

Психологические науки

УДК 159.9

СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТЬ ЛИЧНОСТИ: К ВОПРОСУ О ДИАГНОСТИЧЕСКОЙ ИНФОРМАТИВНОСТИ МЕТОДИКИ Т. ХОЛМСА И Р. РАГЕ¹

Х. Б. Гулиева, О. А. Белобрыкина, ФГБОУ ВПО «Новосибирский государственный педагогический университет». *Новосибирск, Россия, e-mail: olga.belobrykina@gmail.com.*

Резюме. В статье рассматривается проблема качества современной психодиагностики, осуществляемой на основе использования методик, публикуемых в широкой печати. Представлены результаты теоретического анализа диагностической состоятельности методики Т. Холмса и Р. Раге «Определение стрессоустойчивости и социальной адаптации», опубликованной в различных методических источниках.

Ключевые слова: стресс, стрессоустойчивость, психодиагностика, методика, психометрические свойства.

Интенсификация темпа жизни и тотальное увеличение объемов деятельности, с которыми ежедневно сталкивается каждый человек, привели к тому, что стресс стал неотъемлемой частью современного общества. По мысли Д. Брайт и Ф. Джонс, каждый пятый человек в мире находится в состоянии стресса. Каждый второй проходил через стрессовые ситуации. А каждый седьмой был не в силах самостоятельно выйти из подобных ситуаций [5]. В связи с этим одна из задач психолога состоит в диагностике личности для понимания ее актуального эмоционального состояния. Для полноценного решения этой задачи необходимо, чтобы выбранная для применения методика была адекватна предмету диагностики [2; 8; 9; 13].

¹ Статья рекомендована к псих. н. Л.Ф. Чупровым (Россия, Черногорск).

Одной из достаточно распространенных в диагностической практике психологов и широко представленных в профессионально-методической литературе является методика Т. Холмса и Р. Праге «Определение стрессоустойчивости и социальной адаптации», что и определило наш выбор в целях выявления и характеристики диагностической состоятельности измерительной процедуры.

В качестве источников, в которых представлена обозначенная методика, были выбраны учебно-методические пособия, адресованные психологам и имеющие значительные тиражи, включая неоднократные переиздания: 1) Барканова О.В. Методики диагностики эмоциональной сферы: психологический практикум (2009. С. 117-120); 2) Водопьянова Н.Е. Психодиагностика стресса (2009. С. 110-117); 3) Практическая психодиагностика. Методики и тесты (редактор-составитель Д.Я.Райгородский (2006-2011. С. 149-153).

Критериальной основой анализа методики выступали требования, предъявляемые к процедуре разработки и стандартизации диагностического инструментария [3; 13]. На основе использования алгоритма оценки диагностического инструментария, выявлено, что в обозначенных источниках тексты методики имеют ряд различий. В частности, различия наблюдаются уже в названии методики. Так, в работах Д.Я. Райгородского (с. 149) и О.В. Баркановой (с. 117) название методики обозначено почти идентично – «Методика определения стрессоустойчивости и социальной адаптации Т. Холмса и Р. Праге». Различие состоит в том, что в пособии под редакцией Д.Я. Райгородского отсутствуют инициалы авторов-разработчиков теста. Н.Е.Водопьянова позиционирует методику как «Измерение стрессонаполненности жизни» (с. 110). Поскольку название методик в разных источниках различается, то это может вызвать трудности идентификации при поиске методики и осложнить выбор ее варианта и по отношению близости к оригиналу, и в связи с ее практическим применением.

Фамилии авторов методики указаны в каждом из обозначенных источников без изменений – Т. Холмс и Р. Праге. Цели и задачи методики ни в одном из анализируемых пособий не указываются. А, значит, возможно возникновение сложностей с определением диагностического конструкта, без которого измерительный инструмент оказывается

психологически не информативным.

История создания теста представлена в каждом из рассматриваемых источников очень фрагментарно. В частности, в пособии Н.Е.Водопьяновой отмечается, что в конце 1960-х гг. исследователи Т.Холмс и Р. Раге изучали зависимость развития психических и физических болезней от значимых изменений в жизни. Было опрошено 2500 человек для создания шкалы стрессонаполненности жизненных перемен. В работах Д.Я.Райгородского и О.В. Баркановой указывается, что Т. Холмс и Р. Раге изучали зависимость заболеваний от различных стрессогенных жизненных ситуаций у более чем пяти тысяч пациентов. Исследователями было замечено, что психическим и физическим болезням обычно предшествуют серьезные изменения в жизни человека. Как видим, информация по истории создания методики имеет качественные различия. Первое, что обращает на себя внимание – это расхождение сведений о количестве респондентов, привлеченных к участию при разработке теста: Н.Е Водопьянова указывает на выборку из 2500 человек, тогда как Д.Я. Райгородский и О.В. Барканова увеличивают число испытуемых в два раза. Второе, что зрительно фиксируется, у Н.Е. Водопьяновой представлена информация «о заболеваниях психических и физических», тогда как у Д.Я. Райгородского и О.В. Баркановой род заболеваний не конкретизируется, несмотря на всю значимость этих сведений. Кроме того, ни в одном из анализируемых источников не представлена информация о возрастном диапазоне выборки стандартизации методики, что оказывает существенное влияние на адекватность определения области ее применения. Как отмечает А.Г.Шмелев, «до тех пор, пока мы неверно трактуем сущность теста, не видим адекватным образом ограничений в практике его использования, мы совершаем серьезные ошибки» [15, с. 48].

Структура методики включает традиционные для любой тестовой процедуры составляющие – инструкцию, стимульный материал, ключ и интерпретатор. Стимульный материал представлен 43 утверждениями. В методике имеется всего одна шкала, которая, однако, в рассматриваемых источниках различается названием и смысловым контекстом. Так, Н.Е.Водопьянова обозначает шкалу «стрессонаполненность жизни», О.В.Барканова и Д.Я.Райгородский – называют ее шкалой

«стрессоустойчивости». Вместе с тем, ни в одном из анализируемых источников не предоставлены соответствующие обозначению шкалы определения «стрессоустойчивости» и «стрессонаполненности», что свидетельствует о несоответствии методики одному из важнейших методологических требований, необходимых при создании измерительной процедуры – операционализации ключевого понятия. Причем, в психометрии четко обозначается, что понятие должно опираться либо на авторскую концепцию (теоретическую модель, предлагаемую разработчиками методики или выступившую ее основой систему научных взглядов), либо на устоявшийся в психологии категориальный аппарат (представленный в психологических словарях) [3; 11; 13]. В частности, под стрессоустойчивостью (синоним «нервно-психическая устойчивость») понимается «способность человека посредством саморегуляции и самоуправления противостоять отрицат. факторам внешней среды (в т. ч. экстремальным), не снижая продуктивности деятельности и не нанося ущерба своему здоровью» [4, с. 509].

Стресс, в свою очередь, рассматривается в психологии как «состояние чрезмерной психической напряженности и дезорганизации поведения, которое развивается в результате угрозы или реального воздействия экстремальных факторов социального, психологического, экологического и профессионального характера» [11, с. 436]. Г.Селье рассматривает стресс как форму неспецифического ответа организма на любое предъявленное ему требование, особо отмечая, что для нормального функционирования жизнедеятельности человеку не следует избегать стресса. При этом автор уточняет, что деятельность, связанная со стрессом, может быть приятной или неприятной, но негативный эффект обусловлен именно дистрессом [11].

В психологии предлагается различать три типа стрессовых оценок:

- 1) травмирующая потеря, утрата чего-либо (реальная или ожидаемая), что имеет для субъекта особое личностное значение (смерть супруга, потеря работы и пр.);
- 2) угроза воздействия, требующая от человека способностей, превышающих его реальные возможности;
- 3) сложная задача, проблема, ответственная и потенциально рискованная ситуация [5; 11].

Заметим, что содержание методики не в полной мере соответствует обозначенным в психологическом словаре определениям, а концептуальной модели стресса, предлагаемой разработчиками методики, ни один из авторов анализируемых пособий пользователю не представляет.

И, наконец, категория «стрессонаполненность». Примечательно, что ни в одном психологическом словаре не представлено определения этого понятия, а в толковом словаре «наполненность» трактуется как «полнота чего-либо, насыщенность чем-либо» [7, с. 951]. Очевидно, что без полноценной операционализации ключевого понятия, составляющего основу диагностического конструкта методики, измерительный психологический инструментарий не может быть признан психометрически состоятельным.

Анализ структурно-содержательных компонентов методики показал, что область применения методики ни в одном из рассматриваемых источников не обозначена, что затрудняет работу с ней, так как сложно определить, ту социальную сферу жизнедеятельности человека или общественной практики, в которых данная методика будет востребована и информативна. Отсутствуют сведения об адресной группе и ее возрастных границах, что качественно снижает требования к репрезентативности методики и экстраполяции данных. Организация проведения методики в обозначенных источниках представлена фрагментарно. В частности, не указывается время и необходимые условия выполнения теста, что, соответственно, будет затруднять проведение диагностической процедуры. В логике выполнения задания так же обнаружены различия. Так, у Н.Е.Водопьяновой отмечается, что нужно вспомнить и записать события последнего года своей жизни. Затем, используя 100-бальную шкалу, следует оценить степень их разрушительного влияния на душевное состояние. Для сравнения силы негативного переживания автор предлагает использовать ситуацию – смерть супруга (ребенка), принимаемую за 100 баллов. Следует отметить, что, во-первых, вызывает сомнение этическая сторона актуализации психологической травмы (нарушен принцип профессиональной психологической деятельности «Не навреди»), связанной с ситуацией потери близкого человека (переживаемой некоторыми людьми глубоко и длительно), если таковая

имелась в жизненном опыте отдельных респондентов (например, смерть ребенка). Во-вторых, некоторые обследуемые могут не состоять в браке или не иметь детей, либо актуальные межличностные отношения между супругами характеризуются состоянием предельной конфликтности, поэтому 100 баллов «за смерть» супруга может одним показаться слишком малой мерой наказания обидчику, тогда как другим, – слишком высоким критерием расплаты за временные трудности во взаимоотношениях. Да и к тому же, если человеку разрешено обозначить собственные ситуации, то смерть супруга для него может быть не столь важным событием, как, например, ситуация развода или измены, которые он может принять за 100 баллов. Совершенно очевидно, что все критерии будут оцениваться респондентом сугубо субъективно. Заметим, что на значимость и информативность субъективно-индивидуальной оценки указывают многие исследователи [5; 6; 11]. В частности, Г.Селье полагает, что влияние идентичных факторов на эмоциональное состояние разных людей будет совершенно различно и, соответственно, оцениваться ими по-разному [12]. Считается, что оценка человеком ситуации как стрессовой определяется тремя факторами: 1) эмоциями, ассоциирующимися у него с конкретным событием; 2) неопределенностью события с точки зрения возможности или момента наступления, силы воздействия, объема необходимых знаний для предупреждения или ликвидации угрозы, степени сложности необходимых способностей и опыта субъекта; 3) значимостью ситуации для конкретного человека, его субъективной оценки степени важности для достижения необходимого результата, вредности или опасности последствий этого события и пр. [11; 12]. В.А.Бодров особо отмечает, что «в качестве стрессовой может быть признана только такая реакция индивида, которая достигает пороговых уровней его психологических или физиологических возможностей. Изменение поведения при стрессе является специфическим и более интегральным показателем характера ответа на воздействие, чем отдельные функциональные показатели» [11, с. 437].

В пособии Д.Я. Райгородского обозначается, что необходимо несколько раз прочитать предложенные утверждения, находящиеся в таблице с баллами. После прочтения обследуемому нужно выбрать те утверждения, которые случались в его жизни за последний год. Если

ситуация повторялась несколько раз, то балл за данную ситуацию необходимо умножить на количество повторений. В работе О.В. Баркановой респонденту предлагается отметить в списке те события, которые с ним случались за последний год. Если какая-либо ситуация возникала у обследуемого чаще одного раза, то соответствующее ситуации количество баллов следует умножить на данное количество раз. Следует так же отметить, что в источниках О.В. Баркановой и Д.Я. Райгородского процедура работы с тестом имеет облегченную форму и, с одной стороны, не вызовет серьезных затруднений ни у диагноста, ни у обследуемого, так как стимульный материал представлен в табличном варианте и имеет четко заданное количество (43) и содержание ситуаций, степень их оценки. Однако, с другой стороны, поскольку в предлагаемые утверждения и соответствующие им баллы невозможно внести какие-либо изменения, в том числе и добавить свой пример, то методика может быть не достоверной в связи с тем, что, значимость ситуации в бальном эквиваленте не будет соответствовать индивидуальным переживаниям обследуемого. Например, для кого-то ситуация, например, «развод – 73 балла» будет не столь лично значимой по сравнению со «смертью близкого друга – 37 баллов», и, возможно, человек захочет поменять местами баллы в этих утверждениях, однако это недопустимо, поскольку каждому утверждению соответствует конкретный, исходно заданный балл. Подобную облегченность процедуры диагностики мы склонны рассматривать как недостаток вариантов методики, предлагаемых в пособиях О.В. Баркановой и Д.Я. Райгородского.

Кроме того, исходная заданность значимых ситуаций предполагает соответствие требованиям смысловой четкости утверждений, равно как и обоснования процедуры начисления балловых эквивалентов [13]. Однако, оценка качества стимульного материала показала некорректность содержательных формулировок значительной доли обозначенных ситуаций. Проиллюстрируем логику наших рассуждений иллюстративными примерами:

1. *Смерть супруга (супруги) – 100 б.* Как уже отмечалось выше, в связи с отсутствием в методике обозначения возрастных границ адресной группы, обследуемый может быть не женат/не замужем и, соответственно, данный пункт может не попасть в категорию выбора.

2. *Развод – 73 б.* Подобная формулировка, на наш взгляд, ориентирует на полисмысловую трактовку ситуации. Соответственно, для получения достоверной информации требуется конкретизация ситуации, имеется в виду развод респондента с супругом, или же речь идет о близком круге общения, например, развод родителей, близких родственников, друзей.

3. *Разъезд супругов (без оформления развода), разрыв с партнером – 65 б.* В данном случае так же требуются определенные уточнения – сам респондент разъезжается с супругом (супругой) или семейные пары из его близкого окружения? Кроме того, имеется в виду разрыв отношений между сексуальными партнерами или партнерами по бизнесу, что и по смыслу, и по содержанию – не одно и то же?

4. *Тюремное заключение – 63 б.* Данная формулировка так же, на наш взгляд, требует уточнения – речь идет о тюремном заключении самого обследуемого или кого-то из родственников, значимых для него людей.

5. *Смерть близкого члена семьи – 63 б.* Здесь так же наблюдается двусмысленность – смерть близкого члена семьи подразумевает смерть человека или речь идет о животном, которого, например, одинокий человек, вполне может считать членом семьи. Очевидно, что в зависимости от вкладываемого респондентом в данное утверждение смысла, задаваемая им балльная оценка ситуации может варьироваться.

6. *Травма или болезнь – 53 б.* Утверждение также нуждается в конкретизации, что имеется в виду, травма или болезнь самого обследуемого или близкого, значимого человека? Не менее важна и информация о характере травмы и болезни – насколько они создают угрозу для последующей жизнедеятельности человека (например, смертельная болезнь, черепно-мозговая травма)? Исходя из этого, на наш взгляд, респондент будет и оценивать степень сложности ситуации, которая может совершенно не совпадать с заданным балловым эквивалентом.

7. *Женитьба, свадьба – 50 б.* Обозначенная ситуация так же требует уточнения – это события, связанные с обследуемым, или с родственником, или с другом и пр.? Кроме того, возникает вопрос, в связи с чем столь торжественное и значимое событие в жизни человека в данном варианте методики трактуется как стрессогенный фактор негативного характера?

8. *Увольнение с работы* – 47 б. Утверждение, на наш взгляд, нуждается в конкретизации – речь идет об увольнении обследуемого или близкого человека (например, мужа, являющегося основным источником дохода для семейного бюджета)? При каких обстоятельствах произошло увольнение – по собственному желанию или принудительно?

9. *Примирение супругов* – 45 б. Здесь также важно конкретизировать, имеется в виду, обследуемый со своим супругом или помирившаяся семейная пара из числа близких друзей, родственников.

10. *Уход на пенсию* – 45 б. Снова встает вопрос, уход на пенсию самого обследуемого или кого-то из близких людей? Кроме того, многие люди после формального оформления пенсии остаются на своих рабочих местах, а, соответственно, уход на пенсию может быть совершенно не связан с негативными переживаниями, и даже, напротив, пенсионные выплаты могут выступать положительным стимулом как форма дополнительной материальной поддержки.

11. *Изменение в состоянии здоровья членов семьи* – 44 б. В данном случае требует уточнения, в какую сторону произошло изменение здоровья – его улучшение или ухудшение?

12. *Беременность партнерши* – 40 б. На наш взгляд, подобный вопрос у респондентов женского пола в большинстве случаев вызовет закономерное недоумение.

13. *Сексуальные проблемы* – 39 б. Проблемы подобного рода могут быть самого разного характера и, соответственно, кто-то их может оценить, как нулевые, а кто-то, как 100-бальные.

14. *Появление нового члена семьи, рождение ребенка* – 39 б. В данном случае так же не уточнено, имеется в виду появление на свет ребенка у самого респондента или в семье у кого-то. Кроме того, новый член семьи может появиться не только благодаря рождению ребенка, а, например, женитьбе сына (замужеству дочери), усыновлению ребенка и т.п., соответственно, оценочно-смысловая нагрузка данной ситуации для разных людей будет различной.

15. *Реорганизация на работе* – 39 б. Само понятие «реорганизация» имеет двоякий смысл. Реорганизация может быть связана как с закрытием предприятия или организации, предполагающим сокращение кадров и необходимость смены работы, так и с укрупнением или расширени-

ем производства, при котором кадровый состав будет расширяться. Соответственно, в разных ситуациях характер стрессогенного влияния данного фактора будет различным.

16. *Изменение финансового положения* – 38 б. Смысловой аспект данного утверждения для разных респондентов может иметь вариативную направленность – это и материальное обеспечение самого респондента, и финансовое положение его семьи, а так же изменение, которое может быть как в сторону снижения, так и увеличения. Что конкретно имеется в виду, остается не понятным.

17. *Смерть близкого друга* – 37 б. Вызывает сомнение статистическая сторона ситуации – насколько должен быть эмоционально «холодным» человек, чтобы переживать смерть **близкого** друга всего на 37 баллов?

18. *Изменение профессиональной ориентации, смена места работы* – 36 б. Судя по формулировке и количеству начисляемых баллов, этот фактор, будет вызывать стресс у более, чем 30 % обследуемых. Позитивный смысл смены места работы и профессиональной переориентации, особенно, когда это происходит по желанию самого респондента, видимо не предполагается.

19. *Усиление конфликтности отношений с супругом* – 35 б. Если человек не женат/не замужем, насколько допустим выбор данного пункта в случае конфликта с любимым человеком?

20. *Ссуда или заем на крупную покупку (например, дома)* – 31 б. Имеется в виду, сам обследуемый взял ссуду или кто-то из его близкого окружения?

21. *Окончание срока выплаты ссуды или займа, растущие долги* – 30 б. На наш взгляд, так же требуется уточнение, имеется в виду ситуация, когда сам обследуемый имеет долги или кто-то из его близкого окружения, а так же ссуда – самого человека или кого-то из близких людей? Кроме того, что конкретно предполагается в заданной формулировке – срок по выплате закончен, а сумма выплат не завершена и это ведет к росту долга? Очевидно, окончание срока выплаты непосредственно и всегда связано с ростом долгов?!

22. *Изменение должности, повышение служебной ответственности* – 29 б. Судя по формулировке, речь идет о повышении в должно-

сти, которое без принятия решения самим субъектом вряд ли состоится, поэтому очень сомнительно возникновение у него в данной ситуации негативных состояний. Кроме того, возникает вопрос, в связи с чем степень стрессогенного влияния данной ситуации задана авторами на порядок выше, чем, например, факторы, обозначенные в п. 25, 27, 31 (ведь именно новое назначение может обуславливать изменение режима работы), 32 (перемена места жительства тоже может быть связана с повышением по службе).

23. *Сын или дочь покидают дом – 29 б.* При наличии у обследуемого ребенка (детей), данный вопрос требует конкретизации: ребенок покидает дом, потому что способен сам обеспечивать себя, или вследствие ссоры с родителями, или сами родители отправляют ребенка куда-либо (например, учиться за границу, к родственникам в другой город, на отдых в детский лагерь и т.п.). Важно так же, что степень стрессогенности будет зависеть от того, какого возраста ребенок и на какой период он покидает дом. Кроме того, подобная формулировка может рассматриваться как вероятный ориентир на адресную группу – для респондентов от 35 лет и старше.

24. *Проблемы с родственниками мужа (жены) – 29 б.* Если человек не женат/не замужем, насколько допустим выбор им данного пункта в случае наличия проблем с родственниками любимого человека?

25. *Выдающееся личное достижение, успех – 28 б.* Насколько корректно рассматривать успешность субъекта и его выдающееся достижение как стрессогенный фактор? Вероятно, ситуация успешности в данном случае должна быть сопряжена преимущественно с негативно насыщенными эмоциями.

26. *Супруг бросает работу (или приступает к работе) – 26 б.* При прочтении данного утверждения закономерно возникает вопрос: уход с работы и новая работа – это одинаково влияющий на эмоциональное состояние человека стрессогенный фактор? Кроме того, если человек не женат/не замужем, насколько допустим выбор данного пункта обследуемым, например, в случае, когда любимый человек бросил или нашел работу?

27. *Начало или окончание обучения в учебном заведении – 26 б.* Ситуация, на наш взгляд, требует конкретизации – речь идет об образова-

нии респондента или кого-то из его близкого окружения? Кроме того, насколько идентично оказывает стрессогенное влияние на человека начало обучения и его окончание?

28. *Изменение условий жизни – 25 б.* Мы полагаем, что в данном случае важен характер (в лучшую или худшую сторону) и содержание изменений условий жизни. В противном случае обозначенная ситуация оказывается неинформативной.

29. *Отказ от каких-то индивидуальных привычек, изменение стереотипов поведения – 24 б.* Данная ситуация требует уточнения, так как важно определить по личному усмотрению обследуемого или по необходимости, по принуждению происходит отказ от привычек и изменение стереотипов поведения? Очевидно, что степень стрессогенности будет зависеть и от содержания привычки или стереотипа, их значимости для обследуемого (важные, жизненно необходимые или незначительные), характера их влияния на жизнедеятельность человека (например, отказ от курения, или от алкоголя вследствие заболевания).

30. *Проблемы с начальством, конфликты – 23 б.* Вызывает некоторое недоумение количественная оценка стрессового фактора в сравнении, например, с ситуациями, обозначенными в п. 25 или 27. Не секрет, что в современной действительности конфликтогенность административного характера в профессиональном пространстве достаточно высока, а распространенность явлений моббинга и буллинга и их негативных последствий и для личности, и для трудовых коллективов, вызывает особую озабоченность у практических психологов [1; 10; 11].

31. *Изменение условий или часов работы – 20 б.* Важно уточнить, изменения произошли в лучшую или худшую сторону. Кроме того, что конкретно понимается под «часами работы» – это длительность (например, вместо 6 часового 8 часовой рабочий день или наоборот) или режим (утренний, дневной и т.п.) рабочего времени?

32. *Перемена места жительства – 20 б.* Обозначенная ситуация требует уточнения, в частности, по личному усмотрению обследуемого или по необходимости, по принуждению произошла перемена.

33. *Смена места обучения – 20 б.* В данной ситуации важно, смена произошла по желанию респондента или это была вынужденная мера? Кроме того, формулировка ориентирует, по сравнению с п. 23 на другую

адресную группу – учащаяся молодежь, а это уже другие возрастные границы предполагаемой группы респондентов.

34. *Изменение привычек, связанных с проведением досуга/отпуска – 19 б.* На наш взгляд, важно уточнить характер происшедших изменений (в лучшую или худшую сторону, по желанию самого обследуемого или по принуждению извне), который в большей мере и будет обуславливать направленность эмоциональных переживаний субъекта по поводу обозначенной ситуации.

35. *Изменение привычек, связанных с вероисповеданием – 19 б.* В данном случае так же важно конкретизировать характер происшедших изменений (в лучшую или худшую сторону, по желанию или по принуждению извне).

36. *Изменение социальной активности – 18 б.* Важен факт того, смена произошла по желанию респондента или это была вынужденная мера, а так же, содержание изменений – в сторону снижения или повышения.

37. *Ссуда или заем для покупки менее крупных вещей (машины, телевизора) – 17 б.* На наш взгляд, необходима конкретизация нескольких моментов: а) менее крупные вещи по сравнению с чем? б) насколько равнозначными по стоимости являются машина (предполагается автомобиль или стиральная машина?) и телевизор? в) сам респондент брал заем или кто-то из его близких людей?

38. *Изменение индивидуальных привычек, связанных со сном, нарушение сна – 16 б.* На наш взгляд, в данном утверждении неправомерно объединены сон как физиологическое состояние и характер его протекания. Сон мог стать, например, более длительным, спокойным, что так же окажет определенное влияние на изменение режима дня и привычек человека. Не менее важна и конкретизация характера изменения привычек, обусловленная нарушением сна (например, человек по состоянию здоровья бросил курить перед сном).

39. *Изменение числа живущих вместе членов семьи, изменение характера и частоты встреч с другими членами семьи – 15 б.* На наш взгляд, ситуация задана слишком «размыто» и неправомерно объединены разные по смыслу и содержанию факторы влияния. Например, причин изменения численного состава совместно проживающих членов семьи

может быть множество (увеличение – в связи с женитьбой/замужеством ребенка (детей), рождением ребенка и пр.; уменьшение – вследствие смены места жительства, длительной командировки или путешествия отдельных членов семьи, ссоры, после которой кто-то из членов семьи ушел из дома, смерти кого-либо из членов семьи и т.п.). Характер встреч так же может быть самым разнообразным, исходя из различных критериев дифференциации, например, непосредственный – опосредованный (форма контакта), позитивный – негативный (эмоциональная компонента), длительный – кратковременный (длительность встречи) и пр. Соответственно, не всякое изменение характера встреч будет связано с изменением числа живущих вместе членов семьи и влиять на частоту (чаще или реже) встреч с другими членами семьи.

40. *Изменение привычек, связанных с питанием (количество потребляемой пищи, диета, отсутствие аппетита и т. п.)* – 15 б. На наш взгляд, важно конкретизировать, вследствие чего произошло изменение привычек, связанных с питанием (после каких-либо стрессовых ситуаций или по состоянию здоровья), так как – это, скорее следствие, а не собственно фактор негативного влияния. Следует так же отметить, что отсутствие аппетита и диета – не синонимы, а количество потребляемой пищи может быть как в сторону увеличения, так и в сторону уменьшения. Кроме того, и диету, и отсутствие аппетита довольно трудно отнести к привычкам питания.

41. *Отпуск* – 13 б. Для определения степени стрессогенного влияния данного фактора, немаловажно уточнить, отпуск был очередным, непредвиденным или вынужденным; таким, каким планировался (путешествие, прогулки) или что-то не получилось.

42. *Рождество, встреча Нового года, день рождения* – 12 б. Важно уточнить, праздник был ожидаем, лично значим для респондента или он не желал осуществлять подготовку к нему. Кроме того, в подобной обобщающей формулировке наблюдаются этнические ограничения по влиянию данного фактора (например, для мусульманина Рождество – далеко не значимый праздник).

43. *Незначительное нарушение правопорядка (штраф за нарушение правил уличного движения)* – 11 б. Следует отметить, что влияние данного фактора напрямую зависит от уровня нравственности респонден-

та – для одних эта ситуация будет мало значительна, тогда как для других – чрезвычайно стрессогенное событие.

Содержательный анализ утверждений, представленных в пособиях О.В.Баркановой и Д.Я. Райгородского, показал, что обозначенный перечень не позволяет конкретизировать адресную группу, на которую ориентирована методика, в первую очередь, по показателю возрастных границ, что снижает валидность, достоверность и репрезентативность измерительной процедуры. Кроме того, значительная доля обозначенных ситуаций может быть рассмотрена как стрессогенный фактор лишь для обследуемых, имеющих слабый тип нервной системы, низкий уровень адаптивных ресурсов и высокую личностную тревожность. Так, по данным многочисленных исследований высокотревожным субъектам исходно свойственны высокий уровень нервно-психического напряжения в широком диапазоне ситуаций и склонность находить проблемы даже там, где их не может существовать [4; 10; 12]. На наш взгляд, вариант, предлагаемый Н.Е. Водопьяновой, можно считать более информативно достоверным, поскольку диагностируемый сам вписывает в один столбец таблицы те ситуации, которые с ним происходили, и оценивать их значимость в столбце напротив по своему усмотрению [6].

Интерпретация данных представлена в каждом из анализируемых нами источников. Отличия в содержании интерпретации заключаются в том, что у Н.Е. Водопьяновой тест обозначается как «Стрессонаполненность жизни», отсюда и ключ, включающий три уровня стрессонаполненности жизни: низкий (150-199), средний (200-299), высокий (300-650). Причем, отмечает автор, чем ниже балл, тем лучше (с.115-117). Вместе с тем, в этом источнике не дается никаких пояснений о том, как следует трактовать полученный результат в случае, когда обследуемый набирает менее 150 баллов или более 650. В пособиях Д.Я. Райгородского (с. 153) и О.В. Баркановой (с. 120) определяется «степень сопротивляемости стрессу» так же по трем уровням: высокая (150-199), средняя (200-299), низкая (300 и более) с формальным указанием, что, чем ниже балл, тем лучше. Следует также отметить, что в этих двух источниках отсутствует интерпретационная информация о «социальной адаптации», заявленной в названии методики, а о её взаимосвязи с уровнем сопротивляемости стрессу психолог может только догадываться,

так как достоверных сведений в тексте описания методики не представлено.

В целом анализ методики в ее вариативной публикации в разных источниках позволяет сформулировать ряд выводов.

1. Методика обладает определенными достоинствами, в частности, авторы предлагают достаточно интересный подход к измерению показателей стрессоустойчивости личности.

2. В связи с различиями по содержанию методики, представленной в разных источниках, возникают серьезные затруднения в определении ее близости к оригиналу, что осложняется полным отсутствием информации о том, кем, где и когда осуществлялась адаптация методики на русскоязычной выборке.

3. В анализируемых методических пособиях наблюдаются различия в информации по истории создания методики. Так же в текстах отсутствуют составляющие, значимые для оценки психометрического соответствия методики, которые позволяют рассматривать ее как надежный измерительный инструмент. В частности отсутствуют: а) описание целей и задач; б) сведения об адресной группе и ее возрастных границах; в) информация о валидности, достоверности, точности, репрезентативности и других характеристик методики.

4. В пособиях Д.Я. Райгородского и О.В. Баркановой: а) значительная часть утверждений стимульного материала сформулирована некорректно, отдельные ситуации не конкретизированы и требуют уточнения; б) не представлено обоснования по поводу начисления баллов по каждому утверждению, что делает эти варианты методики непригодными для использования. По отношению к обозначенным источникам вполне справедлива характеристика, данная А.Г.Лидерсом, о культуре вторичных публикаций психодиагностических методик, которую он рассматривает «как ущербную и раздражающую» [8, с.52-53].

5. Относительно информативной можно считать методику, представленную в пособии Н.Е.Водопьяновой [6]. Этот вариант методики можно рекомендовать к практическому применению при условии корректировки инструкции и использовании в комплексе с другими диагностическими процедурами.

Подводя краткий итог, отметим, что именно пользователи несут

ответственность за выбор, адекватное применение теста как измерительного инструмента и результаты, полученные при его использовании. Как справедливо отмечает Л.Ф.Чупров, «атрибуция ответственности за качество выполнения запроса полностью лежит на самом психологе. Здесь вступают в права этические принципы, регламентирующие деятельность специалиста. Главным из которых как для медицинской, так и для психологической практики является «Не навреди!» [14, с. 127]. По мысли А.Г.Шмелева, «тест – это оружие. И пользоваться им надо умело» [15, с. 53]. Только в этом случае будут достижимы и адекватная реализация этических требований, и квалифицированное применение диагностического инструментария в деятельности практического психолога, и сохранение профессионального достоинства.

Список литературы

1. Акбиева З.С., Терновская О.П., Шнейдер Л.Б. Психология карьеры и профессионально-релевантное поведение специалиста. – М.: Изд-во МПСИ; Воронеж: Изд-во НПО «МОДЭК», 2008. – 328 с.
2. Белобрыкина О.А., Ожеховская Л.В. Диагностический инструментарий в работе психолога: проблемы и парадоксы (на примере современной практики психологов г. Новосибирска) // Психодиагностика. – 2006, № 4. – С. 92-112.
3. Белобрыкина О.А. Обучение студентов элементарным основам профессиональной оценки диагностического инструментария // Современные проблемы психодиагностики: материалы межвузовской научно-практической конференции /Под общ. ред. проф. И.А.Воронова. – СПб.: С.-Петербург. ин-та психологии и акмеологии, 2012. – С. 50-56 с.
4. Большой психологический словарь /под ред. Б.Г.Мещерякова, В.П. Зинченко. – СПб: прайм-ЕВРОЗНАК; М.: Олма-пресс, 2003. – 666 с.
5. Брайт Д., Джонс Ф. Стресс. Теории, исследования, мифы. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2003. – 352 с.
6. Водопьянова Н. Е. Психодиагностика стресса. – СПб.: Питер, 2009. – 336 с.
7. Ефремова Т.Ф. Новый словарь русского языка. Толково-словообразовательный. В 2 т. – М.: Русский язык, 2000. Т. 1: А-О. – 1213 с.

8. Лидерс А.Г. О культуре публикаций психодиагностических методик // Психологическая диагностика. – 2003, № 2. – С.44-53.
9. Лубовский В.И., Переслени Л.И., Семаго М.М. О публикациях психодиагностических материалов // Вопросы психологии. – 1997, № 1. – С. 133-137.
10. Налчаджян А. А. Психологическая адаптация: механизмы и стратегии. – М.: Эксмо, 2010. – 368 с.
11. Психология /под общей ред. В.Н.Дружинина. – СПб.: Питер, 2009. – 656 с.
12. Селье Г. Стресс без дистресса. – М.: Прогресс, 1979. – 123 с.
13. Стандартные требования к психологическим тестам: Приложение 2 Б // Бурлачук Л.Ф., Морозов С.М. Словарь-справочник по психодиагностике. – СПб.: Питер, 2009. – С. 410-450.
14. Чупров Л.Ф. Психологическая диагностика в работе практического психолога // Вестник практической психологии образования. – 2009, № 3. – С. 111-115; № 4. – С. 124-127.
15. Шмелев А.Г. Тест как оружие // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2004. Т. 1, № 2. – С. 40-53.

— ● —



№ 3

Gulieva H. B., Belobrykina O. A. Stressoustojchivost' lichnosti: k voprosu o diagnosticheskoj informativnosti metodiki T. Holmsa i R. Rage / H. B. Gulieva, O. A. Belobrykin // PEM: Psychology. Educology. Medicine. – 2015. –

— ● —

Abstract. In article the problem of quality of the modern psychodiagnostics which is carried out on the basis of use of the techniques published in the wide press is considered. Results of the theoretical analysis of a diagnostic solvency of a technique of T. Holmes and R. Rage «Definition of resistance to

stress and social adaptation», published in various methodical sources are presented.

Keywords: stress, resistance to stress, psychodiagnostics, technique, psychometric properties.



Сведения об авторах

Халида Бахтияр гызы **Гулиева**, студентка 2 курса, направление подготовки «Психология» (академический бакалавриат), ФГБОУ ВПО «Новосибирский государственный педагогический университет», факультет Психологии (Новосибирск, Россия).

Ольга Альфонсасовна **Белобрыкина**, профессор, канд. психол. наук, доцент, ФГБОУ ВПО «Новосибирский государственный педагогический университет», кафедра общей психологии и истории психологии (Новосибирск, Россия).

© Х. Б. Гулиева, 2015.

© О. А. Белобрыкина, 2015.

© «PEM: Psychology. Educology. Medicine», 2015.

Подписано в печать 08.11.2015.