ԵՐԵՎԱՆԻ ՊԵՏԱԿԱՆ ՀԱՄԱԼՍԱՐԱՆ

ՍՈՎՈՐՈՂԻ ԻՆՔՆՈՒՐՈՒՅՆՈՒԹՅԱՆ ԵՎ ՄԱՄՆԱԳԻՏԱԿԱՆ ԻՆՔՆՈՐՈՇՄԱՆ ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ԳՆԱՀԱՏՈՒՄ

(մեթոդական ուղեցույց)

ԵՐԵՎԱՆ
ԵՊՀ ՀՐԱՏԱՐԱԿՉՈՒԹՅՈՒՆ
2017

ՀՏԴ 159.9(072)
ԳՄԴ 88
Ի 660

*Երաշխավորված է գործածության
ՀՀ կրթության և գիտության նախարարի 18.07.17թ N
787- Ա/2 հրամանով*

*Հրատարակության է երաշխավորել
ԵՊՀ փիլիսոփայության և հոգեբանության
ֆակուլտետի գիտական խորհուրդը*

Ի 660 Սովորողի ինքնուրույնության և մասնագիտական ինքնորոշման հոգեբանական գնահատում // մեթոդական ուղեցույց, կազմողներ՝ Վ. Ռ. Պապոյան, Ա. Ս. Գալստյան, Դ. Յու. Սարգսյան, Ե. Բ. Մուրադյան // Եր., ԵՊՀ հրատ., 2017, 78 էջ:

Սույն մեթոդական ուղեցույցը ընդգրկում է մեր կողմից ընտրված, մշակված և տեղայնացված հարցարաններ, թեստեր, վարժություններ և տեխնիկաներ, որոնք նպատակահարմար է կիրառել ուսումնական հաստատություններում սովորողների մասնագիտական ինքնորոշման և ընտրության տարբեր խնդիրների լուծման նպատակով: Այն ուղղված է սովորողների շրջանում հոգեբանամանավարժական գնահատման ճանապարհով խթանել անձնային այնպիսի որակների ճանաչում և գիտակցում, որոնք կարող են նպաստել ինքնորոշվելու մասնագիտության ընտրության հարցերում, լինել տեղեկացված, մոտիվացված և որ ամենակարևորն է՝ կոմպետենտ՝ որպես ապագա մասնագետ:

Մեթոդական ուղեցույցը մշակվել է ՀՀ ԿԳՆ ԳՊԿ-ի կողմից իրականացվող ֆինանսական աջակցության շնորհիվ՝ N 15T5A078 «Երիտասարդների մասնագիտական կոմպետենտության ապահովումը ինքնուրույնության խթանման ճանապարհով» գիտական թեմայի շրջանակներում:

ՀՏԴ 159.9(072)
ԳՄԴ 88

ISBN 978-5-8084-2203-2

© ԵՊՀ հրատ., 2017
© Հեղ. խումբ, 2017

ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆ

ՆԱԽԱԲԱՆ **5**

1. ԹԵՍՏԵՐ ԵՎ ՀԱՐՑԱՐԱՆՆԵՐ

ԻՆՔՆՈՒՐՈՒՅՆՈՒԹՅԱՆ ՀԱՐՑԱՐԱՆ 9

ՆԱԽԱՁԵՌՆՈՂՈՒԹՅԱՆ ՀԱՐՑԱՐԱՆ 13

ՄԱՄՆԱԳԻՏԱԿԱՆ ԻՆՔՆՈՐՈՇՄԱՆ ԳՆԱՀԱՏՈՒՄ 15

ՄԱՄՆԱԳԻՏԱԿԱՆ ՈՒՂՂՎԱԾՈՒԹՅԱՆ ԱԽՏՈՐՈՇԻՉ ՀԱՐՑԱՐԱՆ 22

ԿԵՏԵԼԻ ԱՆՁՆԱՅԻՆ ՀԱՐՑԱՐԱՆ 26

ԼՈԿՈՒՍ ՀՍԿՄԱՆ ՀԱՐՑԱՐԱՆ 46

ՀԱՋՈՂՈՒԹՅԱՆ ՄՈՏԻՎԱՑԻԱՅԻ ԵՎ ԱՆՀԱՋՈՂՈՒԹՅՈՒՆԻՑ ԽՈՒՍԱՓՄԱՆ ՀԱՐՑԱՐԱՆ 52

ԱՆՁԻ ՄՈՏԻՎԱՑԻՈՆ ՈԼՈՐՏԻ ՀԱՐՑԱՐԱՆ 55

2. ՎԱՐԺՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ ԵՎ ՏԵԽՆԻԿԱՆԵՐ

Վարժություն 1. ԱՍՈՑԻԱՏԻՎ ՓՈՐՁԱՌՈՒԹՅՈՒՆ 66

Վարժություն 2. ՀԱՐՈՒՍՏ ԸՆԿԵՐ 66

Վարժություն 3. ՄԵՎ ԽՈՌՈՉ – ԻՐԱԴԱՐՁՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ՀՈՐԻԶՈՆ 67

Վարժություն 4. ՍԱՀՄԱՆԱՓԱԿ ԿԱՐՈՂՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐՈՎ ԱՆՁԻ ՀՆԱՐԱՎՈՐՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ԳՆԱՀԱՏՈՒՄԸ ԱՇԽԱՏԱՇՈՒԿԱՅՈՒՄ 68

Տեխնիկա 1. ՄԱՄՆԱԳԻՏՈՒԹՅՈՒՆԸ ՀԵՔԻԱԹԱՅԻՆ ԹԱԳԱՎՈՐՈՒԹՅՈՒՆՈՒՄ 69

Տեխնիկա 2. ՄԱՄՆԱԳԻՏՈՒԹՅԱՆ ՆԱԽԸՆՏՐՈՒԹՅՈՒՆ ԵՎ ՀԱՄԱՊԱՏԱՍԽԱՆՈՒԹՅՈՒՆ 73

ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ 76

ՆԱԽԱԲԱՆ

Կրթական համակարգում ապագա մասնագետների կայացման համար կարևոր դեր են խաղում ***մասնագիտության մեջ ինքնորոշումը***, մասնագետների և աշխատաշուկայի պահանջարկի համապատասխանությունը, ինչին հնարավոր է հասնել հոգեբանամանկավարժական աջակցմամբ և ուղղորդմամբ:

Եթե մինչ այժմ ուսումնառության մեջ մեզ հասած ժառանգությունը իմաստավորվել է մասնագիտական կողմնորոշման ճանապարհով, այն եղել է արդարացված, քանզի ապագա մասնագետները աշխատանքի են ուղղորդվել ըստ ստացված որակավորման: Փոփոխվող հասարակության պայմաններում այն չունի արդյունավետություն, քանի որ ապագա մասնագետները (դեռահասներ, պատանիներ, երիտասարդներ) կրթությունը ստանալուց հետո աշխատանքի ընտրությունը կատարում են ինքնուրույն կողմնորոշվելով, ելնելով պահանջարկից: Այսինքն, այսօր առավել կարևոր է ապագա մասնագիտության համար ***ինքնորոշումը*** սեփական անձի հնարավորությունների և կարողությունների ***գիտակցման*** ճանապարհով, ոչ թե մասնագիտական կողմնորոշում՝ դրանց ***գնահատման*** միջոցով: Այս առումով կարևորում ենք հոգեբանական աջակցումն ու խթանումը ավելի վաղ՝ դեռահասության տարիքում, ինչը հնարավոր է իրականացնել համապատասխան տեղեկատվության լայնածավալ կիրառմամբ և դեռահասների շրջանում հոգեբանական ինքնաճանաչման, ինքնագիտակցման ձևավորման և զարգացման ճանապարհով:

Սովորողի մասնագիտական ինքնորոշմանը կարելի է մոտենալ որոշակի հիերարխիայով. մանկական տարիքի խաղային գործունեության առանձնահատկություններից՝ թե ուր են ուղղված եղել հետաքրքրությունները (ինչպիսի դերեր, հերոսներ, կերպարներ և այլ), մինչև հասուն տարիքում՝ ընդունակություններով պայմանավորված՝ մասնագիտության ընտրություն և իրացում: Հիերարխիայի յուրաքանչյուր շերտ «պատասխանատու է» տարիքային այս կամ այն փուլի համար: Այսպես. դեռահասի պատկերացումներն ու երազանքները որոշակի համակրանք, կամ նույնիսկ հրապուրաքն են ձևավորում կոնկրետ մասնագիտության հանդեպ, իսկ արդեն պատանեկան տարիքում դրանք նախահիմք են դառնում արժեհամակարգի համար: Ապագա մասնագետը կա-

յացնում է իր որոշումը, ընտրում է մասնագիտությունն ու ծավալում սկզբում ուսումնական, այնուհետև մասնագիտական գործունեությունը:

Հանրակրթական հաստատություններն այսօր նոր պահանջներ են առաջացնում ապագա երիտասարդների համար: Դրանցից ամենակարևորներից է մասնագիտական կոմպետենտության, որպես իրազեկվածության, ապահովումը: Ավագ դպրոցականների և երիտասարդների մոտ մասնագիտական կոմպետենտությունը կարող է նպաստել ապագա մասնագիտության ընտրության հնարավորությունների ընդլայնմանը, արդյունավետ ինքնորոշմանը: Մասնագիտական ինքնորոշումը ապահովում է որոշակի պատրաստվածություն ապագա մասնագիտության ընտրության համար: Ելնելով այն հանգամանքից, որ կրթական հաստատությունը պետք է ապահովի ոչ միայն գիտելիքներով, այլև այս կամ այն երևույթի մասին գործնականում ինքնուրույն վերլուծություններ և եզրահանգումներ կատարելու փորձառությամբ, անհրաժեշտ է ուսումնառության ընթացքում հաշվի առնել սովորողների՝ որպես ապագա մասնագետների, կոմպետենցիաների ձևավորման գործընթացը ևս: Կոմպետենցիաները, որպես անձի գիտելիքների, կարողությունների, հմտությունների, գործունեության ձևերի փոխկապակցված համախումբ, ձևավորվում են ուսումնական գործընթացներում, տարբեր առարկաների տիրապետման շնորհիվ և ծառայում են ապագա արդյունավետ գործունեության իրականացմանը: Համապատասխան կոմպետենցիաներին տիրապետելը և գործունեության հանդեպ ձևավորված հստակ պատկերացումներն ու վերաբերմունքը ապահովում են մասնագիտական կոմպետենտությունը երիտասարդ տարիքում:

Մեր կողմից իրականացվող ծրագրի շրջանակներում դուրս են բերվել մասնագիտական կոմպետենտության բաղադրիչները: Առանձնակի կարևորվել են մասնագիտական կոմպետենտության և ինքնիրացման էական նշանակությունները, համադրություններն ու տարբերությունները: Կոմպետենտության տեսանկյունից կարևորվել է՝

- համապատասխան գիտելիքի տիրապետումը,
- մասնագիտական նույնականացումը,
- նպատակի և դրան հասնելու միջոցների հստակությունը,
- պարտականության գիտակցումը,
- գործին ուղղված պատասխանատվության զգացումը,

- մասնագիտական գործունեության մեջ հնարավոր խնդրի կանխատեսումը,
- անձնային և մասնագիտական որակների փոխլրացումն ու համադրումը,
- աշխատանքի արդյունքի կարևորումն ու պահանջարկը…

Կոմպետենտության համար կարևորվում է նպատակների հստակությունն ու հաստատությունը, իսկ մանսագիտական ինքնիրացման համար՝ ճկունությունն ու նպատակների բազմազանությունը: Երբ դիտարկում ենք կոմպետենտությունն ու ինքնիրացումը ինքնուրույնության տեսանկյունից, ապա նույնպես հանգում ենք հակադրության. Կոմպետենտությունը չի պարտադրում ինքնուրույնություն, նույնիսկ սահմանափակում է այն, իսկ ինքնիրացման համար ինքնուրույնության ցուցանիշները կարող են միայն համալրվել ու նորովի զարգանալ:

Ինքնուրույնության համար անհրաժեշտ նախապայմաններ են հանդիսանում որոշման կայացումը, ներքին ազատությունը, պատասխանատվության գիտակցումը, կայացման ձգտումը, ինչին հնարավոր է հասնել գիտելիքի, մասնագիտության նախընտրության և պահանջարկի համապատասխանությամբ, արժեհամակարգի ձևավորմամբ, մատչելի տեղեկատվության ապահովմամբ և այլն...

Ինքնուրույնության խթանման համար անհրաժեշտ է կարևորել համապատասխան մոտեցումներն ու սպասումները ինչպես տարիքային տարբեր փուլերում, այնպես էլ կրթական տարբեր աստիճաններում: Մանկության տարիներին ազատ և դերային խաղերի առաջադրմամբ երեխային կարելի է ուղղորդել, հետևել նրա ընտրության սկզբնական քայլերին, սովորեցնել պատասխանատվություն կրել սեփական ընտրության համար: Ավելի ուշ, դպրոցական տարիքում առավել կարևորվում է գիտելիքը, իմացությունը, ինչը թելադրվում է մեծի կողմից, և այս առումով ինքնուրույնության խթանումը զուգահեռ դժվար է իրականացնել:

Սեփական անձի հետաքրքրությունների և ապագա մասնագիտության սկզբնական ինքնորոշման քայլերը կարող են իրականանալ վաղ դեռահասության տարիքում: Եթե տեղեկացվածությունը, մասնագիտությունների մասին պատկերացումները բավարար լինեն ինքնորոշման համար, ապա ուսումնական հաստատություններում սովորողները կա-

րող են ինքնուրույն կողմնորոշվել սպասվող հոսքային ընտրության համար, այսինքն կայացնել որոշում՝ որպես ապագա մասնագետ:

Մեր կողմից տարիների ընթացքում մշակվել են մասնագիտական ինքնորոշումը խթանող մի քանի գնահատման գործիքներ, որոնք փորձարկվել և տեղայնացվել են հանրակրթական և բուհական հաստատությունների սովորողների շրջանում: Ներկայացվող մեթոդական ուղեցույցն ընդգրկում է նաև տեղայնացված հայտնի հոգեբանական թեստեր, գործնական վարժություններ և տեխնիկաներ, որոնք ևս անցել են փոձարկման ճանապարհ:

ԻՆՔՆՈՒՐՈՒՅՆՈՒԹՅԱՆ ՀԱՐՑԱՐԱՆ

Հրահանգ. Յուրաքանչյուր հարցի համար ընտրեք ա), բ), գ) տարբերակներից որևէ մեկը:

1. Սովորաբար ինչպես եք պատրաստվում դասերին և դպրոցական պարապմունքներին.

ա) վստահելով սեփական ուժերին, աշխատասիրության միջոցով

բ) դիմելով համադասարանցիների և ուսուցիչների օգնությանը

գ) հույսը դնելով ուրիշների վրա:

2. Երբ ունենում եք որոշման կայացման խնդիր, ինչպես եք այն իրականացնում.

ա) մշտապես այլ մարդկանց խորհուրդով

բ) երբեմն խորհրդակցելով մտերիմ մարդկանց հետ

գ) հույսը դնելով սեփական փորձի և գիտելիքների վրա:

3. Ինչպես եք ընտրում մտերիմ ընկեր.

ա) առաջնորդվելով այլ մարդկանց կարծիքներով

բ) մտերիմների հետ խորհրդակցելով

գ) առաջնորդվելով միայն սեփական կարծիքով:

4. Ինչպես եք պնդում Ձեր սեփական կարծիքը ընկերական միջավայրում.

ա) մշտապես, բոլոր հանգամանքներում

բ) վիճաբանելով, փորձելով չոտնահարել դիմացինի կարծիքը

գ) դժվարանում եմ պահպանել:

5. Ինչպես եք պնդում Ձեր սեփական կարծիքը ընտանիքում.

ա) մշտապես, անկախ հանգամանքից

բ) մեծմասամբ դեմ գնալով, պահպանելով իմը

գ) հազվադեպ եմ կարողանում պահպանել:

6. Ինչպես եք Ձեզ դրսևորում ուսումնական, հասարակական և մտավոր ոլորտներում.

ա) մշտապես ընդունելով մյուսների առաջարկները

բ) հասարակական աշխատանքներում ակտիվություն ցուցաբերելով

գ) առաջնահերթ ուսմամբ տարվելով:

7. Ինչպես եք հետևում սեփական առողջությանը.
ա) հազվադեպ ուշադրություն դարձնելով
բ) մեծերի խորհրդով
գ) մշտապես հետևողական եմ:
8. Իմ հետաքրքրություններում կողմնորոշված եմ՝
ա) դեպի ապագա մասնագիտությանը
բ) տատանվելով մի քանի բնագավառների միջև
գ) դեռևս կողմնորոշված չեմ:
9. Սիրում եք հաջողության հասնել.
ա) դիմելով փորձառուների աջակցությանը
բ) կենտրոնանալով գործին
գ) վստահելով սեփական ուժերին:
10. Ինչպես կկազմակերպեք Ձեր կենցաղը, եթե մենակ լինեք.
ա) առանց որևէ դժվարության
բ) կհետաձգեմ գործերը, մինչև օգնողներ լինեն
գ) կդժվարանամ:
11. Ինչ որոշում կկայացնեք դպրոցն ավարտելուց հետո.
ա) կշարունակեմ ուսումս հաշվի առնելով սեփական նախասիրություններս ու գիտելիքներս
բ) կառաջնորդվեմ ծնողներիս և մտերիմներիս խորհուրդներով
գ) կդժվարանամ որոշում կայացնել:
12. Ինչը դեր կխաղա Ձեր ապագա աշխատանքի ընտրության մեջ.
ա) պահանջարկը և աշխատատեղի հնարավորությունը
բ) կապերը, ծանոթներից ստացված տեղեկությունները
գ) կսպասեմ առաջարկի:
13. Եթե տանը ինչ-որ իր փչանում է, ապա Դուք՝
ա) կփորձեմ վերականգնել այն
բ) կդիմեմ մեծի օգնությանը
գ) դեն կնետեմ:
14. Եթե պետք է կատարեք կարևոր առաջադրանք, ապա
ա) կառաջնորդվեմ մասնագետի կարծիքով
բ) կփորձեմ խորհրդակցել մեծի հետ
գ) կկենտրոնանամ գործին լիովին:

15. Ձեզ համար կարևոր է.
ա) ուսումնական գործընթացին հարմարվելը
բ) գիտելիքներն ու իմացությունը
գ) բարձր առաջադիմությունը:
16. Երբ հանդիպում եք դժվարությունների՝
ա) հիասթափվում եք
բ) փորձում եք կանգ առնել, կշռադատել
գ) ավելի եք կենտրոնանում անելիքների վրա: 17.
17. Կարողանում եք հետևել Ձեր հագուստին
ա) այո
բ) մեծի օգնությամբ
գ) ոչ:
18. Երբ հստակ որոշում եք կայացնում, ապա կարևորում եք՝
ա) այլ մարդկանց հավանությունը
բ) մեծերի խորհուրդը
գ) սեփական կարծիքում համոզվածությունը:
19. Երբ հայտնվում եք անծանոթների միջավայրում, ապա՝
ա) ակտիվություն եք ցուցաբերում ծանոթության նպատակով
բ) ընդառաջում եք դիմացինի ակտիվությանը
գ) ոչինչ չեք ձեռնարկում:
20. Հասարակական կարծիքի հանդեպ ունեք հետևյալ մոտեցումը՝
ա) անտեսում եք
բ) ընդունում եք մասամբ
գ) ընդունում եք լիովին:

Թեստի բանալի.

Եթե հարցվողը ընտրել է **ա)** տարբերակը 1, 4, 5, 8, 10, 11, 12, 13, 17, 19 և 20 հաստատումների համար, ապա յուրաքանչյուր համընկնման դեպքում ստանում է 2 միավոր:

Եթե ընտրել է **գ)** տարբերակը 2, 3, 6, 7, 9, 14, 15, 16 և 18 հաստատումների համար, ապա յուրաքանչյուր համընկնման դեպքում ստանում է 2 միավոր:

Եթե հարցվողն ընտրել է միջին՝ **բ)** տարբերակը, ապա ստանում է 1 միավոր:

Ստացված արդյունքները գումարվում են:

Արդյունքների մեկնաբանություն.

27-40 միավոր – անտարբեր, չեզոք վերաբերմունք այլ մարդկանց կարծիքին, լիովին ինքնուրույնություն, որը կարող է նույնիսկ հասնել համառության, ինքնավստահության: Այս ցուցանիշը կարող է հանգեցնել լրացուցիչ սահմանափակումների, տարբեր պարագաներում գերվստահության և նպատակին ամեն գնով հասնելու անսահման ձգտման:

13-26 միավոր – բնութագրվում է անձի հուսալիությամբ և կայունությամբ, դժվարությունների հանդեպ դիմացկունությամբ և հարմարվողականությամբ: Այս ցուցանիշների դեպքում առկա է իրատեսական վստահություն սեփական ուժերի հանդեպ, նաև գնահատվում է շրջապատողների կարծիքը, որոնց կողմից անձը ճանաչվում և գնահատվում է:

0-12 միավոր – բնութագրվում է սեփական անձի հանդեպ անվստահությամբ, շրջապատից կախվածությամբ, անորոշությամբ:

ՆԱԽԱՁԵՌՆՈՂՈՒԹՅԱՆ ՀԱՐՑԱՐԱՆ

1. Ի՞նչ կանես, եթե խանութում գտնես ինչ-որ մեկի դրամապանակը:
2. Ի՞նչ կանես, եթե կորցրել ես ուրիշի իրը:
3. Ո՞ր դեպքերում են դիմում ոստիկանի:
4. Ինչպե՞ս դու կվարվես, եթե քեզնից փոքրը սկսի կռվել քեզ հետ:
5. Ի՞նչ կանես, եթե տեսնես փողոցում կանգնած երեխայի ուղղությամբ սլացող մեքենան:
6. Ինչու՞ է ավելի հարմար շենքը կառուցել քարից, այլ ոչ թե պանելից:
7. Ինչու՞ են կանանց և երեխաներին պատերազմական իրավիճակներում տեղահանում:
8. Ինչու՞ են հանցագործներին մեկուսացնում:
9. Ինչու՞ է թանկ ապրանքը ավելի հարմար գնել խոշոր թղթադրամով, քան մանրադրամներով:
10. Ինչու՞ է սննդամթերքի վրա ժամկետ նշվում:
11. Ինչու՞ է ավելի հարմար դրամը փոխանցել բարեգործական հիմնադրամ, քան տալ մուրացկանի:
12. Ինչու՞ են ընտրությունները կատարում փակ, գաղտնի քվեարկությամբ:
13. Ինչու՞ է ավելի հարմար քաղաքից դուրս զբոսանքի գնալուց օգտվել միանգամվա սպասքից:
14. Ինչու՞ է անհրաժեշտ կատարել խոստումը:
15. Ինպե՞ս կմեկնաբանեք հետևյալ ասացվածքը. «Ամեն փայլող բան ոսկի չէ»:
16. Ինչու՞ ենք ընտրում պատգամավորներ:
17. Ինչու՞ համար են ներմուծվում նոր գաղափարները:
18. Ի՞նչ կանես, եթե քո փոխարեն մեկ ուրիշն է որոշում կայացրել քեզ վերաբերող կարևոր հարցում:
19. Ինչպե՞ս կմեկնաբանես այս արտահայտությունը. «Այսօրվա գործը վաղվան մի թողնիր»:
20. Ե՞րբ է արդարացվում համառություն ցուցաբերելը:

Թեստի բանալի.

Յուրաքանչյուր պատասխան գնահատվում է **2 միավոր**, եթե հարցվողը տվել է հստակ պատասխան (նույնիսկ մեկից ավելի), որում երևում է սեփական կարծիքը կամ գործողությունը:

Յուրաքանչյուր պատասխան գնահատվում է **1 միավոր**, եթե հարցվողը պատասխանի մեջ դիմում է մեծահասակի կամ այլ մարդու աջակցությանն ու միջամտությանը:

Յուրաքանչյուր պատասխան գնահատվում է **0 միավոր**, եթե հարցվողը դժվարանում է հիմնավորում գտնել:

Արդյունքների մեկնաբանություն.

27-40 միավոր – այս ցուցանիշը բնութագրվում է նախաձեռնողության բարձր մակարդակով, որը բնորոշ է անկախություն սիրող ինքնուրույն անձանց:

13-26 միավոր – այս ցուցանիշների դեպքում առկա է նախաձեռնողության միջին մակարդակ, որում արժևորվում է այլ մարդկանց, մեծահասակների խորհուրդը, օգնությունը և միջամտությունը:

0-12 միավոր – բնութագրվում է սեփական անձի հանդեպ անվստահությամբ, շրջապատից կախվածությամբ, ինքնուրույնության և նախաձեռնողության թույլ արտահայտվածությամբ:

Հիշեցում. *Հարցարանը համապատասխանում է Վեքսլերի ինտելեկտի սանդղակի (1974) 9-րդ ենթաթեստին:*

ՄԱՄՆԱԳԻՏԱԿԱՆ ԻՆՔՆՈՐՈՇՄԱՆ ԳՆԱՀԱՏՈՒՄ

Հրահանգ. - Դասակարգեք նշված առարկաները ըստ ստորև ներկայացված առաջադրանքների, յուրաքանչյուրին տալով իր կարգային համարը:

Որ առարկային եք պալիս նախընտրություն Ձեր ապագա մասնագիտության համար (1-շատ նախընտրելի, 21-քիչ նախընտրելի)	**ԱՌԱՐԿԱՆԵՐ**	***Որ առարկայից ստացված գիտելիքներն են բավարարում Ձեր հետագա զարգացման համար*** (1-լիովին բավարար, 21- ոչ բավարար)	
	Հայոց լեզու		
	Հայ գրականություն		
	Մաթեմատիկա		
	Ֆիզիկա		
	Քիմիա		
	Կենսաբանություն		
	Պատմություն		
	Աշխարհագրություն		
	Ինֆորմատիկա և ՏՀՏ		
	Օտար լեզու		
	Ֆիզկուլտուրա		
	ՆԶՊ		
	Քաղաքագիտություն		

	Տնտեսագիտություն		
	Հոգեբանություն		
	Բարոյագիտություն		
	Արվեստի պատմություն		
	Կենցաղային տեխնիկա		
	Արտասահմանյան գրակ.		
	Հռետորական արվեստ		
	Սպորտային խմբակ		

Նշեք Ձեզ շատ հետաքրքրող մի քանի առարկա.

_____

_____

_____

ՀԱՇՎԱՐԿ ԵՎ ՄԵԿՆԱԲԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

Թերթիկի աջ մասում, դատարկ սյունակում յուրաքանչյուր տողում պետք է նշվի գնահատված կարգերի տարբերությունը: Մեծ արժեքները կվկայեն գիտելիքի և նախասիրության տարբերության մասին, իսկ չնչին տարբերությունները՝ համապատասխանության մասին:

Լրացուցիչ նշումները ևս համեմատվում են վերը նշված կարգային գնահատումների հետ և մեկնաբանվում են որակապես:

<u>ՀԱՎԱՍՏՈՒՄ</u>. Գիտականորեն կարելի է դուրս բերել կոռելյացիոն գործակից՝ ռանգային վերլուծության ճանապարհով, որի նշանակությունը գերազան-

ցելու պարագայում, կարող ենք փաստել աշակերտի առարկայական ուղղվածության և կողմնորոշման միջև աղեկվատության մասին: Բանաձևն ունի հետևյալ տեսքը. $\rho = 1 - \frac{6\sum_{i=1}^{n} d_i^2}{n(n^2-1)}$, որտեղ n-ը առարկաների քանակն է, իսկ d^2-ն կարգերի տարբերությունների քառակուսիների գումարը: n=21 դեպքի համար պետք է ստացված հաստատունը (0.00068) բազմապատակել հաշվարկված քառակուսային գումարով և 1-ից հանել ստացվածը: Որքան ստացված գործակիցը գերազանցի աղյուսակային նշանակությունը (0.369), այնքան համապատասխանությունը մեծանում է երկու կարգային գնահատումների միջև:

Աշակերտի մասնագիտական ինքնորոշման ամբողջական պատկերն ունենալու համար պետք է աշխատանքը շարունակվի նմանատիպ այլ գնահատումով, որը վերաբերում է մասնագիտություններին և պահանջարկին:

Հրահանգ. - Դասակարգեք նշված մասնագիտությունները ըստ ստորև ներկայացված առաջադրանքների, յուրաքանչյուրին տալով իր կարգային համարը:

Որ մասնագիտությանն եք պալիս նախընտրություն Ձեր ապագայի համար (1-շատ նախընտրելի, 21-քիչ նախընտրելի)	**ՄԱՍՆԱԳԻՏՈՒԹՅՈՒՆ**	***Որ մասնագիտությունն եք համարում պահանջարկ ունեցող*** (1-լիովին բավարար, 21- ոչ բավարար)	
	Լեզվաբան		
	Գրականագետ		
	Մաթեմատիկոս		
	Ֆիզիկոս		
	Քիմիկոս		
	Կենսաբան		
	Պատմաբան		
	Աշխարհագրագետ		
	Ծրագրավորող		
	Օտար լեզվի մասնագետ		
	Ձինվորական		
	Քաղաքագետ		
	Տնտեսագետ		
	Հոգեբան		
	Արվեստաբան		
	Սպորտսմեն		
	Բժիշկ		

	Իրավաբան		
	Ինժեներ		
	Հաշվապահ		
	Ոստիկան		

Նշեք Ձեզ շատ հետաքրքրող մասնագիտական ոլորտ

_____

_____

_____

ՀԱՇՎԱՐԿ ԵՎ ՄԵԿՆԱԲԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

Թերթիկի աջ մասում, դատարկ այունակում յուրաքանչյուր տողում պետք է նշվի գնահատված կարգերի տարբերությունը: Մեծ արժեքները կվկայեն մասնագիտության ընտրության և դրա պահանջարկի անհամապատասխանության մասին, իսկ չնչին տարբերությունները՝ ավելի շատ ցույց կտան ինքնորոշման աստիճանը: Եթե երկու առանձին գնահատումների համար տարբերությունների կարգերը միմյանցից էապես չեն տարբերվում, կարող ենք փաստել, որ աշակերտն ունի մասնագիտական ինքնորոշման բարձր մակարդակ:

Լրացուցիչ նշումները ևս համեմատվում են վերը նշված կարգային գնահատումների հետ և մեկնաբանվում են որակապես:

<u>ՀԱՎԱՍՏՈՒՄ</u>. Գիտականորեն կարելի է դուրս բերել կոռելյացիոն գործակից՝ ռանգային վերլուծության ճանապարհով, որի նշանակությունը գերազանցելու պարագայում, կարող ենք փաստել աշակերտի առարկայական ուղղվածության և կողմնորոշման միջև աղեկվատության մասին: Բանաձևն ունի

հետևյալ տեսքը. $\rho = 1 - \frac{6\sum_{i=1}^{n} d_i^2}{n(n^2-1)}$, որտեղ n-ը մասնագիտությունների քանակն է, իսկ d^2-ն կարգերի տարբերությունների քառակուսիների գումարը: n=21 դեպքի համար պետք է ստացված հաստատունը (0.00068) բազմապատակել հաշվարկված քառակուսային գումարով և 1-ից հանել ստացվածը: Որքան ստացված գործակիցը գերազանցի աղյուսակային նշանակությունը (0.369), այնքան համապատասխանությունը մեծանում է երկու կարգային գնահատումների միջև:

Մասնագիտական ինքնորոշման ցուցանիշները կարող են համադրվել զրույցի, հարցազրույցի մեթոդներով, որոնք իրականացնելու ընթացքում ցանկալի է առաջնորդվել հետևյալ ուղղորդող հարցերով և հաստատումներով.

Ի՞նչ եք պատրաստվում անել հիմնական դպրոցն ավարտելուց հետո.

- ստանալ նախնական մասնագիտական կրթություն
- ստանալ միջին մասնագիտական կրթություն
- շարունակել ուսումն ավագ դպրոցում
- աշխատել, կատարել այն աշխատանքը, ինչը հնարավոր է
- աշխատել, ձեռք բերել հմտություններ հետագա մասնագիտություն ձեռք բերելու համար
- դեռ չեմ կողմնորոշվել

Ի՞նչը կարող է նպաստել մասնագիտություն ընտրելուն

- բարձրագույն ուսումնական հաստատությունը
- ծնողների ստացած մասնագիտությունը
- ծնողների առաջարկը
- ծնողների թելադրանքը
- այն, որ նախնական ընտրությունը մեծերի կողմից հավանության է արժանանում
- առարկայական նախասիրությունը և դրա մեջ խորանալու ցանկությունը

- տվյալ մասնագիտության համար անհրաժեշտ նախադրյալների առկայությունը
- մասնագիտության վարկանիշը
- մասնագիտության պահանջարկը
- մեծերի, շրջապատող հեղինակավոր անձանց խորհուրդները
- ընկերական միջավայրի ազդեցությունը - դեռ չեմ կողմնորոշվել:

ՄԱՄՆԱԳԻՏԱԿԱՆ ՈՒՂՂՎԱԾՈՒԹՅԱՆ ԱԽՏՈՐՈՇԻՉ ՀԱՐՑԱՐԱՆ

Հրահանգ *- եթե Դուք ունենայիք աշխատանքի հնարավորություն, նշված տարբերակներից որը կնախընտրեիք. (համապատասխան ա) կամ բ) տարբերակի մոտ որևէ նշում կատարեք)*

1

ա) Խնամել կենդանիներին

բ) Սպասարկել մեքենաները:

2

ա) Օգնել հիվանդներին

բ) Կազմել աղյուսակներ, սխեմաներ, համակարգչային ծրագրեր:

3

ա) Հետևել գրքային ձևավորումների, գեղարվեստական բացիկների, պլակատների որակին

բ) Հետևել բույսերի զագացմանը, վիճակին:

4

ա) Մշակել նյութեր (փայտ, կտոր, մետաղ և այլն)

բ) Ապրանքները հասցնել սպառողներին (գովազդել, վաճառել):

5

ա) Քննարկել գիտահանրամատչելի գրքեր և հոդվածներ

բ) Քննարկել գեղարվեստական գրքեր:

6

ա) Աճեցնել որևէ տեսակի մատղաշ կենդանի

բ) Մարզել հասակակիցներին (կամ փոքրերին):

7

ա) Պատրաստել նկարների, երաժշտական գործիքների պատճեներ

բ) Վարել որևէ փոխադրամիջոց (բեռնատար, մարդատար):

8

ա) Մարդկանց տեղեկացնել, բացատրել անհրաժեշտ տեղեկություններ (տեղեկատվական բյուրոյում, էքսկուրսիայի ժամանակ և այլն):

բ) Կատարել ցուցահանդեսների, պիեսների կամ ցուցափեղկերի գեղարվեստական ձևավորում:

9

ա) Վերանորոգել իրեր (հագուստ, տեխնիկա), բնակարան

բ) Ուղղել տեքստերի սխալները:

10

ա) Բուժել կենդանիներին

բ) Կատարել հաշվարկներ:

11

ա) Ստեղծել նոր տիպի բույսեր

բ) Կառուցել, նախագծել նոր սարքավորումներ:

12

ա) Պարզաբանել վիճաբանություններ, համոզել, բացատրել, խրախուսել, պատժել

բ) Ճշգրտել գծագրեր, սխեմաներ և այլն:

13

ա) Դիտել, ուսումնասիրել ստեղծագործական ինքնագործունեության խմբակի աշխատանքը

բ) Դիտել, ուսումնասիրել մանրէների կյանքը:

14

ա) Սպասարկել, կարգավորել բժշկական սարքավորումները

բ) Մարդկանց բժշկական օգնություն ցուցաբերել:

15

ա) Կազմել ճշգրիտ նկարագրություններ երևույթների, իրադարձությունների և չափվող օբյեկտների մասին

բ) Գեղարվեստորեն նկարագրել, պատկերել իրադարձությունները:

16

ա) Կատարել լաբորատոր անալիզներ հիվանդանոցում

բ) Ընդունել, հետազոտել հիվանդներին, նշանակել բուժում:

17

ա) Ներկել շինությունների պատերը

բ) Շենքի մոնտաժ կամ մեքենայի հավաքում իրականացնել:

18

ա) Կազմակերպել հասակակիցների կամ կրտսեր ընկերների մշակութային արշավները, այցելությունները ցուցահանդես, թատրոն և այլն

բ) Խաղալ բեմում, մասնակցել համերգների:

19

ա) Գծագրերով դետալներ պատրաստել, կառուցել շենքեր

բ) Զբաղվել գծագրությամբ, պատճենահանել գծագրեր, քարտեզներ:

20

ա) Պայքարել բույսերի հիվանդությունների և ընդհանրապես բուսական աշխարհի վնասատուների դեմ

բ) Աշխատել ստեղնաշարով մեքենաների վրա:

ԱՐԴՅՈՒՆՔՆԵՐԻ ՄՇԱԿՈՒՄ

Յուրաքանչյուր հարցի ընտրված տարբերակի համար կատարվում է նշում ստորև բերված պատասխանների թերթիկում: Այնուհետև յուրաքանչյուր սյունակի համար հաշվարկվում է գումարային բալ: Սյունակների վերջին տողի նշանակումները վերաբերում են գործունեության տարբեր ոլորտների: Դրանք են՝ «մարդ-բնություն», «մարդ-տեխնիկա», «մարդ-մարդ», «մարդ-նշանային համակարգ» և «մարդ-գեղարվեստական պատկեր»:

Պատասխանների թերթիկ

1ա	1բ	2ա	2բ	3ա
3բ	4ա	4բ	5ա	5բ
6ա		6բ		7ա
	7բ	8ա		8բ
	9ա		9բ	
10ա			10բ	
11ա	11բ	12ա	12բ	13ա
13բ	14ա	14բ	15ա	15բ
16ա		16բ		17ա
				18բ
	17բ	18ա		
	19ա		19բ	
20ա			20բ	
Մ-Բ	Մ-Տ	Մ-Մ	Մ-Ն	Մ-Գ

Գումարային առավելագույն բալը վկայում է գործունեության համապատասխան ոլորտի նկատմամբ անձի ուղղվածության մասին:

ԿԵՏԵԼԻ ԱՆՁՆԱՅԻՆ ՀԱՐՑԱՐԱՆ

Հրահանգ. Ձեզ առաջարկվում են հարցեր, որոնք թույլ կտան բացահայտել Ձեր որոշ անձնային որակներ: Յուրաքանչյուր հարց ունի պատասխանների երեք հնարավոր տարբերակ՝ ա), բ), գ) Պատասխանելիս Դուք պետք է ընտրեք դրանցից մեկը, որը Ձեր կարծիքով ավելի ճիշտ է արտահայտում Ձեր տեսակետը, և պատասխանների թերթիկում տվյալ հարցի համարի դիմաց նշում կատարեք՝ տարբերակի տառին համապատասխան: Աշխատեք հնարավորին չափ քիչ ընտրել միջին տարբերակը, որը գրեթե միշտ համապատասխանում է անորոշ պատասխանին:

Պատասխանելիս երկար մի խորհեք մանրուքների վրա և մի ծախսեք շատ ժամանակ, տվեք այն պատասխանը, որը առաջինն է հայտնվում մտքում:

1. Ես կարծում եմ, որ իմ հիշողությունը հիմա ավելի լավ է, քան առաջ էր.

   ա) այո, բ) դժվար է ասել, գ) ոչ:

2. Ես լիովին կկարողանայի ապրել մենակ՝ մարդկանցից հեռու.

   ա) այո, բ) երբեմն, գ) ոչ:

3. Եթե ես ասեի, որ երկինքը գտնվում է ներքևում, իսկ ձմռանը շոգ է, ապա հանցագործին պետք է անվանեի՝

   ա) ավազակ, բ) սուրբ, գ) ամպ:

4. Երբ ես պառկում եմ՝ քնում եմ.

   ա) արագ, բ) ինչ-որ միջին, գ) դժվարությամբ:

5. Եթե ես մեքենա վարեի ճանապարհով, որտեղ շատ ուրիշ մեքենաներ կան, ես կնախընտրեի.

   ա) առաջ թողնել մեքենաների մեծ մասին, բ) չգիտեմ,

   գ) վազանցել բոլոր առջևից ընթացող մեքենաներին:

6. Ընկերախմբում ես հնարավորություն եմ տալիս մյուսներին կատակել և պատմել զանազան պատմություններ.

   ա) այո, բ) երբեմն, գ) ոչ:

7. Ինձ համար կարևոր է, որ շրջապատող ամեն ինչում անկարգություն չլինի.

ա) ճիշտ է, բ) դժվար է ասել, գ) ճիշտ չէ:

8. Մարդկանց մեծամասնությունը, որոնց հետ ես լինում եմ ընկերախմբում անկասկած ուրախ են ինձ տեսնելու համար.

ա) այո, բ) երբեմն, գ) ոչ:

9. Ես ավելի շուտ կզբաղվեի.

ա) սուսերամարտով և պարերով, բ) դժվարանում եմ ասել,

գ) ըմբշամարտով և բասկետբոլով:

10. Ինձ զվարճացնում է այն, որ մարդկանց արարքները բոլորովին նման չեն հետագայում դրանց մասին նրանց պատմածներին:

ա) այո, բ) երբեմն, գ) ոչ:

11. Ինչ-որ միջադեպի մասին կարդալիս, ես հետաքրքրվում եմ բոլոր մանրամասներով.

ա) միշտ, բ) երբեմն, գ) հազվադեպ:

12. Երբ ընկերներս կատակով ծաղրում են ինձ, ես սովորաբար ծիծաղում եմ բոլորի հետ միասին և բոլորովին չեմ նեղանում.

ա) ճիշտ է, բ) չգիտեմ, գ) ճիշտ չէ:

13. Եթե ինձ ինչ-որ մեկը կոպտի, ես կարող եմ արագ մոռանալ այդ մասին.

ա) ճիշտ է, բ) չգիտեմ, գ) ճիշտ չէ:

14. Ինձ ավելի շատ դուր է գալիս հորինել նոր միջոցներ ինչ-որ աշխատանք կատարելիս, քան կառչել փորձված մեթոդներից.

ա) ճիշտ է, բ) չգիտեմ, գ) ճիշտ չէ:

15. Երբ ես ինչ-որ բան եմ ծրագրում, ապա նախընտրում եմ դա անել ինքնուրույն, առանց որևէ մեկի օգնության.

ա) ճիշտ է, բ) երբեմն, գ) ոչ:

16. Կարծում եմ, որ ես ավելի քիչ զգայուն եմ և ավելի շուտ եմ բռնկվում, քան մարդկանց մեծամասնությունը.

ա) ճիշտ է, բ) դժվարանում եմ պատասխանել,

գ) ճիշտ չէ:

17. Ինձ զայրացնում են մարդիկ, որոնք չեն կարողանում արագ որոշումներ կայացնել.

ա) ճիշտ է, բ) չգիտեմ, գ) ճիշտ չէ:

18. Երբեմն, չնայած կարճ ժամանակով, ինձ մոտ ծագել է դժգոհություն ծնողներիս նկատմամբ.

ա) այո, բ) չգիտեմ, գ) ոչ:

19. Ես ավելի շուտ իմ նվիրական մտքերը կպատմեի.

ա) իմ լավ ընկերներին, բ) չգիտեմ, գ) իմ օրագրում:

20. Ես մտածում եմ, որ «անճիշտ» բառին իմաստով հականիշ բառն է.

ա) անփույթ, բ) մանրազնին, գ) մոտավորապես:

21. Ինձ միշտ բավականացնում է էներգիան, երբ դա ինձ անհրաժեշտ է.

ա) այո, բ) դժվար է ասել, գ) ոչ:

22. Ինձ ավելի շատ զայրացնում են մարդիկ, որոնք.

ա) իրենց կոպիտ կատակներով ստիպում են մարդկանց կարմրել,

բ) դժվարանում եմ պատասխանել,

գ) ինձ համար ստեղծում են անհարմար վիճակ՝ ուշանալով ժամադրությունից:

23. Ինձ շատ է դուր գալիս հյուրեր հրավիրել և զվարճացնել նրանց.

ա) ճիշտ է, բ) չգիտեմ, գ) ճիշտ չէ:

24. Ես կարծում եմ, որ.

ա) պետք չէ ամեն ինչ անել միևնույն ջանադրությամբ,

բ) դժվարանում եմ ասել,

գ) ցանկացած աշխատանք պետք է կատարել խնամքով, եթե դուք այն հանձն եք առել:

25. Ես միշտ ստիպված եմ հաղթահարել իմ շփոթմունքը.

ա) այո, բ) հնարավոր է, գ) ոչ:

26. Իմ ընկերները հաճախ.

ա) խորհրդակցում են ինձ հետ,

բ) անում են և՛ մեկը և՛ մյուսը հավասարապես,

գ) ինձ խորհուրդներ են տալիս:

27. Եթե իմ մտերիմը խաբում է ինձ մանրուքներում, ես ավելի շուտ նախընտրում եմ ձև անել, թե չեմ նկատել, քան բացահայտել նրա խաբեությունը.

ա) այո, բ) երբեմն, գ) ոչ:

28. Ինձ դուր է գալիս ընկերը.

ա) որի հետաքրքրությունները ունեն գործարար և գործնական բնույթ,

բ) չգիտեմ,

գ) որը տարբերվում է կյանքի նկատմամբ ունեցած՝ խորապես մտածված հայացքներով:

29. Ես չեմ կարողանում անտարբեր լսել, երբ մարդիկ արտահայտում են գաղափարներ, որոնք հակասում են նրան, ինչին ես հավատում եմ.

ա) ճիշտ է, բ) դժվարանում եմ պատասխանել, գ) ճիշտ չէ:

30. Ինձ անհանգստացնում են անցյալում կատարած իմ արարքներն ու սխալները.

ա) այո, բ) չգիտեմ, գ) ոչ:

31. Եթե ես միանման լավ կարողանայի և՛ մեկը և՛ մյուսը, ապա կնախընտրեի.

ա) շախմատ խաղալ, բ) դժվար է ասել,

գ) բառախաղ (քաղաքների, գետերի...անուններ):

32. Ինձ դուր են գալիս շփվող, ընկերական մարդիկ.

ա) այո, բ) չգիտեմ, գ) ոչ:

33. Ես այնքան զգույշ եմ և պրակտիկ, որ ինձ հետ ավելի քիչ տհաճ անակնկալներ են պատահում քան մյուս մարդկանց հետ.

ա) այո, բ) դժվար է ասել, գ) ոչ:

34. Ես կարող եմ մոռանալ իմ հոգսերի և պարտականությունների մասին, երբ դա անհրաժեշտ է.

ա) այո, բ) երբեմն, գ) ոչ:

35. Ես դժվարությամբ եմ խոստովանում, որ ես ճիշտ չեմ.

ա) այո, բ) երբեմն, գ) ոչ:

36. Ձեռնարկությունում ինձ համար ավելի հետաքրքրական կլիներ.

ա) աշխատել մեքենայով ու մեխանիզմներով և մասնակցել հիմնական արտադրությանը,

բ) դժվար է ասել,

գ) զբաղվել հասարակական աշխատանքով՝ զրուցել մարդկանց հետ:

37. Ո՞ր բառն է, որ կապված չէ մյուս երկուսի հետ.

ա) կատու, բ) մոտիկ, գ) արև:

38. Այն, ինչը որոշ չափով շեղում է իմ ուշադրությունը.

ա) զայրացնում է ինձ, բ) ինչ-որ միջին,

գ) չի անհանգստացնում ինձ բոլորովին:

39. Եթե ես շատ փող ունենայի, ապա.

ա) կհոգայի, որ չառաջացնեի նախանձ, բ) չգիտեմ,

գ) կապրեի ինձ չզրկելով ոչնչից:

40. Ամենավատ պատիժն ինձ համար.

ա) ծանր աշխատանքն է, բ) չգիտեմ,

գ) մենակության մեջ փակված լինելը:

41. Մարդիկ պետք է ավելի շատ, քան դա նրանք անում են հիմա, պահանջեն պահպանել բարոյականության օրենքները.

ա) այո, բ) երբեմն, գ) ոչ:

42. Ինձ ասել են, որ երեխա ժամանակ ես եղել եմ.

ա) հանդարտ և սիրել եմ մենակ մնալ, բ) չգիտեմ,

գ) եռանդով լի և շարժուն:

43. Ինձ դուր կգար ամենօրյա պրակտիկ աշխատանքը զանազան սարքավորումների և մեքենաների հետ.

ա) այո, բ) չգիտեմ, գ) ոչ:

44. Ես կարծում եմ, որ վկաների մեծ մասը ճշմարտությունն է ասում, եթե նույնիսկ դա հեշտ չէ.

ա) այո, բ) դժվար է ասել, գ) ոչ:

45. Երբեմն ես չեմ համարձակվում կյանքի կոչել իմ գաղափարները, որովհետև դրանք ինձ թվում են անիրագործելի.

ա) ճիշտ է, բ) դժվարանում եմ պատասխանել, գ) ճիշտ չէ:

46. Ես աշխատում եմ կատակների վրա այդքան էլ բարձր չծիծաղել, ինչպես դա անում է մարդկանց մեծամասնությունը.

ա) ճիշտ է, բ) չգիտեմ, գ) ճիշտ չէ:

47. Ես ինձ երբեք այնքան դժբախտ չեմ զգում, որ լաց լինելու ցանկություն ունենամ.

ա) ճիշտ է, բ) չգիտեմ, գ) ճիշտ չէ:

48. Երաժշտության մեջ ինձ հաճույք է պատճառում.

ա) զինվորական նվագախմբի կատարած քայլերգերը,

բ) չգիտեմ, գ) ջութակի մենանվագը:

49. Ես ավելի շուտ ամառվա երկու ամիսները կնախընտրեի անցկացնել.

ա) մենակ կամ երկու ընկերների հետ գյուղում,

բ) դժվարանում եմ ասել,

գ) ղեկավարել որևէ խումբ՝ տուրիստական արշավների ժամանակ:

50. Ջանքերը, որոնք ծախսվում են ծրագրեր կազմելու վրա.

ա) երբեք ավելորդ չեն, բ) դժվար է ասել, գ) չարժեն դրան:

51. Ընկերներիս չմտածված արարքներն ու արտահայտություններն իմ հասցեին ինձ չեն նեղացնում և տխրեցնում.

ա) ճիշտ է, բ) չգիտեմ, գ) ճիշտ չէ:

52. Երբ ինձ ամեն ինչ հաջողվում է, ես այդ գործերը համարում եմ աննշան.

ա) միշտ, բ) երբեմն, գ) հազվադեպ:

53. Ես ավելի շուտ կնախընտրեի աշխատել.

ա) հաստատություններում, որտեղ ես պետք է ղեկավարեի մարդ-

կանց և ամբողջ ժամանակ նրանց հետ լինեի,

բ) դժվարանում եմ պատասխանել,

գ) ճարտարապետ, որը մի խաղաղ սենյակում մշակում է իր նախագիծը:

54. Տունը այնպես է վերաբերում սենյակին, ինչպես ծառը.

ա) անտառին, բ) բույսին, գ) տերևին:

55. Այն, ինչ ես անում եմ, ինձ մոտ չի ստացվում.

ա) հազվադեպ, բ) երբեմն, գ) հաճախ:

56. Գործերում մեծամասամբ ես.

ա) նախընտրում եմ ռիսկի դիմել, բ) չգիտեմ,

գ) նախընտրում եմ գործել անվրեպ

57. Հավանական է, որ որոշ մարդիկ գտնում են, որ ես չափից դուրս շատ եմ խոսում.

ա) ավելի շատ դա այդպես է, բ) չգիտեմ,

գ) կարծում եմ որ ոչ:

58. Ինձ ավելի շատ դուր է գալիս մարդ.

ա) որը մեծ խելքի տեր է, նույնիսկ եթե նա անհուսալի է և անհավատարիմ,

բ) դժվար է ասել,

գ) միջին ընդունակությունների տեր է, բայց դիմակայում է ցանկացած գայթակղությունների:

59. Ես ընդունում եմ որոշում.

ա) ավելի արագ, քան շատ մարդիկ բ) չգիտեմ,

գ) ավելի դանդաղ, քան մարդկանց մեծամասնությունը:

60. Ինձ վրա մեծ տպավորություն են թողնում.

ա) վարպետությունը և նրբագեղությունը, բ) չգիտեմ,

գ) ուժը և հզորությունը:

61. Ես գտնում եմ, որ ես համագործակցությանը հակված մարդ եմ.

ա) այո, բ) ինչ-որ միջին, գ) ոչ:

62. Ինձ ավելի դուր է գալիս զրուցել նրբաճաշակ և նրբակիրթ, քան անկեղծ և ուղղամիտ մարդկանց հետ.

ա) այո, բ) չգիտեմ, գ) ոչ:

63. Ես նախընտրում եմ.

ա) անձամբ ինձ վերաբերող հարցերը լուծել ինքս,

բ) դժվարանում եմ պատասխանել,

գ) խորհրդակցել ընկերներիս հետ:

64. Եթե մարդն անմիջապես չի պատասխանում, երբ ես ինչ-որ բան եմ ասում նրան, ապա այնպիսի զգացողություն եմ ունենում, թե ինչ-որ հիմարություն եմ ասել,

ա) ճիշտ է, բ) չգիտեմ, գ) ճիշտ չէ:

65. Դպրոցական տարիներին ես ավելի շատ գիտելիք ստացել եմ.

ա) դասերի ժամանակ, բ) դժվար է ասել, գ) գրքեր կարդալով:

66. Ես խուսափում եմ հասարակական աշխատանքից և դրա հետ կապված պատասխանատվությունից.

ա) ճիշտ է, բ) չգիտեմ, գ) ճիշտ չէ:

67. Երբ հարցը, որը պետք է լուծել շատ դժվար է և ինձանից մեծ ճիգեր է պահանջում, ես աշխատում եմ.

ա) զբաղվել ուրիշ հարցով, բ) դժվարանում եմ պատասխանել,

գ) մեկ անգամ ևս փորձում եմ լուծել այդ հարցը:

68. Ես ունենում եմ ուժեղ հույզեր՝ տագնապ, զայրույթ, ծիծաղի նոպաներ և այլն, առանց որոշակի պատճառի.

ա) այո, բ) երբեմն, գ) ոչ:

69. Երբեմն ես ավելի վատ եմ ըմբռնում, քան սովորաբար.

ա) ճիշտ է, բ) չգիտեմ, գ) ճիշտ չէ

70. Ինձ համար հաճելի է մարդուն լավություն անել՝ համաձայնելով նրա հետ հանդիպում նշանակել իրեն հարմար ժամին, եթե նույնիսկ դա մի քիչ հարմար չէ ինձ.

ա) այո, բ) երբեմն, գ) ոչ:

71. Կարծում եմ, որ ճիշտ թիվը, որը պետք է շարունակի շարքը՝ 1, 2, 3, 6, 5..., կլինի.

ա) 10 բ) 5 գ) 7

72. Երբեմն ինձ մոտ լինում են սրտխառնոցի և գլխապտույտի ոչ տեսական նոպաներ՝ առանց որոշակի պատճառի.

ա) այո, բ) չգիտեմ, գ) ոչ:

73. Ես ավելի շուտ նախընտրում եմ հրաժարվել իմ պատվերից, քան մատուցողին կամ մատուցողուհուն ավելորդ անհանգստություն պատճառել.

ա) այո, բ) երբեմն, գ) ոչ:

74. Ես ավելի շատ եմ ապրում այսօրվա օրով, քան մյուս մարդիկ.

ա) ճիշտ է, բ) չգիտեմ, գ) ճիշտ չէ:

75. Երեկույթների ժամանակ ինձ դուր է գալիս.

ա) մասնակցել հետաքրքիր զրույցի,

բ) դժվարանում եմ պատասխանել,

գ) նայել, թե ինչպես են մարդիկ հանգստանում և ուղղակի հանգստանալ:

76. Ես արտահայտում եմ իմ կարծիքն անկախ այն բանից, թե քանի մարդ կարող են այն լսել.

ա) այո, բ) երբեմն, գ) ոչ:

77. Եթե ես կարողանայի տեղափոխվել անցյալ, ապա ավելի շատ կուզենայի հանդիպել.

ա) Կոլոմբոսի հետ, բ) չգիտեմ, գ) Վ. Սարոյանի հետ

78. Ես ստիպված եմ ինձ հետ պահել այն բանից, որ չկարգավորեմ ուրիշների գործերը.

ա) այո, բ) երբեմն, գ) ոչ:

79. Աշխատելով խանութում՝ ես կնախընտրեի.

ա) ձևավորել ցուցափեղկերը, բ) չգիտեմ,

գ) լինել գանձապահ:

80. Եթե մարդիկ վատ կարծիք ունեն իմ մասին, ես չեմ ձգտում վերահամոզել նրանց, այլ շարունակում եմ վարվել այնպես, ինչպես հարմար եմ գտնում.

ա) այո, բ) դժվար է ասել, գ) ոչ:

81. Եթե ես տեսնում եմ, որ իմ հին ընկերը սառն է ինձ հետ և խուսափում է ինձանից, սովորաբար ես.

ա) միանգամից մտածում եմ «նրա տրամադրությունը վատ էր»,

բ) չգիտեմ,

գ) անհանգստանում եմ, որ ինչ-որ սխալ բան եմ արել:

82. Բոլոր դժբախտությունների պատճառը մարդիկ են.

ա) որոնք ձգտում են ամեն ինչում փոփոխություն մտցնել, չնայած արդեն գոյություն ունեն այդ հարցերի լուծման բավարար եղանակներ,

բ) չգիտեմ,

գ) որոնք մերժում են նոր, բազմախոստում առաջարկները:

83. Ես մեծ հաճույք եմ ստանում՝ պատմելով տեղական նորությունները.

ա) այո, բ) երբեմն, գ) ոչ:

84. Կոկիկ, պահանջկոտ մարդիկ չեն կարողանում համակերպվել ինձ հետ.

ա) ճիշտ է, բ) երբեմն, գ) ճիշտ չէ:

85. Ինձ թվում է, որ ես ավելի քիչ դյուրագրգիռ եմ, քան մարդկանց մեծամասնությունը.

ա) ճիշտ է, բ) չգիտեմ, գ) ճիշտ չէ:

86. Ես ավելի հեշտ կարող եմ հաշվի չառնել մարդկանց կարծիքը, քան նրանք իմը.

ա) ճիշտ է, բ) երբեմն, գ) ճիշտ չէ:

87. Պատահում է, որ ամբողջ առավոտ ես չեմ ուզում ոչ ոքի հետ խոսել.

ա) հաճախ, բ) երբեմն, գ) երբեք:

88. Եթե ժամացույցի սլաքները հանդիպում են յուրաքանչյուր 65 րոպեն մեկ, որը չափված է ճիշտ ժամացույցով, ապա այդ ժամացույցը.

ա) ետ է մնում, բ) ճիշտ է աշխատում, գ) առաջ է ընկնում:

89. Ես ձանձրանում եմ.

ա) հաճախ, բ) երբեմն, գ) հազվադեպ:

90. Մարդիկ ասում են, որ ինձ դուր է գալիս ամեն ինչ անել միայն ինձ բնորոշ յուրահատուկ ձևով

ա) ճիշտ է, բ) երբեմն, գ) ճիշտ չէ:

91. Ես գտնում եմ, որ պետք է խուսափել ավելորդ հուզումներից, որովհետև դրանք հոգնեցուցիչ են.

ա) այո, բ) երբեմն, գ) ոչ:

92. Տանն ազատ ժամանակ ես.

ա) շատախոսում և հանգստանում եմ,

բ) դժվարանում եմ պատասխանել,

գ) զբաղվում եմ ինձ հետաքրքրող գործերով:

93. Ես երկչոտությամբ և զգուշորեն եմ վերաբերվում նոր մարդկանց հետ ընկերական հարաբերություններ հաստատելուն.

ա) այո, բ) երբեմն, գ) ոչ:

94. Ես կարծում եմ, որ այն ինչ մարդիկ ասում են բանաստեղծությամբ, կարելի է ճիշտ նույնն արտահայտել արձակով.

ա) այո, բ) երբեմն, գ) ոչ:

95. Ես կասկածում եմ, որ մարդիկ որոնց հետ ես գտնվում եմ ընկերական հարաբերությունների մեջ, կարող են իմ թիկունքում ամենևին էլ ընկերներ չլինել ինձ.

ա) այո, մեծ մասամբ, բ) երբեմն, գ) ոչ հազվադեպ:

96. Ես կարծում եմ, որ նույնիսկ ամենադրամատիկ իրադարձությունները 3 տարի անց հետք չեն թողնում իմ հոգում.

ա) այո, բ) երբեմն, գ) ոչ:

97. Ես կարծում եմ, որ ավելի հետաքրքրական է լինել.

ա) բնասեր և խնամել բույսեր, բ) չգիտեմ,

գ) ապահովագրական գործակալ:

98. Ես ենթակա եմ չպատճառաբանված վախ և զզվանք ապրել որոշ իրերի նկատմամբ, օրինակ որոշակի կենդանիների, վայրերի և այլնի նկատմամբ.

ա) այո, բ) երբեմն, գ) ոչ:

99. Ես սիրում եմ մտածել այն մասին, թե ինչպես կարելի է ավելի լավ դարձնել աշխարհը.

ա) այո, բ) դժվար է ասել, գ) ոչ:

100. Ես նախընտրում եմ խաղեր.

ա) որոնցում պետք է թիմով խաղալ կամ զուգընկեր ունենալ,

բ) չգիտեմ,

գ) որոնցում յուրաքանչյուրը խաղում է ինքն իր համար:

101. Գիշերը ես տեսնում եմ ֆանտաստիկ և անհեթեթ երազներ.

ա) այո, բ) երբեմն, գ) ոչ:

102. Եթե ես տանը մենակ եմ մնում, ապա որոշ ժամանակ անց սկսում եմ տագնապ և վախ զգալ.

ա) այո, բ) երբեմն, գ) ոչ:

103. Ես կարող եմ իմ ընկերական վերաբերմունքով մարդկանց մոլորության մեջ գցել, չնայած որ իրականում նրանք ինձ դուր չեն գալիս.

ա) այո, բ) երբեմն, գ) ոչ:

104. Ո՞ր բառը չի վերաբերում մյուս երկուսին.

ա) մտածել, բ) տեսնել, գ) լսել:

105. Եթե Մարիամի մայրը Արամի հոր քույրն է, ապա ո՞վ է Արամը Մարիամի հոր համար.

ա) եղբորորդի/քրոջ որդի,

բ) զարմիկ,

գ) մորեղբայր/հորեղբայր:

Թեստի բանալի.

	ա	բ	գ		ա	բ	գ		ա	բ	գ		ա	բ	գ		ա	բ	գ			ա	բ	գ	
1	■	■	□	18	□	■	■	35	□	■	■	52	■	■	□	69	□	■	■	86	□	■	■	■		103	□	■	■	MD
2	□	■	■	19	■	■	□	36	□	■	■	53	■	■	□	70	■	■	□	87	□	■	■	A		104	■	□	□	
3	□	■	□	20	□	□	■	37	□	■	□	54	□	□	■	71	■	□	□	88	□	□	■			105	□	■	□	B
4	■	■	□	21	■	■	□	38	□	■	■	55	■	■	□	72	□	■	■	89	□	■	■	C						
5	□	■	■	22	□	■	■	39	■	■	□	56	■	■	□	73	□	■	■	90	■	■	□	E						
6	□	■	■	23	■	■	□	40	□	■	■	57	■	■	□	74	■	■	□	91	□	■	■	F						
7	■	■	□	24	□	■	■	41	■	■	□	58	□	■	■	75	■	■	□	92	□	■	■	G						
8	■	■	□	25	□	■	■	42	□	■	■	59	■	■	□	76	■	■	□	93	□	■	■	H						
9	■	■	□	26	■	■	□	43	□	■	■	60	■	■	□	77	□	■	■	94	□	■	■	I						
10	■	■	□	27	□	■	■	44	□	■	■	61	□	■	■	78	■	■	□	95	■	■	□	L						
11	□	■	■	28	□	■	■	45	■	■	□	62	■	■	□	79	■	■	□	96	□	■	■	M						
12	□	■	■	29	■	■	□	46	■	■	□	63	■	■	□	80	□	■	■	97	□	■	■	N						
13	□	■	■	30	■	■	□	47	□	■	■	64	■	■	□	81	□	■	■	98	■	■	□	O						
14	■	■	□	31	■	■	□	48	□	■	■	65	□	■	■	82	□	■	■	99	■	■	□	Q_1						
15	■	■	□	32	□	■	■	49	■	■	□	66	■	■	□	83	□	■	■	100	□	■	■	Q_2						
16	■	■	□	33	■	■	□	50	■	■	□	67	□	■	■	84	□	■	■	101	□	■	■	Q_3						
17	■	■	□	34	□	■	■	51	□	■	■	68	■	■	□	85	□	■	■	102	■	■	□	Q_4						

Արդյունքների մեկնաբանություն.

Բանալու հետ համընկած պատասխանները գնահատվում են 2 բալով, սակայն յուրաքանչյուր «բ» պատասխան գնահատվում է 1 բալով:

Միայն B գործոնի համար բանալու հետ համընկնումը հաշվարկվում է 1 բալ: Առավելագույն ցուցանիշը կարող է հասնել մինչև 8 բալ – ըստ 2, 19, 36, 53, 70, 87, 104, 105 հարցերի պատասխանների:

MD գործոնը ցույց է տալիս ինքնագնահատման ադեկվատությունը, եթե ցուցանիշի արժեքը առավելագույնը կամ նվազագույնը չէ:

Մնացած 15 գործոնների համար (A, C, E, F, G, H, I, L, M, N, O, Q1, Q2, Q3, Q4) 1-5 բալը համապատասխանում է բացասական բնեռին, իսկ 8-12-ը՝ դրականին:

Միջին ցուցանիշները մեկնաբանման ենթակա չեն:

A - Ինքնամփոփություն, ծածկամտություն

Բծախնդրություն, առանձնացվածություն, օտարվածություն, սառնություն, ճշգրտություն, օբյեկտիվություն, մռայլություն, քչախոսություն, զգուշավորություն: Վառ, կենդանի հուզականության բացակայություն: Շրջապատով չհետաքրքրվելու, մարդկանցից օտարանալու, գրքերի, իրերի հետ շփվելու հատկություն: Առանձնացված աշխատելու սովորություն, պարտաճանաչություն, ռիգիդություն:

A+ Մարդամոտություն, սրտակից վերաբերմունք, բարություն

Համագործակցության պատրաստակամություն, մարդկանց հանդեպ ուշադիր, հոգատար լինելու հակվածություն, հարմարվողականություն, կենսուրախություն, վստահելու ունակություն: Հուզական դրսևորումների ցայտունություն և հարստություն, բնական, անմիջական վարք, նրբանկատ վերաբերմունք, սիրով, հաճույքով հաղորդակցվելու, շփվելու, մարդկանց հետ հաճույքով աշխատելու ունակություն, հասարակական միջոցառումներին մասնակցելու պատրաստություն:

B- Ցարծր ինտելեկտ

Դանդաղկոտություն ուսման մեջ, նոր հասկացությունները դժվար ընկալելու, բառացի, «առարկայական» հասկանալու ունակություն, դժվարություն տրամաբանական առաջադրանքների կատարման ժամանակ:

B+ Բարձր ինտելեկտ

Ինտելեկտուալ զարգացման բարձր մակարդակ, արագ ընկալելու, հեշտ ուսուցանվելու ունակություն, շատ բարձր բալը վկայում է տրամաբանական առաջադրանքների անսխալ կատարման մասին:

C- Հուզական անկայունություն

Սեփական հույզերն ու հրապուրանքը չհսկող, իրականությունից, պատասխանատվությունից, դժվարություններից խուսափող, ներքուստ իրեն անօգնական զգացող, գործն ավարտին դժվարությամբ հասցնող, հակվածություն սոցիալ-անթույլատրելի ձևերով դրսևորման:

C+ Հուզական կայունություն

Հուզական հասունություն, սեփական ուժերի հանդեպ վստահություն, կայունություն պլաններում և առնչություններում, տրամադրության պատակահական տատանումներին չտրվող: Իրականությունը ճիշտ, լրջորեն գնահատող, մանրուքներից չընկճվող, սեփական թերությունները չթաքցնող, անընդհատ հետաքրքրություններ ունեցող:

E- Հնազանդություն

Հարմարվող, ենթարկվող, սեփական կարծիքը չպնդող, կախման մեջ ընկնող, մեղքն իր վրա վերցնող, ուսման մեջ, աշխատանքում՝ որպես կատարող, սովորաբար բարձր արդյունքներով դրսևորող:

E+ Իշխելու հակում

Դոմինանտություն, համառություն, չհնազանդվելու հակում, ինքնուրույնություն, անկախություն, հեղինակությունը անտեսող, համարձակ, ակտիվ, եռանդուն, սեփական դատողություններով, անձնական օրենքներով կառավարվող, ինքնուրույնության համար համառ, ագրեսիվ պայքարող, շրջապատից ինքնուրույնություն պահանջող:

F- Զսպվածություն, դատողականություն

Մտահոգված, ամեն բանում լուրջ և զգուշավոր, ապագայի պլանավորման, հետագա անելիքների որոշման մտահոգություն, հնարավոր անհաջողությունների կանխատեսման հակվածություն:

F+ Խանդավառություն, իմպուլսիվություն

Անհոգ, առույգ, ակտիվ, իրադրությունը չքննարկող, խորը չվերլուծող, թեթև ապրող, սեփական հաջողությանը հավատացող, ապագայի հանդեպ շատ հոգ չտանող, խանդավառությունը կարող է պայմանավորված լինել մեծ ձգտումների բացակայությամբ:

G- Ցածր բարեխղճություն

Անկայուն, ալարկոտ, ինքնասեր, սեփական շահերը «ամեն գնով» պահպանող, ձգտում են չկատարել հասարակական պահանջները, անտեսել բարոյական արժեքները, սեփական շահի համար ընդունակ են խաբեության:

G+ Բարձր բարեխղճություն

Պատասխանատվության զգացում, բարոյական սկզբունքների կայունություն, կարգապահություն, ճշտապահություն, կոկիկություն, օրենքի պահպանման հակվածություն: Բարձր արդյունքը վկայում է ինքնահսկման հակվածության մասին՝ ի հաշիվ անձնական նպատակների:

H- Երկչոտություն

Ամաչկոտ, անհավատ, վախկոտ, վտանգին հիվանդագին ու ցավոտ վերաբերվող, թերարժության բարդույթի անհիմն զգացողության հակվածություն, չեն սիրում աշխատել մարդկանց հետ, ընկերությունից խուսափում են, զգացմունքները դրսևորում են դանդաղ և կաշկանդված:

H+ Քաջություն, ձեռներեցություն

Անկախ, վստահ, համարձակ, հեշտ շփվող, խոսելուց հաճույք ստացող, անսպասելի. լարված իրավիճակներին հեշտությամբ դիմակայող, լավատես, անհաջողությունները անտեսող, կոնֆլիկտներից հետևություններ չանող:

I- Դաժանություն, խստություն

Գործնական, իրատես, տրամաբանող, բանական, հաշվենկատ, կոպիտ, զգացմունքներին չտրվող, տպավորություններից և ինտուիցիայից «հեռացած»:

I+ Նրբություն, փափկասրտություն

Բնորոշ է աշխարհի պատկերավոր, կերպարային, գեղարվեստական ընկալումը, ինչի մասին կարող է վկայել արտաքինը, պահվածքը, վարքը: Չեն սիրում կոպտությունը, ունեն վառ երևակայություն և գեղագիտական ճաշակ, սիրում են ճանապարհորդել:

L- Վստահություն

Վստահություն բոլորի հանդեպ, նույնիսկ անծանոթների, հավատ բարության և լավի հանդեպ, համակերպվող, համերաշխ, անկեղծ, հոգատար, մրցակցությունից և նախանձից ազատ, բնական, հատուկ ուշադրության արժանանալու խնդիր չունեցող:

L+ Կասկածամտություն

Վատի կանխազգացում, չվստահելու, նախանձի հակվածություն, շրջապատում համապատասխան ուշադրության և գնահատականի չարժանանալու զգացողության հակվածություն:

M- Գործնականություն

Առողջ դատողությամբ, հավասարակշռված, հեշտ կողմնորոշվող, գործնական, երևակայության որոշակի պակասը դժվարացնում է անսպասելի իրավիճակների հաղթահարումը:

M+ Երազկոտություն, հարուստ երևակայություն

Ուղղվածություն դեպի սեփական ցանկություններն ու երազանքները, առօրյա հոգսերի ու պարտականությունների մասին առանձնապես չմտածող, «ամպերում ճախրող», ինքնատիպ աշխարհայացք ու անկրկնելի վարք ունեցող:

N- Ուղղամտություն, պարզամտություն

Կարող են լինել կոպիտ, առանց տակտի, առանց խորության և «լուսավոր մտքի», «կույր» հավատով, պարզ են, բնական, շփվող ու բաց:

N+ Դիվանագիտություն

Խորաթափանցություն, հաշվենկատություն, զսպված հուզականությամբ, զգուշավոր, կոռեկտ, «սառը»: Կարող է լավ դրսևորվել հասարակության մեջ, փորձառու է, հմուտ, վատը քողարկող, թաքցնող:

O- Վստահություն սեփական անձի հանդեպ

Ուրախ, զվարթ, կյանքով լի, ակտիվ, գոհունակ, ինքնավստահություն դեպքերին և իրավիճակներին արձագանքող, առօրյա կյանքից, նույնիսկ մանրուքներից հետաքրքրություններ գտնող:

O+ Տագնապալիություն, անվստահություն

Մեղքի զգացման հակվածություն, մտահոգվածություն, քրոնիկ վատի նախազգացումով, սեփական անձը, հնարավորությունները թերագնահատող, ինքնանախատող, համեստ, վիրավորվող:

Q1- Պահպանողականություն, ռիգիդություն

Կոնսերվատիվ են, փոփոխությունների հակված չեն, դրանք համարում են անիմաստ, դատարկ: Ընդունում են բարոյական քարոզները, հետևում են մեծերի և փորձառուների խորհուրդներին: Համարում են, որ հասարակությանը վնաս են հասցնում տրադիցիաները խախտողները:

Q1+ Ճկունություն, նորի հակում

Ունեն բազմապիսի հետաքրքրություններ, հատկապես ինտելեկտուալ, սիրում են շատ ինֆորմացիա ստանալ, սակայն ոչինչ կուրորեն չեն ընդունում, չեն վստահում հեղինակությանը, ձգտում են ամեն ինչ հասկանալ և վերլուծել ինքնուրույն, սեփական կարծիքով: Կարող են ճկուն փոխել տեսակետները, մտածել քննադատաբար, համբերատար են հակասությունների և անորոշությունների նկատմամբ:

Q2- Կախվածություն խմբից

Ինքնուրույն չեն, առաջնորդվում են մյուսների կարծիքով, օգնության, խորհրդի և խրախուսանքի կարիք ունեն, չունեն սեփական նա-

խաձեռնություն, ընտրության համարձակություն, ինքնատիպ վարվելակերպ:

Q2+ Ինքնուրույնություն

Անկախ են, գերադասում են ինքնուրույն հանդես գալ, շփման մեջ նախաձեռնությունը վերցնում են իրենց ձեռքը, պատրաստ են ամեն կերպ պահպանել անկախությունը, օգնության և խրախուսանքի կարիք չեն զգում:

Q3- Իմպուլսիվություն, վարքի ցածր հսկողություն

Թույլ կամք, անկազմակերպ գործունեություն, ցանկությունները վերահսկելու անկարողություն, առանց երկար, խորը մտածելու մի գործը կիսատ են թողնում, անցնում մյուսին: Կարող են խոստումներ տալ, իմանալով, որ չեն կատարելու: Աշխատանքում չեն կարող դրսևորվել որպես լիդերներ, հասնել արդյունավետության, հաջողության:

Q3+ Վարքի բարձր հսկողություն

Ցանկությունների հսկում, ինքնատիրապետում, կազմակերպված են, կարող են հեշտությամբ հսկել սեփական հույզերն ու վարքը: Գործում են պլանավորված, համառորեն հաղթահարում են արգելքները, սկսած գործը հասցնում են ավարտին: Ձգտում են իրենց վարքով լավ տպավորություն թողնել:

Q4- Թուլացվածություն, ցածր մոտիվացիա

Անվրդով, հանգիստ վիճակ, անտարբերություն հաջողություններին և անհաջողություններին: Ցանկությունների բացակայություն, ցածր մոդիվացիա, ինքնաբավարարվածություն: Բացակայում են մեծ նվաճումների և փոփոխությունների ձգտումը, մեծ հավակնությունները:

Q4+ Լարվածություն

Բնորոշ են մեծ ձգտումները, չբավարարվածությունը, ֆրուստրացիան, չեն կարողանում հանգստի վիճակ ապրել, լարված են, գրգռված: Հուզական անկայունությունը կարող է դրդել տրամադրության անկման, դյուրագրգիռ վիճակի և անհամբերության:

Աղբյուրը՝ Հոգեբանական և սոցիալական աշխատանքները ՀՀ ԱՆ քրեակատարողական ծառայությունում (հեղ. Ավանեսյան Հ., Պապոյան Վ., Գալստյան Ալ. և ուրիշներ), Երևան, 2009, էջ 19-35:

ԼՈԿՈՒՍ ՀՍԿՄԱՆ ՀԱՐՑԱՐԱՆ

Հրահանգ. *Խնդրում ենք յուրաքանչյուր հաստատման համար նշեք ա) և բ) տարբերակներից մեկը՝ այն, որն ավելի է համապատասխանում Ձեզ: Երկար մի մտածեք ամեն հարցի վրա, քանի որ չկան ճիշտ կամ սխալ պատասխաններ, այլ կա պատասխան, որն ավելի ընդունելի է Ձեր անձի համար:*

1.

ա) Երեխաները փորձությունների մեջ են ընկնում, որովհետև ծնողները շատ են պատժում նրանց:

բ) Երեխաների մեծ մասի դժբախտությունը պայմանավորված է նրանով, որ ծնողները մեղմ են վերաբերվում նրանց:

2.

ա) Մարդկանց անհաջողություններից շատերը պայմանավորված են նրանով, որ նրանք բախտ չունեն:

բ) Մարդկանց դժբախտ լինելը նրանց թույլ տված սխալների հետևանքն է:

3.

ա) Պատերազմների հիմնական պատճառներից մեկն այն է, որ մարդիկ բավարար չեն կարևորում քաղաքականությունը:

բ) Պատերազմները միևնույն է կլինեն անկախ այն բանից, թե մարդիկ ինչ ջանքեր են գործադրում դրանք կանխարգելելու համար:

4.

ա) Ի վերջո մարդիկ ձեռք են բերում այն հարգանքը, որը վաստակում են այս աշխարհում:

բ) Ցավոք, մարդու արժեքը մնում է չընդունված անկախ նրանից, թե որքան է նա ջանում:

5.

ա) Կարծիքն այն մասին, որ ուսուցիչները սովորողների հանդեպ արդարացի չեն, անհեթեթություն է:

բ) Սովորողների մեծ մասը չեն հասկանում, թե որքանով է նրանց գնահատականը կախված պատահական իրողությունից:

6.

ա) Առանց համապատասխան իրավունքների դժվար է արդյունավետ առաջնորդ դառնալ:

բ) Ունակ մարդիկ, ովքեր ձախողվում են առաջնորդ դառնալուց, ընդհանուր են նրանով, որ չեն օգտվում իրենց տրված հնարավորություններից:

7.

ա) Նշանակություն չունի, թե որքան եք Դուք ջանք թափում, միևնույն է կան մարդիկ, որոնք Ձեզ չեն սիրում:

բ) Մարդիկ, ովքեր չեն կարողանում անել այնպես, որ սիրված լինեն ուրիշների կողմից, չեն էլ հասկանում, թե ինչպես վարվեն մյուսների հետ:

8.

ա) Ժառանգականությունը մեծ դեր է խաղում մարդու ձևավորման մեջ:

բ) Մարդու կյանքի փորձն է որոշիչ, թե ինչպիսին է նա:

9.

ա) Ես միշտ համարել եմ, որ ինչ լինելու է, կլինի:

բ) Ճակատագրին հավատալը երբեք նախընտրելի չի եղել ինձ համար, որքան որոշում կայացնելը գործերի ընթացքի համար:

10.

ա) Լավ պատրաստված ուսանողի պարագայում հազիվ թե քննական թեստն անարդար լինի:

բ) Շատ անգամ քննական հարցերը դուրս են դասընթացի սահմաններից, և անիմաստ է դրանք յուրացնել:

11.

ա) Հաջողության հասնելը պայմանավորված է քրտնաջան աշխատանքով:

բ) Լավ աշխատանք ունենալը պայմանավորված է նրանով, որ մարդը հայտնվում է ճիշտ տեղում՝ ճիշտ պահին:

12.

ա) Միջին խավի քաղաքացին կարող է ազդեցություն ունենալ կառավարության որոշումների վրա:

Աշխարհը կառավարվում է մի քանի մարդկանց կողմից, ովքեր ուժ ունեն, շատ քիչ բան կարող է անել շարքային «մարդը»:

13.

ա) Երբ պլաններ եմ կազմում, գրեթե համոզված եմ, որ դրանք կիրագործեմ:

բ) Ապագան պլանավորելը ոչ միշտ է ճիշտ, քանի որ շատ բաներ, ինչպես պարզվում է, ճակատագրից են կախված:

14.

ա) Կան որոշակի մարդիկ, որոնք պարզապես լավը չեն:

բ) Ամեն մարդու մեջ մի լավ բան կա:

15.

ա) Իմ պարագայում ինչ ես ուզում և ստանում եմ, պայմանավորված չէ բախտով:

բ) Շատ դեպքերում որոշում կայացնելու համար պետք է «մանրադրամ նետենք»:

16.

ա) Ղեկավար դառնալը հաճախ կախված է այն բանից, թե որքանով է մարդ հաջողակ և ինչպես է հայտնվում այնտեղ, ուր հարկավոր է:

բ) Մարդուն հարկավոր է գործի դնել կարողությունը, բախտը ոչ մի առնչություն չունի դրա հետ:

17.

ա) Ինչ վերաբերում է համաշխարհային գործընթացին, մեզնից շատերը որոշ ուժերի զոհ են դառնում, որոնք մենք ոչ հասկանում ենք, ոչ էլ կարող ենք ղեկավարել:

բ) Ակտիվ գործունեություն ծավալելով քաղաքական և հասարակական բնագավառում, մարդիկ կարող են վերահսկել համաշխարհային իրադարձությունները:

18.

ա) Մարդիկ չեն հասկանում, թե իրենց կյանքն ինչպես է պատահականություններով ղեկավարվում:

բ) «Բախտ» ասվածը իսկապես գոյություն չունի:

19.

ա) Մարդ միշտ պետք է կարողանա ընդունել սեփական սխալները:

Սովորաբար լավ է, երբ մարդը կարողանում է կոծկել սեփական սխալները:

20.

ա) Դժվար է իմանալ, որ մարդն իսկապես սիրում է քեզ:

բ) Որքան լավ մարդ ես, այնքան ընկեր ունես:

21.

ա) Կյանքի ընթացքում տեղի ունեցած վատ իրադարձությունները հավասարակշռվում են լավ իրողություններով:

բ) Դժբախտությունների մեծ մասը կարողությունների, տգիտության, ծուլության կամ դրանց միասնության արդյունքն է:

22.

ա) Գործադրելով մեծ ջանքեր, մենք կարող ենք վերացնել քաղաքական կոռուպցիան:

բ) Մարդկանց համար դժվար է վերահսկել այն, ինչ անում են քաղաքական գործիչներն իրենց գրասենյակներում:

23.

ա) Երբեմն ես չեմ հասկանում, թե ուսուցիչներն ինչպես են որոշում այն գնահատականը, որը նշանակում են:

բ) Իմ սովորածի և ուսուցչի գնահատման մեջ ուղիղ կապ կա:

24.

ա) Լավ լիդերը մարդկանցից ակնկալում է, որ իր փոխարեն որոշեն, թե ինչ է հարկավոր անել:

բ) Լավ լիդերը ինքն է բոլորին հասկանալի դարձնում, թե ինչ աշխատանքներ է հարկավոր կատարել:

25.

ա) Շատ անգամ ես կարծում եմ, որ քիչ ազդեցություն ունեմ ինձ հետ կատարվածի վրա:

բ) Ինձ համար անհնար է հավատալ այն բանին, որ պատահականությունը կամ բախտը կարևոր դեր են խաղում իմ կյանքում:

26.

ա) Մարդիկ միայնակ են, որովհետև չեն փորձում բարեհամբույր լինել:

Անիմաստ է մարդկնաց գոհացնելու փորձեր անել. եթե սիրեն, կսիրեն:

27.

ա) Այնքան էլ անհրաժեշտություն չկա ավագ դպրոցում մարմնամարզությանը ուշադրություն դարձնել:

բ) Թիմային սպորտը բնավորություն կերտելու համար լավագույն միջոց է:

28.

ա) Ինչ կատարվում է ինձ հետ, իմ գործն է:

բ) Երբեմն ես կարծում եմ, որ չունեմ բավականաչափ հսկողություն այն բանին, թե ինչ ուղով է կյանքս ընթանում:

29.

ա) Շատ անգամ ես չեմ հասկանում քաղաքական գործիչների գործելաոճը:

բ) Ինչպես ազգային, այնպես էլ տեղական մակարդակներում վատ կառավարման համար ի վերջո պատասխանատու է հասարակությունը:

Թեստի բանալի.

Էքստեռնալություն 2ա, 3բ, 4բ, 5բ, 6ա, 7ա, 9ա, 10բ, 11բ, 12բ, 13բ, 15բ, 16ա, 17ա, 18ա, 20ա, 21ա, 22բ, 23ա, 25ա, 26բ, 28բ, 29ա:

Ինտեռնալություն. 2բ, 3ա, 4ա, 5ա, 6բ, 7բ, 9բ, 10ա, 11ա, 12ա, 13ա, 15ա, 16բ, 17բ, 18բ, 20բ, 21բ, 22ա, 23բ, 25բ, 26ա, 28ա, 29բ:

Գումարային բալն էքստեռնալության և ինտեռնալության համար կազմում է 23, քանի որ հարցերից վեցը հանդիսանում են ֆոնային: Որքան մեծ է գումարային բալը, այնքան լոկուս հսկման ուղղվածությունը հարաբերական բարձր է մյուսի հանդեպ:

Թեստային արդյունքների մեկնաբանություն.

Գործնականում լոկուս հսկման հոգեդիագնոստիկան վերաբերում է կոգնիտիվ ոճին, որը դրսևորվում է ինչպես ուսումնական, այնպես էլ մասնագիտական ոլորտներում: Քանի որ հոգեկանի կոգնիտիվ բաղադրիչները առկա են նրա բոլոր դրսևորվորումներում, ապա լոկուս հսկման պատկերացումները տարածվում են անձի բնութագրումների վրա՝ իր գործունեության մեջ:

Էքստեռնալներին բնորոշ է արտաքին խթանիչներով պայմանավորված վարքը, նրանք գնահատում են իրավիճակը որպես արտաքին ցանկալի նախապայման, որում, հաջողության հասնելու դեպքում, ներկայացվում են ընդունակությունները: Այս մարդկանց տեսանկյունից պատասխանատվությունը կարծես ընկնում է իրավիճակի՝ որպես արտաքին խթանիչի վրա: Էքստեռնալները համոզված են, որ իրենց անհաջողությունները հանդիսանում են ճախորդությունների, պատահականությունների, այլ մարդկանց բացասական ազդեցությունների արդյունք: Նրանց համար շատ անհրաժեշտ են խրախուսանքը, գավաբանումը և աջակցումը, հակառակ դեպքում նրանք ուսման կամ աշխատանքային գործունեության մեջ արդյունքի չեն հասնի: Սակայն էքստեռնալներից առանձնակի արձագանք պետք չէ սպասել:

Ինտեռնալները իրավիճակին վերաբերում են այլ տեսանկյունից: Նրանք համարում են, որ մարդու հաջողություններն ու անհաջողություններն ավելի շատ պայմանավորված են կոմպետենտությամբ, նպատակասլացությամբ, ընդունակությունների մակարդակով, և որ դրանք հանդիսանում են նպատակաուղղված գործունեության և ինքնուրույն գործելու արդյունք: Ինտեռնալներն ունեն առավել լայն ժամանակային հեռանկարներ, որոնք ներառում են ինչպես ապագայի, այնպես էլ անցյալի բազմաթիվ իրադարձություններ:

Աղբյուրը՝Локус контроля, Елисеев О. П., Практикум по психолгии личности – СПб., 2003. С. 413-417.

ՀԱՋՈՂՈՒԹՅԱՆ ՄՈՏԻՎԱՑԻԱՅԻ ԵՎ ԱՆՀԱՋՈՂՈՒԹՅՈՒՆԻՑ ԽՈՒՍԱՓՄԱՆ ՀԱՐՑԱՐԱՆ

Հրահանգ. *Ուշադիր կարդացեք յուրաքանչյուր հարց, պատասխանեք ԱՅՈ կամ ՈՉ, նշելով Ձեր պատասխանը հարցի վերջում առանձնացված սյունակներում: Աշխատեք արագ և մի ծախսեք շատ ժամանակ որևէ հարցի վրա, քանի որ այս հարցարանը չունի ճիշտ և սխալ պատասխաններ, և արժեքավորը մտքում ծագած առաջին պատասխանն է, որը կարող է մոտ լինել իրականին:*

Այժմ սկսեք աշխատել, հիշելով, որ շատ կարևոր է անկեղծ լինելը:

N	ՊՆԴՈՒՄՆԵՐ	ԱՅՈ	ՈՉ
1.	Ընդգրկվելով աշխատանքի մեջ՝ հաջողության հույս եմ ունենում		
2.	Գործունեությունում ակտիվ եմ		
3.	Հակված եմ նախաձեռնություն ցուցաբերելու		
4.	Պատասխանատու առաջադրանքների կատարման ժամանակ աշխատում եմ հրաժարվելու հնարավոր պատճառներ գտնել		
5.	Հաճախ ընտրում եմ ծայրահեղություններ՝ կամ չափազանց հեշտ առաջադրանքներ, կամ էլ՝ շատ բարդեր		
6.	Խոչընդոտների հանդիպելիս, որպես կանոն, չեմ նահանջում, այլ փնտրում եմ դրանց հաղթահարման միջոցները		
7.	Հաջողությունների կամ անհաջողությունների պարագայում հակված եմ գերագնահատել սեփական ձեռքբերումներս		
8.	Գործունեության արդյունավետությունը հիմնականում կախված է իմ նպատակաուղղվածությունից, այլ ոչ թե արտաքին հսկումից		

9.	Իմ գործունեության արդյունավետությունը նվազում է, երբ դժվար առաջադրանքների կատարման ժամանակը սահմանափակվում է		
10.	Նպատակիս հասնելու համար հակված եմ համառություն ցուցաբերել		
11.	Հակված եմ պլանավորել իմ հեռավոր ապագան		
12.	Եթե ռիսկի եմ դիմում, ապա այն գիտակցված է		
13.	Նպատակի հասնելիս այնքան էլ համառ չեմ, հատկապես եթե բացակայում է արտաքին ազդեցությունը		
14.	Նախընտրում եմ իմ առջև դնել միջին բարդության, նույնիսկ ավելի բարդ նպատակներ		
15.	Առաջադրանքի կատարման ընթացքում առաջացած անհաջողությունը նվազեցնում է տրամադրվածությունը		
16.	Հաջողությունների կամ անհաջողությունների պարագայում հակված եմ գերագնահատել սեփական անհաջողություններս		
17.	Նախընտրում եմ պլանավորել մոտ ապագան		
18.	Սահմանափակ ժամանակի պայմաններում աշխատելիս իմ գործունեության արդյունավետությունը աճում է, եթե նույնիսկ առաջադրանքները միջին դժվարության են		
19.	Անհաջողության պարագայում ես, որպես կանոն, չեմ հրաժարվում առաջադրված նպատակից		
20.	Եթե ինքս եմ ընտրել առաջադրանքը, ապա անհաջողության պարագայում տրամադրվածությունս միայն աճում է		

Թեստի բանալի.

1-3, 6, 8, 10-12, 14, 16, 18-20 հարցերի համար տրվում է 1 բալ, եթե պատասխանը ԱՅՈ է:

4,5,7,9,13,15,17 հարցերի համար տրվում է 1 բալ, եթե պատասխանը ՈՉ է:

ԱՐԴՅՈՒՆՔՆԵՐԻ ՄԵԿՆԱԲԱՆՈՒԹՅՈՒՆ.

- Եթե հարցվողը հավաքել է 1-7 բալ, ապա մոտիվացիոն բևեռն ուղղված է անհաջողությունից խուսափմանը:
- Եթե հարցվողը հավաքել է 14-20 բալ, ապա մոտիվացիոն բևեռն ուղղված է հաջողության հուսադրմանը:
- Եթե հարցվողը հավաքել է 8-13 բալ, ապա մոտիվացիոն հստակ ուղղվածություն չի դրսևորվել, ընդ որում 8-9 բալի դեպքում ավելի շատ հակվածությունը վերաբերում է անհաջողությունից խուսափմանը, իսկ 12-13 բալի դեպքում՝ հաջողության մոտիվացիային:

ՀԱՋՈՂՈՒԹՅԱՆ ՄՈՏԻՎԱՑԻԱ. բարձր բալերի դեպքում կարող ենք մեկնաբանել, որ մարդը, գործը սկսելով, ձգտում, ակնկալում է ինչոր դրական, կոնստրուկտիվ նվաճում: Հիմնականում նա ակտիվությունն ուղղում է հուսադրված հաջողության և ունի արտահայտված նվաճման պահանջմունք: Նման մարդիկ վստահում են սեփական ուժերին, պատասխանատու են, նախաձեռնող և ակտիվ, ցուցաբերում են համառություն և նպատակասլացություն՝ հաջողության հասնելու համար:

ԽՈՒՍԱՓՈՒՄ ԱՆՀԱՋՈՂՈՒԹՅՈՒՆԻՑ. ցածր բալերի դեպքում կարող ենք մեկնաբանել, որ մարդը հակված է փախուստի հնարավոր արգելքներից, դժվարություններից, անհաջողություններից: Նման մարդիկ ունեն ավելի շատ բացասական, նեգատիվ սպասումներ և մտածում են ինչ-որ ենթադրվող անհաջողությունների, քան հնարավոր հաջողության հասնելու հնարավորությունների մասին: Նրանք ունեն բարձր տագնապայնություն, արտահայտված անվստահություն սեփական ուժերին, խուսափում են պատասխանատվությունից, իսկ պարտադիր գերպատասխանատու առաջադրանքների կատարման դեպքում կարող են դրսևորել շատ բարձր իրավիճակային տագնապի ցուցանիշ: Այնուամենայնիվ, այս ամենը կարող են համադրվել գործի հանդեպ բավական պատասխանատու վերաբերմունքով:

Աղբյուրը. Диагностика мотивации успеха и боязни неудачи. *Фетискин Н. П., Козлов В. В., Мануйлов Г. М., Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. – М., 2002. С. 102-103.*

ԱՆՁԻ ՄՈՏԻՎԱՑԻՈՆ ՈԼՈՐՏԻ ՀԱՐՑԱՐԱՆ

ՀՐԱՀԱՆԳ. *Խնդրում ենք առաջարկված 9 հայտարարությունների 8 տարբերակներից յուրաքանչյուրի համար կատարեք համապատասխան նշում ըստ սյունակների: Երկար մի մտածեք յուրաքանչյուրի պատասխանի համար, առաջնորդվեք միայն այն բանով, թե որքանով եք համաձայն նշվածին (3 - լիովին համաձայն եմ, 2 – համարյա համաձայն եմ, 1 – համաձայն եմ ինչ-որ չափով, 0 – համաձայն չեմ):*

1. Սեփական վարքում անհրաժեշտ է պահպանել հետևյալ սկզբունքները.				
1. «Կարևորը առողջությունն է» պետք է ամեն ինչ անել այն պահպանելու համար	3	2	1	0
2. «Ժամանակը փող է», պետք է ձգտել ավելի շատ գումար վաստակել	3	2	1	0
3. ազատ ժամանակը պետք է տրամադրել ընկերներին	3	2	1	0
4. երբեք առանց գործ չնստել, իսկ եթե չկա, պետք է փնտրել	3	2	1	0
5. պետք է մշտապես բարի գործ կատարել, նույնիսկ այն ժամանակ, եթե դժվար է	3	2	1	0
6. պետք է մշտապես ձգտել ուրիշներից առաջ անցնել	3	2	1	0
7. անհրաժեշտ է հասկանալ մշակույթը, ձեռք բերել շատ տարբեր գիտելիքներ	3	2	1	0
8. պետք է ձգտել բացահայտել նոր բան, ինչ-որ բան հայտնագործել, ստեղծել	3	2	1	0

2. Ուսման նկատմամբ սեփական վերաբերմունքում պետք է առաջնորդվել հետևյալ սկզբունքներով.				
1. ուսումը դա պարտադրված անհրաժեշտություն է, եթե կա հնարավորություն, ավելի լավ է չսովորել	3	2	1	0
2. եթե խմբում առաջանում է կոնֆլիկտ , ապա ավելի լավ է չմիջամտել	3	2	1	0
3. ես կցանկանայի, որ ուսման վայրը լինի տան նման՝ հարմարավետ ու գեղեցիկ	3	2	1	0
4. գլխավորը հեղինակություն և ճանաչում ունենալն է	3	2	1	0
5. ուսման մեջ պետք է ակտիվորեն ձգտել առաջընթացի, հասունության	3	2	1	0
6. անհրաժեշտ է ձեռք բերել ավելի շատ գիտելիքներ և իմացություն, քան պահանջում է ուսումնական ծրագիրը	3	2	1	0
7. ուսման ընթացքում միշտ կարելի է գտնել այն, ինչ հետաքրքիր է, ինչը կարող է գրավել	3	2	1	0
8. պետք է ոչ միայն հետաքրքրված լինել, այլև հետաքրքրել ուրիշներին	3	2	1	0
3. Ազատ ժամանակ իմ գործերում մեծ տեղ են զբաղեցնում.				
1. ընթացիկ տնային գործեր, օգնություն ընտանիքին	3	2	1	0
2. հանգիստ և զվարճանք (հեռուստացույց, կինո, զբոսանք և այլն)	3	2	1	0
3. հանդիպում ընկերների և ծանոթների հետ	3	2	1	0
4. հասարակական աշխատանք (գրեք կոնկրտ ինչպիսի) _____	3	2	1	0
5. զբաղմունք երեխաների հետ փոքրերի հետ	3	2	1	0
6. ուսումնական պարապմունքներ	3	2	1	0
7. հրապուրող զգաղմունքներ, հոբբի (գրեք հատկապես ինչ) _____	3	2	1	0

8. զբաղվածություն, որով կարելի է գումար վաստակել	3	2	1	0
4. Կրթական հաստատությունում շատ ժամանակ են պահանջում հետևյալ գործերը.				
1. անմիջական ուսումնական պարապմունքները	3	2	1	0

2. գործնական շփումները (քննարկումներ, ելույթներ և այլն)	3	2	1	0
3. զրույցներ այլ թեմաներով	3	2	1	0
4. հասարակական աշխատանք (գրեք հատկապես ինչպիսի)_____	3	2	1	0
5. ինքնուրույն պարապմունքներ	3	2	1	0
6. զգաղվածություն խմբակներում, հավաքույթներում, հանրությունում և այլն (գրեք հատկապես ինչպիսի)_____	3	2	1	0
7. օգնություն մյուսներին ուսման մեջ և այլ գործերում:	3	2	1	0
8. ազատ ժամանակ, երբ հնարավոր է զբոսնել, զրուցել, հանգստանալ	3	2	1	0
5. Եթե ուրբաթը լիներ ազատ օր, ես այն ավելի շուտ կօգտագործեի որպեսզի.				
1. հանգստանայի	3	2	1	0
2. ժամանակն անցկացնեի ընկերներիս և ծանոթներիս հետ	3	2	1	0
3. զվարճանայի	3	2	1	0
4. օգնեի ընտանիքիս անդամներին տարբեր գործերում	3	2	1	0
5. մասնակցեի հասարակական միջոցառումների (գրեք հատկապես ինչպիսի)_____	3	2	1	0
6. միևնույն է կզբաղվեի դասերով	3	2	1	0

7. կկարդայի գեղարվեստական գրականություն	3	2	1	0
8. կզբաղվեի իմ հետաքրքրություններով՝ հոբբիով				
6. Եթե ինձ թույլ տային պարապել լիովին ազատ ծրագրով, ես հիմնական ժամանակը կնվիրեի.				
1. տեսական և գործնական պարապմունքների նույն ծավալով, բայց իմ ընտրությամբ	3	2	1	0
2. ուսումնական թեմաների շուրջ ազատ քննարկումներ այնպիսի մասնագետների հետ, որոնց ինքս կընտրեի	3	2	1	0
3. կլսեի և կքննարկեի այն, ինչ անհրաժեշտ է	3	2	1	0
4. հասարակական աշխատանքի (գրեք հատկապես ինչպիսի)_____	3	2	1	0
5. բարդացված ծրագրով ինքնուրույն պարապմունքների (նշեք ինչով հատկապես)_____	3	2	1	0
6. խմբակներում և հավաքույթներում պարապմունքներ (գրեք հատկապես ինչպիսի_____	3	2	1	0
7. ուսման և այլ գործերով օգնություն մյուս սովորողներին	3	2	1	0
8. ժամանակի մեծ մասը կտրամադրեի մաքուր օդում հանգստի	3	2	1	0
7. Ես հաճախ եմ ծանոթների և ընկերների հետ զրուցում հետևյալ թեմաների շուրջ.				
1. ինչպես կարելի է հետաքրքիր և հաճելի անցկացնել ժամանակը	3	2	1	0
2. ընդհանուր ծանոթների մասին	3	2	1	0
3. այն մասին, ինչ լսում եմ շրջապատողներից	3	2	1	0

4. կյանքում ճանապարհ հարթելու, ուրիշներից վատը չլինելու մասին	3	2	1	0
5. ուսումնական գործերի և զբաղմունքների մասին	3	2	1	0
6. իմ հրապուրանքների՝ հոբբիի մասին	3	2	1	0
7. այն մասին, թե ինչպես հնարել բորբոքող, ուժերի լարում պահանջող ինչ-որ բան	3	2	1	0
8. կյանքի, գրքերի, մշակույթի մասին	3	2	1	0
8. Կրթության շնորհիվ ես հիմա կյանքում ունեմ.				
1. սովորական իրադրություն, որտեղ ինձ հաճելի է	3	2	1	0
2. շրջապատողների հարգանք	3	2	1	0
3. լավ ընկերական փոխհարաբերություններ	3	2	1	0
4. մշտապես իմանում եմ ինձ հետաքրքրող նորությունները	3	2	1	0
5. զգացում, որ ես կարող եմ օգուտ բերել	3	2	1	0
6. ընդունակությունները զարգացնելու հնարավորություն	3	2	1	0
7. կյանքի համար օգտակար կարողություններ	3	2	1	0
8. հեռանկարային աշխատանք ստանալու հնարավորություն	3	2	1	0
9. Ամենից շատ ես կուզեի լինել այնպիսի միջավայրում, ուր.				
1. աղմկոտ և զվարճալի	3	2	1	0
2. գեղեցիկ է, հարմար և հաճելի	3	2	1	0
3. կարելի է լուծել որոշ հարցեր	3	2	1	0
4. քեզ հարգում են և ընդունում որպես լիդեր	3	2	1	0
5. կարելի է ձեռք բերել նոր ընկերներ	3	2	1	0
6. կան հայտնի մարդիկ	3	2	1	0
7. զբաղվում են ինչ-որ ընդհանուր գործունեությամբ. ստեղծում, ուսումնասիրում և այլն…	3	2	1	0

8. հնարավոր է դրսևորել սեփական ընդունակությունները. դերասանական, գեղարվեստական, սեփական գիտելիքները և այլն...	3	2	1	0
10. Աշխատանքի վայրում ես կցանկանայի լինել այնպիսի մարդկանց կողքին՝				
1. ում հետ կարելի է զրուցել տարբեր թեմաներով	3	2	1	0
2. ով կարող է փոխանցել իր փորձն ու գիտելիքները	3	2	1	0
3. ում հետ կարելի է շատ գումար վաստակել	3	2	1	0
4. ովքեր հեղինակություն են	3	2	1	0
5. ովքեր կարող են օգտակար բան սովորեցնել	3	2	1	0
6. ովքեր ստիպում են աշխատավայրում լինել ավելի ակտիվ	3	2	1	0
7. ովքեր ունեն շատ գիտելիքներ և հետաքրքիր գաղափարներ	3	2	1	0
8. ովքեր պատրաստ են աջակցել տարբեր իրավիճակներում	3	2	1	0
11. Ներկայում ես ունեմ բավարար աստիճանի՝				
1. նյութական ապահովություն	3	2	1	0
2. հետաքրքիր զվարճանքներ իրականացնելու հնարավորություն	3	2	1	0
3. կյանքի բարեկեցիկ պայմաններ	3	2	1	0
4. լավ ընտանիք	3	2	1	0
5. ժամանակը հետաքրքիր անցկացնելու հնարավորություններ	3	2	1	0
6. հարգանք, ճանաչում և գնահատանք	3	2	1	0
7. պիտանելիության զգացողություն	3	2	1	0
8. հնարավորություն՝ ինչ-որ արժեքավոր, օգտակար բան ստեղծելու	3	2	1	0

12. Ես կարծում եմ, որ իմ աշխատանքում կունենամ բավարար աստիճանի՝				
1. լավ աշխատավարձ և այլ նյութական բարիքներ	3	2	1	0
2. աշխատանքային լավ պայմաններ	3	2	1	0
3. աշխատանքային լավ խումբ, ընկերական փոխհարաբերություններ	3	2	1	0
4. ստեղծագործական որոշակի նվաճումներ	3	2	1	0
5. կարգավիճակ, պաշտոն	3	2	1	0
6. ինքնուրույնություն և անկախություն	3	2	1	0
7. հեղինակություն և կոլեգաների հարգանք	3	2	1	0
8. մասնագիտական բարձր մակարդակ	3	2	1	0
13. Ամենից շատ ինձ դուր է գալիս, երբ՝				
1. չկա անհրաժեշտություն էական հոգսերի մասին մտածելու	3	2	1	0
2. կա հարմարավետ, հաճելի միջավայր	3	2	1	0
3. ամենուրեք առույգություն է, ուրախ իրարանցում	3	2	1	0
4. պետք է ժամանակն անցկացնեմ զվարճալի շրջապատում	3	2	1	0
5. ունեմ մրցակցության և փնտրտուքի զգացողություն	3	2	1	0
6. ունեմ ակտիվ լարվածության և պատասխանատվության զգացողություն	3	2	1	0
7. ծանրաբեռնված եմ ինձ համար հաճելի գործունեությամբ	3	2	1	0
8. ներգրավված եմ համատեղ գործունեության մեջ՝ այլ մարդկանց հետ	3	2	1	0
14. Երբ ինձ հետապնդում են անհաջողությունները, և չի ստացվում այնպես, ինչպես կցանկանայի՝				
1. ես բորբոքվում եմ և երկարատև ապրումներ եմ ունենում	3	2	1	0

2. ձգտում եմ կենտրոնանալ որևէ այլ, հաճելի գործի վրա	3	2	1	0
3. շփոթվում եմ, չեմ իմանում ինչ անել, բարկանում եմ ինձ վրա	3	2	1	0
4. զայրանում եմ խոչընդոտի վրա	3	2	1	0
5. փորձում եմ հանգիստ մնալ, և դա ինձ սովորաբար հաջողվում է	3	2	1	0
6. փորձում եմ չբռնկվել և հանգիստ վերլուծել իրավիճակը	3	2	1	0
7. փորձում եմ հասկանալ, թե ինչում է իմ մեղավորությունը	3	2	1	0
8. փորձում եմ հասկանալ անհաջողության պատճառները և շտկել իրավիճակը	3	2	1	0

Թեստի բանալի.

Թեստի յուրաքանչյուր ենթամասի համար ներկայացվում են անձի **մոտիվացիոն բնութագրի սանդղակները**.

- կենսական ապահովություն (ԿԱ)
- կոմֆորտ (Կ)
- հաղորդակցում (Հ)
- սոցիալական կարգավիճակ (ՍԿ)
- ընդհանուր ակտիվություն (ԸԱ)
- ստեղծագործական ակտիվություն (ՍԱ)
- հանրային օգտակարություն (ՀՕ)

Այս յոթ սանդղակներից յուրաքանչյուրն ըստ թեստի ներկայացվում է չորս ենթասանդղակներով.

- առօրյա, կենսագործունեության բոլոր ոլորտներին վերաբերող (Կենս.)
- աշխատանքային (ուսումնական), աշխատանքային կամ ուսումնական ոլորտին վերաբերող (Ուս.)

- մոտիվի «իդեալական» վիճակ, մտադրման, դրդման մակարդակը (իդ.)
- մոտիվի «իրական» վիճակ, ներկայում մոտիվի բավարարման արժեորումը անձի կողմից, նաև այն, թե որքանով է դրա համար ջանք ծախսվում (իր.)

	1	2	3	4	5	6	7
1	ԿԱ	ԿԱ	ԿԱ	ԿԱ	Կ	ԸԱ	Կ
2	ԿԱ	Կ	Կ	Հ	Հ	Հ, ԸԱ	Հ
3	Հ	Կ	Հ	Կ, Հ	Կ	Կ, Հ	ՍԿ, Հ
4	ԸԱ	ՍԿ	ՀՕ″	ԸԱ, ՀՕ″	ԿԱ, ՀՕ	ԸԱ, ՀՕ″	ՍԿ
5	ՀՕ	ՍԿ	ԿԱ, ՀՕ	ՍԱ	ՀՕ″	ՍԱ″	ԸԱ, ՀՕ
6	ՍԿ	ՍԱ	ՍԱ	ԸԱ, ՀՕ″	ԸԱ	ԸԱ″	ՍԱ
7	ԱՍ	ՍԱ	ԸԱ″	ՀՕ	ՍԱ	ՀՕ	ԸԱ
8	ԱՍ	ՀՕ	ԿԱ, ԸԱ	Կ	ԸԱ″	Կ	ՍԱ
	Կենս.իդ.	Ուս.իդ.	Կենս.իր.	Ուս.իր.	Կենս.իդ.	Ուս.իդ.	Կենս.Իդ.

	8	9	10	11	12	13	14
1	Կ	Կ	Հ	Կ	ԿԱ, ԸԱ	Աստ	Աստ
2	ՍԿ	Կ	Հ	Կ	Կ	Աստ	Աստ
3	Հ	ԿԱ	ՀՕ	Կ	Հ	Աստ	Աստ
4	ՍԱ	ՍԿ	ԿԱ	Հ	ՍԱ	Աստ	Աստ
5	ՀՕ	Հ	ՍԿ	ՍԿ	ՍԿ	Ստ	Ստ
6	ՍԱ	ՍԿ	ԿԱ, ՍԿ	ՍԿ	ՍԿ	Ստ	Ստ
7	ԿԱ	ԸԱ, ՀՕ	ՍԱ	ՀՕ″	ՍԿ	Ստ	Ստ
8	ՍԿ	Հ, ՍԱ	ՍԱ	ԿԱ, ՍԱ″	ԿԱ, ԸԱ	Ստ	Ստ
	Ուս.իր.	Կենս.իդ.	Ուս.իդ.	Կենս.իդ.	Ուս.իդ.	Հուզ.	Ֆրուստ.

″ նշումը վերաբերում է մեթոդիկայի ճշգրտման սանդղակին:

Հուզական բնութագրի սանդղակներ.

- ուղղվածությունը սթենիկ տիպի հուզական ապրումին (ՀՍտ)
- ուղղվածությունը ասթենիկ տիպի հուզական ապրումին (ՀԱստ)
- ֆրուստրատիվ վիճակում ապրումի սթենիկ տիպ (ՖՍտ)
- ֆրուստրատիվ վիճակում ապրումի ասթենիկ տիպ (ՖԱստ)

Արդյունքների մշակումից հետո յուրաքանչյուր հետազոտվողի համար կարելի է ստանալ հետևյալ աղյուսակը.

	ԿԱ	Կ	Հ	ՍԿ	ԸԱ	ՍԱ	ՀՕ	Հուզ.	Ֆրուստ.
Կենս.իդ.									
Կենս.իր.									
Ուս.իդ.									
Ուս.իր.									

ՃՇԳՐՏՄԱՆ ՍԱՆԴՂԱԿ

Ճշգրտման սանդղակում հաշվի են առնվում այն պնդումները, որոնցում անհրաժեշտ է կատարել լրացուցիչ հստակեցում. օրինակ, եթե պնդումն ուղղված է հասարակական աշխատանքին և հետազոտվողը համաձայնել է իր պատասխանով, ապա պետք է ճշտել, արդյոք բլանկում հատկացված տողում նշել է, թե հատկապես՝ ինչպիսի աշխատանք: Եթե հստակ նշված չէ, ապա ընտրված բալից հանվում է երկու միավոր. 3-ի փոխարեն՝ 1, 2-ի փոխարեն՝ 0:

ԹԵՍՏԱՅԻՆ ԱՐԴՅՈՒՆՔՆԵՐԻ ՄԵԿՆԱԲԱՆՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ

Մշակված բոլոր սանդղակների ցուցանիշների հիման վրա որոշվում է մոտիվացիոն և հուզական պրոֆիլի տիպը:

ՄՈՏԻՎԱՑԻՈՆ ՊՐՈՖԻԼԻ ՏԻՊԸ

ՊՐՈԳՐԵՍԻՎ – բնութագրվում է ընդհանուր և աջակցման մոտիվների նշանակալիությամբ, ուր գերակշռում է ստեղծագործականը. (ԸԱ+ՍԱ+ՀՕ) – (ԿԱ+Կ+ՍԿ) ≥ 5 բալ: Այս տիպի մարդիկ հասնում են հաջողության ինչպես ուսման մեջ, այնպես էլ աշխատանքում և ունեն անձնային սոցիալական ուղղվածություն:

ՌԵԳՐԵՍԻՎ – բնութագրվում է աջակցման մոտիվի նշանակալիությամբ. (ԸԱ+ՍԱ+ՀՕ) – (ԿԱ+Կ+ՍԿ) < 5: Այս տիպի մարդկանց բնորոշ է ոչ բարձր առաջադիմությունը ուսումնական գործունեության մեջ:

ԻՄՊՈՒԼՍԻՎ – բնութագրվում է Կ, Հ, ՍԱ սանդղակների ծայրահեղ արտահայտվածությամբ. (ԿԱ+ՀՕ) – (Կ+ՍԱ) > 4: Իմպուլսիվությունը առավել բնորոշ է դպրոցականներին և ուսանողներին: Այն արտացոլում է մոտիվացիոն տարբեր գործոնների նշանակալի հակադրում անձի ընդհանուր կառույցում:

Էքսպրեսիվ – բնութագրվում է մոտիվացիոն պրոֆիլի Կ և ՍԱ սանդղակների ծայրահեղ արտահայտվածությամբ: Այս տիպում արտացոլվում է աջակցման (ԿԱ, Կ, ՍԿ) և զարգացման (ԸԱ, ՍԱ, ՀՕ) մոտիվացիոն խմբերի որոշակի ընտրովի տարբերակում:

Թույլ արտահայտված մոտիվացիա. – բնութագրվում է անձի մոտիվացիոն հիերարխիայի ոչ բավարար տարբերակումներով: Եթե նույնիսկ մոտիվացիոն ամբողջական պրոֆիլում առկա է մեկ ծայրահեղ արտահայտվածություն, այն չի փոխում ընդհանուր պատկերը: Այն առավել բնորոշ է թույլ առաջադիմություն ունեցող դպրոցականներին և ուսանողներին: Թույլ արտահայտված մոտիվացիան տարիքի հետ նվազում է:

ՀՈՒԶԱԿԱՆ ՊՐՈՖԻԼԻ ՏԻՊԸ

Ստենիկ – բնորոշվում է հուզական ակտիվ վարքային նախապատվությամբ ֆրուստրատիվ վարքի հանդեպ (ՖՍտ > ՖԱստ.): Ստենիկ տիպը գործնականում արտացոլում է անձի ակտիվությունը՝ դժվար իրավիճակներում հուզական ապրումների կայուն, կառուցողական և կառավարելի հակվածության գերակայությամբ: Այն փոխկապակցվում է անձի մոտիավցիոն պրոֆիլի պրոգրեսիվ տիպի հետ:

Աստենիկ – բնորոշվում է ստենիկ տիպի հակադարձով. (ՖԱստ > ՖՍտ): Այս տիպի անձին բնորոշ է դժվար իրավիճակներում ոչ կայուն, անկառավարելի վարքը, որն ուղղորդվում է գրգռողականությամբ և պաշտպանական մեխանիզմների դրսևորմամբ: Այն փոխկապակցվում է անձի մոտիավցիոն պրոֆիլի ռեգրեսիվ տիպի հետ:

Որպես անձի հուզական պրոֆիլի տիպ կարող է հանդիպել **խառը ստենիկ** տիպը, որը բնորոշվում է հետևյալ արտահայտվածությամբ. (ՀԱստ > ՀՍտ) և (ՖՍտ > ՖԱստ): Այն փոխկապակցվում է մոտիվացիոն պրոֆիլի իմպուլսիվ տիպի հետ:

Գործնականում շատ հազվադեպ է հանդիպում **խառը աստենիկ** տիպը, (ՀՍտ > ՀԱստ) և (ՖԱստ > ՖՍտ): Այն բնորոշ է վաղ դեռահասներին, ովքեր դժվար են կառավարում հույզերը բարդ իրավիճակներում:

Թեստային արդյունքների մեկնաբանությունները սովորաբար կազմում են մոտիվացիոն երկու պրոֆիլի համար՝ ընդհանուր կենսական և ուսումնական:

ՀԻՇԵՑՈՒՄ

Թեստային ատասխանները պետք է ստուգվեն «ճշգրտման սանդղակով», բոլոր այն պնդումների համար, որոնք պահանջում են հստակեցում՝ լրացուցիչ ընդգծումով, լրացման բացակայության դեպքում բալը նվազում է:

Մոտիվացիոն պրոֆիլում ստացված ցուցանիշները պետք է համադրվեն նաև որակապես: Օրինակ, եթե «իդեալական» պրոֆիլում ցուցանիշը բարձր է, իսկ «իրատեսականում»՝ ցածր, նշանակում է, որ աշակերտը ինքնուրույն ոչ մի ճիգ չի գործադրում կենսական դիրքորոշումների բարելավման ուղղությամբ: Կամ, օրինակ, եթե պրոֆիլում կոմֆորտի ցուցանիշը բարձր է, իսկ «իդեալական» և «իրատեսական» ցուցանիշները էապես չեն տարբերվում միմյանցից, ապա առկա է ինքնաբավության հագեցվածություն:

Եթե կենսական և ուսումնական ոլորտների ցուցանիշները էապես տարբերվում են միմյանցից, դա մեկնաբանվում է որպես անձի մոտիվացիոն ոլորտի ոչ ներդաշնակություն: Հատկանշական է, որ մոտիվացիոն ընդհանրացված պրոֆիլում լինի հետևյալ համադրությունը՝ (ԿԱ+Կ+ՍԿ) մոտավորապես հավասար է (ԸԱ+ՍԱ+ՀՕ):

Եթե հուզական պրոֆիլում հուզական և ֆրուստրատիվ աստենիկ ցուցանիշները գերազանցում են ստենիկին, ապա կա հակվածություն դեպի պասիվ հուզականություն և ֆրուստրատիվ անկայունություն:

Աղբյուրը՝ Мильман В. Э., Метод изучения мотивационной сферы личности / Практикум по психодиагностике. Психодиагностика мотивации и саморегуляции. – М., 1990. – С. 23-43:

ՎԱՐԺՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ ԵՎ ՏԵԽՆԻԿԱՆԵՐ

Վարժություն 1. ԱՍՈՑԻԱՏԻՎ ՓՈՐՁԱՌՈՒԹՅՈՒՆ

Յուրաքանչյուր մասնակից տրված թերթիկների վրա գրում է մեկ մասնագիտություն, որը պարտադիր չէ բարձրաձայնել: Վարողը ներկայացնում է մասնագիտությունների ցանկը և խնդրում, որ խմբի անդամներն իրենց պատկերացնեն որպես այդ մասնագիտությունները կրողներ և նշեն, թե ինչ հույզերեր և զգացմունքներ են արթնացնում դրանք: Ներկայացման համար կարելի է մասնակիցների ցանկի դիմաց կազմել հույզերի և՛ զգացմունքների ցանկը, և՛ սլաքներով ցույց տալ կապերը:

Խմբային քննարկման ընթացքում թե՛ մասնագիտությունները, թե՛ հույզերն ու զգացմունքները կարելի է լրացնել նորերով:

Վարժությունների ավարտն ամփոփվում է հարցադրումներով.

- Որ հույզն է ամենից շատ հիշատակվել և ինչու:
- Ինչով են պայմանավորված առկա կապերը:
- Ինչով է պայմանավորված այն հանգամանքը, որ ինչ-որ մասնագիտության համար համարյա բացակայում են կապերը:

Վարժություն 2. ՀԱՐՈՒՍՏ ԸՆԿԵՐ

Խումբը բաժանվում է երկու մասի: Առաջին ենթախմբում յուրաքանչյուրը մշակում է բիզնես-պլան (օրինակ, կապված մասնագիտական ինքնորոշման գործընթացի խթանման հետ՝ դպրոցներում), իսկ երկրորդը՝ փորձում է գնահատել դրանք: Բիզնես պլան մշակողների համար նախապես պատրաստվում են համարակալված թերթիկներ, որպեսզի նրանք մոտենան հերթականությամբ. սկզբում 1,2-ը, այնուհետև 3,4-ը և այլն: Մշակողներից երկու հոգի մոտենում են և առանձին-առանձին ներկայացնում իրենց պլանները: Գնահատողները ընտրում են, թե որն է ավելի արդյունավետ և ընտրում, թե որ ներկայացնողի կողմն են անցնում: Քանակները գրանցվում են: Ով ունենում է ավելի շատ ձայներ, անցնում է հաջորդ փուլ:

Այնուհետև պլանները ներկայացնում են մշակողների այլ երկու ներկայացուցիչ: Նույն գնահատման գործընթացով ընտրվում է մյուս հաղթողը:

Զույգերով հաղթողների ընտրությունից հետո նրանք մրցում են միմյանց հետ, նորից համարակալման հերթականության համապատասխան (ըստ աճման):

Աշխատանքը շարունակվում է այնքան, մինչև ընտրվի լավագույն բիզնես-պլան մշակողը: Ընդ որում, ներկայացնողները պետք է ի սկզբանե ներկայացնեն այն, ինչ մշակել են, սակայն կարող են ընթացքում կատարել փոփոխություններ, լրամշակումներ:

Վարժությունների ավարտն ամփոփվում է հարցադրումներով.

- Ինչը նպաստեց տվյալ բիզնես-պլանն ընտրելուն, որպես հաղթող:
- Մյուս բիզնես-պլաններում ինչ արդյունավետ լուծումներ կային կիրառական տեսանկյունից:
- Որ բիզնեսպլանն ուներ ամենամեծ հեռանկարը:
- Որ չափանիշներն էին հաջողված ընտրության համար:
- Ինչպեսի համապատասխանություն կարելի է գտնել ներկայացնողի անձի և բիզնես-պլանի իրականացման տեսանկյունից:
- Ինչպիսի անձնային որակներ են անհրաժեշտ լավագույն բիզնես-պլաններն իրականացնելու համար:

Վարժություն 3. ՍԵՎ ԽՈՌՈՉ – ԻՐԱԴԱՐՁՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ՀՈՐԻԶՈՆ

(*Տարածությունը և ժամանակը անանցանելիության սահմաններում - սահմանափակ պարածություն, որտեղ իրողությունն անհայտ է և կախված չէ այլ պարածության հետ: Սև խոռոչին բնորոշ է այն, որ մեր իրողության մեջ չունենք ինֆորացիա, թե ինչ է տեղի ունենում այնտեղ և հակառակը՝ եթե կա ինչ-որ իրադարձություն խոռոչում, այն անհայտ է մեզ համար*):

Աշխատանքի ընթացքում մասնակիցները սովորում են կանխատեսել ապագան, որն այս պարագայում հանդիսանում է իրողությունների հորիզոնը:

Փորձում ենք ենթադրել, թե ինչ հավանականությամբ կարող է որևէ մեկի մոտ լինել այս կամ այն իրողությունը. որքան է հավանականությունն այն բանի, որ

- ապագայում կարող եք աշխատել օրական 1000 դրամ (այս իրողությունը մոտ է մեզ և այնքան էլ մոտ չէ իրողությունների հորիզոնին
- ?? %)
- ապագայում կարող եք դառնալ տիեզերագնաց (…)
- ապագայում կարող եք դառնալ հաշվապահ (…)
- սովորել, ձեռք բերել նոր մասնագիտություն (…)
- անբուժելի հիվանդություններ չլինեն (…)
- զրուցել ռոբոտի հետ (…)
- զրուցել ռոբոտի հետ և չիմանալ, որ իրականում մարդ չէ (…)
- լինել լուսնի վրա (…)
- այլ…

Տոկոսային հարաբերակցությունները քննարկելուց հետո պետք է մասնակիցներն առաջարկեն նոր իրողություններ, օրինակ 50 տարի հետո ինչպիսի իրողություններ կլինեն մոտ հորիզոնին:

Աղբյուրը՝ Профориентационная игра [Электронный ресурс] // А. Я. Психология http://azps.ru/training/proforientation/minus_plus.html

Վարժություն 4. ՍԱՀՄԱՆԱՓԱԿ ԿԱՐՈՂՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐՈՎ ԱՆՁԻ ՀՆԱՐԱՎՈՐՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ԳՆԱՀԱՏՈՒՄԸ ԱՇԽԱՏԱՇՈՒԿԱՅՈՒՄ

Վարժության ընթացքում քննարկվեցին սահմանափակ կարողություններով անձանց մասնագիտական ինքնորոշման և մասնագիտական գործունեության իրականացման հիմնախնդիրները: Վարժանքը ներառում էր երեք հիմնական փուլային գործնական առաջադրանքներ, դրանք են՝

- կազմել համակարգ՝ գործատուի և աշխատանքի դիմորդի համար (դիմորդն ունի սահմանափակ կարողություններ),
- ներկայացնել գործատուի պահանջների բաղադրիչները որպես մասնագիտական կոմպետենտության հիմք, որում քննարկվում է նաև ինքնուրույնությունը որպես մասնագիտական գործունեության կարևոր պայման,

• տարբեր հոգեկան և ֆիզիկական սահմանափակումների դեպքում, ինչպես նաև տարբեր մասնագիտությունների հետ համադրմամբ կազմել մասնագիտական կոմպետենցիաների և անձնային հատկությունների սխեմա:

Արդյունքում պարզ դարձավ մասնագիտական գործունեության հետ կապված բազմաթիվ ներքին (անձնային) և արտաքին (սոցիալական) խնդիրների բնույթը, որոնք խոչընդոտ են հանդիսանում սահմանափակ կարողություններով անձանց սոցիալական ներառմանը՝ առավելապես մասնագիտական գործունեության կոմպետենցիաների ձևավորման և ռեալիզացման հարցում:

Տեխնիկա 1. ՄԱՄՆԱԳԻՏՈՒԹՅՈՒՆԸ ՀԵՔԻԱԹԱՅԻՆ ԹԱԳԱՎՈՐՈՒԹՅՈՒՆՈՒՄ *(հեքիաթաթերապիայի կիրառությունը մասնագիտական ինքնորոշման գործընթացում)*

Տեխնիկայի **առաջին փուլում** մասնակիցներին մոտիվացնելու նպատակով տրվում է ոչ այնքան էլ արդիական մասնագիտությունների ցանկ: Յուրաքանչյուր անդամ ներկայանում է մասնագիտության դրական և բացասական կողմերով:

Տեխնիկայի **երկրորդ** փուլում առաջարկվում է, թե ով կցանկանա փոխել մասնագիտությունը: Ընտրվում են նոր մասնագիտություններ՝ իրենց թերություններով և առավելություններով:

Երրորդ, ամփոփիչ փուլում ինքնաքննադատաբար մասնակիցները վերլուծում են իրենց ինքնուրույնության բաղադրիչները, շեշտադրելով անկախ, ազատ որոշման կայացումը:

Խմբային աշխատանքի նպատակը.

Խթանել խմբի մասնակիցների ինքնուրույնությանը՝ մասնագիտական ինքնորոշման և ընտրության նպատակով:

Պարագաները.

Մասնագիտությունների քարտեր՝ ստորև բերված ցանկին համապատասխան.

առևտրական, մսագործ, փոստատար, մաքրող, կաթնավաճառ, անտառապահ, փականագործ, օծանելիք պատրաստող, հեռախոսավար,

մեղվապահ, սրբագրիչ, թիկնապահ, քարտաշ, վարժապետ, այգեպան և այլ…

ԸՆԹԱՑԱԿԱՐԳ

Հրահանգ. պատկերացրեք, որ Դուք անցնում եք երկար ճանապարհ՝ դեպի հեքիաթային թագավորություն, որտեղ մարդիկ ապրում են բարեկեցիկ, երջանիկ ու երկարատև կյանքով: Դուք նույնպես որոշել եք բնակվել այդ թագավորությունում: Անցնելով երկար և դժվարին ճանապարհ այնտեղ հաստատվելու համար, Դուք պետք է համաձայնեք մի շատ կարևոր պայմանի հետ. նա, ով դառնում է հեքիաթային թագավորության բնակիչ, աշխատում է այն մասնագիտությամբ, որն իր համար Թագավորն է ընտրել: Չէ որ Թագավորը գիտի, թե ինչ է անհրաժեշտ իր թագավորության զարգացման համար և նա սիրով կընդունի Ձեզ իր Հեքիաթային Երկիրը:

Փուլ 1-ին.

Եվ այսպես, խմբի մասնակիցները հայտնվել են ընդարձակ դահլիճում և նրանց ողջունում է Թագավորը: Նա հրավիրում է մասնակիցներին սեղանի շուրջ, ծանոթանում է և հետաքրքրվում, թե ով ինչ աշխատանքով է ուզում զբաղվել: Այնուհետև վարողը, թագավորի անունից, հայտարարում է իր որոշումը. «Ուրախ եմ ձեզ հյուրընկալել իմ երկրում: Գուցե ժամանակի ընթացքում դուք կկարողանաք զբաղվել այն աշխատանքով, ինչը ձեզ հաճելի է, սակայն այժմ պետք է տիրապետեք այն մասնագիտությանը, որն անհրաժեշտ է մեր Հեքիաթային Թագավորությանը»:

Ողջույնից հետո վարողը ներկայացնում է մասնագիտությունների քարտերը մասնակիցներին և խնդրում, որ կատարեն ընտրություն: Քանի որ նախապես ընտրված մասնագիտությունները այնքան էլ արդիական չեն և շատերի համար տեխնոլոգիական փոխարինողներ կան, ենթադրվում է, որ մասնակիցներն այնքան էլ հաճույքով չեն ընդունելու իրենց բաժին ընկած մասնագիտությունը: Սակայն պետք է կատարեն ընտրություն, նույնիսկ եթե մասնագիտությունները համընկնեն:

Ծանոթանալով իրենց սպասվելիք գործունեությանը, մասնակիցները կարող են արտահայտել դժգոհություն և բարձրաձայնել տարբեր կարծիքներ: Վարողի խնդիրն այն է, որ տեղիք չտա կրքերի բորբոքմանը, հիշեցնի թագավորության պահանջներն ու այն, որ իրենք հայտնվել են բարեկեցության, երջանկության ու երկարակեցության կարգավիճակում՝ որպես Հեքիաթային Թագավորության բնակիչ:

Այնուհետև յուրաքանչյուր մասնակից պատմում է իր ձեռքբերած մասնագիտության մասին, որն իրականացնելու է Հեքիաթային Թագավորությունում, մատնանշում է դրա օգտակարությունը, պահանջարկը և իր անձի այն լայն հնարավորությունները, որոնց շնորհիվ դառնալու է իր գործի վարպետը:

Վարողն ուշադրություն է դարձնում յուրաքանչյուր մասնակցի խոսքին, թե որքան համոզիչ են ներկայացնում մասնագիտությունը, որքանով են դրան հուզականորեն վերաբերվում, գուց փորձում են գտնել կապեր իրենց նախասիրությունների և ապագա իրական մասնագիտական հետաքրքրությունների հետ:

Փուլ 2-րդ.

Վարողը ներկայացնում է Հեքիաթային Թագավորության կյանքը 10 տարի անց. այն է՝ մասնակիցները կայացել են որպես մասնագետներ, դարձել են պրոֆեսիոնալներ, վայելում են մեծ հարգանք թագավորության բնակչության շրջանում, ունեն բնակարաններ, ընտանիք, ապրում են երջանիկ կյանքով: Թագավորության տարբեր ծայրամասերից մարդիկ գալիս են, որպեսզի օգտվեն նրանց որակյալ ծառայություններից: Շնորհիվ նրանց մասնագիտական հմտությունների, Հեքիաթային Թագավորությունը բուռն զարգացում է ապրել: Եվ 10-ամյակի կապակցությամբ Թագավորը հրավերք է կազմակերպել իր պալատում:

Վարողը՝ Թագավորի անունից, շնորհակալություն է հայտնում մասնագիտական ներդրումների համար, նշում, որ նրանք շատ մեծ օգուտ են տվել թագավորության առաջընթացին և խնդրում է, որ յուրաքանչյուրը ներկայացնի իր ձեռքբերումների և նվաճումների ոչ միայն արդյունքների, այլ հնարավորությունների մասին, թե ինչպես են հասել դրան, շնորհիվ իրենց ուժեղ կողմերի: Նաև հիշեցնում է իրենց առաջին հանդիպումը, երբ խոստացավ, որ կգա այն ժամանակը, երբ մասնա-

գետները իրենք կընտրեն համապատասխան աշխատանք իրենց համար: Եվ ահա, հասել է այդ պահը. Յուրաքանչյուր մասնակից պետք է կատարի ընտրություն, ուզում է արդյոք փոխել մասնագիտությունը, զբաղվել այլ, ավելի նախընտրելի գործով:

Փուլ 3-րդ.

Վարողը խնդրում է մասնակիցներից յուրաքանչյուրին հիմնավորել իր կատարած ընտրությունը: Որոշման կայացման գործընթացն հիմնավոր ավարտելուց հետո մասնակիցները պետք է կիսվեն տպավորություններով, առաջնորդվելով հետևյալ հարցադրումներով.

- ինչ կատարվեց իրենց հետ,
- ինչպիսի զգացողություններ ունեցան,
- ինչպես փոխվեցին նրանց հուզական ռեակցիաները,
- ինչպիսի մտքեր ունեցան տեխնիկայի տարբեր քայլերով անցնելիս,
- ինչպես կայացրեցին որոշում
- այլ…

Ըստ էության վերջում վարողը յուրաքանչյուրին մղում է դեպի ինքնաքննադատության, ինքնառեֆլեքսիայի, ինքնագիտակցման, թե որքանով էին մասնակիցները ցուցաբերում ինքնուրույնություն ընտրության մեջ, որքանով էին հարմարվում իրավիճակին և թելադրանքին, որքանով էին ինքնորոշված այս կամ այն մասնագիտության մեջ:

Այս ամենը հնարավորություն է ստեղծում վերանայելու սեփական ընտրության հնարավորությունները մասնագիտական ինքնորոշման և կողմնորոշման տեսանկյունից, վերլուծել իրավիճակները փոխզիջումային և մրցակցային վարքի տեսանկյունից, կատարել համապատասխան եզրահանգումներ:

Տեխնիկայի ընթացքում կարևոր է, որ քննարկումները լինեն բազմաբնույթ, նույնիսկ վերածվեն բանավեճի: Կարևորը, որ արդյունքում հասկանալի լինեն պատճառահետևանքային կապերը:

Տեխնիկա 2. ՄԱՍՆԱԳԻՏՈՒԹՅԱՆ ՆԱԽԸՆՏՐՈՒԹՅՈՒՆ ԵՎ ՀԱՄԱՊԱՏԱՍԽԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

Տեխնիկայի նպատակն է՝ ինքնորոշվել սեփական անձի նախընտրությունների մեջ և փորձել գտնել համապատասխանություն այս կամ այն մասնագիտության հետ:

Քայլ 1.

Նշեք 3-5 որակներ, որոնք բնութագրական են Ձեր անձի համար:

_____

_____

_____

_____

_____

_____

Ստորև նշված ցանկից ընտրեք Ձեզ համար ***համակրելի*** երկու մասնագետ.

Անասնաբույժ, Բանկի աշխատող, Բժիշկ, Գիտնական, Գյուղատնտես, Դերասան, Զինվորական, Ինժեներ, Իրավաբան, Լեզվաբան, Լուսանկարիչ, Խոհարար, Ծրագրավորող, Հաշվապահ, Հոգեբան, Մանկավարժ, Մատուցող, Նկարիչ, Շինարար, Պատմաբան, Ռեժիսոր, Վաճառող, Վարորդ, Վարսահարդար, Ոստիկան, Տնտեսագետ:

1._____

2._____ **Քայլ 2.**

Բնութագրեք այդ մասնագետներին իրենց անձնային և մասնագիտական որակներով.

_____ _____

_____ _____

_____ _____

_____ _____

_____ _____

_____ _____

Փորձեք գտնել համադրություններ Ձեր և ընտրված մասնագետների անձնային որակների միջև: Կրկնվող կամ մոտ որակները գրանցեք ստորև:

_____
_____
_____
_____
_____
_____

Քայլ 3.

Մասնագիտությունների նույն ցանկից ընտրեք Ձեզ համար ***ոչ համակրելի*** երկու մասնագետի.

1._____

2._____

Բնութագրեք այդ մասնագետներին իրենց անձնային և մասնագիտական որակներով.

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Փորձեք գտնել համադրություններ Ձեր և ընտրված մասնագետների անձնային որակների միջև: Կրկնվող կամ մոտ որակները գրանցեք ստորև:

_____
_____
_____
_____
_____
_____

Քայլ 4.

Քննարկում և ամփոփում. Կա՞ն արդյոք ընդհանրություններ Ձեզ համար նախընտրելի մասնագետների և Ձեր նախասիրությունների միջև: Փորձեք գտնել ընդհանրություններ: Այնուհետև փորձեք գտնել ընդհանրություններ Ձեր թույլ կողմերի և ոչ նախընտրելի մասնագետների միջև: Հետևեք այն մտքերին և զգացողություններին, որոնք առաջանում են Ձեզ մոտ:

ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

1. Անձի ինքնիրացման հիմնախնդիրը: Ուսումնական ձեռնարկ / Վ. Ռ. Պապոյան, Է. Ա. Գրին, Ա. Ս. Գալստյան և ուրիշներ, -Եր.: ԵՊՀ հր., 2011, 102 էջ
2. Հեքիաթաթերապիայի տեսություն և պրակտիկա: ուսումնական ձեռնարկ / Ղազարյան Գ. Հ., Գալստյան Ա. Ս., Մուրադյան Ե. Բ. -Եր.: Հեղ. հրատ., 2015թ. 84 էջ:
3. Հոգեբանական և սոցիալական աշխատանքները ՀՀ ԱՆ քրեակատարողական ծառայությունում (հեղ. Ավանեսյան Հ., Պապոյան Վ., Գալստյան Ա. և ուրիշներ), Երևան, 2009, էջ 19-35
4. Հոգեդիագնոստիկա: ուսումնական ձեռնարկ / ԵՊՀ: Կազմ.՝ Ռ. Ստեփանյան, Ա. Գալստյան.- Եր.: ԵՊՀ հրատ., 2012. 210 էջ:
5. Մասնագիտական կողմնորոշման հիմունքներ (գործնական հոգեբանություն): ուսումնամեթոդական ձեռնարկ / Ս. Վ. Հովհաննիսյան. – Եր.: ԵՊՀ հրատ., 2014. – 332 էջ
6. Մասնագիտական ինքնորոշման և կայացման հոգեբանական ուղղորդումը կրթական համակարգում // նյութերի ժողովածու, հեղ. Վ. Պապոյան, Ա. Գալստյան, Ե. Մուրադյան, Դ. Սարգսյան // Եր., ԵՊՀ հրատ., 2015, 76 էջ
7. Վ. Ռ. Պապոյան, Ա. Ս. Գալստյան, Երիտասարդ մասնագետների ինքնիրացման հոգեբանական առանձնահատկությունները, Բանբեր Երևանի պետական համալսարանի, 131,4, Երևան, 2010 էջ 50-56
8. Диагностика мотивации успеха и боязни неудачи / Фетискин Н.П., Козлов В. В., Мануйлов Г. М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. – М., 2002. С.102-103
9. Зеер Э. Ф., Павлова А. М., Садовникова Н. О., Профориентология: учеб. Пособие для высшей школы, М., 2006, с. 12-13
10. Климов Е. А., Психология профессионального самоопределения. Ростов н/Д, 1996
11. Мильман В. Э., Метод изучения мотивационной сферы личности / Практикум по психодиагностике. Психодиагностика мотивации и саморегуляции. – М., 1990. – С. 23-43
12. Романова Е., 99 популярных профессий. Психологический анализ и профессиограммы. 2-е изд. СПб.: Питер, 2003. -464 с.

13. Пряжников Н. С., Методы активизации профессионального и личностного самоопределения. Воронеж, 2002.
14. Профориентационная игра [Электронный ресурс] // А. Я. Психология http://azps.ru/training/proforientation/minus_plus.html

ԵՐԵՎԱՆԻ ՊԵՏԱԿԱՆ ՀԱՄԱԼՍԱՐԱՆ

ՍՈՎՈՐՈՂԻ ԻՆՔՆՈՒՐՈՒՅՆՈՒԹՅԱՆ ԵՎ ՄԱՄՆԱԳԻՏԱԿԱՆ ԻՆՔՆՈՐՈՇՄԱՆ ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ԳՆԱՀԱՏՈՒՄ

(մեթոդական ուղեցույց)

Համակարգչային ձևավորումը՝ Կ. Չալաբյանի
Կազմի ձևավորումը՝ Ա. Պատվականյանի
Հրատ. սրբագրումը՝ Վ. Դերձյանի

Տպագրված է ՀՀ ԿԱ ՊԵԿ «Ուսումնական կենտրոն» ՊՈԱԿ-ի
Հրատարակչական մասի տպարանում:
ք. Երևան Ահարոնյան 12/3

Ստորագրված է տպագրություն՝ 21.07.2017:
Չափսը՝ 60x84 $^{1}/_{16}$: Տպ. մամուլը՝ 4,875:
Տպաքանակը՝ 100:

ԵՊՀ հրատարակչություն
ք. Երևան, 0025, Ալեք Մանուկյան 1
www.publishing.am