

Кузикова С.Б. Диспозиционная характеристика саморазвития личности - ДХСЛ

Обо мне

Инструкция. Отвечая на вопросы анкеты, определите степень соответствия утверждения собственному внутреннему убеждению, оценив ее от одного до пяти баллов - **5** - утверждение полностью соответствует; **4** - скорее соответствует, чем не соответствует; **3** - да и нет; **2** - скорее не соответствует; **1** - не соответствует.

№	Вопрос	Відповідь
1	Я хочу изучить и понять себя	1 2 3 4 5
2	Я постоянно занимаюсь самосовершенствованием	1 2 3 4 5
3	Имеющиеся жизненные трудности стимулируют мою активность	1 2 3 4 5
4	В жизни я определился с близкими и далекими целями	1 2 3 4 5
5	Я не могу в полной мере использовать свои силы и способности	1 2 3 4 5
6	Меня интересует мой внутренний мир и внутренний мир других людей	1 2 3 4 5
7	Мне нравится заниматься делами, которые требуют от меня максимального напряжения и усилий	1 2 3 4 5
8	Я систематически анализирую и корректирую свои чувства, мысли, поступки	1 2 3 4 5
9	Меня оскорбляет, когда люди относятся ко мне не так, как я хотел бы	1 2 3 4 5
10	Я часто чувствую неудовлетворенность степенью своей самореализации	1 2 3 4 5
11	Мне важно знать, как другие люди воспринимают меня	1 2 3 4 5
12	Я верю в свои потенциальные возможности и стремлюсь к их максимальной реализации	1 2 3 4 5
13	Я не замечаю, чтобы в ходе жизни я менялся и становился другим	1 2 3 4 5
14	Моя жизнь наполнена интересными делами	1 2 3 4 5
15	В своей жизни я стараюсь руководствоваться идеалами истины, добра, красоты	1 2 3 4 5
16	Я пока полностью не осознал свои потребности и цели	1 2 3 4 5
17	Я хочу постоянно повышать уровень мастерства и компетентности	1 2 3 4 5
18	Для меня неважно мнение других обо мне и жизнь в целом	1 2 3 4 5
19	Я управляю своим профессиональным развитием и получаю положительные результаты	1 2 3 4 5
20	В моей жизни было мало интересных встреч, увлечений, событий, приключений	1 2 3 4 5
21	Для меня важно понять смысл моего существования	1 2 3 4 5
22	Если я сделал ошибку, я ее тщательно анализирую и перестраиваюсь	1 2 3 4 5
23	Возрастающая ответственность и сложность жизненных задач пугают меня	1 2 3 4 5
24	Важный для меня факт (событие, фильм, книга) я обдумываю (примеряю к себе), обсуждаю со значимыми другими	1 2 3 4 5
25	Я получаю удовольствие от познания и освоения нового	1 2 3 4 5
26	У меня не получается полностью управлять своими эмоциями, чувствами, поведением	1 2 3 4 5
27	Я считаю, что глупо тратить время на чтение и размышления	1 2 3 4 5
28	Я не хочу быть открытым человеком	1 2 3 4 5
29	Я считаю, что жизнь должна быть насыщенным и продуктивным	1 2 3 4 5
30	Я настолько занят делами, что не остается времени для собственного развития	1 2 3 4 5

Кузикова С.Б. Диспозиционная характеристика саморазвития личности - ДХСЛ

Математическая обработка. Подсчитывается количество баллов по каждой из шкал методики, а также общий балл по всем шкалам. Каждому ответу прямых утверждений предоставляется один балл от 1 до 5 (1 - «нет», 5 - «да»). Ответам обратных утверждений баллы предоставляются в зеркальном порядке от 5 до 1 (5 - «нет», 1 - «да»).

Ключ. Потребность в саморазвитии: прямые утверждения - 6, 14, 29; обратные утверждения - 5, 13, 20, 26, 27, 28, 30. Условия саморазвития: прямые утверждения - 2, 3, 4, 7, 12, 17, 19, 25; обратные утверждения - 16, 23. Механизмы (функциональные средства) саморазвития: прямые утверждения - 1, 8, 10, 11, 15, 21, 22, 24; обратные утверждения - 9, 18.

Границі інтервалів рівнів для шкал тесту

Шкалы	Уровень		
	низкий	средний	высокий
Общий показатель	< 101	101-118	>118
Потребность в саморазвитии	< 34	34-40	>40
Условия саморазвития	< 34	34-39	>39
Механизмы саморазвития	< 34	34-41	>41

Сущностные характеристики шкал методики.

Потребность в саморазвитии. Содержание шкалы составляет потребность в самосовершенствовании, личностном росте, осознанном самосозиданию, открытость, интерес к окружающему, внутреннему миру себя и других людей, полнота и насыщенность жизни, потребность в экспансии - расширении мира, овладении им.

Условия саморазвития. Содержание шкалы составляет автономность, позитивное самовосприятие, сила, зрелость Я, определенность в целях, активные жизненные стратегии (поисковая активность, самосовершенствование), восприимчивость (толерантность) к новому.

Механизмы (функциональные средства) саморазвития. Содержание шкалы составляет самопознания (стремление к аутентичности), самоанализ (рефлексия), осознание расхождения между реальным и желаемым Я, чувствительность к обратной связи, способность к саморегуляции и самосозиданию.