

ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ИЗУЧЕНИЯ ПОТЕНЦИАЛА РАЗВИТИЯ СТАРШЕКЛАССНИКОВ

ТВОРЧЕСКИЙ ПОТЕНЦИАЛ

Авторы: Е. С. Жариков, А. Б. Золотов

Литературный источник: Жариков, Е. С., Золотов, А. Б. Как приблизить час открытий: введение в психологию научного труда – Кишинев, 1990. – 336 с.

Цель: исследование творческого потенциала старшеклассников.
Оснащение: бланк ответов.

Инструкция

Дайте свою оценку утверждениям, приведенным ниже. Оцените степень проявления у вас качеств или состояний, выраженных в перечисленных суждениях: при несогласии следует ставить 0; постоянное проявление качества обозначается 4 баллами; частое проявление отмечается 3 баллами, среднее – 2 баллами, редкое – 1 баллом.

Работайте быстро, но вместе с тем так, чтобы вы правильно поняли смысл высказываний и верно определили частоту или степень

проявления у вас качеств или состояний, зафиксированных в текстах утверждений. Отвечайте искренне. Свою оценку приведенным ниже утверждениям запишите в бланке ответов рядом с номером высказывания.

1. Бывает, что я вижу проблему там, где для других все ясно.
2. Меня побуждает к работе потребность материального обеспечения.
3. Я предпочел бы работать под руководством человека, который не вмешивается в то, как я работаю.
4. Я работаю ради желания повысить уровень материального комфорта.
5. Я не боюсь высказываться о том, в чем не силен.
6. Я хотел бы прославиться.
7. То, о чем я думаю, представляю в образных картинах.
8. Моя работа для меня – средство самоутверждения (доказательства, что я не хуже, а, может быть, и лучше других).
9. Мне удается делать верные заключения при недостатке информации об объектах.
10. Меня побуждает к работе понимание нужности или интересности людям результатов моего труда.
11. По-моему, я додумываюсь до решения проблем быстрее многих своих одноклассников (сверстников).
12. Моя активность в работе связана со стремлением сделать карьеру.
13. Мне удается получать более простые решения, чем получают по той же проблеме другие люди.
14. Я работаю потому, что мне интересно.
15. Решая какую-либо задачу, я использую постороннюю информацию (из других сфер знания или научных областей).
16. Я работаю из-за желания оправдать надежды, которые на меня возлагают люди.
17. Я бывал недоволен тем материалом, который преподносили преподаватели.
18. Я работаю ради одобрения (похвалы).

19. Мне удается увидеть новое в давно известном (привычном).
 20. Я активно работаю из-за любознательности.
 21. Я легко (без борьбы с собой) обсуждаю свои ошибки.
 22. Меня побуждает к работе стремление стать признанным специалистом.
 23. Мне удается быстро отбирать пригодные для решения варианты из большого числа предложенных.
 24. Я испытываю острое чувство удовольствия от того, что начинаю понимать какие-либо сложные вопросы (проблемы, задачи, ситуации).
 25. Я предлагаю много идей (иногда шуточных, забавных).
 26. Я много делаю ради достижения успеха в жизни.
 27. Какую бы работу, связанную с моей специальностью, я ни читал, меня так и тянет поразмышлять над темой в направлении, не предусмотренном автором.
 28. Я был бы не прочь обессмертить свое имя.
 29. Если бы вся работа выполнялась строго по плану, жить было бы скучно.
 30. Я работаю ради увеличения своего превосходства над людьми.
 31. Я без особого труда переключаюсь с одной проблемы на другую.
 32. Я стремлюсь работать так, чтобы стать похожим на человека, которого считаю образцом для подражания.
 33. Я доверяю своей интуиции (чутью).
 34. К работе меня побуждает потребность заслужить уважение коллег.
 35. Я склонен к поиску непривычного (оригинального, нестандартного).
 36. Я работаю ради приобретения широкой известности.
 37. Меня привлекают парадоксы (парадоксальные ситуации, проблемы, поставленные в парадоксальной форме, парадоксальные предложения, идеи).
 38. К работе меня стимулирует желание заслужить признание со стороны близкого мне человека (близких людей).

39. Во время чтения я ловлю себя на том, что мне не удается продвинуться, так как меня начинают «донимать» собственные мысли по поставленной автором проблеме.
 40. Я работаю в своей отрасли потому, что она престижна.
 41. Я вношу в дело (решение проблемы) что-то свое, личное, не предусмотренное заранее.
 42. Моя деятельность стимулируется чувством, что я способен достичь успеха в области, мною избранной («я могу!»).
 43. Если мне приходится переписывать какой-либо текст, меня так и тянет изменить его вопреки принятым стандартам.
 44. В работе мною движет стремление «прийти к финишу первым» (или, по крайней мере, не последним).
 45. Я предпочитаю находить решения сам, а не следовать указаниям других.
 46. Меня побуждает к работе желание поражать людей своими достижениями.
 47. Я склонен браться за дела, не обязательно гарантирующие успех.
 48. К работе меня стимулирует потребность в самовыражении (желание проявить свои способности и возможности).
 49. Я предпочел бы работать в коллективе, где не запрещается сомневаться в общепризнанном.
 50. К работе меня побуждает желание войти в круг людей, окруженных ореолом исключительности.

Бланк ответов

T	P	T	P	T	P
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	33	34	35	36
37	38	39	40	41	42
43	44	45	46	47	48
		49	50		

Условные обозначения:

- Т – творческие проявления личности в поведении;
- П – потенциал личностного развития.

Обработка результатов: суммируйте показатели по Т (творческим проявлениям личности) и П (потенциалу личностного развития). Просчитайте среднюю оценку по группе и сравните свои показатели с общегрупповыми.

Выскажите свои суждения по поводу соотношения творческих проявлений и потенциала их развития, ответив на вопросы:

- Как я сам оцениваю свой творческий потенциал?
- Насколько он реализован в моей реальной жизни?
- От чего зависит его реализованность?
- Каковы сильные стороны моей личности, требующие специальных усилий для их проявления в творчестве?
- Какие меры мне следует предпринять, чтобы полностью реализовать мой творческий потенциал?
- Что это принесет мне и окружающим меня людям?
- Насколько это будет востребовано людьми в настоящем и будущем?

ОПРОСНИК САМОАКТУАЛИЗАЦИИ (тест САМОАЛ)

Автор Э. Шостром (адаптация на русском языке выполнена Л. Я. Гозманом и Н. Ф. Калиной)

Литературный источник: Калина, Н. Ф. Вопросник самоактуализации личности // Журнал практического психолога. – 1998. – № 1. – С. 65–75.

Цель: выявление общего личностного потенциала, способности человека к саморазвитию, самореализации сильных сторон личности.

Оснащение: лист ответов.

Примечание. Данная методика является комплексной и достаточно информативной, хотя трудоёмка по выполнению и обработке. Согласно теории автора данной методики А. Маслоу, у каждого человека имеется определённый потенциал, который необходимо реализовать. Спо-

собность к его реализации называется самоактуализацией, её уровень у всех людей различен. Предлагаемая методика определяет уровень стремления к самоактуализации – насколько человек готов прилагать усилия для того, чтобы жить полноценной личной и профессиональной жизнью.

Инструкция

Из двух вариантов утверждений выберите тот, который вам больше нравится или лучше согласуется с вашими представлениями, точнее отражает ваши мнения. Здесь нет хороших или плохих, правильных или неправильных ответов, самым лучшим будет тот, который даётся по первому побуждению.

1. а) Придёт время, когда я заживу по-настоящему, не так, как сейчас.
б) Я уверен, что живу по-настоящему уже сейчас.
2. а) Я очень увлечён своим профессиональным делом.
б) Не могу сказать, что мне нравится моя работа и то, чем я занимаюсь.
3. а) Если незнакомый человек окажет мне услугу, я чувствую себя ему обязанным.
б) Принимая услугу незнакомого человека, я не чувствую себя обязанным ему.
4. а) Мне бывает трудно разобраться в своих чувствах.
б) Я всегда могу разобраться в собственных чувствах.
5. а) Я часто задумываюсь над тем, правильно ли вёл себя в той или иной ситуации.
б) Я редко задумываюсь над тем, насколько правильно моё поведение.
6. а) Я внутренне смущаюсь, когда мне говорят комплименты.
б) Я редко смущаюсь, когда мне говорят комплименты.
7. а) Способность к творчеству – природное свойство человека.
б) Далеко не все люди одарены способностью к творчеству.

8. а) У меня не всегда хватает времени на то, чтобы следить за новостями литературы и искусства.

б) Я прилагаю силы, стараясь следить за новостями литературы и искусства.

9. а) Я часто принимаю рискованные решения.

б) Мне трудно принимать рискованные решения.

10. а) Иногда я могу дать собеседнику понять, что он кажется мне глупым и неинтересным.

б) Я считаю недопустимым дать понять человеку, что он мне кажется глупым и неинтересным.

11. а) Я люблю оставлять приятное «на потом».

б) Я не оставляю приятное «на потом».

12. а) Я считаю невежливым прерывать разговор, если он интересен только моему собеседнику.

б) Я могу быстро и непринуждённо прервать разговор, интересный только одной стороне.

13. а) Я стремлюсь к достижению внутренней гармонии.

б) Состояние внутренней гармонии, скорее всего, недостижимо.

14. а) Не могу сказать, что я себе нравлюсь.

б) Я себе нравлюсь.

15. а) Я думаю, что большинству людей можно доверять.

б) Думаю, что без крайней необходимости людям доверять не стоит.

16. а) Плохо оплачиваемая работа не может приносить удовлетворения.

б) Интересное, творческое содержание работы – само по себе награда.

17. а) Довольно часто мне скучно.

б) Мне никогда не бывает скучно.

18. а) Я не стану отступать от своих принципов даже ради полезных дел, которые могли бы рассчитывать на лёгкую благодарность.

б) Я бы предпочёл отступить от своих принципов ради дел, за которые люди были бы мне благодарны.

19. а) Иногда мне трудно быть искренним.

б) Мне всегда удается быть искренним.

20. а) Когда я нравлюсь себе, мне кажется, что я нравлюсь и окружающим.

б) Даже когда я себе нравлюсь, я понимаю, что есть люди, которым я неприятен.

21. а) Я доверяю своим внезапно возникшим желаниям.

б) Свои внезапные желания я всегда стараюсь обдумать.

22. а) Я должен добиваться совершенства во всём, что я делаю.

б) Я не слишком расстраиваюсь, если мне не удается добиваться совершенства во всем, что я делаю.

23. а) Эгоизм – естественное свойство любого человека.

б) Большинству людей эгоизм не свойственен.

24. а) Если я не сразу нахожу ответ на вопрос, то могу отложить его на неопределённое время.

б) Я буду искать ответ на интересующий меня вопрос, не считаясь с затратами времени.

25. а) Я люблю перечитывать понравившиеся мне книги.

б) Лучше прочесть новую книгу, чем возвращаться к уже прочитанной.

26. а) Я стараюсь поступать так, как ожидают окружающие.

б) Я не склонен задумываться о том, чего ждут от меня окружающие.

27. а) Прошлое, настоящее и будущее представляются мне единым целым.

б) Думаю, мое настоящее не очень-то связано с прошлым или будущим.

28. а) Большая часть того, что я делаю, доставляет мне удовольствие.
б) Лишь немногие из моих занятий по-настоящему меня радуют.
29. а) Стремясь разобраться в характере и чувствах окружающих, люди часто бывают бес tactны.
б) Стремление разобраться в окружающих людях вполне естественно и оправдывает некоторую бес tactность.
30. а) Я хорошо знаю, какие чувства я способен испытывать, а какие нет.
б) Я ещё не понял до конца, какие чувства я способен испытывать.
31. а) Я чувствую угрызения совести, если сержусь на тех, кого люблю.
б) Я не чувствую угрызений совести, когда сержусь на тех, кого люблю.
32. а) Человек должен спокойно относиться к тому, что он может услышать о себе от других.
б) Вполне естественно обидеться, услышав неприятное мнение о себе.
33. а) Усилия, которых требует познание истины, стоят того, ибо приносят пользу.
б) Усилия, которых требует познание истины, стоят того, ибо доставляют удовольствие.
34. а) В сложных ситуациях надо действовать испытанными способами – это гарантирует успех.
б) В сложных ситуациях надо находить принципиально новые решения.
35. а) Люди редко раздражают меня.
б) Люди часто меня раздражают.
36. а) Если бы была возможность вернуться в прошлое, я бы там многое изменил.
б) Я доволен своим прошлым и не хочу в нём ничего менять.

37. а) Главное в жизни – приносить пользу и нравиться людям.
б) Главное в жизни – делать добро и служить истине.
38. а) Иногда я боюсь показаться слишком нежным.
б) Я никогда не боюсь показаться слишком нежным.
39. а) Я считаю, что выразить свои чувства обычно важнее, чем обдумывать ситуацию.
б) Не стоит необдуманно выражать свои чувства, не взвесив ситуацию.
40. а) Я верю в себя, когда чувствую, что способен справиться с задачами, стоящими передо мной.
б) Я верю в себя даже тогда, когда не способен справиться со своими проблемами.
41. а) Совершая поступки, люди руководствуются взаимными интересами.
б) По своей природе люди склонны заботиться лишь о собственных интересах.
42. а) Меня интересуют все новшества в моей профессиональной сфере.
б) Я скептически отношусь к большинству нововведений в своей профессии.
43. а) Я думаю, что творчество должно приносить пользу людям.
б) Я полагаю, что творчество должно приносить человеку удовольствие.
44. а) У меня всегда есть своя собственная точка зрения по важным вопросам.
б) Формируя свою точку зрения, я склонен прислушиваться к мнениям уважаемых и авторитетных людей.
45. а) Секс без любви не является ценностью.
б) Даже без любви секс – очень значимая ценность.

46. а) Я чувствую себя ответственным за настроение собеседника.
б) Я не чувствую себя ответственным за это.
47. а) Я легко мирюсь со своими слабостями.
б) Смириться со своими слабостями мне нелегко.
48. а) Успех в общении зависит от того, насколько человек способен раскрыть себя другому.
б) Успех в общении зависит от умения подчеркнуть свои достоинства и скрыть недостатки.
49. а) Моё чувство самоуважения зависит от того, чего я достиг.
б) Моё самоуважение не зависит от моих достижений.
50. а) Большинство людей привыкли действовать по линии «наименьшего сопротивления».
б) Думаю, что большинство людей к этому не склонны.
51. а) Узкая специализация необходима для настоящего учёного.
б) Углубление в узкую специализацию делает человека ограниченным.
52. а) Очень важно, есть ли у человека в жизни радость познания и творчества.
б) В жизни очень важно приносить пользу людям.
53. а) Мне нравится участвовать в жарких спорах.
б) Я не люблю споров.
54. а) Я интересуюсь предсказаниями, гороскопами, астрологическими прогнозами.
б) Подобные вещи меня не интересуют.
55. а) Человек должен трудиться ради удовлетворения своих потребностей и блага своей семьи.
б) Человек должен трудиться, чтобы реализовать свои способности и желания.
56. а) В решении личных проблем я руководствуюсь общепринятыми представлениями.
б) Свои проблемы я решаю так, как считаю нужным.
57. а) Воля нужна для того, чтобы сдерживать желания и контролировать чувства.
б) Главное назначение воли – подхлестывать усилия и увеличивать энергию человека.
58. а) Я не стесняюсь своих слабостей перед друзьями.
б) Мне нелегко обнаруживать свои слабости даже перед друзьями.
59. а) Человеку свойственно стремиться к новому.
б) Люди стремятся к новому лишь по необходимости.
60. а) Я думаю, что неверно выражение «век живи – век учись».
б) Выражение «век живи – век учись» я считаю правильным.
61. а) Я думаю, что смысл жизни заключается в творчестве.
б) Вряд ли в творчестве можно найти смысл жизни.
62. а) Мне бывает непросто познакомиться с человеком, который мне симпатичен.
б) Я не испытываю трудностей, знакомясь с людьми.
63. а) Меня огорчает, что значительная часть жизни проходит впустую.
б) Не могу сказать, что какая-то часть моей жизни проходит впустую.
64. а) Одарённому человеку непростительно пренебрегать своим долгом.
б) Талант и способности значат больше, чем долг.
65. а) Мне хорошо удаётся манипулировать людьми.
б) Я полагаю, что манипулировать людьми неэтично.
66. а) Я стараюсь избегать огорчений.
б) Я делаю то, что считаю нужным, не считаясь с возможными огорчениями.

67. а) В большинстве ситуаций я не могу позволить себе дурачиться.
б) Существует множество ситуаций, где я могу позволить себе дурачиться.
68. а) Критика в мой адрес снижает мою самооценку.
б) Критика практически не влияет на мою самооценку.
69. а) Зависть свойственна только неудачникам, которые считают, что их обошли.
б) Большинство людей завистливы, хотя и пытаются это скрыть.
70. а) Выбирая для себя занятие, человек должен учитывать его общественную значимость.
б) Человек должен заниматься прежде всего тем, что ему интересно.
71. а) Я думаю, что для творчества необходимы знания в избранной области.
б) Я думаю, что знания для этого совсем не обязательны.
72. а) Пожалуй, я могу сказать, что живу с ощущением счастья.
б) Я не могу сказать, что живу с ощущением счастья.
73. а) Я думаю, что люди должны анализировать себя и свою жизнь.
б) Я считаю, что самоанализ приносит больше вреда, чем пользы.
74. а) Я пытаюсь найти основания даже для тех своих поступков, которые совершаю просто потому, что мне этого хочется.
б) Я не ищу оснований для своих действий и поступков.
75. а) Я уверен, что любой может прожить свою жизнь так, как ему хочется.
б) Я думаю, что у человека мало шансов прожить свою жизнь так, как хотелось бы.

76. а) О человеке никогда нельзя сказать с уверенностью, добрый он или злой.
б) Обычно оценить человека очень легко.
77. а) Для творчества нужно очень много свободного времени.
б) Мне кажется, что в жизни всегда можно найти время для творчества.
78. а) Обычно мне легко убедить собеседника в своей правоте.
б) В споре я пытаюсь понять точку зрения собеседника, а не переубедить его.
79. а) Если я делаю что-либо исключительно для себя, мне бывает неловко.
б) Я не испытываю неловкости в такой ситуации.
80. а) Я считаю себя творцом своего будущего.
б) Вряд ли я сильно влияю на собственное будущее.
81. а) Выражение «добро должно быть с кулаками» я считаю правильным.
б) Вряд ли верно выражение «добро должно быть с кулаками».
82. а) По-моему, недостатки людей гораздо заметнее, чем их достоинства.
б) Достоинства человека увидеть гораздо легче, чем его недостатки.
83. а) Иногда я боюсь быть самим собой.
б) Я никогда не боюсь быть самим собой.
84. а) Я стараюсь не вспоминать о своих былых неприятностях.
б) Время от времени я склонен возвращаться к воспоминаниям о прошлых неудачах.
85. а) Я считаю, что целью жизни должно быть нечто значительное.
б) Я вовсе не считаю, что целью жизни непременно должно быть что-то значительное.

86. а) Люди стремятся к тому, чтобы понимать и доверять друг другу.

б) Замыкаясь в кругу собственных интересов, люди не понимают окружающих.

87. а) Я стараюсь не быть «белой вороной».

б) Я позволяю себе быть «белой вороной».

88. а) В доверительной беседе люди обычно искренни.

б) Даже в доверительной беседе человеку трудно быть искренним.

89. а) Бывает, что я стыжусь проявлять свои чувства.

б) Я никогда этого не стыжусь.

90. а) Я могу делать что-либо для других, не требуя, чтобы они это оценили.

б) Я вправе ожидать от людей, что они оценят то, что я для них делаю.

91. а) Я проявляю своё расположение к человеку независимо от того, взаимно ли оно.

б) Я редко проявляю своё расположение к людям, не будучи уверенным, что оно взаимно.

92. а) Я думаю, что в общении нужно открыто проявлять недовольство другими.

б) Мне кажется, что в общении люди должны скрывать взаимное недовольство.

93. а) Я мирюсь с противоречиями в самом себе.

б) Внутренние противоречия снижают мою самооценку.

94. а) Я стремлюсь открыто выражать свои чувства.

б) Думаю, что в открытом выражении чувств есть элемент несдержанности.

95. а) Я уверен в себе.

б) Не могу сказать, что я уверен в себе.

96. а) Достижение счастья не может быть целью человеческих отношений.

б) Достижение счастья – главная цель человеческих отношений.

97. а) Меня любят, потому что я этого заслуживаю.

б) Меня любят, потому что я сам способен любить.

98. а) Неразделённая любовь способна сделать жизнь невыносимой.

б) Жизнь без любви хуже, чем неразделённая любовь в жизни.

99. а) Если разговор не удался, я пробую выстроить его по-иному.

б) Обычно в том, что разговор не сложился, виновна невнимательность собеседника.

100. а) Я стараюсь производить на людей хорошее впечатление.

б) Люди видят меня таким, каков я есть на самом деле.

Обработка результатов проводится в соответствии с ключом:

1б	18а	35а	52а	69а	86а
2а	19б	36б	53а	70б	87б
3б	20б	37б	54б	71б	88а
4б	21а	38б	55б	72а	89б
5б	22б	39а	56б	73а	90а
6б	23б	40б	57б	74б	91а
7а	24б	41а	58а	75а	92а
8б	25а	42а	59а	76а	93а
9а	26б	43б	60б	77б	94а
10а	27а	44а	61а	78б	95а
11а	28б	45б	62б	79б	96б
12б	29б	46б	63б	80а	97б
13а	30а	47а	64б	81б	98б
14б	31б	48а	65б	82б	99а

15а	32а	496	666	836	1006
16б	33б	50б	67б	84б	
17б	34б	51б	68б	85б	

Отдельные шкалы вопросника САМОАЛ представлены следующими пунктами:

1. *Ориентация во времени:*

1б, 11а, 17б, 24б, 27а, 36б, 54б, 63б, 73а, 80а.

2. *Ценности:*

2а, 16б, 18а, 25а, 28а, 37б, 45а, 55б, 61а, 64б, 72а, 81б, 85а, 96б, 98б.

3. *Взгляд на природу человека:*

7а, 15а, 23б, 41а, 50б, 59а, 69а, 76а, 82б, 86а.

4. *Потребность в познании:*

8б, 24б, 29б, 33б, 42а, 51б, 53а, 54б, 60б, 70б.

5. *Креативность (стремление к творчеству):*

9а, 13а, 16б, 25а, 28а, 33б, 34б, 43б, 52а, 55б, 61а, 64б, 70б, 71б, 77б.

6. *Автономность:*

5б, 9а, 10а, 26б, 31б, 32а, 37б, 44а, 56б, 66б, 68б, 74б, 75а, 87б, 92а.

7. *Спонтанность:*

5б, 21а, 31б, 38б, 39а, 48а, 57б, 67б, 74б, 83б, 87б, 89б, 91а, 92а, 94а.

8. *Самопонимание:*

4б, 13а, 20б, 30а, 31б, 38б, 47а, 66б, 79б, 93а.

9. *Аутосимпатия:*

6б, 14б, 21а, 22б, 32а, 40б, 49б, 58а, 67б, 68б, 79б, 84а, 89б, 95а, 97б.

10. *Контактность:*

10а, 29б, 35а, 46б, 48а, 53а, 62б, 78б, 90а, 92а.

11. *Гибкость в общении:*

3б, 10а, 12б, 19б, 29б, 32а, 46б, 48а, 65б, 99а.

Шкалы № 1, 3, 4, 8, 10 и 11 содержат по 10 пунктов, в то время как остальные – по 15. Для получения сопоставимых результатов количество баллов по указанным шкалам следует умножить на 1,5.

Можно получить результаты в процентах, решив следующую пропорцию: 15 баллов (максимум по каждой шкале) составляют 100%, а число набранных баллов составляет $x\%$.

1. *Шкала ориентации во времени* показывает, насколько человек живёт настоящим, не откладывая свою жизнь «на потом» и не пытаясь найти убежище в прошлом. Высокий результат характерен для лиц, хорошо понимающих ценность жизни «здесь и теперь», способных наслаждаться актуальным моментом, не сравнивая его с прошлыми радостями и не обесценивая предвкушением грядущих успехов. Низкий результат показывают люди, погруженные в прошлые переживания, с завышенным стремлением к достижениям, мнительные и неуверенные в себе.

2. *Шкала ценностей*. Высокий балл по этой шкале свидетельствует, что человек разделяет ценности самоактуализирующейся личности, такие как истина, добро, красота, целостность, отсутствие развоинности, жизненность, уникальность, совершенство, свершения, справедливость, порядок, простота, лёгкость без усилия, игра, самодостаточность.

3. *Взгляд на природу человека* может быть положительным (высокая оценка) или негативным (низкая). Эта шкала описывает веру в людей, в могущество человеческих возможностей. Высокий показатель может интерпретироваться как устойчивое основание для искренних и гармоничных межличностных отношений, естественная симпатия и доверие к людям, честность, непредвзятость, доброжелательность.

4. *Высокая потребность в познании* характерна для самоактуализирующейся личности, всегда открытой новым впечатлениям. Эта шкала описывает способность к бытийному познанию – бескорыстную жажду нового, интерес к объектам, не связанный прямо с удовлетворением каких-либо потребностей. Такое познание более точно и эффективно, поскольку его процесс не искажается желаниями и влечениями, человек при этом не склонен судить, оценивать и сравнивать. Он просто видит то, что есть, и ценит это.

5. *Стремление к творчеству или креативность* – непременный атрибут самоактуализации, которую попросту можно назвать творческим отношением к жизни.

6. *Автономность*. Самоактуализирующаяся личность автономна, независима и свободна, однако это не означает отчуждения и

одиночества. Автономность предполагает доверие себе, своему мнению и взгляду на жизнь, самостоятельность.

7. *Спонтанность* – это качество, вытекающее из уверенности в себе и доверия к окружающему миру, свойственных самоактуализировавшимся людям. Высокий показатель по шкале спонтанности свидетельствует о том, что самоактуализация стала образом жизни, а не является мечтой или стремлением. Спонтанность соотносится с такими ценностями, как свобода, естественность, игра, лёгкость без усилия.

8. *Самопонимание*. Высокий показатель по этой шкале свидетельствует о чувствительности человека к своим желаниям и потребностям. Такие люди не склонны подменять собственные вкусы и оценки внешними социальными стандартами. Показатели по шкалам самопонимания, спонтанности и аутосимпатии, как правило, связаны между собой. Низкий балл по шкале самопонимания свойствен людям неуверенным, ориентирующемся на мнение окружающих.

9. *Аутосимпатия* – положительное отношение к себе. Аутосимпатия вовсе не означает тупого самодовольства или некритичного самовосприятия.

10. *Шкала контактности* измеряет общительность личности, её способность к установлению прочных и доброжелательных отношений с окружающими. В вопроснике САМОАЛ контактность понимается не как уровень коммуникативных способностей личности или навыки эффективного общения, но как общая предрасположенность ко взаимно полезным и приятным контактам с другими людьми.

11. *Шкала гибкости в общении* соотносится с наличием или отсутствием социальных стереотипов, способностью к адекватному самовыражению в общении. Высокие показатели свидетельствуют о гармоничном взаимодействии с окружающими, способности к самораскрытию. Люди с высокой оценкой по этой шкале ориентированы на личностное общение, не склонны прибегать к фальши или манипуляциям. Низкие показатели характерны для людей, не уверенных в своей привлекательности, в том, что они интересны собеседнику и общение с ними может приносить удовольствие.