

Тест «Определение самооценки»

Вам предлагается список из 48 слов, обозначающих свойства личности, из которых Вам необходимо выбрать 20, в наибольшей степени характеризующих эталонную личность (назовем ее «мой идеал») в Вашем представлении. Естественно, что в этом ряду могут найти место и негативные качества.

Из двадцати отобранных свойств личности Вам необходимо построить эталонный ряд d1 в протоколе исследования, где на первых позициях располагаются наиболее важные, с Вашей точки зрения, положительные свойства личности, а последними - наименее желательные, отрицательные (20-й ранг - наиболее привлекательное качество, 19-й - менее и т. д. вплоть до 1 ранга). Следите, чтобы ни одна оценка-ранг не повторялась дважды.

Из отобранных Вами ранее свойств личности постройте субъективный ряд d2, в котором расположите данные свойства по мере убывания их выраженности у Вас лично (20-й ранг - качество, присущее Вам в наибольшей степени, 19-й - качество, характерное для Вас несколько меньше, чем первое, и т. д.). Результат занесите в протокол исследования.

Протокол исследования

Идеал	Качества	Реальное Я	Разность рангов d	Квадрат разности рангов d ²
	Обидчивость			
	Осторожность			
	Педантичность			
	Подозрительность			
	Принципиальность			
	Высокомерие			
	Аккуратность			
	Беспечность			
	Вдумчивость			
	Вспыльчивость			
	Гордость			
	Грубость			
	Доброта			
	Жадность			
	Жизнерадостность			
	Завистливость			
	Застенчивость			
	Злопамятность			
	Искренность			
	Капризность			

Идеал	Качества	Реальное Я	Разность рангов d	Квадрат разности рангов d ²
	Легковерие			
	Мечтательность			
	Нежность			
	Непринужденность			
	Нерешительность			
	Несдержанность			
	Уступчивость			
	Упрямство			
	Радужие			
	Развязность			
	Рассудочность			
	Решительность			
	Сдержанность			
	Стыдливость			
	Терпеливость			
	Трудолюбие			
	Трусость			
	Увлекаемость			
	Упорство			
	Черствость			
	Честность			
	Чуткость			
	Эгоизм			
				$\Sigma d^2 =$

Цель обработки результатов - определение связи между ранговыми оценками качеств личности, входящими в представления “Я идеальное” и “Я реальное”. Мера связи устанавливается с помощью коэффициента ранговой корреляции. Чтобы высчитать коэффициент, необходимо вначале найти разность рангов d1 - d2 по каждому качеству и занести полученный результат в колонку d в протокол исследования. Затем каждое полученное значение разности рангов d возвести в квадрат (d1 - d2)² и записать результат в колонке d². Подсчитайте общую сумму квадратов разности рангов Σd^2 и внесите ее в формулу:

$$r = 1 - 0,00075 \times \Sigma d^2,$$

где r - коэффициент корреляции (показатель уровня самооценки личности).

Ключ к тесту Будасси на самооценку

Коэффициент ранговой корреляции r может находиться в интервале от -1 до +1. Если полученный коэффициент составляет не менее -0,37 и не более +0,37 (при уровне достоверности равном 0,05), то это указывает на слабую незначительную связь (или ее отсутствие) между представлениями человека о качествах своего идеала и о реальных качествах. Такой показатель может быть обусловлен и несоблюдением испытуемым инструкции, но если она выполнялась, то низкие показатели означают нечеткое представление человеком о своем идеальном Я и Я реальном. Значение коэффициента корреляции от +0,38 до +1 - свидетельство наличия значимой положительной связи между Я идеальным и Я реальным. Это можно трактовать как проявление адекватной самооценки или, при r от +0,39 до +0,89, как тенденция к завышению. Значения же от +0,9 до +1 часто выражают неадекватно завышенное самооценивание. Значение коэффициента корреляции в интервале от -0,38 до -1 говорит о наличии значимой отрицательной связи между Я идеальным и Я реальным (отражает несоответствие или расхождение представлений человека о том, каким он хочет быть, и тем, какой он в реальности). Это несоответствие предлагается интерпретировать как заниженную самооценку. Чем ближе коэффициент к -1, тем больше степень несоответствия. В предложенной методике исследования самооценки ее уровень и адекватность определяются как отношение между "Я идеальным" и "Я реальным". Представления человека о самом себе, как правило, кажутся ему убедительными независимо от того, основываются ли они на объективном знании или на субъективном мнении. Процесс самооценивания может происходить двумя путями: 1) путем сопоставления уровня своих притязаний с объективными результатами своей деятельности и 2) путем сравнения себя с другими людьми. Однако независимо от того, лежат ли в основе самооценки собственные суждения человека о себе или интерпретации суждений других людей, индивидуальные идеалы или культурно-заданные стандарты, самооценка всегда носит субъективный характер; при этом ее показателями могут выступать адекватность и уровень. Адекватность самооценивания выражает степень соответствия представлений человека о себе объективным основаниям этих представлений. Уровень самооценки выражает степень реальных и идеальных, или желаемых, представлений о себе. Адекватную положительную самооценку можно приравнять к позитивному отношению к себе, к самоуважению, принятию себя, ощущению собственной полноценности. Низкая или заниженная самооценка, наоборот, может быть связана с негативным отношением к себе, неприятием себя, ощущением собственной неполноценности. В процессе формирования Самооценки важную роль играет сопоставление образов реального Я и Я идеального. Поэтому тот, кто достигает в реальности характеристик, соответствующих идеалу, будет иметь высокую самооценку. Если же человек "малоэффективно" преодолевает разрыв между этими характеристиками и реальностью своих достижений, его самооценка, по всей вероятности, будет низкой. Самооценка и отношение человека к себе тесно связаны с уровнем притязаний, мотиваций и эмоциональными особенностями личности. От самооценки зависит интерпретация приобретенного опыта и ожидания человека относительно самого себя и других людей.

Ключ к тесту

Обработка результатов проводится следующим образом: в колонке d записывается разница между данными колонок Идеал и Я Реальное (из большего числа вычите меньшее).

Далее найдите значения d^2 , $\sum d^2$

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
d																				
d ²																				

В колонке d^2 эта разница возводится в квадрат. После этого числа из колонки d 2 суммируются. $\sum d^2$ это сумма d квадратов. Самооценка определяется по формуле Роджерса (по коэффициенту корреляции рангов):

$r = 1 - (6 \sum d^2 / (n^3 - n))$, где d – разность номеров рангов, n – число рассматриваемых свойств (20).

Интерпретация результата

Если:

- r стремится к +1, то это указывает на завышенную самооценку;
- r стремится к -1, то это указывает на заниженную самооценку;
- при $-0,5 < r < +0,5$ - самооценка нормальная

По вопросам заполнения протокола и обработки результатов теста обращайтесь по телефону 071-466-01-19.