

## Методичні рекомендації щодо розвитку характерологічної культури педагога

### Теоретичні положення: характерологічна культури особистості

Ефективне виховання сучасної молоді вимагає від вчителя високого рівня творчих педагогічних здібностей та розвитку характерологічної культури (сформованості комплексу позитивних рис характеру, які сприяють підвищенню якості педагогічної взаємодії з учнями). Як слушно зазначає К.Д.Ушинський, тільки особистістю можна виховати особистість, тільки власним характером можна здійснити вплив на характер вихованця. Педагог, перш за все, має бути носієм духовно-моральних цінностей, які творчо актуалізуються у відповідних рисах його характеру. Ще давньогрецьки філософи вважали, що характер людини визначає її долю.

Отже, одним з важливіших факторів успішності педагогічної творчості є *характер педагога*, який є потенційною передумовою особистісного розвитку та стилю педагогічної діяльності.

Ми визначаємо поняття “*характер*” як набір стійких особистісних тенденцій, які проявляються у поведінці людини у вигляді певних характерологічних рис, що сформувалися в результаті засвоєння цінностей культури. Сформованість комплексу конструктивних рис характеру та ціннісне ставлення до особистості інших людей, зокрема, учнів свідчить про характерологічну культуру педагога.

Психологічна категорія “*характерологічна культура*” особистості є еквівалентом поняття “*культура характеру*”, що означає увсвідомленість, конструктивність, узгодженість, характерологічних рис, ціннісне ставлення людини до позитивних характерологічних якостей, що забезпечує сформованість моральних ставлень, адекватність поведінки та високий рівень життєтворчості особистості.

*Структура характерологічної культури особистості* має три компоненти: *духовно-моральний, емоційно-вольовий та морально-комунікативний*. Кожний з цих компонентів має певне змістове наповнення (сукупність окремих характерологічних рис) і може мати різну ступінь сформованості.

Основним компонентом є *духовно-моральний*, який складають такі характерологічні

риси особистості як добродійність, повага до людей, совісність, альтруїзм тощо). Слід зазначити, що моральні цінності, які тільки декларуються вчителем, але не є його характерологічними рисами, не мають ефективного педагогічного впливу на формування особистості учня, оскільки не підкріплюються живим прикладом конкретних морально-поведінкових дій та вчинків з боку педагога.

Показниками *емоційно-вольового* компоненту характерологічної культури особистості є такі риси як розвинутий самоконтроль, організованість, працьовитість, цілеспрямованість, інтернальність. Вони забезпечують реалізацію духовно-моральних цінностей. Даний блок характерологічних якостей як стійких емоційно-вольових тенденцій дозволяє людині здійснювати моральну регуляцію власної поведінки.

*Морально-комунікативні* риси характеру (довіра, уважність, поступливість, емпатійність) допомагають педагогу творчо реалізовувати моральні цінності у спілкуванні з учнями. Морально-комунікативні характерологічні риси дозволяють здійснювати не просто спілкування, а *моральне* спілкування, яке являє собою якісно новий рівень міжособистісних комунікацій, що базується на безумовному визнанні цінності іншої особистості і спрямоване на її моральне піднесення.

Ці компоненти пов'язані між собою та взаємообумовлюють один одний.

В якості *базисного* (провідного) *компонента* ми розглядаємо *духовно-моральний*, оскільки діяльність, що не одухотворена моральним змістом, втрачає позитивний сенс і є засобом лише прагматичного самоствердження педагога.

Система дихотомічних критеріїв сформованості (або несформованості) компонентів характерологічної культури включає такі риси характеру (табл. 1).

Табл. 1

### Система дихотомічних критеріїв розвитку характерологічної культури

Компоненти характеролог. культури	Конструктивні критерії (сформованість характерологічної культури)	Деструктивні критерії (несформованість характерологічної культури)
<i>Духовно-моральний</i>	Здатність до морального вибору	Нездатність до морального вибору
	Відповідальність	Безвідповідальність
	Чесність	Малодушність
	Безкорисливість	Користолюбство
	Совісність	Безсовісність
	Альтруїзм	Егоцентризм

<i>Емоційно-вольовий</i>	Розвинутий самоконтроль поведінки	Нервово-психічна ослабленість
	Емоційна стійкість	Емоційна нестійкість
	Організованість	Неорганізованість
	Інтернальність	Екстернальність
	Врівноваженість	Імпульсивність
	Життєрадісність	Депресивність
<i>Морально-комунікативний</i>	Симпатія до людей	Агресивність до людей
	Довіра до людей	Недовіра до людей
	Емпатія	Байдужість
	Поступливість	Упертість
	Повага до інших	Неповага до інших
	Уважність до людей	Неуважність до людей

Знання змісту й особливостей розвитку кожного з компонентів характерологічної культури дозволяє визначати характер особистості, психологічні чинники її розвитку, а також зрозуміти сутність механізмів психологічної компенсації у разі виникнення психологічних або професійних проблем у діяльності педагога. Деструктивні риси характеру свідчать про спотворення особистісного розвитку і відсутність характерологічної культури.

Безперечно, педагог, як кожна людина, має певні негативні особистісні риси і пов'язані з ними психологічні проблеми, але за умови постійного усвідомлення вад власного характеру та прагнення до морального самоудосконалення він набуває досвіду роботи над собою, виробляє оптимальні для нього засоби компенсації та самоактуалізації. Неузгодженість змісту декларації вчителем морально-етичних принципів та їх реальної поведінкової реалізації сприяє порушенню ціннісної регуляції життєдіяльності людини. Тобто мова йде про феномен, коли педагог дуже творчо і красномовно говорить про моральні цінності, демонструючи у повсякденному житті моральну некомпетентність, байдужість, неповажність до оточуючих, егоїзм та інші аморальні прояви. Саме така психологічна вада є найбільш поширеною серед сучасних педагогів. Тобто дитина спостерігає неузгодженість між тим, що вчитель говорить і тим, як він себе поводить, що, у свою чергу, сприяє формуванню неусвідомленої дитячої неконгруентності та невротичних рис характеру. Таким чином, але не є його характерологічними рисами, то такий вчитель не здатен до здійснення ефективного педагогічного впливу на формування особистості учня, оскільки його слова не якщо моральні цінності, які тільки декларуються вчителем, підкріплюються живим прикладом конкретних морально-поведінкових дій та

вчинків.

Зупинимось детальніше на природі та особливостях *невротичного характеру* вчителя, оскільки саме це є головним чинником зниження ефективності педагогічного процесу унаслідок підсвідомого наслідування учнем невротичних стереотипів поведінки педагога. При *невротичних характерах* особистість виявляється не цільною, а деформованою, має невротичні симптоми: емоційні розлади і порушення настрою (приступи агресії або тривоги і депресії); загальна нервно-психічна виснаженість, мимовільні рухи (тики, подрагивания, ін.), нав'язливі думки або спонукання до дії ("пристрасть" до наведення порядку) тощо.

Отже, невротичний характер виступає як сукупність стійких невротичних тенденцій і спотворює педагогічний вплив, значно знижуючи ефективність педагогічної діяльності. Невротичність педагога порушує стосунки між учнем та вчителем, загострює міжособистісні конфлікти і підсвідомо викликає невротичний розвиток особистості учня.

Такі характерологічні якості як безвідповідальність, нездатність до морального вибору, неповага до людей, нещирість, безсовісність, егоїзм, відсутність самоконтролю, емоційна нестійкість, тривожність, зовнішній локус контролю, неорганізованість, імпульсивність, непослідовність у діях, ригідність, агресивність, недовіра до людей, впертість тощо є невротичними рисами характеру і чинниками спотворення стилю професійної діяльності та якості особистісного функціонування педагога, а також факторами порушення взаємостосунків з учнями і виникнення психологічних та професійних проблем.

Важливим показником глибоких стійких особистісних проблем, пов'язаних з наявністю невротичного характеру є егоцентризм. Егоцентризм виникає майже завжди, коли людина відчуває неадекватність власного "Я" порівняно з іншими. Звідси витікає замкненість на власному "Я", на власних проблемах.

Відповідно до кожного з видів неврозу існує певний тип невротичного характеру.

Так, якщо особистість педагога відрізняється егоцентричністю, димонстративністю, неповажністю до учнів, нещирістю, не може визнати своїх помилок, то, скоріш за все, у цього вчителя превалує істеричний невротичний характер, який спотворює його стиль

професійної діяльності та взаємостосунки з учнями.

Якщо педагог має вади емоційно-вольових рис характеру (відсутність самоконтролю, емоційну нестійкість, виражену психічну напругу (тривожність, фрустрацію), неорганізованість, імпульсивність, некеровану агресивність, непослідовність у діях), то маємо справу з людиною, схильною до імпульсивного невротичного характеру, який знижує ефективність педагогічної діяльності.

Несформованість морально-комунікативного компоненту проявляється у пасивності у спілкуванні, відстороненості, ворожості, недовірі людям, байдужості, впертості, що також є передумовою педагогічно-професійної непридатності.

Отже, невротичні риси спотворюють особистісний розвиток педагога, сприяють формуванню невротичного характеру і негативно впливають на якість творчої педагогічної діяльності. Актуалізація духовно-моральних цінностей і набуття відповідних рис характеру є фактором подолання невротичних тенденцій особистісного розвитку, що сприяє формуванню психологічної готовності викладачів гуманітарного профілю до професійної діяльності.

Виходячи з цього, здобимо теоретичні узагальнення.

1. *Характер є потенційною передумовою особистісного розвитку*, який може бути як конструктивним, так і деструктивним.
2. Конструктивний особистісний розвиток вчителя спрямований на гармонійне формування власної особистості й проявляється у самовихованні позитивних характерологічних рис.
3. Деструктивний особистісний розвиток спрямований у бік набуття особистісних дисгармоній і супроводжується формуванням *невротичного характеру*, який виступає як сукупність *стійких невротичних тенденцій* і є альтернативою характерологічної культури особистості.
4. Чинником зниження ефективності навчального процесу унаслідок порушення стосунків між учнем та вчителем є наявність *невротичних* рис педагога, які загострюють міжособистісні конфлікти і підсвідомо викликають невротичний розвиток особистості учня.

Функція психолога у процесі формування характерологічної культури особистості

полягає у створенні психологічних умов для усвідомлення людиною необхідності самовиховання позитивних характерологічних рис.

Щоб забезпечити умови здорового розвитку характерологічної культури особистості, необхідний певний еталон, нормативна система морально-ціннісних координат. Спираючись на моральні поняття й оцінку поведінки інших людей, особистість переходить до самооцінки своєї поведінки, учинків, якостей.

В методичних рекомендаціях значну увагу приділено формуванню світогляду на основі незмінних духовних ціннісних орієнтирів, що надає можливість людині спрямовувати своє життя в русло духовного розвитку, підносячи себе з рівня відтворення життєдіяльності до рівня життєтворчості.

**Основні напрями** психологічної роботи з педагогами та студентами педагогічних ВНЗів, що сприяють розвитку характерологічної культури:

- *психодіагностичний* (діагностика провідних характерологічних рис педагогічних працівників та ознайомлення педагогів з результатами психодіагностики);
- *культурно-освітній* (підвищення рівня морально-етичної просвіти педагогів);
- *психолого-екологічний* (формування дбайливого, ціннісного ставлення до внутрішнього світу інших людей, зокрема, учнів, колег, батьків);
- *мотиваційно-розвиваючий* (стимулювання мотивації особистісного розвитку педагога);
- *психокорекційний* (психолого-консультативна і психотерапевтична робота);
- *психолого-профілактичний* (профілактика невротизації та інших девіацій особистісного розвитку).

### **Псидодіагностичний інструментарій**

У психодіагностичному напрямі доцільно вивчати такі характерологічні особливості особистості педагога або студента педагогічного навчального закладу.

1. Діагностика ціннісно-мотиваційної сфери: ціннісне ставлення до професії педагога, любов до дітей, педагогічна потреба, прагнення до самовдосконалення в культурному та педагогічному відношеннях (авторська анкета “Мотивація до педагогічної діяльності”).

2. Діагностика морально-комунікативних якостей характеру: відповідальність, уважність й повага до людей, симпатія, довіра, емпатія, чесність, безкорисливість,

совісність, альтруїзм, поступливість (авторська методика «Моральні якості»).

3. Діагностика емоційно-вольових якостей характеру: організованість, психічна врівноваженість, внутрішній локус контролю (авторська методика «Риси характеру»).

3. Діагностика невротичних характерологічних якостей педагога:

а) егоцентризму (методика незакінчених речень);

б) ригідності, педантичності, демонстративності, невротичності, агресивності, депресивності, індивідуалістичності та імпульсивності (авторська методика «Риси характеру»).

### Опис психодіагностичних методик

1. Авторська анкета «Мотивація до педагогічної діяльності» спрямована на вивчення ціннісно-мотиваційних характеристик педагога щодо ставлення до своєї професії, до дітей, до особистих прагнень. Анкета містить питання відкритого та закритого типу.

1. Чи подобається вам провесія педагога?

2. Які проблеми у спілкуванні з учнями у Вас виникають?

а) не слухаються мене

в) розчаровуюся в людині

б) немає взаєморозуміння

г) часто сваримось

д) інше

3. Як Ви думаєте, що (або хто) є причиною Ваших проблем у спілкуванні?

а) не знаю хто або що

в) обставини

б) інші люди

г) я сам ( моя поведінка).

4. Якими основними рисами Ви визначили би свій характер?

5. Які риси характеру Ви бажаєте виховати в собі?

6. Чи вважаєте Ви себе щасливим? Чого Вам не вистачає до повного щастя?

7. Що Ви найбільш цінуєте у професії педагога?

8. В чому проявляється Ваша педагогічна творчість?

9. Які, на Вашу думку, риси характеру потрібні для реалізації творчої педагогічної роботи?

10. У чому Ви бачите сенс Вашого професійного життя?

11. Чи бажаєте Ви самовдосконалюватися в культурному та педагогічному відношеннях? Яким чином?

12. Якого життєвого кредо Ви побажаєте іншим педагогам (чого варто побоюватися, що цінувати)?

2. Авторська методика «*Моральні якості*» побудована за методом семантичного диференціалу. Методика дозволяє чисельно оцінити сформованість моральних установок, які у своєму генезисі стають особистісними рисами характеру.

Нами було виділено 11 моральних критеріїв: *симпатії* до інших (Си), *довіри* людям (До), *уваги* до них (Ув), *поваги* (Пов), *поступливості* (Пос), *чесності* (Ч), *відповідальності*

(Від), безкорисливості (Б/К), емпатії (Ем), совісності (Со) і альтруїзму (Ал).

Си	1. Я відчуваю доброзичливість до навколишніх мене людей	3210123	1. До навколишніх людей я іноді відчуваю почуття ворожості	
Б/К	2. Люди звичайно допомагають іншим сподіваючись на відповідну допомогу або вигоду	3210123	2. Частіше за все люди допомагають друг другу безкорисливо	
Ув	3. Вступаючи у спілкування з новою людиною, я більше слухаю її, намагаюся її зрозуміти	3210123	3. У спілкуванні з новими людьми я більше говорю сам, жартую, зацікавлюю собою	
Ем	4. Я не часто співчуваю іншим, оскільки людина завжди сама винна у своїх стражданнях	3210123	4. Я завжди співчеваю тим, хто страждає, бо їм боляче	
Від	5. Кожен завжди сам має нести відповідальність за свої вчинки	3210123	5. Мої вчинки часто залежать від обставин, від мого настрою	
Со	6. У конфлікті я завжди відчуваю свою правоту і продовжую наполегливо відстоювати свою позицію	3210123	6. У конфліктах я скоріше намагаюся зрозуміти, у чому я не правий, і поспішаю перепросити і виправити положення	☼
А	7. Дуже важливо вміти жертвувати своїми інтересами заради любові до ближніх	3210123	7. Жертвувати собою - це невдячна справа, цього ніхто не оцінить	
Ем	8. У бесіді мені цікаво зрозуміти почуття співрозмовника, відчути його логіку, позицію	3210123	8. У бесіді мене більше приваблює сама тема, предмет обговорення, ніж сам співрозмовник	
Б/К	9. Більшість людей добре працюють тому, що хочуть заробити грошей	3210123	9. Люди працюють, тому що відчувають задоволення від почуття виконаного обов'язку	☼
Ч	10. Чесне визнання своєї провини пом'якшує покарання	3210123	10. Якщо тебе не запитують про твій нечесний вчинок, краще нікому нічого не говорити	
Пос	11. У суперечках я наполегливий і доказую свою думку до повної перемоги над супротивником	3210123	11. Я не люблю суперечок і частіше поступаюся іншим щоб зберегти мирні стосунки	☼
Пов	12. Я частіше ігнорую вимоги і побажання навколишніх, якщо вони для мене обтяжливі	3210123	12. Будь-яку вимогу або побажання інших я частіше за все намагаюся врахувати	☼
Ем	13. Я завжди переймаюся чужими проблемами	3210123	13. Неварто переживати за чужі проблеми	
До	14. Більшість людей чесні	3210123	14. Частіше за все люди брешуть	
Від	15. Мій поганий настрій негативно відбивається на стосунках з іншими, і тому я завжди відповідаю за це	3210123	15. Якщо у мене поганий настрій, це – проблема оточуючих (нехай терлять мій важкий період)	
А	16. Для досягнення поставленої мети підходять усі засоби	3210123	16. Якщо досягнення моєї цілі може комусь шкодити, то від цієї мети краще відмовитися	☼
Пос	17. Якщо усі проти мене, я задумуюся, чи правий я	3210123	17. Якщо усі проти мене, то я — проти всіх	
До	18. З новими людьми варто бути обережними	3210123	18. З новою людиною можна почувати себе досить вільно	☼
Б/К	19. Я вважаю, що допомагати іншим треба непомітно, залишаючись самому у тіні	3210123	19. Допомога іншим має бути суттєвою щоб я відчував віддачу і подяку	
Со	20. Мені часто буває соромно за свої вчинки	3210123	20. Я рідко відчуваю каяття, голос совісті	
Пос	21. Якщо зі мною вчиняють несправедливо, я буду боротись усіма можливими засобами	3210123	21. Якщо зі мною вчиняють несправедливо, я мовчки відступаю, не відповідаючи злом за зло	☼
Си	22. Я внутрішньо часто приємно вражений своїми знайомими	3210123	22. Мої знайомі не викликають у мене почуття особливого замилювання	
Пов	23. Коли в мого друга труднощі, я намагаюся його розважити, розсмішити, розвеселити	3210123	23. Коли в мого друга труднощі, я намагаюся його вислухати, підтримати, зрозуміти суть його проблем, взяти участь у їх вирішенні	☼
Ч	24. Коли мене щось не влаштовує у відносинах з іншими, я вважаю, що треба відкрито сказати їм про це і обговорити вирішення ситуації	3210123	24. Коли мене що-небудь не влаштовує у відносинах із навколишніми, я мовчки пристосовуюся до них, а сам вчиняю так, як хочу	
Си	25. Я нейтрально ставлюся до більшості людей	3210123	25. Більшість людей - симпатичні для мене	☼
Со	26. Я відчуваю величезне полегшення, коли прошу пробачення і мене вибачають	3210123	26. Я не люблю і не вмію просити пробачення	
До	27. Я завжди довіряю своїм знайомим	3210123	27. Я часто не довіряю навколишнім	
Пов	28. У знайомих я частіше помічаю недоліки	3210123	28. У знайомих я частіше вижу їх кращі якості	☼
Від	29. Причиною моїх проблем часто виступають інші люди та обставини	3210123	29. Я сам являюся причиною своїх проблем і несу за це відповідальність	☼
Ч	30. Краще наодинці висловити другу свою незгоду з його дурним вчинком, хоча це і неприємно	3210123	30. Краще зберігати з другом приятельські стосунки, а в тому, що обговорюєш з іншими його недоліки – немає нічого страшного	



Ув	31. Я частіше самий дзвоню знайомим, котрих давно не бачив, щоб поздоровити їх зі святом	3 2 1 0 1 2 3	31. Я часто забуваю святкові дати моїх знайомих	
Пов	32. Я намагаюся змінити близьких мені людей, щоб виправити їх недоліки	3 2 1 0 1 2 3	32. Своїх близьких я сприймаю такими, які вони є і не намагаюся їх змінити	☀
А	33. Треба намагатися жити для інших	3 2 1 0 1 2 3	33. Потрібно жити для себе - адже живем тільки один раз	

В якості інструкції учасникам пропонується із двох альтернативних висловлювань вибрати те, з яким вони в більшій мірі згодні, і оцінити за 3-х бальною шкалою ступінь своєї згоди з даним висловлюванням. Ключ до обробки даної методики знаходиться прямо на бланку відповідей: крайній правий стовпець містить у певних рядках символ ☀, що означає наявність у даному рядку висхідної шкали кодування, тобто: - 3 2 1 0 1 2 3 + . У тих рядках, де символ ☀ відсутній, маємо нисхідну шкалу: + 3 2 1 0 1 2 3 - . Процедура обробки результатів проводиться в 2 етапи: декодування шкал (визначення висхідного або нисхідного порядку) і підрахунок алгебраїчної суми балів за кожним критерієм оцінки моральних якостей, що знаходяться у крайньому лівому стовпці бланка відповідей (Си, До, В, Ди...). Негативне значення свідчить про несформованість даної моральної якості; позитивне значення говорить про сформованість відповідної моральної якості.

3. Діагностика ступеню вираженості егоцентризму особистості нами здійснювалася за проективною методикою “Незакінчені речення”, яка містить 10 незакінчених речень, що припускають виявлення егоцентризму:

*Декілька років тому...В дійсності...Порівняно...Чим далі...Легше за все...В ситуації...Це неправда, що...Настане час, коли...Основна проблема...Найбільша...*

Учасникам дається інструкція самостійно закінчити речення. Обробка результатів даного методу здійснюється шляхом підрахунку в усіх десятих реченнях похідних від “Я” (я, мені, моє, мої тощо). Норма для гармонійної особистості – від 1 до 3. Якщо кількість згадувань про себе більш ніж 6, то мова йде про виражений егоцентризм.

4. Авторський опитувальник «Риси характеру», який представляє собою синтез модифікованих методик визначення акцентуацій характеру К.Леонгарда та Шмішека та Франкфуртського багатofакторного особистісного опитувальника (FPI). Ця методика пропонується для дослідження таких невротичних характерологічних рис як невротичність, агресивність, депресивність, ригідність, педантичність, демонстративність, індивідуалістичність, імпульсивність. При вираженості даних характерологічних рис до рівня акцентуацій можна говорити про наявність невротичних тенденцій, які

перешкоджають продуктивності творчої педагогічної діяльності. Інші типи акцентуацій нами не розглядаються, оскільки мало стосуються специфіки педагогічної роботи. Ця методика також дозволяє дослідити ступінь прояву таких позитивних рис характеру як організованість, психічна врівноваженість та інтернальність.

### Модифікований особистісний опросник «**Риси характеру**»

**Інструкція:** Вам пропонується ряд тверджень. Кожне з них має до Вас питання про те, чи відповідає дане твердження особливостям Вашої поведінки, учинків, відносини до людей, поглядам на життя. Якщо Ви згодні із твердженням, то дайте відповідь «+», у протилежному випадку - відповідь «-».

1. Нерідко я почуваю себе млявим й втомленим.
2. Мені подобається бути центром уваги в компанії.
3. Я дуже чутливий до образ.
4. Мені дуже подобається займатися творчістю на самоті: висувати оригінальні ідеї, придумувати нові моделі.
5. Зробивши щось, я часто сумніваюся, чи все зроблено вірно доти, поки остаточно не буду впевнений у правильності.
6. Я часто можу так розлютити, що готов розбити все, що потрапить під руку.
7. Мене анітрохи не ображають зауваження щодо моєї роботи або мене особисто.
8. Я часто думаю про те, чому мене постійно переслідують невдачі.
9. Розвинена воля й організованість є головними факторами мого успіху в житті.
10. Я часто говорю до того, як обміркую сказане.
11. Великий успіх - це завжди результат завзятої роботи, і вдалий випадок не має до цього відносини.
12. Якщо я сидів, а потім різко встав, то в мене темніє в очах і кружиться голова.
13. Я люблю одягатися модно, яскраво й помітно.
14. Я намагаюся потрапити в число кращих співробітників (студентів).
15. Я не терплю чужих порад і вчиняю завжди по-своєму.
16. Мене дратує, якщо завіса або скатертину висять нерівно, і я намагаюся їх поправити.
17. Я не соромлюся у вираженнях, якщо мене виведуть із себе.
18. Не можу представити нічого такого, що треба було б доводити бійкою.
19. Я не задоволений своєю долею.
20. Думаю, що я менш чутливий, ніж більшість людей.
21. Я іноді попадаю в товкотнечу й метушню тільки через те, що зробив щось, не подумавши.
22. Оцінки, які начальники дають підлеглим, залежать від самих підлеглих.
23. Нерідко почуваю, як у мене німіють або холодіють руки й ноги.

24. Для мене важливо, щоб мене любили всі мої знайомі.
25. Я завжди захищаю справедливість й тих, з ким надійшли несправедливо.
26. Деякі мої вчинки виглядають дивними й викликають подив оточуючих.
27. Я у всьому прагну зберігати порядок.
28. Я частіше змушую людину зробити те, що мені потрібно, чим прошу її про це.
29. Мене мало хвилює, що хтось погано до мене ставиться.
30. Я песимістично думаю про майбутнє.
31. Будь-яку роботу треба виконувати ретельно, якщо ви за неї узялися.
32. Я часто попадаю в такі ситуації, з яких мені хочеться скоріше вибратися.
33. Успіх у роботі головним чином залежить від мене самого, а не від збігу сприятливих обставин.
34. З ранку я млявий і сонливий, але до вечора стан поліпшується.
35. У школі я охоче декламував вірші.
36. Якщо із мною надійшли несправедливо, я активно буду відстоювати свої інтереси.
37. Мої новаторські ідеї многим здаються незрозумілими.
38. Я віддаю перевагу роботі, де не потрібно діяти швидко, але необхідно висока якість виконання.
39. Мені приємно тикнути носом інших у їхні помилки.
40. Я рідко злюся й гніваюся.
41. Часто в мене буває такий настрій, що із задоволенням нічого б не бачив і не чув.
42. Я настільки обережний, що із мною трапляється менше неприємностей, ніж з іншими людьми.
43. Я краще пройду пішки 2-3 зупинки, коли кваплюся, а автобуса досі немає, хоча знаю, що він однаково мене наздожене.
44. У житті люди здобувають ту репутацію, що заслуговують їхні справи.
45. Мені здається, що я постійно перебуваю в якійсь напрузі, і мені важко розслабитися.
46. Інші люди вважають, що в мене є артистичні здібності.
47. Мені докучають неприємні думки, які настирливо лізуть у голову.
48. У мене є на все своя думка, і те, що їй не відповідає, я відкидаю.
49. Я ретельно стежу за тим, щоб кожна річ була на своєму місці.
50. Я можу вдатися до фізичної сили, якщо потрібно відстояти свої інтереси.
51. Ранком я звичайно встаю в гарному настрої й нерідко починаю насвистувати або наспівувати.
52. Я природжений песиміст, настрої у мене завжди погані.
53. Зусилля, що витрачені на складання планів, ніколи не зайві.
54. Заняття, що вимагають уваги й зосередженості, швидко мені набридають.
55. Талант не дається людині від народження, талант - це здатність працювати більш ніж інші.
56. Коли я лягаю спати, то засинаю не одразу.
57. Мені легко виступати перед аудиторією.

58. Я дуже глибоко й довго переживаю образи.
59. Мені буває важко зрозуміти близьких, їх горе або радості, а їм ще важче зрозуміти мене.
60. Буває, що я повертаюся, щоб переконатися, що залишив будинок або робоче місце в порядку.
61. У компанії в мене нерідко виникає бажання когось-небудь скривдити або розлютити.
62. Я впевнений у своєму майбутньому.
63. Іноді мені здається, що я взагалі ні на що не придатний.
64. Мені більше подобається людина із середніми здібностями, але що вміє протистояти спокусам, ніж людина великого розуму, але ненадійна і непостійна.
65. Я просто не в змозі стояти в довгій черзі.
66. Коли я обмірковую якийсь конкретний план, я майже завжди впевнений, що мені вдасться його здійснити.
67. Я нерідко неспокійно рухаю рукою або ногою.
68. Я люблю викликати подив і замилювання в інших людей.
69. До людей я ставлюся з недовірою й обережністю.
70. Про мене говорять, що із мною важко спілкуватися.
71. Я сильно злюся на себе, коли в мене не виходить зробити роботу досконально й точно.
72. Якщо хтось мене серйозно скривдить, то одержить своє сповна.
73. Я легко адаптуюся до нових ситуацій.
74. Іноді без видимої причини почуваюся подавленим, нещасним.
75. Коли питання, яке треба вирішити, дуже важке і вимагає багато зусиль, я ще й ще раз спробую його вирішити.
76. Зі мною буває так, що купую річ по першому враженню, не подумавши, наскільки вона мені потрібна.
77. У спорті воля до перемоги важливіше майстерності.
78. Я втомлююся швидше, ніж більшість інших людей.
79. Я завжди охоче брав участь у кружках художньої самодіяльності.
80. Я довго не можу заспокоїтися через неприємності.
81. Я використаю свою систему образів і слова, які іншими людьми майже не застосовуються.
82. Ідучи з будинку, або лягаючи спати, я звичайно перевіряю, чи погашені світло, газ, чи замкнені двері.
83. Я іноді заподіював біль улюбленим людям.
84. Звичайно я спокійний і не відчуваю внутрішнього напруження.
85. Мені здається, що у своєму житті я дуже багато чого робив неправильно, і за це мені немає прощення.
86. Неохайні, невимогливі до себе люди не уживаються із мною.
87. Багато з людей називають небезпечними такі ситуації, які я вважаю захоплюючими.
88. Я точно знаю, що мої невдачі були результатом моїх власних помилок.
89. Іноді буває так, що яскраве світло, фарби, сильний шум викликають у мене болісно неприємні відчуття.

90. Я не виношу байдужого відношення інших людей до себе.
91. Я не забуваю й не прощаю образ, нанесених мені.
92. Мій внутрішній мир, ідеї й переживання незрозумілі оточуючим.
93. Я завжди доводжу почату справу до кінця, чого б мені це не коштувало.
94. Я намагаюся поводитися так, щоб інші люди побоювалися мене.
95. Я належу до людей, які спокійно реагують на все що відбувається, навіть на великі неприємності.
96. У мене часто буває безпричинно буркотливий настрій.
97. Вдома у вільний час я, як правило, займаюся цікавими справами.
98. Я одержую задоволення від прийняття ризикованих рішень.
99. Я вважаю, що а ні обставини, а ні інші люди не винуваті в моїх проблемах, а тільки я сам, і тому несу за це особисту відповідальність.
100. Мені важко зосередитися на роботі, пов'язаної із тривалим зусиллям і напругою.
101. Якщо мені доводиться грати на сцені, я настільки можу звикнути до ролі, що забуваю, що це тільки гра.
102. Я ніколи не зроблю перший крок, якщо мене скривдили.
103. Я часто викликаю здивування й посмішки в людей, але це мене не цікавить.
104. Буває, що я остерігаюся того, що можу впасти під колеса минаючого поїзда.
105. У мене нерідкі конфлікти з навколишніми через їхню впертість.
106. Розчарування не викликають у мене сильних і тривалих переживань.
107. Я хвилююся й переживаю навіть при думці про можливу невдачу.
108. Я, як правило, сам оптимально планую свій час, роботу й відпочинок.
109. Мене захоплюють ігри, у яких є елемент азарту.
110. Доля людини більшою мірою залежить від неї самої, ніж від обставин.

### **Ключ до тесту.**

Невротичність – 1, 12, 23, 34, 45, 56, 67, 78, 89, 100;

Демонстративність – 2, 13, 24, 35, 46, 57, 68, 79, 90, 101;

Ригідність – 3, 14, 25, 36, 47, 58, 69, 80, 91, 102;

Індивідуалізм – 4, 15, 26, 37, 48, 59, 70, 81, 92, 103;

Педантичність – 5, 16, 27, 38, 49, 60, 71, 82, 93, 104;

Агресивність – 6, 17, 28, 39, 50, 61, 72, 83, 94, 105;

Врівноваженість – 7, 18, 29, 40, 51, 62, 73, 84, 95, 106;

Депресивність – 8, 19, 30, 41, 52, 63, 74, 85, 96, 107;

Організованість – 9, 20, 31, 42, 53, 64, 75, 86, 97, 108;

Імпульсивність – 10, 21, 32, 43, 54, 65, 76, 87, 98, 109;

Інтернальність – 11, 22, 33, 44, 55, 66, 77, 88, 99, 110.

Активізація мотиву самопізнання має відбуватися завдяки використанню психодіагностики з повідомленням результатів тестування у конфіденційній формі.

**Формування характерологічної культури педагогів та студентів педагогічного університету.** Для формування характерологічної культури педагогічних працівників доцільно використовувати як індивідуальні, так групові форми психолого-педагогічної роботи: психологічне консультування, тренінг, рольові ігри, творчі роздуми, диспути тощо.

Виходячи з особистісного, ціннісно-рефлексивно-креативного підходу, запропонованого В. В. Рибалкою, кожний з компонентів характерологічної культури може функціонувати на трьох рівнях: *рефлексивному*, *ціннісному* та *креативному*. Повноцінний розвиток характерологічної культури має відбуватися завдяки формуванню означених позитивних психологічних якостей особистості як стійких характерологічних тенденцій шляхом поступового засвоєння людиною відповідних цінностей на рефлексивному, ціннісному та творчому рівнях.

На *рефлексивному* рівні відбувається усвідомлення людиною у собі певних характерологічних рис. На *ціннісному* рівні людина починає свідомо оцінювати конструктивні характерологічні риси як значущі для себе характеристики, до яких вона має прагнути у своєму самовихованні. На *креативному* рівні означені характерологічні риси як багаторазово повторювані тенденції виступають показниками актуалізації в поведінці особистісних цінностей характерологічної культури.

Формування кожного з компонентів характерологічної культури відбувається поетапно. Оскільки провідним компонентом характерологічної культури є духовно-моральний, тому вважаємо за доцільне починати формування характерологічної культури особистості педагога саме з цього компонента. На рефлексивному етапі людина (навіть доросла) має усвідомити важливі духовно-моральні поведінкові норми, необхідність самовиховання в собі певних моральних рис, потім сформувати *моральне ставлення* до себе, до людей, до праці і явищ дійсності і, нарешті, навчитись *творчо викотистовувати* в своєму житті навички здійснення вольового морального вибору, моральних вчинків, завдяки чому відбувається не тільки оптимізація міжособистісного спілкування педагога з учнями, а й підвищення загального рівня психологічної культури та особистісного

функціонування вчителя.

Умовами формування рефлексивної здатності людини є співробітництво з членами психотренінгової групи у сюжетно-рольових іграх, що допомагає усвідомити й осмислити межі власних дій в умовах координації позиції кожного учасника.

У спільній з психологом психотренінговій діяльності відбувається розширення уявлень про моральні якості, моральні норми міжособистісних стосунків (формується моральна освідченість особистості). На етапі прояву рефлексії відбувається усвідомлення і присвоєння моральних норм і правил як власних еталонів поведінки. Складається адекватне уявлення про себе, формується поведінкова компетентність, яка згодом дозволяє конструктивно діяти в ситуаціях морального вибору, вирішувати психологічні проблеми.

На наступному (ціннісному) етапі перед психологом стає завдання сприяння формуванню у особистості моральної мотивації, розвитку моральних *ставлень* до себе, до людей, до праці і явищ дійсності. Це може здійснюватись за допомогою таких форм роботи як диспути на актуальну тематику морального змісту, обговорення актуальних психологічних проблем з акцентом на духовно-моральних аспектах міжособистісних стосунків. При формуванні стійкого морального мотиву рефлексія починає регулювати спрямованість бажань людини. Усвідомлення того, "що це погано для когось" або "це добре тільки для мене" стимулює особистість змінювати бажання в інтересах інших.

На креативному етапі роль психолога спрямована на організацію спеціальних форм апробації та закріплення учасниками навичок моральної поведінки. Прагнення людини діяти, орієнтуючись на модель моральної поведінки, закріплюється при багаторазовому повторенні у реальних та спеціально змодельованих ситуаціях (цьому сприяють проблемні ситуації, які актуалізують особистісні ресурси щодо здійснення морального вибору, морально-вольових вчинків).

Повноцінний розвиток характерологічної культури має відбуватися завдяки формуванню означених вище позитивних психологічних якостей особистості як стійких характерологічних тенденцій (духовно-моральних, емоційно-вольових та морально-комунікативних) шляхом поступового засвоєння людиною відповідних цінностей на рефлексивному, ціннісному та творчому рівнях.

Тренінг розвитку характерологічної культури педагогів передбачає поєднання таких методів: бесіди, диспути, самоаналіз, психодіагностика з повідомленням результатів тестування, ігрові вправи, рольові ігри, рефлексія отриманого досвіду. Тренінг сприяє включенню до системи особистісних цінностей педагогів моральних цінностей (симпатії, довіри, уважності, поваги до людей, поступливості, чесності, безкорисливості, совісності, альтруїзму), які згодом стають характерологічними рисами і є основою для подальшого свідомого розвитку характерологічної культури особистості, які виступають основою побудови конструктивних міжособистісних взаємин з оточуючими.