**Шкала организационного стресса**

   *Маклин*, *русскоязычная адаптация Н. Водопьяновой*
   **Вводные замечания**
   Данная шкала измеряет восприимчивость к организационному стрессу (ОС), связанную с недостаточным умением общаться, принимать ценности других людей, адекватно оценивать ситуацию без ущерба для своего здоровья и работоспособности, негибкостью поведения и пассивностью по отношению к активным формам отдыха и восстановления жизненных сил. Чем выше показатель ОС, тем больше уязвимость к рабочим стрессам, чаще переживания дистресса, таких стресс–синдромов, как психическое выгорание, хроническая усталость, синдром менеджера. Высокий уровень ОС связан с предрасположенностью к поведению типа «А».
   Методика позволяет определить общий индекс ОС и пять дополнительных показателей:
   • способность самопознания (когнитивность);
   • широта интересов;
   • принятие ценностей других;
   • гибкость поведения;
   • активность и продуктивность деятельности.
   **Опросник ОС**
   *Инструкция:*внимательно прочитайте представленные ниже утверждения и оцените степень вашего согласия с ними, используя шкалу от «абсолютно верно» до «абсолютно неверно».





