

УДК 159.9.07: 159.3: 378

ПСИХОДІАГНОСТИЧНІ МЕТОДИКИ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБИСТІСНОЇ СПРЯМОВАНОСТІ ТА СТУПЕНЮ ГАРМОНІЙНОСТІ ХАРАКТЕРУ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

Стаття посвячена описанию инновационного методического инструментария исследования степени гармоничности характера и личностной направленности в юношеском возрасте. Представленный пакет экспериментальных методик изучения характера позволяет определять особенности характерологических дисгармоний, препятствующих конструктивному личностному развитию в юношеском возрасте.

Ключевые слова: *личность, личностная направленность, характер, гармоничность характера, психодиагностические методики.*

The Article is devoted to the description of innovative methods of research of a degree of a harmony of character and a personal orientation at youth age. The presented package of experimental techniques of studying of character allows to define a features of a characterological disharmonies interfering constructive personal development at youth age.

Keywords: *a personality, a personality orientation, character, a harmony of character, a psychodiagnostical methods.*

Інтерес до психологічного феномену гармонійності характеру особистості простежується із часів античної філософії. На думку давньогрецьких філософів – Аристотеля, Теофраста й Гіппократа – характер, як система стійких особистісних якостей, визначає долю людини. Сьогодні в умовах розмитості ідеалів у суспільстві, падінні моральності, руйнуванні інституту шлюбу, пануванні духу корисливості спостерігається масова дисгармонізація характеру сучасної молоді. Втрата духовних основ призводить до розвитку характерологічних дисгармоній в юнацькому віці. Емоційна неврівноваженість, втрата самовладання, зневіра, слабовілля, суперечливість поведінки (агресія до коханої людини) виступають показниками дисгармонійного характеру й причинами психологічних проблем багатьох юнаків і дівчат [1, С. 34-36]. Тому актуальним завданням психологічної науки є розробка методів психодіагностики особливостей характеру з метою своєчасної профілактики характерологічних дисгармоній в юнацькому віці.

Метою даної статті є презентація інноваційної психодіагностичної методики дослідження ступеню гармонійності характеру та особистісної спрямованості як

основи характерологічного розвитку в юнацькому віці.

Проблемою характероутворення займалися ряд вітчизняних психологів Б.Г. Анань'єв, К.М. Корнілов, М.Д. Левітов, В.М. Мясищев, С.Л. Рубінштейн, П.О. Рудик, В.О. Крутецький й інші. М.Д. Левітов дає визначення категорії «характер» у широкому та строгому значеннях. «У широкому сенсі характер – це індивідуальні яскраво виражені і якісно своєрідні риси людини, що впливають на її поведінку й вчинки... У строгому значенні характер – це психічний склад особистості, виражений у її спрямованості й волі» [2, С. 18-20]. Отже, за М.Д. Левітовим спрямованість і воля виступають основними компонентами структури характеру. Особистісна спрямованість – це система стійких значимих спонукань (мотивів, ціннісних орієнтацій, ідеалів, моральних переконань), у яких виражається цілісний світогляд людини [3]. Світогляд як сукупність поглядів й особистісної позиції детермінує зміст особистісної спрямованості та основну лінію її поведінки й діяльності (до чого вона прагне, чого уникає, проти чого готова боротися). Стійкість спрямованості характеризується тривалістю спонукань, що пов'язане з вольовими характеристиками особистості. Дієвість особистісної спрямованості визначає активність людини в реалізації поставлених цілей.

Із сказаного вище випливає, що особистісна спрямованість зумовлена домінуючими мотивами, цінностями людини й впливає на її діяльність і вчинки. Закріплюючись у поведінці, спрямованість визначає формування стійких особистісних тенденцій, що виступають як риси характеру. Відповідно до філософсько-психологічної концепції С.Л. Рубінштейна, спрямованість має інтелектуальний та емоційний компоненти, які визначають природу вчинку через відносини людини до світу та інших людей [6]. Іншими словами, основою спрямованості (і, відповідно, характеру) виступає система відносин особистості. Психологічні відносини в розвиненому виді являють собою цілісну систему свідомих активних вибіркового зв'язків людини зі світом. Варто відзначити, що особистісна спрямованість досить динамічна (адже особистісні мотиви не залишаються постійними, вони взаємовпливають один на одний, змінюються й розвиваються), що уможлиблює перебудову системи відносин людини. В.М.

Мясищев говорить, що характерологічними виступають риси, які виражають відносини особистості до себе, до людей, до діяльності, до навколишнього світу. Він вважає, що перекручування відносин унаслідок їхньої неусвідомленості й надмірної емоційності призводить до неадекватності цих відносин, які не можуть забезпечити повноцінну регуляцію поведінки [4, С. 20-28]. У цьому випадку мова йде про слабку інтенсивність спрямованості, яка може мати широкий діапазон прояву: від неусвідомлених потягів через активні прагнення до глибоких переконань.

Розглянемо генезу розвитку відносини особистості від рівня ірраціональної емоції до усвідомленої риси характеру. Початковим етапом формування відношення є рівень «перед-відношення» – період зростаючої вибірковості, що має афективно-імпульсивний характер. На даному етапі, як відзначає М.Д. Левітов, однією з форм спрямованості є пристрасні – активні емоційні стани, що значно впливають на свідомість і діяльність: «Пристрасність приводить до порушення закону сили: афективні реакції виникають з незначних приводів» [2, С. 149]. У випадку неусвідомленості своїх емоцій ми маємо справу з цілим спектром нерозвинених, інфантильних відносин, що відрізняються афективністю, імпульсивністю, суперечливістю, фрагментарністю, неадекватністю, що порушує адекватну саморегуляцію поведінки й визначає дисгармонійність характеру особистості. На думку М.Д. Левітова, за подолання пристрасностей і саморегуляцію емоцій відповідає вольовий компонент характеру: «Важливим є те, чи відповідає людина за свої пристрасні, чи бореться за їх подолання або виправдує їх, визначає моральну саморегуляцію поведінки» [2, С. 42]. Подальший розвиток і стабілізація відношення до рівня почуття дає можливість його фіксації, усвідомлення, рефлексії, формування свідомих оцінок і переконань. Коли особистість проявляє активну вольову готовність боротися за реалізацію переконань, можна говорити про певну рису характеру, розвиток якої стимулює вольову дію, яка здійснюється на поведінковому рівні. Іншими словами, психологічним механізмом розвитку відносин особистості є їхнє усвідомлення, оцінка й свідомо вольова саморегуляція. Критеріями зрілих відносин й, відповідно, гармонійних рис характеру, виступають їх усвідомленість, моральність і соціальність [4, С. 35-37].

Із сказаного вище впливає, що ставлення особистості до себе, до інших людей, до світу й зумовлена ними особистісна спрямованість задає вектор поведінки людини. Духовна спрямованість визначається домінуванням духовних цінностей і мотивів духовно-моральної самореалізації особистості. Насмілимося припустити, що порушення відносин людини зі світом є наслідком несформованості системи саме *моральних* відносин. Ігнорування духовно-моральних цінностей, підміна їх егоцентричними орієнтирами сприяє розвитку невротичних рис: егоїзму, конформізму, агресивності та інших.

Отже, визначимо характер як динамічне психічне утворення, структуру стійких особистісних тенденцій, детермінованих системою відносин людини до себе, до інших людей, до світу в цілому, які визначають особистісну спрямованість і поведінку. Риси характеру – це стійкі особистісні тенденції, закріплені у своєрідних формах поведінки. Кожна риса виражає певне відношення людини до світу й формується в результаті багаторазової реалізації цього відношення у відповідних вчинках. Іншими словами, риси характеру – це своєрідні навички прояву відносин тим або іншим способом.

Основою гармонійного характеру виступає духовно-моральна спрямованість, що базується на системі моральних відносин людини до внутрішнього й навколишнього світу (до себе, до людей, до Бога, до природи, до справи, до ситуацій, до життя в цілому) і зумовлює формування гармонійних відносин людини. *Моральні ставлення* – це завжди позитив, увага, доброзичливість до тих, на кого вони спрямовані. Показником гармонійного характеру є відношення до іншої людини як до самоцінності, що визначає здатність особистості до щирої любові й самовіддачі (С.Л. Рубінштейн). Гармонійний характер являє собою цілісну структуру рис, де кожна риса виражає певне моральне відношення людини. Гармонійний характер відрізняється погодженістю рис, помірністю їх прояву, що забезпечує духовно-моральну саморегуляцію й визначає врівноваженість, моральну силу характеру й конструктивність взаємин людини. Духовно-моральна саморегуляція – це здатність управляти своїми емоціями й поведінкою, керуючись духовно-моральними засадами: взаємоповаги, збереження миру, любові. Характер

як стійка система стійких особистісних рис формується шляхом набуття і закріплення певних стереотипів. Тобто, характер можна розглядати як систему набутих позитивних або негативних «звичок» сприйняття та поведінкового реагування.

Характер має *зміст* (позитивні або негативні риси) і *структуру* – систему певних рис. Структура характеру являє собою систему кластерів стійких особистісних тенденцій у відповідності до підструктур особистості. Нами було визначено модель, що спирається на християнсько-антропологічну структуру особистості (дух, душа, тіло) та модель Р. Кеттелла, яка містить інтелектуальну, емоційно-вольову та комунікативну сфери) (Рис. 1). Духовна підструктура особистості визначається духовною спрямованістю та зумовлює духовно-моральні риси. Душевна підструктура особистості поділяється на інтелектуально-креативну, комунікативну, емоційну та вольову, які визначають відповідні підструктури характеру.

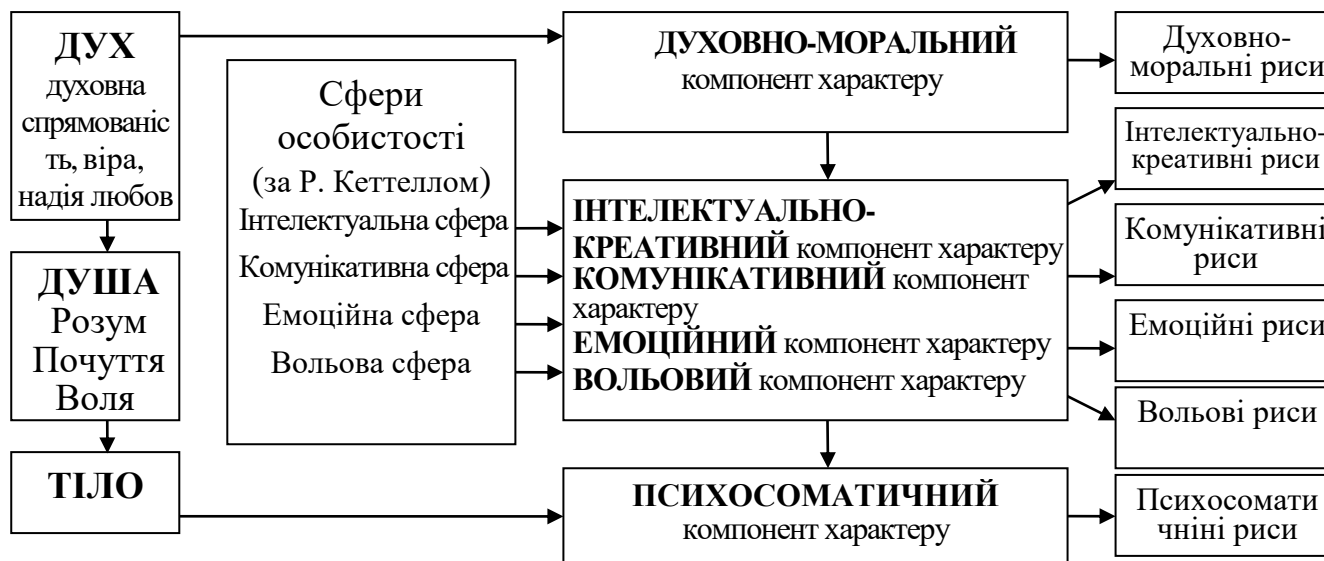


Рис. 1. Модель структури особистості.

Тілесна підструктура особистості визначає психосоматичну підструктуру характеру, до якої належать такі риси як стресостійкість та активність.

Згідно даної моделі *структура* характеру має 6 компонентів: духовно-моральний, інтелектуально-креативний, комунікативний, емоційний, вольовий та психосоматичний. Вони містять відповідні риси, які можуть бути гармонійними (позитивними) або дисгармонійними (негативними). Тобто, риси характеру є

змістовним наповненням його структури.

В залежності від особливостей структури й змісту характер може бути *гармонійним* і *дисгармонійним*. *Дисгармонійний характер* – це система стійких і неузгоджених деструктивних рис, які зумовлені викривленням ставлень особистості до світу й викликають стан хронічного психологічного дискомфорту людини (або її оточення). Дисгармонійний характер може проявлятися у хронічній роздратованості, агресивності, ворожому відношенні, у непослідовності дій. Основним психологічним фактором розвитку дисгармонійного характеру, є порушення *духовно-моральної саморегуляції*, яка має здійснюватися за рахунок взаємоузгодженого функціонування духовно-моральної і емоційно-вольової сфер особистості. Дефіцит моральності проявляється егоцентризмом, гординою, безвідповідальністю. Емоційні розлади виражаються у тривожності, дратівливості, гнівливості, емоційній лабільності, нездатності до прояву духовних почуттів (співстраждання, турботи, любові). Вольові дисгармонії проявляються у слабкості, нетерплячості, відсутності самоконтролю, невмінні стримувати свої страсті й протистояти спокусам, нездатності до самоконтролю емоцій і поведінки, що сприяє невірноваженості, суперечливості, слабкості характеру. Комунікативні й креативно-інтелектуальні риси можуть бути присутніми як у гармонійному, так і дисгармонійному характері (у якості психологічної компенсації).

З метою визначення змісту гармонійного та дисгармонійного характерів нами було проаналізовані характерологічні особливості типів акцентуацій за А.Є. Лічко і виділено провідні дисгармонійні риси характеру кожного з типів. Сензитивний тип – емоційна лабільність, песимістичність; психастенічний – тривожність, ригідність; неврастенічний – нервово-психічна ослабленість (невротичність), емоційна лабільність; педантичний – педантичність, ригідність; збудливий – агресивність, емоційна збудливість; гіпертімний – емоційна збудливість, імпульсивність; демонстративний – демонстративність, егоцентризм; шизоїдний – індивідуалістичність; нестійкий – екстернальність, слабкості; конформний – лицемірство, конформнізм. Ці дисгармонійні риси було скомпоновано у систему критеріїв дисгармонійного характеру відповідно до підструктур особистості.

Спираючись на принцип дихотомічності, у відповідності до кожної деструктивної риси, яка є ознакою дисгармонійного характеру, нами було визначено систему протилежних рис – ознак гармонійного характеру. Таким чином, було побудовано систему дихотомічних *змістових критеріїв* гармонійності – дисгармонійності характеру особистості (Табл. 1.).

Таблиця 1

Структура та зміст характеру особистості

	Компоненти структури характеру	Деструктивні риси – критерії дисгармонійного характеру	Скор.	Конструктивні риси – критерії гармонійного характеру	Скор.
Зміст характеру	Духовно-моральний	Гордия	Г.	Совісність	С.
		Екстернальність	Екс.	Відповідальність	Від.
		Корисливість	Кор.	Альтруїстичність	Ал.
		Лицемірство	Л.	Чесність	Ч.
	Креативно-інтелектуальний	Конформність	Кон.	Принциповість	Прин.
		Ригідність	Риг.	Креативність	Кр.
		Педантичність	Пед.	Толерантність	Тол.
	Вольовий	Психічна збудливість	Збуд.	Самоконтроль поведінки	С/к.
		Імпульсивність	Ім.	Терплячість	Тер.
		Слабовілля	Слаб.	Організованість	Орг.
	Емоційний	Емоційна лабільність	Ем.ст.	Емоційна стійкість	Ем. ст.
		Тривожність	Тр.	Впевненість	Вп.
		Песимістичність	Пес.	Оптимістичність	Опт.
	Комунікативний	Агресивність	Аг.	Доброзичливість	Доб.
		Індивідуалістичність	Інд.	Емпатія	Емп.
		Демонстративність	Дем.	Скромність	Скр.
	Психо-соматичний	Невротичність (нервово-психічна ослабленість)	Невр.	Стресостійкість	Стр/ст
		Пасивність	Пас.	Активність	Акт.

1. Духовно-моральні риси: совісність – гордия, чесність – лицемірство, альтруїзм – корисливість, відповідальність – екстернальність. 2. Інтелектуально-креативні риси: конформність – принциповість, ригідність – креативність, педантичність – толерантність. 3. Вольові риси: збудливість – психічна урівноваженість, імпульсивність – терплячість, слабовілля – організованість. 4. Емоційні риси: емоційна лабільність – емоційна стабільність, тривожність – впевненість, меланхолійність – оптимістичність. 5. Комунікативна сфера: агресивність – доброта, індивідуалізм – емпатія, демонстративність – скромність. 6. Психосоматичні риси: невротичність – стресостійкість.

Загальні критерії гармонійності характеру розташовуються по осях: моральна вихованість – невихованість; цілісність – суперечливість характеру; урівноваженість – неурівноваженість характеру; сила – слабкість характеру [7]. М'якість і жорсткість характеру є не критеріями його гармонійності, а виступають якісними ознаками цілісної структури характеру. При гармонійному характері м'якість і жорсткість урівноважують одне одне, а дисгармонійний відрізняється надто високими показниками м'якості або жорсткості.

З метою психологічної діагностики особистісної спрямованості як основи характерологічного розвитку нами було розроблено апробовану інноваційну емпіричну методика «*Особистісна спрямованість*», яка дозволяє оцінити ступінь прояву різних типів спрямованості: еоїстичної (до себе), соціальної (до інших людей), ділової (до справи) і духовної (до Бога).

Інструкція: оберіть з двох альтернативних висловів той, з яким Ви більшою мірою погоджуєтеся.

1. Свій вільний час я присвячую: а) улюбленій справі, б) спілкуванню з друзями.
2. Я відчуваю більш неприємно, коли хтось намагається: а) образити іншу людину, б) обмежити мою свободу.
3. Одним з найважливіших завдань свого життя я вважаю: а) прагнення до духовного ідеалу, б) досягнення професійного успіху.
4. Справжнє задоволення я отримую від спілкування на теми: а) розповідаючи про себе, б) про духовність, Бога, Всесвіт.
5. Найголовніше для мене: а) стати професіоналом; б) досягти статусу й визнання.
6. На Різдво я перш за все піду : а) до Церкви б) до друзів в гості.
7. У вільний час я віддаю перевагу: а) цікавій справі, б) читанню духовної літератури.
8. Для успішного створення родини необхідно насамперед: а) обирати турботливого чоловіка (дружину), б) самому проявляти турботу про людину.
9. Обираючи професію, я хочу: а) займатися цікавою справою, б) зробити кар'єру.
10. Більше задоволення я отримую від: а) спілкування з людьми б) духовного споглядання.
11. Мені вдалося реалізувати себе, перш за все як: а) відповідальну до справи людину, б) уважного, турботливого друга.
12. Я бажаю одержати в подарунок: а) модну, престижну річ, б) рідкісну книгу про духовність.
13. Коли я дуже втопився, а друг просить мене про допомогу (по господарству або у навчанні), я: а) чемно вибачуся й піду відпочивати, б) поборю свою втому й піду допомагати другові.
14. У колі моїх друзів переважають люди, які цінують, насамперед: а) ділові якості, б) духовний досвід людини.
15. Свій особистісний потенціал я застосовую переважно для: а) досягнення особистих життєвих успіхів, б) служіння Богу, допомоги людям.
16. Я маю відповідати, передусім, за а) добрі стосунки з людьми б) свою справу.
17. Я вважаю, що добрі вчинки треба здійснювати: а) таємно, б) відкрито.

18. Займаючись хобі, я маю на меті: а) реалізувати себе у цікавій справі, б) набути популярність серед однолітків.

Інтерпретація результатів: по кожній шкалі підраховується кількість балів (згоди з даним висловом) у відповідності до «ключа»:

Спрямованість на себе – 2б, 4а, 5б, 8а, 9б, 12а, 13а, 15а, 18б.

Спрямованість на людей – 1б, 2а, 6б, 8б, 10а, 11б, 13б, 16а, 17б.

Спрямованість на справу – 1а, 3б, 5а, 7а, 9а, 11а, 14а, 16б, 18а.

Спрямованість на Бога – 3а, 4б, 6а, 7б, 10б, 12б, 14б, 15б, 17б.

Для визначення ступеню гармонійності характеру особистості було розроблено інноваційний емпіричний опитувальник «*Структура та зміст характеру*». Методика містить 35 шкал і дозволяє визначати риси характеру відповідно підструктур особистості.

Інструкція: Оцініть за 3-х бальною шкалою ступінь своєї згоди з кожним твердженням: (0 – не згоден, 1 – не впевнений, 2 – згоден). Намагайтесь якнайрідше використовувати відповідь "не впевнений".

Текст опитувальника.

1. У конфліктах я намагаюся зрозуміти, свою неправоту і поспішаю вибачитися.
2. Я люблю в усьому бути першим.
3. Я можу віддати останні гроші на покупку ліків для важко хворої людини.
4. Мені важко пожертвувати милостинню безпритульним дітям.
5. Я особисто відповідаю за свої стосунки з людьми.
6. Часто в моїх проблемах винуваті обставини або інші люди, і це мене дратує.
7. Я вважаю, що треба завжди говорити правду, якою б гіркою вона не була.
8. Про деякі нюанси мого життя батькам знати не обов'язково.
9. Заради своїх моральних принципів я готовий піти на конфлікт із друзями.
10. Будь-яке побажання навколишніх я завжди намагаюся виконати.
11. Я дуже люблю займатися творчістю.
12. Мені складно приймати рішення, я довго коливаюся.
13. Зазвичай я легко пристосовуюся до нових прискіпливих партнерів.
14. Я не люблю нововведень, мені вкрай важко змінювати свої звички.
15. Мене зовсім не бентежать зауваження щодо моєї роботи або мене особисто.
16. Буває що у незначній ситуації я відчуваю ненависть та неконтрольовану лють.
17. Потрапивши в "корку" на дорозі, я спокійно очікую, коли вона закінчиться.
18. Я краще пройду пішки 3 зупинки, коли автобуса немає, хоча знаю, що він має скоро бути.
19. Залізна воля й організованість - мої головні помічники у житті.
20. Коли мені набридає нецікава робота, я її кидаю й займаюся іншими справами.

21. Як правило, мені вдається регулювати свої емоції силою волі й свідомості.
22. Я часто засмучуюся через дріб'язкові негаразди.
23. Я завжди впевнений у досягненні поставленої мети.
24. Мене охоплює почуття тривоги й страху під час сильної грози.
25. Все, що відбувається у нашому житті веде до щастя.
26. Я песимістично думаю про майбутнє.
27. Я довіряю людям і доброзичливо ставлюся практично до всіх.
28. Мені приємно тикнути носом своїх ворогів у їхні помилки.
29. Коли я читаю про трагічні події, то відчуваю, немов це відбувається із мною.
30. Зазвичай я живу "у своєму світі", не звертаючи увагу на проблеми інших людей.
31. У спілкуванні я більше цікавлюся іншими ніж говорю про себе.
32. Я люблю викликати подив і замилювання в інших людей.
33. Я спокійно сприймаю несподівані різкі звуки, яскраве світло, сильний шум.
34. Мені важко зосередитися на роботі, пов'язаною із тривалою увагою та напругою.
35. Іноді я хочу підтримати людину, але раптом дратуюся й ображаю її.
36. Мені часом буває соромно за свої думки та вчинки.
37. Я не люблю й не вмію просити пробачення.
38. Якщо досягнення моєї мети може комусь зашкодити, то від неї краще відмовитися.
39. Допмагаючи іншим, я зазвичай сподіваюсь на відповідну допомогу.
40. Я точно знаю, що мої невдачі були результатом власних помилок.
41. Люди, яких я кривдив, самі винуваті в моїх поганих вчинках щодо них.
42. Я завжди намагаюся чесно висловити другу свою незгоду з його поганим вчинком.
43. Якщо чесно, мені цікаво обговорювати з іншими людьми недоліки моїх друзів.
44. Я завжди намагаюся діяти у відповідності доз моїх моральних принципів.
45. Я хочу бути як усі: не виділятися, пристосовуватися до навколишніх.
46. Мені подобається експериментувати й вирішувати складні завдання.
47. Я ніколи не зроблю перший крок, якщо мене скривдили.
48. Я спокійно сприймаю ситуацію, коли партнер робить щось по-своєму.
49. Я сильно злюся на себе, коли не можу зробити роботу досконально правильно.
50. Я спокійно реагую на все що відбувається, навіть на великі неприємності.
51. Зазвичай я грубо і з гнівом відповідаю кривдникові.
52. Я можу досить довго терпіти втому, голод, спрагу, жару й холод.
53. Іноді я купую річ по першому враженню, не думаючи, наскільки вона мені потрібна.
54. Коли потрібно зробити великий обсяг робіт, то мені вдається організувати себе.
55. Я не можу дотримуватися розпорядку дня.
56. Я легко переборюю своє роздратування та відновлюю емоційну рівновагу.
57. Я часто роблю вчинки під впливом миттєвого настрою.
58. Я завжди спокійний перед іспитами.
59. У мене часто буває почуття сильного занепокоєння, відчуття можливого лиха.
60. Я природжений оптиміст, у мене завжди гарний настрій.
61. Іноді мені здається, що я взагалі ні на що не здатний.
62. Більшість людей - симпатичні та приємні для мене люди.

63. Деякі люди ображаються на мене за мою різкість або злість.
64. Мені цікаво зрозуміти не тільки зміст розмови, але й почуття співрозмовника.
65. Зазвичай я вирішую проблеми сам, не звертаючись по допомогу.
66. У компанії я більш мовчу й слухаю інших.
67. Я не виношу байдужого ставлення навколишніх до себе.
68. Коли я лягаю спати, то відразу засинаю, не думаючи про минулі чи майбутні події.
69. Я швидко втомлююся від кропіткої роботи, і тоді мене все дратує.
70. Часто мої реальні вчинки не збігаються з моїми добрими намірами.
71. Голос власної совісті для мене важливіше, ніж схвалення або осуд навколишніх.
72. Мене дратують зауваження на мою адресу.
73. Коли друг має труднощі, я могу допомогти йому, навіть якщо доводиться жертвувати власними інтересами
74. Мені важко позичати людям гроші, навіть якщо я маю на те можливість.
75. А ні обставини, ні інші люди, тільки я сам є причиною своїх проблем.
76. Я відчуваю, що мало впливаю на те, що відбувається із мною.
77. Я вважаю що треба чесно зізнаватися собі й людям у своїх поганих вчинках.
78. Життя навчило мене не бути занадто відвертим, навіть із друзями.
79. Моє золоте правило - не відступати від духовно-моральних принципів.
80. Заради схвалення навколишніх можна пожертвувати й своїми принципами.
81. Мені цікаво знаходити оригінальні рішення у складній ситуації.
82. Я довго не можу заспокоїтися через неприємності.
83. Якщо люди роблять щось неправильно, я не вступаю з ними в суперечку.
84. Лягаючи спати, я зазвичай перевіряю, чи погашене світло, чи замкнені двері.
85. Я рідко злюся й гніваюся.
86. Якщо хтось мене скривдить, то одержить від мене своє сповна й навіть більше.
87. Мене не дратує перебування в чергах, я спокійно витримую очікування.
88. Я часто говорю до того, як обміркую сказане.
89. Я - організована людина у будь-якій справі.
90. Я не можу вчасно піднятися вранці, і тягну до останньої хвилини.
91. Мені вдається переступати через свої образи й зберігати спокій та дружбу.
92. Якщо мені щось не вдається, я можу втратити надію й запанікувати.
93. Я впевнений у своєму майбутньому.
94. Мені часто сняться страшні сни.
95. Вранці я зазвичай встаю в гарному настрої.
96. У своєму житті я багато чого робив неправильно, і тому зараз я нещасливий.
97. У людях більше гарних якостей ніж недоліків.
98. Коли я сварюся з ким-небудь, мені стає легше на душі.
99. Я завжди співчуваю тим, хто страждає, тому що їм боляче.
100. Мені більше підходить індивідуальний спосіб роботи, а не колективний.
101. Я згодний з тим, що скромність прикрашає людину.
102. Знайомі вважають, що в мене є артистичні здібності.
103. Я легко адаптуюся до несподіваних ситуацій.

104. Втомившись від роботи, я відчуваю фізичну слабкість і дратівливість.
105. Буває так, що думаю я одне, а неусвідомлено вчиняю інакше.
106. Я нерідко відчуваю голос совісті та каяття.
107. У конфлікті я завжди наполегливо відстоюю свою правоту.
108. Я забуваю про власні проблеми, коли від мене залежить доля іншої людини.
109. Я прив'язуюсь душею до своїх речей: мені важко дарувати або викидати їх.
110. У конфліктах я частіше відчуваю власну провину й відповідальність.
111. Мої оцінки залежать не стільки від моїх знань, скільки від настрою педагога.
112. Я вважаю чесність - "золотим" й універсальним принципом свого життя.
113. Деякі хитрощі у відносинах із близькими людьми бувають досить корисними.
114. Про мене кажуть, що я – принципова людина.
115. Коли друзі не праві, краще покрити душею, підтримавши їх, щоб не втратити їх дружбу.
116. У складних ситуаціях я знаходжу рішення принципово новим способом.
117. Я глибоко переживаю образи й неодноразово обмірковую гідну відповідь кривдникові.
118. Я чемно ставлюся до кожної людини, навіть якщо вона мені неприємна.
119. Я ретельно стежу за тим, щоб кожна річ була на своєму місці.
120. Зазвичай я спокійний і не відчуваю внутрішнього напруження.
121. Незначний привід може викликати в мене лють та агресію.
122. Мені подобаються заняття, що вимагають тривалої зосередженості.
123. Я просто не в змозі стояти в довгій черзі.
124. Коли завдання складне, я буду працювати доки не знайду правильне рішення.
125. Я не в змозі перебороти кулінарні спокуси, навіть якщо мені прописана дієта.
126. Я не дозволяю собі довго злитися й швидко відновлюю емоційну рівновагу.
127. У мене часто бувають безпричинні зміни настрою.
128. Перед несподіваним викликом до начальства я, зазвичай, спокійний.
129. Я дуже хвилююся, коли близькі люди без попередження затримуються.
130. Я рідко думаю про можливі невдачі, а завжди сподіваюся на краще.
131. Часто в мене буває такий поганий настрій, що нічого б не бачив і не чув.
132. Я уникаю суперечок, щоб зберегти мирні відносини із друзями.
133. Час від часу мене немов тягне насваритися з ким-небудь.
134. Я завжди переймаюся чужими проблемами, співпереживаю людям.
135. Я завжди встановлюю свої правила і наполягаю на них.
136. Я люблю одягатися скромно.
137. Мені подобається бути центром уваги в компанії.
138. Мене приваблює робота в екстремальних умовах.
139. Перевтомившись перед сном, я важко засинаю, а з ранку я млявий.
140. Іноді я неусвідомлено поводжуся всупереч тому, що підказує розум.
141. Я почуваю величезне полегшення, коли прошу пробачення.
142. Мене дратують успіхи моїх ворогів.
143. Треба намагатися жити для інших, відмовляючи собі заради їх блага.
144. Я підтримую думку, що вигода й гроші - основні мотиви людської діяльності.
145. Я завжди сам відповідальний за те, що зі мною відбувається.

146. Здійснення моїх бажань залежить переважно від щасливого випадку.
147. Я чесно розповідаю батькам про усі свої неприємності.
148. Якщо тебе не запитують про твій нечесний вчинок, краще нікому нічого не говорити.
149. Практично завжди мої вчинки відповідають моїм переконанням.
150. Щоб не втратити прихильності друзів, їм треба говорити те, що їм приємно.
151. Я не зациклюююсь на проблемах, а намагаюсь їх творчо вирішувати.
152. Мені докучають неприємні думки, які настирливо лізуть у голову.
153. Мені вдається ладити з людьми, у яких поганий характер.
154. Я в усьому прагну зберігати порядок.
155. У складній ситуації мені вдається опанувати себе й вирішити проблему.
156. Я часто влаштовую бурхливі скандали, якщо мене роздратують.
157. Я здатний довго терпіти дратівливість і докори хворої близької людини.
158. Коли хтось спізнюється, мене дратує очікування.
159. Я завжди сам оптимально планую свій час, роботу й відпочинок.
160. Нецікаві розпочаті справи я зазвичай відкладаю на потім.
161. Я можу витримувати спокій, тактовність у суперечці й не дратуватися.
162. Іноді без причини почуваю себе подавленим, а іноді навпаки надто веселим.
163. Я впевнений у собі й можу успішно виступати перед аудиторією.
164. Я часто без причини турбуюся, як би чого не трапилося.
165. Я задоволений своєю долею.
166. Настрій у мене часто знижений.
167. Я одержую задоволення, коли комусь допомагаю.
168. Коли я злюся, то мені хочеться кого-небудь ударити або щось розбити.
169. Я люблю уважно вислуховувати скарги людей, щоб їм стало легше.
170. У мене є на все своя думка, і те, що їй не відповідає, я відкидаю.
171. Я не люблю притягувати до себе зайву увагу.
172. Для мене важливо, щоб мною захоплювалися усі мої знайомі.
173. Я одержую задоволення від ризику.
174. Нерідко я почуваю себе втомленим й можу зірватися на близьких людях.
175. Іноді я роблю те, що завжди засуджував, шкодую, але знову повторюю те саме.

Підрахунок та інтерпретація результатів.

Після заповнення анкети виконується підрахунок показників по кожній шкалі (алгебраїчна сума балів по горизонталі) і записується у правому стовпчику після відповідного позначення кожного показника (совісність – «С», гординя – «Г» і т.д.). Зверніть увагу, що показники позитивних якостей характеру розташовуються у правому стовпчику, а протилежних негативних якостей – у лівому (тобто, сумарний бал за показником «совісність» записується після «С →», а за показником «егоїзм» – після «Ег. →» і так далі у шаховому порядку).

Ключ до опитувальника. Ступінь сформованості кожної риси характеру визначається шляхом підрахування суми загальної кількості балів по кожному рядку (відповідно кількості позитивних відповідей) по кожній шкалі:

- совісність (С.) – 1, 36, 71, 106, 141; егоїзм (Ег.) – 2, 37, 72, 107, 142;
- альтруїзм (Ал.) – 3, 38, 73, 108, 143; корисливість (Кор.) – 4, 39, 74, 109, 144;

Бланк для відповідей

1		36		71		106		141			С. –	Дух- мор.
2		37		72		107		142	Ег. –			
3		38		73		108		143		Ал. –		
4		39		74		109		144	Кор. –			
5		40		75		110		145		Отв. –		
6		41		76		111		146	Екс. –			
7		42		77		112		147		Ч. –		
8		43		78		113		148	Л. –			
9		44		79		114		149		Прин. –	Інт.	
10		45		80		115		150	Кон. –			
11		46		81		116		151		Кр. –		
12		47		82		117		152	Риг. –			
13		48		83		118		153		Тол. –		
14		49		84		119		154	Пед. –			
15		50		85		120		155		Ск –	Вол.	
16		51		86		121		156	Збуд. –			
17		52		87		122		157		Терп. –		
18		53		88		123		158	Імп. –			
19		54		89		124		159		Орг. –		
20		55		90		125		160	Слаб. –			
21		56		91		126		161		Ем.ст. –	Ем	
22		57		92		127		162	Лаб. –			
23		58		93		128		163		Вп. –		
24		59		94		129		164	Тр. –			
25		60		95		130		165		Опт. –		
26		61		96		131		166	Пес. –			
27		62		97		132		167		Доб. –	Ком	
28		63		98		133		168	Аг. –			
29		64		99		134		169		Емп. –		
30		65		100		135		170	Інд. –			
31		66		101		136		171		Скр. –		
32		67		102		137		172	Дем. –			
33		68		103		138		173		Стр/ст. –	П/с	
34		69		104		139		174	Невр. –			
35		70		105		140		175	Суп. –			

- відповідальність (Від.) – 5, 40, 75, 110, 145; екстернальність (Ек.) – 6, 41, 76, 111, 146;
- чесність (Ч.) – 7, 42, 77, 112, 147; лицемірство (Л.) – 8, 43, 78, 113, 148;
- принциповість (Прин.) – 9, 44, 79, 114, 149; конформність (Кон.) – 10, 45, 80, 115, 150;

- креативність (Кр.) – 11, 46, 81, 116, 151; ригідність (Риг.) – 12, 47, 82, 117, 152;
- толерантність (Тол.) – 13, 48, 83, 118, 153; педантичність (Пед.) – 14, 49, 84, 119, 154;
- самоконтроль (С/к) – 15, 50, 85, 120, 155; збудливість (Збуд.) – 16, 51, 86, 121, 156;
- терплячість (Терп.) – 17, 52, 87, 122, 157; імпульсивність (Імп.) – 18, 53, 88, 123, 158;
- організованість (Орг.) – 19, 54, 89, 124, 159; слабовілля (Слаб.) – 20, 55, 90, 125, 160;
- емоційна стабільність (Ем. ст.) – 21, 56, 91, 126, 161; лабільність (Лаб.) – 22, 57, 92, 127, 162;
- впевненість (Вп.) – 23, 58, 93, 128, 163; тривожність (Тр.) – 24, 59, 94, 129, 164;
- оптимістичність (Опт.) – 25, 60, 95, 130, 165; песимістичність (Пес.) – 26, 61, 96, 131, 166;
- доброзичливість (Доб.) – 27, 62, 97, 132, 167; агресивність (Аг.) – 28, 63, 98, 133, 168;
- емпатія (Емп.) – 29, 64, 99, 134, 169; індивідуалізм (Інд.) – 30, 65, 100, 135, 170;
- скромність (Скр.) – 31, 66, 101, 136, 171; демонстративність (Дем.) – 32, 67, 102, 137, 172;
- стресостійкість (Стр/ст.) – 33, 68, 103, 138, 173; невротичність (Невр.) – 34, 69, 104, 139, 174;

Шкала оцінки: 7-10 балів – високий рівень; 3-6 – середній; до 3 балів – низький рівень. **Загальні показники гармонійності** характеру:

Суперечливість характеру (Суп.) – 35, 70, 105, 140, 175

Інші показники **гармонійності** характеру визначаються як функції від окремих характеристик (ці формули було визначено за допомогою методів математичної статистики, зокрема, факторного аналізу).

Цілісність характеру (Ціл.) = (С. + Від. + Ч. + Пр. + С/к + Орг. + Ем. ст.) / 7

Урівноваженість характеру (Ур.) = С/к. + Тер. + Орг. + Ем. ст. + Стр/ст / 5

Неурівноваженість характеру (Неур.) = Збуд. + Ім. + Слаб. + Лаб. + Н/пс. ос. / 5

Сила характеру (Сила) = (Урівн. + Від. + Ч. + Пр. + Вп.) / 5.

Слабкість характеру (Б/хар.) = (Екс. + Кон. + Слаб. + Лаб.) / 4.

М'якість характеру = (С. + Ал. + Доб. + Емп. + Тол.) / 5

Жорсткість характеру (Ж.) = (Г. + С/к + Орг. + Аг. + Інд. + Стр/ст.) / 6

Шкала оцінки: 7-10 балів – високий рівень; 3-6 – середній; до 3 балів – низький.

Для критеріїв «*Моральна вихованість*» та «*Загальна гармонійність*» шкала оцінки: 0-1 балів – низький рівень, 1-1,6 – середній; від 1,6 балів – високий рівень.

Моральна вихованість (М.В.) = (С. + Від. + Ал. + Ч.) / (Г. + Екс. + Кор. + Л.)

Після підрахунку показників по кожній шкалі підраховується коефіцієнт

гармонійності по кожному компоненту характеру. Для цього рахуємо: 1) суму балів за позитивними характеристиками відповідного компоненту характеру, 2) суму балів за негативними характеристиками відповідного компоненту. Після цього підраховується коефіцієнт гармонійності шляхом ділення позитивного показника на негативний по кожному окремому компоненту: $\sum (+) / \sum (-)$. Іншими словами, ми вираховуємо долю гармонійних якостей у кожному з компонентів характеру.

Після цього у такий самий спосіб підраховується інтегральний коефіцієнт гармонійності характеру (З.Г.) = $\sum (+) / \sum (-)$. При цьому $\sum (+)$ означає загальну суму балів по усіх позитивних рисах характеру (сума балів по правому стовпцю), а $\sum (-)$ суму балів по усіх негативних рисах (сума балів по лівому стовпцю).

Загальна гармонійність характеру (З.Г.) = $\sum (+) / \sum (-) = (С. + Від. + Ал. + Ч. + Прин. + Кр. + Тол. + С/к + Тер. + Орг. + Ем.ст. + Вп. + Опт. + Доб. + Емп. + Скр. + Стр/ст.) / (Г. + Кор. + Екс. + Л. + Кон. + Риг. + Пед. + Збуд. + Ім. + Слаб. + Лаб. + Тр. + Мел. + Аг. + Інд. + Дем. + Н/пс. ос.)$

В залежності від ступеню відповідності характеру критеріям його гармонійності визначаємо 4 рівні гармонійності (низький, нижче середнього, вище за середнє й високий), які поділяються на 8 підтипів (Табл. 2).

Таблиця 2.

Рівні гармонійності характеру особистості

Рівень	Низький		Нижче середнього		Середній		Високий	
Тип	Дисгармонійний характер		Потенційно дисгармонійний характер		Адаптований характер		Гармонійний характер	
Норми	З.Г. до 0,89		З.Г. = 0,9-1,2		З.Г. = 1,2-1,6		З.Г. = 1,6-3,3	
Тип	(м'який)	(жорсткий)	(м'який)	(жорсткий)	(м'який)	(жорсткий)	Відносно - гармонійний	Гармонійний характер

Підтипи у межах одного рівня гармонійності визначаються за критерієм м'якості – жорсткості характеру.

1. *Низький рівень* гармонійності (умовно позначено як «дисгармонійний характер») визначається домінуванням деструктивних при відсутності конструктивних (гармонійних) рис характеру. Інтегральний коефіцієнт гармонійності менш ніж 0,89, неурівноваженість та безхарактерність значно перевищують показники урівноваженості й сили характеру. Це означає, що людина не має ні моральних ставлень до світу, ні конструктивних навичок взаємодії з

іншими людьми, Несформованість механізмів духовно-моральної саморегуляції та конструктивної компенсації характерологічної дисгармонійності позначається на порушенні функціонування декількох або усіх компонентів характеру й зумовлює деструктивність і некерованість поведінки людини. Такий характер знаходиться у граничному стані між акцентуацією та неврозом або психопатією. Якщо людина з таким характером має досить низькі показники самопочуття, активності й настрою (за методикою САН), то їй можна рекомендувати звернутись по психолого-медичну допомогу доки характерологічна дисгармонійність не переросла у більш глибокі невротичні розлади особистості.

Типи дисгармонійного характеру поділяються за критеріями його м'якості – жорсткості. У випадку м'яко-дисгармонійного характеру надто сильно страждає сама людина у наслідок порушення емоційного і вольового компонентів характеру, що призводить до домінування негативних емоційних проявів (тривожності, вразливості, песимістичності) при нездатності до їх свідомої саморегуляції. У випадку жорстк-дисгармонійного характеру страждання виникають переважно у людей, що оточують індивіда з жорстким характером, який має вади духовно-моральних та комунікативних рис при збереженні вольових якостей та піднесеному емоційному фоні.

2. Рівень гармонійності *нижче середнього* умовно позначено як «потенційно дисгармонійний характер». Він відрізняється від попереднього тим, що спостерігається певна дифузність позитивних і негативних якостей: на фоні деструктивних характерологічних рис особистість має деякі компенсаційні механізми, які певною мірою нівелюють характерологічну дисгармонійність (в структурі характеру хоч і домінують негативні риси, але присутні й позитивні). Інтегральний коефіцієнт гармонійності знаходиться у межах 0,9-1,2, неурівноваженість та безхарактерність наближаються до рівня показників урівноваженості й сили характеру, хоча й не перевищують їх, що свідчить про наявність певної саморегуляції. Це рівень вираженої акцентуації, яка дозволяє людині часом бути у гармонійному стані, але за умов довготривалого стресу можливо загострення дисгармонійних рис, що низводить особистість до рівня більш

глибокої характерологічної дисгармонії.

3. *Середній рівень* гармонійності умовно позначено як «адаптований» характер. На цьому рівні ступінь прояву конструктивних рис вище, ніж деструктивних, інтегральний коефіцієнт гармонійності знаходиться у межах 1,2-1,6, урівноваженість й сила характеру дещо переважають над неурівноваженістю та безхарактерністю, що є ознакою досить сформованої духовно-моральної саморегуляції. Проте, такий характер ще не є гармонійним, оскільки кожний з його компонентів не має повної міри гармонійності (коефіцієнти гармонійності по кожному з компонентів можуть знаходитись в широкому діапазоні: від 0,9 до 2), що зумовлює недостатній рівень цілісності характеру і свідчить про певну міру його неузгодженості й суперечливості. Але така людина може доволі успішно функціонувати в соціумі у наслідок добре сформованих механізмів соціально-психологічної адаптованості (звідси назва типу гармонійності характеру – «адаптований»).

4. І, нарешті, *високий рівень* гармонійності також поділяється на два типи: відносно-гармонійний (адаптований) та гармонійний, але не за критеріями м'якості – жорсткості, а за ступенем рівномірної сформованості усіх компонентів характеру. На цьому рівні інтегральний коефіцієнт гармонійності знаходиться у межах 1,6-3,5, урівноваженість й сила характеру значно перевищують показники неурівноваженості та безхарактерності, що свідчить про досить розвинуту саморегуляцію. На високому рівні гармонійності характеру жорсткість та м'якість урівноважують одна одну (знаходяться у межах середнього рівня, проте м'якість дещо переважає). На відміну від цілком гармонійного характеру (де усі його підструктури добре та рівномірно розвинені, й домінують виключно позитивні характерологічні риси) у випадку умовно-гармонійного характеру може спостерігатись домінування однієї-двох деструктивних рис (наприклад, педантичності або демонстративності) на фоні інших розвинених конструктивних рис, які забезпечують механізм духовно-моральної саморегуляції. Ця людина здатна до моральної поведінки, до гармонійного функціонування й соціально-психологічної адаптації, хоча й має певні «людські слабкості».

Слід зазначити, що високий показник інтегрального коефіцієнту гармонійності може досягатись за рахунок надто низьких показників (0-1 бали) по шкалах деструктивних характерологічних рис. Проте, слід пам'ятати, що такі низькі показники, що виходять за межі нормативного коридору, свідчать про недостатню розвинутість рефлексивних здібностей, або про тенденцію до соціально бажаних відповідей, що також є показниками характерологічної дисгармонійності. Отже, такі результати не можна відносити до ознак гармонійного характеру. У кращому випадку, така особистість має середній рівень гармонійності характеру. Тому класифікація анкет з подібними результатами вимагає додаткової психодіагностики за допомогою інтерв'ю або інших методик.

Ці інноваційні психодіагностичні методики дозволяють вивчати гармонійні та дисгармонійні риси характеру в юнацькому віці. Визначення проблемних характерологічних аспектів є основою розробки системи психологічної допомоги сучасній молоді. Альтернативою дисгармонійних рис виступають поступливість, терплячість, доброта. Виховання цих якостей лежить в основі психологічної допомоги особистості. Гармонізація характеру є процесом узгодження його підструктур, наповнення їх духовно-моральним змістом, розвитком позитивних якостей, контролем над негативними. Основним завданням гармонізації характеру є розвиток духовно-моральної саморегуляції, формування моральних відносин до себе, до інших людей, до Бога, до навколишнього світу з метою формування цілісної структури сильного, урівноваженого, морального характеру.

ЛІТЕРАТУРА

1. Авдеев, Д. А. Нервность: ее духовные причины и проявления / Д. А. Авдеев. 6-е изд. – М.: «МБЦ Серафима Саровского», «Омега», 2009. – 320 с.
2. Левитов, Н. Д. Психология характера / Н.Д. Левитов. Изд. 3. – М., "Просвещение", 1969.– 424 с.
3. Направленность личности – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://psychiatry.academic.ru/1721/Направленность_личности – Дата доступа 17.06.2014.
4. Мясичев, В. Н. Психология отношений: Избр. психол. труды / В.Н. Мясичев – М.: Ин-т практ. психологии; Воронеж: НПО "МОДЭК", 1995. – 356 с.
5. Павлик, Н.В. Психодіагностика особливостей характеру майбутнього педагога: метод. рек. / Наталія Павлик. – К.: Логос, 2013. – 48 с.
6. Рубинштейн, С.Л. Проблемы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер Ком, 1999. – 720 с.
7. Структура характера – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://spb-tei.ru/2005/08/17/struktura-kharaktera>. – Дата доступа: 13.02.2014.

8. Фетискин, Н. П., Козлов, В. В., Мануйлов, Г. М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. – М., Изд-во Института Психотерапии, 2002. – 490 с.