

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЕ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное образовательное учреждение
высшего профессионального образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(национальный исследовательский университет)
Факультет «Психология»
Кафедра «Психология развития»

РАБОТА ПРОВЕРЕНА
Рецензент канд. психол. н.
_____ В. К. Шаяхметова
_____ 2016 г

ДОПУСТИТЬ К ЗАЩИТЕ
Заведующий кафедрой
д-р психол. н., профессор
_____ Е.Л. Солдатова
_____ 2016 г.

**ГЕНДЕРНО – ПОЛОВЫЕ ОСОБЕННОСТИ САМОРЕАЛИЗАЦИИ В
ПЕРИОД ВЗРОСЛОСТИ**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА
К ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЕ
ЮГрГУ – 030301.2016.1904. ПЗ ВКР

Руководитель
ст. преподаватель
_____ О.Н. Дунаева
_____ 2016 г.

Автор работы
студент группы ПЗ-627
_____ Л.А. Букреева
_____ 2016 г.

Нормоконтролер
зав. уч. лабораторией
_____ Н.А. Шанькова
_____ 2016 г.

Челябинск 2016

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЕ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное образовательное учреждение
высшего профессионального образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(национальный исследовательский университет)
Факультет «Психология»
Кафедра «Психология развития»

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий кафедрой

_____ (Е.Л. Солдатова)

_____ 2016 г.

ЗАДАНИЕ

на выпускную квалификационную работу

Букреева Любовь Александровна

гр. ПЗ – 627

1. Тема работы

Гендерно – половые особенности самореализации в период взрослости

Утверждена приказом от _____ г. № _____

2. Срок сдачи законченной работы студентом _____ г.

3. Исходные данные к работе

Выпускная квалификационная работа состоит из титульного листа, задания на работу, оглавления, введения, 3 глав, вывода, заключения, списка литературы (всего 60 наименований) и 7 приложений. В тексте работы имеются 8 таблиц. Общий объем работы составляет 121 страницу.

4. Перечень вопросов, подлежащих разработке

1. Определить понятие «самоопределение», «самореализация»;

2. Рассмотреть особенности самореализации личности на разных этапах социализации;
3. Изучить гендерные особенности самореализации личности;
4. Провести эмпирическое исследование особенностей гендерно – половой самореализации личности.
5. Иллюстративный материал
Таблиц в дипломной работе – 5, в приложениях – 3. Иллюстрации отсутствуют, за исключением презентации, раздаточный материал (количество 6), диплом (3).
6. Календарный план:

Наименование разделов выпускной квалификационной работы	Срок выполнения разделов работы
Планирование, разработка и написание теоретической части	17.10.15.– 22.01.16
Планирование и проведение исследования	27.01.16. – 20.03.16.
Анализ результатов исследования	25.03.16. – 06.04.16.

Заведующий кафедрой _____/Е.Л. Солдатова/
(подпись)

Руководитель работы _____/О.Н. Дунаева/
(подпись)

Студент _____/Л.А. Букреева/
(подпись)

АННОТАЦИЯ

Букреева Л.А. Гендерно – половые особенности самореализации в период взрослости Челябинск, ЮУрГУ, ПЗ – 627, 121 с., 8 табл., библиогр. список – 60 наим., 7 прил.

Основной целью данной работы явилось выявление гендерных особенностей самореализации в период взрослости.

Проблема самореализации – одна из важнейших проблем научной и социально-философской мысли, изучение которой носит системный характер. Исследование феномена самореализации позволяет говорить о его многовариантности, индивидуальных путях достижения, а также об аксиологической значимости процесса для каждой конкретной личности.

Исследование проводилось с помощью следующих методик: теста САТ, 16-факторного опросника Кеттела, теста FBI и методики ОТЕЦ Сенина.

Актуальность исследования обусловлена тем, что самореализация и саморазвитие – это два мотивирующих фактора, толкающих человека на какие-либо достижения на социальном уровне. Актуальным становится вопрос о восприятии личностью своих особенностей, социальных отношений. Самореализация проявляется в формировании и корректировке, перестройке «концепции Я», картины мира и жизненного плана, осознании результатов предшествующей деятельности.

В отечественной психологической литературе представлениям о самореализации личности посвящены труды В. М. Бехтерева, Б. Г. Ананьева, М. Р. Гинзбурга и др. Все эти концепции касаются феномена самореализации человека, в основе которой лежат потребности роста, развития и самосовершенствования.

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	7
ГЛАВА 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПРОБЛЕМЫ.....	10
1.1 Проблемы самореализации личности в трудах отечественных и зарубежных ученых.....	10
1.2 Факторы влияющие на успешность самореализации личности.....	17
1.3 Гендерные особенности самореализации зрелой личности.....	25
ГЛАВА 2 ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ.....	42
2.1 Цели, задачи, предмет, объект исследования.....	42
2.2 Методы исследования.....	44
2.3 Методы математической обработки данных.....	46
ГЛАВА 3 АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ ИССЛЕДОВАНИЯ.....	48
3.1 Анализ результатов по методике САТ.....	48
3.2 Анализ результатов по методике Кеттелла.....	52
3.3 Анализ результатов по методике FPI.....	64
3.4 Анализ результатов по методике ОТЕЦ Сенина.....	56
ВЫВОДЫ.....	60
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	61
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК.....	63
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	69
ПРИЛОЖЕНИЕ А. Уровень самоактуализации личности. (Тест САТ).....	69
ПРИЛОЖЕНИЕ Б. Опросник Р. Кэттелла (16PF), форма А.....	82
ПРИЛОЖЕНИЕ В. Опросник FPI.....	102
ПРИЛОЖЕНИЕ Г. Методика ОТеЦ Сенина.....	111
ПРИЛОЖЕНИЕ Д. Корреляционный анализ по методике САТ.....	116
ПРИЛОЖЕНИЕ Е. Корреляционный анализ Спирмена по методике Кеттелла...	118
ПРИЛОЖЕНИЕ Ж. Расчет U – критерия Манна – Уитни по опроснику FBI.....	120

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность темы. Проблема самореализации – одна из актуальных проблем научной и социально-философской мысли, исследование которой носит комплексный характер. Исследование феномена самореализации позволяет говорить о его многогранности, индивидуальных путях достижения, и также об аксиологической значимости процесса для каждой конкретной личности. Социум, предъявляя к индивиду всё новые требования, оказывает прямое влияние на его становление, самоопределение и активацию личностного потенциала. Поэтому процесс самореализации важно рассматривать как один из основополагающих процессов жизнедеятельности человека, как сознательный прицельный процесс самораскрытия и опредмечивания проявления и ресурсов личности в её разноплановой социальной деятельности.

Самореализация человека возможна в различных сферах общественной жизни. В системе социалистических отношений одним из способов самореализации личности выступала трудовая деятельность. Государство гарантировало каждому гражданину трудоустройство, а отсутствие трудоустройства попадало под статью уголовного кодекса о тунеядстве. Наиболее значимые для общества результаты являлись «трудовым подвигом».

Современные социальные условия указали на ряд проблем, связанных с раскрытием потенциала личности. В дискуссиях социальных философов большое внимание отводится вопросам гендерного неравенства. Сложившийся гендерный стереотип рассматривает женщину как продолжательницу рода, а игнорирование мужским сообществом её роли в социальной жизни ограничивает возможность женщины полноценно реализовать себя в различных сферах жизни. Попытки рассмотрения в Государственной Думе вопроса гендерного равноправия так и не нашли объективного решения, а потому данный вопрос сегодня по-прежнему остаётся открытым. Также нерешённой остаётся и проблема самореализации выпускников ВУЗов.

Достижение успеха в различных областях жизни имеет большое значение для целостного образа себя как успешного человека. Стремление к самореализации и саморазвитию провоцирует человека на какие-либо свершения в социальной жизни. Причина тому – заложенное в каждой личности стремление к одобрению, и социальному признанию. Актуальным становится вопрос о восприятии личностью своих особенностей, социальных отношений. Самореализация проявляется в построении и корректировке, перестройке «концепции Я», картины мира и жизненного плана, осознании результатов предшествующей деятельности.

В отечественной психологической литературе представлениям о самореализации личности посвящены работы В. М. Бехтерева, Б. Г. Ананьева, М. Р. Гинзбурга и др. Все эти концепции касаются феномена самореализации человека, в основе которой лежат потребности роста, развития и самосовершенствования.

Цель данной работы – исследовать гендерно-половые особенности самореализации личности. Для достижения этой цели необходимо решить следующие **задачи**:

1. Определить понятия «самоопределение», «самореализация»;
2. Рассмотреть особенности самореализации личности на разных этапах социализации;
3. Изучить гендерные особенности самореализации личности;
4. Провести эмпирическое исследование особенностей гендерно – половой самореализации личности;
5. Проанализировать результаты исследования, сделать выводы;

Объект исследования – процесс самореализации личности.

Предмет исследования – гендерный фактор самореализации личности в период взрослости.

Гипотеза: существуют гендерные различия в ценностных ориентациях и личностных особенностях женщин и мужчин в период самореализации.

Экспериментальная база исследования: пользователи социальных сетей. Возраст испытуемых от 30 до 40 лет.

Методы исследования: Решение поставленных задач и проверка состоятельности гипотезы обеспечивались совокупностью информативных, надежных, взаимодополняющих методов исследования: теоретический анализ научной литературы по проблеме исследования; эмпирические методы и методы статистической обработки данных (описательная статистика). Были использованы следующие **методики:**

1. Тест САТ;
2. 16-факторный опросник Кеттела;
3. Тест FBI.
4. Методика ОТЕЦ Сенина.

Научная новизна исследования: выявлены структурные компоненты самореализации личности в период взрослости, выявлены гендерные факторы успешности в профессиональной и личностной сферах зрелой личности.

В **структуру** работы входят введение, три главы, разделенные на параграфы, выводы, заключение, список использованной литературы и приложения.

ГЛАВА 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ ПОДХОД К ПРОБЛЕМЕ

1.1 Проблемы самореализации личности в трудах отечественных и зарубежных ученых

Одной из важнейших характеристик самореализации человека является его деятельность в профессиональной сфере. Данная сфера выступает важнейшим критерием социальной зрелости личности, показателем значимости его собственных усилий в достижении определённых целей деятельности, преодолению трудностей и преград, показателем ответственного отношения к собственной жизни, а так же, результатам собственного труда.

Личностная самореализация связана со стремлением человека к достижениям, с реализацией собственных жизненных и профессиональных целей, интериоризацией системы ценностей. Важными внутренними условиями самореализации являются творческий потенциал человека, готовность к самосовершенствованию, стремление к повышению качества и эффективности своего труда, увлеченность делом [1; 24 и др.]. Человек проявляет себя, свои возможности и потенциал во всех сферах жизнедеятельности: общественной и семейной, в сфере увлечений и хобби, а так же в сфере труда. Однако наиболее полное раскрытие внутреннего потенциала индивида возможно лишь в общественно значимой деятельности, различные виды которой системно, интегрированно представлены в профессиях. При этом важно, чтобы процесс этой деятельности детерминировался не только извне (социумом), но и внутренними потребностями данной личности. Деятельность личности в таком случае можно назвать самодеятельностью, а реализация её потенциала в данной сфере приобретает характер самореализации [26;29;33 и др.].

Проблема личностной самореализации является одной из самых острых в психологии, философии, педагогике и других областях знаний.

Суждения о самореализации имеют далекие корни в философии. «В качестве высшей ценности, самореализация трактуется в философии Упанишад

(с VIII до V в. до н.э.) и в даосизме (VI – V вв. до н.э.). На Западе учение о самореализации восходит, по крайней мере, к Аристотелю и отчасти к Платону, представляя собой не только теоретический анализ этого феномена, но и практические рекомендации путей и способов индивидуального самоосуществления». [24]. В настоящее время данный термин отсутствует в отечественной справочной литературе, при этом, в зарубежной он трактуется неоднозначно. Чаще всего в понятие «самореализация» вкладывается «реализация собственного потенциала».

Существующие сегодня представления об объективных и субъективных аспектах профессиональной самореализации личности, основываются на положениях отечественной психологии о структуре и развитии личности (С.Л. Рубинштейн, А.Н. Леонтьев, Л.И. Божович, В.Н. Мясищев), а также идеях гуманистической психологии, в том числе, концепции самоактуализации и самореализации (Д.А. Леонтьев, А. Маслоу, К. Роджерс, В. Франкл). Современные ученые (А.А. Потебня, Г.Г. Шпет, С. Московиси и др.), опираясь на культурно-историческую парадигму исследования, показали такие особенности профессиональной самореализации, как опосредование профессиональной самореализации личности социальными представлениями, ценностными ориентациями и убеждениями, транслируемыми обществом, которые зависят от исторического периода, культуры и общественных установок, идеологии того общества, в котором живет человек. Сохранение активного внимания к проблеме самореализации личности в современной науке объясняется важностью проблем, связанных с исследованием субъектной активности личности, эффективного использования внутренних ресурсов для полного самопроявления личности в процессе ее становления, социализации. То есть самореализация – это необходимая основа и развития отдельной личности, и системного развития общества в целом [1, с. 67].

Самореализация личности — одна из важнейших полидисциплинарных сущностных проблем, непрерывно изучаемых в настоящее время в областях

психологических, культурологических, философских, педагогических и социальных наук. В процессе самореализации проявляется уникальность и глубина личности человека, как мера заложенного потенциала, осуществляются возможности развития «Я» за счёт собственных усилий, системно проявляется сбалансированность развития различных сторон личности, с помощью активации усилий, направленных на раскрытие и реализацию индивидуальных личностных способностей и возможностей. Изучением особенностей самореализации личности занимались представители разных психологических школ отечественной и зарубежной психологии, так в разное время аспекты самореализации личности исследовались в работах

К. Гольдштейна, А. Маслоу, К. Роджерса, Д. Бьюдженталя,

К.А. Абульхановой – Славской, Л.А. Анциферовой, Д.А. Леонтьева, С.И. Кудинова, Л.А. Коростылевой, И.Д. Егорычевой и др. авторов [27, 31, 19]. Интерес к вопросам самореализации личности перескается с пониманием ее основополагающей роли в развитии личности, предъявлением более высоких требований к таким человеческим качествам, как способность к самосовершенствованию и саморазвитию, что продиктовано в России социально - экономическими условиями, обострившими вопрос профессиональной конкуренции. Исследованием личностной самореализации занимались представители различных психологических школ. Однако, на текущий момент не существует единой, целостной идеи, концепции самореализации.

А. Адлер использовал в своих работах по психологии личности понятие «самореализация». По его мнению, люди стремятся к превосходству, и это одно из важнейших человеческих стремлений. Превосходство Адлер объяснял как достижение наибольшего из возможного. Подобное стремление, по мнению Адлера, заложено от рождения. Сам он видел данное личностное стремление как «нечто, без чего жизнь человека невозможно представить». Адлер подчеркивает важность социальных детерминант личности, рассматривая человека как творческое и самоопределяющееся целое, с учетом

его индивидуальной субъективности. Адлер не сформулировал психологического определения самореализации личности, ограничиваясь философским видением, механизмы самореализации им также не упомянуты. Однако, Адлер всегда утверждал, что человек обладает самосознанием и способен к планированию своих действий, управлению ими, осознавая значение своих действий для личной самореализации. Адлер считал, что человек сам создает свою личность.

С помощью креативного «Я», человек задаётся целью и определяет способы ее достижения. Однако существует «здесь и сейчас», она субъективна и может быть, фикцией и недостижимой. Не смотря на это, цель является реальным стимулом. Креативное «Я» интерпретирует, осмысливает опыт человека и, прежде всего, определяется опыт осуществления индивидуального жизненного стиля [1, С. 61].

Согласно Г. Крайг, в «Я – концепции» человека формируются три основных Я – образа: Я – работник, Я – семьянин, Я – индивидуум. Наличие этих трех составляющих в Я – концепции индивида и их взаимодействие способствует более успешной его реализации в системе отношений окружающего мира. Овладение профессией, профессиональный рост, создание семьи и совмещение семейной и профессиональной жизни может быть успешно реализовано в том случае, если в структуре Я – концепции конкретного индивида присутствуют все три вышеупомянутых Я – образа (Я – работник, Я – семьянин, Я – индивидуум), что необходимо для успешной самореализации личности. Наличие этих компонентов, сложная структура развитой Я – концепции дает человеку возможность более успешно реализовать себя в различных сферах жизнедеятельности, сформировать устойчивую жизненную позицию [36, С. 88].

Д.И. Фельдштейн говорит о том, что в процессе онтогенеза растущий человек обогащается общественным опытом, присваивая его, делает своим достоянием, это и есть социализация. В то же время человек приобретает и относительную автономность, самостоятельность, происходит индивидуализация. По мнению Д.И. Фельдштейна, это неразрывно взаимосвязанные частицы целостного

процесса личностного развития. Определенный уровень этого развития порождает самодетерминацию, самоуправление личности, организующей свою собственную жизнь сознательно, а значит, и определяет собственное развитие личности [51, С. 91].

Ф.Ф. Королев в своих работах указывает на значимость и необходимость системного подхода к изучению психологических явлений. Он выделяет его признаки: целостность, взаимодействие элементов связи и отношения, формирующих структуру системы. Целостность предполагает, что все части одной системы работают на общую цель. Изменение одного элемента системы влияет на все элементы и систему в целом. Иначе говоря, система – это не простая совокупность или сумма элементов, а целостная связь элементов, находящихся в постоянных взаимосвязях и отношениях. Подобным комплексом элементов в феномене самореализации может служить полисистемность, т.е. отдельные макросистемы и микросистемы, создающие вариативность, размах и степень интенсивности самореализации личности [19, С. 115].

В психоаналитической теории понятие самореализации связывают, прежде всего, с именем Э. Эриксона и его представлением об идентичности. Идентичность по Э. Эриксону — «осознаваемый и личностно принимаемый образ себя, чувство адекватности и стабильного владения собственным «Я» независимо от изменений «Я» и ситуации, способность личности к самореализации и полноценному решению задач, которые возникают у нее на определенном этапе развития». На основании этого, можно утверждать, что способность личности к самореализации напрямую связана с осознанием личности своей идентичности [58, С. 141].

Психосинтез Р. Ассаджиоли рассматривает самореализацию под призмой духовного развития. По мнению Р. Ассаджиоли «чаще всего под самореализацией подразумевается психическое развитие и созревание личности, пробуждение и проявление скрытых способностей человека, например, относящихся к религиозному и этическому опыту или деятельности». В рамках

гуманистической психологии, вопрос самореализации личности определил современные подходы к пониманию личностного развития и самореализации. Это движение объединяет различные теоретические подходы к изучению личности [2, С. 67].

При имеющихся отличиях, их позиции объединяет то, что рассматривают человека, по словам К. Роджерса, «не как машину и не как зависимого полностью от бессознательных мотивов, а как личность, полностью создающую себя, осознающую свое назначение в жизни, регулирующую границы своей субъективной свободы» [41, С. 104]. Одной из самых известных в гуманистической психологии стала теория самоактуализации А. Маслоу.

По его мнению, творческий потенциал человека является результатом здорового и правильно направленного развития. Это развитие происходит в результате поиска и осуществления целей, утверждающих и обогащающих жизнь личности и придающий ей смысл. Личность является тем, чем становится в ходе осуществления этих целей. Самоактуализация личности — это высший уровень психологического развития и становления личности, главная вершинная цель всех потребностей, которая может быть достигнута, после удовлетворения всех базовых и метапотребностей, актуализируется полный потенциал личности. Удовлетворяя потребность в самоактуализации, «музыкант творит музыку, художник рисует, а поэт пишет стихи, чтобы быть в согласии с самим собой». Каждый становится тем, чем должен быть, чтобы быть собой в соответствии со своей натурой. Становиться же собой — значит достигать высшего уровня собственных возможностей [41, С. 108].

К. Роджерс рассматривает понятия самоактуализация, самоактуализирующая личность, ее характеристики и качества. Он создает концепцию человеческой природы, основанную на существовании инстинкта к совершенствованию. Он считает, что психологическая мудрость личности напрямую следует из врожденного влечения к совершенствованию — «тенденции к самоактуализации». Самоактуализация, по его мнению, не должна

ориентироваться на общественный интерес. Ее исходным условием является опыт безусловного принятия со стороны родителей или других значимых лиц. Это формирует чувство доверия к себе, необходимое для того, чтобы разумно и без задержек осуществлять свои потенциалы. В отечественной психологии термин «самореализация» начал употребляться сравнительно недавно. Однако ранние представления о самореализации в какой-то мере присутствовали в контексте других психологических явлений и вопросов: личности, мотивации, смысла жизни, личностного потенциала и др., и появились с внедрения в обращение понятия «личность» и исследования движущих сил ее развития [41, С. 109].

Анализ научной литературы, посвященной проблеме самореализации личности, позволяет отметить теоретико-методологическую вариативность в изучении данного феномена. Многие отечественные исследователи рассматривают самореализацию личности как системный процесс самосовершенствования, диалектически совмещающий в себе изменение себя и самостановление на протяжении всей жизни. Как практическая реализация способностей, заложенных возможностей и особенностей характера через какую-либо социальную сферу деятельности с пользой для самого себя, сообщества и общества в целом, однако механизм этого «само» остается неизученным. Современное состояние изученности данной проблемы позволяет заключить, что самореализация личности как психологическое явление интерпретируется с различных теоретико-методологических позиций, где чаще всего доминируют линейные, аналитические стратегии, в рамках которых рассматриваются отдельные признаки данного феномена: мотивационные, когнитивные либо процессуальные. При этом, как правило, указанные аспекты исследуются вне их связей и отношений, где абсолютизируется какая-либо одна из сторон и выдается за ее единственную сущность. Однако даже детальное рассмотрение одной из сторон самореализации не может раскрыть ее целостного

психологического содержания. Необходим системный подход в противовес одноаспектному ее рассмотрению.

Многие концептуальные вопросы, связанные с самореализацией личности, в том числе профессиональной, достаточно подробно исследованы учеными 20–го – 21–го веков. Но сегодня динамично меняется социально – экономическая ситуация, развиваются и модернизируются многие, традиционные виды профессиональной деятельности, обогащается их содержание. Происходящие изменения, как следует из результатов теоретического анализа научных работ, могут стать как позитивным, так и сдерживающим фактором профессиональной самореализации личности. Следовательно, в новых условиях требуется уточнение и конкретизация уже обоснованных научных положений и эмпирических выводов относительно профессиональной самореализации личности: факторов, условий, показателей и степени их проявления.

1.2 Факторы влияющие на успешность самореализации личности

Самореализация и саморазвитие определяются потребностями и мотивами личности. Особую роль при этом играет устойчивость представлений о себе, своем жизненном пути. Я – концепция проявляется в сложных ситуациях экзистенциального выбора, связанных с выбором дальнейших путей и целей жизни, которые ставят перед человеком задачу выхода за границы привычного способа жизни. В таких ситуациях и должна проявляться психологическая устойчивость человека, помогающая справиться как с внешними, так и внутренними факторами, чтобы человек мог защитить свою целостность, мотивы и качества, лежащие в основе самореализации.

Целостность личности неразрывно связана с проблемой психологической устойчивости человека. Неустойчивость личности говорит о чрезмерной податливости человека ситуации, влиянию других людей, социума в целом,

комформности. Однако в поведении человека существенную роль играют конкретные условия, особенности ситуации. Следует различать два способа поведения: преобразование обстоятельств на основании учета определённой ситуации и приспособление к ней. Психологическая устойчивость предполагает их сочетание. Для сохранения согласованности основных функций личности, стабильности их выполнения необходима вся совокупность процессов адаптации и интеграции личности [8, с. 90]. Таким образом, психологическую устойчивость личности следует рассматривать как континуум «устойчивость-изменчивость», «самопроявление – адаптация», который функционирует на стыке субъектных и средовых условий развития личности.

К. Роджерс раскрыл функции Я – концепции, одной из которых является контроль и интерпретация поведения и влияние на выбор человеком своей активности, показал условия развития позитивной и негативной Я – концепции. Поскольку позитивное отношение к себе зависит от оценок других, может возникнуть разрыв между реальным опытом индивида и его потребностью в позитивном отношении к себе. Так возникает психологическая дезадаптация (рассогласование между Я – образом и реальным опытом). Согласно концепции К. Роджерса, «реальное я» человека чаще всего сталкивается с противоречием между «идеальным я», отражающим то, чем человек хотел бы стать, и требованиями общества, проявляющимися, как правило, в виде условного отношения к его поступкам [41, С. 92–94]. Именно такое понимание Я – концепции личности и угрозы возникновения рассогласования между Я – реальным и Я – идеальным мы берем за основу нашего исследования.

Я – концепция является центральным образованием личности, имеющим уровневое строение, и представляет собой установочную систему, включающую четыре взаимосвязанных компонента: социально – перцептивный, когнитивный, эмоционально – ценностный и поведенческий. Исходя из анализа структурных компонентов Я – концепции, мы определяем ее как динамическую, многоуровневую систему представлений человека о самом себе, включающую:

а) осознание своих физических, социальных и духовных качеств;

б) оценку этих качеств и отношение к ним;

в) субъективное восприятие влияющих на человека внешних факторов и построение в соответствии с этим своего поведения. Основопологающим постулатом гуманистической психологии является тезис о том, что самоактуализация заложена в самой природе человека. А. Маслоу именно в стремлении к самоактуализации видел основной источник активности человека. Позитивными факторами данного процесса являются: адекватное понимание реальной жизни со всеми ее сложностями; принятие себя и других; автономность и самостоятельность суждений; открытость новому опыту; наличие значимого дела и увлеченность им; конгруэнтность, соответствие переживания его истинному содержанию и др. Соответственно, в рамках человекоцентрированной парадигмы были выделены факторы, препятствующие самореализации, или так называемые «помехи в развитии». К ним в первую очередь относят поведение и отношения, отрицающие какие-то аспекты «Я» [32, С. 113]. По словам К. Роджерса, такой человек не относится искренне к себе самому. Поэтому для того, чтобы сохранить позитивную оценку со стороны других людей, он проявляет конформность, искажает свои ценности, рассматривая их только с точки зрения привлекательности для окружающих. Такое поведение К. Роджерс называет требованием признания заслуг.

По мнению автора, это не только препятствует свободному поведению человека, но и мешает развитию и осознанию им собственной личности; приводит к появлению несоответствия компонентов Я и даже ригидности личности. Конформность и требования признания заслуг препятствуют правильному восприятию себя и ситуаций, мешают человеку мыслить реалистически.

Это также может привести к развитию ложного образа «Я», который формируется из-за отрицания фактов, противоречащих искусственно созданной «хорошей» Я – концепции. С целью сохранить ложный образ Я, человек искажает собственные переживания. Каждое несоответствие между «Я» и реальностью

увеличивает дисбаланс личности, который вызывает защитные реакции, а так же неспособность человека воспринимать и использовать новый опыт и создает благоприятные условия для новых проявлений несоответствия.

В некоторых случаях механизмы защиты не срабатывают, и человек начинает в той или иной мере осознавать несоответствие между своим поведением и убеждениями. В результате отрицания какого-либо компонента «Я» или аспекта предыдущего опыта, человек может испытывать хроническую тревожность и страх [41, С. 287]. Таким образом, для успешной самореализации важно сформировать конгруэнтность, то есть соответствие между опытом, коммуникацией и осознанием. Конгруэнтность означает, что опыт, осознание и коммуникация адекватны и соотносятся друг с другом. Несоответствие или неконгруэнтность – это отсутствие точного восприятия реальности, нежелание или неспособность говорить о своих чувствах другому. Несоответствие, проявляющееся в противоречии переживаний и их осознания, К. Роджерс называет отрицанием или подавлением. Несоответствие проявляется в ощущении напряжения, тревоги, при этом человек не полностью осознает мотивы и цели своей деятельности. В критической ситуации несоответствие может выразиться в потере психологической устойчивости и замешательстве. Зачастую это проявляется в том, что человек не может ничего решить, не знает, чего хочет; не в состоянии последовательно разобрать информацию, поступающую к нему, в следствие чего может проявлять импульсивное поведение. Таким образом, для человека в любом возрасте, и в особенности для студентов, важно выработать собственные стратегии преодоления факторов, препятствующих личностному росту и самореализации [41, С. 119].

Одним из аспектов самосознания личности, непосредственно определяющим выбор стратегии поведения человека в ситуациях, препятствующих самореализации, а также его поведение в целом, является самооценка личности. Феномен самооценки включает осознание человеком своих качеств, своих умственных и физических способностей; действий, мотивов и целей поведения,

своего отношения к окружающим, к миру и к самому себе. Самооценка выступает ядром личности и важнейшим регулятором поведения. Самооценка является одним из важнейших показателей личностной зрелости человека, поскольку от нее зависит характер взаимоотношений человека с окружающими, его критичность к себе и мера ответственности за события, происходящие в его жизни, отношение к успехам и неудачам. Именно самооценка, по утверждению многих исследователей, существенным образом определяет направленность деятельности человека и степень выраженности стремления к личностному росту и самореализации. Под самооценкой в психологии принято понимать интериоризированную оценку личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей. Самооценка – это чувство самоценности, показателем которого служит определенная реакция самого человека на окружающее его. Иными словами, именно видимая поведенческая реакция индивида является наглядным критерием, на основе которого можно судить о наличии у него определенного уровня самооценки.

В процессе организации исследований С. Куперсмит основное внимание сосредоточил на выявлении и изучении степени влияния различных социальных факторов на генезис самооценки [14, С. 115]. Людям с пониженным самоуважением свойственна общая неустойчивость образов «Я» и суждений о себе, они более ранимы и чувствительны ко всему, что как-то затрагивает их самооценку в их субъективном восприятии – болезненно реагируют на критику, проигрыш, неудачу. Им свойственны застенчивость, пусть и не всегда проявляющаяся внешне, закрытость, склонность к психической изоляции, что в конечном счете является серьезным препятствием самореализации. Наоборот, людей, имеющих высокое самоуважение, отличает большая самостоятельность, доверчивое и доброжелательное отношение к другим людям, меньшая внушаемость и зависимость от внешних обстоятельств. Параметры самооценки также имеют прямое отношение к психологической устойчивости личности. Пониженное самоуважение порождает такое состояние личности,

в котором она, с одной стороны, – чувствительна к внешним неблагоприятным воздействиям, не способна от них защититься, а с другой стороны, – склонна к осуществлению различных видов саморазрушительного поведения. Данные состояния оказывают отрицательное влияние на саму личность, либо непосредственно, либо опосредованно, вызывая, например, самоизоляцию человека от социума в целом или от наиболее близких людей. Формирование адекватной и позитивной самооценки, а вслед за ней и положительной Я – концепции зависит от наличия единства трех факторов: уверенность человека в том, что окружающие люди воспринимают его позитивно; чувство компетентности в определенной деятельности; чувства собственной значимости. Совокупность этих факторов служит специфическим показателем степени личностного развития человека, его субъективными характеристиками, приобретение и усвоение которых осуществляется в процессе межличностного общения в определенной социокультурной среде [19, С. 78].

Характер самооценки человека напрямую влияет на выбор уровня сложности целей самореализации. Как отмечает В.А. Петровский, если у человека есть возможности свободного выбора степени сложности очередного действия, происходит конфликт двух тенденций: с одной стороны – стремление повысить притязания с целью пережить максимальный успех и повысить свою самооценку, а с другой – снизить притязания во избежание возможных неудач и, соответственно, снижения самооценки. Обычно человек устанавливает уровень своих притязаний где-то между наивысшим и самым низким уровнем сложности задач и целей, сохраняя таким образом уровень своей самооценки на должной высоте. Такое балансирование позволяет минимизировать влияние как внешних, так и внутренних факторов, которые потенциально могут снизить психологическую устойчивость личности и явиться препятствием самореализации человека [37, С. 162].

Профессиональная самореализация личности – это осуществление внутренних сил (способностей, потребностей, знаний и умений и т.д.) человека в конкретном

виде профессиональной деятельности. Она базируется на сознательном профессиональном самоопределении, осознанности профессиональных целей и их соответствии жизненным целям и ценностям человека, на соответствии потребностей и возможностей личности, на стремлении к саморазвитию. Процесс профессиональной самореализации личности можно представить как последовательность этапов, наиболее общими из которых являются: профессиональное самоопределение, профессиональное становление и профессиональное совершенствование специалиста. Качественное прохождение личностью данных этапов определяется наличием ряда условий и факторов и проявляется в совокупности внутренних и внешних характеристик [1–3 и др.]. Наиболее общими условиями эффективной профессиональной самореализации личности выступают: материальные – материально - техническое обеспечение труда, информационная база, методическое обеспечение деятельности, интерьер и т.п.; финансовые – вознаграждения за труд, включая заработную плату, премии, возможности дополнительного заработка и пр.; социально – организационные – социальный статус профессии; возможности профессионального роста, карьеры и пр. Факторами успешной профессиональной самореализации являются: соответствие личностных качеств, характера особенностям (содержанию, целям, ценностям и т.д.) профессии; адекватная самооценка; мотивация достижения успеха [3–5; 7 и др.].

Личность, самореализующаяся в профессии, характеризуется следующими показателями (проявлениями): креативностью профессиональной деятельности, ее творческой организацией; рефлексией содержания и результатов своего труда, своего отношения к деятельности; удовлетворенностью профессиональной деятельностью во внешних (материальных, социальных) и внутренних (психологических) аспектах; соответствием целей и ценностей профессии личным жизненным целям и ценностным ориентациям; профессиональной направленностью и мотивацией профессиональной деятельности; стремлением к профессиональному саморазвитию, самосовершенствованию и удовлетворением

соответствующей потребности; наличием индивидуального стиля профессионального взаимодействия [3; 8; 24 и др.].

Одним из самых сложно преодолимых, и вместе с тем распространенных препятствий самореализации и достижения намеченных целей, является стресс и его последствия, когда человек оказывается неспособным принимать решения или поддерживать нормальное состояние. В таких случаях проявляется влияние дистракторов в виде прежних умений и стереотипных реакций; ригидных убеждений и моделей самоидентификации; противоречивых компонентов Я-концепции. Попытка справиться с ними приводит к внутренним конфликтам, потере веры в себя и появлению сомнения в собственных силах. Человеку приходится сначала справляться со стрессом или другим нежелательным состоянием, и только потом следовать намеченным курсом к желаемым результатам. Самым простым способом является использование привычных копинг-стратегий, однако они не всегда являются оптимальными для новой ситуации. При неспособности справиться с внутренними или внешними противоречиями появляется критика себя и других людей, на которых человек перекладывает ответственность за неприятные ситуации. Результаты саморазвития проявляются в деятельности и поведении человека, а также в умении их регулировать. В саморегулировании поведения и деятельности заключена возможность объективного изучения внутреннего, скрытого от непосредственного наблюдения процесса саморазвития. Вместе с тем препятствием самореализации также считается недостаточно развитые навыки саморегуляции, выражающиеся в дезорганизации поведения. Причиной этому может явиться отсутствие эффективных способов преодоления трудностей и в переживании личностной угрозы. Неспособность человека противостоять давлению стрессов, обстоятельств и предотвратить развитие симптомов физической или психологической дезадаптации, неспособность справляться с неопределенностью, экзистенциальная фрустрация могут выступить факторами, препятствующими личностному росту и развитию. При неблагоприятном влиянии

негативное состояние доминирует, это может выражаться в апатии, унынии, депрессивном состоянии или тревоге. При этом настроение снижено, неустойчиво [14, С. 89–92].

Таким образом, к факторам, позитивно влияющим на самореализацию личности, относят адекватную самооценку, стрессоустойчивость, профессиональную мотивацию, творческий потенциал.

К личностным факторам, негативно влияющим на проявление психологической устойчивости в условиях, препятствующих самореализации, относят: конформизм, чрезмерно завышенную или заниженную самооценку, неадекватный уровень притязаний; негативный опыт решения сложных ситуаций в прошлом; обилие отрицательных эмоций; преобладание мотивации избегания над мотивацией стремления к достижениям; высокую тревожность как черту личности; активные механизмы личностной защиты, препятствующие объективному анализу ситуаций и собственных ресурсов для ее разрешения.

1.3 Гендерные особенности самореализации зрелой личности

Природа человека, определив четкую физиологическую детерминацию пола, заложила базовые предпосылки диалектики о нем. В половом статусе проявляются функциональные, физиологические и биологические различия, которые объединяют людей на мужчин женщин. Тем не менее, половой диморфизм, далеко не единственная демаркационная черта различия мужского и женского статусов. Культура сформировала уникальный концепт – гендер. Гендерная теория говорит о том, что социальные различия между мужчинами и женщинами не в полной мере детерминированы анатомическими первичными половыми признаками, но в большей степени соответствует социально – сконструированным маркерам. Актуальность современной гендерной науки сейчас не ставит вопрос о взаимоотношении полов в контексте социального равенства, возможностей в обладании профессиональными,

культурными, правовыми и прочими ресурсам. В центре внимания общественная и правовая легитимация новых гендерных идентичностей. И проблема даже не в том, относится определённая норма поведения или функциональная способность к мужскому или женскому полу, а в том, не служит ли ограничением свободы личности само конституирование границ, в рамках которых человек должен определять себя и свой пол [9, С. 131-132].

В Университете Калифорнии, в 1958 году, открылся центр по изучению гендерной идентичности, занимающийся проблемами транссексуализма. Работая в этом центре, в первый год его открытия, психоаналитик Роберт Столлер ввел в психологию термин «гендер», для обозначения пола не как биологической детерминанты, а инструмента, способа социальной стратификации. В 1963 г.

Р. Столлер ввел в научную терминологию понятие «гендерная идентичность», при выступлении на международном конгрессе в Стокгольме. В процессе формирования гендерной идентификации, то есть обретения индивидом гендерной идентичности, Столлер говорит о важности разделения биологических и культурных составляющих. Столлер говорит о трех определяющих понятиях: пол, гендер и ядро гендерной идентичности. Соответственно, для определения половой принадлежности необходимо использовать хромосомный анализ репродуктивных органов, половых желез, соотношения гормонов, а так же вторичных половых признаков. Ядро гендерной идентичности в свою очередь, определяется как субъективное ощущение принадлежности к определенному полу и сознательная или бессознательная удовлетворенность данной принадлежностью. Столлер говорит о гендерной идентичности как об обширной концепции, включающей индивидуальные сочетания проявлений мужественности и женственности, заданные биологическими, психологическими и культурными факторами [18, С. 145].

Понятие «гендер» включает социальные, культурные и психологические аспекты, которые формируют нормы и стереотипы поведения, взаимоотношения между мужчиной и женщиной. Гендерные стереотипы – это сформированные

в культуре обобщения о поведении мужчины и женщины в повседневной жизнедеятельности. В отличие от биологического понятия «пол», которое фиксирует сугубо биологические различия между мужчиной и женщиной, понятие «гендер» является социальной конструкцией. Идея различать содержание понятий «пол», как совокупности биологических особенностей индивида, и «гендер», как социокультурную конструкцию, реализуется в комплексе гендерных исследований [6, С. 41].

Гендер трактуется как система социополовых отношений, как проявление личностной самореализации в границах пола, как способ идентификации (самоидентификации). Общим положением многочисленных гендерных концепций [6, 8, 12] является тезис о том, что гендер выполняет функцию адаптации личности к различным формам участия в социальной жизни.

Не случайно ряд исследователей [6; 12] считают соотнесение проблем игрового пространства современного социума с основными тенденциями гендерных теорий «гносеологически – эвристическим подходом» для изучения данных социальных феноменов. Основными компонентами структуры гендерной идентичности являются: осознание принадлежности к определенному полу, самоидентификация и самопрезентация (желательно социально приемлемыми способами) себя как представителя определенной гендерной группы, оценка своего ролевого поведения при соотнесении с эталонными моделями мужественности или женственности, и базирующихся на доминантности стереотипов внутригрупповая солидарность, формирование удовлетворенности (или наоборот неудовлетворенности) своей гендерной принадлежностью.

Ю. Рюриков, отмечая, как основную, тенденцию взаимного обогащения маскулинности и феминности, справедливо называет эту тенденцию психологическим законом истории [39, С. 58]. Практическая реализация принципа социального равноправия полов – обязательное условие формирования многомерного социума, в котором обеспечиваются одинаковые возможности самореализации мужчины и женщины. Такое равноправие достигается на пути

устранения всех тех социальных барьеров, которые способствуют доминированию традиционного патриархального разделения ролей на «мужские» и «женские», когда мужчины считаются полноценными представителями человеческого рода, а женщины – дополнением к нему.

Большинство исследователей полагают, что именно гендерное различие стало причиной гендерного неравенства. Но возможны и другие сценарии. Согласно Киммелу, именно гендерное неравенство производит различие, которое затем используется, чтобы оправдать гендерное неравенство. Киммел обобщает существующее разнообразие теорий и взглядов, утверждающих, что мужчина и женщина абсолютно разные существа и их взаимопонимание как факт сравнимо с «чудом космических масштабов», называя эту теорию универсального объяснения гендерного неравенства «межпланетной» теорией полного и универсального гендерного различия. В любом исследовании гендера есть две задачи – объяснять различие и неравенство, понимаемое им как господство. При этом он выделяет также два основных вопроса гендерной теории: почему практически каждое общество дифференцирует людей на основе гендера, а также почему оно основывается на мужском господстве. Любая теория социального конструктивизма говорит нам о том, что «практически каждое известное нам общество выстроено на идеях гендерного различия и политике гендерного неравенства» [50, С. 159]. Помимо социального конструктивизма проблему гендерного неравенства также по-особому трактуют сторонники биологического детерминизма. Таким образом, существующее в обществе различие понимается как обусловленное природой человека или как выстраиваемое посредством социального «обучения». Общими для обоих направлений являются идеи о том, что мужчина и женщина – это существа, которые навсегда и неизменно отличаются друг от друга и различия между ними значительно важнее, чем различия среди всего множества мужчин и женщин соответственно.

Однако, как пишет Гейл Рубин, «мужчина и женщина, конечно, различны, но не настолько, как день и ночь, земля и небо, инь и ян, жизнь и смерть. С точки

зрения природы, оба пола ближе друг к другу, чем к чему-либо другому, например, к горам, к кенгуру или кокосовым пальмам, а исключительная гендерная идентичность является не выражением естественных различий, а, напротив, результатом нивелирования естественного сходства между полами». Во вторых, биологическими детерминистами утверждается, что «гендерное господство является неизбежным продуктом гендерного различия». Киммел критикуя оба эти направления и их основные идеи, говорит, что, во-первых, различия между мужчиной и женщиной не так велики, как среди женщин и среди мужчин, и многие воспринимаемые различия зависят не столько от гендера, сколько от социального статуса. Во-вторых, гендерное различие является продуктом гендерного неравенства, а не наоборот. В философии эта мизогинистическая тенденция была раскрыта еще Георгом Зиммелем.

Он утверждал, что мужской пол в сложившейся культурной традиции олицетворяет собой не столько превосходство, сколько общечеловеческое начало, определяющее «все нормы проявления как женского, так и мужского». Таким образом, все существующие нормативные суждения относительно мужского и женского находятся не в нулевой системе координат, а имеют жесткий крен в сферу мужского самоопределения.

Культурные нормы и ценности не являются нейтральными, стоящими вне различий между полами, они имеют “мужской” характер. Социальные идеи, равноценность практических убеждений и объективность теоретического знания – все эти категории формально можно отнести к общечеловеческим, но фактически мужским, в историческом формировании [36, С. 91].

В последние десятилетия опубликовано множество работ, преимущественно зарубежных, о проблеме половых и гендерных различий. Однако, зачастую, в них наблюдается односторонний подход, объясняющий причину различий в способностях и способах поведения мужчин и женщин только воспитанием и социализацией. Однако различия в поведении мужчин и женщин лежат не только во влиянии социальных и психологических установок окружения,

но и в биологических различиях, в гормональных и центрально-нервных различиях, морфологических. Влияние общества на формирование поведения людей разного пола велико, но первоисточки этих различий находятся в биологической составляющей мужчин и женщин. Неслучайно исследованием этих вопросов занимаются не только дисциплины гуманитарного профиля (психология, философия, социология, этнография и культурология).

Понятие «гендер» включает социальные, культурные и психологические аспекты, которые формируют нормы и стереотипы поведения, взаимоотношения между мужчиной и женщиной. Гендерные стереотипы – это сформированные в культуре обобщения о поведении мужчины и женщины в повседневной жизнедеятельности. В отличие от биологического понятия «пол», которое фиксирует сугубо биологические различия между мужчиной и женщиной, понятие «гендер» является социальной конструкцией. Идея различать содержание понятий «пол», как совокупности биологических особенностей индивида, и «гендер», как социокультурную конструкцию, реализуется в комплексе гендерных исследований [20, С. 54].

Гендер трактуется как система социополовых отношений, как проявление личностной самореализации в границах пола, как способ идентификации (самоидентификации). Общим положением многочисленных гендерных концепций [6, 8, 12] является тезис о том, что гендер выполняет функцию адаптации личности к различным формам участия в социальной жизни.

Не случайно ряд исследователей [6; 12] считают соотнесение проблем игрового пространства современного социума с основными тенденциями гендерных теорий «гносеологически – эвристическим подходом» для изучения данных социальных феноменов. Основными компонентами структуры гендерной идентичности являются: осознание принадлежности к определенному полу, самоидентификация и самопрезентация (желательно социально приемлемыми способами) себя как представителя определенной гендерной группы, оценка своего ролевого поведения на основе соотнесения с эталонными моделями

мужественности – женственности, а также базирующаяся на доминантности стереотипов внутригрупповая солидарность, формирование удовлетворенности (или наоборот неудовлетворенности) своей гендерной принадлежностью. В определении гендерных стереотипов нет единой точки зрения.

Ряд исследователей в своих убеждениях делают упор на личностные характеристики мужчин и женщин. Гендерные стереотипы подразумеваются как социально и культурно обусловленные представления о нормах и способах поведения мужчин и женщин [1]; упрощенный схематизированный, эмоционально окрашенный образ мужчины и женщины [14]; устойчивые, повторяющиеся, общепринятые представления о месте в семье и общественной жизни и исполняемых ролях того или иного гендера, а также о личности людей той или иной гендерной идентичности [31]; стандартизированное видение о моделях и способах поведения и чертах характера, соответствующие «мужскому» и «женскому» [35].

В другой группе определений основное внимание приходится на гендерные отношения. Гендерные стереотипы влияют на статусные характеристики мужчин и женщин, подкрепляя доминирующее положение мужчин и дискриминационные суждения в отношении женщин [2].

И. С. Клецина выделяет три группы гендерных стереотипов. К первой группе она относит стереотипы маскулинности – фемининности. Мужчинам и женщинам приписываются определённые социально–психологические качества и личностные свойства, а так же стиль поведения. «Мужское» (маскулинное) или отождествляемое с ним, считается положительным, значимым, доминирующим, духовным, рациональным, культурным, активно–творческим. В то время, как «женское» (фемининное) связывается с негативным, чувственным, телесным, греховным, природным, пассивно–репродуктивным, вторичным. Вторая группа гендерных стереотипов связана с формой семейных и профессиональных ролей в соответствии с полом. Существуют убеждения, что для женщин основной ролью

считается семейная, а для мужчин – профессиональная, соответственно, и оценка успешности личности связана с выполнением функций этой роли.

Третья группа гендерных стереотипов связана с половыми различиями в содержании и видах труда. Как правило, в соответствии с этим убеждением, женщине принадлежит экспрессивная сфера деятельности (исполнительский и обслуживающий труд), а мужчине – инструментальная сфера (творческий, созидательный, руководящий труд) [26, С. 60].

Т. Парсонс и Ф. Бэйлс говорят о позитивном влиянии подобной дифференциации ролей, отмечая, что, «несмотря на противоположности, коими являются мужчина и женщина, они могут разнообразно взаимодействовать с учетом выполнения предназначенных им ролей» [14, С. 93].

Гендерные стереотипы – это, в сущности, социальные нормы. У всех нас есть те или иные представления о том, что мужчинам и женщинам свойственны определённые качества и модели поведения, что большинство людей придерживается этой точки зрения, и что обычно мы понимаем, какое поведение считается правильным для представителей того или иного пола. Иными словами, с помощью гендерных стереотипов происходит становление гендерной идентичности. Возникающая в результате взаимодействия своего «Я» с окружающими, гендерная идентичность проявляется как субъективный опыт психологической интериоризации мужских или женских черт [18, С. 171].

Гендерные стереотипы служат социальными нормами – основными правилами, определяющими допустимые гендерные репрезентации. Зачастую то, что называют гендерными ролями, является стереотипами – обобщенной информацией о качествах, присущих определённому гендеру. Подчиняться этим стереотипам нас призывают социально-психологические механизмы нормативного и информационного давления. Нормативное давление состоит в том, что мы стараемся соответствовать гендерным стереотипам, чтобы получить одобрение социума и избежать осуждения обществом. Информационное давление заключается в том, что расширение наших знаний о себе и о мире часто связано

не с личным опытом, а с информацией, предоставляемой окружающими. Правильным мы зачастую считаем то, что считается правильным в социуме, и своё поведение мы склонны расценивать как правильное, пока наблюдаем его у других членов референтной для нас группы.

Подчинение гендерным нормам может происходить в трех вариантах: уступчивость, интернализация и идентификация. Уступчивость – когда человек не приемлет нормы, но с целью избежания наказания приводит свои гендерные репрезентации в соответствие с ними. Интернализация – когда человек полностью соглашается с нормами. Идентификация – повторение нормативных образцов из желания быть похожим на члена референтной группы и быть частью этой группы [39].

Пытаясь ответить на вопрос о возникновении и формировании стереотипов, И.П. Ильин выдвинул гипотезу, что установленные различия мужских и женских социальных ролей служат причиной формирования гендерных стереотипов [22, С. 89].

Как отмечает Н.М. Лебедева, присутствует значительная согласованность гендерных стереотипов во многих культурах. Мужчины воспринимаются как агрессивные, доминирующие, дерзкие, автократичные, изобретательные, сильные, независимые, грубые, умные; женщины – как эмоциональные, чувствительные, мечтательные, покорные и суеверные [14, с. 117].

Во многих странах представления о женской роли противоречат активному жизненному стилю жизни, поэтому значительное число женщин не стремится к самореализации в сферах, выходящих за грань традиционно предлагаемых им трёх «К». На пути женщин к традиционно мужским, высокооплачиваемым и высоким по социальному статусу рабочим местам, встречается множество барьеров: культурные, образовательные и юридические. Женщины сталкиваются с завышенными требованиями, традиционными убеждениями, дискриминацией при приёме на работу, при служебном продвижении – всё это препятствует реализации женщиной себя как личности.

Но и на мужчину гендерные стереотипы также оказывают негативное влияние. К компонентам традиционной мужской роли относят нормы успешности и статуса, умственной, физической и эмоциональной твердости и даже жесткости. Для многих мужчин полное соответствие этим нормам недостижимо, что приводит к стрессу и компенсаторным реакциям: ограничение эмоциональности, гомофобия, навязчивое стремление к конкуренции, победам и успеху и т. п. [55, С. 108].

Исследователи выделяют следующие функции гендерных стереотипов: когнитивную, заключающуюся в упорядочении информации; аффективную, противопоставляющую «своего» и «чужого»; социальную, разграничивающую внутригрупповые и внегрупповые явления. Эти функции ведут к образованию структур, на которые люди ориентируются в обыденной жизни [50, С. 126].

Значительная часть исследователей считает, что наиболее важной функцией гендерных стереотипов является функция оправдания и защиты текущего положения вещей, в частности, фактического неравенства между полами.

Однако, регулятивная функция гендерных стереотипов имеет положительную сторону. Некоторые исследования показывают, что усвоение личностью эталона, или примера, играет очень важную роль. Например, стереотип облегчает вхождение ребёнка в новую социальную позицию, усвоение новых отношений, создание личностных структур [1, 5]. Важнейшей функцией гендерных стереотипов для сохранения общества является ретрансляционная функция, которая обеспечивает передачу из поколения в поколение гендерных ролей [1, 10].

В последние годы представления о мужских и женских ролях подвергаются существенной критике со стороны ряда авторов. Ф. Л. Джейс (2001) считает, что закрепляясь, гендерные стереотипы подкрепляют доминирующее положение мужчин и дискриминацию женщин. Более того, сторонники новой точки зрения считают, что традиционные половые роли служат источником психического напряжения мужчин и непригодны для воспитания мальчиков. Указывается,

что эти стереотипы не подходят большинству мужчин, в силу различных индивидуальных особенностей. Кроме того, они вредны, потому что мужчины, отвергающие их, подвергаются осуждению обществом, а те, кто пытается им следовать, в какой-то мере совершают над собой насилие [14, С. 82].

Как и любые другие социальные стереотипы, гендерные стереотипы влияют на процесс восприятия окружающих людей и оказывают воздействие на активное конструирование социальной реальности с использованием заложенной в них информации. Таким образом, гендерные стереотипы обладают значительной властью и принимаются даже теми группами, относительно которых они созданы. В настоящее время стереотипные представления о женственности и мужественности достаточно близки в разных культурах. Стереотипы имеют тенденцию быстро усваиваться и изменяются они с большим трудом.

Исследователи выделяют такие психологические факторы, которые препятствуют изменению стереотипов: авторитаризм, замкнутость, состояние фрустрации, некритичность к себе и процессу познания окружающей действительности. Действие этих факторов не только приводит к укреплению стереотипов, в том числе в профессиональной сфере, но и выступает как личностный фактор формирования профессионального стресса.

К психологическим факторам, которые способствуют изменению стереотипов, относятся следующие: общение и совместная деятельность с объектом познания; объединение людей для достижения общезначимой цели; увеличение знаний об объекте общения; факторы групповой динамики, что являются результатом группового взаимодействия; некоторые личностные качества (гибкость, критичность, открытость новому опыту); сильные эмоциональные впечатления [8, С. 161].

По мнению Е. П. Ильина, гендерные стереотипы вводят людей в заблуждение, так как качества, которые в социуме считаются присущими мужчинам, подчас в большей степени обнаруживаются у женщин, и наоборот.

Е. П. Ильин говорит о трёх основных отрицательных эффектах гендерных стереотипов:

1) существующие стереотипы образов и ролей мужчин и женщин дают эффект увеличительного стекла, различия между мужчинами и женщинами подчеркиваются в большей степени, чем это существует фактически;

2) различается оценка и интерпретация одного и того же события, в зависимости от того, какого пола участник данного события, что наглядно проявляется при восприятии взрослыми поведения детей разного пола;

3) происходит торможение развития качеств, не соответствующих данному полоролевому стереотипу [24, С. 118].

В современном мире мы сталкиваемся с преобразованием гендерного пространства, вплоть до переворота привычных вещей прошлого с ног на голову. На Западе гендерный подход соединялся с практикой женского движения, которое сейчас набирает обороты по всему миру. В России на основании социокультурных изменений последнего столетия произошла и трансформация понятий структуры семьи, изменение системы социальных гарантий, изменение положение женщин и мужчин в сфере экономики и политики и в приватной сфере. Проблемы гендерных отношений сейчас активно обсуждаются и все научной сферы к ожесточенным спорам и дискуссиям, растет исследовательский и общественный интерес. Границы между полами практически стерты. Мало кого удивит ситуация, когда в семье женщина зарабатывает столько же, сколько и мужчина, а то и больше. Образ типичной американской жены – домохозяйки сменился образом женщины – добытчицы. С противоположной стороны, мы то и дело слышим о мужчинах, что взяли заботу о детях и домашнем очаге на себя. Женщина в желании поравняться с мужчиной, примеряет на себя все его роли, приобретая и его психологические черты мужественности, а мужчина, в свою очередь, перенимает черты женщины, когда не в состоянии ее перегнать по успеху. Нельзя также опустить факт, что уже стали обыденностью случаи перемены пола, ориентации, а значит и полной смены гендерной роли

на противоположную. Феминистское движение, столь популярное на западе, призывает женщин отстаивать свои права, что часто приводит к полному отказу от своей гендерной роли, сформировавшейся веками. Поводом для подачи заявления в суд может стать факт, что мужчина раскрывает перед дамой дверь.

В итоге, мы получаем поколение бездеятельных мужчин, порой просто не знающих и не понимающих как обращаться с женщинами. Устоявшиеся гендерные стереотипы мешают принять факт, что насилию в семье могут подвергаться и мужчины со стороны женщин. Стереотип заключается в том, что «девочки слабые и их надо защищать», ввиду чего нам противоестественно слышать об обратной ситуации. Помимо настроений в самом обществе, важна и позиция государства. Именно государство должно придерживаться определенной гендерной идеологии как механизма социальной поддержки установленных моделей отношений между полами [40, С. 144]. Патриархатный тип основан на традиционных устоях общества. Женщине определяются сферы материнства и хозяйства, а мужчине роли в профессиональной и общественной деятельности, главы семьи. В отношении женщин осуществляется политика патернализма. Вторым типом является эгалитарная государственная политика, подразумевающая равенство всех субъектов гендерных и социальных отношений, политика направлена на самореализацию каждой личности независимо от ее полового признака.

Трансформации в сфере гендерных отношений, происходящие в последние десятилетия, дают почву формированию новой модели маскулинности, включающей черты модернизированной мужественности. Новая модель не такая жесткая и конкретная, как модель традиционной маскулинности. Исследований, направленных на изучение составляющих новой эталонной модели маскулинности, пока немного, но не смотря на это, полученные в исследованиях данные, говорят о том, что в нормативном эталоне маскулинности присутствуют и фемининные черты. Изменения в современной маскулинности проявляются в мужских поведенческих ролях в семье – если гегемонная модель маскулинности

олицетворяет эмоционально пассивного, строгого, консервативного, абстрагированного от бытовых проблем и детей отца, то современная же модель маскулинности рисует нам, напротив, заботливого, эмоционально отзывчивого и близкого своим детям, доброжелательного, ласкового родителя. Современный стандарт маскулинности предполагает реализацию мужчины в личной и профессиональной сфере. Гендерный анализ литературы по проблеме отцовства [43, С. 167] позволяет сравнить особенности отцовского поведения с описанными моделями маскулинности.

В процессе данного анализа фокус внимания лежал, прежде всего, на таких характеристиках поведения, как: доминантность, либо отсутствие доминирования в отношениях с детьми, эмоциональная сдержанность и холодность, либо открытость и теплота в межличностных контактах, сходство либо различие проявлений отцовского и материнского поведения. В результате гендерного анализа были выделены модели ролевого поведения отцов. Традиционная модель маскулинности выделяет два ролевых поведения отцов в семье: «отец – руководитель», заботящийся о семье, и «отсутствующий отец», психологически дистанцированный от семьи и детей. Новая модель маскулинности выделяет также две модели поведения современного отцовства: «ответственный отец», принимающий активное участие в воспитании детей, и «новый отец» – мужчина, выполняющий наравне с женщиной все домашние обязанности, в том числе воспитание и уход за детьми.

Традиционный стереотип отцовства в различных культурах сводится к основным функциям:

- 1) власть и авторитет;
- 2) защита и обеспечение;
- 3) профессиональная занятость.

Традиционный отец был малоэмоционален, строг и нередко суров. Мужчина – основной кормилец в семье, делающий карьеру, обеспечивающий семью. Забота о семье проявляется отцом как персонификатор власти, наставник

и руководитель. Такая модель отцовства соответствует традиционной общепринятой модели маскулинности. В настоящее время отцам не просто реализовывать данную поведенческую роль, поскольку, во многих современных семьях мужчины выполняют не главенствующую роль, относительно заработка в семье. Дистанцированный стиль взаимодействия с детьми не принимается ими и приводит к отстраненным дистантным отношениям и семейным конфликтам. Как правило, логическим последовательным продолжением этой традиционной модели являются «отсутствующий» отец. Отцовство для таких мужчин служит в основном принадлежностью к семье. Оппозитом «традиционного отца» выступает «отсутствующий отец» – мужчина, имеющий психологический и душевный «разрыв» со своими детьми, дистанцию. Данная модель отцовства была достаточно популярна в советское время. Традиционная модель отцовства ориентирована на лидерство и главенство мужчины, но соответствовать данному канону не просто. В советской России родительские права мужчин нарушались. Ж. Черновой в качестве основных причин дискриминации мужчин как родителей, выделены такие факторы: брачно – семейное законодательство; социальная и идеологическая поддержка родительства главным образом в контексте материнства; государственная мобилизация мужчин, исключаящая их из сферы досягаемости; популярность традиционных гендерных стереотипов, усиленных гендерной политикой советского государства [31, С. 139]. Государство рассматривало мужчину/мужа/отца в качестве проводника политики в семье, значительно ограничивая возможности для самореализации мужчин в частной сфере, предоставляя им узкий набор легитимных социальных ролей. Сложившаяся практика нарушения отцовских прав, наряду с затруднённой реализацией мужчинами роли монопольного кормильца и доминированием женщин в приватной сфере, послужила, по мнению исследователей, причиной кризиса маскулинности и отчуждением от отцовства мужчин.

Новый тип отцовства – наименее распространенная поведенческая модель, характерная в основном для Запада. Заботливый и любящий отец способствовал

повышению активности в родительской роли. Знаковое отличие поведения таких отцов является равноценное деление родительской роли в семье. Отцы близки со своими детьми, вовлечены в их заботы и проблемы, наблюдается равенство материнского вклада в воспитания со стороны отцов. Новое отцовство допускает предпочтение ведения домашнего хозяйства профессиональной карьере, если того требуют обстоятельства. При разводе в полной мере с матерью таким отцом исполняется попечение над детьми. Новая модель маскулинности позволяет более продуктивно решать вопросы влияния на детей, лучше справляться с кризисными проявлениями в структуре мужской идентичности и способствует личностной самореализации мужчин [31, С. 89].

Таким образом, существующие в обществе гендерные стереотипы часто порождают слишком условное и упрощенное представление о мужчинах и женщинах, формируя ожидания и установки в отношении них, содействуют упрощенному восприятию, лишают выгод, связанных с познанием отдельной личности, и следовательно, могут играть негативную роль, ограничивая развитие личности и самореализацию как мужчин, так и женщин. Одной из возможностей коррекции влияния гендерных стереотипов на жизнедеятельность личности является соблюдение психологических условий и факторов, которые способствуют изменению стереотипов. Модель новой маскулинности, послужившая альтернативой модели гегемонной мужественности, на текущей момент еще на находится в зоне прицельного внимания исследовательских интересов современных ученых. Эта модель не проработана концептуально и эмпирически достаточно подробно, эта модель еще не утвердилась в публичном дискурсе.

Анализ научной литературы, посвященной проблеме самореализации личности, позволяет отметить теоретико – методологическую вариативность в изучении данного феномена. Большинство отечественных исследователей рассматривают самореализацию как системный, целостный процесс самосовершенствования, сочетающий в себе самостановление и самоизменение

на протяжении всего жизненного пути человека. Как практическое осуществление задатков, заложенных возможностей, способностей, дарований и черт характера, через ту или иную сферу социальной деятельности с пользой для себя самого, окружающих и общества в целом.

К факторам, позитивно влияющим на самореализацию личности, относят адекватную самооценку, стрессоустойчивость, профессиональную мотивацию, творческий потенциал.

К личностным факторам, негативно влияющим на проявление психологической устойчивости в условиях, препятствующих самореализации, относят: конформизм, чрезмерно завышенную или заниженную самооценку, неадекватный уровень притязаний; негативный опыт решения сложных ситуаций в прошлом; доминирование отрицательных эмоций; преобладание мотивации избегания над мотивацией стремления; высокую тревожность как черту личности; сильные механизмы защиты личности, препятствующие объективному анализу действий и окружения, а так же собственных ресурсов для разрешения ситуации.

Существующие в социуме гендерные стереотипы часто порождают слишком упрощенное и условное представление о мужчинах и женщинах, формируя ожидания и установки в отношении них, содействуют упрощенному восприятию, лишают выгод, связанных с познанием отдельной личности, и следовательно, могут играть негативную роль, ограничивая развитие личности и самореализацию как мужчин, так и женщин. Одной из возможностей коррекции влияния гендерных стереотипов на жизнедеятельность личности является соблюдение психологических условий и факторов, которые способствуют изменению стереотипов. Модель новой маскулинности, являющаяся альтернативой гегемонной модели мужественности, в данный момент не находится в фокусе исследовательских интересов современных ученых и не проработана эмпирически и концептуально достаточно детально. Модель новой маскулинности на текущий момент еще не утвердилась в публичном дискурсе.

ГЛАВА 2 ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

2.1 Цели, задачи, предмет, объект исследования

Цель данной работы – исследовать гендерно-половые особенности самореализации личности.

Гипотеза: существуют гендерные различия в ценностных ориентациях и личностных особенностях женщин и мужчин в период самореализации.

В качестве психологических факторов, влияющих на самореализацию личности, нами рассматриваются индивидуально – личностные черты, сформировавшиеся у человека под воздействием внутренних и внешних условий. К внешним условиям, влияющим на развитие самодостаточности, можно отнести: особенности семейного и школьного воспитания, влияние референтных групп и иных социальных факторов, личный социальный опыт.

К внутренним условиям относятся базовые потребности, сформированность определенных индивидуально-психологических черт личности, особенности мотивационной сферы, установки, ценности.

Поэтому, исходя из цели и гипотезы исследования, мы поставили следующие задачи: исследовать особенности самореализации личности, психологические факторы, способствующие и препятствующие самореализации личности, определить гендерный фактор в самореализации личности в период взрослости. Объект исследования – процесс самореализации личности. Предмет исследования – гендерный фактор самореализации личности в период взрослости. Экспериментальной базой исследования послужили социальные сети.

В исследовании приняли участие мужчины и женщины по своему желанию, пройдя тестирование по предложенным методикам дистанционно. В процессе эмпирического исследования использовались следующие методы: беседа, ряд стандартизированных тестовых методик, констатирующий эксперимент, экспериментальная работа и методы математико – статистической обработки экспериментального материала.

Методики исследования:

- 1) Методика САТ [8, С. 80].
- 2) Опросник Р. Кэттелла (16PF), форма А [5, С. 64].
- 3) Опросник FPI [17, С. 156].
- 4) Опросник терминальных ценностей (ОТеЦ) [53, С. 169].

Эксперимент был проведен в 4 этапа:

1 этап. Сбор данных об испытуемых.

На первом этапе происходит знакомство с испытуемыми посредством беседы, сбор анкетных данных.

2 этап. Исследование психологических детерминант самореализации личности в период взрослости.

На втором этапе эмпирическое исследование факторов социализации личности включало в себя:

- 1) Изучение индивидуально-психологических особенностей испытуемых с помощью тестов – опросников Кеттелла и FPI;
- 2) Математическая обработка данных по методикам;
- 3) Сравнительный анализ особенностей самореализации в зависимости от гендерного фактора;

3 этап. Исследование мотивационных и ценностно-смысловых детерминант самореализации личности. На третьем этапе изучались гендерные различия мотивационных и ценностно – смысловых ориентаций взрослой личности и их влияние на самореализацию.

4 этап. Подведение итогов проведенного исследования, формулировка выводов.

Характеристика испытуемых.

Возраст испытуемых от 30 до 40 лет. В исследовании приняли участие 30 мужчин и 30 женщин.

2.2 Методы исследования

В исследовании применялись следующие методики:

1) Тест САТ – опросник предназначен для диагностики уровня самоактуализации личности. В каждом пункте теста содержатся два варианта высказывания (а и б) (Приложение А).

2) Опросник Р. Кэттелла (16PF), форма А. Выбор методики обусловлен построением опросника по принципу от целого к частному. Поэтому итоговый его результат формирует представление не о наборе личностных черт, а о структуре личности. Методика позволяет достаточно быстро получить информацию сразу о 16 индивидуальных особенностях, и в то же время направлена на диагностику важных базовых свойств личности, существенно детерминирующих деятельность личности. Кроме того, использование данной методики наиболее традиционно при изучении типа деятельности личности, что даёт возможность сравнения результатов проведённого исследования с результатами других исследований. Получаемые с помощью данной методики результаты, носят как качественный, так и количественный характер, это позволяет использовать методы математико-статистического анализа.

Опросник содержит 187 вопросов, каждый из которых предполагает выбор одного варианта из трех предложенных. Данные обрабатываются с помощью специального ключа: первоначальные «сырые» результаты переводятся по таблице норм в баллы. В итоге получается определенный показатель по каждому из шестнадцати факторов-качеств. Текст опросника представлен в Приложении Б. По результатам тестирования выстраивается личностный профиль.

3) Опросник FPI содержит 12 шкал, диагностирующих невротичность, спонтанную агрессивность, депрессивность, раздражительность, общительность, уравновешенность, реактивную агрессивность, застенчивость, открытость, экстраверсию – интроверсию эмоциональную лабильность,

Маскулинность – феминность. Общее количество вопросов в опроснике – 114 (форма В). Опросник FPI используется в прикладных целях, обязательна интерпретация результатов специалистом. Тест FPI – Фрайбургский многофакторный личностный опросник. Опросник содержит 12 шкал: невротичность, спонтанная агрессивность, депрессивность, раздражительность, общительность, уравновешенность, реактивная агрессивность, застенчивость, открытость, экстраверсия – интроверсия, эмоциональная лабильность, маскулинность – феминность. Стимульный материал опросника представлен в Приложении В.

4) Опросник терминальных ценностей (ОТеЦ). Опросник позволяет выявить иерархию ценностных ориентаций личности и преобладающие сферы его жизнедеятельности. Методика ОТеЦ позволяет диагностировать ценностные ориентации личности:

- 1) собственный престиж, т.е. завоевывание своего признания в обществе путем следования определенным социальным требованиям;
- 2) высокое материальное положение, т.е. обращение к факторам материального благополучия как главному смыслу существования;
- 3) креативность, т.е. реализация своих творческих возможностей, стремление изменять окружающую действительность;
- 4) активные социальные контакты, т.е. установление благоприятных отношений в различных сферах социального взаимодействия, расширение своих межличностных связей, реализация своей социальной роли;
- 5) развитие себя, т.е. познание своих индивидуальных особенностей, постоянное развитие своих способностей и других личностных характеристик;
- 6) достижения, т.е. постановка и решение определенных жизненных задач, как главный жизненный фактор;
- 7) духовное удовлетворение, т.е. руководство морально-нравственными принципами, преобладание духовных потребностей над материальными;

8) сохранение собственной индивидуальности, т.е. преобладание собственных мнений, взглядов, убеждений над общественными, защита своей неповторимости. Опросник также позволяет определить степень значимости для индивида той или иной жизненной сферы, в рамках которой он пытается себя реализовать:

- сфера профессиональной жизни;
- сфера обучения и образования;
- сфера семейной жизни;
- сфера общественной жизни;
- сфера увлечений.

Всем испытуемым, состоящим в нашей выборке, было предложено ответить на вопросы по методике ОТеЦ – 80 вопросов (Приложение Г). Нас интересовали только высокие оценки по всем рассматриваемым шкалам (7–10), так как они создают представление о преобладании той или иной ценности. Поэтому нам показалось нецелесообразным использовать средние арифметические значения для сравнения отдельных групп испытуемых между собой. Мы считаем более эффективным использование процентного соотношения высоких оценок по каждой шкале к общему числу испытуемых этой группы. Обработка данных производится с помощью таблицы ключа, в которой в каждой клетке проставлены номера ответов, сумма которых дает шкальную оценку (Приложение Г). По этой оценке определяем значимость терминальных ценностей и жизненных сфер.

2.3 Методы математической обработки данных

Методы математической статистики необходимы для обеспечения точности, надежности и достоверности результатов. Одним из них, используемых в данном исследовании, является метод корреляционного анализа. Он рассматривается как один из основных именно для структурного типа исследований.

Использование данного метода распространено очень широко, так как он позволяет выявить ту или иную взаимосвязь переменных, определить наличие закономерных соотношений между ними. Однако он имеет ряд ограничений. Одним из них является то, что сам по себе факт корреляционной связи не позволяет утверждать, что одна из коррелируемых переменных является причиной изменений другой, а не имеет место действие какого-либо третьего фактора, являющегося причиной изменений их обеих. В связи с этим, представляется уместным дополнить данный метод другими, используемыми в структурно–психологическом анализе.

Статистическая обработка данных проводилась с применением t –критерия Стьюдента и непараметрического его аналога – U –критерия Манна–Уитни.

ГЛАВА 3 АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ ИССЛЕДОВАНИЯ

3.1 Анализ результатов по методике САТ

По тесту самоактуализации личности (САТ) были получены следующие результаты (Таблица 1):

Таблица 1 – Показатели самоактуализации мужчин и женщин по методике САТ (средние, в Т-баллах)

Шкалы/Испытуемые	Мужчины	Женщины
Ориентация во времени	58.5	59.1
Поддержка	68.3	41.4
Ценностная ориентация	67.2	65.7
Гибкость поведения	44.6	61.4
Сензитивность	41.1	66.9
Спонтанность	39.4	62.7
Самоуважение	51.1	50.3
Самопринятие	75.2	74.8
Представление о природе человека	54.8	59.3
Синергия	57.8	43.2
Принятие агрессии	51.1	50.2
Контактность	41.8	69.0
Познавательные потребности	59.3	56.7
Креативность	45.1	69.2

По шкале «ориентация во времени» в обеих группах испытуемых мы видим хорошие показатели. Это означает, что исследуемые мужчины и женщины достаточно правильно ориентированы во времени эмоционально стабильны, объективны в восприятии действительности. Это позволяет им жить настоящим, но в единстве с прошлым и будущим, ставить перед собой реальные цели. Ощущение продуктивности и осмысленности прошлого придает смысл будущему. Эффективное восприятие реальности способствует высокой трудоспособности, решать сложные задачи, требующие творческого подхода, поскольку перспективы (престижная работа, высокая заработная плата и т.п.) напрямую связано с действиями настоящего (повышение квалификации и т.п.).

Полученные результаты мы можем объяснить тем, что в возрасте испытуемых центральным новообразованием становится как профессиональное, так и личностное самоопределение, которое связано с новым восприятием времени — соотносением прошлого и будущего, восприятием настоящего с точки зрения будущего. Но устремленность в будущее только тогда благоприятно сказывается на формировании личности, когда есть удовлетворенность настоящим. При благоприятных условиях развития испытуемый стремится в будущее не потому, что ему плохо в настоящем, а потому, что впереди ожидает лучшего.

Принятие себя, других и природы как характеристика самоактуализирующейся личности является достаточно выраженной у исследуемых мужчин и женщин. Об этом свидетельствуют результаты, полученные по следующим шкалам: шкала самопринятие (75 баллов), шкала самоуважение (50 баллов), взгляд на природу человека (50 баллов), синергичность (43 балла у женщин и 58 – у мужчин). Испытуемые обеих групп адекватно оценивают собственные качества, достоинства и недостатки. Принимают себя такими, какие они есть, удовлетворены собой, своими способностями. Отличаются высоким уровнем самоуважения и самокритичностью, но без самообвинения. Испытуемые обеих групп осознают свои потребности и стремятся их реализовать, но делают это по собственному желанию, ощущая внутреннюю свободу. Однако в условиях социальной напряженности, наблюдаемой в современном обществе мужчины и женщины способны принимать других людей, относиться к ним позитивно, замечая скорее хорошее, чем плохое.

Низкий балл (43 балла) у женщин по шкале «синергичность» свидетельствует о том, что женщины не воспринимают мир и людей в целостности, видя в этих противоречиях неразрешимый антагонизм. Полученные результаты подтверждаются исследованиями особенностей молодых женщин, в которых отмечается общая стабилизация личности, адекватность и относительная устойчивость самооценки, достижимая в связи с формированием

«Я – концепции». Но, противоречие «идеального Я» и «реального Я» может вызывать у женщин неприятие себя, неуверенность, агрессию по отношению к другим людям.

Мужчины являются более самоактуализированными (высокий балл по шкале «Поддержка» – 68,3) – это личности «направленные изнутри», способные к внутренней поддержке, руководствующая преимущественно внутренними принципами и мотивацией. Такие люди мало подвержены внешней оценке и влиянию, более свободны в выборе, не конформны. Им свойственно определенное соотношение ориентации на себя и на других. В определённой степени мужчины чувствительны к одобрению, привязанности, хорошему отношению людей, но гораздо меньше, чем личность, направленная только на других, во вне. В поступках мужчины опираются на собственные ощущения и мысли, критически воспринимают воздействие внешних обстоятельств и творчески расширяют немногочисленные первоначальные принципы, которые являются для них руководящими.

У женщин по шкале «Поддержка» мы наблюдаем низкие баллы.

Это говорит о том, что они обладают внешней поддержкой, и в большей степени подвержены влиянию окружения. Их поведение больше ориентировано на мнение других, а не собственное, одобрение со стороны других людей для них становится значимой целью. Женщин характеризует повышенная потребность в привязанности, в уверенности в хорошем отношении.

По шкале «Сензитивность» женщины имеют более высокие баллы (67 против 41) по сравнению с мужчинами. Женщины более чувствительны к собственным ощущениям, потребностям и переживанием, в то время как мужчины более равнодушны. Так же мы видим различия по шкале «Спонтанность». Женщины более склонны выражать свои чувства не спланировано, а спонтанно, а мужчины опасаются открыто проявлять свои эмоции.

Так же мы видим различия по шкале «Гибкость поведения» (высокие баллы у женщин и низкие – у мужчин). Высокий балл отражает способность женщин быстро и гибко реагировать на изменяющуюся ситуацию. Низкий балл мужчин означает догматизм – несамоактуализировавшаяся личность очень жестко придерживается общих принципов.

По шкалам «Контактность» и «Креативность» мы так же видим различия – высокие баллы у женщин и низкие – у мужчин. Это говорит о том, что мужчины часто испытывают сложности в общении, женщины же легко устанавливают контакты с людьми, открыты в общении. Для женщин характерен высокий творческий потенциал.

В результате исследования по методике САТ мы выявили значимые различия мужчин и женщин по шкалам «Поддержка», «Гибкость поведения», «Спонтанность», «Синергия», «Контактность», «Креативность» (пример расчета U-критерия Манна–Уитни по этим шкалам представлен в Приложении Ж). Таким образом, мы выявили, что женщины проявляют высокую степень зависимости от других и меньшую опору на себя, подвержены внешнему влиянию. Выражена гедонистическая направленность, поведение мотивируется потребностями более низкого уровня (физиологические потребности, потребность в безопасности и т.п.). Женщины в меньшей степени готовы нести ответственность за реализацию намеченных планов. У мужчин свойства самоактуализированной личности выражены в большей степени.

3.2 Анализ результатов по методике Кеттелла

Результаты личностных профилей мужчин и женщин представлены в Таблице 2.

Таблица 2 – Средние значения выраженности факторов по опроснику Кеттелла (в стенах)

	Факторы															
	A	B	C	E	F	G	H	I	L	M	N	Q	Q1	Q2	Q3	Q4
Муж.	8,3	6,9	9,2	4,6	6,7	8,6	5,2	1,6	2,3	4,9	6,7	5,5	4,8	7,5	8,8	4,4
Жен.	6,2	7,2	8,4	5,2	7,5	8,1	6,1	8,3	1,8	5,4	7,5	6,7	5,4	6,8	9,2	5,6

Анализ результатов личностных профилей мужчин и женщин (Таблица 2) установил статистически значимое ($p < 0,05$) повышение показателей по факторам C, G, Q3 и статистически значимое ($p < 0,05$) снижение показателей по фактору L, а также повышение показателей факторов A (только у мужчин), I (только у женщин), при низких значениях фактора I у мужчин.

Отличительными особенностями мужчин и женщин были эмоциональная уравновешенность (C+), высокая нормативность поведения (G+), доверчивость, уступчивость (L–), дисциплинированность, высокий самоконтроль (Q3+), а также общительность (A+) и практичность (I–) – у мужчин и впечатлительность (I+) – у женщин.

Как для мужчин, так и для женщин были характерны эмоциональная устойчивость, выдержанность, спокойствие, что свидетельствует об эмоциональной зрелости обследуемых. Они трезво смотрят на вещи, реально оценивают обстановку (фактор C+). Их высокое супер-эго проявляется в соблюдении стандартов и правил поведения, добросовестности, ответственности, эмоциональной уравновешенности. Они настойчивы и упорны в достижении целей, дисциплинированы, обязательны и решительны (фактор G+); доверчивы по отношению к людям, открыты, снисходительны, умеют ладить

с другими людьми, мягкосердечны, не завистливы (фактор L–); заботятся о своей репутации, точно выполняя социальные требования и контролируя свои эмоции. По отношению к другим внимательны и деликатны (фактор Q3+).

В выборках мужчин и женщин выявлены статистически значимые различия по методу ранговой корреляции Спирмена (Приложение Е). Результаты мужчин говорят о открытости, общительности, уживчивости, внимательности к людям, естественность и непринужденность в общении. Они легко устанавливают межличностные контакты, проявляют готовность к сотрудничеству и активность в устранении межличностных конфликтов (фактор A+). Им свойственна практичность, твердость, самоуверенность, самостоятельность, в решении проблем надеются на свои силы и берут ответственность на себя. Они не сентиментальны, скорее проявляют рассудительность и реализм, иногда – прямолинейность и жесткость в отношениях с другими людьми (низкие значения фактора I).

Женщины напротив, снисходительны, терпимы, мягкосердечны, сентиментальны. Зависимы от окружающих, способны к эмпатии, сопереживанию, но и от других ждут внимания и сочувствия. Склонны к ипохондрии, боязливости, беспокойству (высокие значения фактора I).

В выборках мужчин и женщин выявлены статистически значимые различия по методу ранговой корреляции Спирмена (Приложение Е).

Таким образом, мы выявили различия в личностных качествах мужчин и женщин. Способствуют психологической и социальной адаптации эмоциональная уравновешенность (C+), высокая нормативность поведения (G+), доверчивость, уступчивость (L–), дисциплинированность, высокий самоконтроль (Q3+), а также общительность (A+) и практичность (I–) — у мужчин и впечатлительность (I+) — у женщин, выявленные у испытуемых, благополучных в социальном плане.

3.3 Анализ результатов по методике FPI

На втором этапе эмпирического исследования мы исследовали такие психологические особенности личностей, как интернальность, тревожность, уровень эмпатии, невротичность, агрессивность, депрессивность, общительность, открытость, экстра-интроверсия, эмоциональная лабильность.

Результаты сравнительного анализа показателей по шкалам опросника FPI испытуемых представлены в Таблице 3.

Таблица 3 – Сравнительный анализ показателей по шкалам опросника FPI (в стенах, средние показатели по группе)

Шкалы	Свойства	Мужчины	Женщины
I	Невротичность	3.3	4.5
II	Спонтанная агрессивность	4.56	2.2
III	Депрессивность	2.2	3.4
IV	Раздражительность	3.45	5.28
V	Общительность	8.43	9.81
VI	Уравновешенность	5.47	4.9
VII	Реактивная агрессивность	4.1	5.2
VIII	Застенчивость	4.5	5.6
IX	Открытость	8.08	8.47
X	Экстраверсия-интроверсия	7.6	7.9
XI	Эмоциональная лабильность	8.0	7.6
XII	Маскулинность-фемининность	9.2	2.4

Шкала V (общительность) свидетельствует о потенциальных возможностях и существенных проявлениях социальной активности. Высокие значения и у мужчин, и у женщин говорят о наличии потребности в общении и готовности к ее удовлетворению. Такие люди склонны к добродушию, простоте и непринужденности в общении, эмоциональных проявлениях. Им характерна естественность и легкость в поведении, готовность к сотрудничеству и компромисам, внимательность к окружающим, адаптивность к ситуациям

с социальным значением, где есть взаимодействие с людьми. Они предпочитают совместную деятельность с другими людьми.

И у мужчин, и у женщин мы видим выраженное стремление к лидерству в общении, к доминированию, однако среди женщин этот показатель выше. И у тех, и у других мы наблюдаем стремление большинства испытуемых к установлению дружелюбных отношений и сотрудничеству с окружающими.

Шкала «Эмоциональная лабильность» свидетельствует об эмоциональном отношении к людям. Высокие значения обозначают доверчивость, терпимость, доброжелательность, толерантность, уживчивость. Высокие значения характеризуют человека эгоцентричным, подозрительным. У испытуемых личностей этот показатель несколько выше, чем у остальных групп испытуемых. Испытуемые более доброжелательны и терпимы по отношению к окружающим.

Высокие оценки по шкале «маскулинность – фемининность» у мужчин свидетельствуют о смелости, предприимчивости, стремлении к самоутверждению, склонности к риску, к быстрым, решительным действиям без достаточного их обдумывания и аргументирования. Интересы таких людей узки и практичны, суждения – конкретны и реалистичны, в поведении им недостает оригинальности и креативности. Они стараются избегать сложных, проблемных и запутанных ситуаций, пренебрегают оттенками и полутонами.

Женщины – с низкими оценками по шкале – чувствительны, уступчивы, склонны к волнениям, мягки, скромны в поведении, но не в самооценке. У них широкие и разнообразные, слабо дифференцированные интересы, хорошо развитое воображение, тяга к фантазированию и эстетическим увлечениям. Они проявляют интерес к философским, морально–этическим и мировоззренческим проблемам и эпизодически демонстрируют чрезмерную озабоченность личными проблемами, склонность к самоанализу и самокритике. Эта погруженность в личные проблемы, переживания не является невротической, или инфантильной. У них высокий интерес к людям и к нюансам межличностных

отношений, доступно понимание мотивов человеческого поведения. В действиях им не хватает смелости, активности и решительности.

Статистически значимых различий по U–критерию Манна–Уитни в выборках мужчин и женщин выявлено по шкале «Маскульность–феминность» (Приложение Ж). Таким образом, характерные мужские черты характера присущи мужчинам и женственные черты – женщинам.

3.4 Анализ результатов по методике ОТеЦ Сенина

Результаты диагностики испытуемых по методике ОТеЦ Сенина представлены в таблице 4:

Таблица 4 – Результаты диагностики по методике ОТеЦ Сенина

Терминальные ценности и жизненные сферы	Ранги в общей выборке	Ранги у женщин	Ранги у мужчин
Материально обеспеченная жизнь	1	1	1
Счастливая семейная жизнь	2	2	5
Креативность	13	12	16
Сохранение собственной индивидуальности	10	13	9
Здоровье	3	3	4
Активная деятельная жизнь	8	10	7
Жизненная мудрость	11	14	15
Профессиональное развитие	4	5	6
Духовное удовлетворение	7	4	11
Активные социальные контакты	9	11	8
Общественное признание	6	15	2
Познание	16	7	12
Собственный престиж	5	6	3
Образование	14	8	14
Увлечения	16	9	13
Достижения	12	16	10

Согласно полученным данным, первое место среди терминальных ценностей женщин и мужчин занимает материально обеспеченная жизнь, второе – счастливая семейная жизнь, третье – здоровье, далее интересная работа и продуктивная жизнь. К отвергаемым терминальным ценностям относятся

познание, жизненная мудрость. При этом в системе терминальных ценностей испытуемых есть гендерные различия. Значимые ценности мужчин и женщин представлены в Таблице 5.

Таблица 5 - Приоритетные терминальные ценности у женщин и мужчин

Ранг	Женщины	Мужчины
1	Материально обеспеченная жизнь	Материально обеспеченная жизнь
2	Счастливая семейная жизнь	Общественное признание
3	Здоровье	Продуктивная жизнь
4	Любовь	Здоровье
5	Интересная работа	Счастливая семейная жизнь

Как видно из Таблицы 5, распределения терминальных ценностей в женской и мужской группе имеют как сходства, так и различия. Общим для обеих групп является то, что первое по приоритету место в системе ценностей занимает материально обеспеченная жизнь – она стоит на первом месте у 85% (25 ч.) женщин и у 76% (23 ч.) мужчин.

Другие приоритетные терминальные ценности в группе женщин распределились таким образом: на втором месте стоит счастливая семейная жизнь (63% – 19 ч.), на третьем – здоровье (70% – 21 ч.), любовь (66% – 20 ч.), интересная работа (73% – 22 ч.).

В группе мужчин второе место занимает признание социума (80% – 24 ч.), далее идут продуктивная жизнь (76% – 23 ч.), здоровье (60% – 18 ч.), счастливая семейная жизнь (65% – 20 ч.).

Таким образом, для женщин на уровне нормативных идеалов (на уровне убеждений) и индивидуальных приоритетов (конкретные поступки) наиболее значимы одни и те же ценности – материальная обеспеченность, счастливая семейная жизнь, здоровье, менее значимы – достижения и общественное признание – как на уровне нормативных идеалов, так и на уровне индивидуальных приоритетов. Таким образом, можно судить о сформированности у женщин системы ценностей, приоритетами которой являются и групповые, и индивидуальные ценности.

Для мужчин на уровне нормативных идеалов (убеждений) наиболее значимы ценности достижения, стимуляции, самоопределения. На уровне индивидуальных приоритетов (конкретные поступки) для них наиболее значимы материальное положение, достижения, общественное признание. Наименьшей значимостью для мужчин на уровне нормативных идеалов обладают счастливая семейная жизнь, креативность. Таким образом, приоритетами системы ценностей мужчин являются ценности акцентирования «самости» и ценности изменения. Наибольшую значимость для них имеют ценности, отражающие личные интересы и создающие образ успешного человека. Ценности, выражающие интересы общества (ориентации на понимание, терпимость, взаимопомощь, благополучие других людей), занимают низшее положение по отношению к ценностям личного успеха, независимости и собственного благополучия.

В результате эмпирического исследования мы пришли к следующим выводам:

1) Мы выявили различия в личностных качествах мужчин и женщин. Способствуют психологической и социальной адаптации такие качества, как эмоциональная уравновешенность, высокая нормативность поведения, доверчивость, уступчивость, дисциплинированность, высокий уровень самоконтроля, а также общительность и практичность – у мужчин, и впечатлительность – у женщин, выявленные у испытуемых, благополучных в социальном плане.

2) Женщины проявляют высокую степень зависимости от других и меньшую опору на себя, более конформны. Выражена гедонистическая направленность, поведение мотивируется потребностями более низкого уровня (физиологические потребности, потребность в безопасности и т.п.). Женщины в меньшей степени готовы нести ответственность за реализацию намеченных планов. У мужчин свойства самоактуализированной личности выражены в большей степени. Результаты тестирования мужчин говорят о открытости, общительности, уживчивости, внимательности к людям, естественности и непринужденности

в общении. Они легко устанавливают межличностные контакты, проявляют готовность к сотрудничеству и активность в устранении межличностных конфликтов. Им свойственна твердость, практичность, самоуверенность, самостоятельность, в решении проблем надеются на свои силы и берут ответственность на себя. Мужчины преимущественно не сентиментальны, скорее проявляют рассудительность и реализм, иногда — суровость и жесткость в отношениях с окружающими. Женщины, напротив, снисходительны, терпимы, мягкосердечны, сентиментальны. Зависимы от окружающих, способны к эмпатии, сопереживанию, но и от окружающих ждут внимания и сочувствия. Склонны к ипохондрии, тревоге, беспокойству.

3) Характерные мужские черты характера присущи мужчинам и женственные черты – женщинам. Высокие оценки по шкале «маскулинность – фемининность» у мужчин говорят о смелости, предприимчивости, стремлении к самоутверждению, склонности к риску, к решительным действиям без достаточного их обдумывания и обоснования.

4) Приоритетами системы ценностей мужчин являются ценности акцентирования «самости» и ценности изменения. Наибольшую значимость для них имеют ценности, отражающие личные интересы и создающие образ успешного человека. Ценности, выражающие интересы общества, занимают подчиненное положение по отношению к ценностям личных достижений, независимости и собственного благополучия. Для женщин на уровне нормативных идеалов и индивидуальных приоритетов наиболее значимы – материальная обеспеченность, счастливая семейная жизнь, здоровье, наименее значимы – достижения и общественное признание – как на уровне нормативных идеалов, так и на уровне индивидуальных приоритетов. Следовательно, можно говорить о сформированности системы ценностей у женщин, приоритетами которой являются как групповые, так и индивидуальные ценности.

5) Гипотеза исследования доказана. Существуют гендерные различия в ценностных ориентациях и личностных особенностях женщин и мужчин в период взрослости.

ВЫВОДЫ

Анализ научной литературы, посвященной проблеме самореализации личности, позволяет отметить теоретико-методологическую вариативность в изучении данного феномена. Большинство отечественных исследователей исследуют самореализацию как целостный, системный процесс самосовершенствования, диалектически сочетающий в себе самоизменение и самостановление на протяжении всего жизненного пути человека.

Как практическое осуществление задатков, способностей, дарований и черт характера через ту или иную сферу социальной деятельности с пользой для себя самого, коллектива и общества в целом, однако механизм этого «само» остается неизученным.

К факторам, позитивно влияющим на самореализацию личности, относят адекватную самооценку, стрессоустойчивость, профессиональную мотивацию, творческий потенциал.

К личностным факторам, негативно влияющим на проявление психологической устойчивости в условиях, препятствующих самореализации, относят: конформизм, чрезмерно завышенную или заниженную самооценку, неадекватный уровень притязаний; негативный опыт решения сложных ситуаций в прошлом; преобладание отрицательных эмоций; доминирование мотивации избегания над мотивацией стремления к успеху; высокую тревожность как личностную черту; сильные механизмы личностной защиты, препятствующие объективному анализу ситуаций и собственных ресурсов для ее разрешения.

Проведенное исследование позволяет продвинуться в понимании роли гендерной идентичности в жизнедеятельности человека, в самоопределении.

Проведенный анализ показал, что самоопределение личности с различными типами гендерной идентичности различается по ряду признаков, таких как: внутренняя конфликтность, ориентиры и способы принятия решений, содержание идентичности, особенности поведения в публичной и приватной сферах.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В результате эмпирического исследования мы пришли к следующим выводам: Мы выявили различия в личностных качествах мужчин и женщин. Способствуют психологической и социальной адаптации эмоциональная уравновешенность, высокая нормативность поведения, доверчивость, уступчивость, дисциплинированность, высокий самоконтроль, а также общительность и практичность – у мужчин и впечатлительность – у женщин, выявленные у испытуемых, благополучных в социальном плане. Женщины проявляют высокую степень зависимости от других и меньшую опору на себя, подвержены внешнему влиянию. Выражена гедонистическая направленность, поведение мотивируется потребностями более низкого уровня (физиологические потребности, потребность в безопасности и т.п.). Женщины не готовы нести ответственность за реализацию намеченных планов. У мужчин свойства самоактуализированной личности выражены в большей степени. Мужчин отличали открытость, уживчивость, общительность, внимательность к окружающим, естественность и непринужденность в общении. Они легко устанавливают межличностные контакты, проявляют готовность к сотрудничеству и активность в устранении межличностных конфликтов. Им свойственна твердость, практичность, самоуверенность, самостоятельность, в решении проблем надеются на свои силы и берут ответственность на себя. Женщины напротив, снисходительны, терпимы, мягкосердечны, сентиментальны, конформны, способны к эмпатии, сопереживанию, склонны к ипохондрии и тревоге.

Характерные мужские черты характера присущи мужчинам и женственные черты – женщинам. Высокие оценки по шкале «маскулинность-фемининность» у мужчин свидетельствуют о смелости, предприимчивости, стремлении к самоутверждению, склонности к риску, к быстрым, решительным действиям без достаточного их обдумывания и обоснования.

Приоритетами системы ценностей мужчин являются ценности акцентирования «самости» и ценности изменения. Большую значимость для них имеют ценности, отражающие личные интересы и формирующие образ успешной личности. Ценности, выражающие интересы окружения занимают подчиненное положение по отношению к ценностям личных достижений, независимости и собственного благополучия. Для женщин на уровне нормативных идеалов и индивидуальных приоритетов наиболее значимы – материальная обеспеченность, счастливая семейная жизнь, здоровье, наименее значимы – достижения и общественное признание – как на уровне нормативных идеалов, так и на уровне индивидуальных приоритетов. Таким образом, можно говорить о сформированности у женщин системы ценностей, приоритетами которой являются как групповые, так и индивидуальные ценности.

Гипотеза исследования доказана. Существуют гендерные различия в ценностных ориентациях и личностных особенностях женщин и мужчин в период взрослости.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Адлер, А. Практика и теория индивидуальной психологии» / А. Адлер. – М.: Академический Проект, 2007. – 240 с.
2. Ассаджиоли, Р. Психосинтез: принципы и техники / Р. Ассаджиоли. – М.: Психотерапия, 2008. – 384 с.
3. Ахтямов, Р. Профессиональное самоопределение и самоактуализация студентов – психологов // Материалы VIII Междун. конф. студентов и аспирантов по фундаментальным наукам «Ломоносов – 2001». – М.: МГУ, 2001. – 5 с.
4. Базарный, В.Ф. Дитя человеческое: психофизиология развития и регресса / В.Ф. Базарный. – М.: Пульс, 2009. – 335 с.
5. Батаршев, А.В. Многофакторный личностный опросник Р. Кеттелла: Практическое руководство / А. В. Батаршев. – М.: ТЦ Сфера, 2002. – 96 с.
6. Берн, Ш. Гендерная психология / Ш. Берн. – СПб.: Прайм–Еврознак, 2001. – 215 с.
7. Битько, А.А. Ассертивность: понять другого, достичь своего / А. А. Битько // Управление персоналом. – 2007. – № 7. – С.24–28.
8. Блюм, А. Разглядеть общечеловеческое за культурной отличительностью: Интервью Е. И. Филипповой с Аленом Блюмом // Этнографическое обозрение. – 2006. – № 1. – С. 79–92.
9. Буракова, М.В. Интерпретация маскулинности–фемининности внешнего облика женщины (на примере прически): дис. канд. психол. наук. / М.В. Буракова. – Ростов н/Д: Изд-во Рост. ун-та, 2000. – 218 с.
10. Буюкас, Т.М. Личностное развитие в условиях работы самопонимания, опосредованной символами // Вопросы психологии. – 2000. – № 1. С. 96–108

11. Буякас, Т.М. Внутренняя активность субъекта в процессе амплификации индивидуального сознания / Т.М. Буякас, О.Г. Зевина // Вопросы психологии. – 1999. – № 5. С. 50—61.
12. Большой психологический словарь/под ред. Б.Г. Мещерякова, В.П. Зинченко. – 3-е изд., доп. и перераб. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2006. – 672 с.
13. Введение в гендерные исследования: учебное пособие / под ред. И. А. Жеребкиной – СПб.: Алетейя, 2001. – 196 с.
14. Введение в гендерные исследования: учебное пособие / под ред. И. В. Костиковой. М.: Изд-во МГУ, 2000. – 256 с.
15. Глоссарий по гендерному образованию // Гендерные исследования. Региональная антология исследований из восьми стран СНГ / О.В. Воронина, под общ. ред. И. Н. Тартаковской. – М.: Вариант, ИСПП, 2006. С. 443–511.
16. Гендерная психология / под ред. И. С. Клециной. – 2-е изд., переработ. и доп. – СПб.: Питер, 2009. – 496 с.
17. Жаров, Л.В. Диалектика понимания сексуальной нормы поведения человека в современной России // Гуманитарные и социальные науки / Л.В. Жаров, А.А. Ибрагимова. – 2015. – №1. – С. 51-61.
18. Женские и гендерные исследования: авторские программы курсов: Учебное пособие / под ред. В. Успенская. – Тверь:ТГУ, 2001.– 82 с.
19. Зуйкова, Е.М. Феминология и гендерная политика: учебное пособ. – М.: Дашков и Ко, 2007. – 300 с.
20. Иванов, Е.В. Самоопределение женщин с различными типами гендерной идентичности / Е.В. Иванов, Е.В. Кулаев // Ученые записки. Серия Психология. Педагогика. – 2001. – № 1 (13). – С. 14–24.
21. Ильин, В.А. Кризис идентичности как ресурс модернизации общества: исследование восприятия социальных институтов российского общества представителями трех социально-возрастных категорий современных россиян // Социальная психология / В.А. Ильин, Е.А. Михайлова. – 2012. – № 2. – С. 59–64.

22. Ильин, Е.П. Дифференциальная психофизиология мужчины и женщины / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2002. – 318 с.
23. Ильин, Е.П. Пол и гендер / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2010. – 341 с.
24. Ильин, Е.П. Психология индивидуальных различий / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2004. – 701 с.
25. Клецина, И.С. Психология гендерных отношений: теория и практика: Монография / И.С. Клецина. – СПб.: Алетейя, 2004. – С 30–34.
26. Кон, И.С. Мужские исследования: меняющиеся мужчины в изменяющемся мире // Введение в гендерные исследования. – Ч.1: учебное пособие / И.С. Кон, под ред. И. А. Жеребкиной. – Харьков: ХЦГИ; – СПб.: Алетейя, 2001. – 215 с.
27. Кон, И.С. Сексология: учебное пособие / И.С. Кон. – М.: Академия, 2004. – 384 с.
28. Куликов, Л.В. Психогигиена личности // Вопросы психологической устойчивости и психопрофилактики / Л.В. Куликов. – СПб.: Питер, 2004.– С. 90–94.
29. Куница, В.Н. Межличностное общение / В.Н. Куница, Н.В. Казаринова, М.В. Погорьша. – СПб.: Питер, 2002. – 115 с.
30. Кустова, О.Л. Исследование гендерных стереотипов методом личностного семантического дифференциала // Практикум по гендерной психологии / О.Л. Кустова под ред. И. С. Клёцкиной. – СПб.: Питер, 2003. – С. 229–240.
31. Маслоу, А. Мотивация и личность / А. Маслоу.– СПб.: Евразия, 1999. – 189 с.
32. Моросанова, В.И. Индивидуальная саморегуляция и характер человека / В. И. Моросанова // Вопросы психологии. – 2007. – №3. – С. 59-69.
33. Моросанова, В.И. Индивидуальные особенности и саморегуляция агрессивного поведения / В. И. Моросанова., М. Д. Гаралёва // Вопросы психологии. – 2009. – №3. – С.45–56.
34. Сорокова, М. Г. Математические методы в психологии: непараметрическая статистика: учебное пособие / М.Г. Сорокова. — М.: МГППУ, 2011. — 281 с.

35. Ожигова, Л.Н. Исследование гендерной идентичности и гендерных стереотипов личности // Практикум по гендерной психологии / Л.Н. Ожигова под ред. И. С. Клёциной. – СПб.: Питер, 2003. – С. 164–170.
36. Ожигова, Л.Н. Гендерная идентичность личности и смысловые механизмы ее реализации / Л.Н. Ожигова // Автореферат диссертации на соискание ученой степени докт. психол. наук. – Краснодар, 2006 – 46 с.
37. Петровский, В.А. Психология неадаптивной активности / В.А. Петровский. – М.: Горбунок, 1992. – 224 с.
38. Пол женщины: сб. статей по гендерным исследованиям / под ред. С. Шакировой, М. Сеитовой. – Алматы: Мальвина, 2000. – 196 с.
39. Психология восприятия насилия: культурный и гендерный аспекты // Практикум по гендерной психологии / под ред. И. С. Клёциной. – СПб.: Питер, 2003. – С. 388–403.
40. Радина, Н.К. Изучение гендерной идентичности методом фокус – группы // Практикум по гендерной психологии / Н.К. Радина под ред. И. С. Клёциной. – СПб.: Питер, 2003. С. 243–254.
41. Риккер, О.Ю. Гендерная идентичность: философско–антропологические аспекты анализа// Гендерные аспекты гуманитарных наук. / О.Ю. Риккер. – Новосибирск, 2012. – 213 с.
42. Роджерс, К. Консультирование и психотерапия: Новейшие подходы в области практической работы /К.Роджерс. –М.: Психотерапия, 2008. –512 с.
43. Сайко, Э.В. Идентификация – как способ социального бытия и идентичность как форма субъективного самоосуществления / Э.В. Сайко // Мир психологии. – 2004. – №2. – С. 3–11.
44. Силасте, Г.Г. Гендерная социология как частная социологическая теория / Г.Г. Силасте // Социс. – 2000. – №11. – С. 67–73.
45. Солдатова, Е.Л. Нормативные кризисы развития личности взрослого человека: дис. докт. психол. наук / Е.Л. Солдатова. – Екатеринбург, 2007. – 375 с.

46. Солдатова, Е.Л. Психология нормативных кризисов взрослости: монография / Е.Л. Солдатова. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2005. – 281 с.
47. Солдатова, Е.Л. Эго-идентичность в нормативных кризисах развития / Е.Л. Солдатова // Вопросы психологии. – 2006. – №5. – С. 74–84.
48. Степанов, С. Личностный рост: издержки цивилизации / Степанов С. // Школьный психолог. – 2001. – №30. – С. 55–59.
49. Столин, В.В. Самосознание личности / В.В. Столин. – М.: Издательство Московского университета, 2007. – 284 с.
50. Уэст, К. Создание гендера // Хрестоматия феминистских текстов / К. Уэст, Д. Зиммерман, под ред. Е. Здравомысловой и А. Тёмкиной. – СПб.: «Дмитрий Буланин», 2000. – С. 193–219.
51. Фрейгер, Р. Абрахам Маслоу и психология самоактуализации. / Р. Фрайгер, Дж. Фейдимен. – М., 2001. – 266 с.
52. Фельдштейн, Д.И. Человек в современной ситуации: тенденции и потенциальные возможности развития / Д.И. Фельдштейн // Мир психологии. – 2005. – № 1. – С. 15–24.
53. Фрейджер, Р. Личность: теории, упражнения, эксперименты. / Р. Фрейджер. – СПб.: Прайм – Еврознак, 2002. – 864 с.
54. Фрейджер, Р. Личность: теории, эксперименты, упражнения / Р. Фрейджер, Д. Фейдимен. – СПб.: Прайм – Еврознак, 2001. – 864 с.
55. Харламенкова, Н.Е. Спонтанность и контроль в зрелых личностных отношениях // Феномен и категория зрелости в психологии / Н.Е. Харламенкова, под ред. А.Л. Журавлев, Е.А. Сергиенко. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2007. – С. 128–148.
56. Хорни, К. Невроз и личностный рост. Борьба за самореализацию / К. Хорни. – М.: Изд-во Б&К, 2000. – 316 с.
57. Эмоциональная зрелость личности: определение понятия и выделение критериев // Личность и проблемы развития: сборник

- работ молодых ученых /под ред. Е.А. Чудина. – М.: Издательство Института психологии РАН, 2003. – 127 с.
58. Эриксон, Э. Идентичность: юность и кризис / Э. Эриксон – СПб.: Питер, 2008. – 218 с.
59. Юркова, Е.В. Социально-психологический анализ гендерных ролей // Практикум по гендерной психологии / Е.В. Юркова, И.С. Клёцина. – СПб.: Питер, 2003. – 241 с.
60. Ященко Е.Ф. Ценностно-смысловая концепция самоактуализации / Е.Ф.Ященко. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2005. – 383 с.

ПРИЛОЖЕНИЯ

ПРИЛОЖЕНИЕ А

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 даже 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 внутренне смущаюсь, когда мне говорят комплименты.
3. а) Мне кажется, что человек может прожить свою жизнь так, как ему хочется. б) Мне кажется, что у человека 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 надо всегда искать принципиально новые решения.
7. а) Для меня важно, разделяют ли другие мою точку зрения.

- б) Для меня не слишком важно, чтобы другие разделяли мою точку зрения.
8. а) Мне кажется, что человек должен спокойно относиться к тому неприятному, что он может услышать о себе от других.

Продолжение приложения А

- б) Мне понятно, когда люди обижаются, услышав что-то неприятное о себе.
9. а) Я могу безо всяких угрызений совести отложить до завтра то, что я должен сделать сегодня. б) Меня мучают угрызения совести, если я откладываю до завтра то, что я должен сделать сегодня.
10. а) Иногда я бываю так зол, что мне хочется “бросаться” на людей. б) Я никогда не бываю зол настолько, чтобы мне хотелось “бросаться” 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 иметь отрицательные последствия. б) Не стоит поощрять излишнее любопытство ребенка, когда оно может привести к дурным последствиям.
14. а) У меня часто возникает потребность найти обоснование тем своим действиям, которые я совершаю просто потому, что мне этого хочется. б) У меня почти никогда не возникает потребности найти обоснование тех своих действий, которые я совершаю просто потому, что мне этого хочется.
15. а) Я всячески стараюсь избегать огорчений. б) Я не стремлюсь всегда 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, за что люди были бы мне благодарны. б) Я хотел бы совершить

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

18. а) Мне кажется, что большую часть времени я не живу, а как будто готовлюсь

Продолжение приложения А

к тому, чтобы по-настоящему начать жить в будущем.

б) Мне кажется, что большую часть времени я не готовлюсь к будущей “настоящей” жизни, а живу по-настоящему уже сейчас.

19. а) Обычно я высказываю и делаю то, что считаю нужным, даже если это грозит осложнениями в отношениях с другом.

б) Я стараюсь не говорить и не делать такого, что может грозить осложнениями в отношениях с другом.

20. а) Люди, которые проявляют повышенный интерес ко всему на свете, иногда меня раздражают. б) Люди, которые проявляют повышенный 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, соответствует ли мое поведение ситуации.

б) Я редко задумываюсь о том, соответствует ли мое поведение ситуации.

23. Мне кажется, что любой человек по природе своей способен преодолевать те трудности, которые ставит перед ним жизнь.

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

24. а) Главное в нашей жизни – это создавать что-то новое.

б) Главное в нашей жизни – приносить людям пользу.

25. а) Мне кажется, 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 сочетали

в себе и традиционно мужские, и традиционно женские свойства характера.

26. а) Два человека лучше всего ладят между собой, если каждый из них старается

Продолжение приложения А

прежде всего доставить удовольствие другому в противовес свободному выражению своих чувств. б) Два человека лучше всего ладят между собой, если

каждый из них старается прежде всего выразить свои чувства в противовес стремлению доставить удовольствие другому.

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

и эгоистические поступки, которые совершают люди, не являются проявлениями их человеческой природы.

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

в незначительной степени зависит от того, будут ли у меня друзья.

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

30. а) Мне кажется, что наиболее ценным для человека является любимая работа.

б) Мне кажется, что наиболее ценным для человека является счастливая семейная жизнь.

31. а) Я никогда не сплетничаю. Б) Иногда мне нравится сплетничать.

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 услугу, то я не чувствую себя обязанным

34. а) Иногда мне трудно быть искренним даже тогда, когда мне этого хочется.

б). Мне всегда удается быть искренним, когда мне этого хочется.

35. а) Меня редко беспокоит чувство вины. Б) Часто беспокоит чувство вины.

36. а) Я постоянно чувствую себя обязанным делать все от меня зависящее, чтобы

у тех, с кем я общаюсь, было хорошее настроение. б) Я не чувствую себя обязанным делать все от меня зависящее, чтобы у тех, с кем я общаюсь, было хорошее настроение.

Продолжение приложения А

37. а) Мне кажется, что каждый человек должен иметь представление 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 времени даром”

б) Я не считаю необходимым следовать правилу “не трать времени даром”

39. а) Критические замечания в мой адрес снижают мою самооценку.

б) Критические замечания в мой адрес не снижают мою самооценку.

40. а) Я часто переживаю из-за того, что в настоящий момент не делаю ничего значительного. б) Я редко переживаю из-за того, что в настоящий

момент не делаю ничего значительного.

41. а) Я оставляю приятное “на потом”. б) Я не оставляю приятное “на потом”.

42. а) Я часто принимаю спонтанные решения. б) Редко принимаю спонтанные решения.

43. а) Я стремлюсь открыто выражать свои чувства, даже если это может привести к каким-либо неприятностям. б) Я стараюсь не выражать открыто своих чувств в тех случаях, когда это может привести к каким-либо 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 общении с другими свое недовольство ими. б) Мне кажется, что в общении с другими люди должны скрывать свое недовольство 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.

Продолжение приложения А

48. а) Мне кажется, что углубление в узкую специализацию является необходимым 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 сексуального влечения. б) Я легко отличаю любовь от простого сексуального влечения.
51. а) Меня постоянно волнует проблема самоусовершенствования. 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, я могу вполне доверять своим собственным оценкам. б) Мне кажется, я не могу доверять в полной мере своим собственным оценкам.
54. а) При необходимости человек может достаточно легко избавиться от своих привычек. б) Человеку крайне трудно избавиться от своих привычек.
55. а) Мои чувства иногда приводят в недоумение меня самого. б) Мои чувства никогда не подвергают меня в недоумение.
56. а) В некоторых случаях я считаю себя вправе дать человеку понять, что он мне кажется глупым и неинтересным. б) Я никогда не считаю себя вправе дать человеку понять, что он мне кажется глупым и неинтересным.
57. а) Можно судить со стороны, насколько счастливо складываются отношения между людьми. б) Наблюдая со стороны, нельзя сказать, насколько удачно складываются отношения между людьми.

58. а) Я часто перечитываю понравившиеся мне книги по несколько раз.
б) Я думаю, что лучше прочесть какую-либо новую книгу, чем возвращаться к уже прочитанному.

Продолжение приложения А

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 излишне бестактны. б) Стремление разобраться в характере и чувствах окружающих естественно для человека и поэтому может оправдать бестактность.
64. а) Обычно я расстраиваюсь из-за потери или поломки нравящихся мне вещей.
б) Обычно я не расстраиваюсь из-за потери или поломки нравящихся мне вещей.
65. а) Я чувствую себя обязанным поступать так, как от меня ожидают окружающие. б) Я не чувствую себя обязанным поступать так, как от меня ожидают окружающие.
66. а) Интерес к самому себе всегда необходим для человека.
б) Излишнее самокопание иногда имеет дурные последствия.
67. а) Иногда боюсь быть самим собой. б) Я никогда не боюсь быть самим собой.
68. а) Большая часть того, что мне приходится делать, доставляет мне удовольствие. б) Лишь немного 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 думают о своих достоинствах.
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.

Продолжение приложения А

71. а) Человек должен раскаиваться в своих поступках. б) Человек совсем не обязательно должен раскаиваться в своих поступках.
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 хочу понять, чего хочу я сам. б) В большинстве ситуаций я пытаюсь понять, чего хотят окружающие.
74. а) Я стараюсь никогда не быть “белой вороной”. б) Я позволяю себе 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 степени 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) Те усилия и затраты, которых требует познание истины, оправданы, так как они приносят пользу людям. б) Те усилия и затраты, которых требует познание истины, оправданы хотя бы тем, что они доставляют человеку эмоциональное удовлетворение.

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 доверяю тем решениям, которые я принимаю спонтанно.
б) Я не доверяю тем решениям, которые я принимаю спонтанно.
81. а) Пожалуй, я могу сказать, что я живу с ощущением счастья. б) Пожалуй, я не могу сказать, что я живу с ощущением счастья.

Продолжение приложения А

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 принимать 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 трудно примириться со своими ошибками.
87. а) Обычно я чувствую себя виноватым, когда поступаю эгоистично. б) Обычно я не чувствую себя виноватым, когда поступаю эгоистично.
88. а) Дети должны понимать, что у них нет тех прав и привилегий, что у взрослых. б) Детям не обязательно осознавать, что у них нет тех прав и привилегий, что у взрослых.
89. а) Я хорошо знаю, 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 людям доверять не стоит.
91. а) Прошлое, настоящее и будущее представляются мне как единое целое.

- б) Мое настоящее представляется мне слабо связанным с прошлым и будущим.
92. а) Я предпочитаю проводить отпуск путешествуя, даже если это сопряжено с большими неудобствами. б) Я предпочитаю проводить отпуск спокойно, в комфортабельных условиях.
93. а) Бывает, что мне нравятся люди, чье поведение я не одобряю. б). Мне почти никогда не нравятся люди, чье поведение я не одобряю.

Продолжение приложения А

94. а) Людям от природы свойственно понимать друг друга. б) По природе своей человеку свойственно заботиться о своих собственных интересах.
95. а) Мне не нравятся сальные шутки. б.) Мне иногда нравятся сальные шутки.
96. а) Меня любят потому, что я сам способен любить. б) Меня любят потому, что я стараюсь заслужить любовь окружающих.
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 уверенным в отношениях с другими людьми. б) Я чувствую себя неуверенным в отношениях с другими людьми.
99. а) Защищая собственные интересы, люди часто игнорируют интересы окружающих. б) Защищая собственные интересы, люди обычно не забывают интересы 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 человека. б) Я считаю, что не все люди одарены природой способностью к творчеству.
102. а) Обычно я не расстраиваюсь, если мне не удастся добиться совершенства в чем-либо. б) Я часто расстраиваюсь, если мне не удастся добиться совершенства

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.

Продолжение приложения А

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 это необходимо. б) Человек должен всегда заниматься только тем, что ему интересно.

108. а) Я могу сказать, что 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, чтобы мной командовали.
б) Мне никогда не нравится, когда мной командуют.

110. а) Я не стесняюсь обнаруживать свои слабости перед друзьями.
б) Мне не легко 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 удовлетворение человек получает, добившись желаемого результата в работе. б) Наибольшее удовлетворение человек получает в самом процессе работы.

113. а) О человеке никогда с уверенностью нельзя сказать, добрый он или злой.
б) Обычно о человеке можно сказать, добрый он или злой.

114. а) Я почти всегда чувствую в себе силы поступать так, как я считаю нужным, несмотря на последствия. б) Я далеко не всегда чувствую в себе силы поступать так, как я считаю нужным, несмотря на последствия.

115. а) Люди часто 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 всегда должен осознавать причины каждого поступка.
б) Зрелый человек совсем не обязательно должен осознавать причины каждого своего поступка.

Продолжение приложения А

118. а) Я воспринимаю себя таким, каким видят меня окружающие.
б) Я вижу себя не совсем таким, каким видят меня 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) Мне не нравится участвовать в жарких спорах
121. а) У меня не хватает времени на то, чтобы следить за новинками в мире искусства и литературы. б) Я постоянно слежу за новинками в мире искусства и литературы.
122. а) Мне всегда удастся руководствоваться в жизни своими собственными чувствами и желаниями. б) Мне не часто удастся руководствоваться в жизни своими собственными чувствами и желаниями.
123. а) Я часто руководствуюсь общепринятыми представлениями в решении моих личных проблем. б) Я редко руководствуюсь в решении моих личных проблем общепринятыми представлениями.
124. а) Мне кажется, что для того, чтобы заниматься творческой деятельностью, человек должен обладать определенными знаниями в этой области.
б) Мне кажется, что для того, чтобы заниматься 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 редко 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 вопрос): 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,

Окончание приложения А

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, 73, 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. Необходимо подсчитать баллы по всем шкалам теста. После этого подсчитывается значение основных коэффициентов: коэффициента "Ориентация во времени" и коэффициента "Поддержка". На основе этих данных производится основная интерпретация результатов.

ПРИЛОЖЕНИЕ Б

Опросник Р. Кэттелла (16PF), форма А

1. Я хорошо понял инструкцию, которую только что прочитал:
а) да; в) не уверен; с) нет.
2. И готов отвечать на каждый вопрос так искренне, как только возможно:
а) да; в) не уверен; с) нет.
3. Я бы предпочел временами жить в доме, который находится:
а) в обжитом городе; в) нечто среднее; с) одиноко в глухих лесах.
4. Я чувствую в себе достаточно сил, чтобы справиться со своими трудностями:
а) всегда; в) обычно; с) редко.
5. Я чувствую некоторое беспокойство при виде диких животных, даже если они находятся в прочных клетках:
а) верно; в) не уверен; с) неверно.
6. Я воздерживаюсь от критики людей и их высказываний:
а) да; в) иногда; с) нет.
7. Я делаю саркастические (язвительные) замечания по поводу людей, если они этого, по-моему, заслуживают:
а) обычно; в) иногда; с) никогда.
8. Мне больше нравится классическая, чем эстрадная музыка:
а) верно; в) не уверен; с) неверно.
9. Если бы я увидел дерущимися соседских детей, то я:

а) дал бы им возможность; в) не уверен; с) рассудил бы их.
договориться самим;

10. При общении с людьми я:

а) с готовностью вступаю в разговор; в) нечто среднее; с) предпочитаю спокойно оставаться в стороне.

11. По-моему, интереснее быть:

а) инженером-строителем; в) не уверен; с) драматургом.

Продолжение приложения Б

12. Я остановился бы на улице скорее, чтобы посмотреть на работу художника, чем слушать, как ссорятся люди:

а) верно; в) не уверен; с) неверно.

13. Обычно я могу ладить с самодовольными людьми, несмотря на то, что они хвастаются или слишком много о себе воображают:

а) да; в) нечто среднее; с) нет.

14. По лицу человека всегда можно заметить, что он нечестный:

а) да; в) не уверен; с) нет.

15. Было бы хорошо, если бы отпуск (каникулы) был более продолжителен, и каждый был бы обязан его использовать:

а) согласен; в) не уверен; с) не согласен.

16. Я предпочел бы работу с возможно большим, но непостоянным заработком, чем работу со скромным, но постоянным окладом:

а) согласен; в) не уверен; с) не согласен.

17. Я говорю о своих чувствах:

а) только если это необходимо; в) нечто среднее; с) охотно, когда представится возможность.

18. Время от времени у меня возникает чувство неопределенной опасности или

а) да; в) нечто среднее; с) нет.

а) не испытываю чувства вины; в) среднее; с) чувствую себя виноватым.

[illegible]

21. Моим решением руководит больше:

a) серце; в) серце і розум; c) розум.

[illegible]

а) верно; в) не уверен; с) неверно.

24. При разговоре я предпочитаю:

а) высказывать свои мысли так, в) нечто среднее; с) сначала сформулировать
как они приходят мне в голову; лучше свои мысли.

25. После того как меня что-то сильно рассердит, я довольно быстро успокаиваюсь:

а) да; в) нечто среднее; с) нет.

26. При одинаковом рабочем времени и зарплатке было бы интереснее работать:

а) плотником или поваром; в) не уверен; с) официантом в хорошем ресторане.

27. На общественные должности меня выбирали:

а) очень редко; в) иногда; с) много раз.

28. «Лопата» относится к «копать», как «нож» относится к:

что-либо.

38. Если меня назначают руководителем чего-либо, я настаиваю на том, чтобы мои указания выполнялись, иначе я отказываюсь от этой работы:

- а) да; в) иногда; с) нет.

39. Важнее, чтобы родители:

- а) помогали детям развиваться) нечто среднее; с) обучали детей сдерживать свои чувства;
свои чувства;

Продолжение приложения Б

40. Участвуя в групповой деятельности, я бы предпочел:

- а) постараться улучшить) нечто среднее; с) следить за результатами и
организацию работы; соблюдением правил.

41. Время от времени у меня появляется потребность в интересной физической деятельности:

- [illegible]

42. Я предпочел бы скорее общаться с вежливыми людьми, чем с грубоватыми и любящими возражать:

- [illegible]

43. Я чувствую себя очень униженным, когда меня критикуют в присутствии группы людей:

- а) верно; в) нечто среднее; с) неверно.

44. Если меня вызывает начальство, то я:

- а) пользуюсь случаем, чтобы в) нечто среднее; с) боюсь, что это связано с
попросить о чем-то нужном какой-нибудь оплошностью
мне; в моей работе.

45. В наше время требуется:

- а) больше спокойных, в) не уверен; с) больше «идеалистов»,
солидных людей; планирующих лучшее будущее.

46. При чтении я сразу замечаю, когда автор произведения хочет меня в чем-то убедить:

- а) да; в) не уверен; с) нет.

47. В юности я принимал участие в нескольких спортивных мероприятиях:

- а) иногда; в) довольно часто; с) многократно.

Продолжение приложения Б

48. Я поддерживаю порядок в моей комнате, все вещи всегда лежат на своих местах:

- а) да; в) нечто среднее; с) нет.

49. Иногда у меня возникает чувство напряжения и беспокойства, когда я вспоминаю, что произошло в течение дня:

- а) да; в) нечто среднее; с) нет.

50. Иногда я сомневаюсь, действительно ли люди, с которыми я разговариваю, интересуются тем, что я говорю:

- [illegible]

51. Если бы пришлось выбирать, то я предпочел бы быть:

- а) лесником; в) не уверен; с) учителем средней школы.

52. На праздники и дни рождения я:

- а) люблю делать подарки; в) неопределенно; с) считаю, что делать подарки — довольно неприятная вещь.

53. «Усталый» относится к «работе», как «гордый» к:

- а) «улыбка»; в) «успех»; с) «счастливый».

54. Какой из следующих предметов по существу отличается от двух других:

- а) свеча; в) луна; с) электрический свет.

55. Друзья меня подводили:

а) да; в) нечто среднее; с) нет.

66. Мне бы понравилась жизнь ветеринара, лечение и операции на животных:

а) да; в) не уверен; с) нет.

67. Я ем со вкусом, не всегда так аккуратно и тщательно как другие люди:

[illegible]

68. Бывают времена, когда у меня нет настроения видеть кого бы то ни было:

а) очень редко; в) нечто среднее; с) довольно часто.

Продолжение приложения Б

69. Иногда меня предупреждают о том, что в моем голосе и манерах слишком проявляется возбуждение:

а) да; в) нечто среднее, с) нет.

70. В юности, если я расходился во мнении с родителями, то я:

а) оставался при своем мнении; в) нечто среднее; с) соглашался с их авторитетом.

71. Я предпочел бы заниматься самостоятельной работой, а не совместной:

а) да; в) не уверен; с) нет.

72. Мне бы больше понравилась спокойная жизнь, чем слава и шумный успех:

а) верно; в) не уверен; с) неверно.

73. В большинстве случаев я чувствую себя зрелым человеком:

а) верно; в) не уверен; с) неверно.

74. Замечания в мой адрес, которые позволяют себе некоторые люди, меня больше расстраивают, чем помогают:

[illegible]

75. Я всегда способен управлять проявлением своих чувств:

а) да; в) нечто среднее; с) нет.

76. Начиная работу над полезным изобретением, я бы предпочел:

а) разрабатывать его в лаборатории; в) нечто среднее; с) заниматься его практической реализацией.

77. «Удивление» относится к «странный», как «страх» относится к:

- а) «смелый»; в) «тревожный»; с) «ужасный».

78. Которая из последующих дробей отличается от двух других:

- a) $3/7$; B) $3/9$; c) $3/11$.

79. Кажется, некоторые люди игнорируют и избегают меня, хотя я не знаю, почему:

- а) верно; в) не уверен; с) неверно.

Продолжение приложения Б

80. Отношения ко мне людей не соответствуют моим добрым намерениям:

- а) часто; в) иногда; с) никогда.

81. Употребление нецензурных выражений вызывает у меня возмущение, даже если не присутствуют лица другого пола:

- а) да; в) нечто среднее; с) нет.

82. У меня определенно меньше друзей, чем у большинства людей:

- а) да; в) нечто среднее; с) нет.

83. Я бы очень не хотел находиться в таком месте, где нет таких людей, с которыми можно поговорить:

- а) верно; в) нечто среднее; с) нет.

84. Люди иногда считают меня небрежным, хотя и думают, что я приятный человек:

- а) да; в) не уверен; с) нет.

85. Волнение перед выступлением в присутствии многих людей я испытывал:

- а) ДОВОЛЬНО ЧАСТО; в) ИНОГДА; с) ПОЧТИ НИКОГДА.

86. Когда я нахожусь в большой группе людей, то я предпочитаю молчать и предоставляю слово другим:

- а) да; в) нечто среднее; с) нет.

87. Я предпочитаю читать:

- а) реалистические описания в) нечто среднее; с) роман, где много чувств и

сражений;

а) да; в) нечто среднее; с) нет.

а) верно; в) нечто среднее; с) неверно.

а) да; в) нечто среднее; с) нет.

а) да; в) не уверен; с) нет.

а) меня это совершенно нев) нечто среднее; с) я расстраиваюсь.

94. Я смущаюсь, когда меня хвалят или говорят мне комплименты:

[illegible]

95. Я бы предпочел иметь работу:

а) с постоянным окладом; в) нечто среднее; с) с большим окладом, который бы зависел от моей способности показать людям, чего я стою.

96. Чтобы быть информированным, я предпочитаю получать сведения:

а) в общении с людьми; в) нечто среднее; с) из литературы.

97. Мне нравится принимать активное участие в общественной работе:

а) да; в) нечто среднее; с) нет.

98. При выполнении задания я удовлетворяюсь только тогда, когда должное внимание будет уделено всем мелочам:

а) верно; в) не уверен; с) неверно.

Продолжение приложения Б

99. Даже самые незначительные неудачи иногда меня слишком раздражают:

а) да; в) нечто среднее; с) нет.

100. Сон у меня всегда крепкий, я никогда не хожу и не разговариваю во сне:

а) да; в) не уверен; с) нет.

101. Для меня интереснее работа, при которой:

а) нужно разговаривать с людьми; в) нечто среднее; с) нужно заниматься счетами и записями.

102. «Размер» так относится к «длине», как «нечестный» к:

а) «тюрьма»; в) «нарушение»; с) «кража».

103. «АБ» так относится к «ГВ», как «СР» относится к:

а) «ПО»; в) «ОП»; с) «ТУ».

104. Когда люди ведут себя неразумно, то я:

а) молчу; в) не уверен; с) высказываю свое презрение.

105. Если кто-нибудь громко разговаривает, когда я слушаю музыку:

а) могу сосредоточиться на музыке, не отвлекаться; в) нечто среднее; с) чувствую, что это портит мне удовольствие и раздражает.

106. Меня лучше характеризовать как:

а) вежливого и спокойного; в) нечто среднее; с) энергичного.

107. В общественных мероприятиях я принимаю участие только тогда, когда это нужно, а в иных случаях избегаю их:

- а) да; в) не уверен; с) нет.

108. Быть осторожным и не ждать хорошего лучше, чем быть оптимистом и всегда ждать успеха.

- а) верно; в) не уверен; с) неверно.

Продолжение приложения Б

109. Думая о трудностях в своей работе, я:

- а) стараюсь планировать в) нечто среднее; с) считаю, что справлюсь с
заранее, прежде чем встретить трудностями по мере того,
трудность; как они возникнут.

110. Мне легко вступить в контакт с людьми во время различных общественных мероприятий:

- а) верно; в) не уверен; с) неверно.

111. Когда требуется немного дипломатии и умения убедить, чтобы побудить людей что-либо сделать, обычно об этом просят меня:

- а) верно; в) не уверен; с) неверно.

112. Интересно быть:

- а) консультантом, помогающим людям выбирать профессию; в) нечто среднее; с) руководителем технического предприятия.

113. Если я уверен, что человек несправедлив или ведет себя эгоистично, я указываю на это, даже если это связано с неприятностями:

- а) да; в) нечто среднее; с) нет.

114. Иногда я говорю глупости ради шутки, чтобы удивить людей и посмотреть, что они на это скажут:

- [illegible]

115. Мне бы понравилось быть газетным критиком в разделе драмы, театра,

а) да; в) не уверен; с) нет.

а) верно; в) не уверен; с) неверно.

117. Если кто-нибудь говорит мне что-то неправильное, то я скорее подумаю:

118. Я чувствую, что мне угрожает какое-то наказание, даже когда я ничего плохого не сделал:

[illegible]

119. Мнение о том, что болезнь также часто бывает от психических, как и от физических факторов, сильно преувеличено:

[illegible]

120. Торжественность и величие традиционных церемоний следует сохранить:

а) да; в) не уверен; с) нет.

121. Мысль о том, что люди подумают, будто я веду себя необычно или странно, меня беспокоит:

а) очень; в) немного; с) совсем не беспокоит.

122. Выполняя какое-либо дело, я бы предпочел работать:

а) в составе коллектива; в) не уверен; с) самостоятельно.

123. У меня бывают периоды, когда мне трудно избавиться от чувства жалости к себе:

а) часто; в) иногда; с) никогда.

124. Часто я слишком быстро начинаю сердиться на людей:

a) да; в) нечто среднее; с) нет.

125. Я всегда могу без труда изменить свои старые привычки и не возвращаться к прежнему:

[illegible]

126. Если бы зарплата была одинаковой, то я предпочел бы быть:

а) адвокатом; в) не уверен; с) пилотом или капитаном судна.

Продолжение приложения Б

127. «Лучшее» так относится к «наихудшее», как «медленное» к:

а) «быстрое»; в) «лучшее»; с) «быстрейшее».

128. Каким из приведенных ниже сочетаний следует продолжить буквенный ряд
POOOOPPOOOOPPP....:

a) OPPP; b) OOPP; c) P000.

129. Когда приходит время осуществить то, что я планировал и на что надеялся, я обнаруживаю, что уже пропало желание делать это:

а) верно; в) нечто среднее; с) неверно.

130. Большой частью я могу продолжать работать тщательно, не обращая внимания на шум, создаваемый другими:

а) да; в) нечто среднее; с) нет.

131. Иногда я говорю посторонним вещи, кажущиеся мне важными, независимо от того, спрашивают ли они об этом:

a) да; в) нечто среднее; с) нет.

132. Много свободного времени я провожу в разговорах с друзьями о прошлых развлечениях, от которых я получал удовольствие:

а) да; в) нечто среднее; с) нет.

133. Мне нравится устраивать какие-нибудь смелые рискованные выходки «смеха ради»:

а) да; в) не уверен; с) нет.

134. Вид неубранной комнаты очень раздражает меня:

- а) да; в) нечто среднее; с) нет.

135. Я считаю себя общительным открытым человеком:

- а) да; в) нечто среднее; с) нет.

136. В общении я:

- а) свободно проявляю свои чувства; в) нечто среднее; с) держу свои переживания «при себе».

Продолжение приложения Б

137. Я люблю музыку:

- а) легкую, живую; в) нечто среднее; с) чувствительную.

138. Красота поэмы восхищает меня больше, чем хорошо сделанного оружия:

- [illegible]

139. Если мое удачное замечание остается незамеченным окружающими, то я:

- а) смирюсь с этим; в) нечто среднее; с) даю людям возможность
услышать его еще раз.

140. Мне бы понравилось работать фотокорреспондентом:

- [illegible]

141. Нужно быть осторожным в общении с незнакомыми, так как можно, например, заразиться:

- а) да; в) не уверен; с) нет.

142. При поездке за границу я бы предпочел быть под руководством экскурсовода, чем самому планировать маршрут:

- [illegible]

143. Меня справедливо считают упорным и трудолюбивым, но не слишком преуспевающим человеком:

- [illegible]

144. Если люди пользуются моим хорошим отношением в своих интересах, то я не возмущаюсь этим и вскоре об этом забываю:

а) верно; в) нечто среднее; с) неверно.

145. Если при обсуждении какого-либо вопроса среди участников возникает ожесточенный спор, то я предпочитаю:

а) увидеть, кто же «победил»; в) нечто среднее; с) спор решился смирно.

146. Я предпочитаю планировать что-либо самостоятельно, без вмешательства и предложений со стороны других:

а) да; в) нечто среднее; с) нет.

Продолжение приложения Б

147. Иногда чувство зависти влияет на мои действия:

а) да; в) не уверен; с) нет.

148. Я твердо верю, что начальник может быть не всегда прав, но он всегда имеет право быть начальником.

а) да; в) не уверен; с) нет.

149. Когда я думаю обо всем, что еще предстоит сделать, у меня появляется чувство напряженности:

а) да; в) иногда; с) нет.

150. Когда зрители мне что-либо кричат во время игры, меня это не трогает:

а) верно; в) нечто среднее; с) неверно.

151. Интереснее быть:

а) художником; в) не уверен; с) организатором культурных
развлечений.

152. Которое из следующих слов не относится к двум другим:

а) любые; в) некоторые; с) большинство.

153. «Пламя» так относится к «жар», как «роза» относится к:

а) «шип»; в) «красивые лепестки»; с) «аромат».

154. У меня бывают яркие сновидения, мешающие мне спать:

а) часто; в) иногда; с) практически никогда.

155. Если на пути к успеху серьезные препятствия, предпочитаю рискнуть:

[illegible]

156. Когда я нахожусь в группе людей, приступающих к какой-то работе, то само собой получается, что я оказываюсь во главе их:

а) да; в) нечто среднее; с) нет.

157. Мне больше нравится в одежде спокойная корректность, чем бросающаяся в глаза индивидуальность.

а) верно; в) не уверен; с) неверно.

Продолжение приложения Б

158. Мне больше нравится провести вечер за спокойным любимым занятием, чем в оживленной компании:

а) верно; в) не уверен; с) неверно.

159. Я не обращаю внимания на доброжелательные советы других, даже когда эти советы могли бы быть полезными:

а) иногда; в) почти никогда; с) никогда.

160. В своих поступках всегда стараюсь придерживаться общепринятых правил:

а) да; в) нечто среднее; с) нет.

161. Мне не очень нравится, когда смотрят, как я работаю:

а) да; в) нечто среднее; с) нет.

162. Иногда приходится применять силу, потому что не всегда возможно добиться результата с помощью утверждения:

а) верно; в) нечто среднее; с) неверно.

163. В школе я предпочитал (предпочитаю):

а) русский язык и литературу; в) не уверен; с) математику или арифметику.

164. Меня иногда огорчало, что обо мне за глаза отзывались неодобрительно без всяких к этому причин:

[illegible]

165. Разговор с простыми людьми, которые всегда придерживаются общепринятых правил и традиций:

а) часто вполне интересен и в) нечто среднее; с) раздражает меня, потому что ограничивается мелочами.

166. Некоторые вещи настолько раздражают меня, что предпочитаю вообще не говорить на эти темы:

а) да; в) нечто среднее; с) нет.

Продолжение приложения Б

167. В воспитании важнее:

а) относиться к ребенку с достаточной любовью; в) нечто среднее; с) выработать нужные привычки и отношение к жизни.

168. Люди считают меня положительным, спокойным человеком, которого не трогают превратности судьбы:

а) да; в) нечто среднее; с) нет.

169. Я считаю, что общество должно руководствоваться разумом и отбросить старые привычки или ненужные традиции:

а) да; в) не уверен; с) нет.

170. Думаю, что в современном мире важнее разрешить:

а) вопросы нравственности; в) не уверен; с) разногласия между странами мира.

171. Я лучше усваиваю материал:

а) читая хорошо написанную книгу; в) нечто среднее; с) участвуя в обсуждении вопроса.

172. Я предпочитаю идти своим путем вместо того, чтобы действовать в соответствии с принятыми правилами:

а) верно; в) не уверен; с) неверно.

173. Прежде чем выдвигать какой-либо аргумент, я предпочитаю подождать,

а) всегда; в) обычно; с) только если это
целесообразно.

а) да; в) нечто среднее; с) нет.

175. Под влиянием момента я редко говорю вещи, о которых потом очень сожалею:

176. Если бы меня попросили участвовать в шефской деятельности, то я бы:

а) согласился; в) не уверен; с) вежливо сказал, что занят.

177. Которое из следующих слов не относится к двум другим:

а) широкий; в) зигзагообразный; с) прямой.

178. «Скоро» так относится к «никогда», как «близко» к:

а) «нигде»; в) «далеко»; с) «где-то».

179. Если я невольно нарушил правила поведения, находясь в обществе, то я вскоре забываю об этом:

а) да; в) нечто среднее; с) нет.

180. Меня считают человеком, которому обычно в голову приходят хорошие идеи, когда нужно разрешить какую-либо проблему:

[illegible]

181. Я способен лучше проявить себя:

а) в трудных ситуациях, когда не уверен; с) когда требуется умение
нужно сохранить ладить с людьми.
самообладание;

182. Меня считают человеком, полным энтузиазма:

а) да; в) нечто среднее; с) нет.

183. Мне нравится работа, которая требует перемен, разнообразия, командировок, даже если она связана с некоторой опасностью:

а) да; в) нечто среднее; с) нет.

184. Я довольно требовательный человек и всегда настаиваю на том, чтобы все делалось по возможности правильно:

а) верно; в) нечто среднее; с) неверно.

Окончание приложения Б

185. Мне нравится работа, требующая добросовестного отношения, точных навыков и умений:

[illegible]

186. Я отношусь к типу энергичных людей, которые всегда заняты:

а) да; в) не уверен; с) нет.

187. Я уверен в том, что не пропустил ни одного вопроса и на все ответил как следует:

а) да; в) не уверен; с) нет.

ПРИЛОЖЕНИЕ В

Опросник FPI

Шкала I (невротичность) определяет уровень невротизации личности. Высокие значения описывает невротический синдром астенического типа со значительными психосоматическими нарушениями. Это нервный, болезненный, не умеющий выйти из положения человек, который уделяет много внимания собственным чувствам.

Шкала II (спонтанная агрессивность) выявляет уровень психопатизации экстратенсивного типа. Высокая оценка характеризует высокий уровень психопатизации и создание предпосылок для импульсивного поведения.

Шкала III (депрессивность) диагностирует показатели, характерные для психопатологического депрессивного синдрома. Высокие значения говорят о наличии таких признаков в поведении и эмоциональном состоянии. Такой человек часто расстроен, робкий, неуверенный, грустный, внутренне терзается. У респондента с выраженной депрессивностью преобладают чувства подавленности и несчастья без реальной на то причины, неудовлетворенность своей жизнью.

Шкала IV (раздражительность) диагностирует эмоциональную устойчивость. Высокие значения свидетельствуют о неустойчивом эмоциональном состоянии со склонностью к аффективному реагированию.

Шкала V (общительность) характеризует потенциальные возможности и реальные проявления социальной активности. Высокие значения говорят о потребности в общении.

Шкала VI (уравновешенность) характеризует устойчивость к стрессу. Высокие значения свидетельствуют о защищенности к воздействию стресс-факторов, об уверенности в себе, высокой активности. Шкала VII (реактивная агрессивность) раскрывает наличие параметров психопатизации экстратенсивного типа. Высокие значения свидетельствуют о высоком уровне психопатизации,

Продолжение приложения В
который проявляется в агрессивном отношении к социальному окружению и стремлением к доминированию.

Шкала VIII (застенчивость) характеризует предрасположенность к стрессовому реагированию на жизненные ситуации, протекающему по пассивно-оборонительному типу. Высокие значения отражают наличие тревожности, неуверенности.

Шкала IX (открытость) определяет отношение к социальному окружению и уровень самокритичности. Высокие значения свидетельствуют о стремлении к доверительно-откровенному взаимодействию с окружающими людьми.

Шкала X (экстраверсия – интроверсия). Высокие значения свидетельствуют о выраженной экстравертированности личности, низкие значения – выраженной интровертированности.

Шкала XI (эмоциональная лабильность). Высокие значения свидетельствуют о неустойчивости эмоционального состояния, которое проявляется в частых колебаниях настроения, повышенной возбудимости, недостаточной саморегуляции. Низкие значения характеризуют высокую стабильность эмоционального состояния.

Шкала XII (маскулинность-фемининность). Высокие значения свидетельствуют о протекании психической деятельности преимущественно по мужскому типу, низкие – по женскому.

Инструкция. Вам предлагается ряд утверждений, каждое из которых подразумевает относящийся к вам вопрос о том, соответствует или не соответствует данное утверждение каким-то особенностям вашего поведения, отдельных поступков, отношения к людям, взглядам на жизнь и т.д. Если вы считаете, что такое соответствие имеет место, то дайте ответ "Да", в противном случае – ответ "Нет". Свой ответ зафиксируйте в имеющемся у вас ответном листе, поставив крестик или любой другой знак в клеточку, соответствующую

Продолжение приложения В

номеру утверждения в опроснике и виду вашего ответа. Ответы необходимо дать на все вопросы.

Успешность исследования во многом зависит от того, насколько внимательно выполняется задание. Стремиться своими ответами произвести на кого-то лучшее впечатление не имеет смысла, так как ни один ответ не оценивается как хороший или плохой. Не размышляйте над каждым вопросом, а старайтесь как можно быстрее решить, какой из двух ответов, пусть весьма относительно, но все-таки кажется вам ближе к истине. Вас не должно смущать, если некоторые из вопросов покажутся слишком личными, поскольку исследование не предусматривает анализа каждого вопроса и ответа, а опирается лишь на количество ответов одного и другого вида. Кроме того, вы должны знать, что результаты индивидуально-психологических исследований, как и медицинских, не подлежат широкому обсуждению.

Стимульный материал:

1. Я внимательно прочел инструкцию и готов откровенно ответить на все вопросы анкеты.
2. По вечерам я предпочитаю развлекаться в веселой компании (гости, дискотека, кафе и т.п.).

3. Моему желанию познакомиться с кем-либо всегда мешает то, что мне трудно найти подходящую тему для разговора.

4. У меня часто болит голова.

5. Иногда я ощущаю стук в висках и пульсацию в области шеи.

6. Я быстро теряю самообладание, но и так же быстро беру себя в руки.

7. Бывает, что я смеюсь над неприличным анекдотом.

8. Я избегаю о чем-либо расспрашивать и предпочитаю узнавать то, что мне нужно, другим путем.

Продолжение приложения В

9. Я предпочитаю не входить в комнату, если не уверен, что мое появление пройдет незамеченным.

10. Могу так вспылить, что готов разбить все, что попадет под руку.

11. Чувствую себя неловко, если окружающие почему-то начинают обращать на меня внимание.

12. Я иногда чувствую, что сердце начинает работать с перебоями или начинает биться так, что, кажется, готово выскочить из груди.

13. Не думаю, что можно было бы простить обиду.

14. Не считаю, что на зло надо отвечать злом, и всегда следую этому.

15. Если я сидел, а потом резко встал, то у меня темнеет в глазах и кружится голова.

16. Я почти ежедневно думаю о том, насколько лучше была бы моя жизнь, если бы меня не преследовали неудачи.

17. В своих поступках я никогда не исхожу из того, что людям можно полностью доверять.

18. Могу прибегнуть к физической силе, если требуется отстоять свои интересы.

19. Легко могу развеселить самую скучную компанию.

20. Я легко смущаюсь.
21. Меня ничуть не обижает, если делаются замечания относительно моей работы или меня лично.
22. Нередко чувствую, как у меня немеют или холодеют руки и ноги.
23. Бываю неловким в общении с другими людьми.
24. Иногда без видимой причины чувствую себя подавленным, несчастным.
25. Иногда нет никакого желания чем-либо заняться.
26. Порой я чувствую, что мне не хватает воздуха, будто бы я выполнял очень тяжелую работу.
27. Мне кажется, что в своей жизни я очень многое делал неправильно.

Продолжение приложения В

28. Мне кажется, что другие нередко смеются надо мной.
29. Люблю такие задания, когда можно действовать без долгих размышлений.
30. Я считаю, что у меня предостаточно оснований быть не очень-то довольным своей судьбой.
31. Часто у меня нет аппетита.
32. В детстве я радовался, если родители или учителя наказывали других детей.
33. Обычно я решителен и действую быстро.
34. Я не всегда говорю правду.
35. С интересом наблюдаю, когда кто-то пытается выпутаться из неприятной истории.
36. Считаю, что все средства хороши, если надо настоять на своем.
37. То, что прошло, меня мало волнует.
38. Не могу представить ничего такого, что стоило бы доказывать кулаками.
39. Я не избегаю встреч с людьми, которые, как мне кажется, ищут ссоры со мной.
40. Иногда кажется, что я вообще ни на что не годен.

41. Мне кажется, что я постоянно нахожусь в каком-то напряжении и мне трудно расслабиться.

42. Нередко у меня возникают боли «под ложечкой» и различные неприятные ощущения в животе.

43. Если обижают моего друга, я стараюсь отомстить обидчику.

44. Бывало, я опаздывал к назначенному времени.

45. В моей жизни было так, что я почему-то позволил себе мучить животное.

46. При встрече со старым знакомым от радости я готов броситься ему на шею.

Продолжение приложения В

47. Когда я чего-то боюсь, у меня пересыхает во рту, дрожат руки и ноги.

48. Частенько у меня бывает такое настроение, что с удовольствием бы ничего не видел и не слышал.

49. Когда ложусь спать, то обычно засыпаю уже через несколько минут.

50. Мне доставляет удовольствие, как говорится, ткнуть носом других в их ошибки.

51. Иногда могу похвастаться.

52. Активно участвую в организации общественных мероприятий.

53. Нередко бывает так, что приходится смотреть в другую сторону, чтобы избежать нежелательной встречи.

54. В свое оправдание я иногда кое-что выдумывал.

55. Я почти всегда подвижен и активен.

56. Нередко сомневаюсь, действительно ли интересно моим собеседникам то, что я говорю.

57. Иногда вдруг чувствую, что весь покрываюсь потом.

58. Если сильно разозлюсь на кого-то, то могу его и ударить.

59. Меня мало волнует, что кто-то плохо ко мне относится.

- 60. Обычно мне трудно возражать моим знакомым.
- 61. Я волнуюсь и переживаю даже при мысли о возможной неудаче.
- 62. Я люблю не всех своих знакомых.
- 63. У меня бывают мысли, которых следовало бы стыдиться.
- 64. Не знаю почему, но иногда появляется желание испортить то, чем восхищаются.
- 65. Я предпочитаю заставить любого человека сделать то, что мне нужно, чем просить его об этом.
- 66. Я нередко беспокоюсь двигаю рукой или ногой.

Продолжение приложения В

- 67. Предпочитаю провести свободный вечер, занимаясь любимым делом, а не развлекаясь в веселой компании.
- 68. В компании я веду себя не так, как дома.
- 69. Иногда, не подумав, скажу такое, о чем лучше бы помолчать.
- 70. Боюсь стать центром внимания даже в знакомой компании.
- 71. Хороших знакомых у меня очень немного.
- 72. Иногда бывают такие периоды, когда яркий свет, яркие краски, сильный шум вызывают у меня болезненно неприятные ощущения, хотя я вижу, что на других людей это так не действует.
- 73. В компании у меня нередко возникает желание кого-нибудь обидеть или разозлить.
- 74. Иногда думаю, что лучше бы не родиться на свет, как только представлю себе, сколько всяких неприятностей, возможно, придется испытать в жизни.
- 75. Если кто-то меня серьезно обидит, то получит свое сполна.
- 76. Я не стесняюсь в выражениях, если меня выведут из себя.
- 77. Мне нравится так задать вопрос или так ответить, чтобы собеседник растерялся.

78. Бывало, откладывал то, что требовалось сделать немедленно.
79. Не люблю рассказывать анекдоты или забавные истории.
80. Повседневные трудности и заботы часто выводят меня из равновесия.
81. Не знаю, куда деться при встрече с человеком, который был в компании, где я вел себя неловко.
82. К сожалению, отношусь к людям, которые бурно реагируют даже на жизненные мелочи.
83. Я робею при выступлении перед большой аудиторией.
84. У меня довольно часто меняется настроение.

Продолжение приложения В

85. Я устаю быстрее, чем большинство окружающих меня людей.
86. Если я чем-то сильно взволнован или раздражен, то чувствую это как бы всем телом.
87. Мне докучают неприятные мысли, которые назойливо лезут в голову.
88. К сожалению, меня не понимают ни в семье, ни в кругу моих знакомых.
89. Если сегодня я посплю меньше обычного, то завтра не буду чувствовать себя отдохнувшим.
90. Стараюсь вести себя так, чтобы окружающие опасались вызвать мое неудовольствие.
91. Я уверен в своем будущем.
92. Иногда я оказывался причиной плохого настроения кого-нибудь из окружающих.
93. Я не прочь посмеяться над другими.
94. Я отношусь к людям, которые «за словом в карман не лезут».
95. Я принадлежу к людям, которые ко всему относятся достаточно легко.
96. Подростком я проявлял интерес к запретным темам.
97. Иногда зачем-то причинял боль любимым людям.

98. У меня нередко конфликты с окружающими из-за их упрямства.
99. Часто испытываю угрызения совести в связи со своими поступками.
100. Я нередко бываю рассеянным.
101. Не помню, чтобы меня особенно опечалили неудачи человека, которого я не могу терпеть.
102. Часто я слишком быстро начинаю досадовать на других.
103. Иногда неожиданно для себя начинаю уверенно говорить о таких вещах, в которых на самом деле мало что смыслю.
104. Часто у меня такое настроение, что я готов взорваться по любому поводу.
105. Нередко чувствую себя вялым и усталым.

Окончание приложения В

106. Я люблю беседовать с людьми и всегда готов поговорить и со знакомыми и с незнакомыми.
107. К сожалению, я зачастую слишком поспешно оцениваю других людей.
108. Утром я обычно встаю в хорошем настроении и нередко начинаю насвистывать или напевать.
109. Не чувствую себя уверенно в решении важных вопросов даже после длительных размышлений.
110. Получается так, что в споре я почему-то стараюсь говорить громче своего оппонента,
111. Разочарования не вызывают у меня сколь-либо сильных и длительных переживаний.
112. Бывает, что я вдруг начинаю кусать губы или грызть ногти.
113. Наиболее счастливым я чувствую себя тогда, когда бываю один.
114. Иногда одолевает такая скука, что хочется, чтобы все перессорились друг с другом.

ПРИЛОЖЕНИЕ Г

Методика ОТеЦ Сенина

«Вам предлагается опросник, в котором описаны различные желания и стремления человека. Просим Вас оценить каждое из утверждений опросника по 5-балльной шкале следующим образом:

Если лично для Вас то, что написано в утверждении не имеет никакого значения, то в соответствующей клетке бланка ответов поставьте цифру «1»;

Если для Вас это имеет небольшое значение, — поставьте «2»;

Если для Вас это имеет определённое значение — «3»;

Если для Вас это важно — поставьте цифру «4»;

Если для Вас это очень важно — поставьте цифру «5».

Просим Вас помнить о том, что здесь не может быть правильных или неправильных ответов и что самым правильным, наверное, будет самый правдивый ответ, поэтому мы очень надеемся на Вашу искренность».

В работе быстро достигать намеченных целей.

1. Создавать что-то новое в изучаемой Вами области знаний.

2. Находить внутреннее удовлетворение в активной общественной жизни.
3. Иметь интересную работу, полностью поглощающую Вас.
4. Учиться, чтобы не отстать от людей Вашего круга в образовании.
5. Вести такой образ семейной жизни, который ценится обществом.
6. Чтобы люди Вашего круга в свободное время увлекались тем же, чем Вы.
7. Получать материальное вознаграждение за общественную деятельность.
8. Чтобы облик Вашего жилища постоянно изменялся.
10. Получить высшее образование, или поступить в аспирантуру, или получить ученую степень.
11. Чтобы Ваша семья обладала очень высоким уровнем материального благосостояния.

Продолжение приложения Г

12. Избегать конформизма в своих общественно-политических взглядах.
13. В своем увлечении быстро достигать намеченных целей.
14. Учиться, чтобы «не затеряться в толпе».
15. Иметь приятельские отношения с коллегами по работе.
16. Состоять членом какого-либо клуба по интересам.
17. Развивать свои организаторские способности, занимаясь общественной деятельностью.
18. Вместе с семьей посещать театры, художественные выставки, концерты.
19. Чтобы Ваше увлечение подчеркивало Вашу индивидуальность.
20. Чтобы уровень образования помог бы Вам укрепить свое материальное положение.
21. Как оценивают Вашу работу другие люди.
22. Общаться с разными людьми, активно участвуя в общественной деятельности.
23. Учиться, чтобы «не зарывать свой талант в землю».
24. Чтобы Ваши дети опережали в своем развитии сверстников.
25. В свободное время создавать нечто новое, ранее не существовавшее.

26. Чтобы Ваша профессия подчеркивала Вашу индивидуальность.
27. Чтобы не отстать от времени, интересоваться общественно-политической жизнью.
28. Чтобы уровень Вашей образованности позволял Вам чувствовать себя уверенно в общении с самыми разными людьми.
29. Сохранять полную свободу и независимость от членов Вашей семьи.
30. Чтобы Ваше увлечение помогало Вам укрепить свое материальное положение.
31. Быть рационализатором, новатором.
32. Добиваться конкретных целей, занимаясь общественной деятельностью.
33. Учиться, чтобы узнавать что-то новое в изучаемой области знаний.
- Продолжение приложения Г
34. Быть лидером в Вашей семье.
35. Знать свои способности в сфере Вашего хобби.
36. Чтобы на работе давали льготы.
37. Применять свои собственные методы в общественной деятельности.
38. Чтобы семейная жизнь исправила некоторые недостатки Вашей натуры.
39. Полностью сосредоточиться на своем занятии, проводя свободное время за хобби.
40. Быть полезным для общества.
41. Постоянно повышать свою профессиональную квалификацию.
42. Чтобы лидером в Вашей семье был какой-либо другой ее член, кроме Вас.
43. Получать удовольствие не от результатов Вашей работы, а от ее процесса.
44. Знать, какого уровня образования можно достичь с Вашими способностями.
45. Занимать такое место в обществе, которое бы укрепило Ваше материальное положение.
46. Тщательно планировать свою семейную жизнь.
47. Чтобы во время работы сослуживцы постоянно были рядом.

48. Чтобы жизнь нашего общества постоянно изменялась.
49. Иметь супруга (супругу) из семьи высокого социального положения.
50. Чтобы уровень Вашего образования помог бы Вам занять желаемую должность.
51. Иметь собственные политические убеждения.
52. Перед началом работы четко ее распланировать.
53. Постоянно интересоваться новыми методами обучения и воспитания детей в семье.
54. Увлекаясь чем-то в свободное время, общаться с людьми, увлекающимися тем же.

Продолжение приложения Г

55. Повышать уровень своего образования, чтобы внести вклад в изучаемую дисциплину.
56. Занимаясь общественной деятельностью, учиться убеждать людей в своей точке зрения.
57. Чтобы Ваша работа была не хуже, чем у других.
58. Чтобы Ваша, супруга (супруг) получала высокую зарплату.
59. Чтобы Ваше образование давало возможность для получения дополнительных материальных благ (гонорары, приобретение на льготных условиях дефицитных товаров, путевок и т.п.).
60. Участвуя в общественной жизни, взаимодействовать с опытными людьми.
61. Чтобы Ваша работа не противоречила Вашим жизненным принципам.
62. В супружестве быть всегда абсолютно верным.
63. В своем увлечении создавать необходимые в жизни вещи (одежду, мебель и т.д.).
64. Повышать уровень своего образования, чтобы быть в кругу умных и интересных людей.

65.Чтобы Ваши общественно-политические взгляды совпадали с мнением Ваших авторитетов.

66.Иметь высокооплачиваемую работу.

67.В семейной жизни опираться лишь на собственные взгляды, даже если они противоречат общественному мнению.

68.Достигать поставленной цели в своей общественной деятельности.

69.Приспособиться к характеру Вашей супруги (супруга), чтобы избежать семейных конфликтов.

70.Тратить время на изучение новых веяний в Вашей профессиональной сфере.

71.Чтобы увлечение занимало большую часть Вашего свободного времени.

Окончание приложения Г

72.Вносить различные усовершенствования в сферу Вашего хобби.

73.Чтобы уровень Вашего образования соответствовал уровню образования человека, мнение которого Вы цените.

74.Завоевать уважение людей благодаря своему увлечению.

75.Выбрать редкую, уникальную специальность для обучения, чтобы лучше проявить свою индивидуальность.

76.Занимаясь на досуге любимым делом, детально продумывать свои действия.

77.Чтобы Ваши взгляды на жизнь проявлялись в Вашем увлечении.

78.Учиться, получая при этом удовольствие.

79.Чтобы приемы Вашей работы изменялись.

80.Чтобы круг Ваших увлечений постоянно расширялся.

ПРИЛОЖЕНИЕ Д

Корреляционный анализ по методике САТ

Выборка 1 – данные по шкале «Поддержка» мужчины

Выборка 2 – данные по шкале «Поддержка» женщины

Таблица Д. 1

№	Выборка 1	Ранг 1	Выборка 2	Ранг 2
1	68	46	39	9.5
2	65	33.5	40	15.5
3	69	50	37	3.5
4	67	40.5	42	22
5	64	31	43	27
6	71	57	37	3.5
7	68	46	39	9.5
8	67	40.5	40	15.5
9	69	50	37	3.5
10	61	30	42	22
11	73	58	43	27
12	68	46	39	9.5

13	65	33.5	40	15.5
14	67	40.5	37	3.5
15	69	50	42	22
16	70	54	43	27
17	67	40.5	39	9.5
18	68	46	40	15.5
19	68	46	37	3.5
20	67	40.5	42	22
21	66	36.5	43	27
22	65	33.5	39	9.5
23	70	54	40	15.5
24	70	54	37	3.5
25	67	40.5	42	22
26	66	36.5	43	27

Окончание приложения Д

Окончание Таблицы Д.1

27	65	33.5	39	9.5
28	70	54	40	15.5
29	70	54	41	19
Суммы:		1276		435

Результат: $U_{\text{эм}} = 0$

Критические значения

$U_{\text{кр}}$	
$p \leq 0.01$	$p \leq 0.05$
270	314

Полученное эмпирическое значение $U_{\text{эм}}(0)$ находится в зоне значимости.

ПРИЛОЖЕНИЕ Е

Корреляционный анализ Спирмена испытуемых по методике Кеттела

Выборка А-мужчины; Выборка В-женщины. Было выполнено:

- 1) Ранжирование значений А и В. Ранги занесены в колонки «Ранг А» и «Ранг В»;
- 2) Произведен подсчет разности между рангами А и В (колонка d);
- 3) Возведение каждой разности d в квадрат (колонка d²);
- 4) Подсчитана сумма квадратов;
- 5) Произведен расчет коэффициента ранговой корреляции r_s по

формуле: $r_s = 1 - 6 \cdot \frac{\sum d^2}{N \cdot (N^2 - 1)}$

- 6) Определены критические значения.

Таблица Е. 2

N	Значения А	Ранг А	Значения В	Ранг В	d (ранг А - ранг В)	d ²
1	8.3	13	6.2	7	6	36
2	6.9	11	7.2	10	1	1

3	9.2	16	8.4	15	1	1
4	4.6	4	5.2	2	2	4
5	6.7	9.5	7.5	11.5	-2	4
6	8.6	14	8.1	13	1	1
7	5.2	7	6.1	6	1	1
8	1.6	1	8.3	14	-13	169
9	2.3	2	1.8	1	1	1
10	4.9	6	5.4	3.5	2.5	6.25
11	6.7	9.5	7.5	11.5	-2	4
12	5.5	8	6.7	8	0	0
13	4.8	5	5.4	3.5	1.5	2.25
14	7.5	12	6.8	9	3	9
15	8.8	15	9.2	16	-1	1
16	4.4	3	5.6	5	-2	4
Суммы		136		136	0	244.5

Окончание приложения Е

Результат: $r_s = 0.64$

Критические значения для $N = 16$

N	P	
	0.05	0.01
16	0.5	0.64

Ответ: H_0 отвергается. Корреляция между А и В статистически значима.

ПРИЛОЖЕНИЕ Ж

Расчет U-критерия Манна-Уитни по опроснику FBI

Выборка 1 – данные мужчин по шкале «Маскулинность – фемининность»

Выборка 2 – данные женщин по шкале «Маскулинность – фемининность»

Таблица Ж.3

№	Выборка 1	Ранг 1	Выборка 2	Ранг 2
1	8.9	42	2.5	9.5
2	7.9	33	3.0	21.5
3	9.7	58.5	2.1	3.5
4	8.8	37.5	2.7	15.5
5	9.1	50.5	3.1	27.5
6	9.0	46.5	2.5	9.5
7	9.4	54.5	3.0	21.5
8	8.9	42	2.1	3.5
9	7.9	33	2.7	15.5
10	9.7	58.5	3.1	27.5

11	8.8	37.5	2.5	9.5
12	9.1	50.5	2.5	9.5
13	9.0	46.5	3.0	21.5
14	9.4	54.5	2.1	3.5
15	8.9	42	2.7	15.5
16	7.9	33	3.1	27.5
17	9.7	58.5	3.0	21.5
18	8.8	37.5	2.1	3.5
19	9.1	50.5	2.7	15.5
20	9.0	46.5	3.1	27.5
21	9.4	54.5	2.5	9.5
22	8.9	42	3.0	21.5
23	7.9	33	2.1	3.5
24	9.7	58.5	2.7	15.5
25	8.8	37.5	3.1	27.5

Окончание приложения Ж

Окончание таблицы Ж.3

26	9.1	50.5	2.5	9.5
27	9.0	46.5	3.0	21.5
28	9.4	54.5	2.1	3.5
29	8.9	42	2.7	15.5
30	7.9	33	3.1	27.5
Суммы:		1365		465

Результат: $U_{ЭМП} = 0$

Критические значения

$U_{кр}$	
$p \leq 0.01$	$p \leq 0.05$
292	338

Полученное эмпирическое значение $U_{\text{эмп}}(0)$ находится в зоне значимости.