

Задание для самостоятельной работы.

Ниже приведен список различных качеств человека. В каждой строчке надо выбрать **только одно** из качеств, которое больше Вам присуще и оценить, насколько оно выражено у вас: 3 - ярко выражено, 2 - выражено, 1 - слабо выражено. Если Вы считаете, что ни одно, ни другое качество у Вас вообще не выражено, то выберите оценку «0».

обаятельный	3	2	1	0	1	2	3	непривлекательный
слабый	3	2	1	0	1	2	3	сильный
разговорчивый	3	2	1	0	1	2	3	молчаливый
безответственный	3	2	1	0	1	2	3	добросовестный
упрямый	3	2	1	0	1	2	3	уступчивый
замкнутый	3	2	1	0	1	2	3	открытый
добрый	3	2	1	0	1	2	3	эгоистичный
зависимый	3	2	1	0	1	2	3	независимый
деятельный	3	2	1	0	1	2	3	пассивный
черствый	3	2	1	0	1	2	3	отзывчивый
решительный	3	2	1	0	1	2	3	нерешительный
вялый	3	2	1	0	1	2	3	энергичный
справедливый	3	2	1	0	1	2	3	несправедливый
расслабленный	3	2	1	0	1	2	3	напряженный
суетливый	3	2	1	0	1	2	3	спокойный
враждебный	3	2	1	0	1	2	3	дружелюбный
уверенный	3	2	1	0	1	2	3	неуверенный
нелюдимый	3	2	1	0	1	2	3	общительный
честный	3	2	1	0	1	2	3	неискренний
несамостоятельный	3	2	1	0	1	2	3	самостоятельный
раздражительный	3	2	1	0	1	2	3	невозмутимый

Обработка результатов.

В данной методике использованы шкалы, относящиеся к трём факторам «классического» семантического дифференциала: оценка, сила, активность.

Обработка. Подсчитываются обобщенные показатели Оценки, Силы и Активности по следующим правилам. Оценка - сумма баллов в строках 1,4,7,10,13,16,19. Сила - сумма баллов в строках 2,5,8,11,14,17,20. Активность - сумма баллов в строках 3,6,9,12,15,18,21. При этом для нечетных строк - 1,3,5 ... 21 - показатель учитывается со знаком "+", если он стоит в левой части листа и со знаком "-" - в правой части. Для четных строк - 2,4 ...20 - показатель учитывается со знаком "-" в левой части и со знаком "+" - в правой. Итоговый показатель может варьировать от -21 до +21. Например, по характеристикам фактора силы испытуемый так оценил себя: сильный-слабый 0; упрямый 3; зависимый 2; нерешительный 1; расслабленный-напряженный 0; неуверенный 1; самостоятельный-несамостоятельный 0. Подсчет: $0+3-2-1+0-1+0=-1$. Показатель силы: -1.

Методика позволяет оценить представление испытуемого о себе как по отдельным качествам, так и по трем обобщенным факторам Оценки, Силы, Активности. Методика не может дать объективной оценки этих качеств.

Показатель **оценки** характеризует такие аспекты испытуемого, как принятие себя как личности, признание у себя социально одобряемых качеств (высокие показатели)-критическое отношение к себе, недостаточный уровень самопринятия, неудовлетворенность собой (низкие показатели). О низкой самооценке как правило свидетельствуют близкие к нулю и отрицательные показатели.

Показатель **силы** характеризует уверенность испытуемого в себе, склонность полагаться на свои силы в трудных ситуациях (высокие показатели) - восприятие себя как человека зависимого от внешних обстоятельств, неспособного добиваться желаемого, контролировать

ситуацию, настаивать на своем (низкие показатели). О низкой самооценке как правило свидетельствуют отрицательные показатели.

Показатель **активности** характеризуют самовосприятие испытуемого как человека общительного, активного, энергичного, эмоционально откликающегося на ситуацию - или замкнутого, спокойного, сдержанного (речь идет лишь о том, каким считает себя испытуемый, а не о том, какой он на самом деле). Однозначной связи с самооценкой у этого фактора нет.