Введение

Прохождение преддипломной практики осуществлялось на базе ООО Стоматологическая клиника «Спектр» в г. Белгороде. Тема исследования: «Влияние уровня тревожности на склонность руководителя к риску».

Преддипломная практика - часть основной образовательной программы, являющаяся завершающим этапом обучения.

Объектом исследования являются психологические особенности личности руководителя.

Предметом исследования выступают особенности влияния уровня тревожности на склонность руководителя к риску.

Гипотеза исследования: мы предполагаем, что личностные особенности руководителя, такие, как тревожность и локус контроля, будут оказывать влияние на склонность руководителя к риску.

Цель работы - сбор, изучение и обработка эмпирического материала для дальнейшего написания выпускной квалификационной работы. Для достижения цели работы были поставлены следующие задачи:

. рассмотреть теоретические основы изучения влияния уровня тревожности на склонность руководителя к риску;

. определить психологические особенности влияния уровня тревожности на склонность руководителя к риску;

. подобрать адекватные методы изучения особенностей влияния уровня тревожности на склонность руководителя к риску;

. разработать рекомендации по снижению уровня тревожности при принятии решений руководителем предприятия.

. Характеристика объекта исследования

Среди наиболее актуальных проблем, возникающих в практической деятельности человека, особое место занимают проблемы, связанные с психическими состояниями. В ряду различных психических состояний, являющихся предметом научного исследования, наибольшее внимание уделяется состоянию, обозначаемому в английском языке термином «anxiety», что переводится на русский как «беспокойство», «тревога».

Впервые выделил и акцентировал состояние беспокойства тревоги 3. Фрейд. Он охарактеризовал данное состояние как эмоциональное, включающее в себя переживание ожидания и неопределенности, чувство беспомощности. Данная характеристика указывает не столько на компоненты рассматриваемого состояния, сколько на его внутренние причины.

В настоящее время изучению состояния тревоги посвящено большое количество работ. Для достаточно полного их анализа принципиальное значение имеет уточнение некоторых теоретических и методологических положений. Как показано многими исследователями, прежде всего важно четкое концептуальное различение понятий тревоги как состояния и тревожности как черты, свойства личности.

Многозначность в понимании тревоги как психического явления проистекает из того факта, что термин «тревога» используется психологами в различных значениях. Это и гипотетическая «промежуточная переменная», и временное психическое состояние, возникшее под воздействием стрессовых факторов, и фрустрация социальных потребностей, и первичный показатель неблагополучия, когда организм не имеет возможности естественным образом реализовывать потребности, и свойства личности, которые даются через описание внешних и внутренних характеристик при помощи родственных понятий, и реакция на представленную угрозу.

Свои определения понятию «тревога» давали Астапов В. М., Лазарус Р., Прихожан А. М., Спилбергер Ч. Д., Фрейд 3., Мартене Р. и другие. В литературе интерпретация тревоги как эмоционального состояния является господствующей, причем в работах многих авторов это состояние сближается чаще всего с эмоцией страха. Но, пожалуй, более характерной является тенденция рассматривать тревогу как особое состояние, рядоположенное с другими эмоциональными состояниями, аффектами, чувствами.

Тревожность - одна из наиболее сложных проблем современной психологической науки. Почти в каждой исследовательской работе мы обязательно встретим ссылки на ее неразработанность, неопределенность, на неточность и многозначность самого понятия. Но одновременно это одна из наиболее используемых в практике категорий - как диагностических, так и объяснительных, интерпретационных. Когда речь идет о влиянии тревожности на поведение и развитие личности, о саморегуляции состояния тревоги, о тревожном типе личности, о «работе с тревогой», способах преодоления устойчивой тревожности и т.п. - сравнительно легко достигается взаимопонимание между специалистами, вне зависимости от их теоретических взглядов.

# Конкретными методами исследования явились: в качестве основных нами были использованы методы: методика «Локус контроля» Д. Б. Роттера, методика диагностики общего уровня тревожности Ч. Д. Спилбергера, Ю. Л. Ханина, тест «Готовность к риску» (опросник RSK Г. Шуберта).

Экспериментальная база исследования: в исследовании принимали участие руководящий состав ООО Стоматологическая клиника «Спектр» в г. Белгороде. Всего в исследовании приняли участие 15 руководителей различных звеньев и рангов, как мужчин, так и женщин.

Методика диагностики общего уровня тревожности Ч. Д. Спилбергера и Ю. Л. Ханина является надежным и информативным способом самооценки уровня тревожности в данный момент (реактивная тревожность как состояние) и личностной тревожности (как устойчивая характеристика личности человека). Испытуемым предлагается оценить, как они себя чувствуют в данный момент (вопросы 1 - 20) и как они чувствуют себя обычно. Личностная тревожность характеризует устойчивую склонность воспринимать большой круг ситуаций как угрожающие, реагировать на такие ситуации состоянием тревоги. Реактивная тревожность характеризуется напряжением, беспокойством, нервозностью.

Тест «Готовность к риску» (RSK Г. Шуберта) позволяет оценить степень готовности к риску (Приложение 1). Риск понимается как действие наудачу в надежде на счастливый исход, или как возможная опасность, как действие, совершаемое в условиях неопределенности.

##### Методика «Локус контроля» Дж. Б. Роттера. Данная методика помогает определить уровень субъективного контроля личности. В основу данного определения положены две предпосылки:

1. Люди различаются между собой по тому, где и как они локализуют контроль над значительными для себя событиями. Возможны два полярных типа такой локализации: экстернальный и интернальный. В первом случае человек полагает, что происходящие с ним события являются результатом действия внешних сил - случая, других людей и т. д.

Во втором случае человек интерпретирует значимые события как результат своей собственной деятельности. Любому человеку свойственна определенная позиция на континууме, простирающемуся от экстернального к интернальному типу.

. Локус контроля, характерный для индивида, уникален по отношению к любым типам событий и ситуаций, с которыми ему приходится сталкиваться. Один и тот же тип контроля характеризует поведение данной личности в случае неудач и в сфере достижений, причем это в равной степени касается различных областей социальной жизни.

2. Анализ результатов исследования особенностей влияния уровня тревожности на склонность руководителя к риску

психологический тревожность руководитель риск

В качестве гипотезы в нашем исследовании выступило предположение о том, что личностные особенности руководителя, такие, как тревожность и локус контроля, будут оказывать влияние на склонность руководителя к риску. В исследовании принимали участие руководящий состав филиала банка «Московский индустриальный банк» в г. Белгороде. Всего в исследовании приняли участие 15 руководителей различных звеньев и рангов, как мужчин, так и женщин.

Таблица 1 Показатели уровня тревожности в группе руководителей

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Испытуемый | Показатель уровня тревожности (в баллах) | Уровень тревожности |
| 1. | Абаньшин И. Е. | 48 | Высокий |
| 2. | Воронцов К. Б. | 36 | Умеренный |
| 3. | Громова Т. В. | 32 | Умеренный |
| 4. | Ильясов А. Г. | 18 | Низкий |
| 5. | Леонов Л. А. | 50 | Высокий |
| 6. | Воронова И. К. | 42 | Умеренный |
| 7. | Ковалева Е. В. | 37 | Умеренный |
| 8. | Николаев Д. Е. | 21 | Низкий |
| 9. | Правдина О. В. | 24 | Низкий |
| 10.  | Гаджиева А.Т. | 37 | Умеренный |
| 11. | Жандаров К. А. | 49 | Высокий |
| 12. | Новикова Т. В. | 34 | Умеренный |
| 13. | Лаптева М. И. | 47 | Высокий |
| 14. | Симонов Н. С. | 47 | Высокий |
| 15. | Комарова Е. П. | 41 | Умеренный |

Как видно из данных результатов, у большинства испытуемых умеренный уровень тревожности (47 %). То есть эти руководители демонстрируют оптимальный индивидуальный уровень «полезной тревоги», так как определенный уровень тревожности - естественная и обязательная особенность активной личности. 20 % руководителей из 15 испытуемых продемонстрировали низкий уровень тревожности, что говорит об уверенности в себе, в своих силах и методах принятия управленческих решений. И у 33 % руководителей был выявлен высокий уровень тревожности, как реактивной, так и личностной.

Следующим этапом нашего исследования было изучение готовности к риску у руководителей, участвующих в эксперименте при помощи теста «Готовность к риску» (RSK Г. Шуберта). Риск понимается как действие наудачу в надежде на счастливый исход, или как возможная опасность, как действие, совершаемое в условиях неопределенности. Анализируя данные, полученные в результате проведения данной методики, мы можем сказать, что склонны к риску 47 % руководителей из 15 испытуемых.

Таблица 2 Показатели готовности к риску у руководящего состава ООО Стоматологическая клиника «Спектр»

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Испытуемый | Показатель готовности к риску (в баллах) | Уровень готовности к риску |
| 1. | Абаньшин И. Е. | 36 | Высокий |
| 2. | Воронцов К. Б. | 4 | Средний |
| 3. | Громова Т. В. | 15 | Средний |
| 4. | Ильясов А. Г. | -8 | Низкий |
| 5. | Леонов Л. А. | 24 | Высокий |
| 6. | Воронова И. К. | 30 | Высокий |
| 7. | Ковалева Е. В. | -4 | Средний |
| 8. | Николаев Д. Е. | -12 | Низкий |
| 9. | Правдина О. В. | -22 | Низкий |
| 10.  | Гаджиева А.Т. | 24 | Высокий |
| 11. | Жандаров К. А. | 30 | Высокий |
| 12. | Новикова Т. В. | 2 | Средний |
| 13. | Лаптева М. И. | 34 | Высокий |
| 14. | Симонов Н. С. | 30 | Высокий |
| 15. | Комарова Е. П. | 10 | Средний |

% руководителей демонстрирую средний уровень, то есть адекватно оценивают создавшуюся ситуацию и действуют по обстоятельствам, не рискуя без необходимости. И у 20 % испытуемых был выявлен низкий уровень, что говорит о том, что эти руководители слишком осторожны, и даже в тех ситуациях принятия решения, где риск является минимальным, они действуют нерешительно.

Одной из задач нашего исследования было определение влияния уровня тревожности на склонность руководителя к риску. Как видно из таблицы № 3, высокий уровень тревожности способствует склонности к риску у руководителей банка различных звеньев и рангов.

Таблица 3 Показатели влияния уровня тревожности на склонность руководителя к риску

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Испытуемый | Уровень тревожности | Уровень готовности к риску |
| 1. | Абаньшин И. Е. | Высокий | Высокий |
| 2. | Воронцов К. Б. | Умеренный | Средний |
| 3. | Громова Т. В. | Умеренный | Средний |
| 4. | Ильясов А. Г. | Низкий | Низкий |
| 5. | Леонов Л. А. | Высокий | Высокий |
| 6. | Воронова И. К. | Умеренный | Высокий |
| 7. | Ковалева Е. В. | Умеренный | Средний |
| 8. | Николаев Д. Е. | Низкий | Низкий |
| 9. | Правдина О. В. | Низкий | Низкий |
| 10.  | Гаджиева А.Т. | Умеренный | Высокий |
| 11. | Жандаров К. А. | Высокий | Высокий |
| 12. | Новикова Т. В. | Умеренный | Средний |
| 13. | Лаптева М. И. | Высокий | Высокий |
| 14. | Симонов Н. С. | Высокий | Высокий |
| 15. | Комарова Е. П. | Умеренный | Средний |

Но при этом некоторые испытуемые со средним уровнем тревожности демонстрировали высокий уровень склонности к риску (№6 и № 10). Возможно, такой результат связан с гендерными различиями испытуемых - эти руководители были женщинами. Также этот результат мог быть получен в результате повышенной тревожности в условиях тестирования.

Для уточнения полученных данных и с целью подтверждения выдвинутой гипотезы нами была проведена методика «Локус контроля» Дж. Б. Роттера. Эта методика позволяет определить уровень субъективного контроля личности. Результаты приведены в таблице № 4.

Результаты, полученные при проведении данной методики, позволили определить, что большинство испытуемых (67 %) имеют интернальный локус контроля, то есть для них характерен высокий уровень субъективного контроля над любыми значимыми ситуациями. Эта группа руководителей считает, что большинство важных событий в их жизни является результатом их собственных действий, что они могут ими управлять, и, таким образом, они чувствуют свою собственную ответственность за эти события и за то, как складывается их жизнь в целом. 33 % руководителей из 15 имеют высокий показатель по шкале «Экстернальность», то есть для них характерен низкий уровень субъективного контроля. Такие руководители не видят связи между своими действиями и значимыми для них событиями жизни, не считают себя способными контролировать эту связь и полагают, что большинство событий и поступков являются результатом случая или действий других людей.

При этом у всех испытуемых, имеющих высокую степень готовности к риску, наблюдается низкий уровень субъективного контроля и высокий уровень тревожности.

Таким образом, проведенный количественный и качественный анализ особенностей влияния уровня тревожности на склонность руководителя к риску позволил нам сделать следующие выводы:

. У большинства испытуемых умеренный уровень тревожности (47 %). Эти руководители демонстрируют оптимальный индивидуальный уровень «полезной тревоги», так как определенный уровень тревожности - это естественная и обязательная особенность активной личности. 20 % руководителей из 15 испытуемых продемонстрировали низкий уровень тревожности, что говорит об уверенности в себе, в своих силах и методах принятия управленческих решений. И у 33 % руководителей был выявлен высокий уровень тревожности, как реактивной, так и личностной. Личностная тревожность данной группы руководителей характеризует устойчивую склонность воспринимать большой круг ситуаций как угрожающие, реагировать на такие ситуации состоянием тревоги.

. К риску склонны 47 % руководителей из 15 испытуемых. 33 % руководителей демонстрирую средний уровень склонности к риску, то есть адекватно оценивают создавшуюся ситуацию и действуют по обстоятельствам, не рискуя без необходимости. И у 20 % испытуемых был выявлен низкий уровень готовности к риску, что говорит о том, что эти руководители слишком осторожны, и даже в тех ситуациях принятия решения, где риск является минимальным, они действуют нерешительно.

. Большинство испытуемых (67 %) имеют интернальный локус контроля, то есть для них характерен высокий уровень субъективного контроля над любыми значимыми ситуациями. 33 % руководителей из 15 имеют высокий показатель по шкале «Экстернальность», то есть для них характерен низкий уровень субъективного контроля.

. У всех испытуемых, имеющих высокую степень готовности к риску, наблюдается низкий уровень субъективного контроля и высокий уровень тревожности.

Заключение

Целью нашего исследования было изучение влияния уровня тревожности на склонность руководителя к риску.

Впервые выделил и акцентировал состояние беспокойства тревоги 3. Фрейд. Он охарактеризовал данное состояние как эмоциональное, включающее в себя переживание ожидания и неопределенности, чувство беспомощности. Данная характеристика указывает не столько на компоненты рассматриваемого состояния, сколько на его внутренние причины.

В настоящее время изучению состояния тревоги посвящено большое количество работ. Для достаточно полного их анализа принципиальное значение имеет уточнение некоторых теоретических и методологических положений. Как показано многими исследователями, прежде всего важно четкое концептуальное различение понятий тревоги как состояния и тревожности как черты, свойства личности.

В качестве гипотезы в нашем исследовании выступило предположение о том, что личностные особенности руководителя, такие, как тревожность и локус контроля, будут оказывать влияние на склонность руководителя к риску. В исследовании принимали участие руководящий состав ООО Стоматологическая клиника «Спектр» в г. Белгороде. Всего в исследовании приняли участие 15 руководителей различных звеньев и рангов, как мужчин, так и женщин. Проведенный количественный и качественный анализ особенностей влияния уровня тревожности на склонность руководителя к риску позволил нам сделать следующие выводы. У большинства испытуемых умеренный уровень тревожности (47 %). Эти руководители демонстрируют оптимальный индивидуальный уровень «полезной тревоги», так как определенный уровень тревожности - это естественная и обязательная особенность активной личности. 20 % руководителей из 15 испытуемых продемонстрировали низкий уровень тревожности, что говорит об уверенности в себе, в своих силах и методах принятия управленческих решений. И у 33 % руководителей был выявлен высокий уровень тревожности, как реактивной, так и личностной. Личностная тревожность данной группы руководителей характеризует устойчивую склонность воспринимать большой круг ситуаций как угрожающие, реагировать на такие ситуации состоянием тревоги.

К риску склонны 47 % руководителей из 15 испытуемых. 33 % руководителей демонстрирую средний уровень склонности к риску, то есть адекватно оценивают создавшуюся ситуацию и действуют по обстоятельствам, не рискуя без необходимости. И у 20 % испытуемых был выявлен низкий уровень готовности к риску, что говорит о том, что эти руководители слишком осторожны, и даже в тех ситуациях принятия решения, где риск является минимальным, они действуют нерешительно. Большинство испытуемых (67 %) имеют интернальный локус контроля, то есть для них характерен высокий уровень субъективного контроля над любыми значимыми ситуациями. 33 % руководителей из 15 имеют высокий показатель по шкале «Экстернальность», то есть для них характерен низкий уровень субъективного контроля. У всех испытуемых, имеющих высокую степень готовности к риску, наблюдается низкий уровень субъективного контроля и высокий уровень тревожности.

Список использованных источников

1. Анцыферова, Л. А. Концепция самоактуализирующейся личности А. Маслоу Вопросы психологии. - 1973. - № 4. - С. 173 - 180.

. Барышникова, И. В. Интегративный подход к исследованию Я-концепции личности в отечественной психологии : автореф. дис. … канд. психол. наук / И. В. Барышникова. - М., 1999. - 26 с.

. Бодалев, А. А. Вершина в развитии взрослого человека : характеристики и условия достижения / А. А. Бодалев. - М. : Флинта : Наука, 1998. - 165 с.

. Бодалев, А. А. О психологическом понимании «Я» человека / А. А. Бодалев // Мир психологии. - 2002. - № 2. - С. 12-17.

. Бодров, В. А. Психологические исследования проблемы профессионализации личности / В. А. Бодров // Психологические исследования проблемы формирования личности профессионала / под ред. В. А. Бодрова и др. - М., 1991. - С. 3-26.

. Брушлинский, А. В. Психология субъекта в изменяющемся обществе / А. В. Брушлинский // Психологический журнал. - 1996. - № 6. - С. 30-41.

. Варламова, Е. П. Жизненный путь как творческий акт / Е. П. Варламова, Ю. Н. Михайлова // Психологические проблемы самореализации личности. - СПб., 1999. - Вып. 3. - С. 45-61.

. Деркач, А. А. Акмеология: личностное и профессиональное развитие человека : в 5 кн. - М. : Изд-во РАГС, 2001. - Кн. 5. Акмеологические технологии диагностики и актуализации личностно-профессионального роста.

. Ермолаева, Е. И. Преобразующие и идентификационные аспекты профессиогенеза / Е. И. Ермолаева // Психологический журнал. - 1998. - Т. 19, № 4. - С. 80-87.

. Забродин, Ю. М. Профессиональное становление : от профобразования к профессиональной карьере / Ю. М. Забродин. - Омск, 1993.

. Иващенко, А. В. Проблемы Я-концепции личности в отечественной психологии / А. В. Иващенко, В. С. Агапов, И. В. Барышникова // Мир психологии. - № 2. - 2002. - С. 17-29.

. Климов, Е. А. Психология профессионала. / Е. А. Климов. - М.: Изд-во «Институт практической психологии», Воронеж: НПО «МОДЭК», 1996. - 400 с.

. Коржова, Е. Ю. Психологическое познание судьбы человека / Е. Ю. Коржова. - СПб. : Изд-во РГПУ : Союз, 2002. - 334 с. - (Практ. психология).

. Леонтьев, Д. А. Психология смысла : природа, строение и динамика смысловой реальности / Д. А. Леонтьев. - М. : Смысл, 1999. - 486 с.

. Лисовская, Е. Б. Самоактуализирующаяся личность / Е. Б. Лисовская // Научно-техническая революция и социальная психология: Материалы межгородской практической конференции. - М. : Наука, 1981. - С. 35 - 39.

. Ломов, Б. Ф. О комплексном изучении человека / Б. Ф. Ломов // Познание человека. - М. : 1988. - 326 с.

. Маслоу, А. Новые рубежи человеческой природы / А. Маслоу. - М. : Смысл, 1999. - 425 с.

. Маслоу, А. Самоактуализация / А. Маслоу. // Психология личности. Тексты. - М. : Смысл, 1998. - 349 с.

. Маркова, А. К. Психология профессионализма / А. К. Маркова. - М. : Междунар. гуманитар. фонд «Знание», 1996. - 308 с.

. Митина, Л. М. Психологическое сопровождение выбора профессии : науч.-метод. пособие / Акад. пед. и соц. наук, Моск. психол.-соц. ин-т; [Л. М. Митина и др.] ; под ред. Л. М. Митиной/ Л. М. Митина. - М. : МПСИ : Флинта, 1998. - 179 с.

. Мухина, В. С. Проблемы генезиса личности / В. С. Мухина. - М., 1985 - 156 с.

. Налчаджян, А. А. Социально-психическая адаптация личности : формы, механизмы и стратегия / А. А. Налчаджян. - Ереван : Изд-во АН АрмССР, 1988. - 263 с.

. Общая психодиагностика : основы психодиагностики, немедицинской психотерапии и психологического консультирования : учеб. пособие / под. ред. А. А. Бодалева, В. В. Столина. - М. : Изд-во Моск. ун-та, 1987. - 303 с. : ил.

. Пеньков, В. Е. Профессионально-личностная устойчивость будущего учителя / В. Е. Пеньков. - Белгород : Изд-во БелГУ, 1998. - с. 116 с.

. Пряжников, Н. С. Методы активации профессионального и личностного самоопределения : учеб.-метод. пособие / Н. С. Пряжников; Рос. акад. образования. Моск. психолого-социал. ин-т . - М. : Московский психолого-социальный ин-т ; Воронеж : МОДЭК, 2002. - 392 с.

. Пряжников, Н. С. Профессиональное и личностное самоопределение / Н. С. Пряжников. - М. : Ин-т практ. Психологии ; Воронеж : МОДЭК, 1996. - 256с. - (Б-ка школьного психолога).

. Психология самосознания / под ред. Д. Я. Райгородского. - Самара : БАХРАХ-М , 2000. - 672 с. - (Хрестоматия по социальной психологии личности).

. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. - СПб. : Питер, 1999. - 712 с. : ил.

. Рубинштейн, С. Л. Человек и мир / С. Л. Рубинштейн. - М. : Наука, 1997. - 191 с. - (Памятники психологической мысли).

. Селевко, Г. К. Современные образовательные технологии : учеб. пособие / Г. К. Селевко. - М. : Народное образование, 1998. - 256 с.

. Фонарев, А. Р. Формы становления личности в процессе ее профессионализации / А. Р. Фонарев // Вопросы психологии. - Т. 9 - №5. - 1998. - С. 120-128.

Приложения

Приложение 1

# Методика «Готовность к риску» (опросник RSK Г. Шуберта).

Данный тест позволяет оценить степень готовности к риску. Риск понимается как действие наудачу в надежде на счастливый исход, или как возможная опасность, как действие, совершаемое в условиях неопределенности. Оцените степень своей готовности совершить действия, о которых вас спрашивают. При ответе на каждый из 25 вопросов поставьте соответствующий балл по следующей схеме:

балла - полностью согласен, уверенное «ДА»;

балл - больше «ДА», чем «НЕТ»;

баллов - ни «ДА», ни «НЕТ», нечто среднее;

балл - больше «НЕТ», чем «ДА»

балла - уверенное «НЕТ».

Положительные ответы свидетельствуют о склонности к риску.

Результаты теста:

Меньше -30 баллов: слишком осторожны;

от - 10 до +10 баллов: средние значения;

свыше +20 баллов: склонны к риску.

Высокая готовность к риску сопровождается низкой мотивацией к избеганию неудач (защитой). Готовность к риску достоверно связана прямо пропорционально с числом допущенных ошибок.

Исследования на основе данного теста дают следующие результаты:

 с возрастом готовность к риску падает;

 у более опытных работников готовность к риску ниже, чем у неопытных;

 у женщин готовность к риску реализуется при более определенных условиях, чем у мужчин;

 у военных командиров и руководителей предприятий готовность к риску выше, чем у студентов;

 с ростом отверженности личности, в ситуации внутреннего конфликта растет готовность к риску;

 в условиях группы готовность к риску проявляется сильней, чем при действиях в одиночку, и зависит от групповых ожиданий.

Приложение 2

Методика диагностики общего уровня тревожности Ч. Д. Спилбергера, Ю. Л. Ханина.

Методика диагностики общего уровня тревожности Ч. Д. Спилберга и Ю. Л. Ханина является надежным и информативным способом самооценки уровня тревожности в данный момент (реактивная тревожность как состояние) и личностной тревожности (как устойчивая характеристика личности человека). Личностная тревожность характеризует устойчивую склонность воспринимать большой круг ситуаций как угрожающие, реагировать на такие ситуации состоянием тревоги. Реактивная тревожность характеризуется напряжением, беспокойством, нервозностью. Очень высокая реактивная тревожность вызывает нарушения внимания, иногда нарушение тонкой координации. Очень высокая личностная тревожность прямо коррелирует с наличием невротического конфликта, с эмоциональными и невротическими срывами и психосоматическими заболеваниями. Но тревожность не является изначально негативной чертой. Определенный уровень тревожности - естественная и обязательная особенность активной личности. При этом существует оптимальный индивидуальный уровень «полезной тревоги». Шкала самооценки состоит из двух частей, раздельно оценивающих реактивную (высказывания 1 - 20) и личностную (высказывания 21 - 40) тревожность. Показатели общей тревожности подсчитываются по формулам:

РТ = ∑1 + ∑2 + 35,

где ∑1 - сумма цифр по вопросам № 3, 4, 6, 7, 9, 12, 13, 14, 17, 18; ∑2 - сумма цифр по вопросам 1, 2, 5, 8, 10, 15, 16, 19, 20.

ЛТ = ∑1 + ∑2 + 35,

где ∑1 - сумма цифр по вопросам 22, 23, 24, 25, 28, 29, 31, 32, 34, 35, 37, 38, 40; ∑2 - 21, 26, 27, 30, 33, 36, 39.

При интерпретации результат оценивается так: до 30 - низкая тревожность, 31 - 45 - умеренная тревожность; 46 и более - высокая тревожность.

Значительные отклонения от уровня умеренной тревожности требуют особого внимания, высокая тревожность предполагает склонность к появлению состояния тревоги у человека в ситуациях оценки его компетентности. В этом случае следует снизить субъективную значимость ситуации и задач и перенести акцент на осмысление деятельности и формирование чувства уверенности в успехе. Низкая тревожность, наоборот, требует повышения внимания к мотивам деятельности и повышения чувства ответственности. Но иногда очень низкая тревожность является результатом активного вытеснения личностью высокой тревоги с целью показать себя в «лучшем свете».

Приложение 3

##### Методика «Локус контроля»

Инструкция испытуемому. Прочтите каждое высказывание в паре и решите, с каким из них вы согласны в большей степени. Обведите кружком одну из букв - «а» или «б».

Обработка результатов осуществляется по ключу в соответствии с двумя основными измерениями локуса контроля личности:

№ 1. Экстернальность: 2а, 3б, 4б, 5б, 6а, 7а, 9а, 10б, 11б, 12б, 13б, 15б, 16а, 17а, 18а, 20а, 21а, 22б, 23а, 25а, 26б, 28б, 29a.

№ 2. Интернальнсть: 2б, За, 4а, 5а, 6б, 7б, 9б, 10a, 11a, 12a, 13a, 15a, l6б, 17б, 18б, 20б, 21б, 22a, 23б, 25б, 26a, 28a, 29б. (Ru = Re x 60/23 + 20)

Общая и максимальная сумма баллов по интернальности и экстернальности составляет 23, поскольку 6 из 29 вопросов являются фоновыми. О направленности локуса контроля следует судить по относительному превышению результатов одного измерения над другим. В практике психодиагностики по локусу контроля судят о когнитивном стиле, проявляющемся в сфере обучения, в том числе и профессионального. Поскольку когнитивные компоненты психики присутствуют во всех ее явлениях, то представления о локусе контроля распространяются и на характеристики личности в ее деятельности.

Для экстерналов свойственно внешне направленное защитное поведение, в качестве атрибуции ситуации они предпочитают иметь шанс на успех. В общем плане это указывает на то, что любая ситуация экстерналу желательна как внешне стимулируемая, причем в случаях успеха происходит демонстрация способностей. Экстернал убежден, что его неудачи являются результатом невезения, случайностей, отрицательного влияния других людей. Одобрение и поддержка таким людям весьма необходимы, иначе они работают все хуже. Однако особой признательности за сочувствие от экстерналов не приходится ожидать.

Интерналы имеют атрибуцией ситуации чаще всего убеждение в неслучайности их успехов или неудач, зависящих от компетентности, целеустремленности, уровня способностей и являющихся закономерным результатом целенаправленной деятельности и самодеятельности. В структурировании процесса целеобразования и его стратегий ведущей мотивацией для интерналов является поиск эго-идентичности, независимо и ортогонально по отношению к экстравертированности или интровертированности. Вследствие большей когнитивной активности интерналы имеют более широкие временные перспективы, охватывающие значительное множество событий как будущего, так и прошлого. При этом их поведение направлено на последовательное достижение успеха путем развития навыков и более глубокой обработки информации, постановки все возрастающих по своей сложности задач. Потребность в достижении, таким образом, имеет тенденцию к повышению, связанную с увеличением значений личностной и реактивной тревожности, что является предпосылкой для возможной большей фрустрированности и меньшей стрессоустойчивости в случаях серьезных неудач. Однако в целом в реальном, внешне наблюдаемом поведении интерналы производят впечатление достаточно уверенных в себе людей, тем более что в жизни они чаще занимают более высокое общественное положение, чем экстерналы, - как считают Дж. Дигман, Р. Кеттелл н Дж. Роттер. В соответствии с их взглядами стремление к достижению имеет на положительном полюсе свойства настойчивости, планомерности, старательности, ответственности, аккуратности и упорядоченности. Отрицательный полюс составляют апатичность, небрежность, безответственность и необязательность. Интерпретация такого рода отвечает понятию силы супер-Эго (фактору Р. Кеттелла). Дж. Роттер, как видно из вышеприведенного текста, несколько иначе расставляет акценты полюсов, смягчая характеристики исключением моральных оценок и представлением об архетипичности локуса контроля. Это практически означает, что независимо от нравственных ценностей человек всегда в принципе склонен поступать в соответствии с его локусом контроля, обращенным либо на непосредственность реакций, либо на их большую опосредствованность. В таком случае для экстерналов естественно обнаруживается связь с эмоциональной нестабильностью и практическим, неопосредствованным мышлением, для интерналов отмечается эмоциональная стабильность и склонность к теоретическому мышлению, абстрагированию и синтезу представлений.

В целом в соответствии с отношением параметров активности и реактивности (и в связи с мотивацией достижения и отношения) вектор экстернальности-интернальности совпадает с вектором рефлексии.

Приложение 4

Таблица 4 Основные показатели локуса контроля руководителей ООО Стоматологическая клиника «Спектр»

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Испытуемый | Показатель локуса контроля (в баллах) | Уровень готовности к риску |
| 1. | Абаньшин И. Е. | 23/12 | Экстернальность |
| 2. | Воронцов К. Б. | 12/20 | Интернальность |
| 3. | Громова Т. В. | 12/18 | Интернальность |
| 4. | Ильясов А. Г. | 15/22 | Интернальность |
| 5. | Леонов Л. А. | 20/15 | Экстернальность |
| 6. | Воронова И. К. | 10/18 | Интернальность |
| 7. | Ковалева Е. В. | 10/21 | Интернальность |
| 8. | Николаев Д. Е. | 10/23 | Интернальность |
| 9. | Правдина О. В. | 12/20 | Интернальность |
| 10.  | Гаджиева А.Т. | 15/21 | Интернальность |
| 11. | Жандаров К. А. | 23/10 | Экстернальность |
| 12. | Новикова Т. В. | 12/18 | Интернальность |
| 13. | Лаптева М. И. | 18/8 | Экстернальность |
| 14. | Симонов Н. С. | 20/11 | Экстернальность |
| 15. | Комарова Е. П. | 10/20 | Интернальность |