношениях, стадия сплоченной группы).

Программа включает 3 этапа:

I этап – *Вводный, настрой на работу*

В этот этап входит приветствие; настрой на совместную работу; ритуалы и правила тренинга.

II этап – *Основной*

Оптимизация развития, посредством системы мероприятий направленной на раскрытие резервов человека (адаптационных, творческих и др.), упражнения на закрепление (выработку) поведенческих реакций.

III этап – *Заключительный*

Закрепление приобретенных понятий и навыков, обобщение, выводы, рефлексия. Оценка эффективности проделанной работы.

Каждое занятие проводится в стандартной форме и включает в себя следующие элементы: ритуал приветствия, разминку, основное содержание, рефлексия по поводу данного занятия и ритуал прощания.

В ходе работы используются игровые методы, метод групповой дискуссии, проективные методики рисуночного и вербального типов, наблюдение, тесты, анкетирование, беседа, выполнение психологических упражнений (индивидуально и в группе).

Основная идея тренинга заключается в том, чтобы не заставлять, не давить, а помочь стать самим собой, принять и полюбить себя, и направлена на саморазвитие личности учащихся, т. е. на осознание ими сил и индивидуальности, повышение рефлексивности, повышение адаптивных способностей, уверенности в себе.

Условия проведения – отдельный кабинет, необходимы стулья или кресла, которые можно поставить вокруг.

Необходимые материалы для занятий – карандаши, краски, кисточки, листы бумаги (формата А4), цветная бумага, цветной картон, фломастеры, а также бланки методик (см. приложение).

Форма психологического тренинга – групповая. Обязательной процедурой занятий является индивидуальная и групповая рефлексия в начале и конце занятия. Начало каждого занятия предполагает приветствие и выяснение актуального состояния каждого участника (настроение, заинтересованность в теме занятия, ожидания и пожелания). К каждой теме предлагается афоризм или крылатая фраза, которая перед занятием записывается на доске и обсуждается в начале занятия. В конце любого занятия проводится подведение итогов (рефлексия занятия). Система ценностей ведущего группы видится следующим образом: справедливость, индивидуальный подход, саморефлексия, естественность, мудрость, активность.

Программа включает в себя 12 занятий по 7 темам, 1 занятие посвящено знакомству между участниками, 7 направлены на самопознание, поиск и актуализацию ресурсов своей личности, формирование позитивного самоотношения, 1 — развитие рефлексивных навыков, 3 – занятия на осознание своих жизненных приоритетов и ценностей, обсуждение их с другими участниками. Так как, каждая тренинговая группа работает в собственном режиме, то мы не расписывали каждое занятие в отдельности, а рассматривали упражнения и информацию, необходимые для проигрывания и обсуждения в рамках данной темы. В рамках данных занятий уместным будет применение различных притч с философским подтекстом.

Тематическое планирование занятий

Название темы	Цели	Задачи	Кол · час.
1.Введение. Правила группы.	Снятие напряженности и тревоги.	1.Познакомить членов группы со структурой программы. 2.Дать представление о методах и формах работы психолога. 3.Сформировать (разработать, обсудить и принять) правила группы	2
2.Основы самонаблюдения. Кто я?	Формирование целостного представления о своем образе Я.	1.получение навыков самонаблюдения, 2.познание своей индивидуальности.	4
3.Самопознание и самопринятие.	Формирование навыков эмпатийного общения, способствовать самопознанию.	создание условий для развития рефлексивности, самопознания, стремления к самосовершенствованию	4
4.Самоуважение и уверенность в себе.	Достижение способности к объективной повышению самоуважения и самооценки, приобретение навыков самоорганизации и самоодобрения, повышение уверенности в себе.	1.повышение самоуважения 2.формирование адекватного уровня самооценки	4
5. Саморегуляция.	Достижение способности к объективной самооценке, приобретение навыков саморегуляции, повышение уверенности в себе.	1.развитие навыков саморегуляции и рефлексии, планирования; 2.формирование адекватного уровня самооценки.	2

6.Рефлексивный тренинг.	Развитие рефлексивных навыков, умения внимательно слушать другого человека.	1.организация развития рефлексивных навыков	2
7.Достижение цели	Развитие навыков постановки целей и организации мотивационно-потребностной сферы	2. Осознание актуальных целей и мотивов деятельности 3. Иерархическая проработка целей	6
			24 час а

Заключение

Мотивационная готовность является важнейшим условием профессионального развития военнослужащих по призыву, а также условием их благополучной адаптации и самореализации в рамках срочной службы. Это связано с тем, что мотивационная готовность является центральным компонентом психологической готовности и оказывает большее влияние на эмоции и поведение молодых людей, нежели остальные. Мотивация является сложным процессом интериоризирующего воздействия объективной действительности во внутренние побудительные силы человеческого поведения. Она реализуется через различные виды побуждений: ценностные установки, мотивы, потребности, интересы, ориентации, цели и взаимоотношения.

Военно-профессиональная мотивация – результат процесса осознания и принятия условий и факторов социальной среды личностью военнослужащего, их содержания и значимости, а также преобразования в активные побудительные силы, которые лежат в основе мышления и поведения. Смысл военно-профессиональной мотивации заключается в том, чтобы отыскать и найти именно такие стимулы, которые соответствуют основной, закреплённой в жизни установке личности военнослужащего. В этой связи интересным представляется изучение особенностей мотивационной готовности военнослужащих к службе в Вооружённых Силах РФ с различным уровнем развития интеллектуальных способностей, поскольку, по мнению Л.С. Выготского, «сама мысль рождается не из другой мысли, а из мотивирующей сферы нашего сознания, которая охватывает наши влечения и потребности, наши интересы и побуждения».

Исследование проводилось на базе учебного центра воинской части г. Белгорода. Всего в исследовании приняли участие 80 военнослужащих в возрасте от 18 до 22 лет. В ходе проведённого исследования было выявлено, что большинство военнослужащих характеризуются средним уровнем

развития интеллектуальных способностей, кроме этого, наиболее развитым в данной выборке является вербальный интеллект. Наиболее развитые конструктивные способности, являющиеся хорошим основанием для общенаучной одаренности, отмечены в группе испытуемых с высоким интеллектуальным развитием, соответственно, наименее развитыми они являются в группе респондентов с низким уровнем развития интеллекта.

Среди испытуемых с низким уровнем развития интеллектуальных способностей выявлены испытуемые с низким и ниже среднего уровнем мотивации, в то время как таковые отсутствуют в группе испытуемых с высоким уровнем интеллектуального развития. Напротив, в данной группе присутствуют респонденты с высоким уровнем сформированности военно – профессиональной мотивации. Военнослужащие с более высоким уровнем развития интеллектуальных способностей характеризуются более глубоким и постоянным стремлением к самореализации личности, они в большей мере способны эффективно контролировать биологические мотивации, для них характерна устойчивая тенденция личности к поддержанию оптимального уровня напряжения при выполнении различных видов деятельности, нежели у испытуемых второй группы. Испытуемые с высоким уровнем развития интеллектуальных способностей в большей мере способны находить реализацию личных интересов в военной службе и возможности для личностного становления.

Для военнослужащих с высоким уровнем развития интеллектуальных способностей характерна высокая ориентация на будущее, целеустремленность, четкое осознание своих желаний и возможностей. Они воспринимают жизнь как интересную, эмоционально насыщенную и наполненную смыслом. Они обладают достаточной свободой выбора, чтобы построить свою жизнь в соответствии со своими целями и задачами и представлениями о ее смысле. Военнослужащие с низким уровнем интеллектуальных возможностей испытывают сложности в постановке и достижении цели, они в меньшей мере испытывают желание брать на себя

ответственность за собственную жизнь, в результате чего убеждены, что не имеют возможности на нее влиять.

Военнослужащие с высоким уровнем развития интеллектуальных способностей стремятся к самоактуализации и самореализации. Им свойственно ориентироваться на себя при выработке ценностей и принятии решений. Они целостно воспринимают свою жизнь и осознают связь между прошлым, настоящим и будущим. Представители этой группы уважают, ценят и принимают себя со своими недостатками. Они общительны и доброжелательны к другим людям, стремятся к получению новых знаний и способны проявлять творческий подход к решению вопросов. Испытуемые с низким уровнем развития интеллектуальных способностей, напротив, не стремятся к самоактуализации, живут «сегодняшним» днем, для принятия решений им необходимо опираться на чье-то мнение извне, они ригидны нестандартных ситуациях и не стремятся познавать окружающую действительность.

Таким образом, выдвинутая нами гипотеза исследования о том, что существуют различия в мотивационной готовности к службе в Вооружённых Силах РФ у военнослужащих с разным уровнем развития интеллектуальных способностей, а именно в группе с высокими интеллектуальными способностями наблюдается более высокий уровень военно – профессиональной мотивации, стремление к самоактуализации и высокая осмысленность жизни по сравнению с группой военнослужащих с низкими интеллектуальными способностями, подтвердилась.

На основе полученных результатов исследования нами были разработаны рекомендации и программа развития мотивационной готовности военнослужащих. В рекомендациях описаны разные аспекты готовности военнослужащих (психологическая, моральная, мотивационная). Программа развития мотивационной готовности военнослужащих включает развитие компонентов самосознания (самопознания, самоотношения и саморегуляции), рефлексии и целеполагания. Данные рекомендации могут

быть использованы в образовательном и воспитательном процессе военнослужащих. Это позволит более эффективно выстраивать систему индивидуализированного подхода по реализации психолого-педагогического воздействия в процессе обучения.

Перспективы нашего исследования неограниченны. В первую очередь мы бы хотели продолжить изучение условий развития мотивационной готовности военнослужащих, поскольку данная проблема в настоящее время является актуальной. Интересно было бы выявить тенденции развития психологической и мотивационной готовности в лонгитюдном исследовании. Хотелось бы продолжить исследование различных компонентов готовности военнослужащих. Вот основные задачи, которые нам предстоит решить в будущем.

Список использованных источников

1. Агапова, Г.В. Региональная система патриотического воспитания молодёжи / Г.В. Агапова. – Воронеж: ВГУ, 2007. – 224 с.
2. Агеев, Б.А. Мотивационная готовность молодых офицеров к военно – профессиональной деятельности / Б.А. Агеев. – М.: ГА, 1994. – 234 с.
3. Айзенк, Г.Ю. Интеллект: новый взгляд / Г.Ю. Айзенк // Вопросы психологии. - №1, 1995. - С.111 - 131.
4. Аллахвердов, В.М. Сознание как парадокс / В.М. Аллахвердов. – СПб: «Издательство ДНК», 2000. – 528 с.
5. Ананьев, Б.Г. Избранные труды по психологии / Б.Г. Ананьев. – СПб: Издательство: Санкт-Петербургского университета, 2007. - 412 с.
6. Андреева, Г.А. Психология социального познания / Г.А. Андреева. - М.: Аспект Пресс, 2005.- 303 с.
7. Андруник, А.П. Военно – профессиональная мотивация как основа для решения задач в воинском воспитании / А.П. Андруник, А.Н. Безматерных //Современные проблемы науки и образования. - №3. – 2013; URL: <https://www.science-education.ru/ru/article/view?id=9565> (дата обращения: 25.12.2016).
8. Анцупов, А.Я. Социально – психологические проблемы предупреждения и разрешения межличностных конфликтов во взаимоотношениях офицеров / А.Я. Анцупов. – М., 1992. – 87 с.
9. Большой психологический словарь / под ред. Мещерякова Б.Г., Зинченко В.П. – М.: Олма-пресс, 2004. – 672 с.
10. Вильянс, В.К. Психологические механизмы мотивации человека / В.К. Вильянс. – М.: Просвещение, 2010. – 340 с.
11. Волков, Б.С. Психология юности и молодости / Б.С.Волков. - М.: Трикта, 2006.-256с.
12. Выготский, Л.С. Психология развития человека. - М.: Эксмо, 2006

– 1136 с.

13. Гареев, М.А. Проблемы подготовки Вооруженных сил в свете современной доктрины России / М.А. Гареев // Военная мысль. - №2. – 1993. – С.31-37.

14. Гиппенрейтер, Ю.Б. Психология мотивации и эмоций / Ю.Б. Гиппенрейтер, М.В. Фаликман. – М.: АСТ, 2009. – 704 с.

15. Грабовский, И.В. Мотивационная готовность молодых офицеров к военной службе / И.В. Грабовский. – М.: Военный ун-т, 2004. – 141 с.

16. Деркач, А.А. Психологические факторы эффективной профессиональной деятельности кадров госслужбы / А.А. Деркач, В.Г. Зазыкин // Психология профессиональной деятельности кадров государственной службы. – М.: РАГС, 1996. – С.20-39.

17. Джеймс, У. Психология/ У. Джеймс. – М.: Академический проект, 2011. – 318 с.

18. Дружинин, В.Н. Психология общих способностей / В.Н. Дружинин. – СПб.: Питер, 2007. – 368 с.

19. Дьяченко, М.И. Психология высшей школы / М.И. Дьяченко, Л.А. Кандыбович. – Минск: Изд-во БГУ, 2001. – 312 с.

20. Евсюкова, Н.И. Психолого – педагогические условия формирования готовности юношей допризывного возраста к службе в вооружённых силах / Н.И. Евсюкова. – Владимир: ВГГУ, 2009. – 256с.

21. Загорская, Л.В. Развитие социально – психологической адаптивности юношей к военной службе в Вооружённых силах Российской Федерации: дисс. канд. психол. наук / Л.В. Загорская. – М., 2004. – 238 с.

22. Захарова, Л.Н. Основы организационно – психологического консультирования / Л.Н. Захарова, Е.В. Коробейникова. – Нижний Новгород: Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского, 2015. – 56 с.

23. Зеленов, Ю.М. Морально – психологическое обеспечение деятельности войск (сил) / Ю.М. Зеленов. – М.: Изд-во МАИ, 2004. – 404 с.

24. Ильин, Е.П. Мотивация и мотивы / Е.П. Ильин.- СПб.: Питер, 2011. – 512 с.
25. Калюжный, А.С. Основы морально – психологического обеспечения служебно – боевой деятельности / А.С. Калюжный. – Н.Новгород: ВМИ ФПС РФ, 2002. – 382 с.
26. Киселёв, М.В. Мотивация граждан, поступающих на военную службу по контракту в армию Российской Федерации / М.В. Киселёв, А.В. Голов // Молодой учёный. – 2016. - №6. – С.695-698.
27. Крайг, Г. Психология развития / Г. Крайг, Д. Бокум. - СПб.: Питер, 2012. – 940 с.
28. Леонтьев, А.Н. Деятельность, сознание, личность // А.Н. Леонтьев. – М.: Смысл, Академия, 2005. – 87 с.
29. Леонтьев, В.Г. Мотивация и психологические механизмы её формирования / В.Г. Леонтьев. – Новосибирск: Новосибирский полиграфкомбинат, 2002. – 148 с.
30. Леонтьев, Д.А. Системно – смысловая природа и функции мотива / Д.А. Леонтьев // Вестник Московского университета. Сер.14 Психология. – М. - №2, 1993. – С.73-81.
31. Маккеланд, Д. Мотивация человека / Д. Маккеланд. - СПб.: Питер, 2007. - 672 с.
32. Маркова, А.К. Психология профессионализма / А.К. Маркова. - М.: Международный гуманитарный фонд «Знание», 1996. - 312 с.
33. Маслоу, А. Мотивация и личность / А. Маслоу. – СПб.: Питер, 2014. – 400 с.
34. Масюченко, К.К. Мотивационная готовность призывников к службе в Вооружённых Силах Российской Федерации: дис. ... канд. психол. наук / К.К Масюченко. – М., 1997. – 195 с.
35. Моросанова, В.И. Самосознание и саморегуляция поведения / В.И. Моросанова. – М.: Институт психологии РАН, 2007. – 213 с.
36. Москвичев, С.Г. Мотивация, деятельность и управление /

С.Г. Москвичев. – Киев, 2003. – 490 с.

37. Мотивация и поведение человека в сфере труда: сборник научных трудов. – М.: НИИ труда, 1990. – 478 с.

38. Новик, В.К. Имидж современной российской армии глазами молодёжи / В.К. Новик, Д.Г. Передняя // Социол.исслед. - №2. -2006. – С. 45 – 52.

39. Нюттен, Ж. Мотивация, действие и перспектива будущего / Ж. Нюттен. – М.: Смысл, 2004. – 607 с.

40. Озерникова, Т. Г. Повышение мотивационной функции системы вознаграждений / Т.Г. Озерникова // Человек и труд. - №9. – 2003. – С.40-44.

41. Ожегов, С.И. Толковый словарь русского языка / С.И. Ожегов. - М.: Мир и образование, 2017. - 1376 с.

42. Олпорт, Г. Становление личности: Избранные труды/ Г. Олпорт. – М.: Смысл, 2002. – 462 с.

43. Певень, Л.В. Практика использования мониторинговых исследований в изучении интересов и запросов военнослужащих по контракту / Л.В. Певень // Военно – социологические исследования: сб. статей. – М., 2005. - №1 (9). – С. 63 – 72.

44. Петер, С.П. Развитие Я – образа военнослужащего по призыву: дисс. ... канд. психол. наук / С.П. Петер. – М., 2001. – 216 с.

45. Полани, Л. Личностное знание / Л. Полани. – М.: Наука, 1985. – 167 с.

46. Попов, В.А. Изменение мотивационно-ценностных ориентаций учащейся молодежи / В.А. Попов, О.Ю. Кондратьева // Социол. исслед. – 1999. – №6. – С.96–99.

47. Психология. Словарь / Под ред. А.В. Петровского, М. Я. Ярошевского. – М.: Просвещение, 2010. – 678 с.

48. Райгородский, Д.Я. Психология личности/ Д.Я. Райгородский. – Самара: Бахрах - М, 2013. – 1056 с.

49. Роджерс, К. Становление личности / К. Роджерс. – М.: Эксмо-Пресс, 2002. – 358 с.
50. Рындина, О.Г. Условия формирования психологической готовности к воинской службе / О.Г. Рындина // Вестник психиатрии и психологии Чувашии. - №3, 2007. – С.74 – 88.
51. Сапогова, Е.Е. Психология развития человека / Е.Е. Сапогова. – М.: Аспект-пресс, 2005. – 460 с.
52. Слободчиков, В.И. Психология человека: Введение в психологию субъективности/ В.И. Слободчиков, Е.И. Исаев. - М.: Издательство Православного Свято-Тихоновского гуманитарного университета, 2014. – 368 с.
53. Сидоренко, Е.В. Мотивационный тренинг / Е.В. Сидоренко. – СПб.: Речь, 2000. – 234 с.
54. Сысоев, Ю.В. Психическая, физическая и функциональная подготовленность современной молодёжи к службе в рядах Вооружённых сил России / Ю.В. Сысоев, В.А. Тулупов. – М.: РАЕН, 2002. – 38 с.
55. Талынев, В.Е. Морально – психологическая подготовка военнослужащих как социальный процесс и пути её оптимизации в современных условиях: дисс. канд. социол. наук / В.Е. Талынев. – М., 1999. – 162 с.
56. Филимоненко, Ю.И. Методическое руководство по тесту Д. Векслера (взрослый вариант) / Ю.И. Филимоненко, В.И. Тимофеев. – СПб.: ИМАТОН, 2004. – 112 с.
57. Фрейджер, Р. Личность: теории, эксперименты, упражнения / Р. Фрейджер, Д. Фейдимен.- СПб.: Прайм – ЕВРОЗНАК, 2002. – 864 с.
58. Хекхаузен, Х. Мотивация и деятельность / Х. Хекхаузен. — СПб.: Питер, 2003. - 860 с.
59. Холодная, М.А. Психология интеллекта. Парадоксы исследования / М.А. Холодная. – СПб.: Питер, 2002. – 272 с.

60. Хьелл, Л. Теории личности: основные положения, исследования и применение / Л. Хьелл, Д. Зиглер. – СПб.: Питер, 2014. – 607 с.
61. Чекмаев, О.П. Мотивация и стимулирование труда / О.П. Чекмаев. - СПб., 2013. - 343 с.
62. Чирков, В.И. Самодетерминация и внутренняя мотивация поведения человека / В.И. Чирков // Вопросы психологии. - №3. – 1996. – С.116 – 132.
63. Шадриков, В.Д. Психологическая деятельность и способности человека / В.Д. Шадриков. – М.: Издательская корпорация «Логос», 1996. – 320 с.
64. Шамаев, В.Г. Общественно – государственная подготовка / В.Г. Шамаев, В.М. Локтев. – Воронеж: ВГУ, 2004. – 235 с.
65. Штайнер, Р. Формирование самосознания, психики и организма человека / Р. Штайнер. – М.: Лонгвин, 2013. – 256 с.
66. Штерн, В. Дифференциальная психология и её методические основы / В. Штерн. – М.: Наука, 2007. - 335 с.
67. Эльконин, Д.Б. Избранные психологические труды // Д.Б. Эльконин. – М.: Педагогика, 1989. – 560 с.
68. Эриксон, Э. Идентичность: юность и кризис. – М.: Просвещение, 2010. – 381 с.
69. Ядов, В.А. Стратегия социологического исследования. Описание, объяснение, понимание социальной реальности/ В. А. Ядов. – 3 -е изд., испр. – Москва: Омега-Л, 2007. – 567 с.

1. Опросник военно - профессиональной мотивации

Опросник военно-профессиональной мотивации (ВПМ) предназначен для изучения и оценки основных компонентов общей и военно-профессиональной мотивации. Опросник позволяет оценить 10 компонентов мотивации, сведенных в 10 шкал, 8 из которых отображают теоретические представления о структуре личности, 2 шкалы являются дополнительными, они отражают интересы и склонности к военной службе в целом и к определенной военной специальности в частности.

Инструкция:

«Опросник предназначен для выявления Ваших индивидуальных особенностей. Он состоит из 60 вопросов, либо вопросительных утверждений. К каждому вопросу прилагается пять возможных вариантов ответов. Среди них нет правильных или ложных, все они равноценны и отражают возможное разнообразие мнений.

Ваша задача, внимательно прочитав вопрос и все варианты ответов к нему, выбрать один из ответов, наиболее подходящий для Вас лично, и поставить крестик в регистрационном листе в строке, соответствующей номеру вопроса и колонке, соответствующей буквенному обозначению ответа. В случае, если ни один из предложенных ответов Вам не подошел, выберите все же один ответ, вызывающий у Вас наименьшую «антипатию». Если Вам одинаково понравятся два из возможных ответов, выберите любой из них не задумываясь. Пожалуйста, не пропускайте вопросов, переходите к следующему, только ответив на все предыдущие».

ТЕКСТ ОПРОСНИКА:

1. Считаю, что обязанности по защите Родины должны выполнять:

- а) те, кто проходит военную службу;
- б) те, кто подписал контракт;
- в) все граждане, способные к их выполнению;
- г) кадровые офицеры.

2. Если поступлю в военный вуз, то свободное время хотел бы проводить так:

- а) стараясь удовлетворить свои духовные потребности;
- б) отдыхая в кругу друзей;
- в) с пользой для моей военной профессии;
- г) стараясь улучшить материальное положение семьи.

3. Если не поступлю в данное учебное заведение, то...

- а) буду осваивать другую специальность;
- б) поеду домой, устроюсь на работу;
- в) повторю попытку на следующий год;
- г) пока не знаю, что буду делать.

4. Надеюсь, что через двадцать лет буду иметь воинское звание...

- а) подполковника (капитан 2 ранга);
- б) капитана (капитан-лейтенант);
- в) полковника (капитан 1 ранга), а может быть и выше;
- г) майора (капитан 3 ранга).

5. Когда я занят работой по своей специальности, я ...

- а) работаю всегда достаточно напряженно;
- б) работаю спокойно, рационально расходуя свои силы;
- в) как всегда «выкладываюсь» без остатка;
- г) напрягаюсь довольно часто, по обстановке.

6. Мои воспоминания о прошлых событиях...

- а) порой согревают и оживляют меня;
 - б) оставляют всегда приятное впечатление;
 - в) вызывают порой чувства раскаяния и сожаления;
 - г) не вызывают каких-то особых переживаний.
7. Я отношусь к курению так:
- а) могу закурить, когда волнуюсь;
 - б) не имею этой привычки;
 - в) это помогает мне в жизни;
 - г) свои потребности не ограничиваю.
8. На вопрос: « Как Вы относитесь к еде?» я отвечу...
- а) на аппетит не жалуясь, но и не привередничаю;
 - б) считаю себя гурманом, люблю вкусно и сытно поесть;
 - в) к пище отношусь хладнокровно, голод переношу легко;
 - г) главное – питаться вовремя и калорийно.
9. Выбор военной профессии сделан мною...
- а) на основе моего знакомства с армейской (флотской) жизнью;
 - б) потому, что из имевшихся вариантов – он был лучше;
 - в) потому, что кому-то надо защищать Родину;
 - г) потому, что родители хотели, чтобы я был военным;
10. В выбранной военной специальности меня больше всего привлекает...
- а) достаточная самостоятельность и независимость;
 - б) возможность преуспеть в жизни;
 - в) интересная и полезная работа;
 - г) ее высокая престижность.
11. К переменам, происходящим в нашем обществе, отношусь:
- а) спокойно – пусть происходит, то что происходит;
 - б) с сомнением – правильный ли выбран путь;
 - в) с одобрением – они объективно назрели;
 - г) скептически – ничего толкового из этого не получится.
12. Мое отношение к физической культуре и спорту:
- а) в спорте мне больше подходит роль болельщика;
 - б) спортом увлекаюсь, имею определенные достижения;
 - в) спортом интересуюсь, но занимаюсь нерегулярно;
 - г) спорт меня особенно не привлекает, есть другие интересы.
13. Работая в коммерческой организации, я хотел бы:
- а) быть членом руководящего органа (правления, совета);
 - б) быть ее руководителем (генеральным директором);
 - в) быть просто исполнителем с хорошим окладом;
 - г) быть опытным специалистом.
14. Когда я ставлю себе цель и стремлюсь добиться ее:
- а) как правило, у меня это получается;
 - б) у меня это редко получается;
 - в) успех приходит с большими усилиями;
 - г) нередко достигаю успеха, я человек везучий.
15. Когда приходится заниматься делами, в которых я не специалист, я ...
- а) не получаю от этого удовольствия;
 - б) работаю в меру моих способностей;
 - в) заранее нервничаю, переживаю возможную неудачу;
 - г) трачу энергии больше, чем обычно.
16. Все, что происходит со мной в настоящем...
- а) это обычная повседневность, с которой приходится мириться;
 - б) радует меня, дает уверенность в будущем;

- в) пока сплошные неприятности и огорчения;
 - г) позволяет надеяться на светлые перспективы.
17. В отношении спиртных напитков мое мнение такое:
- а) спиртное больше вредит здоровью, чем помогает;
 - б) если человек пьет, значит это ему нужно;
 - в) следует вести здоровый образ жизни;
 - г) во всем нужна мера.
18. На вопрос: «Сколько Вы пьете воды?», отвечу...:
- а) как все, так и я;
 - б) нуждаюсь в питье больше и чаще других;
 - в) пью много, постоянно испытываю жажду;
 - г) я пью в меру необходимости, жажду переношу легко.
19. В армейской (флотской) жизни меня в большей степени привлекает...
- а) романтика службы, острые и опасные ситуации;
 - б) стабильность и достаточная материальная обеспеченность;
 - в) возможность в полной мере проявить свои силы и способности;
 - г) престижное положение военнослужащего.
20. При выборе военной специальности на меня оказали решающее влияние ...
- а) пример сверстников, товарищей;
 - б) занятия в школе, в кружках, секциях, производственная практика;
 - в) просто желание стать специалистом в этой области;
 - г) книги, кинофильмы, музей и т.д.
21. Полагаю, что принадлежность к религии:
- а) препятствует военной службе;
 - б) накладывает ограничения на военную службу;
 - в) не мешает успешной военной службе;
 - г) несовместима с военной и альтернативной службой.
22. Если говорить откровенно, то раньше в кругу моих друзей были те, кто...
- а) пробовал спиртные напитки и даже наркотики;
 - б) имел судимость;
 - в) имел приводы в милицию;
 - г) вел себя вызывающее в школе, общественных местах.
23. Считаю, что в семье военного...
- а) вся жизнь должна быть подчинена служебным интересам мужа военнослужащего;
 - б) не должно быть никаких отличий от любой другой семьи;
 - в) должно быть полное взаимопонимание, согласие и поддержка;
 - г) должны стойко переносить все тяготы и лишения, связанные с условиями службы;
24. Если бы у меня были хорошие музыкальные способности, я хотел бы стать ...
- а) руководителем (дирижером) ансамбля, оркестра;
 - б) музыкантом-любителем, играть в кругу знакомых;
 - в) участником профессионального ансамбля, оркестра;
 - г) ведущим солистом ансамбля, оркестра.
25. В ходе обучения чему-либо новому, я ...
- а) обычно очень увлекаюсь;
 - б) чувствую резкий подъем, прилив жизненных сил;
 - в) стараюсь спокойно разобраться в сути нового;
 - г) конечно не остаюсь равнодушным.
26. Свое будущее я склонен оценивать как ...
- а) нормально – все должно быть хорошо;

- б) время больших тревог и опасений;
 - в) с оптимизмом – все лучшее еще впереди;
 - г) неизбежность, с которой надо смириться.
27. Чтобы поддержать по утрам бодрое настроение, я...
- а) регулярно пью крепкий чай и кофе;
 - б) по необходимости принимаю таблетки или капли;
 - в) делаю зарядку и принимаю холодный душ;
 - г) слушаю веселую музыку и вспоминаю что-нибудь приятное.
28. О своем обычном режиме сна могу сказать, что...
- а) ночного времени мне хватает;
 - б) способен сократить время сна без ущерба для себя;
 - в) я большой любитель поспать не только по ночам, но и днем;
 - г) сон, как и деньги, не бывает лишним.
29. По моему мнению, у военного человека должны преобладать :
- а) умение подчиняться и выполнять указания старших командиров;
 - б) военная выправка, выносливость, звучный командный голос;
 - в) профессионализм и ответственность за порученное дело;
 - г) стремление настоять на своем, добиться выполнения отданного указания.
30. Соответствуют ли Ваши интересы и способности выбранной военной специальности?
- а) твердо уверен, что соответствуют;
 - б) все покажут результаты отбора;
 - в) пока затрудняюсь дать однозначный ответ;
 - г) без особых сомнений отвечаю положительно.
31. Мое отношение к законам и приказам:
- а) законы и приказы должны исполняться точно и своевременно;
 - б) полагаю, что люди, издающие законы, часто ошибаются;
 - в) должны исполняться только разумные законы и приказы;
 - г) согласно пословице – «закон, что дышло: как повернул, туда и вышло».
32. По телевидению и в газетах часто употребляют много иностранных слов, например, «эсперанто». Думаю, что оно означает:
- а) танец;
 - б) испанский язык;
 - в) ампулу, для лечения алкоголизма;
 - г) единый всемирный язык.
33. После получения военной специальности хотел бы служить:
- а) в отдаленном гарнизоне (на корабле), там где больше самостоятельности;
 - б) там, где можно быстро продвинуться по службе;
 - в) там, где требуют интересы дела и принесу больше пользы;
 - г) в военно-учебном заведении или научном учреждении.
34. Осуществление моих стремлений и планов зависит:
- а) от удачи или везения;
 - б) от моих способностей и трудолюбия;
 - в) от окружающих людей;
 - г) от моей настойчивости и упорства.
35. Когда я участвую в каких либо играх, я ...
- а) играю с азартом и увлечением;
 - б) особенно не волнуюсь за конечный результат;
 - в) стремлюсь к победе любой ценой;
 - г) радуюсь, когда выигрываю.

36. Если мне что-либо угрожает, то ...
- а) надо спокойно оценить ситуацию;
 - б) скорее всего мне не выкрутиться;
 - в) это еще не значит, что все плохо;
 - г) надо собраться с силами и мобилизоваться.
37. Если меня спросят, мог бы я ударить человека, я отвечу:
- а) нет, это не в моих правилах;
 - б) иногда это надо сделать, чтобы тебя уважали;
 - в) мог бы, если человек по-другому не понимает;
 - г) для этого должны быть очень веские причины.
38. Об отношении к женщинам могу сказать, что они...
- а) доставляют мне массу хлопот;
 - б) часто меня волнуют, сбивают с ритма жизни;
 - в) меня, конечно, интересуют;
 - г) занимают в моей жизни большое место.
39. После получения военной специальности мне больше нравилось бы служить:
- а) в управлении, крупном штабе;
 - б) в боевой части (на корабле);
 - в) в учебном заведении или научном учреждении;
 - г) в учреждении тыла.
40. Считаю, что окончательный выбор военной специальности мною...
- а) сделан, только бы не «провалиться» в ходе отбора;
 - б) будет сделан после начала моей военной службы;
 - в) уже сделан окончательно;
 - г) будет сделан в процессе обучения военной специальности.
41. Считаю, что роль армии в государстве должна заключаться:
- а) в воспитании у молодежи мужества и патриотизма;
 - б) в наведении совместно с другими органами «железного» порядка и дисциплины в стране;
 - в) в защите государственных интересов и безопасности стран от внешнего нападения;
 - г) в улаживании межнациональных конфликтов и распрей.
42. Новые события, происходящие в нашей стране и в мире...
- а) иногда вызывают любопытство;
 - б) как правило, интересуют меня;
 - в) находят в моей душе живой отклик;
 - г) не привлекают моего внимания.
43. Мне нравится, когда на работе:
- а) меня окружают симпатичные люди (хорошие товарищи);
 - б) начальник признает мои достоинства;
 - в) мой труд меня удовлетворяет;
 - г) у меня большая самостоятельность и свобода действий.
44. В будущем я хотел бы:
- а) добиться высокого положения в обществе;
 - б) пользоваться повышенным вниманием знакомых женщин;
 - в) пользоваться признанием среди профессионалов в своей области;
 - г) иметь авторитет среди родных и близких.
45. Если появляется время для отдыха, я ...
- а) организую себе приятные приключения;
 - б) стараюсь провести его «на полную катушку»;
 - в) стараюсь провести его с пользой;

- г) стараюсь побыть в покое и тишине.
46. Если кто-то препятствует исполнению моих желаний...
- а) я теряю к нему симпатию;
 - б) меня это сильно огорчает;
 - в) я стараюсь сохранить самообладание;
 - г) мое настроение от этого не падает.
47. О своем отношении к мужчинам я бы сказал, что ...
- а) они мне больше интересны, чем женщины;
 - б) всегда предпочитаю компанию настоящих мужчин;
 - в) меня иногда тянет в мужскую компанию;
 - г) к ним я равнодушен, не то, что к женщинам.
48. Если меня спросят, во что я оцениваю свою жизнь, отвечу:
- а) оцениваю высоко, хочу прожить ее достойно;
 - б) моя жизнь мне дороже всего на свете;
 - в) за свою жизнь буду бороться изо всех сил;
 - г) живу сам, и даю жить другим.
49. Думаю, что основной трудностью в начале военного обучения для меня будет...
- а) армейская дисциплина и жизнь в казарме;
 - б) большой объем учебного материала;
 - в) подчинение младшим командирам, моим ровесникам;
 - г) разлука с родными и близкими.
50. О колебаниях и сомнениях при выборе военной специальности могу сказать, что...
- а) ни раньше, ни сейчас никаких колебаний не было;
 - б) выбранная специальность несколько не хуже других;
 - в) одно тревожит: хватит ли у меня сил и способностей;
 - г) и сейчас гложут сомнения: правильно ли я поступил.
51. Из четырех утверждений мне ближе всего следующее:
- а) не делай другому того, чего не желаешь себе;
 - б) своя рубашка ближе к телу;
 - в) моя хата с края;
 - г) кто смел – тот и съел.
52. Обычно выходные и праздничные дни ...
- а) я стараюсь использовать с максимальной пользой;
 - б) довольно часто бывают скучными;
 - в) тянутся для меня слишком долго;
 - г) жду с нетерпением, у меня всегда большие планы.
53. Считаю, что настоящим профессионалом станет тот, кто ...
- а) имеет опытных руководителей, наставников;
 - б) не тратит время по мелочам;
 - в) поддерживает хорошие отношения с товарищами и начальниками;
 - г) настойчиво и целеустремленно идет к намеченной цели.
54. Если вести речь о материальных благах, то следовало бы:
- а) иметь их столько, сколько хочется;
 - б) иметь их достаточно для полноценной, цивилизованной жизни;
 - в) иметь их столько, сколько есть у большинства окружающих;
 - г) иметь их столько, сколько заработано собственным трудом.
55. В деловом общении с людьми я ...
- а) всегда настойчив, отстаивая свою правоту;
 - б) не избегаю повышенных тонов, не жалею сил;
 - в) могу и погорячиться, если нужно;

- г) обычно сдержан и уравновешен.
56. В конфликтной ситуации, я обычно ...
- а) теряюсь, не знаю, что предпринять;
 - б) нервничаю, допускаю ошибочные действия;
 - в) энергично ищу выход из создавшегося положения;
 - г) стараюсь сохранять спокойствие.
57. Уезжая из дома, от родных и близких, я ...
- а) как правило, не скучаю;
 - б) испытываю некоторое облегчение;
 - в) заметно скучаю, стараясь уйти в дела и заботы;
 - г) переживаю, особенно при длительных отъездах.
58. Ко всему новому, неизвестному, я отношусь ...
- а) положительно, если это для меня полезно;
 - б) как к крупному выигрышу в лотерею;
 - в) как очень любознательный человек;
 - г) с живым интересом.
59. Стремясь быть военным, я хотел бы, прежде всего ...
- а) стать настоящим мужчиной;
 - б) стать профессионалом в своем деле;
 - в) стать дисциплинированным и исполнительным;
 - г) воспитать в себе высокие волевые качества.
60. О моих планах в отношении военной службы могу сказать, что ...
- а) буду стараться поступить изо всех сил;
 - б) если сильно «повезет», то поступлю;
 - в) должен поступить обязательно, верю в успех;
 - г) как говорится, «попытка не пытка».

ШКАЛЫ ОПРОСНИКА ИМЕЮТ УСЛОВНЫЕ НАИМЕНОВАНИЯ:

1. Шкала «мировоззрение» - отражает сформированность мировоззрения и правильность понимания роли армии в современном государстве и обществе. Включает вопросы 1, 11, 21, 31, 41, 51.
2. Шкала «широта интересов» - отражает полноту и насыщенность субъективного мира человека, его общую направленность на социально - позитивные виды деятельности. Включает вопросы 2, 12, 22, 32, 42, 52.
3. Шкала «жизненные цели» - отражает глубину и постоянство стремления к самореализации личности. Включает вопросы 3, 13, 23, 33, 43, 53.
4. Шкала «стремление к достижениям» - отражает обобщенный уровень притязаний. Включает вопросы 4, 14, 24, 34, 44, 54.
5. Шкала «уравновешенность эмоций» - отражает устойчивую тенденцию личности к поддержанию оптимального уровня напряжения при выполнении различных видов деятельности. Включает вопросы 5, 15, 25, 35, 45, 55.
6. Шкала «модальность эмоций» - отражает устойчивость тенденций к поддержанию положительного тона переживаний. Включает вопросы 6, 16, 26, 36, 46, 56.
7. Шкала «полноценность влечений» - отражает степень сформированности влечений, соответствующих психической норме. Включает вопросы 7, 17, 27, 37, 47, 57.
8. Шкала «полноценность саморегуляции влечений» - отражает способность субъекта эффективно контролировать биологические мотивации. Включает вопросы 8, 18, 28, 38, 48, 58.
9. Шкала «военная доминанта (общая)» - отражает общую направленность личности на военную службу. Включает вопросы 9, 19, 29, 39, 49, 59.

10. Шкала «военная доминанта (специальная)» - отражает глубину и устойчивость стремления приобрести определенную военную специальность. Включает вопросы 10, 20, 30, 40, 50, 60.

Таблица 2.5

«Ключи» к опроснику ВПМ

№ п.п.	Ответы				№ п.п.	Ответы				№ п.п.	Ответы			
	а	б	в	г		а	б	в	г		а	б	в	г
1	2	3	4	1	21	2	3	4	1	41	3	1	4	2
2	3	1	4	2	22	3	1	2	4	42	2	4	3	1
3	3	2	4	1	23	1	2	4	3	43	2	1	4	3
4	3	1	4	2	24	4	1	2	3	44	3	1	4	2
5	2	4	1	3	25	2	1	4	3	45	3	2	4	1
6	3	4	1	2	26	3	1	4	2	46	2	1	3	4
7	3	4	2	1	27	2	1	4	3	47	2	1	3	4
8	3	1	4	2	28	3	4	1	2	48	4	1	2	3
9	3	2	4	1	29	2	1	4	3	49	2	3	1	4
10	3	2	4	1	30	4	1	2	3	50	4	3	2	1
11	3	2	4	1	31	4	2	3	1	51	4	2	1	3
12	1	4	3	2	32	1	3	2	4	52	3	2	1	4
13	3	4	1	2	33	3	1	4	2	53	2	3	1	4
14	4	1	2	3	34	1	4	2	3	54	1	4	2	3
15	3	4	1	2	35	3	1	2	4	55	3	1	2	4
16	2	4	1	3	36	4	1	2	3	56	1	2	4	3
17	3	1	4	2	37	3	1	2	4	57	3	1	4	2
18	3	2	1	4	38	1	2	4	3	58	4	1	2	3
19	2	3	4	1	39	1	4	2	3	59	3	4	1	2
20	3	2	4	1	40	2	1	4	3	60	3	1	4	2

Таблица 2.6

Рабочие весовые коэффициенты для обработки первичных шкал опросника ВПМ

№№ шкал	Коэффициенты
1	2
2	2
3	1
4	1
5	2
6	1
7	1
8	2
9	1
10	1

Баллы, рассчитанные с учетом весовых коэффициентов (табл. 2.6), по всем 10 шкалам суммируются, в результате чего получают итоговый первичный показатель, который затем переводится по табл. 2.7 в стэны.

Таблица 2.7

Оценка военно-профессиональной мотивации по опроснику ВПМ

Показатель	Значение показателей									
Итоговый первичный	84-192	193-213	214-229	230-242	243-254	255-264	265-273	274-285	286-293	294-336

показатель										
Стэны	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

На завершающем этапе проводится определение для каждого обследуемого его индивидуального уровня военно-профессиональной мотивации. Краткая характеристика уровней представлена в табл.2.8.

Таблица 2.8

Краткая характеристика уровней военно-профессиональной мотивации по данным опросника ВПМ

Стэны	Уровень военно-профессиональной мотивации	Заключения и рекомендации
8-10	Высокий	Целесообразно поступление в военно-учебное заведение и военно-профессиональное обучение
5-7	Средний	Успешное обучение в военно-учебном заведении возможно; следует завершить формирование своей жизненной позиции
3-4	Ниже среднего	Обучение в военно-учебном заведении будет сопряжено с существенными затруднениями
1-2	Низкий	Обучение в военно-учебном заведении нецелесообразно. Следует предпочесть гражданскую профессию

Уровень самоактуализации личности. (Тест САТ):

Инструкция. Данный опросник предназначен для диагностики уровня самоактуализации личности. В каждом пункте теста содержатся два высказывания (а и б). Внимательно прочитайте каждое из двух высказываний и отметьте то из них, которое в большей степени соответствует вашей точке зрения.

Стимульный материал (вопросник):

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

полезное, за что люди были бы благодарны мне, даже если ради этого нужно было бы отойти от своих принципов.

18. а) Мне кажется, что большую часть времени я не живу, а как бы готовлюсь к тому, чтобы начать жить в будущем. б) Мне кажется, что большую часть времени я живу по-настоящему уже сейчас, а не готовлюсь к будущей настоящей жизни.

19. а) Обычно я высказываю и делаю то, что считаю нужным, даже если это грозит осложнениями в отношениях с близкими. б) Я стараюсь не говорить и не делать того, что может грозить осложнениями в отношениях с близкими.

20. а) Люди, которые проявляют интерес ко всему на свете, иногда меня раздражают. б) Люди, которые проявляют интерес ко всему на свете, всегда вызывают у меня симпатию.

21. а) Мне не нравится, когда люди проводят много времени в бесплодных мечтаниях. б) Мне кажется, что нет ничего плохого в том, что люди тратят много времени на бесплодные мечтания.

22. а) Я часто задумываюсь о том, правильно ли я вел себя в тех или иных случаях. б) Я редко задумываюсь о том, правильно ли я вел себя в той или иной ситуации.

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

24. а) Главное в нашей жизни — творить, создавать что-то новое, б) Главное в нашей жизни — приносить пользу.

25. а) Мне кажется, что было бы лучше, если бы у большинства мужчин преобладали традиционно мужские черты характера, а у женщин — традиционно женские. б) Мне кажется, что было бы лучше, если бы и мужчины, и женщины совмещали в себе и традиционно мужские, и традиционно женские черты характера.

26. а) Два человека лучше ладят между собой, когда каждый из них старается прежде всего доставить удовольствие другому в противовес свободному выражению своих чувств. б) Два человека лучше ладят между собой, если каждый из них старается прежде всего выразить свои чувства в противовес стремлению доставить удовольствие другому.

27. а) Жестокие и эгоистичные поступки, которые совершают люди, являются естественными проявлениями их человеческой природы. б) Жестокие и эгоистичные поступки, которые совершают люди, не являются естественными проявлениями их человеческой природы.

28. а) Я уверен в себе. б) Я не уверен в себе.

29. а) Осуществление моих планов в будущем во многом зависит от того, будут ли у меня близкие друзья. б) Осуществление моих планов в будущем лишь незначительно зависит от того, будут ли у меня близкие друзья.

30. а) Мне кажется, что наиболее ценным для человека является его любимая работа. б) Мне кажется, что наиболее ценным для человека является его семейная жизнь.

31. а) Я никогда не сплетничаю. б) Иногда мне приятно посплетничать.

32. а) Я мирюсь с противоречиями в самом себе. б) Я не могу мириться с противоречиями в самом себе.

33. а) Если незнакомый человек окажет мне услугу, то я чувствую себя обязанным ему. б) Если незнакомый человек окажет мне услугу, то я не чувствую себя обязанным ему.

34. а) Иногда мне бывает трудно быть искренним, даже если мне этого хочется. б) Мне всегда удается быть искренним, даже если мне этого не хочется.

35. а) Меня иногда (редко) беспокоит чувство вины, б) Меня часто беспокоит чувство вины.

36. а) Я чувствую себя ответственным за то, чтобы у тех, с кем я общаюсь, было хорошее настроение. б) Я не чувствую себя ответственным за то, чтобы у тех, с кем я общаюсь, было хорошее настроение.

37. а) Мне кажется, что каждому человеку необходимо иметь представления об основных законах физики. б) Мне кажется, что многие люди могут обойтись без знания законов физики.
38. а) Я считаю необходимым следовать правилу "не трать время зря". б) Я не считаю необходимым следовать правилу "не трать время зря".
39. а) Критические замечания в мой адрес снижают мою самооценку. б) Критические замечания в мой адрес не снижают моей самооценки.
40. а) Я часто переживаю из-за того, что в настоящий момент не делаю ничего замечательного. б) Я редко переживаю из-за того, что в настоящий момент не делаю ничего замечательного.
41. а) Я предпочитаю оставлять приятное "на потом". Я не оставляю приятное "на потом". б) Я не оставляю "приятное на потом".
42. а) Я часто принимаю спонтанные решения. Я редко принимаю спонтанные решения. б) Я редко принимаю спонтанные решения.
43. а) Я стараюсь выражать открыто свои чувства, даже если это может привести к неприятностям. б) Я стараюсь не выражать открыто свои чувства, даже если это может привести к неприятностям.
44. а) Я не могу сказать, что я себе нравлюсь, б) Я могу сказать, что я себе нравлюсь.
45. а) Я часто вспоминаю о неприятных для меня вещах б) Я редко вспоминаю о неприятных для меня вещах.
46. а) Мне кажется, что люди должны открыто проявлять в отношениях с другими свое недовольство ими. б) Мне кажется, что в общении с другими людьми нужно скрывать свое не-довольство ими.
47. а) Мне кажется, что я могу судить о том, как должны вести себя другие люди. б) Мне кажется, что я не могу судить о том, как должны вести себя, другие люди.
48. а) Мне кажется, что углубление в узкую специализацию является необходимой для настоящего ученого, б) Мне кажется, что углубление в узкую специализацию делает человека ограниченным.
49. а) При определении того, что хорошо, а что плохо, для меня важно мнение других людей, б) Я стараюсь сам определить, что хорошо, а что плохо.
50. а) Мне бывает трудно отличить любовь от простого влечения, б) Я легко отличаю любовь от простого влечения.
51. а) Я постоянно стремлюсь к самоусовершенствованию. б) Меня мало волнует проблема самоусовершенствования.
52. а) Достижение счастья не может быть целью человеческих отношений. б) Достижение счастья — это главная цель человеческих отношений.
53. а) Мне кажется. Что я вполне могу доверять собственным оценкам. б) Мне кажется, что я не могу в полной мере доверять собственными оценкам.
54. а) При необходимости человек может достаточно легко освободиться от своих привычек, б) Человеку крайне трудно освободиться от своих привычек.
- 55 а) Мои чувства иногда приводят в недоумение меня самого. б) Мои чувства никогда не приводят меня в недоумение.
56. а) В некоторых случаях я считаю себя вправе дать понять человеку, что он кажется мне глупым и неинтересным, б) В некоторых случаях я не считаю себя вправе дать понять человеку, что он кажется мне глупым и неинтересным.
57. а) О том, насколько счастливо складываются отношения между людьми, можно судить, наблюдая за ними со стороны. б) Наблюдая со стороны, нельзя сказать, насколько счастливо складываются отношения между людьми.
58. а) Я часто перечитываю понравившиеся мне книги по нескольку раз. б) Я думаю, что лучше прочесть какую-нибудь новую книгу, чем возвращаться к уже прочитанному.
59. а) Я очень увлечен своей работой. б) Я не могу сказать, что увлечен своей работой.
60. а) Я недоволен своим прошлым б) Я доволен своим прошлым.

61. а) Я чувствую себя обязанным всегда говорить правду. б) Я не чувствую себя обязанным всегда говорить правду.
62. а) Существует очень мало ситуаций, когда я могу позволить себе дурачиться. б) Существует множество ситуаций, когда я могу позволить себе дурачиться.
63. а) Стремясь разобраться в характере и чувствах окружающих, люди часто бывают бестактны. б) Стремление разобраться в характере и чувствах окружающих естественно для человека и потому может оправдать бестактность.
64. а) Обычно я расстраиваюсь из-за потери или поломки нравившейся мне вещи. б) Обычно я не расстраиваюсь из-за потери или поломки нравившихся мне вещей.
65. а) По возможности я стараюсь делать то, что от меня ждут окружающие. б) Обычно я не задумываюсь над тем, соответствует ли мое поведение тому, которого от меня ждут.
66. а) Интерес к самому себе всегда необходим человеку. б) Излишнее самокопание иногда имеет дурные последствия.
67. а) Иногда я боюсь быть самим собой. б) Я никогда не боюсь быть самим собой.
68. а) Большая часть того, что я делаю, доставляет мне удовольствие. б) Лишь небольшое из того, что я делаю, доставляет мне удовольствие.
69. а) Лишь тщеславные люди думают о своих достоинствах и не думают о недостатках, б) Не только тщеславные люди не думают о своих недостатках.
70. а) Я могу делать что-либо для других, не требуя, чтобы они это оценили. б) Я вправе ожидать от других, чтобы они оценили то, что я делаю для них.
71. а) Человек должен раскаиваться в своих проступках. б) Человек не обязательно должен раскаиваться в своих проступках.
72. а) Мне необходимы обоснования для принятия моих чувств, б) Обычно мне не нужны никакие обоснования для принятия моих чувств.
73. а) В большинстве ситуаций я прежде всего стараюсь понять, чего хочу я сам. б) В большинстве ситуаций я прежде всего стараюсь понять, чего хотят окружающие.
74. а) Я стараюсь никогда не быть "белой вороной". б) Я позволяю себе иногда быть "белой вороной".
75. а) Когда я нравлюсь сам себе, мне кажется, что я нравлюсь всем окружающим. б) Даже когда я нравлюсь сам себе, я понимаю, что есть люди, которым я неприятен.
76. а) Мое прошлое в значительной мере определяет мое будущее. б) Мое прошлое очень слабо определяет мое будущее.
77. а) Часто бывает так, что выразить свои чувства важнее, чем обдумывать ситуацию. б) Довольно редко бывает так, что выразить свои чувства важнее, чем обдумывать ситуацию.
78. а) Усилия и затраты, которых требует познание истины, стоят того, так как приносят пользу людям. б) Усилия и затраты, которых требует познание истины, стоят того, так как доставляют человеку удовольствие.
79. а) Мне всегда необходимо, чтобы другие одобряли то, что я делаю. б) Мне не всегда необходимо, чтобы другие одобряли то, что я делаю.
80. а) Я не доверяю тем решениям, которые принимаю спонтанно. б) Я доверяю тем решениям, которые принимаю спонтанно.
81. а) Пожалуй, я могу сказать, что я живу с ощущением счастья. б) Пожалуй, я не могу сказать, что живу с ощущением счастья.
82. а) Довольно часто мне бывает скучно. б) Мне никогда не бывает скучно.
83. а) Я часто проявляю свое расположение к человеку, независимо от того, взаимно ли оно. б) Я редко проявляю свое расположение к человеку, не будучи уверенным, что оно взаимно.
84. а) Я легко принимаю рискованные решения. б) Обычно мне бывает трудно принять рискованные решения.
85. а) Я стараюсь во всем и всегда поступать честно б) Иногда я считаю возможным мошенничать.

86. а) Я готов примириться со своими ошибками. б) Мне бывает трудно примириться со своими ошибками.
87. а) Если я делаю что-то исключительно в своих интересах, то это обычно вызывает у меня чувство вины, даже если мои действия никому не вредят. б) Я никогда не испытываю чувство вины, если делаю что-то исключительно для себя.
88. а) Дети должны понимать, что у них нет тех прав и привилегий, которые есть у взрослых. б) Детям не обязательно осознавать, что у них нет прав и привилегий взрослых людей.
89. а) Я хорошо понимаю, какие чувства я способен испытывать, а какие — нет. б) Я еще не понял до конца, какие чувства я способен испытывать, а какие — нет.
90. а) Я думаю, что большинству людей можно доверять. б) Я думаю, что без крайней необходимости не надо доверять людям.
91. а) Прошлое, настоящее и будущее представляются мне единым целым. б) Мое настоящее представляется мне слабо связанным с прошлым и будущим.
92. а) Я предпочитаю проводить отпуск путешествуя, даже если это сопряжено с большими затратами и неудобствами. б) Я предпочитаю проводить отпуск спокойно, в комфортных условиях.
93. а) Бывает, что мне нравятся люди, чье поведение я не одобряю. б) Мне никогда не нравятся люди, чье поведение я не одобряю.
94. а) Людям от природы свойственно понимать друг друга. б) По природе своей человеку свойственно заботиться о своих собственных интересах.
95. а) Мне никогда не нравятся сальные шутки. б) Мне иногда нравятся сальные шутки.
96. а) Меня любят потому, что я сам способен любить. б) Мое поведение вызывает любовь ко мне.
97. а) Мне кажется, что эмоциональное и рациональное в человеке не противоречат друг другу. б) Мне кажется, что эмоциональное и рациональное в человеке противоречат друг другу.
98. а) Я чувствую себя уверенно в отношениях с другими людьми. б) Я чувствую себя неуверенно в отношениях с другими людьми.
99. а) Защищая собственные интересы, люди часто игнорируют интересы окружающих. б) Защищая собственные интересы, люди часто не забывают об интересах окружающих.
100. а) Я всегда могу положиться на свои способности ориентироваться в ситуации. б) Я далеко не всегда могу положиться на свои способности ориентироваться в ситуации.
101. а) Я считаю, что способность к творчеству — природное свойство всех людей. б) Я считаю, что далеко не все люди одарены способностью к творчеству.
102. а) Обычно я не расстраиваюсь, если мне не удастся добиться совершенства в том, что я делаю. б) Я часто расстраиваюсь, если мне не удастся добиться совершенства в том, что я делаю.
103. а) Иногда я боюсь показаться слишком нежным. б) Я никогда не боюсь показаться слишком нежным.
104. а) Мне легко смириться со своими слабостями, б) Мне трудно смириться со своими слабостями.
105. а) Мне кажется, что я должен добиваться совершенства во всем, что я делаю. б) Мне не кажется, что я должен добиваться совершенства во всем, что я делаю.
106. а) Мне часто приходится оправдывать перед самим собой свои поступки. б) Мне редко приходится оправдывать перед самим собой свои поступки.
107. а) Выбирая для себя какое-либо занятие, человек должен считаться с тем, насколько оно необходимо. б) Человек должен заниматься только тем, что ему интересно.
108. а) Мне нравится большинство людей, которых я знаю. б) Я не могу сказать, что мне нравится большинство людей, которых я знаю.
109. а) Иногда я не против того, что мною командуют. б) Мне никогда не нравится, когда мною командуют.

110. а) Я не стесняюсь обнаруживать свои слабости перед друзьями, б) Мне нелегко обнаруживать свои слабости даже перед друзьями.
111. а) Я часто боюсь совершить какую-нибудь оплошность. б) Я не боюсь совершить какую-нибудь оплошность.
112. а) Наибольшее удовольствие человек получает, добившись желаемого результата в работе. б) Наибольшее удовольствие человек получает в процессе работы.
113. а) О человеке никогда нельзя с уверенностью сказать, добрый он или злой. б) Обычно о человеке можно сказать, добрый он или злой.
114. а) Я почти всегда чувствую в себе силы поступить так, как считаю нужным, несмотря на последствия. б) Я далеко не всегда чувствую в себе силы поступить так, как я считаю нужным, несмотря на последствия.
115. а) Люди иногда раздражают меня. б) Люди редко раздражают меня.
116. а) Мое чувство самоуважения во многом зависит от того, чего я достиг. б) Мое чувство самоуважения в небольшой степени зависит от того, чего я достиг.
117. а) Зрелый человек должен всегда осознавать причины каждого своего поступка. б) Зрелый человек совсем не обязательно должен осознавать причины каждого своего поступка.
118. а) Я воспринимаю себя таким, каким меня видят окружающие. б) Я вижу себя совсем не таким, каким меня видят окружающие.
119. а) Бывает, что я стыжусь своих чувств. б) Я никогда не стыжусь своих чувств.
120. а) Мне нравится участвовать в жарких спорах. б) Я никогда не любил участвовать в жарких спорах.
121. а) У меня не хватает времени, чтобы следить за новыми событиями в мире искусства и литературы. б) Я постоянно слежу за новыми событиями в мире искусства и литературы.
122. а) Мне всегда удается руководствоваться в жизни своими собственными чувствами и желаниями. б) Мне не часто удается руководствоваться в жизни своими собственными чувствами и желаниями.
123. а) Я часто руководствуюсь общепринятыми представлениями в решении моих личных проблем. б) Я редко руководствуюсь общепринятыми представлениями в решении моих личных проблем.
124. а) Мне кажется, что для того, чтобы заниматься какой-либо творческой деятельностью, человек должен обладать определенными знаниями в этой области. б) Мне кажется, что для того, чтобы заниматься какой-либо творческой деятельностью, человеку не обязательно обладать определенными знаниями в этой области.
125. а) Я боюсь неудач. б) Я не боюсь неудач.
126. а) Меня часто беспокоит вопрос о том, что произойдет в будущем. б) Меня никогда не беспокоит вопрос о том, что произойдет в будущем.

Ключ к опроснику.

Шкала "Ориентация во времени" (всего 17 вопросов): 11а, 16б, 18б, 21а, 29б, 38б, 40б, 41б, 45б, 60б, 64б, 71б, 76б, 82б, 91б, 106б, 126б.

Шкала "Поддержка" (всего 90 вопросов): 1б, 2б, 3а, 4а, 5б, 7б, 8а, 9а, 10а, 12б, 14б, 15б, 17а, 19а, 22б, 23а, 25б, 26б, 27б, 28а, 31б, 32а, 33б, 34а, 35б, 36б, 39б, 42а, 43а, 44б, 46а, 47б, 49б, 50б, 51б, 52а, 53а, 55а, 56а, 57а, 59а, 61б, 62б, 65б, 66а, 67б, 68а, 69б, 70а, 72б, 73а, 74б, 75б, 77а, 80а, 81а, 83а, 85б, 86а, 87б, 88б, 89б, 90а, 93а, 94а, 95б, 96а, 97а, 98а, 99б, 100а, 102а, 103б, 104а, 105б, 108б, 109а, 110а, 111б, 113а, 114а, 115а, 116б, 117б, 118а, 119б, 120а, 122а, 123б, 125б.

Шкала "Ценностные ориентации" (всего 20 вопросов): 17а, 28а, 42а, 49б, 50б, 53а, 56а, 59а, 67б, 68а, 69б, 80а, 81а, 90а, 93а, 97а, 99б, 113а, 114а, 122а.

Шкала "Гибкость поведения" (всего 24 вопроса): 3а, 9а, 12б, 33б, 36б, 38б, 40б, 47б, 50б, 51б, 61б, 62б, 65б, 68б, 70а, 74б, 82б, 85б, 95б, 97а, 99б, 102а, 105б, 123б.

Шкала "Сензитивность" (всего 13 вопросов): 2б, 5б, 10а, 43а, 46а, 55а, 73а, 77а, 83а, 89б, 103б, 119б, 122а.

Шкала "Спонтанность" (всего 14 вопросов): 5б, 14б, 15б, 26б, 42а, 62б, 67б, 74б, 77а, 80а, 81а, 83а, 95б, 114а.

Шкала "Самоуважение" (всего 15 вопросов): 2б, 3а, 7б, 23а, 28а, 44б, 53а, 66а, 69б, 98а, 100а, 102а, 106б, 114а, 122а.

Шкала "Самопринятие" (всего 21 вопрос): 1б, 8а, 14б, 22б, 31б, 32а, 34а, 39б, 53а, 61б, 71б, 75б, 86а, 87б, 104а, 105б, 106б, 110а, 111б, 116б, 125б.

Шкала "Взгляд на природу человека" (всего 10 вопросов): 23а, 25б, 27б, 50б, 66а, 90а, 94а, 97а, 99б, 113а.

Шкала "Синергичность" (всего 7 вопросов): 50б, 68а, 91б, 93а, 97а, 99б, 113а.

Шкала "Принятие агрессии" (всего 16 вопросов): 5б, 8а, 10а, 15б, 19а, 28а, 39б, 43а, 46а, 56а, 57а, 67б, 85б, 93а, 94а, 115а.

Шкала "Контактность" (всего 20 вопросов): 5б, 7б, 17а, 23а, 26б, 36б, 46а, 65б, 70а, 73а, 74б, 75б, 79б, 96а, 99б, 103б, 108б, 109а, 120а, 123б.

Шкала "Познавательные потребности" (всего 11 вопросов): 13а, 20б, 37а, 48а, 63б, 66а, 78б, 62б, 92а, 107б, 121б.

Шкала "Креативность" (всего 14 вопросов): 6б, 24а, 30а, 42а, 54а, 58а, 59а, 68а, 84а, 101а, 105б, 112б, 123б, 124б.

Обработка и интерпретация результатов опросника. За каждое суждение, выбранное испытуемым и соответствующее самоактуализации, начисляется 1 балл. Затем необходимо подсчитать баллы по всем шкалам теста. После этого подсчитывается значение двух основных коэффициентов: коэффициента "Ориентация во времени" и коэффициента "Поддержка". На основе этих данных производится основная интерпретация результатов.

Общий уровень самоактуализации (Т-баллы по всему самоактуализационному тесту САТ) вычисляется так: сумма всех баллов испытуемого по тесту САТ поделенная на количество вопросов в тесте (126) и умноженная на 100. При разработке теста не были однозначно определены нормы для высокого, среднего и низкого уровня самоактуализации. Однако, и результаты использования РОИ, и общетеоретические соображения позволяют с уверенностью утверждать, что показатель САТ у самоактуализирующейся личности ни в коем случае не должен "зашкаливать". Предельное значение параметров САТ – 80 Т-баллов и более ("псевдосамоактуализация") – свидетельствует о намерении испытуемых выглядеть в наиболее благоприятном свете. По данным Э. Шострома, тестовые оценки людей с действительно высоким уровнем самоактуализации расположены в районе 60 Т-баллов. Практика использования методики САТ в различных исследованиях и психотерапевтической работе показала, что "диапазон самоактуализации" близок к нормам РОИ (55–70 Т-баллов) и это значение говорит о реальной самоактуализации личности. Шкальные оценки в 40–45 Т-баллов и ниже характерны для личности с низкой самоактуализацией, вследствие чего высок риск депрессии, апатии, невроза, психосоматических заболеваний, зависимостей (!), диапазон 45–55 Т-баллов составляет психическую и статистическую норму.

Шкала "Ориентация во времени". Она определяет степень правильности ориентации человека во времени. Надо помнить, что самоактуализирующаяся личность несовершенна, что психологическое здоровье, которое связывают с самореализацией личности, не абсолютно. Человек не всегда ведет себя одинаково, т. е. не всегда является компетентным по отношению ко времени. Человек, обладающий низким уровнем самоактуализации (низкий балл по шкале), ориентируется во времени неправильно. Он либо живет прошлым (его мучает раскаяние за совершенные поступки, беспокоят воспоминания о нанесенных ему обидах, он испытывает постоянные угрызения совести), либо живет будущим (строит неосуществимые планы, надеется на невозможное, ставит перед собой нереальные цели). Такой человек считает, что идеалы и цели могут являться

средствами, с помощью которых удовлетворяются потребности в привязанности, любви, признании, восхищении. Считается, что нереальные цели возникают у человека, когда он не способен принять себя таким, каков он в действительности. Это задерживает естественное развитие личности и способствует возникновению у человека чувства неполноценности. Стремясь к ложным целям, человек превращает свою жизнь в ад. Людям, живущим в основном будущем, присущ страх за свою жизнь. Личность с невысоким уровнем самоактуализации не соотносит прошлое и будущее с настоящим. Такой человек может ориентироваться только на будущее или только на настоящее, т.е. его цели не связаны с текущей деятельностью, а прошлый опыт мало влияет на поведение. Он не живет "здесь и сейчас", не осознает смысл и значимость совершаемых действий, совершает поступки не сознательно, а под давлением внешних обстоятельств. Самоактуализирующая личность (высокий балл по шкале) правильно ориентирована во времени, рассматривает его в единстве прошлого, настоящего и будущего. Такой человек не откладывает жизнь на завтра, не увязает в прошлом, а живет в настоящем, воспринимая его, однако, в единстве с прошлым и будущим. Человек, компетентный во времени, отличается от несамоактуализирующей личности тем, что менее обременен чувствами вины, сожаления, обиды, идущими из прошлого. Его надежды разумно связаны с поставленными в настоящее время целями. Его вера в будущее опирается на реалистичные планы.

Шкала "Поддержка", или "Опора на себя". Является вторым основным параметром самоактуализирующейся личности. Этот параметр определяет направленность личности на себя и ее направленность на других, т.е. руководствуется ли человек своими собственными целями, убеждениями, установками и принципами, или он подвержен влиянию внешних обстоятельств, мнению других людей. Самоактуализированная личность (высокий балл по шкале) — это "изнутри направленная личность", обладающая внутренней поддержкой, руководствующаяся в основном внутренними принципами и мотивацией. Такой человек мало подвержен внешнему влиянию, свободен в выборе, не конформен. Для самоактуализирующейся личности характерно определенное соотношение ориентации на себя и ориентации на других. В некоторой степени этот человек чувствителен к одобрению, привязанности, хорошему отношению людей, но гораздо меньше, чем личность, направленная только на других. Он свободен, но его свобода не является результатом борьбы с другими. Самоактуализирующаяся личность в своих поступках опирается на собственные чувства и мысли, критически воспринимает воздействие внешних обстоятельств и творчески расширяет немногочисленные первоначальные принципы, которые являются для нее руководящими. Несамостоятельная личность (низкий балл по шкале) "направляется снаружи", т.е. обладает внешней поддержкой, в большей степени подвержена влиянию внешних сил. Ее поведение больше ориентировано на мнение других, а не собственное, одобрение других людей для нее становится высшей целью. Такого человека характеризует ненасытная потребность в привязанности, в уверенности, что его любят.

Шкала "Ценностные ориентации". Она измеряет степень того, насколько человек руководствуется ценностями, присущими самоактуализирующейся личности. Высокий балл по шкале означает, что человек придерживается тех идеалов, ценностей, по которым живут самоактуализирующиеся личности. Низкий балл означает, что человек отвергает эти принципы. Утверждения, с помощью которых оценивается этот параметр, используются и при определении других характеристик самоактуализации личности. Самыми показательными суждениями для этой шкалы являются следующие: "Я поступаю согласно своим взглядам, желаниям, влечениям, согласно тому, что мне нравится или не нравится".

Шкала "Гибкость поведения". Но этой шкале, включающей 24 пункта, оценивается гибкость поведения в различных ситуациях, гибкость применения стандартных оценок, принципов. Высокий балл отражает способность человека быстро реагировать на

изменяющуюся ситуацию, его разумность при применении некоторых стандартных принципов. Низкий балл означает догматизм, проявляющийся в том, что несамоактуализировавшаяся личность очень жестко придерживается общих принципов.

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

Шкала "Сензитивность". По ней измеряется степень того, насколько глубоко и тонко человек ощущает себя, свои собственные переживания и потребности. Высокая оценка означает высокую, по сравнению с другими, чувствительность к собственным переживаниям и потребностям. Низкая оценка предполагает бесчувственность.

Шкала "Спонтанность". Шкала измеряет способность спонтанно выражать свои чувства, быть самим собой. Высокая оценка говорит о том, что человек склонен выражать свои чувства в не продуманных заранее действиях. Низкий балл означает, что человек опасается открыто проявлять свои чувства.

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

Шкала "Самоуважение". Состоит из 15 пунктов. По этой шкале измеряют способность человека уважать себя. Высокая оценка означает, что человек высоко ценит себя, нравится себе при условии, что для этого есть объективные основания. Низкая оценка говорит о низком самоуважении.

Шкала "Самопринятие". Эта включающая 21 пункт шкала измеряет способность человека принимать себя вопреки своей слабости. Высокая оценка означает, что самоактуализирующаяся личность принимает себя такой, какая она есть, со всеми своими недостатками и слабостями. Самопринятия достичь труднее, чем самоуважения. Актуализация собственной личности требует и того, и другого. Эти две характеристики можно считать "восприятием себя".

Шкалы Самопринятия и Самоуважения составляют блок самовосприятия.

Шкала "Взгляд на природу человека". Шкала оценивает понимание человеческой природы, мужественности и женственности. Самоактуализирующаяся личность (высокий балл по этой шкале) считает, что в природе человека сосуществуют добро и зло, бескорыстие и корыстолюбие, бесчувственность и чувствительность. Низкий балл по этой шкале означает, что испытуемый считает человека в сущности плохим, что зло — это самое характерное свойство для природы человека.

Шкала "Синергичность". Измеряет способность к целостному восприятию мира и людей, способность находить закономерные связи во всех явлениях жизни, понимать, что такие противоположности, как работа и игра, любовь и похоть, эгоизм и бескорыстие, не являются антагонистическими. Высокая оценка означает способность человека осмысленно связывать противоречивые жизненные явления. Низкий результат означает, что жизненные противоречия воспринимаются данным человеком как антагонистические.

Шкалы Синергичности и Взгляда на природу человека очень близки по содержанию, их лучше анализировать совместно. Они составляют блок концепции человека.

Шкала "Принятие агрессии". Измеряет способность человека принимать свою агрессивность как природное свойство. При низком уровне самоактуализации человек обычно старается скрыть это качество, отказать от агрессии, подавить ее в себе. При высоком уровне самоактуализации личность понимает, что агрессивность и гнев свойственны природе человека и могут проявляться в межличностных контактах.

Шкала "Контактность". Измеряет способность человека устанавливать глубокие и тесные контакты с окружающими. Самоактуализирующаяся личность может легко и быстро вступать в контакт, при этом ее отношения с людьми не являются поверхностными. Она играет значимую роль в жизни своих друзей и близких, ее отношения с людьми полны

смысла и доброжелательности. Низкий общий балл по этой шкале означает трудности в общении.

Шкалы Принятия агрессии и Контактности составляют блок межличностной чувствительности.

Шкала "Познавательные потребности". Устанавливает степень выраженности у человека стремления к приобретению знаний об окружающем мире. Высокий балл означает, что у самоактуализирующейся личности такие потребности развиты. У несамоактуализирующейся личности они выражены очень слабо.

Шкала "Креативность". Шкала измеряет выраженность направленности личности. Высоким баллам соответствует развитая творческая направленность личности, низким — слабый творческий потенциал. Шкалы Познавательных потребностей и Креативности составляют блок отношения к познанию, показывают уровень творческой направленности личности.

Приложение 3

Тест «Смысложизненные ориентации» (Д. А. Леонтьева)

Инструкция: Вам будут предложены пары противоположных утверждений. Ваша задача – выбрать одно из двух утверждений, которое, по Вашему мнению, больше соответствует действительности, и отметить одну из цифр 1, 2, 3, в зависимости от того, насколько Вы уверены в выборе (или 0, если оба утверждения на Ваш взгляд одинаково верны).

Бланк ответов

1.	Обычно мне очень скучно.	3210123	Обычно я полон энергии
2.	Жизнь кажется мне всегда волнующей и захватывающей.	3210123	Жизнь кажется мне совершенно спокойной и рутинной
3.	В жизни я не имею определенных целей и намерений	3210123	В жизни я имею очень ясные цели и намерения
4.	Моя жизнь представляется мне крайне бессмысленной и бесцельной	3210123	Моя жизнь представляется мне вполне осмысленной и целеустремленной
5.	Каждый день кажется мне всегда новым и непохожим на другие	3210123	Каждый день кажется мне совершенно похожим на все другие.
6.	Когда я уйду на пенсию, я займусь интересными вещами, которыми всегда мечтал заняться	3210123	Когда я уйду на пенсию, я постараюсь не обременять себя никакими заботами
7.	Моя жизнь сложилась именно так, как я мечтал	3210123	Моя жизнь сложилась совсем не так, как я мечтал
8.	Я не добился успехов в осуществлении своих жизненных планов	3210123	Я осуществил многое из того, что было мною запланировано в жизни
9.	Моя жизнь пуста и неинтересна.	3210123	Моя жизнь наполнена интересными делами
10.	Если бы мне пришлось подводить сегодня итоги моей жизни, то я бы сказал, что она была вполне осмысленной	3210123	Если бы мне пришлось сегодня подводить итоги моей жизни, то я бы сказал, что она не имела смысла
11.	Если бы я мог выбирать, то я бы построил свою жизнь совершенно иначе	3210123	Если бы я мог выбирать, то я бы прожил жизнь еще раз так же, как живу сейчас
12.	Когда я смотрю на окружающий меня мир, он часто приводит	3210123	Когда я смотрю на окружающий меня мир, он совсем не вызывает

	меня в растерянность и беспокойство		у меня беспокойства и растерянности
13.	Я человек очень обязательный	3210123	Я человек совсем не обязательный
14.	Я полагаю, что человек имеет возможность осуществить свой жизненный выбор по своему желанию	3210123	Я полагаю, что человек лишен возможности выбирать из-за влияния природных способностей и обстоятельств
15.	Я определенно могу назвать себя целеустремленным человеком	3210123	Я не могу назвать себя целеустремленным человеком
16.	В жизни я еще не нашел своего призвания и ясных целей	3210123	В жизни я нашел свое призвание и цель
17.	Мои жизненные взгляды еще не определитесь	3210123	Мои жизненные взгляды вполне определились
18.	Я считаю, что мне удалось найти призвание и интересные цели в жизни	3210123	Я едва ли способен найти призвание и интересные цели в жизни
19.	Моя жизнь в моих руках, и я сам управляю ею	3210123	Моя жизнь не подвластна мне и она управляется внешними событиями
20.	Мои повседневные дела приносят мне удовольствие и удовлетворение	3210123	Мои повседневные дела приносят мне сплошные неприятности и переживания

Ключ к тесту СЖО Обработка результатов сводится к суммированию числовых значений для всех 20 шкал и переводу суммарного балла в стандартные значения (процентили).

Для подсчета баллов необходимо перевести отмеченные испытуемым позиции на симметричной шкале 3210123 в оценки по восходящей или нисходящей ассиметричной шкале. Восходящая последовательность градаций (от 1 до 7) чередуется в случайном порядке с нисходящей (от 7 до 1), причем максимальный балл (7) всегда соответствует полюсу наличия цели в жизни, а минимальный балл (1) - полюсу ее отсутствия.

При подсчете баллов по ключу придерживаются следующего правила: — в восходящую шкалу 1 2 3 4 5 6 7 переводятся пункты 1, 3, 4, 8, 9, 11, 12, 16, 17. — в нисходящую шкалу 7 6 5 4 3 2 1 переводятся пункты 2, 5, 6, 7, 10, 13, 14, 15, 18, 19, 20. После этого суммируются баллы ассиметричных шкал, соответствующие позициям, отмеченных испытуемым.

Субшкала 1 (цели в жизни) - 3, 4, 10, 16, 17, 18.

Субшкала 2 (процесс жизни) — 1, 2, 4, 5, 7, 9.

Субшкала 3 (результат жизни) — 8, 9, 10, 12, 20.

Субшкала 4 (локус контроля — Я) — 1, 15, 16, 19.

Субшкала 5 (локус контроля — жизнь) — 7, 10, 11, 14, 18, 19.

Общий показатель — осмысленность жизни (ОЖ) — все 20 пунктов. В таблице ниже приведены средние и стандартные отклонения по общему показателю СЖО и всем пяти субшкалам отдельно для мужчин и женщин, полученные на выборке 200 человек в возрасте от 18 до 29 лет (по данным Д.А. Леонтьева, 2000).

В следующей таблице приведены средние и стандартные отклонения субшкал и общего показателя СЖО взрослых лиц в возрасте от 30 до 55 лет обоего пола, полученные в работе Е.А. Петровой, А.А. Шестакова (2002). Ими применялся СЖО для оценки служащих банковских структур. Данные апробации, представляющие сравнительный интерес в целях. Средние и стандартные отклонения субшкал и общего показателя СЖО (по данным Е.А. Петровой, А.А. Шестакова, 2002, n=75).

Субшкала Среднее знач. ± Станд откл

1 Цели в жизни 38,91±3,20

2 Процесс жизни 35,95±4,06

3 Результативность жизни 29,83±3,00

4 Локус контроля — Я 24,65±2,39

5 Локус контроля — жизнь 34,59±4,44

Общий показатель ОЖ 120,36±10,21

Интерпретация к методике СЖО. В тесте используются следующие субшкалы:

1. Цели в жизни. Баллы по этой шкале характеризуют наличие или отсутствие в жизни испытуемого целей в будущем, которые придают жизни осмысленность, направленность и временную перспективу. Низкие баллы по этой шкале даже при общем высоком уровне осмысленности жизни (ОЖ) будут присущи человеку, живущему сегодняшним или вчерашним днем. Вместе с тем высокие баллы по этой шкале могут характеризовать не только целеустремленного человека, но и прожектера, планы которого не имеют реальной опоры в настоящем и не подкрепляются личной ответственностью за их реализацию. Эти два случая несложно различить, учитывая показатели по другим шкалам СЖО.

2. Процесс жизни или интерес и эмоциональная насыщенность жизни. Содержание этой шкалы совпадает с известной теорией о том, что единственный смысл жизни состоит в том, что чтобы жить. Этот показатель говорит о том, воспринимает ли испытуемый сам процесс своей жизни как интересный, эмоционально насыщенный и наполненный смыслом. Высокие баллы по этой шкале и низкие по остальным будут характеризовать гедониста, живущего сегодняшним днем. Низкие баллы по этой шкале – признак неудовлетворенности своей жизнью в настоящем; при этом, однако, ей могут придавать полноценный смысл воспоминания о прошлом или нацеленность на будущее.

3. Результативность жизни или удовлетворенность самореализацией. Баллы по этой шкале отражают оценку пройденного отрезка жизни, ощущение того, насколько продуктивна и осмысленна была прожитая ее часть. Высокие баллы по этой шкале и низкие по остальным будут характеризовать человека, который доживает свою жизнь, у которого все в прошлом, но прошлое способно придавать смысл остатку жизни. Низкие баллы – неудовлетворенность прожитой частью жизни.

4. Локус контроля – Я (Я – хозяин жизни). Высокие баллы соответствуют представлению о себе как о сильной личности, обладающей достаточной свободой выбора, чтобы построить свою жизнь в соответствии со своими целями и задачами и представлениями о ее смысле. Низкие баллы – неверие в свои силы контролировать события собственной жизни.

5. Локус контроля – жизнь или управляемость жизни. При высоких баллах – убеждение в том, что человеку дано контролировать свою жизнь, свободно принимать решения и воплощать их в жизнь. Низкие баллы – фатализм, убежденность в том, что жизнь человека неподвластна сознательному контролю, что свобода иллюзорна, и бессмысленно что-либо загадывать на будущее. Раздел: тесты по психологии с ответами.

Тест структуры интеллекта Амтхауэра

Инструкция к тесту

В каждом субтесте методики дано по 16-20 заданий, при выполнении которых важно хорошо усвоить смысл представленных образцов решений, вовремя переходить к следующим заданиям: возможно они окажутся для вас легче и вы в целом наберете большую сумму баллов.

Очень полезно перепроверить себя, если время работы по субтесту еще не истекло. Совсем не обязательно стремиться к тому, чтобы решить абсолютно все задания. Не следует делать никаких пометок в тексте методики, все ответы выносятся на специальные листы (бланки), где указывается фамилия, а также дата и время начала работы.

Если инструкция понятна, ждите сигнала о начале работы.

Субтест 1 - дополнение предложений

Описание заданий раздела 1 и образцы решений

Инструкция.

Каждое из заданий представляет собой незаконченное предложение, в котором нет одного слова. Вам нужно выбрать из нижеприведенного списка слов то, которое является, по вашему мнению, наиболее подходящим для завершения предложения, чтобы оно приобрело правильный смысл. Если вы нашли такое слово, нужно в листе ответов поставить рядом с номером задания ту букву, за которой стоит найденное слово среди других вариантов ответа.

Образец 1.

1. Кролик больше всего похож на...

а) кошку; б) белку; в) зайца; г) лису; д) ежа. Если вы нашли правильный ответ, то в листе ответов ставится следующее: 1в, означающее, что «Кролик больше всего похож на зайца».

Образец 2.

2. Противоположностью надежды является...

а) грусть; б) злость; в) нежность; г) уныние; д) отчаяние. В листе ответов ставится: 2д, означающее, что «Противоположностью надежды является отчаяние». Естественно, записывать в лист ответов получившееся по смыслу предложение не нужно: у вас очень ограничено время. Лучше еще раз проверить ваши ответы, и если вдруг найдется другое решение, то зачеркнуть прежнюю букву и поставить рядом другую.

Стимульный материал. Раздел 1. Задания 1-20

1. У дерева всегда есть...

а) листья; б) плоды; в) почки; г) корни; д) тень.

2. Комментарий — это...

а) закон; б) лекция; в) объяснение; г) следствие; д) намек.

3. Противоположностью предательства является...

а) любовь; б) тунеядство; в) хитрость; г) трусость; д) преданность.

4. Женщины ... бывают выше мужчин.

а) всегда; б) обычно; в) часто; г) никогда не; д) иногда.

5. Обед не может состояться без...

а) стола; б) сервиза; в) пищи; г) воды; д) голода.

6. Занятием, противоположным отдыху, является...

а) труд; б) забота; в) усталость; г) прогулка; д) тренировка.

7. Для торговли необходимо иметь...

а) магазин; б) деньги; в) прилавок; г) товар; д) весы.

8. Когда спор кончается взаимной уступкой, это называется...

а) конвенцией; б) компромиссом; в) развязкой; г) сговором; д) примирением.

9. Человека, который плохо относится к новшествам, называют...

а) анархистом; б) либералом; в) демократом; г) радикалом; д) консерватором.

10. Сыновья ... превосходят отцов по жизненному опыту.

- а) никогда не; б) часто; в) редко; г) обычно; д) всегда.
11. При одинаковом весе больше всего белков содержит...
- а) мясо; б) яйца; в) жир; г) рыба; д) хлеб.
12. Соотношение выигрышей и проигрышей в лотерее дает возможность определить...
- а) число участников; б) прибыль; в) цену одного билета; г) количество билетов; д) вероятность выигрыша.
13. Тетя ... бывает старше племянницы.
- а) всегда; б) редко; в) почти всегда; г) никогда не; д) обязательно.
14. Утверждение, что все люди честны...
- а) ложно; б) хитро; в) абсурдно; г) верно; д) не доказано.
15. Рост шестилетнего ребенка равен примерно ... см.
- а) 160; б) 60; в) 140; г) 110; д) 50.
16. Длина спички... см.
- а) 4; б) 3; в) 2,5; г) 6; д) 5.
17. Не вполне доказанное утверждение называют...
- а) двусмысленным; б) парадоксальным; в) гипотетичным; г) путанным; д) очевидным.
18. Севернее всех названных городов расположен...
- а) Новосибирск; б) Мурманск; в) Красноярск; г) Иркутск; д) Хабаровск.
19. Предложение не существует без...
- а) глагола; б) подлежащего; в) обращения; г) точки; д) слова.
20. Расстояние между Москвой и Новосибирском составляет примерно... км.
- а) 3000; б) 1000; в) 7000; г) 4800; д) 2100.
- Субтест 2 - исключение слова

Описание заданий раздела 2 и образцы решений

Инструкция.

В этом разделе вам предлагаются ряды, содержащие по 5 слов, из всех пяти слов четыре могут быть объединены в одну группу по общему смыслу, подходящему для всех этих четырех слов. Пятое, лишнее по смыслу слово и должно быть вашим ответом на задание, которое иначе может быть названо так: «Найдите лишнее слово, не подходящее по смыслу к четырем другим из пяти названных». Это лишнее слово обозначено соответствующей буквой, которую необходимо проставить рядом с номером задания.

Образец 1.

1. а) стол; б) стул; в) голубь; г) диван; д) шкаф.

Ответ 1в, т. к. «голубь» не относится к предметам мебели, а смысл объединения слов именно таков. Слово «голубь» является лишним по смыслу в ряду названных слов.

Образец 2.

2. а) идти; б) мчаться; в) ползти; г) бежать; д) лежать. Ответ 2д, т. к. «лежать» не относится к обозначению способов передвижения. Слово «лежать» является лишним по смыслу в ряду названных слов.

Стимульный материал. Раздел 2. Задания 21-40.

21. а) писать; б) рубить; в) шить; г) читать; д) кровать.
22. а) узкий; б) угловатый; в) короткий; г) высокий; д) широкий.
23. а) велосипед; б) мотоцикл; в) поезд; г) трамвай; д) автобус.
24. а) запад; б) курс; в) направление; г) путешествие; д) север.
25. а) видеть; б) говорить; в) осязать; г) нюхать; д) слышать.
26. а) прилечь; б) приподняться; в) присесть; г) прислониться; д) привстать.
27. а) круг; б) эллипс; в) стрела; г) дуга; д) кривая.
28. а) добрый; б) верный; в) отзывчивый; г) трусливый; д) честный.
29. а) разделять; б) освобождать; в) связывать; г) резать; д) отличать.
30. а) граница; б) мост; в) общество; г) расстояние; д) супружество.
31. а) занавес; б) щит; в) невод; г) фильтр; д) стена.
32. а) матрос; б) плотник; в) шофер; г) велосипедист; д) парикмахер.

33. а) кларнет; б) контрабас; в) гитара; г) скрипка; д) арфа.
34. а) отражение; б) эхо; в) деятельность; г) отзвук; д) подражание.
35. а) ученье; б) планирование; в) тренировка; г) отчет; д) рекламирование.
36. а) зависть; б) скупость; в) обжорство; г) скаредность; д) жадность.
37. а) разум; б) вывод; в) решение; г) начинание; д) договор.
38. а) тонкий; б) худой; в) узкий; г) дородный; д) короткий.
39. а) горлышко; б) пробка; в) ножка; г) спинка; д) ручка.
40. а) туманный; б) морозный; в) ветренный; г) хмурый; д) дождливый.

Субтест 3 - аналогии

Описание заданий раздела 3 и образцы решений

Инструкция

В разделе 3 даны такие задания, в которых не хватает одного слова во второй паре слов. Первая пара слов — полная, состоящая из двух взаимосвязанных по смыслу слов; нужно понять смысл этой взаимосвязи, чтобы в соответствии с ним выбрать недостающее во второй паре слово из пяти слов, приводимых ниже.

Образец 1.

1. Лес — дерево; луг — ?

а) куст; б) пастбище; в) трава; г) сено; д) тропинка. Ответ 1 в, т. к. взаимное отношение леса и деревьев имеет такой же смысл, как взаимное отношение луга и травы.

Образец 2.

2. Темный — светлый; мокрый — ?

а) дождливый; б) сырой; в) пасмурный; г) влажный; д) сухой. Ответ 2д, т. к. взаимное отношение темного и светлого имеет такой же противоречивый смысл, как взаимное отношение мокрого и сухого.

Стимульный материал. Раздел 3. Задания 41-60.

41. Школа — директор; кружок — ?

а) председатель; б) член; в) руководитель; г) заведующий; д) посетитель.

42. Часы — время; термометр — ?

а) прибор; б) измерение; в) ртуть; г) тепло; д) температура.

43. Искать — находить; размышлять — ?

а) запоминать; б) приходить к выводу; в) расследовать; г) петь; д) вспоминать.

44. Круг — шар; квадрат — ?

а) призма; б) прямоугольник; в) тело; г) геометрия; д) куб.

45. Действие — успех; обработка — ?

а) товар; б) труд; в) отделка; г) достижение; д) цена.

46. Животное — коза; пища — ?

а) продукт; б) еда; в) обед; г) хлеб; д) кухня.

47. Голод — худоба; труд — ?

а) усилие; б) усталость; в) энтузиазм; г) плата; д) отдых.

48. Луна — Земля; Земля — ?

а) Марс; б) звезда; в) Солнце; г) планета; д) воздух.

49. Ножницы — резать; орнамент — ?

а) вышивать; б) украшать; в) создавать; г) рисовать; д) выпиливать.

50. Автомобиль — мотор; яхта — ?

а) борт; б) киль; в) корма; г) парус; д) мачта.

51. Роман — пролог; опера — ?

а) афиша; б) программа; в) либретто; г) увертюра; д) ария.

52. Ель — дуб; стол — ?

а) мебель; б) шкаф; в) скатерть; г) гардероб; д) гарнитур.

53. Язык — горький; глаз — ?

а) зрение; б) красный; в) очки; г) свет; д) зоркий.

54. Пища — соль; лекция — ?

- а) скука; б) конспект; в) юмор; г) беседа; д) язык.
55. Год — весна; жизнь — ?
а) радость; б) старость; в) рождение; г) юность; д) учеба.
56. Ранение — боль; превышение скорости — ?
а) расстояние; б) протокол; в) арест; г) авария; д) сопротивление воздуха.
57. Наука — математика; издание — ?
а) типография; б) рассказ; в) журнал; г) газета «Вести»; д) редакция.
58. Горы — перевал; река — ?
а) лодка; б) мост; в) брод; г) паром; д) берег.
59. Кожа — осязание; глаз — ?
а) освещение; б) зрение; в) наблюдение; г) взгляд; д) смущение.
60. Грусть — настроение; гнев — ?
а) печаль; б) ярость; в) страх; г) аффект; д) прощение.
Субтест 4 - обобщение

Описание заданий раздела 4 и образцы решений

Инструкция

В заданиях этого раздела содержится всего по два слова, которые объединены общим смыслом. Этот их общий смысл нужно постараться передать одним, в крайнем случае — двумя словами. Это одно слово и будет ответом на задание, его нужно записать рядом с номером задания.

Образец.

1. Пшеница, овес — ?

Ответ: 1. зерновые, т. к. это слово точно передает общий смысл обоих слов, объединяя их этим общим смыслом.

Образец 2.

2. Хлеб, масло — ?

Ответ: 2. пища, т. к. это слово правильно выражает общий смысл обоих названных слов.

Стимульный материал. Раздел 4. Задания 61-76.

61. Яблоко, земляника — ?
62. Сигарета, кофе — ?
63. Часы, термометр — ?
64. Нос, глаза — ?
65. Эхо, зеркало — ?
66. Картина, басня — ?
67. Громко, тихо — ?
68. Семя, яйцо — ?
69. Герб, флаг — ?
70. Кит, щука — ?
71. Голод, жажда — ?
72. Муравей, осина — ?
73. Нож, проволока — ?
74. Наверху, внизу — ?
75. Благословение, проклятие — ?
76. Похвала, наказание — ?

Субтест 5 - арифметические задачи

Описание заданий раздела 5 и образцы решений

Инструкция.

В этом разделе даны простые задачи, которые по существу являются не столько арифметическими, сколько практическими. Поэтому решая их, необходимо быть внимательным в отношении практического смысла ваших ответов. Это позволит проверить правильность вашего решения не только по содержанию вычислений, но и по необходимости этих, а не других вычислений.

Образец 1.

1. Книга стоит 25 монет. Сколько стоят 3 книги?

Ответ: 75 (монет), т. к. здесь действительно необходимо умножить:

25×3 . Правильная запись ответа: 1. 75.

Образец 2.

2. Лодка плывет по течению реки со скоростью 10 км/час, а скорость этого течения составляет 4 км/час. Какова скорость лодки относительно берега?

Ответ: 14 км/час, т. к. в этой задаче необходимо сложить скорость лодки и течения воды:

$10+4$. Правильная запись ответа: 2. 14.

Стимульный материал. Раздел 5. Задания 77-96.

77. У мальчика было 100 монет, из них он истратил 15. Сколько монет у него осталось?

78. Сколько километров проедет автомобиль за 9 часов, если его скорость составляет 70 км/час?

79. Фрукты в 15 ящиках весят 280 кг, а каждый пустой ящик весит 3 кг. Каков чистый вес фруктов?

80. Траншею 6 человек выкопают за 72 часа. За сколько часов выкопают такую же траншею 18 человек?

81. Упаковка из трех шариковых ручек стоит 5 монет. Сколько шариковых ручек можно приобрести на 60 монет?

82. Человек пробегает 1,5 м за четверть секунды. Какое расстояние этот человек пробежит за 10 секунд?

83. Дерево находится в 20 м севернее дома, а дом расположен в 15 м севернее пруда. Каково расстояние от дерева до пруда?

84. Кусок материи длиной 3,5 м стоит 70 монет. Сколько стоит 2,5 м такой же материи?

85. Рабочие выполняют задание вчетвером за 90 дней. Сколько нужно рабочих для выполнения такого же задания за половину дня?

86. Проволока длиной 48 см при нагревании увеличивается до 56 см. Какова будет длина 72-сантиметровой проволоки при ее нагревании?

87. В мастерской за 8 часов делают 280 стульев. Сколько стульев будет изготовлено в этой мастерской за полтора часа?

88. Сплав составляется из двух частей серебра и трех частей олова. Сколько граммов олова потребуется для получения 15 г сплава?

89. Один человек зарабатывает в день 3 сотни монет, а другой — 5 сотен.

Вместе они зарабатывают 120 сотен монет за половину месяца. Сколько сотен монет зарабатывает за 15 дней первый из этих двоих людей?

90. За одно и то же время первый ткацкий цех выпускает 60 м материи, а второй — 40 м. Сколько материи изготовит второй цех к тому времени, когда первый уже выпустит 90 м материи?

91. Некто отдал восьмую часть своих денег за почтовые марки и еще в три раза больше денег за бумагу, после чего у него осталось 8 монет.

92. В два ящика упаковано 43 предмета. В первый ящик вошло на 9 предметов больше, чем во второй. Сколько предметов находится в первом ящике?

93. Кусок материи длиной 60 м разрезали на две части так, что одна из них составляет две трети другой. Какова длина того куска материи, который больше?

94. Предприятие отправило три четверти своей продукции на экспорт, а пятую часть этой продукции реализовало для своих рабочих. Какой процент продукции остался на складе предприятия?

95. Сок, заполняющий $\frac{6}{7}$ объема емкости, стоит 72 сотни монет. Сколько сотен монет стоит $\frac{1}{2}$ объема той же самой емкости?

96. В одной семье у каждой дочери равное число братьев и сестер, а у каждого сына сестер в два раза больше, чем братьев. Сколько в семье дочерей?

Субтест 6 - числовые ряды

Описание заданий раздела 6 и образцы решений

Инструкция.

В этом разделе каждое задание представлено рядом чисел, расположенных в определенной связи между собою. Необходимо продолжить числовой ряд на основании обнаруженной вами особенности этой связи чисел.

Образец 1.

1. 2, 4, 6, 8, 10, 12, 14...

Ответ: 16, т. к. в этом ряду чисел особенность их связи между собою — постоянное возрастание каждого следующего числа на 2 единицы.

Образец 2.

2. 9, 7, 10, 8, 11, 9, 12...

Ответ: 10, т. к. в этом числовом ряду особенность связи чисел между собою состоит в том, что при переходе от первого числа ко второму нужно вычесть 2 единицы, а при переходе от второго числа к третьему нужно прибавить 3 единицы и т. д.

Стимульный материал. Раздел 6. Заданий 97—116.

97. 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24...

98. 16, 17, 19, 20, 22, 23, 25...

99. 19, 16, 22, 19, 25, 22, 28...

100. 17, 13, 18, 14, 19, 15, 20...

101. 4, 6, 12, 14, 28, 30, 60...

102. 26, 28, 25, 29, 24, 30, 23...

103. 29, 26, 13, 39, 36, 18, 54...

104. 21, 7, 9, 12, 6, 2, 4...

105. 5, 6, 4, 6, 7, 5, 7...

106. 17, 15, 18, 14, 19, 13, 20...

107. 279, 93, 90, 30, 27, 9, 6...

108. 4, 7, 8, 7, 10, 11, 10...

109. 9, 12, 16, 20, 25, 30, 36...

110. 5, 2, 6, 2, 8, 3, 15...

111. 15, 19, 22, 11, 15, 18, 9...

112. 8, 11, 16, 23, 32, 43, 56...

113. 9, 6, 18, 21, 7, 4, 12...

114. 7, 8, 10, 7, 11, 16, 10...

115. 15, 6, 18, 10, 30, 23, 69...

116. 3, 27, 36, 4, 13, 117, 126...

Субтест 7 - пространственное воображение

Описание заданий раздела 7 и образцы решений

Инструкция.

В каждом задании вам предлагается одна фигура, разбитая на несколько частей. Эти части даются в произвольном порядке. Соедините мысленно части, и ту фигуру, которая у вас при этом получится, найдите в ряду фигур а), б), в), г), д).

Образец.



а



б



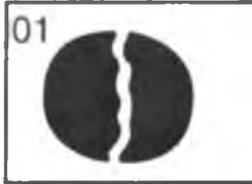
в



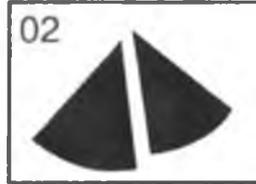
г



д



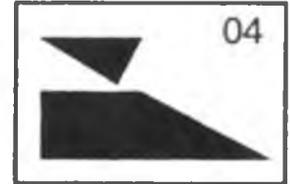
01



02



03



04

Решение.

Соединив части фигур 01, получим фигуру «а», поэтому в ваших листах ответов в разделе 7 в строке 01 зачеркнута «а», то есть 1.а. При соединении частей 02 возникает фигура «д». Соответственно, из 03 получаем «б», из 04 — «г».

Правильная запись ответа: 1.а

Не рекомендуется делать какие-либо пометки на изображениях фигур.

Стимульный материал. Раздел 7. Задания 117-136.



а



б



в



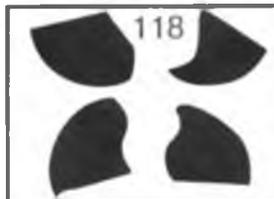
г



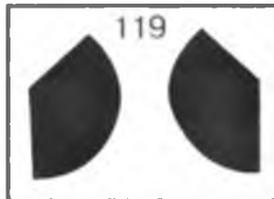
д



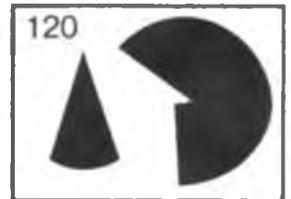
117



118



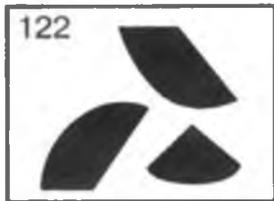
119



120



121



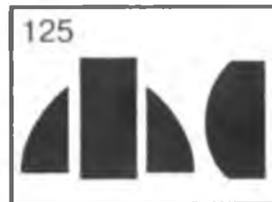
122



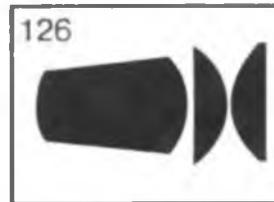
123



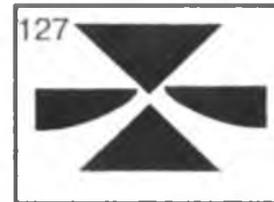
124



125



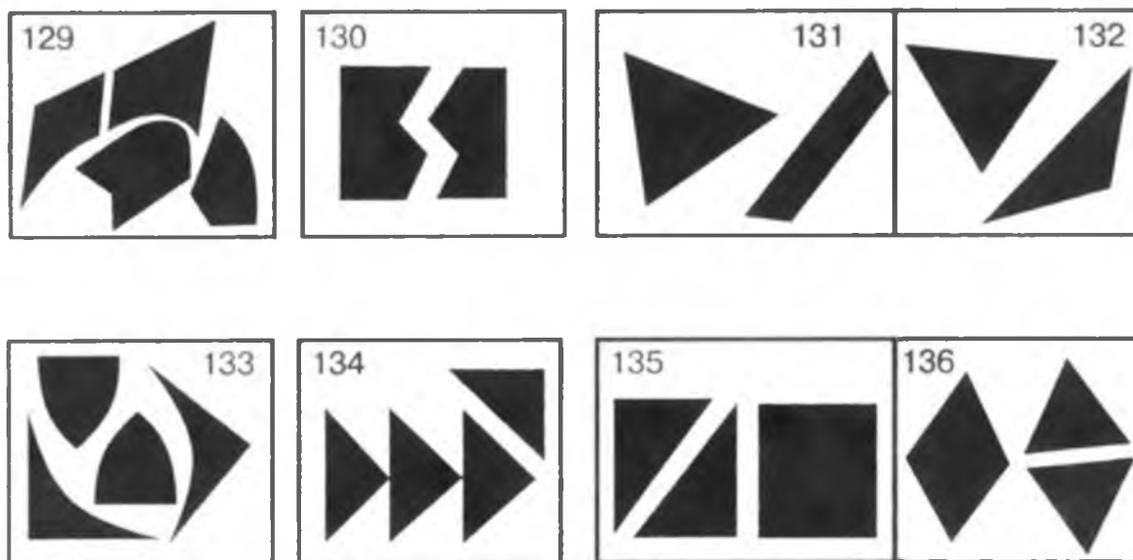
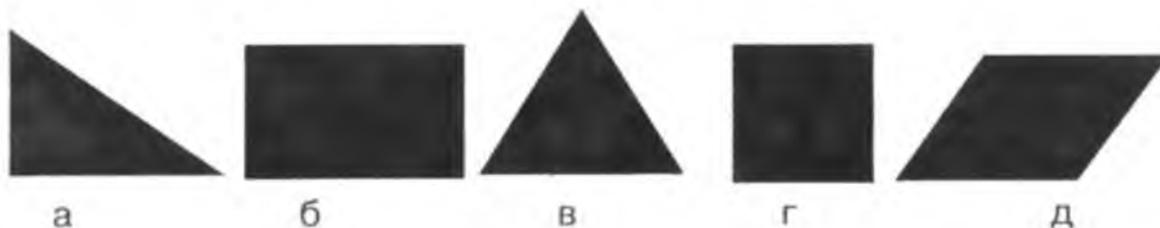
126



127



128

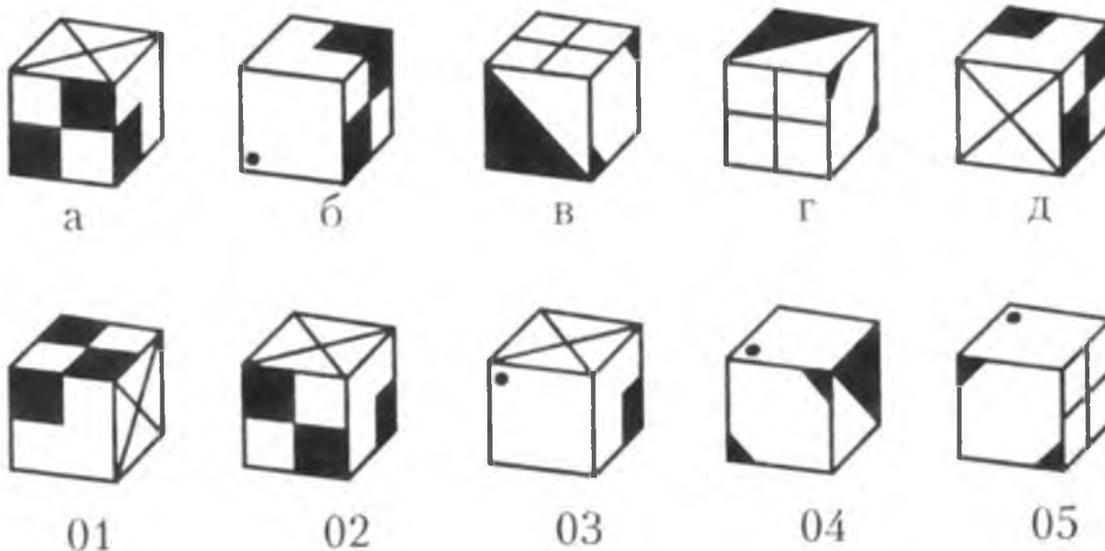


Субтест 8 - пространственное обобщение

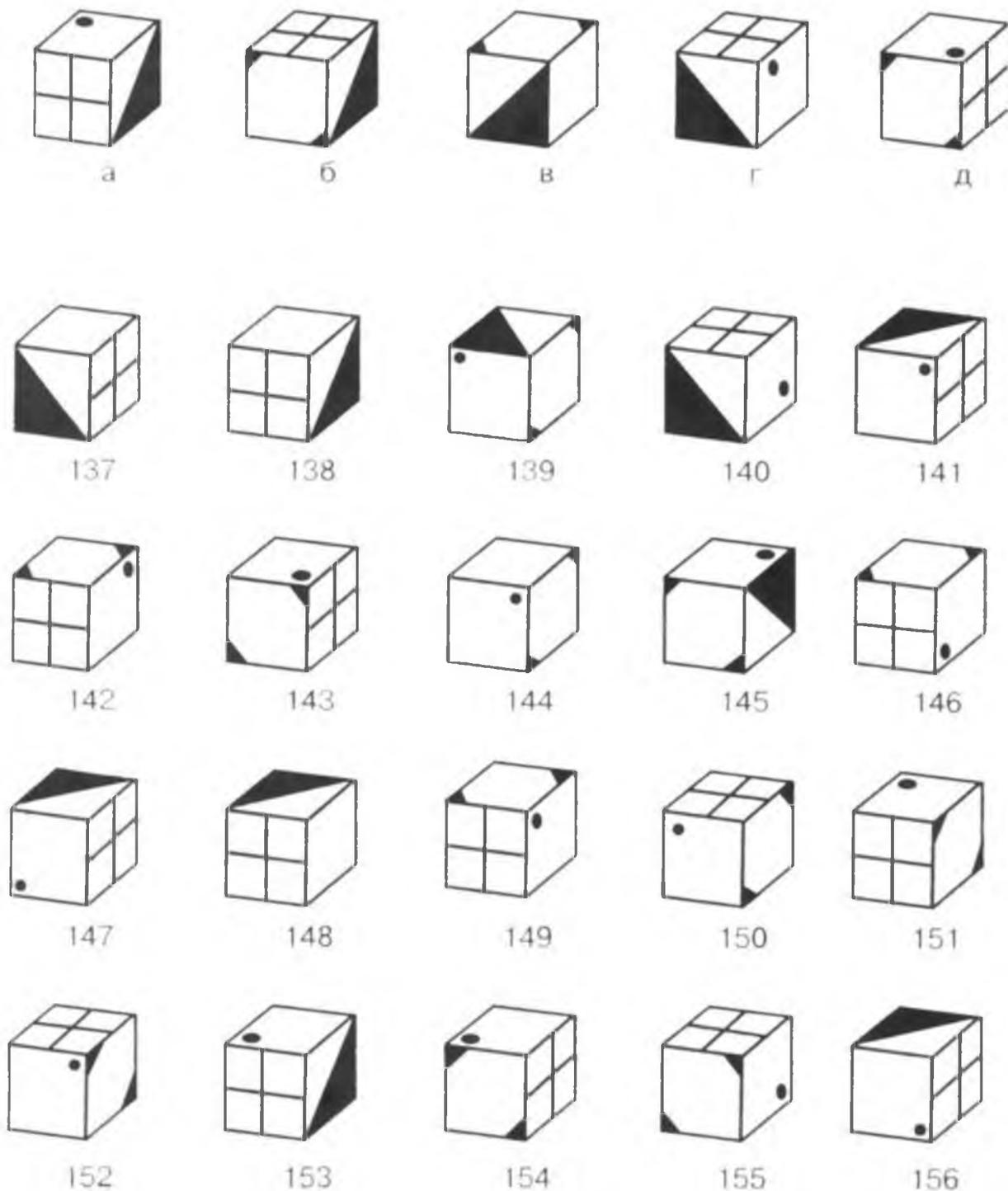
Описание заданий раздела 8 и образцы решений

Инструкция.

Первый ряд фигур состоит из пяти разных кубиков, обозначенных буквами («а», «б», «в», «г», «д»). Кубы расположены так, что из шести - граней вы у каждого куба видите три. В каждом из последующих рядов вам предлагается один из этих пяти кубов, повернутый по-новому. Ваша задача — определить, которому из этих пяти кубов соответствует куб, приведенный в очередном задании. В перевернутых кубах, естественно, могут появиться и новые значки.



Куб (01) представляет измененное положение куба «а». Второй куб (02) соответствует кубу «д», третий (03) — кубу «б», (04) — «в», (05) — «г». Правильная запись ответа: 1.а.
Стимульный материал. Раздел 8. Задания 137 – 156.



Субтест 9 - память, мнемические способности

Описание заданий раздела 9 и образцы решений

Инструкция.

Для выполнения заданий этого раздела вам потребуется сначала выучить группу слов. Затем вы получите задания, с помощью которых выяснится, насколько хорошо вы эти слова запомнили.

После того как будет разрешено перевернуть эту страницу, постарайтесь как можно лучше запомнить ряды слов, помещенные в таблицу.

В каждом задании вам будет указана первая буква одного из выученных слов. Вы должны вспомнить, что означало слово, начинающееся с этой буквы: цветок, инструмент, птицу, произведение искусства или животное. Помните, что все заученные слова начинаются с разных букв, т. е. ни одна начальная буква не повторяется.

Образец 1.

Первая буква — «ф». Из группы слов, означающих: 1) цветок, 2) инструмент, 3) птицу, 4) произведение искусства, 5) животное, на букву «ф» начинается лишь фиалка, то есть цветок. Следовательно, в листе ответов укажите цифру 1.

Правильная запись ответа: 1.1.

Образец 2.

Первая буква слова — «з». Из группы слов, означающих: 1) цветок, 2) инструмент, 3) птицу, 4) произведение искусства, 5) животное, на букву «з» начинается слово «заяц», то есть животное. Следовательно, в листе ответов будет: 2.5.

Правильная запись ответа: 2.5.

Стимульный материал к заданию №9.

Для запоминания приведенных ниже слов вам дается 3 минуты:

Цветы:	фиалка	тюльпан	гвоздика	лилия	василек
Инструменты:	молоток	иголка	щипцы	нож	шило
Птицы:	журавль	чибис	утка	аист	павлин
Произведения искусства:	опера	стихи	басня	роман	картина
Животные:	заяц	ёж	дельфин	хорек	ягуар

Стимульный материал. Раздел 9. Задания 157 - 176.

№ задания	Первая буква слова	а Цветы	б Инструменты	в Птицы	г Произведения искусства	д Животные
157.	б					
158.	ё					
159.	ч					
160.	щ					
161.	я					
162.	ф					
163.	х					
164.	у					
165.	м					
166.	п					
167.	д					
168.	а					
169.	с					
170.	н					
171.	ш					

172.	к					
173.	т					
174.	о					
175.	ж					
176.	г					

Каждый субтест имеет свою направленность.

Субтест 1: «ДП» (дополнение предложений): возникновение рассуждения, здравый смысл, акцент на конкретно-практическое, чувство реальности, сложившаяся самостоятельность мышления.

Субтест 2: «ИС» (исключение слова): чувство языка, индуктивное речевое мышление, точное выражение словесных значений, способность чувствовать, проявляется повышенная реактивность, которая у взрослых относится к вербальному плану.

Субтест 3: «Ан» (анalogии): способность комбинировать, подвижность и непостоянство мышления, понимание отношений, обстоятельность мышления, удовлетворенность приближительными решениями.

Субтест 4: «Об» (обобщение): способность к абстракции, образование понятий, умственная образованность, умение грамотно выразить и оформлять содержание своих мыслей.

Субтест 5: «АЗ» (арифметические задачи): практическое мышление, способность быстро решать формализуемые проблемы.

Субтест 6: «ЧР» (числовые ряды): теоретическое, индуктивное мышление, вычислительные способности, стремление к упорядоченности, соразмерности отношений, определенному темпу и ритму.

Субтест 7: «ПВ» (пространственное воображение): умение решать геометрические задачи, богатство пространственных представлений, конструктивные практические способности, наглядно-действенное мышление.

Субтест 8: «ПО» (пространственное обобщение): умение не только оперировать пространственными образами, но и обобщать их отношения. Развитое аналитико-синтетическое мышление, конструктивность теоретических и практических способностей.

Субтест 9: «Пм» (память, мнемические способности): высокая способность к запоминанию, сохранению в условиях помех и логическому, осмысленному воспроизведению. Хорошая сосредоточенность внимания.

Приложение 5

Сводная таблица «сырых» данных по методике изучения структуры интеллекта Амтхауэра

испытуемые	дополнение предложений	исключение слова	анalogии	обобщение	арифметич. задачи	числовые ряды	пространственное воображение	пространственное обобщение	память
1	12	15	16	18	10	9	11	10	13
2	10	11	17	15	8	7	9	8	11
3	5	9	13	12	4	5	5	6	8
4	7	10	10	9	6	7	5	8	9
5	9	12	14	10	9	8	9	9	12
6	11	10	12	13	10	11	11	12	13
7	7	9	6	8	7	8	8	9	8
8	13	14	14	18	11	9	12	13	14
9	15	15	16	17	14	12	13	14	16
10	11	16	14	14	10	8	9	7	13
11	13	17	19	21	11	13	14	14	15
12	8	14	12	12	7	8	9	7	9
13	9	12	6	9	8	10	7	8	10
14	15	16	14	17	12	13	13	12	18
15	16	18	17	18	13	14	15	16	17
16	10	13	14	10	8	9	10	8	15
17	15	18	16	15	14	12	15	11	16
18	16	15	13	14	15	13	13	10	18
19	15	12	9	12	13	11	10	9	14
20	14	13	10	11	12	10	11	8	15
21	9	10	8	9	5	3	7	3	11
22	7	8	6	8	4	4	5	3	9
23	12	13	10	11	10	9	12	8	13
24	16	15	12	14	12	11	10	10	15
25	13	16	15	13	11	12	13	14	14
26	9	10	7	10	8	6	7	5	10
27	9	8	10	9	8	5	6	4	9
28	5	9	8	7	4	3	5	3	8
29	11	10	12	13	9	7	10	8	13
30	17	16	14	15	15	11	13	12	18
31	16	18	15	16	14	12	14	14	17
32	14	16	13	14	12	13	10	11	15
33	15	13	12	11	13	10	9	9	15
34	13	18	15	16	11	9	14	11	14
35	16	19	15	17	15	11	16	15	17
36	15	14	11	12	14	12	11	10	14
37	12	10	13	13	11	9	9	7	13
38	5	8	7	8	4	3	5	4	8

39	15	13	10	11	12	10	13	9	17
40	16	17	14	13	13	11	10	12	15
41	17	20	16	18	16	13	14	15	14
42	16	18	17	18	14	12	13	14	18
43	14	17	10	11	12	10	10	9	15
44	8	9	6	7	7	5	5	4	10
45	14	12	11	12	11	9	9	8	16
46	16	19	15	21	14	12	16	17	17
47	15	13	12	14	12	10	13	9	14
48	14	16	13	15	13	14	11	12	19
49	17	14	10	14	15	14	13	11	20
50	14	18	12	16	12	13	14	10	15
51	11	16	18	21	9	14	10	16	12
52	12	14	13	12	10	9	8	7	13
53	13	15	15	17	11	14	9	11	13
54	9	12	10	9	7	7	8	6	10
55	16	18	18	20	14	14	15	16	16
56	15	19	14	16	13	14	14	11	16
57	17	20	19	18	16	17	17	19	18
58	14	17	18	15	12	14	11	15	15
59	14	16	12	14	13	12	10	10	12
60	12	14	18	13	10	11	8	8	13
61	14	16	18	16	12	14	13	15	14
62	9	10	12	11	8	7	9	6	9
63	15	12	11	14	13	11	11	9	14
64	9	11	13	12	7	8	6	9	10
65	18	20	19	22	19	21	20	20	20
66	16	17	17	18	14	13	16	15	17
67	10	14	16	14	9	8	8	7	11
68	9	11	10	11	7	8	5	9	10
69	13	15	12	13	10	11	9	10	14
70	10	12	14	11	11	12	10	12	11
71	12	14	16	15	11	13	9	10	13
72	9	11	11	13	10	9	10	7	10
73	11	12	15	14	9	10	10	8	13
74	7	9	10	12	6	7	5	6	11
75	13	15	16	15	12	11	10	10	14
76	15	18	18	16	14	13	15	13	17
77	11	13	14	13	11	12	9	11	13
78	13	18	17	15	13	14	15	13	15
79	8	10	9	10	8	6	6	5	10
80	17	19	18	22	17	15	16	14	18

Приложение 6

Сводная таблица «сырых» данных по методике изучения военно – профессиональной мотивации

испытыемые	мировоозревание	широтаинтересов	жизненныецели	стремлениекдостижениям	уравновешенностьэмоций	модальностьэмоций	полноценностьвлечений	полноценностьсаморегуляциивлечений	военнаядоминанта(общая)	военнаядоминанта(специальная)
1	19	21	15	19	17	18	20	19	17	12
2	17	18	16	20	15	17	21	15	16	10
3	16	17	14	24	14	15	24	16	15	9
4	14	15	13	16	13	14	17	14	13	14
5	15	16	15	17	15	16	18	15	14	8
6	14	15	13	24	14	12	24	14	14	11
7	16	17	15	18	12	14	18	16	15	13
8	14	15	12	19	14	14	19	14	13	9
9	21	19	21	16	17	20	17	21	19	8
10	16	17	14	18	14	15	19	16	15	6
11	21	22	20	18	20	21	18	21	21	10
12	15	16	13	23	12	15	24	15	14	13
13	13	12	12	17	12	12	18	13	12	8
14	17	16	15	20	18	17	21	17	16	10
15	19	18	19	23	19	18	23	19	18	4
16	16	17	14	21	15	14	22	16	15	6
17	19	21	16	22	20	18	23	19	18	12
18	15	17	13	20	14	15	21	15	14	4
19	17	18	15	22	17	15	22	17	16	12
20	15	16	13	15	13	12	17	15	14	7
21	13	17	12	19	10	13	19	13	12	12
22	12	13	10	15	11	10	16	12	11	8
23	12	14	13	18	12	12	18	12	12	10
24	16	19	17	21	17	16	22	16	16	8
25	19	21	20	15	18	19	16	19	18	13
26	12	15	9	19	10	10	20	12	10	11
27	13	16	8	14	13	9	15	13	13	9
28	13	14	10	17	11	13	18	13	11	12
29	16	18	15	23	17	14	23	16	16	6
30	15	19	16	15	15	15	16	15	15	9
31	18	22	19	18	18	19	19	18	18	10
32	15	17	14	19	15	14	20	15	14	11
33	15	16	12	20	13	15	21	15	13	10
34	19	21	16	17	18	20	18	19	17	9
35	18	21	19	19	18	19	20	18	18	9
36	15	17	10	24	13	14	24	15	12	8
37	17	18	16	22	15	16	23	17	15	12
38	13	15	9	21	11	12	22	13	10	14

39	12	14	12	21	13	10	21	12	11	10
40	19	21	19	15	18	21	16	19	18	9
41	21	23	23	16	20	22	17	21	20	8
42	20	22	20	18	19	19	19	20	19	10
43	12	14	10	21	11	12	21	12	11	6
44	13	13	8	16	10	10	17	13	9	11
45	15	15	13	23	14	14	23	15	12	8
46	17	16	17	18	16	16	19	17	16	8
47	16	14	15	15	13	14	16	16	14	9
48	18	19	17	23	16	18	23	18	15	10
49	14	15	12	19	13	12	20	14	13	11
50	17	16	14	18	14	17	19	17	16	12
51	22	23	18	20	20	21	21	22	19	10
52	16	17	12	21	14	16	22	16	15	9
53	20	21	19	18	19	19	18	20	19	8
54	13	15	10	15	10	12	15	13	12	9
55	21	23	19	17	20	21	18	21	20	9
56	19	21	16	16	16	18	16	19	17	11
57	21	22	20	23	18	20	23	21	20	7
58	20	20	19	16	16	19	17	20	19	9
59	17	18	14	26	14	17	26	17	15	8
60	20	21	18	20	20	20	21	20	19	6
61	21	23	19	22	21	21	23	21	20	8
62	14	16	11	18	13	14	19	14	13	10
63	13	14	10	14	12	10	15	13	11	9
64	16	17	12	18	15	15	18	16	15	11
65	20	21	19	21	18	19	21	20	19	13
66	19	20	17	19	19	18	20	19	18	12
67	17	19	16	17	15	15	17	17	17	14
68	13	15	9	16	12	12	14	13	12	8
69	15	17	12	15	14	15	16	15	14	13
70	16	18	14	19	16	16	19	16	16	14
71	19	20	18	24	18	18	24	19	18	15
72	14	15	10	18	12	13	17	14	13	9
73	16	18	14	18	16	16	18	16	16	11
74	13	15	9	15	14	13	15	13	12	8
75	19	21	16	21	18	19	20	19	18	12
76	20	22	19	24	20	21	24	20	20	15
77	17	18	14	19	15	15	19	17	16	13
78	19	20	15	23	19	19	23	19	19	14
79	14	15	10	16	10	14	17	14	13	10
80	21	23	18	24	20	19	24	21	20	15

Приложение 7

Сводная таблица «сырых» баллов по методике СЖО

Испытуемые	Цели	Процесс	Результат	Локус контроля -Я	Локус контроля- Жизнь
1	33	21	16	13	21
2	21	23	23	21	22
3	23	23	25	16	23
4	24	10	14	23	21
5	16	16	26	15	22
6	29	17	18	18	23
7	40	33	32	22	34
8	18	20	23	25	17
9	32	17	24	21	22
10	38	23	27	19	21
11	29	18	13	14	32
12	32	34	28	18	18
13	21	18	26	21	20
14	30	22	25	23	23
15	39	32	21	25	32
16	23	22	17	16	21
17	36	21	26	25	18
18	37	32	24	22	29
19	33	22	21	25	21
20	33	21	27	26	34
21	37	32	25	27	32
22	21	32	32	21	23
23	34	22	23	23	18
24	34	16	24	16	26
25	34	22	27	17	28
26	26	17	28	21	25
27	38	23	28	23	25
28	33	18	25	16	21
29	24	34	25	14	18
30	36	18	21	16	20
31	36	22	17	23	34
32	37	32	26	25	32
33	39	22	26	16	21
34	31	21	25	25	20
35	28	32	21	22	31

36	32	22	26	25	22
37	31	21	25	26	23
38	33	32	28	27	35
39	33	22	23	21	17
40	23	21	22	23	25
41	25	32	18	16	21
42	36	32	20	17	32
43	33	22	23	21	18
44	33	16	26	18	20
45	23	22	27	22	18
46	17	17	28	23	26
47	38	23	20	21	28
48	21	18	18	17	25
49	17	22	21	13	25
50	35	32	24	23	21
51	32	32	22	21	18
52	37	22	21	21	23
53	38	31	28	23	34
54	29	35	26	25	32
55	33	36	21	16	22
56	18	21	25	26	21
57	24	20	22	22	21
58	26	22	19	25	18
59	33	34	25	28	29
60	22	21	32	27	21
61	24	17	27	21	31
62	31	19	24	23	30
63	28	30	23	16	23
64	33	44	28	17	19
65	34	33	23	24	26
66	36	35	26	15	23
67	38	32	25	23	25
68	22	23	21	21	25
69	16	21	17	22	22
70	22	21	26	20	18
71	33	32	28	19	29
72	32	35	29	15	21
73	31	38	32	19	31
74	33	37	33	21	32
75	33	34	21	23	21

76	25	25	16	26	19
77	25	27	19	21	26
78	37	32	24	21	28
79	33	34	28	19	29
80	33	35	21	18	20

Приложение 8

Сводная таблица «сырых» данных по методике САТ

Условные обозначения:

1. Компетентность во времени
2. Поддержка
3. Ценностные ориентации
4. Гибкость поведения
5. Сензитивность
6. Спонтанность
7. Самоуважение
8. Самопринятие
9. Представления о природе человека
10. Синергия
11. Принятие агрессии
12. Контактность
13. Познавательные потребности
14. Креативность

испыт уемы е	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1	10	54	13	18	11	10	10	15	4	4	12	15	9	9
2	11	60	12	14	8	11	9	16	5	4	13	17	8	7
3	12	34	10	17	9	11	9	12	6	4	16	15	10	12
4	11	23	7	18	10	9	7	14	6	5	14	6	11	4
5	7	16	8	5	7	3	12	8	6	6	5	8	2	2
6	8	19	12	6	8	4	14	7	6	3	6	9	1	2
7	9	17	7	4	9	5	11	7	8	2	7	5	1	4
8	5	13	9	7	12	7	10	9	4	3	7	6	3	2
9	12	34	12	16	11	11	12	12	3	3	12	17	6	10
10	13	26	15	17	11	8	8	17	5	4	12	13	10	9
11	16	54	16	12	5	9	9	18	6	5	15	14	11	11
12	11	45	14	12	7	10	10	20	5	4	15	15	10	9
13	12	47	13	16	8	7	13	16	6	6	16	17	11	7
14	17	54	12	18	7	12	11	13	7	2	14	16	11	11
15	5	20	16	21	9	13	8	10	8	2	14	14	11	9
16	14	34	18	12	10	6	9	14	4	3	15	13	10	11
17	13	56	14	16	12	6	9	17	4	6	14	14	11	13
18	16	48	17	16	7	7	7	17	4	7	15	16	11	11
19	11	35	18	14	9	8	10	15	6	3	12	17	10	11
20	12	64	15	21	5	11	12	11	6	3	12	15	7	10
21	13	54	16	21	9	10	7	18	5	3	15	14	6	14
22	14	44	16	16	8	9	12	15	7	4	15	13	4	11
23	11	55	18	17	7	9	14	17	3	3	16	16	6	12
24	11	53	11	18	11	8	11	14	7	3	14	15	6	11

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

67	13	57	14	16	10	7	10	11	6	4	12	14	11	
68	11	15	13	15	11	11	7	15	8	4	12	16	8	
69	12	16	14	15	11	10	12	16	4	5	15	17	9	5
70	9	19	8	17	5	6	14	17	3	6	15	15	2	2
71	10	19	15	17	7	6	11	12	5	3	16	14	11	10
72	11	34	10	13	8	7	10	17	6	2	14	13	9	12
73	12	34	14	11	7	11	12	18	5	3	14	16	11	11
74	14	26	13	15	9	12	8	15	6	3	15	15	13	10
75	15	38	12	13	10	6	9	12	7	4	15	15	12	14
76	16	45	15	14	12	7	10	13	8	5	15	13	11	11
77	11	44	16	14	7	7	11	11	4	4	16	15	11	12
78	10	67	14	15	9	9	14	14	4	6	13	16	10	11
79	14	54	13	17	10	6	15	17	6	2	12	16	11	13
80	13	43	12	11	11	7	10	16	6	2	11	17	12	11

Приложение 9

Результаты математической обработки данных с использованием критерия Крускала - Уоллиса

Непараметрические Критерии

Примечания		
Вывод создан		25-декабря-2016 22:37:50
Комментарии		
Ввод	Активный набор данных	Набор данных
	Фильтр	<нет>
	Толщина	<нет>
	Разделить файл	<нет>
	Кол-во строк в рабочем файле данных	62
Обработка пропущенных значений	Определение пропущенных	Определенные пользователем пропущенные значения обрабатываются как пропущенные.
	Используемые наблюдения	Для каждого критерия статистики основаны на всех наблюдениях с валидными данными для переменных, использованных в соответствующем критерии.
Редактор синтаксиса		NPAR TESTS /K-W=ВПМ Самопринятие Осмысленность жизни Жизненные цели ВУ группы(1 3) /MISSING ANALYSIS.
Ресурсы	Процессорное время	00 00:00:00,063
	Время вычислений	00 00:00:00,309
	Разрешенное число наблюдений ^a	78643

Примечания		
Вывод создан		25-декабря-2016 22:37:50
Комментарии		
Ввод	Активный набор данных	Набор данных
	Фильтр	<нет>
	Толщина	<нет>
	Разделить файл	<нет>
	Кол-во строк в рабочем файле данных	62
Обработка пропущенных значений	Определение пропущенных	Определенные пользователем пропущенные значения обрабатываются как пропущенные.
	Используемые наблюдения	Для каждого критерия статистики основаны на всех наблюдениях с валидными данными для переменных, использованных в соответствующем критерии.
Редактор синтаксиса		NPAR TESTS /K-W=ВПМ Самопринятие Осмысленность жизни Жизненные цели ВУ группы(1 3) /MISSING ANALYSIS.
Ресурсы	Процессорное время	00 00:00:00,063
	Время вычислений	00 00:00:00,309
	Разрешенное число наблюдений ^a	78643

Критерий Краскела-Уоллеса

Ранги			
	группы	N	Средний ранг
Осмысленность жизни	1	14	120,4
	2	23	88,7
	Всего	37	
Самопринятие	1	14	16,3
	2	23	5,6
	Всего	37	
Жизненные цели	1	14	21,4
	2	23	13,6
	Всего	37	
ВПМ	1	14	273,2
	2	23	241,3
	Всего	37	

Статистики критерия^{а,б}

	ВПМ	Осмысленность	Самопринятие	Жизненные цели
Хи-квадрат	257,6	88,57	5,8	13,6
ст. св.	2	2	2	2
Асимпт. знч.	,001	,000	,000	,0001

а. Критерий Краскела-Уоллеса

б. Группирующая переменная: группы

Описание занятий программы по темам

Тема 1. Знакомство. Правила группы.

Первое занятие имеет решающее значение для определения групповых норм, мотивирования и включения в работу, а также для определения дальнейшего направления движения.

Цели занятия: снятие напряженности и тревоги.

Задачи.

Познакомить членов группы со структурой программы.

Дать представление о методах и формах работы психолога. Сформировать (разработать, обсудить и принять) правила группы

Ход занятия.

Знакомство: каждый участник группы должен представиться – он называет свое имя и личное качество на первую букву имени, (или: написать свое имя на карточке и нарисовать небольшой (любой) рисунок, с другой стороны написать качество).

Познакомить группу со структурой программы.

Дать представление о методах и формах работы психолога (рассказать, что такое психология и что она изучает, какие существуют виды работы психолога, кто такой психолог, ответить на вопросы участников группы).

Правила группы: разработать правила группы вместе, записать их (с расшифровкой) и повесить на видное место в кабинете. При необходимости обращаться к этим правилам, обсуждать их, применять или изменять их с согласия всех членов группы. Проговорить и обсудить в группе необходимые условия диалога: контакт, интерес, любовь.

Рефлексия: каждый говорит о том, что ему запомнилось на занятии, свои впечатления от занятия. Что я сейчас чувствую. Участники по кругу (или по желанию) высказывают свое мнение. Другой вариант: по 10-балльной шкале определить уровень своей удовлетворенности занятием.

Занятие 2. Основы самонаблюдения. Кто Я?

Цель: формирование целостного представления о своем образе Я.

Задачи: получение навыков самонаблюдения, познание своей индивидуальности.

Упражнение 1. «Кто Я?».

Цель: упражнение является хорошим способом "сломать лед" и быстро познакомить участников друг с другом.

Необходимое время: 30 минут.

Материалы: Бумага, карандаши, ручки.

Процедура: запишите 20 различных ответов на вопрос «Кто Я?». Обсуждение результатов: что вы написали на первом месте, анализ содержания и количества ответов, оценка общего эмоционального фона и т.д

Упражнение 2. «Мой мир».

Цель: создание емкой метафоры для осознания своего способа описания мира, его сильных сторон и ограничений.

Процедура. Участникам предлагается выбрать из предложенных метафор свой способ описания мира, ответив на вопросы: «Мой мир – это ..., и тогда я в нем – это ..., и тогда моя жизнь – это ...». Организовать выставку рисунков внутри группы, обсудить результаты.

Упражнение 3. Методика Е. Е. Туник (16), (см. Приложение 2) решение нескольких нестандартных задач.

Обсуждение: какую роль играет творчество в жизни человека?

Упражнение 4. «Воображаемое путешествие»:

Задачи: Образовательные: формировать навыки действий в определенной обстановке с воображаемыми предметами, умение свободно перемещаться по площадке. Развивающие: совершенствовать фантазию, воображение, интонационную выразительность речи, мимику, жесты, активизировать речевую деятельность.

Процедура: придумать рассказ о путешествии и нарисовать небольшой рисунок к рассказу; упражнение по составлению рассказа с использованием определенных слов, или завершение рассказа. Задания: вообразите дом на дереве и спроектируйте его; придумать синонимы к слову

Рассмотреть вопрос о взаимосвязи рефлексии и творчества.

Вопросы к обсуждению: Из чего складываются наши представления о самих себе? Какую роль играет самооценка?

Домашнее задание. Ведение дневника. Назначение: 1) отработка навыков анализа своего поведения; ориентация на размышление о самом себе (как необходимого условия для саморазвития); 2) вербализация осознания своего психологического состояния. Психолог предлагает дома начать вести дневник, в котором необходимо описывать то, что происходит, отражать свои чувства, мысли, переживания, состояния, взаимоотношения с другими людьми.

Рефлексия занятий. Каковы ваши впечатления? Что нового вы открыли для себя?

Тема 3. Самопознание и самопринятие.

Цель: формирование навыков эмпатийного общения, способствовать самопознанию.

Задачи: создание условий для развития рефлексивности, самопознания, стремления к самосовершенствованию.

Ход занятия: Обсуждение выполнения домашнего задания.

Упражнение 1. «Моё счастье».

Процедура: нарисуйте свое представление о счастье. Обсуждение рисунков каждого участника.

Упражнение 2. «Идеальное место».

Процедура: вообразите идеальное место, где вы хотели бы делать уроки и настроение (что вокруг, представить все подробности: цвет, свет, запах, ощущения, звуки и т. д.).

Обсуждение упражнения в группе.

Упражнение 3 на обсуждение понятия самопознание, самоосмысление, самопринятие. Как можно познать себя?. Какие существуют методы организации самопознания?.

Упражнение 4. «Открытка».

Цель: Содействовать личностному росту учащихся. Формировать чувство уверенности в собственных силах

Процедура: нарисуйте открытку. Если у вас возникнет желание, подарите ее кому-нибудь из группы.

Упражнение 5. «Парк отдыха».

Процедура: каждый участник отдельно рисует парк отдыха, такой, где бы ему хотелось отдыхать и развлекаться. После того как рисунки будут нарисованы, рисунки всех участников складываются вместе и получается общий парк, можно организовать выставку общего рисунка.

Упражнение 6. «Футболка с надписью».

Цель: самовыражение.

Процедура: придумайте надпись на футболку, которая выражала бы ваше отношение к жизни, ваш жизненный девиз.

Упражнение 7. «Дерево» (участвуют все члены группы).

Процедура: выстроится всем вместе в виде дерева. Каждый должен найти для себя подходящее место: кто-то будет корнями, кто-то листвой. Условие упражнения: найти свое место в данной композиции.

Упражнение 8. «Зебра» [3, с.132].

Цель: развитие навыков рефлексии, самооценки, самопознания.

Процедура: составить черно-белую характеристику, в которой 2 списка качеств – положительные и отрицательные, достоинства и недостатки.

ОЦЕНОЧНАЯ ЗЕБРА

Белый список – мои достоинства

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.

Черный список – мои недостатки

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.

ЦЕЛЕВАЯ ЗЕБРА

Цель – проблема (избавиться, уменьшить)

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.

Цель – идеал (обрести, увеличить)

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.

Домашнее задание. Написание психологического автопортрета. Основная цель упражнения заключается в отработке навыков рефлексии и развитии умения самодиагностики. Задание: напишите (письменно – обязательное условие) свой психологический портрет. Постарайтесь поразмышлять над следующими вопросами:

- Что у меня получается лучше всего?
- Какими качествами характера я обладаю?
- Что бы я хотел изменить в себе, в своей жизни?
- За что меня ценят (сверстники, друзья, родители и др.)?
- Уверен ли я в себе?
- Как меня воспринимают другие люди?
- Каковы мои достоинства и мои недостатки?

Рефлексия: что запомнилось больше всего, что получилось лучше всего, узнали ли вы о себе или о ком-то из группы что-то новое?

Тема 4. Самоуважение и уверенность в себе.

Цели занятия: достижение способности к объективной самооценке, приобретение навыков самоорганизации и самоодобрения, повышение уверенности в себе.

Задачи: повышение самоуважения и формирование адекватного уровня самооценки.

Ход занятия: Обсуждение домашнего задания.

Обсуждение значения самоуважения, уверенности в себе в жизни человека. Взгляд на самого себя со стороны.

Упражнение 1. «Закончите предложение»: «Успех в жизни для меня – это...». После написания всех производится обсуждение.

Упражнение 2. «Моё Я».

Процедура: подумайте и запишите, где может быть реализовано ваше Я, в каких сферах деятельности (далее можно определить желательное и нежелательное Я для каждой области).

Упражнение 3. «Мои возможности».

Процедура: оцените свои физические возможности, характер, состояние здоровья, внешние данные, успешность в учебе, организаторские способности. Далее идёт обсуждение внешних и внутренних помех в учебе, важных делах – лень, шум, разговоры, несобранность и т.д. Что такое самоуважение и уверенность в себе, для чего нужны эти качества человеку?

Упражнение 4. «Хорошие качества». Цель: заряд краткосрочной энергии и ее оптимальное использование. Необходимое время: 3 мин.

Процедура: Представьте себе яркое ночное небо. Выберите себе самую яркую звезду. А теперь..., проглотите ее... Она взрывается в вас, наполняя весь организм энергией.

Энергия проникает во все клетки вашего организма, наполняя его жаждой что-то сделать, изменить, поправить. Смелее, не ждите, действуйте!"

Упражнение 5. «Высокая энергия».

Цель: снятие тревоги, беспокойства, подготовка к ожидаемой стрессовой ситуации.

Необходимое время: 5—10 мин.

Процедура: Расслабьтесь и представьте, что вы сидите на чудесной зеленой лужайке в ясный солнечный день... Небо озарено радугой и частица этого сияния принадлежит вам... Оно ярче тысяч солнц... Его лучи мягко и ласково пригревают вашу голову, проникают в тело, разливаются по нему, все оно наполняется очищающим целительным светом, в котором растворяются ваши огорчения и тревоги, все отрицательные мысли и чувства, страхи и предположения. Все нездоровые частицы покидают ваше тело, превратившись в темный дым, который быстро рассеивает нежный ветер. Вы избавлены от тревог, вы очищены, вам светло и радостно!" [5, с.164]

Упражнение 6. «Избавление от тревог».

Цель: эмоциональный отдых, осознание своих проблем и их преодоление, получение положительных эмоций. Необходимое время: индивидуально.

Процедура: Сядьте удобно, расслабьтесь, закройте глаза. Представьте себе следующее. Вы входите в весенний яблоневый сад, медленно идете по аллее, вдыхая запах нежных бело-розовых цветов и наслаждаясь им. По узкой тропинке вы подходите к калитке, открываете ее и попадаете на душистый зеленый луг. Мягкая трава качается, приятно жужжат насекомые, ветерок ласкает ваше лицо, волосы... Перед вами озеро... Вода прозрачна и серебриста, гоняются друг за другом солнечные зайчики. Вы медленно идете к острову, идете по берегу вдоль озорного ручейка и подходите к водопаду... Вы входите в него, и сияющие струи очищают вас, наполняют силой и энергией... За водопадом — грот, тихий, уютный, в нем вы остаетесь один на один с собой. А теперь пора возвращаться. Мысленно

проделайте весь свой путь в обратном направлении, выйдите из яблоневого сада и только тогда откройте глаза [5, с.164-165]

Упражнение 7. «Гора с плеч».

Цель: сброс психомышечного напряжения в области плечевого пояса и спины, контроль за осанкой и уверенностью в себе. Необходимое время: 3 с.

Процедура: Выполняется стоя, можно на ходу. Максимально резко поднять плечи, широко развести их назад и опустить. Такой должна быть постоянно ваша осанка [5, с.168]

Рефлексия.

Тема 5. Саморегуляция.

Цели занятия: достижение способности к объективной самооценке, приобретение навыков саморегуляции, повышение уверенности в себе.

Задачи: развитие навыков саморегуляции и рефлексии, планирования; формирование адекватного уровня самооценки.

Ход занятия: снятие психоэмоционального напряжения: релаксационные упражнения, упражнения на расслабление определенных групп мышц. Как можно научиться контролировать себя? Собранность – залог успеха? Что такое распорядок дня.

Как организовать свой труд, чтобы успеть многое сделать: четкая жизненная цель; умение концентрировать свои усилия на главном; твердый распорядок дня; смена различных видов деятельности; умение ценить время; умение отдыхать и не терять время попусту; выработка умения трудиться.

Воля – что это? Что человек может регулировать в своей жизни?

Упражнение 1 «Ассоциации»

Процедура. Запишите все слова, мысли, ассоциации, приходящие вам на ум, когда вы слышите слово “стресс”. Обведите каждое слово, которое кажется вам особенно важным.

Прочтите следующий список утверждений. Отметьте, какое вы считаете истинным, а какое - ложным. В конце напишите ваше определение стресса.

Утверждение	верно	неверно
Стресс - это болезнь.		
Стресс всегда неприятен.		
До стресса нас всегда доводят окружающие.		
Стресс - это то, что происходит в вашем уме.		
Уровень стресса может быть измерен ощущениями в теле.		
Стрессам подвержены только неадекватные люди.		
Лучше всего избавиться от стрессов при помощи транквилизаторов.		
В наш век невозможно избежать стрессов.		
Стрессовое состояние следует скрывать от окружающих.		
Нельзя признаваться себе в том, что испытываешь стресс.		

Упражнение 2. «Заверши предложение»

Процедура. Завершите следующее заявление и делайте это каждый раз, когда захотите:

Я переживаю стресс, когда _____

Стресс представляет собой состояние чрезмерно сильного и длительного психологического напряжения, которое возникает у человека, когда его нервная система получает эмоциональную перегрузку.

Любое событие, факт или сообщение может вызвать стресс, т.е. стать стрессором.

Стрессорами могут быть самые разнообразные факторы: микробы и вирусы, различные

яды, высокая или низкая температура окружающей среды, травма и т.д. Но оказывается, что такими же стрессорами могут быть и любые эмоциогенные факторы, т.е. факторы, влияющие на эмоциональную сферу человека. Это все, что может нас взволновать, несчастье, грубое слово, незаслуженная обида, внезапное препятствие нашим действиям или стремлениям.

В переводе с английского стресс – это давление, нажим, напряжение.

Специфические результаты двух событий – горе и радость – совершенно различны, даже противоположны, но их стрессовое действие – неспецифическое требование приспособления к новой ситуации – может быть одинаковым.

Иногда стресс может быть полезным, так как помогает в случае необходимости задействовать ресурсы организма.

Стресс - обычное и часто встречающееся явление. Мы все временами испытываем его - может быть, как ощущение пустоты в глубине желудка, когда встаем, представляясь в классе, или как повышенную раздражительность или бессонницу во время экзаменационной сессии. Незначительные стрессы неизбежны и безвредны. Именно чрезмерный стресс создает проблемы для индивидуумов и организаций. Стресс является неотъемлемой частью человеческого существования, надо только научиться различать допустимую степень стресса и слишком большой стресс. Нулевой стресс невозможен. Длительное психическое напряжение, как от переизбытка эмоций, так и от их отсутствия, ведет к общему ухудшению здоровья. Мозг и тело испытывают дисгармонию, реакция на события перестает соответствовать ситуации. С другой стороны, в результате эмоциональной встряски у человека может возникнуть такое состояние физического и интеллектуального равновесия, при котором возможна более полная реализация физического и интеллектуального потенциала.

В настоящее время ученые различают эустресс (положительный стресс, который сочетается с желательным эффектом и мобилизует организм) и дистресс (отрицательный стресс с нежелательным вредоносным эффектом).

Как может проявляться стресс?

Исследования показывают, что к физиологическим признакам стресса относятся язвы, мигрень, гипертония, боль в спине, артрит, астма и боли в сердце. учащенный пульс, повышенное потоотделение, ускоренное биение сердца, боли в желудке, напряжение мышц рук и ног, учащенное дыхание, зубная боль, напряжение мышц челюсти, потеря усидчивости

Психологические проявления включают раздражительность, потерю аппетита, депрессию и пониженный интерес к межличным и сексуальным отношениям и др. неспособность сосредоточиться, затруднения в принятии простых решений, отсутствие уверенности в себе, раздражительность, частые вспышки гнева, ненасытные желания, беспокойство, смятение, беспричинный страх или полная паника.

Как вы думаете, почему возникает стресс?

Любое событие, грозящее изменить устоявшийся жизненный уклад, может вызвать стресс.

Но не все резкие перемены вызывают у человека негативную реакцию. Новая любовь, продвижения по службе приносят в основном приятные переживания. Кроме того, на разных людей одни и те же события влияют не одинаково. Для кого-то собеседование на работе или экзамен - ерунда, а для других это тяжелое испытание, связанное с большой нервной нагрузкой. Ситуация становится напряженной, когда подсознание человека, исходя из прошлого опыта, наталкивается в ней на что-то опасное.

Другие причины стрессового напряжения.

1. Гораздо чаще нам приходится делать не то, что хотелось бы, а то, что нужно, что входит в наши обязанности.
2. Постоянно не хватает времени - не успеваем ничего сделать.
3. Нас что-то или кто-то подгоняет, мы постоянно куда-то спешим.

4. Начинает казаться, что все окружающие зажаты в тисках какого-то внутреннего напряжения.
5. Нам постоянно хочется спать - никак не можем выспаться.
6. Ми видите чересчур много снов, особенно когда очень устали за день.
7. Очень много курим.
8. Потребляем алкоголя больше, чем обычно.
9. Нам почти ничего не нравится.
10. Дома, в семье - постоянные конфликты.
11. Постоянно ощущается неудовлетворенность жизнью.
12. Делаем долги, даже не зная, как с ними расплатиться.
13. Появляется комплекс неполноценности.
14. Не с кем поговорить о своих проблемах, да и нет особого желания.
15. Мы не чувствуем уважения к себе - ни дома, ни на работе.

Упражнение 4

Процедура. Участникам предлагается методика определения стрессоустойчивости
Способы выхода из стресса (приемы саморегуляции)

Что может быть противопоставлено стрессу?

Обратимся к активным способам повышения общей устойчивости человеческого организма. Их можно попытаться разделить на три группы:

Первая группа – включает способы, использующие физические факторы воздействия – это физическая культура, закаливание организма, бег трусцой укрепление общего состояния здоровья с помощью правильного питания, полноценного отдыха, занятий спортом и т.д. Вторая группа – аутогенная тренировка, психотерапия, гипноз. (изменение ситуации, то есть вы избавляетесь от того, что вызывает беспокойство, насколько это возможно; изменение отношения к ситуации; умение расслабляться и не пребывать в обычном для стресса напряжении).

Третья группа способов повышения общей устойчивости организма связана с биологически активными веществами.

Упражнение «ЗАТО»

Процедура. Представьте себе ситуации, из которых вам нужно выйти с гордо поднятой головой.

«У Вас украли кошелек, зато...»

«Вы сломали каблук, зато...»

«Вы застряли в лифте, зато...»

«Вы попали в пробку, зато...»

«Вы опоздали на самолет, зато...»

«Вас уволили, зато...»

«Вы затопили соседи, зато...»

«У Вас не раскрылся парашют, зато...»

«Проект который вы готовили на работе не приняли, зато...»

«Вас обрызгала машина, зато...»

«У вас сломался компьютер, на котором была вся необходимая информация, зато...»

«Вы проиграли в соревнованиях, зато...»

«Вы развелись с женой (мужем, зато...»

2. Второй прием успокоения – доказать себе, что "могло быть и хуже". Сравнение собственных невзгод с чужим еще большим горем ("а другому гораздо хуже") позволяет стойко и спокойно отреагировать на неудачу. Интересный способ успокоения по типу «зелен виноград»: подобно лисице из басни сказать себе, что "то, к чему только что безуспешно стремился, не так уж хорошо, как казалось, и потому этого мне не надо".

3. Один из лучших способов успокоения – это общение с близким человеком

Как вы думаете почему?

Можно:

во-первых, как говорят, "излить душу", т.е. разрядить очаг возбуждения;
во-вторых, переключиться на интересную тему;
в-третьих, совместно отыскать путь к благополучному разрешению конфликта или хотя бы к снижению его значимости.

4. Важный способ снятия психического напряжения – это активизация чувства юмора. Суть чувства юмора не в том, чтобы видеть и чувствовать комическое там, где оно есть, а в том, чтобы воспринимать как комическое то, что претендует быть серьезным, т.е. суметь отнестись к чему-то волнующему как к малозначащему и недостойному серьезного внимания, суметь улыбнуться или рассмеяться в трудной ситуации. Смех приводит к падению тревожности; когда человек отсмеялся, то его мышцы менее напряжены (релаксация) и сердцебиение нормализовано. По своей функциональной значимости смех так могущественен, что его называют даже "стационарным бегом трусцой".

Рассмотрим возможные способы борьбы со стрессом:

релаксацию;

концентрацию;

ауторегуляцию дыхания

Упражнение 3. «Ледяная стена»

Процедура. Психолог: «Сядьте удобно, расслабьтесь, закройте глаза и сосредоточьтесь на дыхании. Обратите внимание на то, как во время вдоха воздух заполняет ваши лёгкие, а при выдохе выходит из них.

Переключите внимание на дыхательную паузу – небольшой промежуток времени между вдохом и выдохом. Что происходит в этот момент? Двигаетесь ли вы куда-нибудь? Просто отметьте и перестаньте думать об этом.

Дыхание ваше ровное и ненапряжённое, вы расслаблены, мысли приходят и уходят, не задерживайте своё внимание на них.

Представьте себе, что вы в тёплой белой одежде сидите в санях на Северном полюсе. До самого горизонта простираются снежно-ледяные поля. Но вам совсем не холодно. Ярко светит солнце, в прозрачном воздухе искрится снежная пыль. Лицо немного пощипывает от свежего чистого морозного воздуха. Отчётливо представьте себе эту картину, свои ощущения, местоположение.

Сидя в санях, посреди царства чистоты и света, ощутите, как с каждым вдохом (через нос) ваше тело наполняется сверкающим прозрачным воздухом. Обратите внимание: этот воздух насыщен светом. Вы купаетесь в сиянии, вдыхаете сияние.

Некоторое время побудьте в этом состоянии. Пусть мысли приходят и уходят, для вас не существует «правильных» и «неправильных» мыслей и ощущений. Следует лишь отметить, что испытывает ваше тело, что приходит на ум. Продолжая оставаться в тепле и комфорте, сидя на санях посреди снежного сияния, представьте себе ледяную стену, медленно вырастающую из-под земли. В этой стене заключены все ваши страхи и тревоги, всё то, что мешает вам жить.

Внимательно присмотритесь к этой стене. Какая она – дымчатая или прозрачная? Высокая или низкая? Какова её толщина? Возможно, стена в некоторых местах толще, чем в других? Где она толще – у основания или наверху? Нет необходимости беспокоиться о том, что все эти особенности могут означать. Вашему сознанию не стоит себя этим утруждать, доверьтесь подсознанию.

Обратите внимание на то, как ярко светит солнце. Его горячие лучи, освещающие ледяную стену, падают прямо на вас. Вы купаетесь в солнечных лучах, нежитесь в солнечных лучах. Вам хорошо и приятно. Солнце светит так ярко, что стена льда начинает таять. Отчётливо представьте себе, что вся она состоит из ваших внутренних преград, страхов, тревог. Внимательно следите за тем, как ледяная стена тает под палящими лучами солнца – кап, кап, кап. На это потребуется время. Могут возникнуть неприятные ощущения. Не исключены и более неприятные чувства. В этом случае следует просто отметить их мысленно, дав им уйти. Под лучами солнца стена тает, становится всё

меньше и меньше, пока полностью не растает. Когда ледяная преграда полностью растает, вы ощутите разливающееся по телу тепло. Ещё бы, удалось растопить столько внутреннего «льда». Всё то, что мешало нормальной жизни, ушло навсегда.

Взгляните на слякоть, на воду, оставшуюся от растаявшей ледяной стены. Под вашим взглядом вода начинает приобретать определённые очертания. Из неё возникают сильные добродушные собаки. Это белоснежные эскимосские лайки, они отряхиваются от грязи, они готовы везти ваши сани. Сделайте глубокий вдох, а выдохнув, натяните поводья, и лайки отправятся в путь. Вы летите в санях всё быстрее, и чистый прохладный ветер всё сильнее дует вам в лицо, освежает тело.

Ощутите, как отныне свободное тело наполняется бодростью и весельем в преддверии новой жизни. Сделайте глубокий вдох. На выдохе представьте себе, как ваши сани рвутся вперёд, преодолевая последние метры и мгновения, отделяющие вас от настоящего. Ещё несколько раз глубоко вдохните, начиная на выдохе возвращаться в «здесь – и – сейчас». Делайте это медленно, подобно кошке, потягивающейся после сна. Вы можете побыть в этом состоянии столько, сколько вам необходимо, а затем открыть глаза.

Упражнение «Самопрезентация».

Процедура. Каждый из участников в течение 5 минут готовит самопрезентацию, самопредставление. Обсуждение результатов.

Рефлексия занятий.

Тема 6. Рефлексивный тренинг

Цели занятия: развитие рефлексивных навыков, умения внимательно слушать другого человека.

Задачи: организация развития рефлексивных навыков.

Ход занятия: На предыдущем занятии дается домашнее задание: Каждый готовит сообщение на любую интересующую его тему на 10-15 минут. Задача учащегося: представить предмет своего интереса и проанализировать его. Анализ не предполагает глубоко исследования, но обязательно максимально выразить собственную точку зрения, впечатления. Тема должна быть четко определена; название должно быть сказано группе четко и ясно (можно написать его на доске).

Процедура: Во время выступления докладчик находится в центре внимания. Ведущий ведет себя активно в невербальной коммуникации: выражает внимание, интерес, эмпатию.

I этап: (указывая на свое место). □ Спасибо, садись сюда □. Докладчик отвечает коротко.

Ведущий: □ Пожалуйста, задайте вопросы на понимание. Если кто-то хочет что-то спросить, можно задать вопросы □ Учащийся представляет свою тему. После окончания доклада слово предоставляется ведущему:

II этап: Каждый из участников полукруга должен высказать своё отношение к тому, что он услышал с 2-х позиций: что показалось наиболее интересным в рассказе; что понравилось (не понравилось). (Я бы на месте... сказал бы...). Условие: начинать анализ с положительных моментов; если что-то не понравилось, то какие чувства возникли в тот момент.

III этап: Выступающий отвечает (если хочет) на вопросы и соображения участников. Его право ответить так, как он хочет; его слово – последнее.

IV этап: (основная часть): Главная роль – у ведущего: теперь, давайте посмотрим, что мы можем узнать о человеке (вообще), имея в виду то, что сейчас происходило.

Прорабатываются такие вопросы отдельно по кругу (не пропуская ни кого).

Можем ли мы сказать, что мы узнали что-то новое о ... как о человеке только по той теме, которую он определил в названии, (что именно и обосновать свое мнение). Через выбор темы можно проследить избирательность отношения к миру. Из всех тем он выбрал именно эту. Почему? О чем это может говорить? (это круг его интересов, эта тема входит в систему его ценностей.).

Можем ли мы сказать, что мы узнали о ... что-то новое из его (ее) выступления в целом: по тому что он рассказал и как? Обращение ведущего идет лично к каждому участнику группы по кругу. (Пожалуйста, можешь ли сказать, что узнал(а) о ... по тому что он представил в своем выступлении).

Можете ли вы сказать, что узнали о ... по тому, как он подавал свою тему? Можем ли мы сказать, что мы узнали, как он думает, понимает тему? Что можно увидеть? Почему так происходит? Потому что все разные – эти люди. Все люди разные. □ Я другой □ 2. а) Скажите, у кого было полное совпадение с тем, что сказал(а)...? (предполагаемый ответ детей – нет). б) Почему? (предполагаемый ответ детей – он(а) другой(ая). При обсуждении данного вопроса, дети приходят к пониманию:

Завершающий этап обсуждения:

Ведущий: 1. Можете ли вы сказать, что вы что-то узнали, поняли, подумали для себя, о себе? (возможен ответ в письменном виде). 2. Можете ли вы сказать, что вы узнали что-то о других людях, о людях вообще? 3. Можете ли вы сказать, что вы узнали что-то о мире?

V этап: Поблагодарить выступающего: Теперь давайте поблагодарим ... за ту возможность, которую он(а) нам предоставил(а). Завершить надо на положительной оценке и достоинствах выступающего (к нему: Хочешь что-нибудь сказать?).

Рефлексия

Тема 7. Достижение цели

Цели занятия: Развитие навыков постановки целей и организации мотивационно-потребностной сферы

Задачи: осознание актуальных целей и мотивов деятельности и иерархическая проработка целей

Ход занятия: выполнение предложенных упражнений и обсуждение этапов достижения целей

Упражнение 1. «Цели, ценности, таланты»

Процедура. Участникам предлагается письменно проработать следующие пункты:

Ключевые сферы моей жизни.

Ответе на вопрос «Что является для меня важным?» (работа, учеба, досуг ..)

Каковы ваши сокровенные желания?

Чего вы хотите достичь? Напишите список ваших желаний.

Постарайтесь определить из каждого желания ваши цели и соотнести с каждой из важных для вас сфер.

В чем ваши таланты?

Составьте перечень ваших способностей и внутренних качеств. Они являются вашими ресурсами в достижении поставленных целей. А теперь соотнесите каждое ваше достоинство с той целью, в достижении которой она сможет помочь.

Какие ценности вы проповедуете?

Какие ценности важны для вас: порядочность, напряженный труд... Соотнесите ваши цели и ценности. Возникают ли противоречия?

Ваши основные задачи.

Изложите на листе задачи, достижение которых позволит достичь поставленных целей.

Требования к задачам:

Выполняемость

Конкретность

Измеримость

Ценность

Позитивность

Возможность корректировки

Классификация целей и задач по степени приоритетности

Совместно с участниками идет обсуждение этапов достижения цели

Первый шаг. Проанализируйте свои цели.

Если цель сформулирована в общем виде, туманно и неточно («Я хочу быть счастливым» и др.), спросите себя: что изменится в моей жизни, когда я ее достигну (стану счастливым)? В чем конкретно это может проявиться? Конечно, общие цели тоже хороши, так как они придают смысл нашей жизни, нашим делам. Однако, для того чтобы они стали реально действующими, их необходимо перевести на более конкретный уровень. Различие между действенностью общей и конкретной целей приблизительно таково, как между пониманием значения электричества и заменой перегоревшей лампочки, в случае, когда необходимо, чтобы в комнате стало светло.

Второй шаг. Оцените свой внутренний потенциал и внешние условия.

Оцените и запишите, где вы находитесь сейчас по отношению к достижению своей цели, то есть оцените свой внутренний потенциал: что вы уже знаете, умеете, можете. Базовые навыки у вас уже наверняка есть, иначе вы просто не могли бы этого захотеть.

Оцените внешние условия: особо благоприятные обстоятельства, помощь конкретных людей в достижении результата, как вы сами можете измениться, чтобы эту помощь получить. Список должен быть таким большим, насколько это возможно.

Теперь вам должно стать более понятно, какие умения и навыки необходимо развивать для достижения вашей цели.

Третий шаг. Создайте яркий и четкий образ себя в будущем.

Дополнительной проверкой вашей цели послужит привлечение сенсорного опыта путем создания яркого и четкого образа себя в будущем и того, что вы хотите иметь. Ответьте на вопросы:

- Как я узнаю о том, что получил желаемый результат?
- Что увижу, услышу, почувствую, когда достигну своей цели?
- Каковы будут мое поведение, мысли и чувства, когда я достигну желаемого состояния?

Четвертый шаг. Определите время и место осуществления Своего намерения.

Ваша цель должна иметь указание на определенный контекст: когда и где вы достигнете цели. Это необходимо для этого, чтобы ваше намерение осуществилось в нужное время и в нужном месте.

Пятый шаг. Проверьте свою цель на экологичность.

Конечный результат должен сопровождаться позитивными эффектами, то есть быть не вреден. Нужно определить: желаемый результат повлияет на вашу жизнь и жизнь других людей. Убедитесь, что ваше желание находится в полной гармонии с вами как с цельной личностью и с окружающим миром.

И еще. Когда мы достигаем цели, мы за это платим. Готовы заплатить определенную цену? Задайте себе вопрос:

«Что может потребоваться от меня для достижения цели, чем я готов пожертвовать?» Это могут быть затраты времени, отказ от иных стремлений, денежные расходы и т. д. У вас должно быть осознание положительных и отрицательных сторон достижения своей цели. Определите для себя, что вы приобретаете, а что теряете. Чтобы ваше будущее отличалось от настоящего, необходимо предпринять какие-то действия. Ответ на вопрос «Согласен ли я на возможные последствия?» помогает взять ответственность за осуществление своего намерения и в конечном итоге за свою жизнь.

Шестой шаг. Определите необходимые ресурсы для достижения цели.

Определите, какие ресурсы (необходимые качества характера, люди) вам нужны, чтобы добиться желаемого результата. Вспомните ситуацию, когда эти качества у вас были, и перенесите это состояние в будущее.

И помните: каждый человек имеет необходимые ресурсы для достижения своей цели.

Сила всегда содержится внутри нас, и точка опоры находится в настоящем моменте.

Седьмой шаг. Определите препятствия к достижению результата.

При выполнении собственного решения часто приходится сталкиваться с трудностями, которые выражаются в инерции поведения, когда привычные формы поведения

осуществляются почти автоматически. Следовательно, для того, чтобы вести себя по-другому, надо этот автоматизм преодолеть. А это довольно трудно, особенно если учесть, что привычное действие осуществляется быстрее. Потому всегда следует учитывать инерционное сопротивление и думать о путях его преодоления.

Важно определить, каковы препятствия на пути к достижению вашей цели, прежде чем вы начнете предпринимать конкретные шаги. Это позволит своевременно предупредить или обогнуть их.

Задайте себе вопросы:

Что может помешать мне в достижении цели?

Какие трудности, препятствия могут возникнуть на моем пути?

Может ли произойти что-то неблагоприятное для меня, если мое желание осуществится?

Обнаружив у себя негативные убеждения и установки, следует заменить их на новые, позитивные, которые приблизят нас к цели. Изменение представлений и убеждений вносит коррективы в наши первоначальные цели и планы, что нередко сопровождается осознанием новых возможностей, которые ранее могли казаться несбыточной мечтой.

Главное условие достижения конечного результата — постоянно держать в поле зрения свою цель. Думайте о том, чего хотите, а не о том, что мешает вам это иметь.

Ориентируясь на достижения, вы будете действовать «для того, чтобы». Сосредоточиваясь на возникающих трудностях, вы неизбежно будете скатываться к действиям «потому, что». Препятствия Почти всегда несут в себе новые возможности, надо только разглядеть их. Поэтому определите, какие мысли нужно поменять, создать новые, чтобы приблизиться к цели.

Замечательный пример приводят в своей книге «Бедный папа, богатый папа» Р. Кийосаки, Лектер Ш. Л. (2002). Напри-, вы хотите что-то купить, но в данный момент не имеете г. Вместо того чтобы бесконечно повторять: «Я не могу это позволить», сформулируйте мысль так: «Как я могу это позволить»

Итак, решите, что вам нужно сделать, что вы планируете предпринять, чтобы достичь своей цели. Напишите список простых действий (шагов). Первый шаг является запуском основной программы действий.

Желательно, чтобы ваши действия были доступны проверке и контролю с вашей стороны. Девятый шаг. Конкретизируйте каждое из действий и всю цель по срокам.

Всегда полезно устанавливать временные рамки, срок, в течение которого необходимо получить конечный результат. Конкретизируйте каждое из действий и всю цель, соотнося с количеством требуемого времени и максимально допустимым сроком его выполнения.

Если срок будет слишком мал, то, чувствуя его нереальность, вы можете вообще не приступить к действиям. С другой стороны, слишком длительный срок не мотивирует к немедленным действиям: будет казаться, что времени хватает, и вы будете постоянно откладывать конкретные действия на потом.

Десятый шаг. Осуществление того, что вы наметили. Итак, наконец можно приступить к выполнению составленного плана.

Но бывает, что человек начинает что-то делать, некоторое время у него все идет хорошо, пока его не постигает неудача, срыв или он оказывается в тупике. Ничего не ухудшается, но к не улучшается. И тогда основной задачей становится найти || себе силы не отказаться от достижения своей цели.

Во-первых, необходимо понять: такое происходит со всеми, это обязательный этап, который свидетельствует о том, что план в чем-то надо подкорректировать.

Генри Форд говорил: «Неудача — это благоприятная возможность начать сначала, но с большим умом».

Упражнение 2. «Твое будущее».

Процедура. Многие люди не понимают себя, мотивов своих поступков, причин радости. Но наша занятия дают вам возможность помочь друг другу осознать процесс становления себя как личности и при этом понимать, что происходит, в какую сторону идти и что делать.

Один участник (по желанию) садится на стул и просит всех остальных участников сказать ему о будущем. При этом стоит выделять отдельно:

- 1) профессиональное, т.е. кем будет этот человек, каким видом деятельности он будет заниматься;
- 2) личное, т.е. кем он будет в личной жизни (семья, дети и т.д.);
- 3) психологическое, т.е. его человеческие качества.

Стоит определять и хронологические рамки, например, будущее через год, через 5 лет, через 25 и т.д.

Обсуждение:

разговор с человеком: Как вы думаете, почему ваше будущее видят таким?

Вы согласны? В чём согласны, в чём не согласны?

На что ориентируются люди, предполагая ваше будущее? На ваши поступки, поведение, какие-то качества?

Вы хотите такое будущее? А есть вероятность, что вас ждёт именно это?

Если человек хочет: А как вы думаете, вы сможете, вы в силах построить своё будущее таким образом? Что вам для этого нужно? Что вам может помешать?

Всё обсуждается по всем трём вышеуказанным аспектам.

Упражнение 3 «Идеальный образ»

Процедура. «Закройте глаза, сядьте поудобнее и расслабьтесь. А теперь мысленно начинайте рисовать свой портрет в полный рост.

Важно, чтобы, создавая его, вы думали о том, что сейчас вы рисуете себя таким, каким хотели бы видеть. Создавайте не только свой внешний, но и, главное, внутренний облик.

Вы создаете себя сами. Что из того, что в вас сейчас есть, вы обязательно нарисуете? Что не нарисуете ни за что на свете? Что вы вложите в себя такого, чего в вас сейчас нет?

Уделите достаточно внимания своей внешности, своему телу, своему физическому здоровью... Какие умения, способности, идеи, какая внешность вам понадобятся?.. Для чего вам все это? Какие цели вы собираетесь достигать? Подумайте об этом.

Порисуйте еще немного и закончите портрет. Скажите себе: „Это я. Такой, каким я сделал себя сам. Нравлюсь ли я себе таким?“ Если нет или не совсем, внесите необходимые изменения, уберите ненужное, добавьте детали. Сделайте все, чтобы вы были довольны.

Не торопитесь. Создайте свой идеальный образ, где внешне вы — сам идеал, внутренне — сама гармония. Вы здоровы, молоды, доброжелательны. Вы нравитесь себе.

Прочувствуйте этот образ, войдите в него, побудьте в нем...

А сейчас я начинаю считать от одного до пяти, и на счет „пять“ вы возвращаетесь в нашу комнату».

Рефлексия занятий