Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение Лицей № 59 г. Сочи имени Трубачёва Михаила Григорьевича

**Сборник методик для диагностики уровня психологической компетентности педагогов**

****

г. Сочи, 2020г.

Сборник диагностического инструментария, направлен на изучение показателей психологической компетентности.

Целевая аудитория – педагоги психологи образовательных организаций, заместители директора по учебно-воспитательной и методической работе, учителя.

Предложенные методики оценки психологической компетентности и показателей эффективности деятельности позволят в любом образовательном учреждении составить психограмму (усредненный профиль) педагога; определить наличие либо отсутствие дефицита психологической компетентности, выявить показатели, требующие коррекции, обозначить векторы в повышении мотивации и саморазвития в профессиональной деятельности, что в дальнейшем послужит базой для рекомендаций по повышению эффективности и результативности труда педагога.

**Содержание:**

1. Диагностика перцептивно-интерактивной компетентности (модифицированный вариант Н.П.Фетискина) …………………………………………………………...….4
2. Диагностика «Эмоционального интеллекта» (Н.Холл)……………………………...7
3. Опросник самоорганизации деятельности (ОСД) (адаптация Мандриковой Е.Ю.)…………………………………………………………………………………...10
4. Опросник «Профессиональное выгорание» (ПВ) (русскоязычная версия Н.Е.Водопьянова)……………………………………………………………………..14
5. Опросник общей самоэффективности Р. Шварцера и М. Ерусалема (в адаптации В.Г. Ромека)…………………………………………...……………………………….24
6. Методика «Интегральная удовлетворенность трудом» (А.В. Батаршев)………….26

**Диагностика перцептивно-интерактивной компетентности (модифицированный вариант Н.П.Фетискина)**

**Шкалы:**взаимопознание, взаимопонимание, взаимовлияние, социальная автономность, социальная адаптивность, социальная активность

**Назначение теста:**

Изучение личностной готовности к формированию интегративных критериев интерактивной компетентности в пределах малых групп стабильного и временного типа.

**Инструкция к тесту**:

По пятибалльной системе оцените особенности межличностного взаимодействия в вашей группе: • 5 – всегда; • 4 – почти всегда; • 3 – трудно сказать; • 2 – редко; • 1 – никогда.

**Стимульный материал**

|  |  |
| --- | --- |
| **№** | **Утверждение** |
| **1.** | Я хорошо разбираюсь в людях. |
| **2.** | Многие делятся со мной своими секретами. |
| **3.** | Я хорошо знаю стороны моих друзей. |
| **4.** | Я хорошо знаю вкусы и привычки членов своей группы. |
| **5.** | Стремлюсь понять, что за человек рядом со мной. |
| **6.** | Многие понимают меня с полуслова. |
| **7.** | Я легко нахожу общий язык с окружающими. |
| **8.** | Обычно я легко угадываю, в каком настроении мои друзья. |
| **9.** | Мои идеи положительно оцениваются окружающими. |
| **10.** | Стремлюсь к тому, чтобы другие всегда легко и быстро могли понять меня. |
| **11.** | Я легко могу убедить в чем-то другого человека. |
| **12.** | Я часто руковожу работой моих друзей. |
| **13.** | Часто окружающие переходят на мою сторону. |
| **14.** | Я легко могу расположить к откровенности. |
| **15.** | Мои сверстники разделяют многие мои увлечения. |
| **16.** | В принятии решения я полагаюсь только на себя. |
| **17.** | Я дорожу не только ценностями группы, но и своим мнением и отношением к чему-либо. |
| **18.** | Я всегда делаю то, что соответствует моим убеждениям. |
| **19.** |  В конфликте я всегда пытаюсь аргументировать свою позицию.  |
| **20.** | Мои поступки мало зависят от мнения окружающих. |
| **21.** | Я почти никогда не отступаю от своих планов. |
| **22.** | Я конфликтую с окружающими очень редко. |
| **23.** | При выработке отношения к кому-либо я учитываю мнение окружающих. |
| **24.** | Если окружающие не согласны со мной, я готов пересмотреть свою точку зрения. |
| **25.** | Мнение окружающих меня сверстников является для меня очень важным. |
| **2**6 | Принимая важные решения, я всегда советуюсь со статусными людьми. |
| **27** | Стараюсь точно и быстро выполнять различные задания. |
| **2**8 | Переживаю свои промахи и ошибки, связанные с социальной деятельностью. |
| **2**9 | Успех или неудачи моего класса волнуют меня не меньше, чем собственные достижения и успехи. |
| **30** | Участие в социальной деятельности является для меня важным и необходимым. |
| **31** | Я считаю, что достичь заметных результатов я могу только при взаимодействии с другими людьми. |

**Обработка и интерпретация результатов**

Сначала подсчитывается количество баллов по каждой из шести шкал, а затем общий суммарный показатель.

О степени выраженности той или иной шкалы свидетельствуют следующие показатели: 20 баллов и более – высокая; 11-19 баллов – средняя; 10 и менее – низкая.

•I. **Взаимопознание** (вопросы:1-5).

•II.**Взаимопонимание** (вопросы:6-10).

•III. **Взаимовлияние** (вопросы:11-15).

•IV. **Социальная автономность**(вопросы: 16-21).

•V.**Социальная адаптивность** (вопросы: 22-26).

•VI. **Социальная активность** (вопросы:27-31).

Уровням коммуникативной интерактивности соответствуют следующие показатели:

• *144 балла и более* – высокий;

• *126-143 балла*– средний;

• *125 и менее*– низкий.

I. **Взаимопознание** – степень адекватности оценки личностных особенностей партнеров по взаимодействию.

II. **Взаимопонимание** – уровень конфликтности в группе, выраженность общих интересов, умение понять точку зрения оппонента, другого человека.

III. **Взаимовлияние** – степень значимости мнения, поступков других представителей группы, самокоррекция, саморефлексия.

IV. **Социальная автономность** – значимость личностной позиции в совместных действиях и организации или участии в совместной деятельности.

V. **Социальная адаптивность** – благополучность взаимоотношений, удовлетворенность своим положением в группе, гибкость поведения, контактность внутри коллектива и с внешним окружением.

VI. **Социальная активность** – направленность социальной ориентации, ведущие мотивы взаимодействия с окружающими, эффективность совместной деятельности.

**Диагностика «Эмоционального интеллекта» (Н.Холл)**

**Шкалы:**эмоциональная осведомленность, управление эмоциями, самомотивация, эмпатия, распознавание эмоций других людей

**Назначение теста:**

Методика предложена для выявления способности понимать отношения личности, репрезентируемые в эмоциях, и управлять эмоциональной сферой на основе принятия решений. Она состоит из 30 утверждений и содержит 5 шкал:

1.эмоциональная осведомленность;

2.управление своими эмоциями (скорее эмоциональная отходчивость, эмоциональная неригидность);

3. самомотивация (скорее, как раз произвольное управление своими эмоциями, исключая пункт 14);

4. эмпатия;

5.распознавание эмоций других людей (скорее умение воздействовать на эмоциональное состояние других людей).

**Инструкция к тесту:**

Ниже вам будут предложены высказывания, которые так или иначе отражают различные стороны вашей жизни. Пожалуйста, напишите цифру справа от каждого утверждения, исходя из оценки ваших ответов:

Полностью не согласен (-3 балла). В основном не согласен (-2 балла). Отчасти не согласен (-1 балл). Отчасти согласен (+1 балл). В основном согласен (+2 балла). Полностью согласен (+3 балла).

**Стимульный материал**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Утверждение** | **-3** | **-2** | **-1** | **+1** | **+2** | **+3** |
| 1. Для меня как отрицательные, так и положительные эмоции служат источником знания о том, как поступать в жизни. |  |  |  |  |  |  |
| 2. Отрицательные эмоции помогают мне понять, что я должен изменить в своей жизни. |  |  |  |  |  |  |
| 3. Я спокоен, когда испытываю давление со стороны. |  |  |  |  |  |  |
| 4. Я способен наблюдать изменение своих чувств. |  |  |  |  |  |  |
| 5. Когда необходимо, я могу быть спокойным и сосредоточенным, чтобы действовать в соответствии с запросами жизни. |  |  |  |  |  |  |
| 6. Когда необходимо, я могу вызвать у себя широкий спектр положительных эмоций, такие, как веселье, радость, внутренний подъем и юмор. |  |  |  |  |  |  |
| 7. Я слежу за тем, как я себя чувствую. |  |  |  |  |  |  |
| 8. После того как что-то расстроило меня, я могу легко совладать со своими чувствами. |  |  |  |  |  |  |
| 9. Я способен выслушивать проблемы других людей. |  |  |  |  |  |  |
| 10. Я не зацикливаюсь на отрицательных эмоциях. |  |  |  |  |  |  |
| 11. Я чувствителен к эмоциональным потребностям других. |  |  |  |  |  |  |
| 12. Я могу действовать на других людей успокаивающе. |  |  |  |  |  |  |
| 13. Я могу заставить себя снова и снова встать перед лицом препятствия. |  |  |  |  |  |  |
| 14. Я стараюсь подходить к жизненным проблемам творчески. |  |  |  |  |  |  |
| 15. Я адекватно реагирую на настроения, побуждения и желания других людей. |  |  |  |  |  |  |
| 16. Я могу легко входить в состояние спокойствия, готовности и сосредоточенности. |  |  |  |  |  |  |
| 17. Когда позволяет время, я обращаюсь к своим негативным чувствам и разбираюсь, в чем проблема. |  |  |  |  |  |  |
| 18. Я способен быстро успокоиться после неожиданного огорчения. |  |  |  |  |  |  |
| 19. Знание моих истинных чувств важно для поддержания «хорошей формы». |  |  |  |  |  |  |
| 20. Я хорошо понимаю эмоции других людей, даже если они не выражены открыто. |  |  |  |  |  |  |
| 21. Я могу хорошо распознавать эмоции по выражению лица. |  |  |  |  |  |  |
| 22. Я могу легко отбросить негативные чувства, когда необходимо действовать. |  |  |  |  |  |  |
| 23. Я хорошо улавливаю знаки в общении, которые указывают на то, в чем другие нуждаются. |  |  |  |  |  |  |
| 24. Люди считают меня хорошим знатоком переживаний других людей. |  |  |  |  |  |  |
| 25. Люди, осознающие свои истинные чувства, лучше управляют своей жизнью. |  |  |  |  |  |  |
| 26. Я способен улучшить настроение других людей. |  |  |  |  |  |  |
| 27. Со мной можно посоветоваться по вопросам отношений между людьми. |  |  |  |  |  |  |
| 28. Я хорошо настраиваюсь на эмоции других людей. |  |  |  |  |  |  |
| 29. Я помогаю другим использовать их побуждения для достижения личных целей. |  |  |  |  |  |  |
| 30. Я могу легко отключиться от переживания неприятностей. |  |  |  |  |  |  |

**Обработка и интерпретация результатов**

Ключ к тесту

|  |  |
| --- | --- |
| ***Шкалы*** | ***Вопросы*** |
| Эмоциональная осведомленность         | 1, 2, 4, 17, 19, 25 |
| Управление своими эмоциями              | 3, 7, 8, 10, 18, 30 |
| Самомотивация  | 5, 6, 13, 14, 16, 22 |
| Эмпатия   | 9, 11, 20, 21, 23, 28 |
| Распознавание эмоций других людей | 12, 15, 24, 26, 27, 29 |

Уровни парциального эмоционального интеллекта в соответствии со знаком результатов:

• 14 и более – высокий;

• 8-13 – средний;

• 7 и менее – низкий.

Интегративный уровень эмоционального интеллекта с учетом доминирующего знака определяется по следующим количественным показателям:

• 70 и более – высокий;

• 40-69 – средний;

• 39 и менее – низкий.

**Опросник самоорганизации деятельности (ОСД)**

**(адаптация Мандриковой Е.Ю.).**

**Назначение теста:**

Опросник самоорганизации деятельности предназначен для диагностики сформированности навыков тактического планирования и стратегического целеполагания, особенностей структурирования деятельности самоорганизации. Данный опросник отражает степень самоорганизации и саморегуляции деятельности посредством структурирования личного времени, построения планов, целеполагания. Опросник также описывает степень сформированности способностей к тактическому планированию и стратегическому целеполаганию. Он может быть использован в психологическом и организационном консультировании, в образовательных программах и в процессе профессиональной подготовки.

**Инструкция к тесту:**

Вам предлагается ряд утверждений, касающихся различных сторон Вашей жизни и способов обращения со временем. Обведите на шкале ту цифру, которая в наибольшей мере характеризует Вас и отражает Вашу точку зрения (1 — полное несогласие, 7 — полное согласие с данным утверждением, 4 — середина шкалы, остальные цифры — промежуточные значения).

**Стимульный материал**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Утверждение** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** |
| **1.** | Мне требуется много времени, чтобы «раскачаться» и начать действовать | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| **2.** | Я планирую мои дела ежедневно | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| **3.** | Меня выводят из себя и выбивают из привычного графика непредвиденные дела | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| **4.** | Обычно я намечаю программу на день и стараюсь ее выполнить | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| **5.** | Мне бывает трудно завершить начатое | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| **6.** | Я не могу отказаться от начатого дела, даже если оно мне «не по зубам» | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| **7.** | Я знаю, чего хочу, и делаю все, чтобы этого добиться | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| **8.** | Я заранее выстраиваю план предстоящего дня | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| **9.** | Мне более важно то, что я делаю и переживаю в данный момент, а не то, что будет или было | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| **10.** | Я могу начать делать несколько дел и ни одно из них не закончить | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| **11.** | Я планирую мои повседневные дела согласно определенным принципам | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| **12.** | Я считаю себя человеком, живущим «здесь-и-сейчас» | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| **13.** | Я не могу перейти к другому делу, если не завершил предыдущего | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| **14.** | Я считаю себя целенаправленным человеком | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| **15.** | Вместо того чтобы заниматься делами, я часто попусту трачу время | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| **16.** | Мне нравится вести дневник и фиксировать в нем происходящее со мной | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| **17.** | Иногда я даже не могу заснуть, вспомнив о недоделанных делах | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| **18.** | У меня есть к чему стремиться | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| **19.** | Мне нравится пользоваться ежедневником и иными средствами планирования времени | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| **20.** | Моя жизнь направлена на достижение определенных результатов | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| **21.** | У меня бывают трудности с упорядочением моих дел | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| **22.** | Мне нравится писать отчеты по итогам работы | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| **23.** | Я ни к чему не стремлюсь | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| **24.** | Если я не закончил какое-то дело, то это не выходит у меня из головы | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| **25.** | У меня есть главная цель в жизни | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

**Обработка и интерпретация результатов**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Шкала** | **Прямые утверждения** | **Обратные утверждения** |
| **Планомерность** | 2, 4, 8, 11 |  |
| **Целеустремленность** | 7, 14, 18, 20, 25 | 23 |
| **Настойчивость** |  | 1, 5, 10, 15, 21 |
| **Фиксация** | 3, 6, 13, 17, 24 |  |
| **Самоорганизация** | 16, 19, 22 |  |
| **Ориентация на настоящее** | 9, 12 |  |

**Нормативные значения**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Шкала** | **Мужчины** | **Женщины** |
| **M** | **σ** | **M** | **σ** |
| Планомерность | 19,03 | 4,61 | 17,41 | 5,43 |
| Целеустремленность | 32,96 | 4,79 | 32,48 | 7,13 |
| Настойчивость | 19,57 | 5,49 | 22,19 | 6,21 |
| Фиксация | 19,19 | 4,75 | 18,47 | 5,45 |
| Самоорганизация | 9,99 | 5,00 | 9,49 | 4,14 |
| Ориентация на настоящее | 8,51 | 1,86 | 8,27 | 3,19 |
| Общий показатель | 109,24 | 15,13 | 108,30 | 19,02 |

**Содержательная интерпретация**

|  |
| --- |
| **Шкала «Планомерность»** |
| **Низкие баллы** | **Средние баллы** | **Высокие баллы** |
| Вам может сложно даваться планирование Вашей деятельности и планомерное следование разработанному плану. | Вы в умеренной степени склонны разрабатывать четкие планы и планомерно следовать им при достижении поставленных целей. | Вы достаточно планомерны, предпочитаете последовательно реализовывать поставленные цели, имеете развитые навыки тактического планирования. |
| **Шкала «Целеустремленность»** |
| Вы не всегда четко видите свои цели или не склонны ставить перед собой конкретные цели, Вам может быть не свойственно к чему-либо целенаправленно стремиться и прилагать усилия для достижения поставленных целей. | Вы достаточно хорошо видите и понимаете свои цели, способны достигать их, хотя в Вашей жизни могут быть периоды, когда не вся Ваша деятельность направлена на достижение каких-либо ясных для Вас целей. | Вы целеустремленны и целенаправленны, знаете, чего хотите и к чему стремитесь, идете по направлению к своим целям. |
| **Шкала «Настойчивость»** |
| Вам может быть сложно прикладывать волевые усилия для доведения начатого дела до его логического завершения, Вы склонны отвлекаться на посторонние дела. | Вы достаточно организованны и структурированы, способны на волевые усилия, хотя и можете оставлять начатое дело, переключаясь на более значимые для Вас виды деятельности. | Вас можно охарактеризовать как волевого и организованного человека, способного усилием воли структурировать свою поведенческую активность и завершить начатое дело. |
| **Шкала «Фиксация»** |
| Вы гибкий человек, легко переключаетесь на новые виды деятельности и отношения. В отдельных ситуациях Вы можете восприниматься недостаточно обязательным и последовательным. | Вы достаточно гибкий человек в планировании своей деятельности и в построении отношений, тем не менее Вы стремитесь выполнять данные Вами обязательства. | Вы исполнительный и обязательный человек, стремитесь всеми возможными способами завершить начатое дело. Возможно, Вы можете быть недостаточно гибкими в планировании своей деятельности и в построении отношений. |
| **Шкала «Самоорганизация»** |
| Вы не склонны при организации своей деятельности прибегать к помощи внешних средств, помогающих в управлении временем, что может негативно сказываться на Вашем уровне самоорганизации. | При планировании своего рабочего и личного времени Вы можете полагаться как на вспомогательные средства (ежедневники, записные книжки, планнинги), так и на свою природную организованность. | Вы обладаете высоким уровнем самоорганизации, при планировании склонны пользоваться вспомогательными средствами (ежедневником, планнингом, бюджетированием времени). |
|  |  |  |
| **Шкала «Ориентация на настоящее»** |
| Вы склонны находить более ценным Ваше психологическое прошлое или будущее, нежели происходящее с Вами «здесь-и-сейчас». | Вы способны видеть и ценить свое психологическое прошлое и будущее, наряду с происходящем с Вами в настоящий момент времени. | Вы склонны фиксироваться на происходящем с Вами в настоящий момент времени, для Вас переживания и происходящее «здесь-и-сейчас» имеет особую ценность и значимость. |
| **Общий балл** |
| Вы предпочитаете жить спонтанно, не привязывать свою деятельность к жесткой структуре и целям. Ваше будущее для Вас самого достаточно туманно, Вам не свойственно четко планировать свою ежедневную активность и прилагать волевые усилия для завершения начатых дел, однако это позволяет Вам достаточно быстро и гибко переключаться на новые виды активности, не «застревая» на структурировании своей деятельности. | Вы способны сочетать структурированный подход к организации времени своей жизни со спонтанностью и гибкостью, умеете ценить все составляющие Вашего психологического времени и извлекать для себя ценный опыт из многоплановости своей жизни. | Вам свойственно видеть и ставить цели, планировать свою деятельность, в том числе с помощью внешних средств, и, проявляя волевые качества и настойчивость, идти к ее достижению. Возможно, в отдельных видах деятельности Вы можете быть чрезмерно структурированны, организованны и недостаточно гибки. Тем не менее Вы достаточно эффективно можете структурировать свою деятельность. |

**Опросник «Профессиональное выгорание» (ПВ)**

**(русскоязычная версия Н. Е.Водопьянова)**

**Назначение теста:** методика разработана на основе трехфакторной модели К. Маслач и С. Джексон. Опросник содержит 22 утверждения о чувствах и переживаниях, связанных с выполнением рабочей деятельности.

Он состоит из трех субшкал: «эмоциональное истощение», «деперсонализация» и «профессиональные достижения». Ответы оцениваются по семибалльной шкале измерений и варьируют от «никогда» (0 баллов) до «всегда» (6 баллов).

О наличии высокого уровня выгорания свидетельствуют высокие оценки по субшкалам «эмоционального истощения» и «деперсонализации» и низкие – по шкале «профессиональная эффективность» (редукция персональных достижений). Соответственно, чем ниже человек оценивает свои возможности и достижения, меньше удовлетворен самореализацией в профессиональной сфере, тем больше выражен синдром выгорания.

Вариант опросника «ПВ» для учителей и преподавателей высшей школы.

**Инструкция к тесту:** цель данного исследования состоит в том, чтобы определить, какие переживания возникают у специалистов педагогической профессии. Вам предлагается 22 утверждения о чувствах и переживаниях, связанных с работой.

Пожалуйста, прочитайте внимательно каждое утверждение и решите, чувствуете ли вы себя таким образом на вашей работе. Если у вас никогда не было такого чувства, в листе для ответов отметьте позицию 0 – «никогда».

Если у вас было такое чувство, укажите, как часто вы его ощущали, позиция 6 – «ежедневно». Для этого зачеркните или обведите кружком балл, соответствующий частоте переживаний того или иного чувства.

**Стимульный материал**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Утверждение** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** |
| **1.** | Я чувствую себя эмоционально опустошенным(ой) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| **2.** | К концу рабочего дня я чувствую себя как выжатый лимон | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| **3.** | Я чувствую себя усталым(ой), когда встаю утром и должен(на) идти на работу | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| **4.** | Я хорошо понимаю каждого моего ученика (студента) и нахожу к каждому свой подход | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| **5.** | Я общаюсь с моими учениками чисто формально, без лишних эмоций, и стремлюсь свести общение с ними до минимума | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| **6.** | Во время и после занятий я чувствую себя в приподнятом настроении и эмоционально воодушевленно | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| **7.** | Я умею находить правильное решение в конфликтных ситуациях с моими учениками (студентами) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| **8.** | Я чувствую угнетенность и апатию | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| **9.** | Я могу позитивно влиять на продуктивность работы моих учеников и коллег | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| **10.** | В последнее время я стал(а) более отстраненным(ной) и жестким(ой) по отношению к тем, с кем работаю | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| **11.** | Как правило, ученики, их родители и администрация школы слишком много требуют от меня или манипулируют мною. Они преследуют только свои интересы | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| **12.** | У меня много профессиональных планов на будущее, и я верю в их осуществление | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| **13.** | Я испытываю эмоциональный спад на работе | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| **14.** | Я чувствую равнодушие и потерю интереса ко многому, что радовало меня раньше | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| **15.** | Я не могу быть участливой ко всем ученикам (студентам), особенно недисциплинированным и не желающим учиться | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| **16.** | Мне хочется уединиться от всех и отдохнуть от работы | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| **17.** | Я легко могу создать атмосферу доброжелательности и сотрудничества при общении с моими учениками (студентами) и коллегами | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| **18.** | Я легко общаюсь с учениками (студентами) и их родителями независимо от их социального положения и поведения | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| **19.** | Я многое успеваю сделать на работе и дома | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| **20.** | Я чувствую себя на пределе возможностей | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| **21.** | Я многого смогу еще достичь в своей жизни | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| **22.** | Бывает, что коллеги, ученики (студенты) и их родители перекладывают на меня груз своих проблем и обязанностей | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |

**Обработка и интерпретация результатов теста**

В соответствии с общим «ключом» подсчитывается сумма баллов для каждого субфактора. Оценка степени выгорания может осуществляться как для каждого отдельного показателя, так и по интегральному показателю. Для этого складываются шкальные оценки трех показателей (субфакторов, представленных в табл. 1) и соотносятся с тестовыми нормами (табл. 2).

 Таблица 1

**Уровни показателей выгорания**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Субшкала** | **Группы** | **Низкий уровень** | **Средний уровень** | **Высокий уровень** | **Очень высокий уровень** |
| Шкальные оценки | 1 балл | 2 балла | 3 балла | 5 баллов |
| Эмоциональное истощение | Мужчины | 5-15 | 16-24 | 25-34 | Больше 34 |
| Женщины | 6-16 | 17-25 | 26-34 | Больше 34 |
| Деперсонализация\цинизм | Мужчины | 2-4 | 5-12 | 13-15 | Больше 15 |
| Женщины | 1-4 | 5-10 | 11-13 | Больше 14 |
| Профессиональная успешность | Мужчины | 37-48 | 34-28 | 27-23 | 22 и меньше |
| Женщины | 37-48 | 35-28 | 27-22 | 21 и меньше |

Таблица 2

**Тестовые нормы для интегрального показателя выгорания**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Низкая степень | Средняя степень | Высокая степень | Крайне высокая степень |
| 3-4 балла | 5-6 баллов | 7-9 баллов | 10 баллов и больше |

**Общий «ключ»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Субшкала | Номер утверждения | Максимальная сумма баллов |
| Эмоциональное истощение | 1,2,3,6\*,8,13,14,16,20 | 54 |
| Деперсонализация | 5,10,11,15,22 | 30 |
| Профессиональная успешность *редукция персональных достижений* | 4,7,9,12,17,18,19,21 | 48 |

 Примечание. \* отмечен «обратный» вопрос, который считается в обратном порядке.

**Методика диагностики уровня эмоционального выгорания В. В. Бойко**

**Назначение теста:** Выявление выраженности компонентов «выгорания» как стратегии защитного поведения у представителей коммуникативных профессий Применение методики: В индивидуальном и групповом обследовании в сочетании с другими методиками по диагностике личностных особенностей.

Каждый компонент «выгорания» диагностируется по 4-м признакам, образующим соответствующие шкалы:

|  |  |
| --- | --- |
| Компоненты «выгорания» | Признаки (шкалы) |
| «Напряжение» | - Переживание психотравмирующих обстоятельств- Неудовлетворенность собой- «загнанность в клетку»- тревога и депрессия |
| «Резистенция» | - неадекватное избирательное эмоциональное реагирование- эмоционально-нравственная дезориентация- расширение сферы экономии эмоций- редукция профессиональных обязанностей |
| «Истощение» | - эмоциональный дефицит- эмоциональная отстраненность- личностная отстраненность (деперсонализация)-психосоматические и психовегетативные нарушения |

Данная методика дает подробную картину синдрома «эмоционального выгорания». Показатель каждого симптома выражен в интервале от 0 до 30 баллов. Методика выявляет ведущие симптомы выгорания (по соответствующим шкалам). Она измеряет достаточно разные явления – такие как реакция на внешние и внутренние факторы, приемы психологической защиты, состояние нервной системы. Количественные показатели определяют степень сформированности каждой из фаз «выгорания». Диагностируются доминирующие симптомы (в отдельных фазах и в целом), определяется, какими факторами они вызваны (профессиональная среда или субъективно-личностные особенности).

Проведение обследования: Работа с бланком методики, самооценка выраженности симптомов путем подсчета баллов и сопоставления их с ключом.

**Инструкция к тесту:** Ответьте на вопросы, касающиеся Вашей профессиональной деятельности и отношений с партнерами, «да» или «нет».

**Стимульный материал**

|  |
| --- |
|  |
| **№** | **Утверждение** | **Да** | **Нет** |
| **1.** | Организационные недостатки на работе постоянно заставляют нервничать, переживать, напрягаться. |  |  |
| **2.** | Сегодня я доволен своей профессией не меньше, чем в начале карьеры. |  |  |
| **3.** | Я ошибся в выборе профессии или профиля деятель­ности (занимаю не свое место). |  |  |
| **4.** | Меня беспокоит то, что я стал хуже работать (менее продуктивно, качественно, медленнее). |  |  |
| **5.** | Теплота взаимодействия с партнерами очень зависит от моего настроения – хорошего или плохого. |  |  |
| **6.** | От меня как профессионала мало зависит благополу­чие партнеров |  |  |
| **7.** | Когда я прихожу с работы домой, то некоторое время (часа 2–3) мне хочется побыть наедине, чтобы со мной никто не общался. |  |  |
| **8.** | Когда я чувствую усталость или напряжение, то ста­раюсь поскорее решить проблемы партнера (свернуть взаимодействие).  |  |  |
| **9.** | Мне кажется, что эмоционально я не могу дать парт­нерам того, что требует профессиональный долг. |  |  |
| **10.** | Моя работа притупляет эмоции. |  |  |
| **11.** | Я откровенно устал от человеческих проблем, с ко­торыми приходится иметь дело на работе. |  |  |
| **12.** | Бывает, я плохо засыпаю (сплю) из-за пережива­ний, связанных с работой. |  |  |
| **13.** | Взаимодействие с партнерами требует от меня боль­шого напряжения. |  |  |
| **14.** | Работа с людьми приносит все меньше удовлетворения |  |  |
| **15.** | Я бы сменил место работы, если бы представилась возможность. |  |  |
| **16.** | Меня часто расстраивает то, что я не могу должным образом оказать партнеру профессиональную поддержку, услугу, помощь. |  |  |
| **17.** | Мне всегда удается предотвратить влияние плохого настроения на деловые контакты. |  |  |
| **18.** | Меня очень огорчает, если что-то не ладится в отно­шениях с деловым партнером. |  |  |
| **19.** | Я настолько устаю на работе, что дома стараюсь общаться как можно меньше. |  |  |
| **20.** | Из-за нехватки времени, усталости или напряжения часто уделяю внимание партнеру меньше, чем положено. |  |  |
| **21.** | Иногда самые обычные ситуации общения на рабо­те вызывают раздражение. |  |  |
| **22.** | Я спокойно воспринимаю обоснованные претензии партнеров. |  |  |
| **23.** | Общение с партнерами побудило меня сторониться людей. |  |  |
| **24.** | При воспоминании о некоторых коллегах по работе или партнерах у меня портится настроение. |  |  |
| **25.** | Конфликты или разногласия с коллегами отнима­ют много сил и эмоций. |  |  |
| **2**6. | Мне все труднее устанавливать или поддерживать контакты с деловыми партнерами. |  |  |
| **27.** | Обстановка на работе мне кажется очень трудной, сложной. |  |  |
| **28.** | У меня часто возникают тревожные ожидания, свя­занные с работой: что-то должно случиться, как бы не до­пустить ошибки, смогу ли сделать все, как надо, не сокра­тят ли и т.п. |  |  |
| **29.** | Если партнер мне неприятен, я стараюсь ограни­чить время общения с ним или меньше уделять ему вни­мания. |  |  |
| **30.** | В общении на работе я придерживаюсь принципа: «не делай людям добра, не получишь зла». |  |  |
| **31.** | Я охотно рассказываю домашним о своей работе. |  |  |
| **32.** | Бывают дни, когда мое эмоциональное состояние плохо сказывается на результатах работы (меньше делаю, снижается качество, случаются конфликты). |  |  |
| **33.** | Порой я чувствую, что надо проявить к партнеру эмоциональную отзывчивость, но не могу. |  |  |
| **34.** |  Я очень переживаю за свою работу. |  |  |
| **35.** | Партнерам по работе отдаешь внимания и заботы больше, чем получаешь от них признательности. |  |  |
| **36.** | При мысли о работе мне обычно становится не по себе: начинает колоть в области сердца, повышается дав­ление, появляется головная боль. |  |  |
| **37.** | У меня хорошие (вполне удовлетворительные) отно­шения с непосредственным руководителем. |  |  |
| **38.** | Я часто радуюсь, видя, что моя работа приносит пользу людям. |  |  |
| **39.** | Последнее время (или как всегда) меня преследуют неудачи в работе. |  |  |
| **40.** | Некоторые стороны (факты) моей работы вызывают глубокое разочарование, повергают в уныние. |  |  |
| **41.** | Бывают дни, когда контакты с партнерами складываются хуже, чем обычно. |  |  |
| **42.** | Я разделяю деловых партнеров (субъектов деятель­ности) хуже, чем обычно. |  |  |
| **43.** | Усталость от работы приводит к тому, что я стара­юсь сократить общение с друзьями и знакомыми. |  |  |
| **44.** | Я обычно проявляю интерес к личности партнера помимо того, что касается дела. |  |  |
| **45.** | Обычно я прихожу на работу отдохнувшим, со све­жими силами, в хорошем настроении. |  |  |
| **46.** | Я иногда ловлю себя на том, что работаю с партне­рами автоматически, без души. |  |  |
| **47.** | По работе встречаются настолько неприятные люди, что невольно желаешь им чего-нибудь плохого. |  |  |
| **48.** | После общения с неприятными партнерами у меня бывает ухудшение физического или психического само­чувствия. |  |  |
| **49.** | На работе я испытываю постоянные физические или психологические перегрузки. |  |  |
| **50.** | Успехи в работе вдохновляют меня. |  |  |
| **51.** | Ситуация на работе, в которой я оказался, кажется безысходной (почти безысходной). |  |  |
| **52.** | Я потерял покой из-за работы. |  |  |
| **53.** | На протяжении последнего года была жалоба (были жалобы) в мой адрес со стороны партнера(ов). |  |  |
| **54.** | Мне удается беречь нервы благодаря тому, что мно­гое из происходящего с партнерами я не принимаю близ­ко к сердцу. |  |  |
| **55.** | Я часто с работы приношу домой отрицательные эмоции. |  |  |
| **56.** | Я часто работаю через силу. |  |  |
| **57.** | Прежде я был более отзывчивым и внимательным к партнерам, чем теперь. |  |  |
| **58.** | В работе с людьми руководствуюсь принципом: не трать нервы, береги здоровье. |  |  |
| **59.** | Иногда иду на работу с тяжелым чувством: как все надоело, никого бы не видеть и не слышать. |  |  |
| **60.** | После напряженного рабочего дня я чувствую недо­могание. |  |  |
| **61.** | Контингент партнеров, с которым я работаю,.очень трудный. |  |  |
| **62.** | Иногда мне кажется, что результаты моей работы не стоят тех усилий, которые я затрачиваю. |  |  |
| **63.** | Если бы мне повезло с работой, я был бы более сча­стлив. |  |  |
| **64.** | Я в отчаянии из-за того, что на работе у меня серь­езные проблемы. |  |  |
| **65.** | Иногда я поступаю со своими партнерами так, как не хотел бы, чтобы поступали со мной. |  |  |
| **66.** | Я осуждаю партнеров, которые рассчитывают на особое снисхождение, внимание. |  |  |
| **67.** | Чаще всего после рабочего дня у меня нет сил зани­маться домашними делами. |  |  |
| **68.** | Обычно я тороплю время: скорей бы рабочий день кончился. |  |  |
| **69.** | Состояния, просьбы, потребности партнеров обычно меня искренне волнуют. |  |  |
| **70.** | Работая с людьми, я обычно как бы ставлю эк­ран, защищающий от чужих страданий и отрицатель­ных эмоций. |  |  |
| **71.** | Работа с людьми (партнерами) очень разочаровала меня. |  |  |
| **72.** | Чтобы восстановить силы, я часто принимаю ле­карства. |  |  |
| **73.** | Как правило, мой рабочий день проходит спокойно и легко. |  |  |
| **74.** | Мои требования к выполняемой работе выше, чем то, чего я достигаю в силу обстоятельств. |  |  |
| **75.** | Моя карьера сложилась удачно. |  |  |
| **76.** | Я очень нервничаю из-за всего, что связано с работой. |  |  |
| **77.** | Некоторых из своих постоянных партнеров я не хотел бы видеть и слышать. |  |  |
| **78.** | Я одобряю коллег, которые полностью посвящают себя людям (партнерам), забывая о собственных инте­ресах. |  |  |
| **79.** | Моя усталость на работе обычно мало сказывается (никак не сказывается) в общении с домашними и дру­зьями. |  |  |
| **80.** | Если предоставляется случай, я уделяю партнеру меньше внимания, но так, чтобы он этого не заметил. |  |  |
| **81.** | Меня часто подводят нервы в общении с людьми на работе. |  |  |
| **82.** | Ко всему (почти ко всему), что происходит на рабо­те я утратил интерес, живое чувство. |  |  |
| **83.** | Работа с людьми плохо повлияла на меня как про­фессионала – обозлила, сделала нервным, притупила эмоции. |  |  |
| **84.** | Работа с людьми явно подрывает мое здоровье. |  |  |

**Обработка и интерпретация результатов теста**

Обработка результатов: Каждый вариант ответа оценивается в баллах от 1 до 10. Количество баллов за каждый вопрос (утвердительный ответ – «+», отрицательный «-») указано в ключе в скобках рядом с номером вопроса. Балльный показатель подчитывается по каждому из трех компонентов по каждой шкале:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Компонент | Признаки | № вопросов и оценка в баллах |
| «Напряжение» | 1. Переживание психотравмирующих обстоятельств | +1(2), +13(3), +25(2), -37(3), + 49(10), +61(5), -73(5) |
| 2. Неудовлетворенность собой | -2(3), +14(2), +26(2), -38(10), -50(5), +62(5), +74(3) |
| 3. «Загнанность в клетку» | +3(10), +15(5), +27(2), +39(2), +51(5), +63(1), -75(3) |
| 4. Тревога и депрессия | +4(2), +16(3), +28(5), +40(5), +52(10), + 64 (2), +76(3) |
| «Резистенция» | 1. Неадекватное избирательное эмоциональное реагирование | +5(5), -17(3), +29(10), +41(2), +53(2), +65(3), +77(5) |
| 2. Эмоционально-нравственная дезориентация | +6(10), -18(3), +30(3), +42(5), +54(2), +66(2), -78(5) |
| 3. Расширение сферы экономии эмоций | +7(2), +19(10). –31(2), +43(5), +55(3), +67(3), -79(5) |
| 4. Редукция профессиональных обязанностей | +8(5), +20(5), +32(2), -44(2), +56(3), +68(3), +80(10) |
| «Истощение»  | 1. Эмоциональный дефицит | +9(3), +21(2), +33(5), -45(5), +57(3), -69(10), +81(2) |
| 2.Эмоциональная отстраненность | +10(2), +22(3), -34(2), +46(3), +58(5), +70(5), +82(10) |
| 3. Личностная отстраненность (деперсонализация) | +11(5), +23(3), +35(3), +47(5), +59(5), +72(2), +83(10) |
| 4. Психосоматические психовегетативные нарушения | +12(3), +24(2), +36(5), +48(3), +60(2), +73(10), +84(5) |

Подсчет баллов:

1. Подсчитывается количество баллов по шкалам по отдельно взятым симптомам (12). Показатель выраженности каждого находится в интервале от 1 до 30 баллов:

- 9 и менее баллов – не сложившийся симптом

- 10-15 баллов – складывающийся симптом

- 16 и более – сложившийся; более 20 баллов - симптом считается доминирующим

Симптомы с показателями 20 и выше относятся к доминирующим в фазе или во всем «синдроме выгорания»

2. Подсчитываются показатели по фазам (3). Для этого суммируются данные выраженности каждого из симптомов (по 4) в фазе.

Количественный показатель по фазе дает основание определить степень ее сформированности:

- 36 и менее баллов – фаза не сформировалась

- 37- 60 баллов – фаза в стадии формирования

- 61 и более баллов – сформированная фаза

**Опросник общей самоэффективности Р. Шварцера и М. Ерусалема**

**(в адаптации В.Г. Ромека)**

Назначение теста: методика представляет собой самоопросник, направленный на измерение субъективного ощущения личностной эффективности в рамках авторской концепции. Методика создана Шварцером Ральфом (Schwarzer Ralf) и Маттиасом Ерусалемом (Jerusalem, Matthias). На русский язык переведена и стандартизирована В.Г. Ромеком.

Особенности процедуры. Полученные результаты тестирования полезно соотнести с показателями других методик, в частности тестов, направленных на изучение уверенности в себе, самооценки. Следует попытаться найти взаимосвязь между результатами различных тестов, обратив внимание на то, какие качества и черты человека могут дополняться или компенсироваться другими.

Нужно учитывать, что данная методика не защищена от так называемых социально желательных ответов, поэтому в процессе профотбора желательно использовать также проективные методики, которые не дают возможности претенденту «приукрасить» результаты.

**Инструкция к тесту**: оцените высказывания по степени своего согласия с ними и поставьте любой знак в графе с условными обозначениями:

1 – абсолютно неверно;

2 – едва ли это верно;

3 – скорее всего верно;

4 – совершенно верно

|  |
| --- |
|  |
| **№** | **Утверждение** | **1** | **2** | **3** | **4** |
| **1.** | Если я как следует постараюсь, то я всегда найду решение даже сложным проблемам | 1 | 2 | 3 | 4 |
| **2.** | Если мне что-либо мешает, то я всё же нахожу пути достижения своей цели | 1 | 2 | 3 | 4 |
| **3.** | Мне довольно просто удается достичь своих целей | 1 | 2 | 3 | 4 |
| **4.** | В неожиданных ситуациях я всегда знаю, как я должен себя вести | 1 | 2 | 3 | 4 |
| **5.** | При непредвиденно возникающих трудностях я верю, что смогу с ними справиться | 1 | 2 | 3 | 4 |
| **6.** |  Если я приложу достаточно усилий, то смогу справиться с большинством проблем | 1 | 2 | 3 | 4 |
| **7.** | Я готов к любым трудностям, поскольку полагаюсь на собственные способности | 1 | 2 | 3 | 4 |
| **8.** | Если передо мной встает какая-либо проблема, то я обычно нахожу несколько вариантов ее решения | 1 | 2 | 3 | 4 |
| **9.** | Я могу что-либо придумать даже в безвыходных на первый взгляд ситуациях | 1 | 2 | 3 | 4 |
| **10.** | Я обычно способен держать ситуацию под контролем | 1 | 2 | 3 | 4 |

**Обработка и интерпретация результатов:**

- за ответ «абсолютно неверно» 1 балл;

- «скорее всего, не верно» 2 балла;

- «скорее всего, верно» 3 балла;

- «совершенно верно» 4 балла.

Количество баллов суммируется.

Показатели:

- до 27 баллов свидетельствуют о низкой самоэффективности;

- 27–35 – показатели средней самоэффективности;

- более 35 – высокой.

**Методика «Интегральная удовлетворенность трудом» (А.В. Батаршев)**

**Назначение теста:**Интегративным показателем, отражающим благополучие – неблагополучие личности в трудовом коллективе, является удовлетворенность трудом, которая содержит оценки интереса к выполняемой работе, удовлетворенности взаимоотношениями сотрудниками и с руководством, уровень притязаний в профессиональной деятельности, удовлетворенность условиями, организацией труда и др.

Данная методика позволяет оценить не только общую удовлетворенность своим трудом, но и оценить ее составляющие.

**Инструкция к тесту :**

Прочтите каждое из предложенных утверждений и оцените, насколько оно верно для вас. На отдельном листе бумаги запишите номер утверждения и буквенное обозначение выбранного вами ответа.

**Стимульный материал:**

1. То, чем я занимаюсь на работе, меня интересует:

а)да
б)отчасти
в)нет

1. За последние годы я добился успехов в своей профессии:

а)да
б)отчасти
в)нет

1. У меня сложились хорошие отношения с членами нашего коллектива:
а)да
б)не со всеми
в) нет
2. Удовлетворение, получаемое от работы, важнее, чем высокий заработок:
а) да
б) не всегда
в) нет
3. Занимаемое мной служебное положение не соответствует моим способностям:
а) да
б) отчасти
в) нет
4. В работе меня прежде всего привлекает возможность узнавать что-то новое:
а) да
б) время от времени
в) нет
5. С каждым годом я ощущаю, как растут мои профессиональные знания:
а) да
б) не уверен
в) нет
6. Люди, с которыми я работаю, уважают меня:
а) да
б) что-то среднее
в) нет
7. В жизни часто бывают ситуации, когда не удается выполнить всю возложенную на вас работу:
а) да
б) среднее
в) нет
8. В последнее время руководство не раз выражало удовлетворение по поводу моей работы:
а) да
б) редко
в) нет
9. Работу, которую я выполняю, не может выполнить человек с более низкой квалификацией:
а) да
б) среднее
в) нет
10. Процесс работы доставляет мне удовольствие:
а) да
б) время от времени
в) нет
11. Меня не устраивает организация труда в нашем коллективе:
а) да
б) не совсем
в) нет
12. У меня часто бывают разногласия с товарищами по работе:
а) да
б) иногда
в) нет
13. Меня редко поощряют за работу:
а) да
б) иногда
в) нет
14. Даже если бы мне предложили более высокий заработок, я бы не сменил место работы:
а) да
б) может быть
в) нет
15. Мой непосредственный руководитель часто не понимает или не хочет понять меня:
а) да
б) иногда
в) нет
16. В нашем коллективе созданы благоприятные условия для труда:
а) да
б) не совсем
в) нет

**Обработка и интерпретация результатов**
Ключ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Составляющие удовлетворенности трудом | Утверждения | Максимальный балл |
| Интерес к работе | 1, 6, 12 | 6 |
| Удовлетворенность достижениями в работе | 2, 7 | 4 |
| Удовлетворенность взаимоотношениями с сотрудниками | 3, 8, 14 | 6 |
| Удовлетворенность взаимоотношениями с руководством | 10, 15, 17 | 6 |
| Уровень притязаний в профессиональной деятельности | 5, 11 | 4 |
| Предпочтение выполняемой работы высокому заработку | 4, 16 | 4 |
| Удовлетворенность условиями труда | 3, 18 | 4 |
| Профессиональная ответственность | 9 | 2 |
| Общая удовлетворенность трудом | 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, | 28 |

**Дешифратор к ключу**

Для получения как общей оценки удовлетворенности своим трудом и ее составляющих необходимо ответы перевести в баллы с помощью следующей таблицы:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Утверждения | Варианты ответов | Утверждения | Варианты ответов |
| А | Б | В |  | А | Б | В |
| 123456789 | 222222220 | 111111111 | 000000002 | 101112131415161718 | 220000202 | 111111111 | 002222020 |

Суждение об общей и парциальной удовлетворенности трудом (УТ) производится на основе сопоставления полученных баллов с максимальными показателями, приведенными в ключе обработки.

Средний уровень УТ определяется в 45-55%-ном диапазоне от общей суммы баллов.

Низкий уровень УТ характеризуется диапазоном 1-44%, а высокий – выше 56%.