

Психологические особенности пользователей программного продукта Master Kit

Мухутдинова Э.Р., Тимиргалеев А.Р., Чертищев М.С.

Актуальность

В последние годы наблюдается значительный рост разработок компьютерных технологий в сфере психологии и саморегуляции. Примером такой методики в русскоязычном пространстве может служить программный продукт Master Kit, который представляет собой автоматизированный тренажер для психологической саморегуляции. Изучение психологических особенностей пользователей является важной проблемой, затрагивающей, с одной стороны, механизм действия тренажера, с другой стороны, демонстрирующей уникальные особенности пользователей, как особой группы лиц. Выявление этих черт будет открывать пути для улучшения эффективности продукта и его более точечного воздействия на исследуемую группу.

Цель исследования: изучить психологические особенности пользователей программного продукта Master Kit.

Задачи исследования:

1. Провести комплексное психодиагностическое обследование испытуемых с помощью батареи тестов.
2. Статистическое описание полученных результатов.
3. Изучить взаимосвязи между полученными шкалами.

Гипотеза исследования:

Пользователи программного продукта Master Kit обладают особым набором индивидуально-психологических особенностей личности, что характеризует их как уникальную популяционную группу.

Объект исследования: пользователи программного продукта Master Kit.

Предмет исследования: психологические особенности пользователей программного продукта Master Kit.

Критерии включения в исследуемую группу:

1. Возраст 20–55 лет.
2. Активное использование программного продукта (не менее 5 раз ежемесячно) на протяжении всего времени исследования.
3. Период использования не менее 3 месяцев.

Критерии исключения:

1. Возраст до 20 лет.
2. Наличие психических и неврологических заболеваний.
3. Использование продукта меньше установленного порога (менее 5 раз ежемесячно).

Таким образом в исследуемую группу вошли 316 испытуемых.

Методы исследования

Нами были использованы следующие психодиагностические методики:

1. Методика диагностики личности на мотивацию к успеху Т. Элерса. Опросник предназначен для диагностики мотивационной направленности личности на достижение успеха. Стимульный материал представляет собой 41 утверждение, на которые испытуемому необходимо дать один из 2 вариантов ответов «да» или «нет». Интерпретация методики мотивации к успеху (нормы теста Элерса): от 1 до 10 баллов — низкая мотивация к успеху; от 11 до 16 баллов — средний уровень мотивации; от 17 до 20 баллов — умеренно высокий уровень мотивации; более 21 балла — слишком высокий уровень мотивации к успеху.

2. Опросник «Индекс жизненного стиля» Р. Плутчика, Г. Келлермана и Г. Конте (адаптированная версия Романовой Е. С., Гребенникова Л. Р.) состоит из 97 утверждений, с которыми испытуемый может согласиться или не согласиться. Получаются данные в 9 шкалах:

Вытеснение — механизм защиты, посредством которого неприемлемые для личности импульсы: желания, мысли, чувства, вызывающие тревогу, становятся бессознательными.

Отрицание — механизм психологической защиты, посредством которого личность либо отрицает некоторые фрустрирующие, вызывающие тревогу обстоятельства, либо какой-то внутренний импульс или сторона отрицает самое себя.

Регрессия — механизм психологической защиты, посредством которого личность в своих поведенческих реакциях стремится избежать тревоги путем перехода на более ранние стадии психологического развития.

Компенсация — этот психологический механизм проявляется в попытках найти подходящую замену реального или воображаемого недостатка, дефекта нестерпимого чувства другим качеством.

Реактивные образования — личность предотвращает выражение неприятных или неприемлемых для нее мыслей, чувств или поступков путем преувеличенного развития противоположных стремлений.

Проекция как защитный механизм позволяет человеку считать, что неприемлемые чувства и мысли находятся вовне, приписываются другим субъектам и становятся вторичными.

Замещение (смещение) — действие этого защитного механизма проявляется в разрядке подавленных эмоций (как правило, враждебности, гнева), которые направляются на объекты, представляющие меньшую опасность или более доступные, чем те, что вызвали отрицательные эмоции и чувства.

Интеллектуализация — механизм защиты, когда личность пресекает переживания, вызванные неприятной или субъективно неприемлемой ситуацией при помощи логических установок и манипуляций даже при наличии убедительных доказательств в пользу противоположного.

Общая напряженность — это интегративная шкала, которая обобщает выраженность напряжения психологических защит у испытуемого.

3. Опросник «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса (адаптация Т. Л. Крюковой, Е. В. Куфтяк, М. С. Замышляевой). Опросник состоит из 50 утверждений, группируемых в 8 шкал:

Конфронтация предполагает попытки разрешения проблемы за счет не всегда целенаправленной поведенческой активности, осуществления конкретных действий, направленных либо на изменение ситуации, либо на отреагирование негативных эмоций в связи с возникшими трудностями.

Дистанцирование предполагает попытки преодоления негативных переживаний в связи с проблемой за счет субъективного снижения ее значимости и степени эмоциональной вовлеченности в нее.

Самоконтроль предполагает попытки преодоления негативных переживаний в связи с проблемой за счет целенаправленного подавления и сдерживания эмоций, минимизации их влияния на оценку ситуации и выбор стратегии поведения, высокий контроль поведения, стремление к самообладанию.

Поиск социальной поддержки предполагает попытки разрешения проблемы за счет привлечения внешних (социальных) ресурсов, поиска информационной, эмоциональной и действенной поддержки.

Принятие ответственности предполагает признание субъектом своей роли в возникновении проблемы и ответственности за ее решение, в ряде случаев с отчетливым компонентом самокритики и самообвинения.

Бегство-избегание предполагает попытки преодоления личностью негативных переживаний в связи с трудностями за счет реагирования по типу уклонения: отрицания проблемы, фантазирования, неоправданных ожиданий, отвлечения и т. п.

Планирование решения проблемы предполагает попытки преодоления проблемы за счет целенаправленного анализа ситуации и возможных вариантов поведения, выработки стратегии разрешения проблемы, планирования собственных действий с учетом объективных условий, прошлого опыта и имеющихся ресурсов.

Положительная переоценка предполагает попытки преодоления негативных переживаний в связи с проблемой за счет ее положительного переосмысления, рассмотрения ее как стимула для личностного роста.

При оценке адаптивности копинг-стратегии авторы адаптации предлагают использовать следующие показатели:

0–6 — низкий уровень напряженности, говорит об адаптивном варианте копинга;

7–12 — средний, адаптационный потенциал личности в пограничном состоянии;

13–18 — высокая напряженность копинга, свидетельствует о выраженной дезадаптации.

4. Мельбурнский опросник принятия решений (сокр. МОПР, англ. Melbourne decision making questionnaire, сокр. MDMQ) (адаптация Корниловой Т. В.). Методика представляет собой личностный опросник, направленный на диагностику индивидуального стиля принятия решений. Состоит из 22 пунктов, оцениваемых по 3-балльной шкале Ликерта. Из опросника возможно извлечение значений четырех шкал, при этом шкалы не пересекаются по пунктам, входящим в их состав, а все пункты интерпретируются в прямых значениях:

Бдительность. Основная стилевая характеристика человека как личности, принимающей решение, связана с когнитивной сложностью, потребностью в познании и толерантностью к неопределенности. Уточнение целей и задач решения, рассмотрение альтернатив, связанное с поиском информации, ассимиляцией ее «без предрассудков» и оценки перед выбором.

Прокрастинация. Откладывание решения.

Избегание. Избегание самостоятельного принятия решения, перекалывание ответственности и рационализация сомнительных альтернатив.

Сверхбдительность. Неоправданное метание между разными альтернативами, импульсивное принятие решения, обещающее избавление от ситуации; в экстремальных формах — паника в выборе между альтернативами.

5. Стандартизированный многофакторный метод исследования личности/Мини-СМИЛ. Опросник Мини-СМИЛ. Практический психодиагностический инструмент, разработанный Собчик на основе СМИЛ. Предназначен для использования прежде всего в клинической практике, выявляет в основном субъективную оценку человеком своего состояния.

В основу методики было положено количественное сопоставление ответов представителей нормативной группы с типичными ответами больных, у которых в картине клинических расстройств четко преобладал тот или иной синдромокомплекс: ипохондрия, депрессия, истерия, психопатия, психастения, паранойя, шизоидия, гипомания.

В методике выделяются следующие шкалы:

1) **Шкала ипохондрии (HS)** — определяет близость обследуемого к астено-невротическому типу личности;

2) **Шкала депрессии (D)** — предназначена для определения степени субъективной депрессии, морального дискомфорта (гипотимический тип личности);

3) **Шкала истерии (Hy)** — разработана для выявления лиц, склонных к невротическим реакциям конверсионного типа (использование симптомов физического заболевания в качестве средства разрешения сложных ситуаций);

4) **Шкала психопатии (Pd)** — направлена на диагностику социопатического типа личности;

5) **Шкала паранойи (Pa)** — позволяет судить о наличии «сверхценных» идей, подозрительности (паранойяльный тип личности);

6) **Шкала психастении (Pt)** — устанавливается сходство обследуемого с больными, страдающими фобиями, навязчивыми действиями и мыслями (тревожно-мнительный тип личности);

7) **Шкала шизоидности (Sc)** — направлена на диагностику шизоидного (аутического) типа личности;

8) **Шкала гипомании (Ma)** — определяется степень близости обследуемого гипертимному типу личности;

Помимо основных имеются три дополнительные, оценочные шкалы:

Если шкала лжи (L) выше 3 баллов, ответы даны неискренно.

Если шкала F выше 3 баллов, испытуемый стремится подчеркнуть тяжесть своего состояния.

Если шкала K выше 3 баллов, испытуемый неоткровенен.

6. Методика «Тип мышления». Используется для определения типа мышления испытуемого. Выделяют 4 базовых типа мышления, каждый из которых обладает специфическими характеристиками: предметное, образное, знаковое и символическое мышление. В данной версии опросника типы мышления уточнены в соответствии с имеющимися в отечественной психологии классификациями (предметно-действенное, абстрактно-символическое, словесно-логическое, наглядно-образное). Соответственно, в методике выделяются 4 шкалы, соответствующие выраженности того или иного типа мышления. Так же имеется дополнительная шкала, исследующая креативность.

7. Шкала тревоги Спилбергера (State-Trait Anxiety Inventory — STAI) Предназначена для самооценки уровня тревожности. В методике выделяются две шкалы: реактивной тревожности, то есть тревожность в данный момент (как состояние) и личностной тревожности (как устойчивая характеристика человека). Разработана Ч. Д. Спилбергером и адаптирована Ю. Л. Ханиным.

8. Тест-опросник субъективного контроля (УСК) Дж. Роттера диагностирует локализацию контроля над значимыми событиями. В основе его лежит различие двух локусов контроля — интернального и экстернального и, соответственно, двух типов людей — интерналов и экстерналов.

Интернальный тип. Человек считает, что происходящие с ним события зависят прежде всего от его личностных качеств (компетентности, целеустремленности, уровня способностей и т. п.) и являются закономерными следствиями его собственной деятельности.

Экстернальный тип. Человек убежден, что его успехи и неудачи зависят прежде всего от внешних обстоятельств — условий окружающей среды, действий других людей, случайности, везения или невезения и т. д.

Опросник адаптирован Е. Ф. Бажиным, С. А. Голыкиной, А. М. Эткингом.

В тесте выделяются следующие шкалы:

1) **Шкала общей интернальности — ИО.** Высокий показатель по этой шкале соответствует высокому уровню субъективного контроля над любыми значимыми ситуациями.

2) **Шкала интернальности в области достижений — ИД.** Высокие показатели по этой шкале соответствуют высокому уровню субъективного контроля над эмоционально положительными событиями и ситуациями.

3) **Шкала интернальности в области неудач — ИН.** Высокие показатели по этой шкале говорят о развитом чувстве субъективного контроля по отношению к отрицательным событиям и ситуациям, что проявляется в склонности обвинять самого себя в разнообразных неприятностях и страданиях.

4) **Шкала интернальности в семейных отношениях — ИС.** Высокие показатели означают, что человек считает себя ответственным за события, происходящие в его семейной жизни. Низкий ИС указывает на то, что субъект считает не себя, а своих партнеров причиной значимых ситуаций, возникающих в его семье.

5) **Шкала интернальности в области производственных отношений — ИП.** Высокий ИП свидетельствует о том, что человек считает свои действия важным фактором организации собственной производственной деятельности в складывающихся отношениях в коллективе, в своем продвижении и т. д.

6) **Шкала интернальности в области межличностных отношений — ИМ.** Высокий показатель ИМ свидетельствует о том, что человек считает себя в силах контролировать свои формальные и неформальные отношения с другими людьми, вызывать к себе уважение и симпатию.

7) **Шкала интернальности в отношении здоровья и болезни — ИЗ.** Высокие показатели ИЗ свидетельствуют о том, что человек считает себя во многом ответственным за свое здоровье: если он болен, то обвиняет в этом самого себя и полагает, что выздоровление во многом зависит от его действий.

9. Психодиагностический тест (ПДТ) В. Мельникова, Л. Ямпольского. Данная методика представляет собой многомерный инструментарий,

основанный на принципе стандартизированного самоотчета испытуемого и предназначен для изучения структуры личности в границах определенных факторов. Методика ПДТ представляет собой опросник, состоящий из 174 пунктов в виде утверждений типа: «Кое-кто настроен против меня», «Я человек твердых убеждений» и т. д. Пункты опросника сгруппированы в 14 шкал. В настоящем пособии представлены 4 из них: 3 шкалы нижнего уровня описывают невротизм, психотизм и депрессию; шкала верхнего уровня характеризует психическую неуравновешенность (формируется на базе шкал нижнего уровня).

Краткая характеристика шкал теста

Нижний уровень — невротизм. Предназначена для измерения уровня невротизации. Содержательно фактор «невротизм» близок к понятию астенической личности в пограничной психиатрии и фиксирует уровень тревожности, возбудимости, впечатлительности, эмоциональной зрелости. К характеристикам астенического типа относят неуверенность в себе, нерешительность, неспособность преодолевать житейские трудности, психическую невыносимость. Наряду с этим отмечаются такие проявления, как ипохондричность, раздражительность, склонность к колебаниям настроения.

Психотизм. Предназначена для измерения степени психической адекватности личности, фиксирует аутичность, которая характеризуется своеобразной отчужденностью от среды, замкнутостью, недоступностью для общения с другими. Психотическая личность находится в постоянном внутреннем конфликте с собой, постоянно напряжена и возбуждена вне зависимости от степени напряженности реальной ситуации. Такое хроническое напряжение может без внешнего повода прорваться в неожиданных аффективных реакциях озлобления, ярости, страха и т. п.

Депрессия. Шкала предназначена для измерения глубины субъективных переживаний, возникающих при снижении доминирующего фона настроения. Депрессия — угнетенное состояние, вызываемое тягостными событиями и переживаниями. Содержательно утверждения, собранные в данной шкале, отражают самооценку доминирующего фона настроения, идеи самообвинения, субъективных трудностей в организации деятельности, низкой фрустрационной толерантности.

Верхний уровень — психическая неуравновешенность. Предназначена для интегральной оценки психической устойчивости. Оценка по этой шкале является обобщением оценок по трем шкалам нижнего уровня: невротизм, психотизм, депрессия. Фактор «психическая неуравновешенность» указывает на уровень дезадаптации, тревожности, потери контроля над влечениями, оценивает уровень психической устойчивости и, как следствие, ровность, стабильность, последовательность и целенаправленность поведения.

10. Индивидуально-типологический опросник Собчик Л. Н. Методика ИТО представляет собой инструмент исследования индивидуально-типологических свойств. Индивидуально-типологический опросник представляет собой личностную психодиагностическую методику, основанную на теории ведущих тенденций. Разрабатывался опросник с 1970 года, опубликован в 1995 г. как методическое руководство, а в 2003 г. — в виде книги «Диагностика индивидуально типологических свойств и межличностных отношений». Опросник состоит из 8 основных шкал, оценивающих 4 пары полярных качеств: Экстраверсия – Интроверсия, Спонтанность – Сензитивность, Агрессивность – Тревожность и Ригидность – Лабильность. Кроме того, возможно выделение вторичных, «дериватных» (по Собчик) качеств из сочетаний первичных качеств. Вторичных качеств также 8, и они тоже разделены на четыре пары полярных качеств: Лидерство – Зависимость, Конформность – Неконформность, Индивидуализм – Коммуникативность и Конфликтность – Компромиссность. Интерпретация находится в прямой зависимости от количества значимых ответов по шкалам: 0–1 балл: гипоэмотивность, плохое самопонимание или неоткровенность при обследовании; 3–4 балла: в пределах нормы, гармоничная личность. 5–7 баллов: умеренно выраженные значения, акцентуированные черты. 8–9 баллов: избыточно выраженные значения, наличие дезадаптивных свойств. Экстраверсия (I) и интроверсия (V) как полярные индивидуально-типологические характеристики не требуют комментариев. Спонтанность (II) — раскованное самоутверждение, наступательность, стремление к лидированию, — сочетающая в себе экстравертированность (I) и агрессивность (III), формирует «сильный» (гипертимный) тип поведения с наиболее четко выраженными типологическими свойствами, в то время как сензитивность (VI) (чувствительность, ориентация на авторитет более сильной личности, конформность, черты зависимости), представляющая собой сплав интровертированности (I) и тревожности (VII), формирует атрибутику типологически «слабой» (гипотимной) конституциональной структуры. Нижняя часть полукруга включает те типологические свойства, которые проявляются как более выраженная ориентация не на средовое воздействие, а на собственные, субъективно обусловленные установки, то есть гомономность. Напротив, верхняя его часть представляет типологические тенденции, указывающие на подвластность индивида воздействию среды (гетерономность). Шкала «агрессивности» («стеничности» — III) при результатах 3–4 балла соответствует достаточно уверенной тенденции самоутверждения, активной самореализации, отстаивания своих интересов и лишь при высоких баллах указывает на эгоцентризм и склонность к агрессивной манере самоутверждения вопреки интересам окружающих, вплоть до явных агрессивных высказываний или действий. Противопоставленные друг другу типологические свойства ригидности (IV) и лабильности (VIII) формируют в свою очередь два полярных типа,

представляющих собой смешанные варианты по отношению к чисто гипертимному и чисто гипотимному. Один из них — ригидный, характеризуется сочетанием субъективизма интроверта с инертностью (тугоподвижностью) установок и настойчивостью личности, склонной к педантизму и настороженной подозрительности. Другой — лабильный, эмотивный (VIII), отличается выраженной изменчивостью настроения, мотивационной неустойчивостью, повышенной эмотивностью, чертами демонстративности (личность, ищущая признания). Показатель «тревожности» (VII шкала) при умеренных баллах (3–4) выявляет лишь осторожность в принятии решений, ответственность по отношению к окружающим, социальную созвучность среде; при высоких показателях эта шкала выявляет избыточную тревожность, мнительность, боязливость, склонность к навязчивым страхам и паническим реакциям. При этом, если показатели по шкале «Ложь» составляют более 5 баллов — достоверность сомнительна из-за неискренности испытуемого. Если аггравация более 5 баллов, то недостоверность данных снижена из-за стремления испытуемого подчеркнуть, утрировать имеющиеся проблемы.

Таким образом, для каждого испытуемого были получены данные в 80 шкалах.

Результаты исследования

Психологические защитные механизмы и копинг-стратегии играют важную роль в адаптации к стрессовым и психотравмирующим ситуациям. Психологические защиты в большей степени отражают неосознаваемые способы совладания с травмирующими переживаниями и вызывающей их информацией. Однозначного мнения в научной и практической литературе относительно психологических защит не сформировано. Часть авторов рассматривает положительное влияние включения психологических защит, поскольку они помогают адаптироваться к травмирующим событиям, но, с другой стороны, в долгосрочной перспективе и при частом применении узкого спектра психологических защит может препятствовать более реалистичному восприятию ситуаций и, как следствие, приводить к дезадаптации.

При рассмотрении механизмов психологических защит как мишеней для коррекции существует два подхода:

1. Первый подход выступает за оптимизацию стилевых механизмов психологических защит личности больного в процессе психотерапии. Механизмы психологических защит рассматриваются как вполне нормальные; если же происходит срыв механизма, то возникает невроз. При этом необходимо учитывать индивидуальную склонность к использованию тех или иных механизмов. Принцип специфичности состоит в том, что оптимизируются формы защиты, адекватные личности (у истероида — вытеснение, репрессия, отрицание и т. п.; у психастеника — дереализация, интеллектуализация, рационализация). В этом подходе сила «Я» связывается с наличием зрелых механизмов психологических защит.

2. Второй подход заключается в срыве механизмов психологических защит и формировании механизмов совладения в трудных ситуациях. Психологическая защита рассматривается как механизм пассивно-оборонительного типа, как свидетельство слабости, неспособности человека противостоять неблагоприятным условиям действительности. На первом этапе личность пациента становится незащищенной перед угрозой, а отсюда вытекает рост тревоги и напряжения. Личность становится перед необходимостью осознания своих нарушенных жизненных отношений. Вместе с тем реализация этого подхода дает значительный стратегический эффект. Реализация второго подхода требует высокого профессионализма психотерапевта, рассчитана на длительную и кропотливую работу, чревата ухудшением межличностных отношений между терапевтом и пациентом до их полного разрыва. Однако такой подход является более предпочтительным, так как редукция тревоги и напряжения при действии механизмов психологических защит достигается ценой дезинтеграции различных уровней психологического функционирования, что в результате находит проявление в болезненных симптомах.

Для исследуемой выборки пользователей программного продукта Master Kit был сформирован спектр напряженности психологических защит, представленный на рисунке 1.

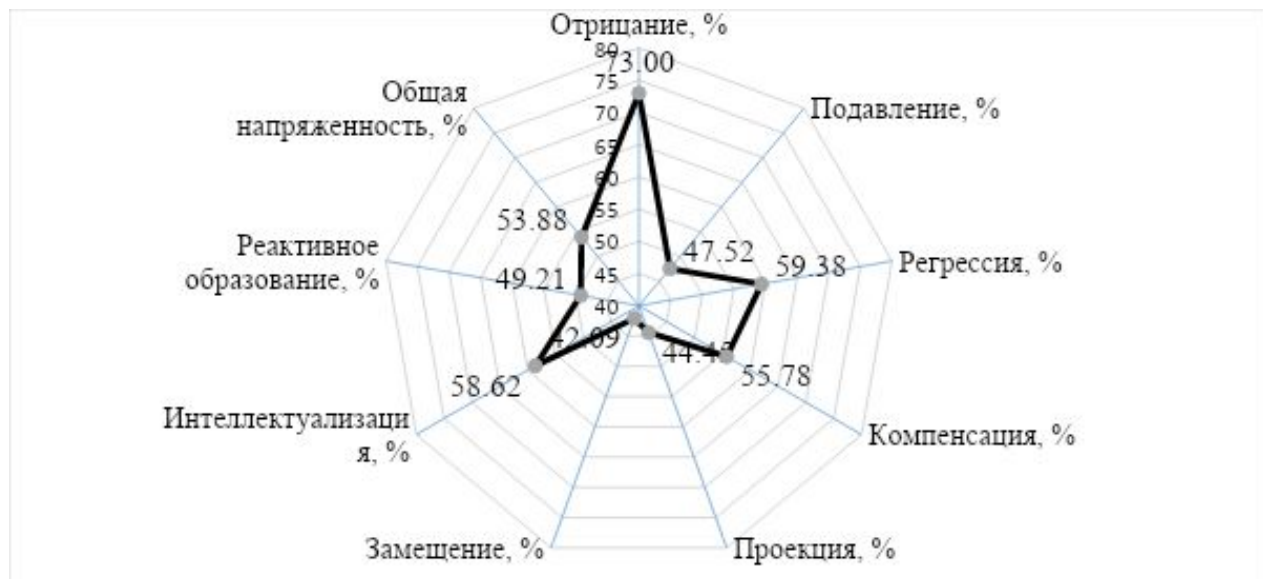


Рис. 1. Напряженность психологических защит

Как можно увидеть на представленной диаграмме, у исследуемой группы наблюдались напряженные шкалы большинства психологических защит. С одной стороны, это может свидетельствовать в пользу наличия стрессовой ситуации у испытуемых, с другой стороны, это говорит о широте используемых способов защит. Среди психологических защит напряженность преобладала в шкалах «отрицание», «регрессия» и «интеллектуализация». В наименьшей степени напряжены были шкалы «замещение» и «проекция». Преобладание «отрицания» характеризуют выборку как склонную к блокированию поступления травмирующих переживаний. Они были более склонными отрицать некоторые фрустрирующие, вызывающие тревогу обстоятельства, либо отрицается какой-то внутренний импульс или сторона самое себя. Как правило, действие этого механизма проявляется в отрицании тех аспектов внешней реальности, которые, будучи очевидными для окружающих, тем не менее не принимаются, не признаются самой личностью. Иными словами, не воспринимается информация, которая тревожит и может привести к конфликту, возникающему при проявлении мотивов, противоречащих основным установкам личности, или информация, которая угрожает ее самосохранению, самоуважению или социальному престижу.

При использовании «регрессии» личность, подвергающаяся действию фрустрирующих факторов, заменяет решение субъективно более сложных задач на относительно более простые и доступные в сложившихся ситуациях. Использование более простых и привычных поведенческих стереотипов

существенно обедняет общий (потенциально возможный) арсенал преобладания конфликтных ситуаций.

«Интеллектуализация» проявляется в основанном на фактах «умственном» способе преодоления конфликтной или фрустрирующей ситуации без переживаний. Иными словами, личность пресекает переживания, вызванные неприятной или субъективно неприемлемой ситуацией при помощи логических установок и манипуляций даже при наличии убедительных доказательств в пользу противоположного. При этом способе защиты нередко наблюдаются очевидные попытки снизить ценность недоступного для личности опыта. Так, оказавшись в ситуации конфликта, человек защищает себя от его негативного действия путем снижения значимости для себя и других причин, вызвавших этот конфликт или психотравмирующую ситуацию.

Таким образом, при совладании со стрессовым событием изучаемая группа пользователей программного продукта Master Kit была склонна к блокированию фрустрирующей информации, ее переработке через логические манипуляции, а в случае неудачи — переходу на более доступные в сложившейся ситуации.

Копинги в свою очередь характеризуют поведенческие модели разрешения травматичной ситуации. Каждая копинг-стратегия обладает своими положительными и отрицательными сторонами. Так для конфронтации это возможность активного противостояния трудностям и стрессогенному воздействию, но недостаточная целенаправленность и рациональная обоснованность поведения в проблемной ситуации. Для дистанцирования это возможность снижения субъективной значимости трудноразрешимых ситуаций и предотвращения интенсивных эмоциональных реакций на фрустрацию, но вероятность обесценивания собственных переживаний, недооценка значимости и возможностей действенного преодоления проблемных ситуаций. Положительные стороны самоконтроля: возможность избегания эмоциогенных импульсивных поступков, преобладание рационального подхода к проблемным ситуациям, а отрицательные: трудности выражения переживаний, потребностей и побуждений в связи с проблемной ситуацией, сверхконтроль поведения. Для поиска социальной поддержки положительные стороны: возможность использования внешних ресурсов для разрешения проблемной ситуации, а отрицательные стороны: возможность формирования зависимой позиции и/или чрезмерных ожиданий по отношению к окружающим. У принятия ответственности положительные стороны: возможность понимания личной роли в возникновении актуальных трудностей. Отрицательные стороны: возможность необоснованной самокритики и принятия чрезмерной ответственности. При избегании есть возможность быстрого снижения эмоционального напряжения в ситуации стресса, но сохраняется невозможность разрешения проблемы, вероятность накопления трудностей, краткосрочный эффект предпринимаемых действий по снижению

эмоционального дискомфорта. Положительные стороны планирования решения проблемы — это возможность целенаправленного и планомерного разрешения проблемной ситуации, а отрицательные стороны — это вероятность чрезмерной рациональности, недостаточной эмоциональности, интуитивности и спонтанности в поведении. Положительная переоценка дает возможность положительного переосмысления проблемной ситуации, также повышает вероятность недооценки личностью возможностей действенного разрешения проблемной ситуации.

Степень выраженности различных копинг-стратегий представлена на рисунке 2.



Рис. 2. Средние значения выраженности копинг-стратегий

Исходя из данных, представленных на диаграмме, можно заключить, что при совладании со стрессовой ситуацией выборка испытуемых предпочитала использовать в большей степени копинги «положительной переоценки», «избегания» и «самоконтроля». При интерпретации значений с точки зрения адаптивности копинга была составлена таблица 1.

Таблица 1

Интерпретация средних значений напряженности копинг-стратегий

Шкала	М	σ	Интерпретация среднего
Конфронтация	10,58	0,152	Средний уровень
Дистанцирование	11,09	0,154	Средний уровень
Самоконтроль	14,53	0,178	Высокий уровень
Поиск социальной поддержки	13,00	0,147	Высокий уровень

Принятие ответственности	8,89	0,116	Средний уровень
Бегство-избегание	14,90	0,211	Высокий уровень
Планирование решения проблемы	13,11	0,170	Высокий уровень
Положительная переоценка	16,72	0,175	Высокий уровень

Примечание: М — среднее значение, σ — стандартная ошибка среднего.

Данные в таблице 1 демонстрировали, что в представленной выборке «конфронтация», «дистанцирование», «принятие ответственности» находились на среднем уровне напряженности, в то время как другие шкалы обладали высоким уровнем напряжения. В целом это может говорить о том, что группа испытуемых могла находиться в состоянии актуального стресса, требующего применения стратегии его разрешения. При разрешении стрессовой ситуации они стремились, с одной стороны, к откладыванию принятия решений и переосмыслению проблемы с положительной стороны, а с другой стороны, искали более рациональный выход из сложившейся ситуации.

Определенную роль копинги могут играть и при принятии решения, что изучается с помощью Мельбурнского опросника принятия решений. С точки зрения продуктивного и эффективного влияния при принятии решений и совладания выделяются продуктивные (бдительность) и непродуктивные копинги (сверхбдительность, избегание и прокрастинация). На рисунке 3 представлены данные шкал Мельбурнского опросника принятия решений, полученные в исследуемой выборке.

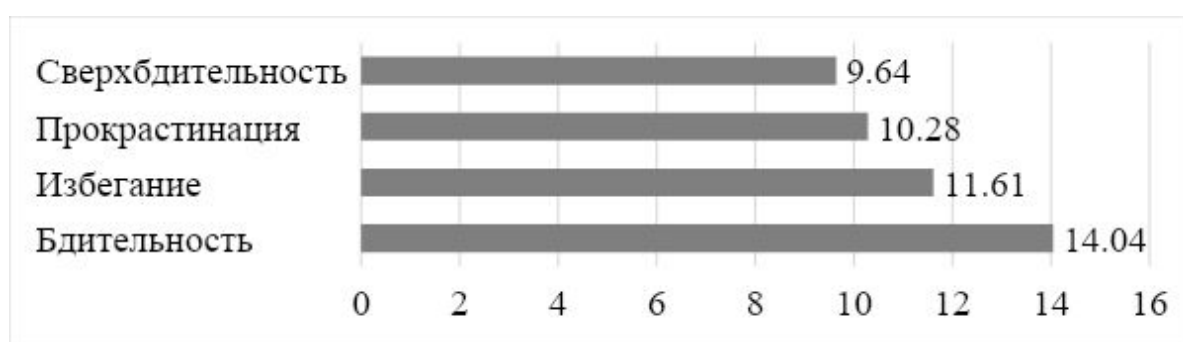


Рис. 3. Средние по шкалам Мельбурнского опросника принятия решений

Исходя из данных, представленных на рисунке 3, можно заключить, что данная выборка при принятии решений в большей степени опиралась на продуктивный копинг бдительности. То есть при принятии актуально-значимых решений они были склонны к поиску доступной

информации, опираясь на которую можно было принимать более эффективные решения.

Методика диагностики личности на мотивацию к успеху Т. Элерса предназначена для оценки мотивационной направленности личности на достижение успеха. В изучаемой выборке средние значения находились на уровне $M=16,11\pm 0,2$. Это позволяет интерпретировать как средний уровень мотивации к успеху (приближающийся к высокому).

Факторный анализ, проведенный методом главных компонент с применением варимакс-вращения, позволил выделить 3 основных фактора, с суммарным эффектом 37% (что позволяет описать 37 % переменных). На рисунке 4 представлены шкалы, вошедшие в первый фактор.

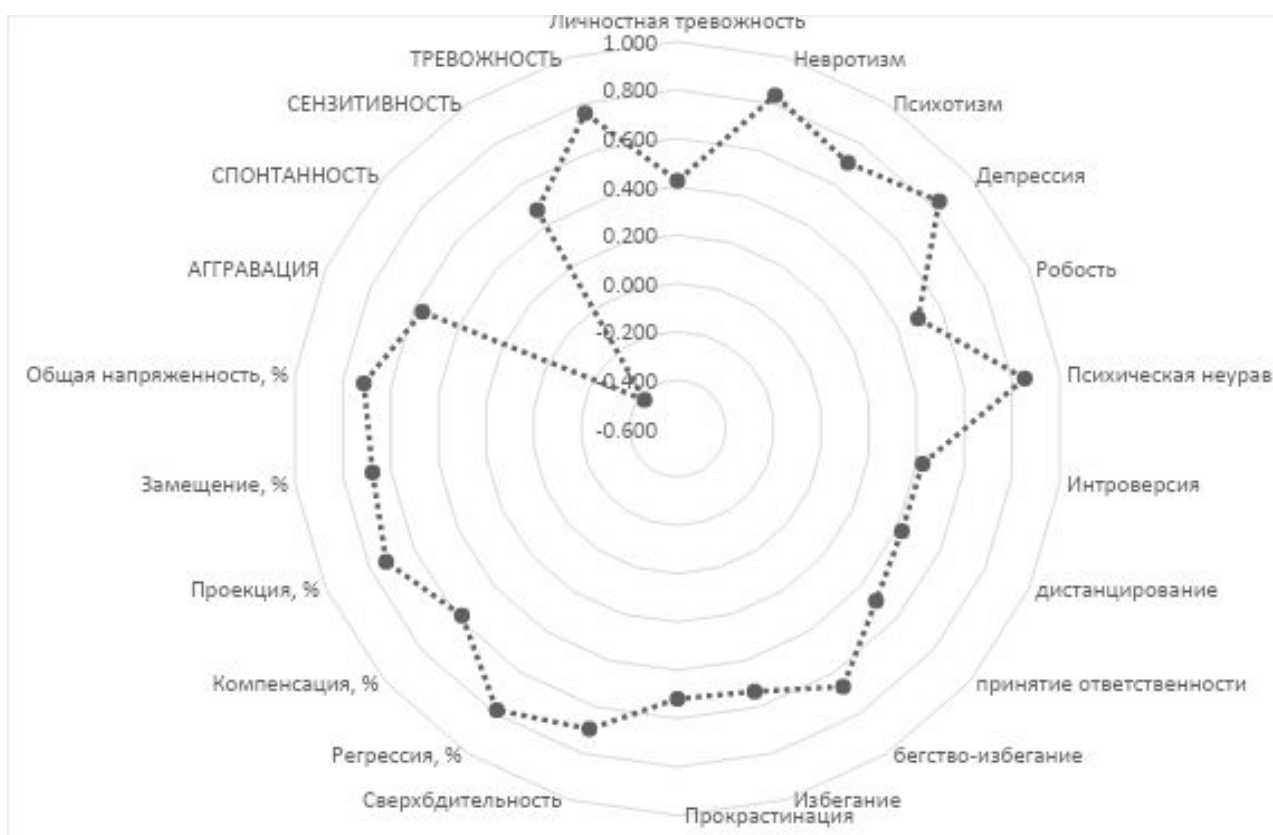


Рис. 4. Шкалы первого фактора

Исходя из данных, представленных на рисунке 4, можно сделать вывод, что данный фактор в наибольшей степени описывал шкалы, связанные с эмоциональной неустойчивостью («невротизм», «психотизм», «депрессия», «робость», «тревожность», «сензитивность», «психическая неуравновешенность») и способами совладания со стрессом (шкалы психологических защит и копинг-стратегий). Можно предположить, что представленные данные демонстрируют взаимосвязь у испытуемых в изучаемой выборке эмоциональной нестабильности и стратегий совладания с ней. В наибольшей степени связь с данным фактором прослеживалась у шкал «невротизм», «психотизм», «депрессия», «тревожность», «психическая неуравновешенность», «регрессия», «проекция», «общая напряженность», «бегство» и «сверхбдительность». Нужно отметить также, что

«спонтанность» была обратно связана с данным фактором. Это говорило о том, что исследуемая группа при возникновении стрессовой ситуации и эмоционального напряжения тревожно-депрессивного характера не была склонна к спонтанным необдуманным решениям, но в то же время стремилась к защите от них через избегание, рассмотрение множества альтернатив и повышением применения психологических защит.

Шкалы второго фактора представлены на рисунке 5.

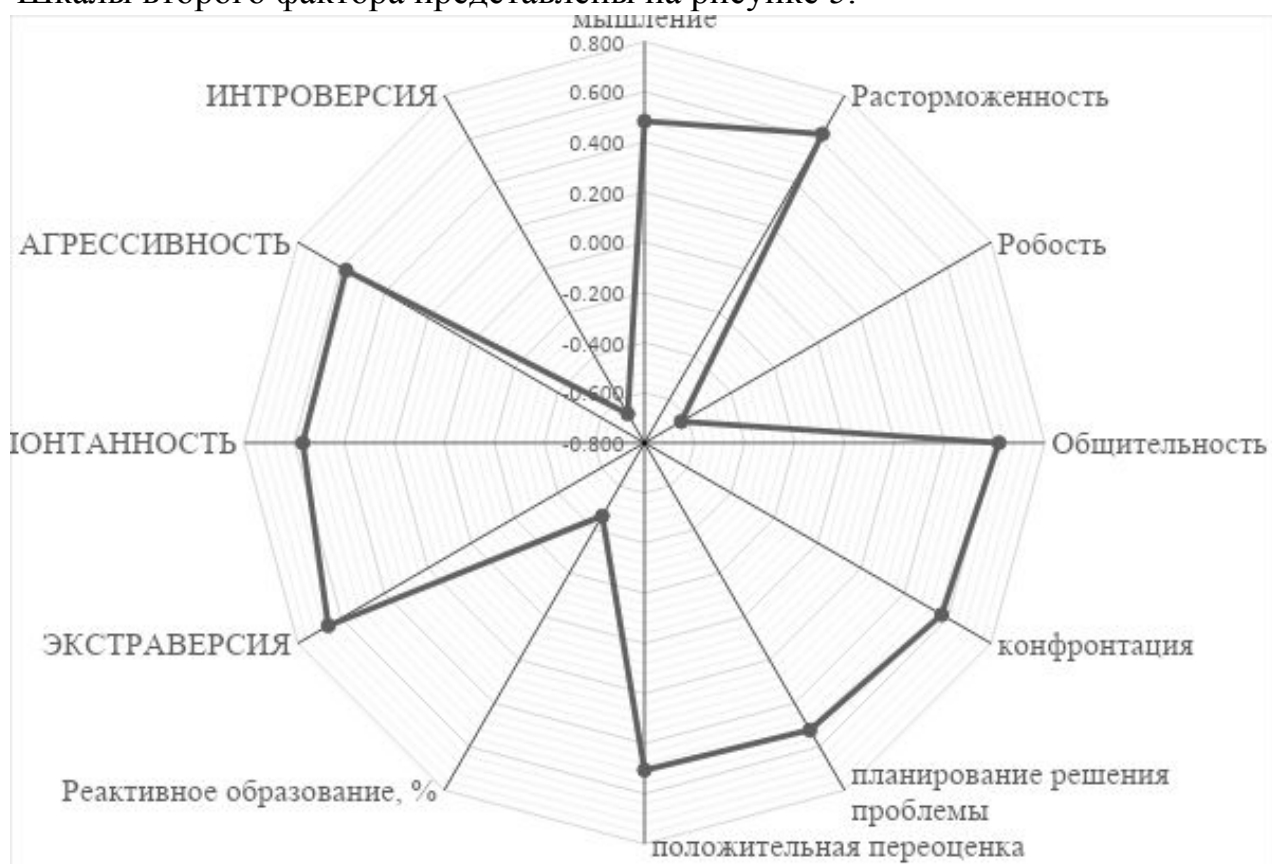


Рис. 5. Шкалы второго фактора

Исходя из данных, представленных на рисунке 5, можно заключить, что он описывал взаимосвязь открытого взаимодействия с окружающим миром (шкалы «экстраверсия», «общительность») путем поиска возможностей достижения желаемого (шкалы «положительная переоценка», «планирование решения проблемы»), но также и с готовностью отстаивания своих интересов (шкалы «агрессивность», «конфронтация»).

Шкалы третьего фактора представлены на рисунке 6.

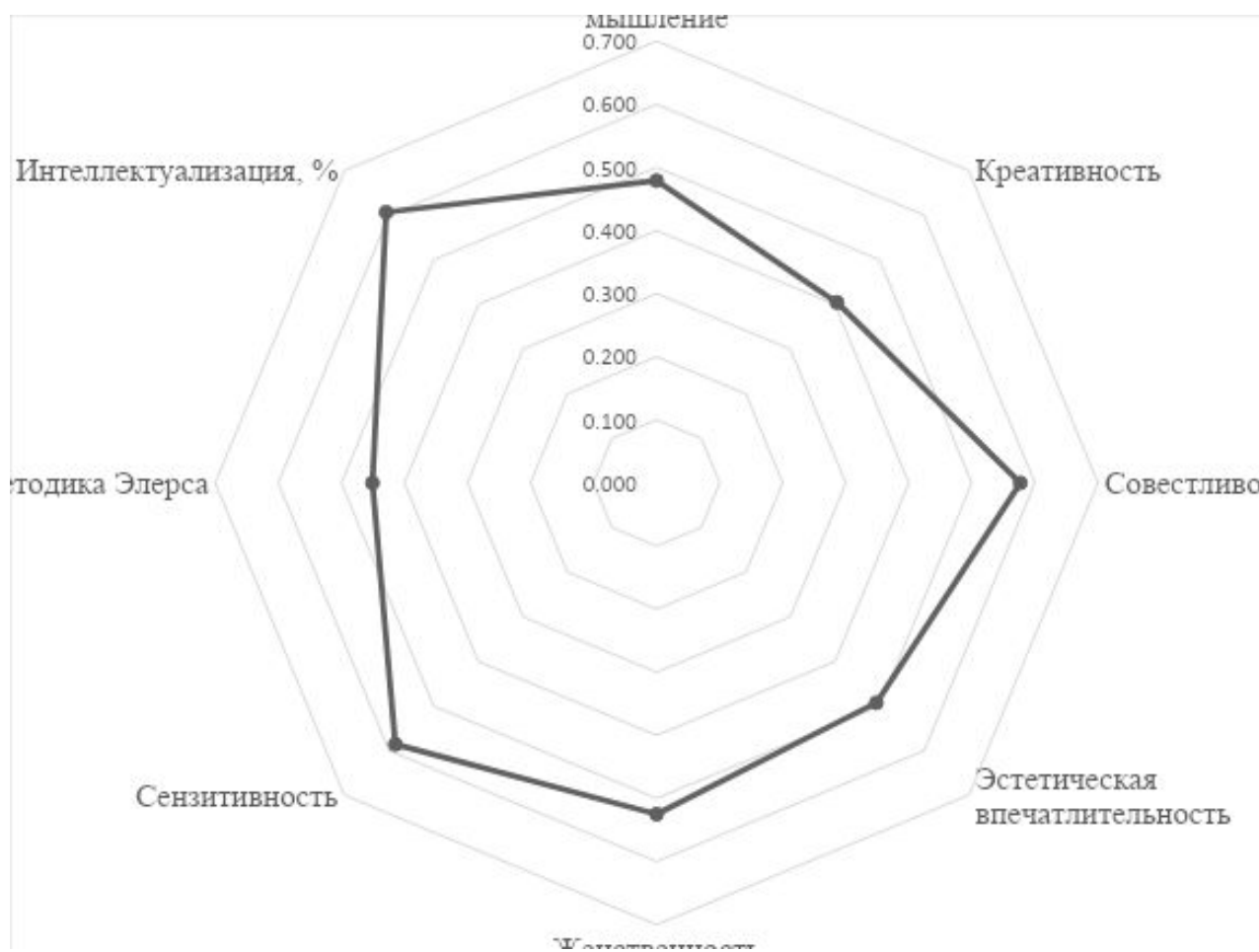


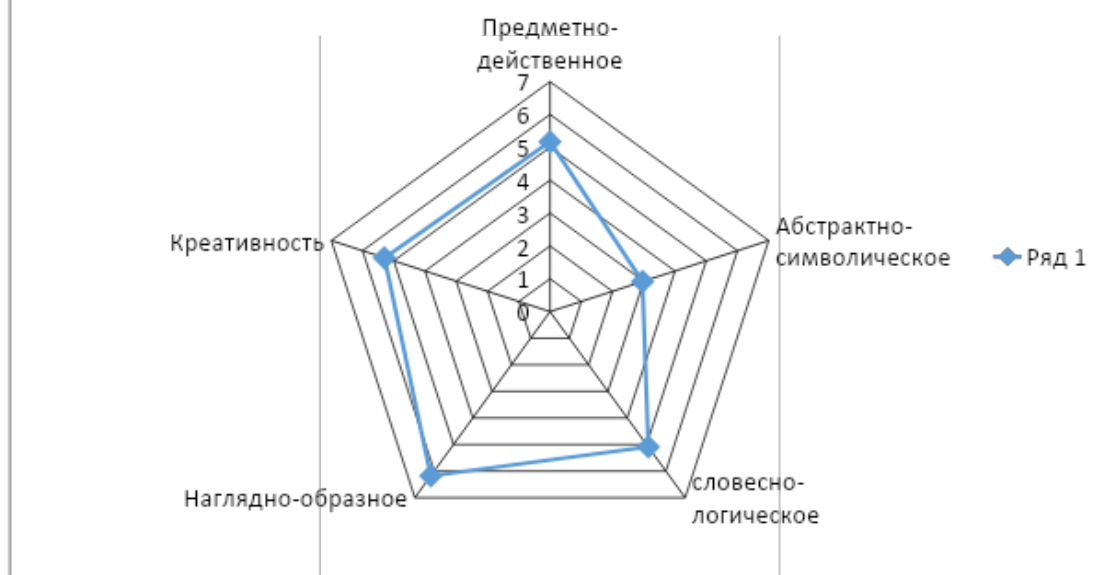
Рис. 6. Шкалы третьего фактора

Исходя из данных, представленных на рисунке 6, можно было отметить, что увеличение «сензитивности», «совестливости», «эстетической впечатлительности» и «женственности» было также прямо связано и с попыткой совладания с травмирующими переживаниями через использование психологической защиты «интеллектуализации». Это говорило об особенности изучаемой выборки как стремящейся к защите себя от негативного воздействия стресса путем снижения значимости для себя и других причин, вызвавших этот конфликт или психотравмирующую ситуацию.

По результатам теста тревожности Спилбергера можно заключить, что у большинства респондентов, участвующих в выборке, наблюдается тестовый вариант умеренной тревожности (по обеим шкалам как личностной ($M = 42.5$, $Me = 42$), так и реактивной ($M = 38.5$, $Me = 38$)).

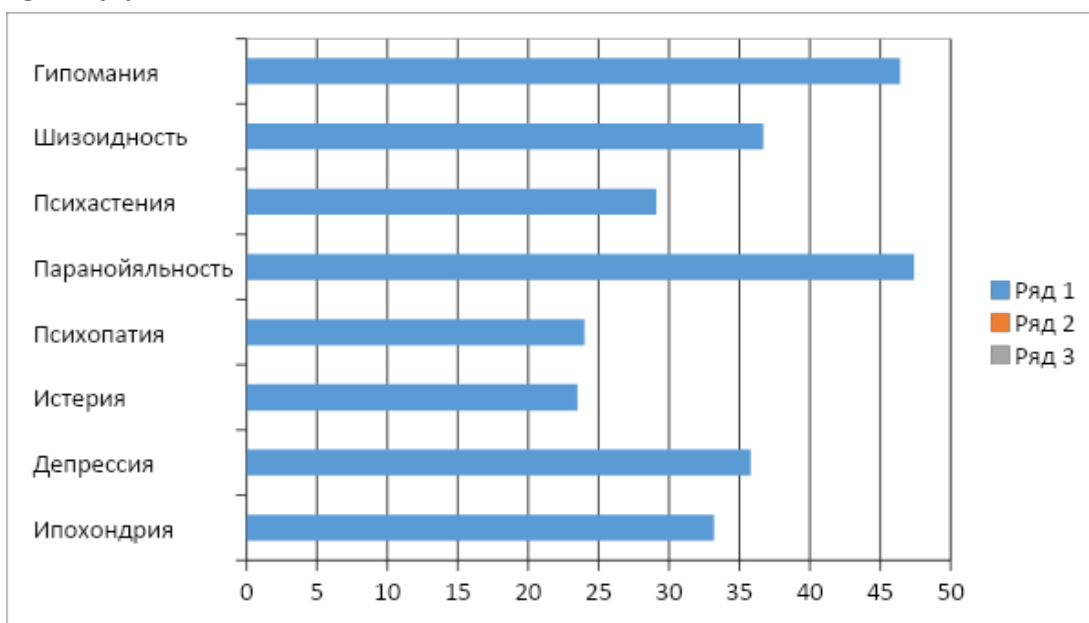
Результаты теста на определение типа мышления распределились следующим образом:

Средние значения по шкалам типа мышления



В целом можно заключить, что люди, пользующиеся Master Kit, обладают высокой выраженностью наглядно-образного мышления и высоким уровнем креативности, при этом низким уровнем абстрактно-символического мышления.

Выраженность личностных черт респондентов по опроснику Мини-СМИЛЛ



Результаты теста Роттера на определение локуса контроля:



По результатам проведенной описательной статистики среднее арифметическое и медиана, (таблица 2) по методике ПДТ Мельникова – Ямпольского указывают на тот факт, что пользователи в целом имеют повышенные показатели по шкалам «невротизм» и «депрессия», это свидетельствует о том, что пользователю присущи высокая тревожность, чувство беспокойства и боязливости, склонность к сомнениям, нерешительность. В данном случае человек чувствителен, впечатлителен, легко раним. Отмечает неуверенность в своих силах, стремление к последовательности действий и поступков, стереотипный образ жизни, педантичность. Отличается достаточно высоким чувством долга и ответственности. Старается быть аккуратным и обязательным.

Таблица 2

	Median	Mean
Невротизм	12	12,63
Психотизм	8	8,48
Депрессия	14	13,22
Совестливость	8	7,69

Расторможенность	7	7,01
Общая активность	6	6,60
Робость	6	6,21
Общительность	10	10,09
Эстетическая впечатлительность	7	7,37
Женственность	5	5,18
Психическая неуравновешенность	10	9,71
Асоциальность	8	7,56
Интроверсия	9	9,33

Примечание: медиана — median, mean — средняя арифметическая.

Средние показатели по шкале «психотизм» указывают на то, что человек в целом стремится воспринимать критику и замечания, если они не чрезмерны. По многим вопросам имеет свое собственное мнение и старается его отстаивать. Склонен скорее к сотрудничеству и компромиссам, чем к соперничеству.

Средние показатели по шкалам «общительность», «робость», «общая активность» характеризуют пользователя как человека, чаще всего смелого и решительного, но не настолько, чтобы ввязаться в авантюру. Как правило, перед тем как принять решение, всесторонне взвешивает все «за» и «против». Довольно общителен, добр и заботлив, чувствует себя одинаково уютно и в большой шумной компании, и в одиночестве. Проявляет стремление к расширению круга знакомств, однако в основном ориентируется на поддержание тесных эмоциональных связей с небольшой группой друзей. Одинаково хорошо адаптируется к различным условиям жизнедеятельности.

Средние показатели по шкалам «совестливость» и «расторможенность» указывают на то, что пользователям свойственна ориентация на социальное окружение, в процессе жизнедеятельности обладает рассудительностью, однако в случае возникновения стрессовых ситуаций проявляется тревожность, беспокойство. В целом требователен к себе и другим людям. Чаще всего стремится действовать в соответствии со своей честью и совестью. Но возможны и отступления от общепринятых моральных норм.

Показатели по шкале «эстетическая впечатлительность» свидетельствуют о том, что пользователь в меру обладает критичностью мышления, настороженно относится к авторитетам и нестандартным ситуациям. В меру чувствителен и утончен, имеет хороший художественный вкус. В жизни в равной степени руководствуется как логикой и разумом, так и эмоциями.

Параметр «женственности» указывает на то, что человеку свойственна практичность, пользователь стремится трезво и реалистично оценивать ситуацию, но вместе с тем не прочь пофантазировать, поразмышлять о себе и других людях, о жизни и событиях, иногда любит пофилософствовать. В поведении не всегда хватает смелости, решительности и настойчивости. Если его заинтересовать, становится уступчив, мягок. Иногда способен пойти на риск, но только после всестороннего обдумывания своих действий и учета последствий.

Показатели по шкалам «психическая неуравновешенность», «асоциальность», «интроверсия» являются усредненными, что говорит о том, что пользователь в меру адаптивен, может испытывать тревожность и потерю контроля, обладает средней психической устойчивостью и целенаправленностью поведения. Такой человек отличается чувствительностью, ранимостью, учтивостью, вежливостью, обладает эмоциональной зрелостью, эмпатичностью, но вместе с тем достаточно комфортный, тяжело адаптируем к стрессовым ситуациям.

В таблице 3 представлены средняя арифметическая и медиана шкал индивидуально типологического опросника Л. Н. Собчик. Результаты указывают, что у пользователей преобладают средние показатели по шкалам:

Таблица 3

	Mean	Median
Аггравация	1,48	1
Экстраверсия	6,16	6
Спонтанность	5,64	6
Агрессивность	5,22	5
Ригидность	4,75	5
Интроверсия	5,04	5

Сензитивность	5,10	5
Тревожность	4,99	5
Лабильность	5,77	6

Примечание: медиана — median, mean — средняя арифметическая.

«экстраверсия» показывает обращенность пользователя в мир реальных явлений.

«спонтанность» отражает характерные паттерны поведения с тенденцией к самоутверждению, адекватной самооценкой, стремлением к лидерству в социальной группе.

«агрессивность» показывает тенденцию к самоутверждению, к активной самореализации, стремление пользователя к отстаиванию своих интересов.

«ригидность» показывает, что пользователю свойственна определенная устойчивость к стрессу и педантизм.

«интроверсия» отражает определенную степень застенчивости у пользователя и недостаточную общительность.

«сензитивность» отражает тот факт, что пользователям в меру свойственна впечатлительность, они и весьма чувствительны к давлению окружающей среды.

«тревожность» отражает осторожность в принятии решений пользователя, ответственность по отношению к окружающим, социальную созвучность среде (тенденция к акцентуации личности).

«лабильность» отражает тот факт, что пользователю свойственна изменчивость настроения, мотивационная неустойчивость.

Низкие показатели по шкале:

«аггравация» свидетельствуют о том, что пользователь не склонен к выделению проблем личного характера, зачастую стремится к сокрытию фактов лечения или неприятию их, вероятно, на неосознаваемом уровне.

Далее был проведен корреляционный анализ между полученными данными. Значения корреляций представлены в таблицах 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13.

Таблица 4

Корреляции между полученными данными в изучаемых шкалах

Шкалы	Ре активная тревожность	Л ичностная тревожность	Ин троверсия	Сен зитивность	Тре вожность	Ла бильность
-------	-------------------------	-------------------------	--------------	----------------	--------------	--------------

Конфронтация	0,1 21	0,0 63	¹Ü\$J áá	¹Ü\$JU á	Ü\$J ää	Ü\$J Ýß
Дистанцирование	0,0 79	0,2 36	Ü\$J Üä	Ü\$Ja á	Ü\$J ää	Ü\$J ää
Самоконтроль	0,1 42	0,1 39	Ü\$J äÜ	Ü\$JY ß	Ü\$J Üä	Ü\$J ää
Поиск социальной поддержки	-0, 079	0,0 37	¹Ü\$J pá	Ü\$Ja ß	Ü\$J Bá	Ü\$Y Üá
Принятие ответственности	-0, 104	0,1 23	Ü\$J YÜ	Ü\$Yp á	Ü\$P YÝ	Ü\$J ää
Бегство-избегание	-0, 053	0,1 96	Ü\$J ää	Ü\$Jp p	Ü\$P pá	Ü\$J pÜ
Планирование решения проблемы	0,2 55	-0, 006	¹Ü\$Y Üß	¹Ü\$Jß ä	¹Ü\$J Bá	Ü\$J Üp
Положительная переоценка	0,2 16	0,0 01	¹Ü\$Y pp	¹Ü\$JU Ü	¹Ü\$J Üá	Ü\$J áá
Бдительность	0,1 73	0,2 19	Ü\$J ÜÜ	Ü\$JY Y	Ü\$J ää	Ü\$J ßY
Избегание	-0, 146	0,3 26	Ü\$Y YÜ	Ü\$Ya Ü	Ü\$ß Ýp	Ü\$J pY
Прокрастинация	-0, 140	0,2 37	Ü\$P ÜÜ	Ü\$Yp ä	Ü\$P ää	Ü\$J Ya
Сверхбдительность	-0, 155	0,3 51	Ü\$P Bá	Ü\$PÜ Ü	Ü\$ß ää	Ü\$J äÜ
Методика Элерса	0,2 24	0,1 51	¹Ü\$J pá	Ü\$JY á	Ü\$J áp	Ü\$J áá
Отрицание, %	0,3 66	-0, 101	¹Ü\$Y ää	¹Ü\$YY ä	¹Ü\$P äÜ	¹Ü\$J Üá
Подавление, %	0,0 60	-0, 014	Ü\$J äÜ	¹Ü\$Ja Y	¹Ü\$J ää	¹Ü\$J ää
Регрессия, %	-0, 129	0,2 50	Ü\$J Ya	Ü\$ßÜ á	Ü\$ß ää	Ü\$P Ya
Компенсация, %	0,0 08	0,2 31	Ü\$J áb	Ü\$Ya Y	Ü\$P äÜ	Ü\$Y áY
Проекция, %	-0, 123	0,3 04	Ü\$Y áp	Ü\$Ya ä	Ü\$ß ää	Ü\$J äÜ
Замещение, %	-0, 070	0,1 74	Ü\$J pá	Ü\$Ja Ü	Ü\$ß ää	Ü\$J áb
Интеллектуализация, %	0,2 06	0,1 20	Ü\$J ää	¹Ü\$JY á	¹Ü\$J ää	¹Ü\$J äÜ
Реактивное образование, %	-0, 110	0,1 65	Ü\$P pá	Ü\$Ya ä	Ü\$P YÜ	¹Ü\$J Üá

Общая напряженность ь, %	0,0 17	0,2 99	0,5 а0	0,5а р	0,5 YU	0,5 YU
---	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------

Исходя из данных, представленных в таблице, можно заключить, что у шкал опросников Спилбергера – Ханина и Собчик имелись статистически значимые ($p < 0,05$) корреляционные связи со шкалами опросников Плутчика, Лазаруса, Элерса и Мельбурнского опросника принятия решений. «Реактивная тревожность» была прямо связана с «интеллектуализацией», «отрицанием», «мотивацией на успех», «бдительностью», «положительной переоценкой», «планированием решения проблемы», «самоконтролем» и «конфронтацией». А обратные связи со шкалами «проекция», «регрессия», «сверхбдительность», «прокрастинация», «избегание». Это может указывать на то, что испытуемые с более высоким уровнем тревоги на момент тестирования имели более высокие значения шкал «интеллектуализации», «отрицания», «мотивации на успех», «бдительности», «положительной переоценки», «планирования решения проблемы», «самоконтроля» и «конфронтация». Шкала «личностной тревожности» была прямо связана с большинством шкал психологических защит (кроме «отрицания и вытеснения»), что говорит о том, что испытуемые в меньшей степени применяли эти психологические защиты при тревожности. Прямые связи также отмечены со шкалами Мельбурнского опросника принятия решений, «мотивацией на успех», «избеганием», «принятием ответственности», «самоконтролем» и «дистанцированием». Прямые корреляции с копингами указывают на то, что именно их используют испытуемые для совладания с тревожностью. Корреляцию «мотивации на успех» и «личностной тревожности» можно объяснить тем, что испытуемые при большем стремлении к успеху обладали и большей неуверенностью в благоприятном развитии событий, что требовало от них увеличения использования копинг-стратегий и психологических защит.

Шкалы «интроверсия», «сензитивность», «тревожность», «лабильность» имели прямые и обратные связи со шкалами опросников Плутчика, Лазаруса, Элерса и Мельбурнского опросника принятия решений. «Интроверсия» была прямо связана со шкалами «сверхбдительность», «прокрастинация», «избегание» и большинством шкал психологических защит, а обратно — с «отрицанием», «положительной переоценкой», «планированием решения проблемы», «поиском социальной поддержки» и «конфронтацией». Это может говорить о том, что более интровертированные испытуемые были склонны к применению психологических защит при совладании со стрессом, стремились к контролю своих решений и в меньшей степени использовали копинг-стратегии. «Сензитивность» была прямо связана с большинством шкал психологических защит, шкалами «бегство-избегание», «принятие ответственности», «поиск социальной поддержки», «сверхбдительность», «прокрастинация», «избегание», а

обратно — с «интеллектуализацией», «подавлением», «отрицанием», «планированием решения проблемы». Сходная картина связей наблюдалась также и у шкал «тревожность» и «лабильность». Это говорит о том, что при эмоциональной неустойчивости с преобладанием тревоги и чувствительности испытуемые были склонны к применению психологических защит, стремились к контролю своих решений, искали социальную поддержку и принимали ответственность за себя. В то же время прямые связи с «мотивацией на успех» говорят об увеличении эмоциональной чувствительности при большем стремлении к успеху.

Таблица 5

Корреляции между полученными данными в изучаемых шкалах
(продолжение)

Шкалы	ЭКСТРАВЕРСИЯ	СПОНТАННОСТЬ	АГРЕССИВНОСТЬ	РИГИДНОСТЬ
Конфронтация	0,51*	0,52*	0,53*	0,54*
Дистанцирование	0,55*	0,56*	0,57*	0,58*
Самоконтроль	0,59*	0,60*	0,61*	0,62*
Поиск социальной поддержки	0,63*	0,64*	0,65*	0,66*
Принятие ответственности	0,67*	0,68*	0,69*	0,70*
Бегство-избегание	0,71*	0,72*	0,73*	0,74*
Планирование решения проблемы	0,75*	0,76*	0,77*	0,78*
Положительная переоценка	0,79*	0,80*	0,81*	0,82*
Бдительность	0,83*	0,84*	0,85*	0,86*
Избегание	0,87*	0,88*	0,89*	0,90*
Прокрастинация	0,91*	0,92*	0,93*	0,94*
Сверхбдительность	0,95*	0,96*	0,97*	0,98*
Методика Элерса	0,99*	0,99*	0,99*	0,99*
% Отрицание,	0,99*	0,99*	0,99*	0,99*
% Подавление,	0,99*	0,99*	0,99*	0,99*

Регрессия, %	10\$JaB`	10\$Ya`	0\$JUB`	0\$JPa`
Компенсация, %	10\$JaU`	10\$Jaa`	10\$JYB`	0\$Jaa`
Проекция, %	10\$Jaa`	10\$pbY`	10\$JBU`	0\$Jaa`
Замещение, %	10\$JBY`	10\$Jaa`	0\$JYB`	0\$JaB`
Интеллектуализация, %	10\$JUa`	0\$JUU`	0\$JPa`	0\$Jab`
Реактивное образование, %	10\$Ya`	10\$Ya`	10\$JaU`	0\$Jaa`
Общая напряженность, %	10\$JPa`	10\$YUU`	0\$JPa`	0\$JUU`

В таблице представлены значения корреляционных связей со шкал опросников Плутчика, Лазаруса, Элерса и Мельбурнского опросника принятия решений со шкалами «экстраверсия», «агрессивность», «ригидность», «спонтанность». «Экстраверсия» была обратно связана со шкалами психологических защит, Мельбурнского опросника принятия решений, а прямо — с «отрицанием», «положительной переоценкой», «планированием решения проблемы» и «конфронтацией», то есть имеется обратная картина в сравнении с интровертированности. Поэтому может быть справедливым утверждать, что более экстравертированные испытуемые были менее склонны к применению психологических защит при совладании со стрессом, не стремились к контролю своих решений, но в большей степени использовали копинг-стратегии. «Спонтанность» имела прямые связи с «положительной переоценкой», «планированием решения проблемы», «мотивацией на успех», «отрицанием», и обратные со шкалами психологических защит, Мельбурнского опросника принятия решений. Сходная картина связей наблюдалась в корреляциях «агрессивности» и «ригидности». В то же время прямые связи с «мотивацией на успех» говорят об увеличении эмоционального напряжения при большем стремлении к успеху. Но разница в его проявлении, по-видимому, зависела от направленности личности. Более экстравертированные испытуемые были менее склонны к применению психологических защит, меньше стремились к контролю своих решений, были склонны к «положительной переоценке» и «планированию решения проблемы». В то время как более интровертированные больше применяли психологические защиты, контролировали свои решения и принимали ответственность за себя.

Таблица 6

Корреляции между полученными данными в изучаемых шкалах
(продолжение)

Шкалы	Шкала общей интерна льности (Ио)	Ш кала интерна льности в области достиже ний (Ид)	Ш кала интерна льности в области неудач (Ин)	Шкала интерна льности в семейн ых отноше ниях (Ис)	Ш кала интерна льности в области производ ственных отношен ий (Ип)	Шкала интерна льности в области межлич ностны х отноше ний (Им)	Шкала интерна льности в отноше нии здоровь я и болезни (Из)
Конфронтация	0,035	0,038	0,010	0,070	0,037	0,094	0,035
Дистанцирование	0,202	0,096	0,160	0,185	0,176	0,177	0,093
Самоконтроль	0,116	0,109	0,058	0,105	0,072	0,072	0,110
Поиск социальной поддержки	0,070	0,067	0,056	0,010	0,090	0,069	0,012
Принятие ответственности	0,144	0,117	0,151	0,123	0,135	0,119	0,108
Бегство-избегание	0,193	0,067	0,231	0,186	0,142	0,233	0,043
Планирование решения проблемы	-0,095	0,074	-0,184	-0,120	-0,041	-0,131	0,024
Положительная переоценка	-0,132	-0,013	-0,151	-0,186	-0,082	-0,041	0,015
Бдительность	0,024	-0,028	0,012	0,079	0,012	0,038	0,055
Избегание	0,295	0,106	0,311	0,327	0,241	0,141	0,102
Прокрастинация	0,242	0,080	0,291	0,212	0,182	0,146	0,060
Сверхбдительность	0,387	0,134	0,438	0,336	0,298	0,312	0,124
Методика Элерса	0,245	0,178	0,194	0,153	0,176	0,178	0,186
Отрицание, %	-0,085	0,084	-0,188	-0,075	-0,122	-0,165	0,130
Подавление, %	0,157	0,160	0,074	0,162	0,154	0,046	0,031

Регрессия, %	0,332	0,180	0,364	0,277	0,236	0,321	0,138
Компенсация, %	0,319	0,237	0,289	0,199	0,231	0,217	0,116
Проекция, %	0,383	0,084	0,431	0,318	0,248	0,304	0,183
Замещение, %	0,213	0,098	0,268	0,169	0,141	0,224	0,064
Интеллектуализация, %	0,181	0,182	0,066	0,100	0,148	0,021	0,185
Реактивное образование, %	0,334	0,169	0,283	0,249	0,247	0,182	0,167
Общая напряженность, %	0,479	0,274	0,438	0,368	0,318	0,311	0,240

Исходя из данных, представленных в таблице, можно заключить, что у шкал опросника уровня субъективного контроля (УСК) (Дж. Роттер) имелись статистически значимые ($p < 0,05$) корреляционные связи со шкалами опросников Плутчика, Лазаруса, Элерса и Мельбурнского опросника принятия решений. Шкалы интернальности в основном имели прямые корреляции, кроме шкал «положительная переоценка» и «поиск решения проблемы», где связи были обратные. Обратные связи этих шкал указывают на то, что испытуемые, более склонные к интернальности в области неудач в семейных и межличностных отношениях, в меньшей степени стремились к планированию решения проблемы и положительной переоценке и применяли другие компоненты совладания со сложившейся стрессовой ситуацией — психологические защиты, «дистанцирование», «избегание», «принятие ответственности».

Таблица 7

Корреляции между полученными данными в изучаемых шкалах
(продолжение)

Шкалы	Н евр оти зм	П сих оти зм	Д епр есс ия	С овес тлив ость	Ра стор м ожен ность	б щ ая ак ти вн ос ть	о бо сть
Конфронтация	0,319	0,237	0,289	0,199	0,231	0,321	0,138
дистанцирование	0,319	0,237	0,289	0,199	0,231	0,321	0,138
Самоконтроль	0,319	0,237	0,289	0,199	0,231	0,321	0,138

Поиск социальной поддержки	0 \$Ua	0 \$Ya	0 \$Ua	0\$ aa	0\$Ja	0 \$JaU	0\$Y
Принятие ответственности	0 \$Ba	0 \$UB	0 \$aU	0\$ Ya	0\$U a	0 \$Ja	0 \$Ba
Бегство-избегание	0 \$BaU	0 \$Ba	0 \$Ua	0\$ pa	0\$Ja	0 \$Ba	0 \$UP
Планирование решения проблемы	1 0\$U	1 0\$BU	1 0\$UB	10\$ UYU	0\$Ba	0 \$BP	1 0\$Ua
Положительная переоценка	1 0\$Ja	1 0\$UY	1 0\$Ja	0\$ UP	0\$YB	0 \$Ja	1 0\$U
Бдительность	0 \$BU	0 \$Ja	1 0\$pa	0\$ pU	0\$UY	0 \$JaU	0 \$PB
Избегание	0 \$BY	0 \$UB	0 \$aB	0\$ aa	10\$U P	0\$JaB	0 \$Ua
Прокрастинация	0 \$aB	0 \$UU	0 \$aU	0\$ pP	10\$Ja B	0\$PP	0 \$UY
Сверхбдительность	0 \$Ya	0 \$aU	0 \$YU	0\$ Ba	10\$Ja P	0 \$BB	0 \$Ua
Методика Элерса	0 \$BU	0 \$YB	0 \$pa	0\$ aU	0\$JaU	0 \$Ya	0 \$Ba
Отрицание, %	1 0\$pa	1 0\$Ya	1 0\$paU	10\$ UY	0\$Ja	0 \$UB	1 0\$paB
Подавление, %	1 0\$Ja	0 \$Ja	0 \$Ja	0\$ BP	0\$BY	0 \$JaB	0 \$JaB
Регрессия, %	0 \$pU	0 \$aa	0 \$UU	0\$ UY	10\$U U	0 \$Ua	0 \$UU
Компенсация, %	0 \$Ya	0 \$aU	0 \$Ya	0\$ aa	0\$BP	0 \$BU	0 \$aa
Проекция, %	0 \$aa	0 \$aa	0 \$Yp	0\$ UU	10\$Ja a	0 \$Ya	0 \$aU
Замещение, %	0 \$Ba	0 \$Ua	0 \$aY	0\$ aa	0\$Ja	0 \$Ua	0 \$UU
Интеллектуализация, %	1 0\$Ja	0 \$Ja	1 0\$Ua	0\$ aa	0\$pa	0 \$JaU	0 \$Ba
Реактивное образование, %	0 \$YU	0 \$UU	0 \$UU	0\$ pa	10\$aY Y	0\$Ja	0 \$Ua
Общая напряженность, %	0 \$pa	0 \$aU	0 \$Ba	0\$ ap	10\$Y a	0 \$Ja	0 \$BP

Исходя из данных, представленных в таблице, можно заключить, что ушкал Мельникова – Ямпольского имелись статистически значимые ($p < 0,05$)

корреляционные связи со шкалами опросников Плутчика, Лазаруса, Элерса и Мельбурнского опросника принятия решений, а характер связей был в основном прямой. Исключение составили шкалы «депрессия» и «робость» со шкалами «планирование решения проблемы» и «положительная переоценка»; «невротизм», «психотизм» и «депрессия» с «отрицанием», где связи были обратные. Это говорит о том, что нарастание уровня отрицания способствовало уменьшению значений этих шкал, и, по-видимому, использовалось испытуемыми для снижения эмоционального напряжения. «Планирование решения проблемы» и «положительная переоценка», скорее всего, так же способствовали снижению уровня «депрессии» и «робости». Прямые связи говорят о меньшей эффективности остальных копингов и психологических защит для снижения стресса испытуемых.

Таблица 8

Корреляции между полученными данными в изучаемых шкалах
(продолжение)

Шкалы	Общительность	Э	Женственность	П	Асоциальность	Интroversия	Сензитивность
		стеческая впечатлительность		сическая неуравновешенность			
Конфронтация	0,3 0,37	0 0,38	0,3 0,38	0,3 0,38	0,3 0,38	1 0,38	0,3 0,38
Дистанцирование	0,3 0,37	0 0,38	0,3 0,38	0,3 0,38	0,3 0,38	0 0,38	0,3 0,38
Самоконтроль	0,3 0,37	0 0,38	0,3 0,38	0,3 0,38	0,3 0,38	0 0,38	0,3 0,38
Поиск социальной поддержки	0,3 0,37	0 0,38	0,3 0,38	0,3 0,38	0,3 0,38	1 0,38	0,3 0,38
Принятие ответственности	0,3 0,37	0 0,38	0,3 0,38	0,3 0,38	0,3 0,38	0 0,38	0,3 0,38
Бегство-избегание	0,3 0,37	0 0,38	0,3 0,38	0,3 0,38	0,3 0,38	0 0,38	1 0,38
Планирование	0,3 0,37	0 0,38	0,3 0,38	1 0,38	0,3 0,38	1 0,38	0,3 0,38

решения проблемы							
Положительная переоценка	0,5 Ypa'	0 \$Jba'	0,5 YUa'	1,0 \$JaY'	0,5 UaY'	1 U\$JUa'	0,5 UUB'
Бдительность	1,0 UBa'	0 \$Jaa'	0,5 UaU'	0,5 UUY'	0,5 UOa'	0 \$JUa'	0,5 UPB'
Избегание	1,0 YYU'	0 \$JaU'	1,0 \$JaB'	0,5 BOU'	0,5 UBa'	0 \$Yaa'	1,0 \$JUa'
Прокрастинация	1,0 Uaa'	0 \$JUa'	1,0 \$JYB'	0,5 BOa'	0,5 UPB'	0 \$Yaa'	1,0 \$JPa'
Сверхбдительность	1,0 Yaa'	0 \$JUa'	1,0 \$JaU'	0,5 aaa'	0,5 Uaa'	0 \$PaB'	0,5 UOU'
Методика Элерса	0,5 Uaa'	0 \$JUa'	0,5 UBa'	0,5 UOa'	0,5 Yaa'	0 \$JPa'	0,5 UaY'
Отрицание, %	0,5 pBa'	0 \$JaB'	0,5 Uaa'	1,0 \$PaY'	0,5 UYa'	1 U\$Yaa'	0,5 UOU'
Подавление, %	1,0 UaU'	0 \$JUa'	1,0 \$JBa'	1,0 \$JBY'	1,0 \$JUa'	1 U\$JUa'	0,5 UUP'
Регрессия, %	1,0 UaB'	0 \$JBP'	0,5 UaB'	0,5 aBU'	0,5 Uaa'	0 \$YaY'	1,0 \$JUa'
Компенсация, %	1,0 UOa'	0 \$JUa'	0,5 UPB'	0,5 PaU'	0,5 Uaa'	0 \$Pa'	0,5 UUB'
Проекция, %	1,0 YUU'	0 \$JPa'	1,0 \$JaY'	0,5 aUa'	0,5 UPa'	0 \$YaB'	1,0 \$JBa'
Замещение, %	1,0 UBY'	0 \$JaB'	1,0 \$Jaa'	0,5 Ba'a'	0,5 Uaa'	0 \$JYB'	1,0 \$JaB'
Интеллектуализация, %	1,0 UPY'	0 \$JUa'	0,5 Uaa'	0,5 UY'	0,5 UaU'	1 U\$JUa'	0,5 UYa'
Реактивное образование, %	1,0 UaU'	1 U\$JYB'	0,5 UBa'	0,5 UaY'	1,0 \$Jaa'	0 \$JaU'	0,5 UYU'
Общая напряженность, %	1,0 UYU'	0 \$YU'	0,5 UaY'	0,5 Ba'a'	0,5 Uaa'	0 \$YPa'	0,5 UPB'

Интересно, что большие значения «мотивации на успех» могли приводить к большим значениям шкалы «асоциальность», что, возможно, создавало большую изолированность испытуемых, усугубляя описанную выше тревожность и стресс, что, в свою очередь, требовало активного применения психологических защит и копинг-стратегий. Среди которых наиболее эффективными для испытуемых оказывались «планирование решения проблемы», «положительная переоценка» и «отрицание». «Общительность» же способствовала тому, что испытуемым в меньшей

степени требовалось применять психологические защиты и контролировать свои решения.

Таблица 9

Корреляции между полученными данными в изучаемых шкалах
(продолжение)

Шкалы	контрфронтация	дистанцирование	самоконтроль	социальной поддержки	принятие ответственности	о-избегание	планирование решения проблемы	положительная переоценка
Бдительность	0,128	0,176	0,319	,171	,039	,038	0,311	0,390
Избегание	-0,111	0,221	0,132	0,008	,143	,252	0,274	0,203
Прокрастинация	-0,072	0,250	0,119	,006	,204	,296	0,270	0,341
Сверхбдительность	0,036	0,284	0,123	,068	,338	,387	-0,250	0,284
Методика Элерса	0,222	0,106	0,129	,044	,091	,085	0,166	0,235
Отрицание, %	0,027	-0,005	0,057	,017	0,098	0,187	0,263	0,171
Подавление, %	0,030	0,104	0,031	0,148	0,016	,036	0,056	0,646
Регрессия, %	0,277	0,196	0,073	,203	,305	,484	0,108	0,000
Компенсация, %	0,197	0,236	0,229	,118	,287	,368	0,042	0,167
Проекция, %	0,159	0,185	0,062	,093	,231	,367	0,181	0,234
Замещение, %	0,245	0,175	0,020	,097	,262	,453	0,058	0,108
Интеллектуализация, %	-0,043	0,219	0,241	0,103	0,032	0,066	0,193	0,187
Реактивное образование, %	-0,066	0,052	0,075	,048	,107	,035	0,138	0,176
Общая напряженность, %	0,218	0,304	0,172	,112	,270	,421	-0,063	0,279

Далее мы изучили корреляции теста Лазаруса с опросниками Плутчика, Элерса и Мельбурнского опросника принятия решений. «Мотивация на успех» усиливала стратегию «конфронтации», «самоконтроля» и «планирования решения проблемы». Психологические защиты в основном имели прямые корреляции с копинг-стратегиями, что говорит о том, что при совладании со стрессом испытуемые применяли оба компонента системы совладания. Шкалы опросника принятия решений так же имели в основном прямые корреляции, что говорит о совместности копингов, как при предупреждении ошибок при принятии решений, так и совладания с уже имеющимся стрессом. Важно отметить, что «планирование решения проблемы» было прямо связано с адаптивным копингом «бдительности» и обратно — с неадаптивными копингами. Это указывает на то, что испытуемые, в большей степени планирующие разрешать трудности, становятся более аккуратными при принятии решений. Но это не приводит к дезадаптивным стратегиями принятия решений.

Таблица 10

Корреляции между полученными данными в изучаемых шкалах
(продолжение)

Шкалы	Б д и т е л ь н о с т ь	И з б е г а н и е	П р о к р а с т и н а ц и я	С в е р х б д и т е л ь н о с т ь
Методика Элерса	0,57 ^а	0,50 ^а	0,50 ^а	0,50 ^у
Отрицание, %	0,50 ^а	0,57 ^б	0,50 ^а	0,50 ^а
Подавление, %	0,50 ^а	0,50 ^а	0,50 ^а	0,50 ^б
Регрессия, %	0,50 ^а	0,50 ^б	0,50 ^а	0,50 ^а
Компенсация , %	0,50 ^б	0,50 ^а	0,50 ^а	0,50 ^а
Проекция, %	0,50 ^а	0,50 ^а	0,50 ^а	0,50 ^а
Замещение, %	0,50 ^б	0,50 ^а	0,50 ^а	0,50 ^а
Интеллектуа лизация, %	0,50 ^а	0,50 ^б	0,50 ^а	0,50 ^а
Реактивное образование, %	0,50 ^б	0,50 ^а	0,50 ^а	0,50 ^а
Общая напряженность, %	0,50 ^а	0,50 ^б	0,50 ^а	0,50 ^а

Исходя из таблицы видно, что большая «мотивация к успеху» увеличивала стремление к «бдительности» и даже «сверхбдительности» при принятии решений. В свою очередь, повышение копингов приводило в основном к напряжению и психологических защит, кроме «отрицания», что

может говорить о том, что «отрицание» в меньшей степени способствовало повышению контроля принятия решений.

Таблица 11

Корреляции между полученными данными в изучаемых шкалах
(продолжение)

Шкалы	Подавление	Отрицание	Компенсация	Реконструкция	Замещение	Интеллектуализация	Активная обриванность	Общая напряженность
Методика Элерса	0,30	0,25	0,20	0,15	0,10	0,05	0,40	0,35

«Мотивация на успех» была прямо связана со всеми шкалами психологических защит, кроме «замещения», «подавления» и «отрицания». Это может говорить о том, что испытуемые, в большей степени замотивированные на успех, испытывали состояние стресса, требовавшего применения психологических защит для совладания с ним.

Таблица 12

Корреляции между полученными данными в изучаемых шкалах

Шкалы	Реактивная тревожность	Личностная Тревожность	Предметное действие	Абстрактное мышление	Словесно-логическое	Агентное	Реактивное
Шкалы	0,45	0,40	0,35	0,30	0,25	0,20	0,15

							Т Б
Не вротиз м	€€€ííí GGÁ	€€€ I€€JÁ	€€€ JFGFÁ	€€ €€FJÍGÁ	€€ €€JíííÁ	€€€ €íFFÁ	€€€ íFí IÁ
Пс ихотиз м	€€€ííí íHÁ	€€€ €€FJ€Á	€€€ íííííÁ	€€ €G FHCÁ	€€ €ííí€€Á	€€€ ííFFÁ	€€ €íí íÁ
Де прессия	€€€í€ íGÁ	€€€ íJHJÁ	€€€ í€UíÁ	€€ €€FíFíÁ	€€ €€GíííÁ	€€€ GííÁ	€€€ GíF íÁ
Со вестли вость	€€€íJí íJÁ	€€€ ííF€€Á	€€€ JGíFíÁ	€€ €Jíí€FÁ	€€ €G€íGÁ	€€€ íJGÁ	€€€ J€€ íÁ
Ра стормо женнос ть	€€€ííí íÁ	€€€ €ííHÁ	€€€ €íHÁ	€€ Gí€íÁ	€€ Fíí€HÁ	€€ J G€Á	€€ íí€ GÁ
Об щая активн ость	€€€ííí íÁ	€€€ HíHíÁ	€€€ FGGÁ	€€ GííííÁ	€€ €íFHUÁ	€€€ €íÁ	€€ FíH JÁ
Ро бость	€€€€€ ííÁ	€€€ G€€HÁ	€€€ €FíJíHÁ	€€ €€HíJíÁ	€€ €íG€€Á	€€€ íFHUÁ	€€ HG íÁ
Об щитель ность	€€€ííí JÁ	€€€ €Uíí€Á	€€€ í€Uí€Á	€€ FHíHUFÁ	€€ Hí€ííÁ	€€€ íííÁ	€€€ Hí GÁ
Эс тетиче ская впечат литель ность	€€€ííJ JÁ	€€€ €íííÁ	€€€ íííííÁ	€€ €€GíííÁ	€€ FííFGHÁ	€€€ íGGÁ	€€€ í€H íÁ
Же нствен ность	€€€Gíí íÁ	€€€ FJíííÁ	€€€ íHí€€Á	€€ €GíFH€Á	€€ FFííí€Á	€€€ FííÁ	€€€ JíJ GÁ
Пс ихичес кая неурав новеше нность	€€€ííí ííÁ	€€€ JHGíHÁ	€€€ €UJíÁ	€€ €€GíííÁ	€€ €€JíFíÁ	€€€ íííííÁ	€€€ FíF íÁ
Ас оциаль ность	€€€Híí íÁ	€€€ íJGGÁ	€€€ FGííÁ	€€ FJíí€Á	€€ FGGííÁ	€€ J ííGÁ	€€ JFí GÁ

Ин т р о в е р с и я	€€€€ € I JÁ	€€Н GНI JÁ	€€€ I FI HJÁ	€€ JG€ Á	€€ I €FI Á	€€I I G€ GÁ	€€H GJ€ i Á
С е н з и т и в н о с т ь	€€Jiíí I Á	€€€ G€I JI Á	€€Н JHJI GÁ	€€ € Iíí FÁ	€€ FG I F€Á	€€ € H I Á	€€F ííí i Á

Судя по представленным данным, ситуативная и личностная тревожность коррелирует со многими шкалами психодиагностического теста. Большинство из подобных корреляций психологически понятны (например, вполне ожидаемо, что личностная тревожность и робость — две характеристики, почти всегда сосуществующие вместе, и поэтому так взаимосвязаны). Что касается теста на определение типа мышления, в то наиболее чувствительной шкалой в ней оказалась шкала словесно-логического мышления. По полученным данным у респондентов выраженность этого типа мышления зависит практически от всех показателей психодиагностического опросника. Это может быть объяснено тем, что шкалы психодиагностического опросника по большей части характеризуют определенные типы отношений с окружающими (такие как, например, «робость», «асоциальность», «интроверсия» и др.). Словесно-логический тип мышления в свою очередь характеризуется использованием языковых понятий и конструкций; соответственно, можно предположить, что разная степень выраженности именно этого типа мышления будет зависеть от типов отношения к окружающему. Наглядно-образное же мышление, как это видно из полученных данных, связано с женственностью, эстетической впечатлительностью и общительностью; что довольно точно характеризует пользователей методики Master Kit, потому что именно этот тип мышления и именно такие психологические характеристики наиболее часто встречаются у пользователей продукта.

Таблица 13

Шкалы	Реактивная тревожность	Личностная Тревожность	Предметное действие	Абстрактное	Словесно-логическое	агглядное образное	реактивность
Отрицание	€€H I JF HÁ	€€€ F€€I JGÁ	€€€ J I I F I Á	€€ F F I I I F Á	€€ G I I € € Á	€€G íí JÁ	€€H I I F GÁ

По давление	€€€ €G FÁ	€€€ €FHU FÌ Á	€€€ €€H FÌ Á	€€ €GJF€GÁ	€€ €€FGÌ Á	€€€ Ì FHÁ	€€F HÌ Ì Ì Á
Регрессия	€€FG€ Ì Á	€€G Ì €€€Á	€€€ Ì €€€Á	€€ €€Ì J FÌ Á	€€ €€Ì Ì FJÁ	€€€ Ì FÌ Á	€€ € F Ì Á
Компенсация	€€€ Ì Ì Ì Á	€€G H€Ì HFÁ	€€ Ì Ì HFÌ Á	€€ €HÌ HG Á	€€ €HÌ €JÁ	€€€ JG HÁ	€€Ì Ì GH HÁ
Проекция	€€FGH FÌ Á	€€H €HJHÌ Á	€€ F€Ì Ì FÁ	€€ €€ €€€Á	€€ €€FÌ FJFÁ	€€€ Ì HJÌ Á	€€G GH Ì Á
Замещение	€€€ €G Ì GÁ	€€ Ì Ì JHÁ	€€€ Ì Ì FÌ €Á	€€ €HÌ Ì Ì Á	€€ €€FÌ FG Á	€€G Ì Ì GÁ	€€ JH JÁ
Интеллектуализация	€€€ Ì Ì GÁ	€€ FJÌ Ì Á	€€€ Ì FÌ JÌ Á	€€ FHÌ F€Á	€€ €JF€Ì Á	€€H € HÁ	€€Ì HÌ G €Á
Реактивное образование	€€€ €J F€Á	€€ Ì Ì Ì Ì Á	€€€ Ì Ì Ì HÁ	€€ €HÌ Ì FÌ Á	€€ €€JÌ GJHÁ	€€€ Ì Ì G Á	€€Ì Ì G Ì Á
Общая напряженность	€€€ Ì Ì HÁ	€€G JHÌ Á	€€ Ì Ì Ì G Á	€€ €GÌ € Á	€€ €€FHÌ Á	€€FÌ Ì Ì Á	€€G GÌ Ì Á
ЛО ЖЬ	€€FGH HÁ	€€ HÌ Ì Ì Á	€€€ HJÌ JGÁ	€€ € €Ì HÁ	€€ €€GÌ Á	€€€ JÌ Á	€€F Ì H Ì Á
АГ ГРАВАЦ ИЯ	€€€ Ì Ì Ì HÁ	€€ F€Ì FÌ Á	€€€ €G HÌ Á	€€ €€JÌ Ì Á	€€ €€FÌ Ì GÁ	€€€ H€JÁ	€€€ J€ FÁ
ЭК СТРАВЕ РСИЯ	€€€ Ì Ì Ì Á	€€€ F€Ì JFÌ Á	€€ FÌ F€Ì Á	€€ €JÌ Ì G Á	€€ HÌ Ì Ì Á	€€Ì Ì Ì Á	€€ Ì J €Á
СП ОНТАНН ОСТЬ	€€€ Ì FÌ JÁ	€€€ GÌ Ì Ì €Á	€€€ H€FÌ HÁ	€€ GÌ F€Ì Á	€€ HÌ HÌ JÁ	€€G GJÁ	€€F FJ€ FÁ
АГ РЕССИВ НОСТЬ	€€€ Ì F Ì Á	€€€ FÌ JG Á	€€€ €€G F€Á	€€ F€Ì Ì G Á	€€ G F€FÌ FÁ	€€Ì G€Ì Á	€€H Ì Ì H FÁ

РИ ГИДНОС ТЬ	€€í Gí HÁ	€€€ HFFHí Á	€€€ ííí JFÁ	€€ FFHGGEÁ	€€ Fí €HÁ	€€í J ííí Á	€€F Fíí í Á
ИН ТРОВЕР СИЯ	€€€í HJ €HÁ	€€€ íí HGí Á	€€€ Gíí JHÁ	€€ €í Gí Á	€€ €íííí FÁ	€€€ FF€FÁ	€€ FJG í Á
СЕ НЗИТИВ НОСТЬ	€€€J€í Fí Á	€€G íí JFGÁ	€€€ ííí Hí Á	€€ €íííí JÁ	€€ €íí GíH Á	€€€€ J€í Á	€€G ííí í Á
ТР ЕВОЖНО СТЬ	€€€í JJJ íí Á	€€G JGíí €Á	€€€ í JGí Á	€€ €ííííí Á	€€ €ííííí JÁ	€€€í Jí Gí Á	€€í Gí €Á
ЛА БИЛЬНО СТЬ	€€€í HG íí Á	€€€ JJí JHÁ	€€€ ííí Gí Á	€€ €€í F€í Á	€€ €í JG GÁ	€€íí Gí FÁ	€€€ €íí í Á

Исходя из полученных данных можно заметить, что личностная тревожность (склонность к которой, по указанным выше данным, так же характерна для пользователей Master Kit) сильно связана с большинством типов психологических защит, что вполне понятно, так как психологические защиты в основе своей и направлены на борьбу с тревогой. Так же закономерно прослеживаются зависимости шкалы словесно-логического мышления с различными индивидуальными качествами по результатам теста Собчик, что опять же подтверждает чувствительность этой шкалы от различных психологических характеристик, связанных с межличностными взаимоотношениями. Так же частые корреляционные взаимосвязи наблюдаются между тестом Собчик и шкалами «реактивной и личностной тревожности». Наиболее интересной представляется прямая зависимость «реактивной тревожности» от «спонтанности» и «агрессивности» и обратная зависимость «личностной тревожности» от тех же характеристик. Это говорит о том, что пользователи в момент тревожной реакции более спонтанны и склонны к агрессии, в то время как склонность к тревоге как таковая делает их более робкими и интравертированными.

Корреляции между полученными данными в изучаемых шкалах

В таблице 14 представлены корреляционные данные опросника ПДТ Ямпольского со шкалами теста Спилбергера и «тип мышления». По результатам видно, что есть статистически значимые ($p < 0,05$) корреляционные связи со шкалами «реактивная тревожность», «личностная тревожность», «предметно-действенное мышление», «абстрактно-символическое мышление», «словесно-логическое мышление», «наглядно-образное мышление» и «креативность». Как отображено, в таблице преобладают в основном прямые корреляции. Стоит выделить обратные связи шкалы «личностная тревожность» с шкалами «невротизм»,

«депрессия», «робость», «психическая неуравновешенность», это может свидетельствовать о том, что повышение склонности к переживаниям тревоги и беспокойства без достаточных оснований у личности может способствовать изменению особенностей личности, характеризующихся эмоциональной неустойчивостью, тревогой, склонностью к депрессии и заниженной самооценкой. Если говорить в целом, то наблюдается яркая зависимость типа мышления личности от ее характерологических особенностей, и чем психоэмоционально стабильнее пользователь, тем ярче отражается его тип мышления.

Таблица 14

	U	Y	P	B	a	á	â
Невро тизм	€ €€Í Á	€ €Í Á	€ €J Á	€ €FF Á	€ €€J Á	€ €€Í Á	€ €Í Á
Психо тизм	€ €€Í Á	€ €F Á	€ €Í Á	€ €H Á	€ €€Í Á	€ €€Í Á	€ €G Á
Депре ссия	€ €€Í Á	€ €Í Á	€ €Í Á	€ €F€ Á	€ €€H Á	€ €F€ Á	€ €€Á
Совес тливость	€ €€Í Á	€ €Í Á	€ €G Á	€ €€Á	€ €H Á	€ €Í Á	€ €Í Á
Расто рженно сть	€ €H Á	€ €€H Á	€ €F Á	€ €Í Á	€ €Í Á	€ €Í Á	€ €Í Á
Общая активнос ть	€ €Í Á	€ €Í Á	€ €H Á	€ €H Á	€ €Í Á	€ €Í Á	€ €Í Á
Робос ть	€ €G€ Á	€ €H Á	€ €G€ Á	€ €FH Á	€ €€Í Á	€ €€Í Á	€ €Í Á
Общит ельность	€ €Í Á	€ €€Í Á	€ €Í Á	€ €Í Á	€ €€Á	€ €H Á	€ €Í Á
Эстет ическая впечатли тельность	€ €H Á	€ €J Á	€ €G Á	€ €H Á	€ €Í Á	€ €G€ Á	€ €F€ Á
Женст венность	€ €Í Á	€ €H Á	€ €JU Á	€ €G€ Á	€ €€Á	€ €Í Á	€ €F€ Á
Психи ческая неуравно вешеннос ть	€ €€J Á	€ €F Á	€ €€Á	€ €€G€ Á	€ €€G€ Á	€ €€€Á	€ €€G€ Á
Асоци альность	€ €€Í Á	€ €€Á	€ €G€ Á	€ €H Á	€ €Í Á	€ €J Á	€ €H Á
Интро версия	€ €€Í Á	€ €Í Á	€ €Í Á	€ €€Í Á	€ €€Í Á	€ €€J Á	€ €Í Á
Сензи тивность	€ €€J Á	€ €Í Á	€ €€Á	€ €Í Á	€ €€G€ Á	€ €€Í Á	€ €F€ Á

Примечание: 1 — «реактивная тревожность», 2 — «личностная тревожность», 3 — «предметно-действенное мышление», 4 — «абстрактно-символическое мышление», 5 — «словесно-логическое мышление», 6 — «наглядно-образное мышление», 7 — «креативность».

В таблицах 15 и 16 представлены корреляционные связи опросника ПДТ Ямпольского со шкалами теста Мини-СМИЛ. Как видно из данных, наиболее яркие корреляции у шкал «невротизм» и «психотизм» со шкалами «ипохондрия», «депрессия», «паранойальность», «психастения», «шизоидность», «гипомания».

Таблица 15

	1	2	3	4
Невротизм	0,4 3	0,5 5	0,2 4	0,5 9
Психотизм	0,2 4	0,4 4	0,1 2	0,4 9
Депрессия	0,3 4	0,5 5	0,2 6	0,6 9
Совестливость	0,1 5	0,1 6	0,0 8	0,1 7
Расторможенность	-0, 07	-0, 05	-0, 20	-0, 05
Общая активность	-0, 04	0,0 6	-0, 10	0,0 7
Робость	0,1 9	0,3 3	0,2 5	0,4 8
Общительность	-0, 17	-0, 19	-0, 22	-0, 27
Эстетическая впечатлительность	0,0 8	0,1 4	-0, 04	0,1 5
Женственность	0,0 2	0,0 3	-0, 06	0,0 0
Психическая неуравновешенность	0,3 8	0,5 6	0,3 0	0,6 8
Асоциальность	0,0 3	0,0 1	-0, 12	0,0 1
Интроверсия	0,1 3	0,2 1	0,1 4	0,3 3
Сензитивность	0,0 5	0,0 8	-0, 02	0,0 5

Примечание: 1–2 — ипохондрия, 3–4 — депрессия.

По сути, это объясняется тем, что чем чаще человек испытывает стрессовые ситуации, повышенную возбужденность и беспокойство, чем сильнее его эмоциональная нестабильность, тем вероятнее формирование акцентуации личности, излишней тревожности и мнительности, склонности к депрессивным состояниям, слабости, тем чаще проявляется агрессивность по отношению к другим людям, нарушается адекватная оценка себя и окружающей действительности, формируется неконгруэнтность, проявляется эмоциональная отчужденность.

Таблица 16

						0	1	2	3
Неврот изм	0,09	,56	,14	,47	0,33	,64	,44	,29	,58
Психот изм	0,2	,45	,08	,57	0,43	,65	,51	,46	,54
Депрес сия	0,09	,55	,07	,64	0,32	,6	,54	,48	,59
Совест ливость	0,17	,19	,1	,23	0,09	,24	,11	,12	,14
Растор моженность	0,03	0,03	,08	,03	0,04	0,01	,12	,09	,12
Общая активность	0,26	,09	0,04	,34	0,18	,12	,16	,2	,22
Робост ь	0,19	,35	0,17	,37	0,17	,39	,32	,26	,28
Общит ельность		0,12	,08	0,19	,06	0,18	0,22	0,09	0,08
Эстети ческая впечатлительн ость	0,14	,13	0,01	,15	0,1	,23	,11	,19	,17
Женств енность	0,1	,02	0,1	,04	,02	,1	,03	,13	,05
Психич еская неуравновеше нность	0,09	,56	,21	,57	0,3	,66	,51	,39	,59
Асоциа льность	0,1	,04	,25	,13	0,07	,1	,05	,06	,12
Интров ерсия	0,23	,27	0,14	,32	0,15	,29	,22	,23	,23
Сензит ивность	0,1	,07	0,05	0,02	,02	,11	,02	,12	,03

Примечание: 5–6 — истерия, 7–8 — психопатия, 9–10 — паранойяльность, 11 — психастения, 12 — шизоидность, 13 — гипомания.

Заметно, например, что шкала «депрессии» имеет сильную прямую связь со шкалами «ипохондрия», «истерия», «психопатия», «психастения». Это свидетельствует о сильной связи устойчивости личности к стрессогенным факторам, воздействующих на личность. Другими словами, чем лучше человек приспособлен к окружающей его среде, чем лучше саморегуляция психических состояний, тем меньше проявляются подобные акцентуации личности. Вероятно, что пребывание человека в депрессии, его склонность к испытыванию негативных эмоций способствует усилению подобных черт личности.

В таблице 17 представлены корреляции опросника ПДТ Ямпольского со шкалами Мельбурнского опросника. Наиболее значимыми корреляционными связями обладают шкала «депрессии» и «сверхбдительности» (0,62) что говорит о том, что склонность к депрессивным переживаниям способствует формированию у личности импульсивных проявлений, сомнения в правильности выбора, неуверенности в собственных действиях.

Таблица 17

	1	2	3	4
Невротизм	0,05	0,35	0,30	0,53
Психотизм	0,09	0,32	0,31	0,46
Депрессия	-0,04	0,49	0,57	0,62
Совестливость	0,13	0,17	0,13	0,25
Расторможенность	0,09	-0,09	-0,09	-0,09
Общая активность	0,07	-0,04	-0,03	0,04
Робость	0,05	0,42	0,40	0,53
Общительность	-0,05	-0,22	-0,20	-0,28
Эстетическая впечатлительность	0,03	0,03	-0,01	0,09
Женственность	0,07	-0,03	-0,05	-0,06
Психическая неуравновешенность	0,04	0,46	0,44	0,62
Асоциальность	0,14	0,03	0,02	0,06

Интроверсия	0,03	0,31	0,30	0,41
Сензитивность	0,04	-0,01	-0,04	0,00

Примечание 1 — бдительность, 2 — избегание, 3 — прокрастинация, 4 — сверхбдительность.

Также стоит обратить внимание на шкалы «невротизм» и «сверхбдительность» (0,53); «депрессия» и «прокрастинация» (0,57); «депрессия» и «избегание» (0,49), из чего следует сделать вывод, что изменяющаяся структура личности может оказывать существенное влияние на принятие решений действий, что зачастую может отражаться в виде высокой тревожности, чувства беспокойства и боязливости, склонности к сомнениям, крайней нерешительности. При этом изменяется как восприятие окружающего мира, так и восприятие себя как целостной личности, изменяются паттерны поведения, человек становится психоэмоционально неустойчивым, замкнутым, становится неадаптивным, человек все чаще пребывает в негативных психических состояниях, что косвенно может разрушать личность.

В ходе анализа также были обнаружены корреляционные связи теста ИТО Собчик с опросником Спилбергера, что отражено в таблице 18.

Таблица 18

	1	2
Аггравация	-0,15	0,11
Экстраверсия	0,23	-0,11
Спонтанность	0,29	-0,28
Агрессивность	0,22	-0,16
Ригидность	0,18	0,03
Интроверсия	-0,17	0,18
Сензитивность	-0,19	0,26
Тревожность	-0,20	0,29
Лабильность	-0,03	0,20

Примечание 1 — реактивная тревожность, 2 — личностная тревожность

По результатам видно, что есть статистически значимые ($p < 0,05$) корреляционные связи шкал «реактивная тревожность» и «личностная тревожность» почти со всеми шкалами ИТО Собчик. Из этого следует вывод, что уровень тревожности имеет свои характерологические черты и его протекание по различному взаимодействует с различными структурами личности. Так, например, шкала «спонтанность», отвечающая за склонность индивида к свободному самоутверждению, напрямую зависит от оценки человеком своего состояния в этом отношении является для него существенным компонентом самоконтроля и самовоспитания, что отражается в его субъективно переживаемых эмоциях (напряжением, беспокойством, озабоченностью, нервозностью). Стремление же человека

находиться в равновесном и комфортном состоянии предполагает более высокую эффективность совладания с негативными переживаниями, а именно легкость актуализации альтернативных аспектов опыта, воздержания от негативной концептуализации нейтральных событий, широту диапазона и адаптивность ответов на негативные стимулы.

Таким образом, по результатам проведенного исследования были выделены психологические особенности пользователей программного продукта Master Kit.

Список литературы

1. Ahtinen A. Mobile Mental Wellness Training for Stress Management: Feasibility and Design Implications Based on a One-Month Field Study. / A. Ahtinen [et al] // JMIR mHealth and uHealth .2013. Vol. 1(2). p 31–37.
2. Andersson G. Internet-based and other computerized psychological treatments for adult depression: a meta-analysis. / G. Andersson, P. Cuijpers //Cognitive Behaviour Therapy. 2009. Vol. 38 № 4, p. 196–205.
3. Bakker D. Mental Health Smartphone Apps: Review and Evidence-Based Recommendations for Future Developments [Электронный ресурс] / D. Bakker, N. Kazantzis, D. Rickwood, N. Rickard // JMIR Mental Health. 2016. Vol.3, № 1, режим доступа: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4795320> (11.09.2018)

4. Bardus M. Mobile Phone and Web 2.0 Technologies for Weight Management: A Systematic Scoping Review [Электронный ресурс] / M. Bardus, J. R. Smith, L. Samaha, C. Abraham // Journal of Medical Internet Research. 2015, Vol. 17, № 1, режим доступа: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4704945> (11.09.2018)
5. De Jongh T. Mobile phone messaging for facilitating self-management of long-term illnesses. [Электронный ресурс] / de Jongh T. [et al] // Cochrane Database Syst Rev. 2012, режим доступа: Mobile phone messaging for facilitating self-management of long-term illnesses (11.09.2018)
6. Gajecki M. Mobile phone brief intervention applications for risky alcohol use among university students: a randomized controlled study [Электронный ресурс] / M. Gajecki [et al] // Addict Sci Clin pract, 2014, Vol.9, режим доступа: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4091647/> (11.09.2018).
7. Gellatly J. What makes self-help interventions effective in the management of depressive symptoms? Meta-analysis and meta-regression. [Электронный ресурс] / J. Gellatly [et al] // Psychol Med. 2007. Vol.37, № 9, режим доступа: https://www.researchgate.net/publication/6499592_What_makes_self-help_interventions_effective_in_the_management_of_depressive_symptoms_Meta-analysis_and_meta-regression (11.09.2018)
8. Gonzalez VM, Dulin PL. Comparison of a smartphone app for alcohol use disorders with an Internet-based intervention plus bibliotherapy: a pilot study. [Электронный ресурс], режим доступа: (11. 09. 2018) J Consult Clin Psychol. 2015
9. Gustafson D. H. A smartphone application to support recovery from alcoholism: a randomized clinical trial / D. H. Gustafson [et al] // JAMA Psychiatry. 2014 May, Vol. 71, № 5. p. 566–572.
10. Ireland D. Chat-Bots for People with Parkinson's Disease: Science Fiction or Reality? D. Ireland [et al] // Stud Health Technol Inform. 2015, Vol. 214, p. 128–33.
11. Johansson R. Psychodynamic Guided Self-Help for Adult Depression through the Internet: A Randomised Controlled Trial. [Электронный ресурс] / R. Johansson [et al] // PLoS ONE. 2012, 7 Vol. № 5, режим доступа: <http://paperity.org/p/61188766/psychodynamic-guided-self-help-for-adult-depression-through-the-internet-a-randomised> (11.09.2018)
12. Kauer S.D. Self-monitoring Using Mobile Phones in the Early Stages of Adolescent Depression: Randomized Controlled Trial [Электронный ресурс] / S.D. Kauer [et al] // J Med Internet Res. 2012, Vol.14, № 3, режим доступа: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3414872/> (11.09.2018)
13. Kolar D. R. Smartphone-Enhanced Low-Threshold Intervention for adolescents with Anorexia Nervosa (SELTIAN) waiting for outpatient psychotherapy: study protocol of a randomised controlled trial. [Электронный ресурс] / D. R. Kolar, F. Hammerle, E. Jenetzky, M. Huss // BMJ Open. 2017, Vol.

7, № 1, режим доступа: <https://bmjopen.bmj.com/content/7/10/e018049>
(11.09.2018)

14. Miner A. S. Smartphone-Based Conversational Agents and Responses to Questions about Mental Health, Interpersonal Violence, and Physical Health. / A. S. Miner [et al]//JAMA internal medicine. 2016. Vol. 176, № 5. p. 619–625.

15. Oh K. J. Empathy Bot: Conversational Service for Psychiatric Counseling with Chat Assistant / K. J. Oh, D. Lee, B. Ko, J. Hyeon, H. J. Choi // Stud Health Technol Inform. 2017, Vol. 245. p.12–35.

16. Spijkerman M. P. J. Effectiveness of online mindfulness-based interventions in improving mental health. A review and meta-analysis of randomised controlled trials / M. P. J.Spijkerman, W. T. M.Pots, E. T. Bohlmeijer //Clinical psychology review. 2016. Vol. 45. p.102–114.

17. Taylor D. A. Eyewitness Memory in Face-to-Face and Immersive Avatar-to-Avatar Contexts. / D. A. Taylor, C. J. Dando. //Frontiers in Psychology. –2018. Vol. 9. p.507.

18. Van Emmerik, A. A. P. Efficacy of a mindfulness-based mobile application. P. a randomized waiting-list controlled trial. / A. A. P. Van Emmerik, F. Berings, J. Lancee // Mindfulness. Vol. 6, № 1, p. 189–212.

19. Wright J. H. Computer-assisted cognitive therapy for depression. P. maintaining efficacy while reducing therapist time / J. H. Wright [et al]// American Journal of Psychiatry. 2005. Vol. 162, № 6. p.1158–1164.

20. Батаршев А. В. Базовые психологические свойства и самоопределение личности: Практическое руководство по психологической диагностике. СПб: Речь, 2005. с.44–49.

21. Вассерман Л. И., Ерышев О. Ф., Клубова Е. Б. Психологическая диагностика индекса жизненного стиля. СПб: Издательство: СПбНИПНИ им. В. М. Бехтерева, 2005. 50 с.

22. Иванов В. Г. Применение современных информационно-коммуникационных технологий в психотерапевтической и психологической практике (обзор зарубежных исследований)/ В. Г. Иванов, Е. Ю. Лазарева, Е. Л. Николаев // Проблемы современного педагогического образования, 2017, № 57. с. 321–329.

23. Корнилова Т. В. Мельбурнский опросник принятия решений: русскоязычная адаптация. Психологические исследования, 2013, 6 (31), 4. <http://psystudy.ru>

24. Крюкова Т. Л., Куфтяк Е. В. Опросник способов совладания (адаптация методики WCQ) / Журнал практического психолога. М, 2007. № 3. с. 93–112.

25. Методика «Тип мышления» / Резапкина Г. В. Отбор в профильные классы. М.: Генезис, 2005.

26. Методика для психологической диагностики способов совладания со стрессовыми и проблемными для личности ситуациями. Пособие для врачей и медицинских психологов. НИПНИ им. Бехтерева, Санкт-Петербург, 2009 г.

27. Основы психологии. Практикум/Ред. сост. Л. Д. Столяренко. Ростов-на-Дону, 1999.
28. Райгородский Д. Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие, Самара: Издательский дом «БАХРАХ-М», 2001. 672 с.
29. Романова Е. С., Гребенников Л. Р. Механизмы психологической защиты: генезис, функционирование, диагностика. Мытищи: Издательство «Талант», 1996. 144 с.
30. Собчик Л. Н. Психодиагностика в медицине. Практическое руководство., Изд.: Боргес, 2007. 416 с.
31. Хоффман Х. Целительная виртуальная реальность /Х. Хоффман // В мире науки. 2004, № 11. с. 36–43.