

ДОДАТОК А

Методика «Мотивація афіляції (МАФ)» розроблена А. Меграбяном і модифікована М.Ш. Магомед-Еміновим

Історична довідка. Тест-опитувальник мотивації афіляції (ТМА) А. Меграбяна (модифікований М. Ш. Магомед-Еміновим) дозволяє виміряти дві мотиваційні тенденції — прагнення до визнання, до встановлення теплих емоційних відносин і страх (чутливість) до відкидання. Реальне поведіння складається із суми цих тенденцій.

Тест складається із 2-х шкал прагнення до прийняття (30 запитань) і страху відкидання (32 запитання).

Мета та задачі:

- методика дозволяє оцінити, наскільки успішними будуть контакти з незнайомими людьми;
- прогнозувати поведінку при зав'язуванні нових знайомств та входженні у новий колектив;
- діагностика двох узагальнених стійких мотивів особистості, що входять до структури мотивації афіляції: прагнення до прийняття і страху відкидання, для виміру інтенсивності цих показників.

Контингент, вікові категорії: учні середньої та старшої школи, а також студенти і дорослі. Тест може бути використаний як для групового, так і для індивідуального дослідження.

Строки та терміни проведення: у будь-який період навчального року, особливо актуально — на його початку, в період адаптації учнів (листопад-грудень).

Матеріали та обладнання: індивідуальні бланки відповідей за кількістю присутніх, ручки або олівці, текст методики для усного пред'явлення.

Інструктаж: «Підпишіть, будь ласка, бланки відповідей. Тест складається з ряду тверджень, що стосуються окремих сторін та рис характеру, а також думок і почуттів із приводу деяких життєвих ситуацій. Щоб оцінити ступінь вашої згоди або незгоди з кожним із тверджень, використайте наступну шкалу (можна написати на дошці): +3 — цілком згодний; +2 — згодний; +1 — швидше згодний, ніж не згодний; 0 — нейтральний; -1 — швидше не згодний, ніж згодний; -2 — не згодний; -3 — цілком не згодний.

Прочитайте твердження тесту й оцініть ступінь своєї згоди (або незгоди). При цьому на бланку для відповідей проти номера твердження поставте значок («+» або «галочку»), що відповідає обраному вами варіанту відповіді.

Не витрачайте час на обмірковування відповідей. Давайте ту відповідь, що перша спала вам на думку. Кожне наступне твердження читайте тільки після того, як ви вже оцінили попереднє. У жодному разі нічого не пропускайте. При обробці виробляється підрахунок певних балів, а не змістовний аналіз відповідей на окремі пункти тесту. Результати тесту будуть використані тільки для наукових цілей і дається повна гарантія їхнього нерозголошення.

У тесті немає «гарних» або «поганих» відповідей. Не намагайтеся зробити своїми відповідями сприятливе враження. Вільно й щиро виражайте свою власну думку.

Якщо у вас виникли які-небудь запитання, задайте їх перш, ніж виконувати тест. Тепер приступайте до роботи».

Бланк опитувальника

Прізвище, ім'я _____

Дата _____ Клас _____

Інструкція. Заповніть паспортну частину бланку. Уважно читайте запитання анкети. Щоб оцінити ступінь вашої згоди або незгоди з кожним із тверджень, використайте наступну шкалу: +3 — цілком згодний; +2 — згодний; +1 — швидше згодний, ніж не згодний; 0 — нейтральний; -1 — швидше незгодний, ніж згодний; -2 — не згодний; -3 — цілком не згодний.

Варіанти відповідей відмічайте зручним для вас способом у відповідній графі.

№	Запитання шкали III	+3	+2	+1	0	-1	-2	-3
1.	Я легко сходжуся з людьми							
2.	Коли я в розпачі, то волію бути на людях, ніж залишатися один							
3.	Якби я повинен був вибирати, то zvoliv би, щоб мене вважали здібним і кмітливим, ніж товариським і дружелюбним							
4.	Я маю потребу в близьких друзях менше, ніж більшість людей							
5.	Я говорю людям про свої переживання скоріше часто й охоче, ніж роблю це рідко й лише в особливих випадках							
6.	Від гарного фільму я одержую більше задоволення, ніж від великої компанії							
№	Запитання шкали III	+3	+2	+1	0	-1	-2	-3
7.	Мені подобається заводити якнайбільше друзів							
8.	Я скоріше zvoliv би провести свій відпочинок у віддаленні від людей, ніж на жвавому курорті							
9.	Я думаю, що більшість людей славу й пошану цінують вище за дружбу							
10.	Я віддав би перевагу самостійній роботі, а не колективній							
11.	Зайва відвертість із друзями може зашкодити							
12.	Коли я зустрічаю на вулиці знайомого, я скоріше намагаюся перекинутися з ним хоча б парою слів, ніж пройти, просто привітавшись							
13.	Незалежність і волю від прихильностей я ціную більше, ніж міцні дружні зв'язки							
14.	Я відвідую компанії й вечірки тому, що це гарний спосіб завести друзів							
15.	Якщо мені потрібно прийняти важливе рішення, то я скоріше пораджуся з друзями, ніж стану обмірковувати його один							
16.	Я не довіряю занадто відкритому прояву дружніх почуттів							
17.	У мене дуже багато близьких друзів							
18.	Коли я перебуваю з незнайомими людьми, мені зовсім неважливо, подобаюся я їм чи ні							
19.	Індивідуальні ігри й розваги мене більше цікавлять, ніж							

14.	Я болісно сприймаю критику на свою адресу								
15.	Якщо я не подобаюся комусь, то намагаюся уникати цієї людини								
16.	Я рідко соромлюся звертатися до людей за допомогою								
17.	Я рідко суперечу людям з остраху їх зачепити								
18.	Мені часто здається, що незнайомі люди дивляться на мене критично								
19.	Щоразу, коли я йду в незнайоме товариство, я волю брати із собою друга								
20.	Я часто говорю те, що думаю, навіть якщо це неприємно співрозмовникові								
21.	Я легко адаптуюся у новому колективі								
22.	Часом я впевнений, що нікому не потрібний								
23.	Я довго переживаю, якщо стороння людина несхвально висловилася на мою адресу								
24.	Я ніколи не почуваю себе самотнім у компанії								
25.	Мене дуже легко зачепити, навіть якщо це не помітно з боку								
26.	Після зустрічі з новою людиною мене звичайно мало хвилює, чи правильно я поведився								
27.	Коли я повинен за чим-небудь звернутися до офіційної особи, я майже завжди чекаю, що мені відмовлять								
28.	Коли потрібно попросити продавця показати річ, що сподобалася мені, я почуваю себе невпевнено								
29.	Якщо я незадоволений тим, як поводить мій знайомий, я звичайно прямо вказую йому на це								
30.	Якщо в транспорті я сиджу, мені здається, що люди дивляться на мене з докором								
31.	Виявившись у незнайомій компанії, я скоріше активно включаюся в бесіду, ніж тримаюся осторонь								
32.	Я соромлюся просити, щоб повернули мою книгу або якусь іншу річ, взяту в мене на деякий час								

Обробка та інтерпретація результатів По кожній зі шкал підраховується сумарний бал. При цьому відповідям випробуваного на прямі пункти опитувальника (відзначені знаком «+» у ключі) приписуються бали на основі прямого співвідношення. Відповідям випробуваного на зворотні пункти опитувальника відзначені знаком «—» у ключі) приписуються бали на основі зворотного співвідношення.

Ключ до шкали ПП: +1, +2, -3, -4, +5, -6, +7, -8, -9, -10, -11, +12, -13, +14, +15, -16, -17, -18, -19, +20, -21, +22, -23, -24, -25, +26, -27, -28, -29, +30.

Ключ до шкали СВ: +1, +2, +3, +4, -5, -6, +7, +8, +9, +10, -11, +12, -13, +14, +15, -16, +17, +18, +19, -20, -21, +22, +23, -24, +25, -26, +27, +28, -29, +30, -31, +32.

На основі двох індексів ПП і 3 виділяються чотири типи мотивів. Для цього сумарні бали всієї вибірки випробуваних ранжуються як по шкалі для ПП, так і по шкалі для СВ. Далі виділяються чотири підгрупи випробуваних: *високий-низький* (ПП вище медіани, а СВ нижче медіани), *низький-низький* (ПП

нижче медіани, СВ вище медіани), *високий-високий* (ПП вище медіани, СВ вище медіани), *низький-високий* (ПП нижче медіани, З вище медіани).

Для випробуваних групи «високий-низький» характерний мотив «прагнення до прийняття», а для випробуваних групи «низький-високий» — мотив «страх відкидання». У випробуваних двох інших груп інтенсивність цих мотивів приблизно однакова. При цьому в однієї з них («високий-високий») інтенсивність обох мотивів висока, а в іншої — низька.

Мотивація афіліації найбільш виражена у дівчат (жінок). Для чоловіків однакове значення мають як мотивація афіліації, так і мотивація досягнення успіху.

Додаток Б

Тест "Готовність до саморозвитку" В. Павлова.

Інструкція. Прочитайте уважно наведені твердження та оцініть, наскільки кожне з них справедливе щодо вас. Якщо твердження правильне, то навпроти нього поставте знак "+", якщо ні - знак "-".

Текст питальника

1. У мене часто з'являється бажання більше дізнатися про себе.
2. Я вважаю, що нема потреби щось змінювати в собі.
3. Я впевнений(на) у своїх силах.
4. Я вірю, що все задумане мною здійсниться.
5. У мене немає бажання знати свої плюси і мінуси.
6. У своїх планах я частіше сподіваюся на талан, ніж на себе.
7. Я можу краще й ефективніше працювати.
8. Я можу змусити себе і змінити себе, коли буде потрібно.
9. Мої невдачі багато в чому пов'язані з невмінням виконувати задумане.
10. Мене цікавить думка інших щодо моїх якостей і можливостей.
11. Мені важко самостійно реалізувати задумане і виховувати себе.
12. У будь-якій справі я не боюсь невдач і помилок.
13. Мої якості й уміння відповідають вимогам моєї професії.
14. Обставини сильніші за мене, навіть коли я дуже хочу щось зробити.

Опрацювання результатів. Бажано готових відповідей під час опрацювання не виправляти. Навпроти кожного із 14 номерів завдань поставте значення ключа. Будьте уважні: його слід писати в дужках. Значення ключа за кожним твердженням: 1(+), 2(-), 3(4-), 4(+), 5(0-), 6(-), 7(+), 8(+), 9(+), 10(+), 11Н, 13(Г), 14(-).

Підрахуйте кількість збігів ваших відповідей зі значенням ключа.

Щоб визначити величину вашої готовності пізнати себе, потрібно підрахувати кількість збігів за твердженнями 1,2,5, 7, 10, 12, 13. Максимальне значення готовності "знати себе" (скорочено ГЗС) може становити 7 балів.

У такий самий спосіб знайдіть значення готовності "можу самовдосконалюватися" (ГМС), підраховуючи кількість збігів за твердженнями 3, 4, 6, 8, 9, 11, 14. Максимальне значення ГМС - 7 балів.

Для порівняння ваших результатів через місяць і більше запишіть у свій записник результати ГЗС і ГМС.

Аналіз результатів. Отримані значення перенесіть на графік (рис. 1): по горизонталі відкладіть величину ГЗС, а по вертикалі - ГМС. За двома координатами позначте на графіку точку, яка міститься в одному з квадратів - А, Б, В, Г, що відповідає вашому стану в цей час: А - можу самовдосконалюватися, але не хочу знати себе; Б - хочу знати себе і можу самовдосконалюватися; В -- не хочу знати себе і не можу змінюватися; Г - хочу знати себе, але не можу себе змінювати.

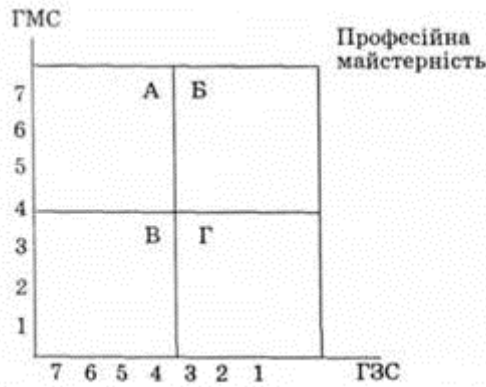


Рис. 1. Графік готовності до саморозвитку

Якщо точка, яка відповідає вашому стану, розміщена у:

- квадраті Г. Таке поєднання означає, що ви, бажаючи більше знати про себе, ще не володієте навичками самовдосконалення. Труднощі у самовихованні не мають викликати у вас реакції "не вийде - значить, не буду робити". Подивіться уважно на твердження з ГМС, які збіглися у відповідях із ключем. Аналіз покаже вам, де і над чим вам потрібно попрацювати. У самовдосконаленні, якщо ви відважились на це, потрібно пам'ятати мудрість Сенеки-молодшого: "Свої здібності людина може пізнати, тільки спробувавши застосувати їх";

- квадраті А. Ваша величина ГЗС менша, ніж ГМС, тобто ви маєте більше можливостей для саморозвитку, ніж пізнання себе. У такому разі освоєння професії необхідно розпочинати із себе. Професіоналізму у будь-якій сфері досягають передусім через вироблення свого індивідуального стилю діяльності. А це без самопізнання просто неможливо;

- квадраті В. За такого співвідношення величини ГЗС і ГМС менші за чотири бали. При цьому слід спрямовувати аналіз на ті твердження, відповіді на які не збіглися з ключем. Уважно поспостерігайте за собою, попросіть про це своїх товаришів і друзів. Постарайтесь зрозуміти, у чому більше труднощів, що заважає вашому саморозвитку. Через певний час роботи над собою протестуйтеся ще раз і порівняйте результати. За бажання ви зможете змінити стан справ на краще;

- квадраті Б. Це означає поєднання вираженого бажання пізнавати себе і володіння навичками самовдосконалення - показники ГЗС і ГМС більші за чотири бали. Ви готові до саморозвитку, що сприяє професійному зростанню й оволодінню професійно-педагогічною майстерністю.

Тест-опитувальник В
Фурмана А.В. «Наскільки ти адаптований до життя ?»

Інструкція

Любий друже! Прочитай уважно запитання, що подані зліва, і постав навпроти нього знак “+” справа залежно від того, яке місце в твоєму житті сьогодні посідають люди, організації, події, заняття. Опитувальник допоможе визначити рівень твоєї адаптованості до життя, ступінь гармонійності у взаєминах з оточенням.

БЛАНК
ТЕСТУ-ОПИТУВАЛЬНИКА ФУРМАНА А.В.
“НАСКІЛЬКИ ТИ АДАПТОВАНИЙ ДО ЖИТТЯ”

Прізвище, ім'я _____

Вік (років) _____ *Навчальна група* _____

Факультет _____

Дата заповнення _____

№ п/п	Спробуй реально поглянути на свої взаємини з навколишнім світом та оцінити за п'ятибальною шкалою своє ставлення до:	Дуже позитивне	Позитивне	Нейтральне, невизначене, ніяке	Негативне	Украй негативно
I. НАВЧАННЯ						
1	Колег-студентів					
2	Викладачів					
3	Деканату					
4	Норм, прав та обов'язків студента					
5	Університету та його вимог в цілому					
II. СІМ'Я						
6	Батька					
7	Матері					
8	Брата, Сестри					
9	Близьких родичів					
III. ВУЛИЦІ						
10	Найближчих Друзів					
11	Знайомих, Товаришів					
12	Подруг твоєї дівчини, або друзів твого хлопця					

13	Сусідів					
	IV. ВЛАСНЕ Я					
14	Свої поведінки, свої учинків					
15	Внутрішнього Я: Я-образу чи Я-концепції					
БАЛИ						
ВСЬОГО БАЛІВ						

КЛЮЧ ДО ТЕСТУ-ОПИТУВАЛЬНИКА

За пропонованою автором тесту шкалою ставлень відповіді оцінюються так:

“*дуже позитивне*” – 5 балів,

“*позитивне*” – 4 бали,

“*нейтральне*” і за відсутності самооцінки – 0 балів,

“*негативне*” – -4 бали,

“*вкрай негативне*” – -5 балів.