

## Стили реагирования на изменения (Т.Ю. Базаров, М.П. Сычева)

**Инструкция:** внимательно прочитайте каждое утверждение и поставьте от 1 до 3 баллов в каждой паре утверждений. Суммарная оценка должна равняться 3 баллам. В зависимости от того, насколько Вы согласны с утверждением А или В, поставьте утверждению 0,1,2 или 3 балла.

**0 = Почти никогда**

**1 = Иногда**

**2 = Часто**

**3 = Почти всегда**

Например,

1. Я ценю традиции	0
2. Я отрицательно отношусь к традициям	3

Помните, что сумма баллов каждой пары утверждений должна равняться 3.

I	
1) Стрессовую ситуацию я использую как возможность доказать, что я могу справиться с ней.	
2) В стрессовой ситуации я бываю раздражен и эмоционален	
II	
3) Я предпочитаю применять стандартные и проверенные временем способы к решению задач.	
4) Я предпочитаю искать новые способы к решению задач.	
III	
5) Я бываю встревожен, обеспокоен и напряжен, когда узнаю какую-либо неожиданную новость	
6) Я воспринимаю новости как возможность изменить ситуацию к лучшему	
IV	
7) Обращаясь к другим, я склонен соблюдать формальности, этикет.	
8) Обращаясь к другим, я склонен общаться неформально.	
V	
9) Резкие изменения могут выбивать меня из колеи: мне сложно организовать себя, начать действовать	
10) В ситуации неопределенности и резких изменений обычно я сразу принимаю решение и начинаю действовать.	
VI	
11) Стабильность, устойчивость в жизни лучше, чем резкие изменения.	
12) Изменения в жизни всегда к лучшему	
VII	
13) Мне нравится реализовывать проекты как в начале, когда много неопределенности, так и в конце, когда все предельно ясно	
14) Предпочитаю приступать к проектам, когда уже ясно как его выполнять, накоплен опыт по проекту.	
VIII	
15) Я люблю задачи, в которых есть доля неопределенности требуемого результата.	

16) Я предпочитаю задачи, в которых четко понятен требуемый результат.	
IX	
17) Я считаю, что принятой практики необходимо придерживаться.	
18) Я считаю, что принятую практику необходимо менять.	
X	
19) Я люблю формулировать и определять контуры новых проектов.	
20) Я предпочитаю доводить существующие проекты "до ума" и поддерживать существующие проекты.	
XI	
21) Предпочитаю, чтобы все мероприятия проводились в соответствии с намеченным планом.	
22) Предпочитаю, чтобы план был представлен в общей формулировке и корректировался по ходу мероприятия.	
XII	
23) Предпочитаю решать проблемы, имеющие только однозначный вариант решения	
24) Мне нравится решать сложные проблемы, которые допускают неоднозначное толкование.	
XIII	
25) Мне не надоедает выполнять длительные, требующие внимания к деталям, дела.	
26) Мне быстро надоедает выполнять длительные, требующие внимания к деталям, дела	
XIV	
27) Человек, который ведет ровную размеренную жизнь без неожиданностей, на самом деле должен быть благодарен судьбе.	
28) Предпочитаю, когда жизнь полна неожиданностей.	
XV	
29) Я люблю делать все привычным образом.	
30) Люблю находить новые подходы к решению задач.	
XVI	
31) Прежде чем действовать, как правило, все тщательно обдумываю.	
32) Бывает, что я сначала действую и лишь затем анализирую ситуацию.	
XVII	
33) Я люблю делать что-то новое, и обычно у меня это получается.	
34) Предпочитаю делать все проверенным способом.	
XVII	
35) Мне необходимо тратить много энергии и сил на усвоение инноваций и изменений	
36) При внедрении нового, я практически не сопротивляюсь переменам, начинаю думать и действовать по новому.	
XIX	
37) В большинстве случаев, если изменения инициированы другими, я поддерживаю новые идеи и вижу их объективную необходимость.	
38) Если изменения инициированы другими, мне необходимо время, чтобы принять их.	
XX	
39) Я предпочитаю нововведения стабильности.	
40) Я предпочитаю стабильность нововведениям.	

XXI	
41) Я стараюсь избегать изменений, которые я не принимаю, поскольку это приносит мне дискомфорт	
42) Изменения обычно не вызывают во мне дискомфорта, даже если я не вижу их объективной необходимости	
XXII	
43) В стрессовой ситуации я всегда сосредотачиваюсь на проблеме и думаю, как ее можно решить.	
44) В стрессовой ситуации я обычно раздражен и эмоционален.	
XXIII	
45) Для меня хорошим стимулом являются новые идеи и "вызовы" для решения трудных задач.	
46) Я осторожно отношусь к любым изменениям, усматривая в них потенциальную опасность "изменений только ради изменений".	
XXIV	
47) Мне нравится развивать уже имеющиеся навыки и накапливать опыт	
48) Мне нравится получать новые знания и навыки	
XXV	
49) Я с удовольствием принимаю новые идеи и возможности, которые они мне могут дать	
50) Я являюсь сдерживающей силой для энтузиазма других и часто вижу последствия, о которых другие не говорят	
XXVI	
51) В ситуации неприятных для меня изменений, я нахожу личную выгоду и принимаю их.	
52) В ситуации неприятных для меня изменений вначале я внутренне сопротивляюсь и стараюсь находить возможности действовать по-старому.	

#### Ключи к опроснику

Подсчитывается количество баллов по каждому из стилей (номера соответствующих пунктов приведены в таблице). Наибольшее количество баллов соответствует наиболее выраженному стилю реакции на изменения.

Стиль			
Консервативный	Инновационный	Реактивный	Реализующий
3	4	2	1
7	8	5	6
11	12	9	10
16	15	14	13
20	19	17	18
21	22	35	36
23	24	38	37
25	26	41	42
27	28	44	43
29	30	46	45
31	32	47	48
34	33	50	49
40	39	52	51
Всего	Всего	Всего	Всего

## **Описание стилей реагирования на изменения**

**Консервативный стиль.** Редко видят необходимость в изменениях. Стабильность предпочитают изменениям. Для того чтобы принять изменения, необходимо аргументированно, в деталях описать их необходимость. Представляется сложным переубедить консерваторов в необходимости изменений, поскольку старый порядок по определению лучше нового. И даже при понимании объективной необходимости консерваторам свойственно долго перестраиваться. При внедрении изменений скорее продолжают работать по тем же правилам, что и раньше. Позже всех начинают работать по-новому (скрытое сопротивление). Изменения вызывают скорее негативные эмоции.

Примеры соответствующих высказываний респондентов:

«Не принимаю всерьез изменения в компании»;

«Все новое – это хорошо забытое старое».

**Реактивный стиль.** Воспринимают изменения эмоционально. Стабильность предпочитают изменениям. Для того чтобы принять изменения, необходимо показать их личную выгоду, сопереживать им, помогать преодолеть им стресс и дискомфорт. Ярко выражены эмоциональные реакции, что проявляется в открытом сопротивлении.

Примеры соответствующих высказываний респондентов:

«Хочу быстрее преодолевать барьеры»;

«Изменения – сильный стресс, как получать от этого удовольствие?»

**Инновационный стиль.** С легкостью принимают изменения, готовы быть инициаторами изменений. Эмоционально вовлекаются в любые новые начинания и инициативы, даже если не видят объективной необходимости.

Примеры соответствующих высказываний респондентов:

«Нравится сам процесс изменений. Азарт, преодоление трудностей – для меня это форма внутренней борьбы»;

«Без изменений жить невозможно».

**Реализующий стиль.** Поддерживают и принимают изменения, если видят объективную необходимость или личную выгоду. Предпочитают нововведения стабильности, однако не готовы принимать любую идею. Могут быть инициаторами перемен, если видят потребность и необходимость. Рассудительны при работе в новых условиях. Хорошие реализаторы изменений. Заключают в себе готовность к новому, характерную для инноваторов, и рассудительность, характерную для консерваторов.

Примеры соответствующих высказываний респондентов:

«Изменения – как река, у реки нет одинаковых берегов, жизнь течет»;

«Я изменения переживаю нормально, можно сказать, вообще не переживаю».