

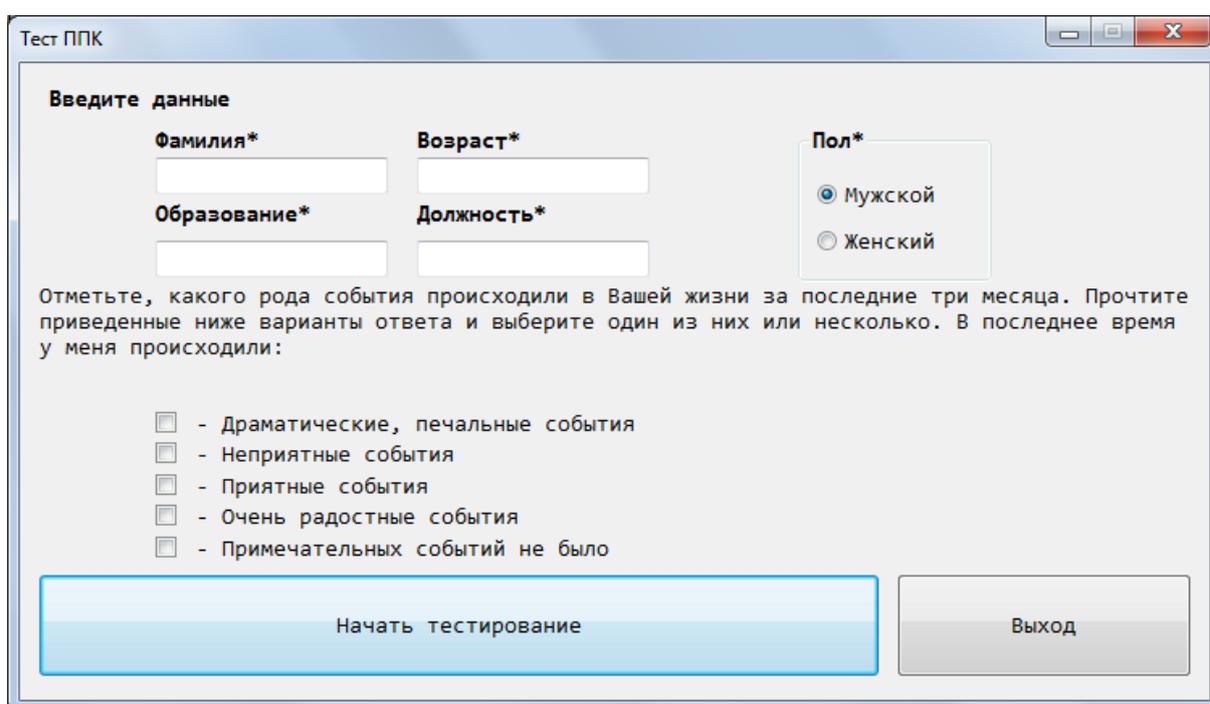
С.В. Духновский

# РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ КОМПЬЮТЕРНОЙ ПРОГРАММЫ ТЕСТ–ППК

«.....»

## Ввод данных тестируемого

Функция предназначена для подготовки и занесения информации о тестируемом.



The screenshot shows a window titled "Тест ППК" with a standard Windows-style title bar. The main content area is titled "Введите данные" and contains several input fields and a list of checkboxes. The fields are: "Фамилия\*" (with an asterisk), "Возраст\*", "Образование\*", and "Должность\*". The "Пол\*" field is a radio button group with options "Мужской" (selected) and "Женский". Below the fields is a paragraph of text: "Отметьте, какого рода события происходили в Вашей жизни за последние три месяца. Прочтите приведенные ниже варианты ответа и выберите один из них или несколько. В последнее время у меня происходили:". This is followed by a list of five checkboxes with corresponding text: "Драматические, печальные события", "Неприятные события", "Приятные события", "Очень радостные события", and "Примечательных событий не было". At the bottom of the window are two buttons: "Начать тестирование" (highlighted in blue) and "Выход".

**Рисунок 3.** Диалог «Ввод данных тестируемого»

На данной форме программы присутствуют как обязательные для заполнения поля, так и необязательные. Обязательные для заполнения поля отмечены знаком "\*"

Если не все обязательные поля будут заполнены, то при попытке записать введенные данные программа будет выдавать предупреждающее сообщение – «Внимание!», до тех пор, пока все обязательные поля не будут заполнены.

## Процедура опроса

В форме опроса приводятся суждения, описывающие различные характеристики отношений, состояний и чувств, возникающих в жизни субъекта. Необходимо оценить, насколько перечисленные в опроснике признаки свойственны обследуемому субъекту, имея в виду не только сегодняшний день, но и более длительный срок времени. Необходимо помнить, что в опроснике нет «плохих» и «хороших» ответов, так как речь идёт об индивидуальных особенностях личности и её переживаниях.

Оценку каждого приведенного суждения необходимо выразить с помощью семибалльной шкалы в диалоговом окне – «Опрос».

Тест ППК

1. Переживаю неприятные для меня эмоции чаще, чем приятные.

Оцените приведённое суждение

1 - Полностью не согласен

2 - Согласен в малой степени

3 - Согласен почти на половину

4 - Согласен на половину

5 - Согласен более чем на половину

6 - Согласен почти полностью

7 - Согласен полностью

Предыдущий вопрос      Следующий вопрос      Выход

**Рисунок 6.** Диалоговое окно «Тест–ППК»

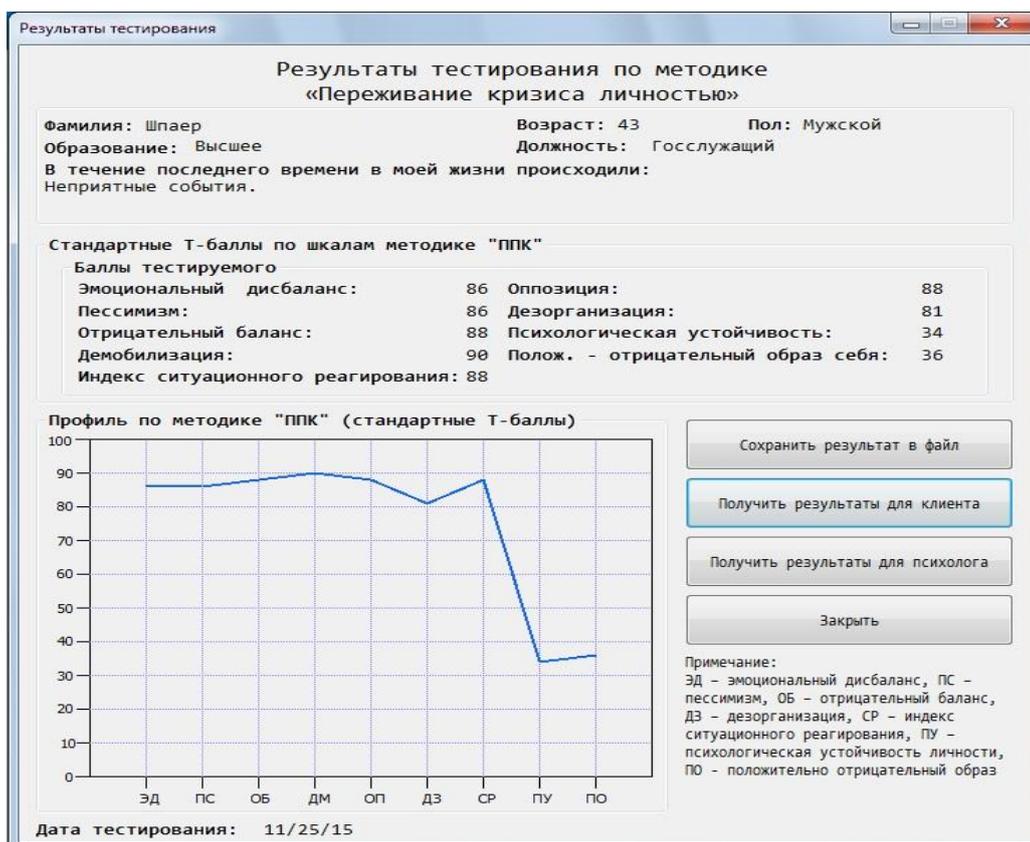
Выбрав один из баллов шкалы: 1, 2, 3, 4, 5, 6 или 7, Вы выразите степень Вашего согласия с очередным суждением. Обратите внимание, что Вашим выбором может быть не только 7 или 1, но и любые другие числа между ними. Для подтверждения ответа нажмите кнопку «Следующий вопрос». Программа устроена таким образом, что Вы должны дать ответ в каждом пункте, если не будет выбран ответ, то программа выведет сообщение с просьбой выбрать ответ. Так же в программе предусмотрена кнопка, «Предыдущий вопрос» которая вернет вас на один и более вопросов назад, с сохранением отмеченных ранее ответов. После оценки всех суждений, программа предложит обработать данные и вывести результат.

## **Результаты тестирования: примеры интерпретации «кризисных профилей»**

Окно «Результаты тестирования» в удобной форме выводит на экран данные тестируемого, его стандартные Т-баллы по шкалам методики «Переживание кризиса личностью», и строит профиль тестируемого.

Ниже приведены **примеры кризисных профилей** двух обследованных: деструктивное переживание кризиса с неблагоприятным прогнозом и психологическое здоровье с благоприятным прогнозом.

«.....»



**Рисунок 8. Профиль «Деструктивное переживание кризиса с неблагоприятным прогнозом»**

**Интерпретация профиля «Деструктивное переживание кризиса с неблагоприятным прогнозом», даваемая для психолога.**

*Переживание острого кризиса*, обусловленного отношениями субъекта с окружающей действительностью (предметной, природной, социальной, духовной), а также с самим собой.

*Выражены ситуационные реакции:*

*Реакция эмоционального дисбаланса.* Фрустрация. Преобладание отрицательных эмоций над положительными. Значимость отрицательных раздражителей усиливается, в то время как значимость положительных стимулов резко падает. Повышенная готовность к восприятию и переработке отрицательных внешних сигналов и сигналов опасности. Сокращение круга социальных контактов и их глубины. Повышена утомляемость, астенизация.

*Пессимистическая ситуационная реакция.* Мрачная окраска мировоззрения, суждений и оценок. Актуальная ситуация оценивается как реально и потенциально неблагоприятная. Снижение уровня оптимизма. Реальное планирование уступает место мрачным прогнозам. Снижение самооценки, ощущение маловажности и значимости собственных возможностей. Возможна ситуация «искусственно преувеличенного стресса» на фоне завышенной оценки своих возможностей и уровня притязаний, когда цели ставятся без учета сложности, степени трудности.

*Реакция отрицательного баланса.* Рациональное «подведение жизненных итогов», оценка пройденного пути, определение реальных перспектив существования, сравнение положительных и отрицательных моментов продолжения жизнедеятельности. Наличие внутренних конфликтов, объективно не разрешимых, ограничений адаптационной деятельности. «Отрицательный жизненный баланс» в сознании личности. Высокий уровень критичности, реалистичность суждений. Собственные взгляды, позиции и отношений (к чему-то, кому-то) являются очень стойкими и трудно поддаются воздействию извне.

*Реакция демобилизации.* Изменения в сфере контактов отказом от привычных контактов или значительное их ограничение, что вызывает переживания одиночества, беспомощности, безнадежности. Частичный отказ или избегание различных видов деятельности, за исключением социально контролируемых. Результативность деятельности невысокая и не удовлетворяет самого субъекта, усугубляя его душевный дискомфорт и ощущение одиночества (отвергнутости, изолированности).

*Реакция оппозиции.* Агрессивность. Резкость отрицательных оценок окружающих и их деятельности. В случае нарастания глубины и высокой интенсивности может трансформироваться в оппозиционную установку личности.

*Реакция дезорганизации.* Тревожность. Повышена склонность испытывать беспокойство в широком круге жизненных ситуаций, видеть угрозу престижу, благополучию независимо от того, насколько реальны причины. Ожидание событий с неблагоприятным исходом, предчувствие будущей угрозы (наказания, потери уважения или самоуважения) без ясного осознания ее источников. Соматовегетативные проявления тревоги (гипертонические и сосудисто-вегетативные кризы, нарушение сна).

*Низкий уровень психологической устойчивости.* Отсутствие веры в себя, неуверенность в своих возможностях, депривация основных жизненных потребностей (самореализации, самоуважения, самоутверждения). Неспособность соразмерять уровень напряжения с ресурсами своей психики и организма. Слабая способность противостоять жизненным трудностям, неблагоприятному давлению обстоятельств. Отсутствие личных превентивных ресурсов – адаптационно-компенсаторных способностей для конструктивного преодоления кризиса.

*Низкая энергичность и высокая эмоциональность:* неспособность интенсивно выполнять стоящие задачи в течение длительного времени. Характерна сниженная готовность к поиску необходимой информации, к деятельному (активному) изменению существующей ситуации в желаемом направлении. Эмоциональная восприимчивость, впечатлительность, высокая чувствительность к эмоциогенным воздействиям.

*Неблагоприятное психическое состояние:* пассивное отношение к жизненной ситуации, в оценке многих жизненных ситуаций преобладает пессимистическая позиция, неверие в возможность успешного преодоления препятствий. Пониженное, печальное настроение, уныние, преобладает отрицательный эмоциональный фон. Разочарованность ходом событий, сужение интересов, в картине будущего – мрачные тона. Возможны подавленность, чувство грядущего несчастья. Неудовлетворенность жизнью. Низкая оценка личностной успешности.

*Недостаточная личностная зрелость.*

*Переживание субъективного неблагополучия личности.* Неадекватная самооценка (завышенная, заниженная или неустойчивая), пессимистичность. Неудовлетворенность собой и своим положением; недостаток доверия к окружающим; трудности в контроле своих эмоций, неуравновешенность; ригидность (негибкость); беспокойство по поводу реальных и воображаемых неприятностей. Неудовлетворенность своим социальным статусом и межличностными отношениями, отсутствие ощущения полной причастности к духовной культуре общества (духовный голод). Чувство полного душевного и физического (телесного) дискомфорта.

*На глубинно-психологическом уровне подавление потребностей, таких как:*

– Потребность в признании другими, в любви. В актуальном поведении это реализуется в мягкости, тактичности, а в крайней форме – в пассивности, подчиняемости.

– Потребность в отстаивании собственной позиции, лидерстве, доминировании. В актуальном поведении это проявляется в прагматизме, рассудительности, целеустремленности, требовательности, а в крайней форме – в эгоцентризме, обесценивании, «критиканстве».

– Потребность в справедливости и правоте. В актуальном поведении это проявляется в чувствительности, сензитивности, импульсивности, а в крайней форме – в разрядке грубых аффектов.

– Потребность в демонстрации себя, желание быть в центре внимания, нравиться окружающим, производить впечатление на других.

– Потребность в новых впечатлениях, любовь к порядку, заблаговременному планированию своей деятельности, желание пробовать себя в новых качествах. В крайней форме в актуальном поведении может проявляться в склонности к депрессии.

*Дисгармоничные межличностные отношения* с выраженной напряженностью и отчужденностью, стремлением дистанцироваться от других людей. Отсутствие доверия, понимания, эмоциональной близости. Проявление конфликтности и грубости в отношениях, переживание одиночества. Человеку сложно работать «в команде»: возникают проблемы совместимости и срабатываемости, трудности в осуществлении совместной деятельности.

*Прогноз неблагоприятный* в силу снижения психологической устойчивости и отсутствия личных превентивных ресурсов – адаптационно-компенсаторных способностей для конструктивного преодоления кризиса.

Возможно развитие по «*пассивно-гетерономному*» типу личности, ключевыми характеристиками которого являются:

– «боязнь неудачи», неприязнательность по отношению к своим достижениям (склонность к их обесцениванию);

– отказ от перспективного целеполагания;

– пассивный способ психологической защиты со стремлением к избеганию неблагоприятных воздействий;

– импрессивный тип реагирования

– низкая самооценка;

– сдерживание самовыражения (даже при высоком уровне притязаний) сдерживается наличием повышенного самоконтроля, неуверенностью и высокой тревожностью;

– самокритичность;

– зависимость как черта личности, склонность к пассивной подчиняемости;

– фиксированность на неудачах и разочарованиях.

*Патогенными условиями для данного типа личности при переживании кризиса* выступают:

- ситуации неопределенности при кардинальной смене стереотипа поведения,

- условия эмоционального отвержения, соревнования, ответственности за других,

подконтрольности.

## **Вывод результатов тестируемого**

Для вывода результатов тестирования необходимо нажать кнопку «Получить результаты для клиента» либо «Получить результаты для психолога». Стоит отметить, что данные эквивалентны, только результаты для психолога содержат расширенную информацию по результатам тестирования и предназначены для ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ.

## **Сохранение результатов в файл**

Для сохранения результатов в файл нажмите кнопку «Сохранить результат в файл». По нажатию кнопки, будет произведено сохранение результатов в текстовый файл, который будет помещен в указанную вами папку, с указанным вами именем.