

## Методика изучения уровня невротизации педагогов\*

(Автор Бойко В.В.)

**Цель:** диагностика уровня невротизации педагогов как проявления профессиональной деформации.

### Основное содержание

Невротизация — это состояние эмоциональной нестабильности, которое может привести к неврозу и невротической тенденции в поведении личности. Невротизация формируется на основе следующих личностных факторов-предпосылок: эмоционального — личность склонна к тревожности и легкой возбудимости; мотивационного — личность имеет эгоцентрическую направленность; адаптационного — личность отличается плохой приспособляемостью.

**Инструкция:** ознакомьтесь с приведенными ниже суждениями и ситуациями, выбирая ответ «да» или «нет». Приводимые вопросы для определения уровня невротизации имеют ориентировочный характер.

---

\* Бойко В.В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других — М.: Информационно-издательский дом «Филин», 1996. — С. 371–374.

## Вопросы

1. В различных частях своего тела я часто чувствую жжение, покалывание, ощущение мурашек, онемение.
2. Я редко задыхаюсь, и у меня не бывает сильных сердцебиений.
3. Раз в неделю или чаще я бываю очень возбужденным или взволнованным.
4. Голова у меня болит часто.
5. Два-три раза в неделю по ночам меня мучают кошмары.
6. Сейчас я чувствую себя лучше, чем когда-либо.
7. Почти каждый день случается что-нибудь, что пугает меня.
8. У меня бывали периоды, когда из-за волнения терял сон.
9. Обычно работа стоит мне большого напряжения.
10. Иногда я бываю так возбужден, что это мешает мне заснуть.
11. Большую часть времени я вполне доволен жизнью.
12. У меня гораздо меньше всяких опасений и страхов, чем у моих знакомых.
13. Мне бы хотелось встречаться часто вне работы со своими знакомыми и друзьями.
14. Жизнь для меня почти всегда связана с напряжением.
15. Мне трудно сосредоточиться на какой-либо задаче или работе.
16. Я мало устаю.
17. Я верю в будущее.
18. Я часто предаюсь грустным размышлениям.
19. Временами мне кажется, что моя голова работает медленнее, чем обычно.
20. Самая трудная борьба для меня — это борьба с самим собой.
21. Я почти всегда о чем-нибудь или о ком-нибудь тревожусь.
22. У меня мало уверенности в себе.
23. Я вполне уверен в себе.
24. Несколько раз в неделю меня беспокоят неприятные ощущения в верхней части живота (под ложечкой).
25. Иногда у меня бывает такое чувство, что передо мной выросло столько трудностей, что одолеть их просто невозможно.
26. Раз в неделю или чаще я без видимой причины внезапно ощущаю жар во всем теле.
27. Временами я изматываю себя тем, что слишком много на себя беру.

28. Я очень внимательно отношусь к тому, как я одеваюсь.
29. Мое зрение ухудшилось в последнее время.
30. В отношениях между людьми чаще всего торжествует несправедливость.
31. У меня бывают периоды такого сильного беспокойства, что я даже не могу усидеть на месте.
32. Я с удовольствием танцую, когда есть возможность.
33. По возможности я стараюсь избегать большого скопления людей.
34. Мой желудок сильно беспокоит меня.
35. Должен признаться, что временами я волнуюсь из-за пустяков.
36. Часто сам огорчаюсь, что я такой раздражительный и ворчливый.
37. Несколько раз в неделю у меня бывает такое чувство, что должно случиться что-то страшное.
38. Если бы мне дали такую возможность, я мог бы успешно руководить людьми.
39. Боли в сердце или в груди у меня бывают редко (или не бывают совсем).
40. В гостях я обычно сижу где-нибудь в стороне или разговариваю с кем-нибудь одним.

**Ключ к опроснику «Уровень невротизации»**

Номер вопроса	Количество баллов при ответе			
	Ответ «да»		Ответ «нет»	
	для женщин	для мужчин	для женщин	для мужчин
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
1.	-4	-5	+3	+2
2.	+3	+3	-3	-4
3.	-2	-2	+4	+2
4.	-4	-4	+2	+1
5.	-4	-5	+2	+1
6.	+7	+9	-1	-1
7.	-4	-12	+1	+1
8.	-1	-3	+3	+6



1	2	3	4	5
9.	-3	-1	+4	+1
10.	-1	-1	+4	+4
11.	+7	+6	-2	-2
12.	+2	+6	-1	-2
13.	+2	+1	-4	-3
14.	-2	-1	+3	+2
15.	-2	-4	+2	+3
16.	+3	+8	-1	-2
17.	+1	+1	-4	-4
18.	-1	-3	+3	+3
19.	-1	-2	+4	+3
20.	-1	-1	+4	+3
21.	-2	-3	+2	+2
22.	-2	-2	+3	+2
23.	+2	+5	0	-3
24.	-2	-5	+1	+2
25.	-2	-3	+2	+2
26.	-4	-4	+1	0
27.	-1	-1	+4	+2
28.	+2	+1	-3	-1
29.	+2	+1	-2	-3
30.	+1	+1	-3	-3
31.	-2	-1	+3	+2
32.	+3	+3	-2	-1
33.	-1	-3	+1	+3
34.	-3	-8	+1	+1
35.	-1	-3	+2	+2
36.	-1	-2	+2	+2
37.	-3	-4	+1	+1
38.	+5	+4	-1	-1
39.	+1	+1	0	-1
40.	-2	-2	+2	+2

### Интерпретация уровней

Обработка данных проводится с помощью ключа. Норма: мужчины  $+27,3 \pm 4,7$ ; женщины  $+17,3 \pm 4,0$ .

Высокий уровень невротизации свидетельствует о выраженной эмо-

циональной возбудимости, в результате чего появляются негативные переживания (тревожность, напряженность, беспокойство, растерянность, раздражительность); безынициативности, которая формирует переживания, связанные с неудовлетворенностью желаний; эгоцентрической личностной направленности, что приводит к ипохондрической фиксации на соматических ощущениях и личностных недостатках; трудностях в общении; социальной робости и зависимости.

Низкий уровень невротизации свидетельствует об эмоциональной устойчивости; положительном фоне переживаний (спокойствие, оптимизм); инициативности; чувстве собственного достоинства, независимости, социальной смелости; легкости в общении.