

Заняття 3. Психодіагностика окремих властивостей і станів особистості

Приблизний план

1. Діагностика “емоційного інтелекту”.
2. Дослідження тривожності.
3. Діагностика емпатій.
4. Дослідження особистості за допомогою модифікованої форми В опитувача FPI.

Література

1. Бурлачук Л.Ф., Морозов С.Н. Словарь-справочник по психодиагностике. – СПб., 1999.
2. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии / Под ред. А.А. Крылова, С.А. Маничева. – 2-е изд., доп., перераб. – СПб., 2000. – С. 295-303, 314, 323.

Практичні завдання

Дослід 3.1. Діагностика “емоційного інтелекту” (Н. Холл)

Вступні зауваження. Емоційний інтелект – здібність розуміти відносини особистості, що репрезентовані в емоціях, і керувати емоційною сферою на базі прийняття рішень. Емоційний інтелект має наступну структуру:

- 1) емоційна обізнаність;
- 2) управління своїми емоціями (скоріше емоційна неригідність);
- 3) самомотивація (скоріше мимовільне управління своїми емоціями);
- 4) емпатія;
- 5) розпізнавання емоцій інших людей (скоріше вміння впливати на емоційний стан інших людей).

Мета заняття. Оцінка рівня “емоційного інтелекту”.

Оснащення. Бланк відповідей, опитувач діагностики “емоційного інтелекту” (Н. Холл), що включає інструкцію і 30 стверджень (висловлювань).

Послідовність роботи. Дослідження може бути проведено як індивідуально, так і в колективі. Експериментатор пропонує респондентам відповісти на висловлювання відповідно до інструкції, що розміщена в опитувачі. На кожне висловлювання існує 6 варіантів відповідей, які оцінюються за бальною системою.

Обробка й інтерпретація результатів

Ключ

Шкала “емоційна обізнаність” – пункти 1, 2, 4, 17, 19, 25.

Шкала “управління своїми емоціями” – пункти 3, 7, 8, 10, 18, 30.

Шкала “самотивація” – пункти 5, 6, 13, 14, 16, 22.

Шкала “емпатія” – пункти 9, 11, 20, 21, 23, 28.

Шкала “розпізнавання емоцій інших людей” – пункти 12, 15, 24, 26, 27, 29.

Рівні парціального емоційного інтелекту у відповідності до знаку результатів:

14 і більше – високий;

8-13 – середній;

7 і менше – низький.

Інтегративний рівень емоційного інтелекту з врахуванням домінуючого знака визначається за наступними кількісними показниками:

70 і більше – високий;

40-69 – середній;

39 і менше – низький.

Опитувач

Інструкція. Нижче вам будуть запропоновані висловлювання, які так чи інакше відображають різні аспекти вашого життя. Будь ласка, напишіть цифру з правого боку від кожного висловлювання, виходячи з оцінки ваших відповідей:

- Повністю не згоден (–3 бали)
- В основному не згоден (–2 бали)
- Частково не згоден (–1 бал)

- Частково згоден (+1 бал)
 - В основному згоден (+2 бала)
 - Повністю згоден (+3 бала)
1. Для мене як негативні, так і позитивні емоції є джерелом знання про те, як робити вчинки в житті.
 2. Негативні емоції допомагають мені зрозуміти, що я повинен змінити у своєму житті.
 3. Я спокійний, коли відчуваю тиск з боку інших.
 4. Я здатний спостерігати зміну своїх почуттів.
 5. Коли необхідно, я можу бути спокійним і зосередженим, щоб діяти у відповідності до запитів життя.
 6. Коли необхідно, я можу викликати в собі широкий спектр позитивних емоцій, таких як веселощі, радість, внутрішній підйом і гумор.
 7. Я сліdkую за тим, як я себе почуваю.
 8. Після того, як щось зіпсувало мені настрій, я можу легко оволодіти своїми почуттями.
 9. Я здатний вислухати проблеми інших людей.
 10. Я не зациклююся на негативних емоціях.
 11. Я чуйний до емоційних потреб інших.
 12. Я можу діяти на інших людей заспокоїливо.
 13. Я можу заставити себе знову і знову встати перед лицем перешкод.
 14. Я намагаюся підходити до життєвих проблем творчо.
 15. Я адекватно реагую на настрій, спонукання і бажання інших людей.
 16. Я можу легко входити в стан спокою, готовності і зосередженості.
 17. Коли дозволяє час, я звертаюся до своїх негативних почуттів і розбираюся, в чому проблема.
 18. Я здатний швидко заспокоюватися після неочікуваного засмучення.
 19. Знання моїх справжніх почуттів важливо для підтримки “хорошої форми”.

20. Я добре розумію емоції інших людей, навіть коли вони не виявлені відкрито.
21. Я можу добре розпізнавати емоції за виразом обличчя.
22. Я можу легко відкинути негативні почуття, коли необхідно діяти.
23. Я добре схоплюю знаки у спілкуванні, які вказують на те, в чому інші потребують.
24. Люди вважають мене добрим знавцем переживань інших людей.
25. Люди, які усвідомлюють свої дійсні почуття, краще управляють своїм життям.
26. Я здатний покращити настрій інших людей.
27. Зі мною можна порадитися з питань відносин між людьми.
28. Я добре налаштовуюсь на емоції інших людей.
29. Я допомагаю іншим використовувати їх спонукання для досягнення особистих цілей.
30. Я можу легко відключатися від переживань і неприємностей.

Дослід 3.2. Дослідження тривожності (опитувач Спілбергера)

Вступні зауваження. Вимірювання тривоги як особистої якості особливо важливе, оскільки ця якість багато в чому обумовлює поведінку суб'єкта. Певний рівень тривожності – природна і обов'язкова особливість активної, діяльної особистості. У кожної людини існує свій оптимальний, або бажаний, рівень тривожності – це так звана “корисна” тривожність. Оцінка людиною свого стану в цьому відношенні є для неї суттєвим компонентом самоконтролю та самовиховання.

Під **особистісною тривожністю** розуміється стійка індивідуальна характеристика, що відображає здатність суб'єкта до тривоги і передбачає наявність у нього тенденції сприймати достатньо широкий спектр ситуацій як загрозливі, відповідаючи на кожен з них певною реакцією. Особистісна тривожність активізується при сприйнятті певних стимулів, розцінюється людиною як загроза, що пов'язана із специфічними ситуаціями, що загрожують її престижу, самооцінці, самоповазі.