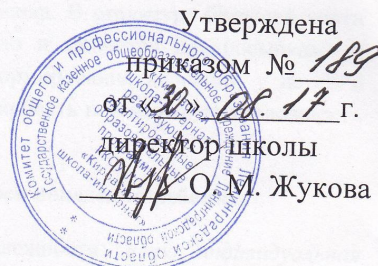


Государственное казенное общеобразовательное учреждение Ленинградской области «Кировская школа – интернат, реализующая адаптированные образовательные программы»

Рассмотрена
и рекомендована
педагогическим советом
протокол № 1
от «30» августа 2017г.



Рабочая программа
Коррекционной работы с детьми и подростками,
состоящими в группе риска и имеющими повышенную
личностную тревожность и склонность к агрессии

Составил
Педагог-психолог Матешин О.И.
(Ф.И.О. учителя)

2017- 2018 учебный год

Программа работы с детьми и подростками, состоящими в группе риска

I. Теоретическая часть

В ситуации обучения в школе, безусловно, нередки стресс-факторы, которые ведут к формированию дезадаптивных реакций даже у эмоционально устойчивых детей. У детей же из группы риска формирование дезадаптивного поведения значительно облегчено вследствие сложной семейной ситуации или особенностей бытовых жизненных условий. Как правило, большая часть дезадаптивных механизмов формируется на основе повышенной тревожности ребенка. В структуре большей части девиаций присутствует тревожность и агрессия, они же зачастую и являются предпосылками к развитию отклоняющегося поведения. Поэтому, для избегания формирования девиаций у детей и подростков, необходимо на ранних этапах обнаруживать и корректировать повышенную тревожность и агрессивность ребенка.

1.1 Тревожность как предпосылка формирования отклоняющегося поведения ребенка.

В психологическом словаре дано следующее определение тревожности: *«это индивидуальная психологическая особенность, заключающаяся в повышенной склонности испытывать беспокойство в самых различных жизненных ситуациях, в том числе и в таких, которые к этому не предрасполагают».*

Следует отличать тревогу от тревожности. Если *тревога* – это эпизодические проявления беспокойства, волнения ребенка, то *тревожность* является устойчивым состоянием.

Тревожность не связана с какой-либо определенной ситуацией и проявляется почти всегда. Это состояние сопутствует человеку в любом виде деятельности.

До настоящего времени еще не выработано определенной точки зрения на причины возникновения тревожности. Но большинство ученых считает, что в дошкольном и младшем школьном возрасте одна из основных причин кроется в нарушении детско-родительских отношений.

Психологи считают, что тревожность развивается вследствие наличия у ребенка внутреннего конфликта, который может быть вызван:

1. *Противоречивыми требованиями, предъявляемыми родителями, либо родителями и школой, детским садом.*
2. *Неадекватными требованиями (чаще всего завышенными).*
3. *Негативными требованиями, которые унижают ребенка, ставят его в зависимое положение*

Школьная тревожность - это самое широкое понятие, включающее различные аспекты устойчивого школьного неблагополучия. Она выражается в волнении, повышенном беспокойстве в учебных ситуациях, в классе, в ожидании плохого отношения к себе, отрицательной оценки со стороны педагогов, сверстников. Ребенок постоянно чувствует собственную неадекватность, неполноценность, неуверен в правильности своего поведения, своих решений.

Чувство тревоги в школьном возрасте неизбежно. Однако интенсивность этого переживания не должна превышать индивидуальной для каждого ребенка «критической точки», после которой оно начинает оказывать дезорганизующее, а не мобилизующее влияние. Наиболее типично возникновение школьной тревожности, связанной с социально-психологическими факторами или фактором образовательных программ. Вот несколько факторов, воздействие которых способствует ее формированию и закреплению:

- учебные перегрузки;
- неспособность учащегося справиться со школьной программой;
- неадекватные ожидания со стороны родителей;
- неблагоприятные отношения с педагогами;
- регулярно повторяющиеся оценочно-экзаменационные ситуации;
- смена школьного коллектива и /или непринятие детским коллективом.

Школьная тревожность младшего школьника является очевидным признаком затруднений в процессе школьной адаптации. Начиная с подросткового возраста, она может формироваться и закрепляться в рамках личностной тревожности как психического свойства учащегося.

Школьная тревожность может проявляться в поведении самыми разнообразными способами, маскируясь под другие проблемы.

Основными диагностическими признаками школьной тревожности являются *пассивность на уроках, скованность при ответах, смущение при малейшем замечании со стороны учителя. На перемене тревожный ребенок не может найти себе занятие, любит находиться среди детей, не вступая, однако, в тесные контакты с ними.* Кроме того, в силу больших эмоциональных нагрузок, ребенок начинает чаще болеть, снижается сопротивляемость соматическим заболеваниям.

Нежелание ходить в школу чаще всего возникает из-за недостаточной школьной мотивации, однако свидетельствует о том, что ребенок чувствует себя в школе дискомфортно. Противоположную форму проявления школьной тревожности представляет собой *излишняя старательность при выполнении заданий. Рассеянность, или снижение концентрации внимания на уроках - признак школьной тревожности.* Особого внимания заслуживает такая форма проявления школьной тревожности, как *потеря контроля над физиологическими функциями в стрессовых ситуациях.* Иногда высокий уровень тревожности может привести к сильным агрессивным реакциям и ведет к формированию стойких девиаций.

Тревожность оказывает неодинаковое влияние на эффективность школьного обучения. Оптимальный уровень тревожности делает обучение эффективнее: активизирует внимание, память, восприятие, интеллектуальные способности. Но когда уровень тревожности превышает норму, это приводит к панике. Чтобы избежать неудачи, ребенок отстраняется от учебы, боясь отвечать на уроках, тревожится, переживает, чтобы его не спросили, а иногда даже перестает ходить в школу.

Школьная тревожность на различных этапах обучения неоднородна, она вызывается различными причинами и проявляется в различных формах, что и обуславливает необходимость раннего выявления и систематической работы с проявлениями

1.2 Агрессия как предпосылка формирования отклоняющегося поведения

Повышенная агрессивность детей является одной из наиболее частых проблем в детском коллективе. Она волнует не только педагогов, но и родителей. Те или иные формы агрессии характерны для большинства школьников. Практически все дети ссорятся, дерутся, обзываются и пр. Обычно с усвоением правил и норм поведения эти непосредственные проявления детской агрессивности уступают место просоциальным формам поведения. Однако у определённой категории детей агрессия как устойчивая форма поведения не только сохраняется, но и развивается, трансформируясь в устойчивое качество личности. В итоге снижается продуктивный потенциал ребёнка, сужаются возможности полноценного общения, деформируется его личностное развитие. Агрессивный ребёнок

приносит массу проблем не только окружающим, но и самому себе. Эти дети, зачастую, и составляют костяк группы риска развития различных девиаций.

Агрессивность - это свойство личности, выражающееся в готовности к агрессии, а также в склонности воспринимать и интерпретировать поведение другого как враждебное. Некоторые предпосылки возникновения и развития агрессии сосредоточены в особенностях личности и чертах характера, а также принципах и установках. Усиливать агрессию могут как внешние, ситуативные причины, так и внутренние – черты характера, индивидуальные предрасположенности, влияние семейного уклада.

Агрессию рассматривают как социальное поведение, включающее навыки и требующее научения. Чтобы совершить агрессивное действие, человек должен многое знать. Например, какие слова и действия причинят страдания, какие приемы будут болезненными и т.п. Эти знания не даются при рождении, люди должны научиться вести себя агрессивно. Агрессия приносит реальные вознаграждения. Например, дети, с успехом притесняющие других детей по играм, могут постоянно требовать от них всего, чего хотят - игрушек и привилегий.

Главный источник живых примеров агрессивного поведения для большинства детей является семья. Многочисленные исследования показали, что для семей, из которых выходят агрессивные дети, характерны особые взаимоотношения между членами семьи. Подобные тенденции психологами описаны как "цикл насилия". Дети склонны воспроизводить те виды взаимоотношений, которые "практикуют" их родители по отношению друг к другу. Дети, выбирая методы выяснения отношений с братьями и сестрами, копируют тактику разрешения конфликтов у родителей. Когда дети вырастают и вступают в брак, они используют отрететированные способы разрешения конфликтов и, замыкая цикл, передают их своим детям, посредством создания характерного стиля дисциплины.

Достоверно установлено, что жестокое обращение с ребенком в семье не только повышает агрессивность его поведения в отношении со сверстниками, но и способствует развитию склонности к насилию в более зрелом возрасте, превращая физическую агрессию в жизненный стиль личности.

Человек, ставший свидетелем насилия, открывает для себя новые грани агрессивного поведения, которые ранее отсутствовали в его поведении. Наблюдая агрессивные действия других, человек может пересмотреть ограничения своего поведения: «другим можно, значит и мне можно». Постоянное наблюдение сцен насилия приводит к утрате эмоциональной восприимчивости к агрессии и чужой боли. В результате настолько привыкает к насилию, что перестает рассматривать его как неприемлемую форму поведения. Так и появляется привычка к антисоциальному поведению.

II. Методы выявления тревожности и агрессивности у учащихся

2.1. Наблюдение

Наблюдение является первичным методом выявления личностных особенностей ребенка и не имеет четких границ применения. Данный метод можно и нужно использовать на протяжении всего периода обучения ребенка, чтобы наиболее чутко реагировать на все резкие и нетипичные изменения личности учащегося.

2.2 Психодиагностические методики

2.2.1 Тест школьной тревожности Филлипса

Тест школьной тревожности Филлипса (Альманах психологических тестов, 1995) позволяет подробно изучать уровень и характер тревожности, связанной со школой, у детей младшего и среднего школьного возраста, оценить эмоциональные особенности отношений ребенка со сверстниками и учителями.

Показатели этого теста дают представление как об общей тревожности — эмоциональном состоянии ребенка, связанном с различными формами его включения в жизнь школы, так и о частных видах проявления школьной тревожности.

Тест состоит из 58 вопросов, которые можно зачитывать школьникам, а можно предлагать в письменном виде. На каждый вопрос требуется ответить однозначно: «да» или «нет».

Инструкция

«Ребята, сейчас вам будет предложен опросник, который состоит из вопросов о том, как вы себя чувствуете в школе. Старайтесь отвечать искренне и правдиво, не может быть верных или неверных, хороших или плохих ответов. Над вопросами долго не задумывайтесь.

На листе для ответов вверху запишите свое имя, фамилию и класс. Отвечая на вопрос, записывайте его номер и ответ: "+", если Вы согласны с ним, или "-", если не согласны».

Обработка и интерпретация результатов

При обработке результатов выделяют вопросы, ответы на которые не совпадают с ключом теста. Например, на 58-й вопрос ребенок ответил «да», в то время как в ключе этому вопросу соответствует «—», то есть ответ «нет». Ответы, не совпадающие с ключом, — это проявления тревожности. При обработке подсчитывается:

1. Общее число несовпадений по всему тесту. Если оно больше 50% от общего числа вопросов, можно говорить о повышенной тревожности ребенка, если больше 75% — о высокой тревожности.
2. Число совпадений по каждому из 8 видов тревожности. Уровень тревожности определяется так же, как в первом случае. Анализируется общее внутреннее эмоциональное состояние школьника, во многом определяющееся наличием тех или иных тревожных синдромов (факторов) и их количеством.

Факторы	№ вопросов
1. Общая тревожность в школе	2,4,7,12,16,21,23,26,28,46,47,48,49,50,51,52,53,54,55,56,57,58 $\Sigma=22$
2. Переживание социального стресса	5,10,15,20,24,30,33,36,39,42,44 $\Sigma=11$
3. Фрустрация потребности в достижении успеха	1,3,6,11,17,19,25,29,32,35,38,41,43 $\Sigma=13$
4. Страх самовыражения	27,31,34,37,40,45 $\Sigma=6$
5. Страх ситуации проверки знаний	2,7,12,16,21,26 $\Sigma=6$
6. Страх не соответствовать ожиданиям	3,8,13,17,22

окружающих	$\Sigma=5$
7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	9,14,18,23,28 $\Sigma=5$
8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями	2,6,11,32,35,41,44,47 $\Sigma=8$

Содержательная характеристика видов (факторов) тревожности

1. Общая тревожность в школе — общее эмоциональное состояние ребенка, связанное с различными формами его включения в жизнь школы.
2. Переживание социального стресса — эмоциональное состояние ребенка, на фоне которого развиваются его социальные контакты (прежде всего — со сверстниками).
3. Фрустрация потребности в достижении успеха — неблагоприятный психический фон, не позволяющий ребенку развивать свои потребности в успехе, достижении высокого результата и т.д.
4. Страх самовыражения — негативные эмоциональные переживания ситуаций, сопряженных с необходимостью самораскрытия, предъявления себя другим, демонстрации своих возможностей.
5. Страх ситуации проверки знаний — негативное отношение и переживание тревоги в ситуациях проверки (особенно — публичной) знаний, достижений, возможностей.
6. Страх не соответствовать ожиданиям окружающих — ориентация на значимость других в оценке своих результатов, поступков и мыслей, тревога по поводу оценок, даваемых окружающим, ожидание негативных оценок.
7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу — особенности психофизиологической организации, снижающие приспособляемость ребенка к ситуациям стрессогенного характера, повышающие вероятность неадекватного, деструктивного реагирования на тревожный фактор среды.
8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями — общий негативный эмоциональный фон отношений со взрослыми в школе, снижающий успешность обучения ребенка.

Представление результатов

1. Подсчитывается число несовпадений знаков («+» — да, «—» — нет) по каждому фактору (абсолютное число несовпадений в процентах: <50; >50; >75) для каждого респондента. Эти данные представляются в виде индивидуальных диаграмм.
2. Подсчитывается число несовпадений по каждому измерению для всего класса (абсолютное значение в процентах: <50; >50; >.75). Данные представляются в виде диаграммы.
3. Подсчитывается количество учащихся, имеющих несовпадения по определенному фактору >50% и >75% (для всех факторов).
4. При повторных замерах представляются сравнительные результаты.
5. Собирается полная информация о каждом учащемся (по результатам теста).

Полученные результаты можно представить в *сводной таблице*, включив в нее результаты, превышающие норму. Такой способ представления облегчит общий анализ результатов по классу в целом, а также сравнительный анализ данных по разным классам.

Текст опросника Филлипа

1. Трудно ли тебе держаться на одном уровне знаний со всем классом?
2. Волнуешься ли ты, когда учитель говорит, что собирается проверить, насколько ты знаешь материал?
3. Трудно ли тебе работать в классе так, как этого хочет учитель?
4. Снится ли тебе временами, что учитель в ярости от того, что ты не знаешь урок?
5. Случалось ли, что кто-нибудь из твоего класса бил или ударял тебя?
6. Часто ли тебе хочется, чтобы учитель не торопился при объяснении нового материала, пока ты не поймешь, что он говорит?
7. Сильно ли ты волнуешься при ответе или выполнении задания?
8. Случается ли с тобой, что ты опасаешься высказываться на уроке, потому что боишься сделать глупую ошибку?
9. Дрожат ли у тебя колени, когда тебя вызывают отвечать?
10. Часто ли твои одноклассники смеются над тобой, когда вы играете в разные игры?
11. Случается ли, что тебе ставят более низкую оценку, чем ты ожидал?
12. Волнует ли тебя вопрос о том, не оставят ли тебя на второй год?
13. Стараешься ли ты избегать игр, в которых делается выбор, потому что тебя, как правило, не выбирают?
14. Бывает ли временами, что ты весь дрожишь, когда тебя вызывают отвечать?
15. Часто ли у тебя возникает ощущение, что никто из твоих одноклассников не хочет делать то, что хочешь ты?
16. Сильно ли ты волнуешься перед тем как начать выполнять задание?
17. Трудно ли тебе получать такие отметки, каких ждут от тебя родители?
18. Боишься ли ты временами, что тебе станет дурно в классе?
19. Будут ли твои одноклассники смеяться над тобой, если ты сделаешь ошибку при ответе?
20. Похож ли ты на своих одноклассников?
21. Выполнив задание, беспокоишься ли ты о том, хорошо ли с ним справился?
22. Когда ты работаешь в классе, уверен ли ты в том, что все хорошо запомнишь?
23. Снится ли тебе иногда, что ты в школе и не можешь ответить на вопрос учителя?

24. Верно ли, что большинство ребят относится к тебе по-дружески?
25. Работаш ли ты более усердно, если знаешь, что результаты твоей работы будут сравниваться в классе с результатами твоих одноклассников?
26. Часто ли мечтаешь о том, чтобы поменьше волноваться, когда тебя спрашивают?
27. Боишься ли ты временами вступать в спор?
28. Чувствуешь ли ты, что твое сердце начинает сильно биться, когда учитель говорит, что собирается проверить твою готовность к уроку?
29. Когда ты получаешь хорошие отметки, думает ли кто-нибудь из твоих друзей, что ты хочешь выслужиться?
30. Хорошо ли ты себя чувствуешь с теми из твоих одноклассников, к которым ребята относятся с особым вниманием?
31. Бывает ли, что некоторые ребята в классе говорят что-то, что тебя задевает?
32. Как ты думаешь, теряют ли расположение остальных те ученики, которые не справляются с учебной?
33. Похоже ли на то, что большинство твоих одноклассников не обращают на тебя внимания?
34. Часто ли ты боишься выглядеть нелепо?
35. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся учителя?
36. Помогает ли твоя мама в организации вечеров, как другие мамы твоих одноклассников?
37. Волновало ли тебя когда-нибудь, что думают о тебе окружающие?
38. Надеешься ли ты в будущем учиться лучше, чем раньше?
39. Считаешь ли ты, что одеваешься в школу так же хорошо, как и твои одноклассники?
40. Часто ли, отвечая на уроке, ты задумываешься о том, что думают о тебе в это время другие?
41. Обладают ли способные ученики какими-то особыми правами, которых нет у других ребят в классе?
42. Злятся ли некоторые из твоих одноклассников, когда тебе удастся быть лучше их?
43. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся одноклассники?
44. Хорошо ли ты себя чувствуешь, когда остаешься один на один с учителем?
45. Высмеивают ли временами одноклассники твою внешность и поведение?
46. Думаешь ли ты, что беспокоишься о своих школьных делах больше, чем другие ребята?
47. Если ты не можешь ответить, когда тебя спрашивают, чувствуешь ли ты, что вот-вот расплачешься?
48. Когда вечером ты лежишь в постели, думаешь ли ты временами с беспокойством о том, что будет завтра в школе?

49. Работая над трудным заданием, чувствуешь ли ты порой, что совершенно забыл вещи, которые хорошо знал раньше?
50. Дрожит ли слегка твоя рука, когда ты работаешь над заданием?
51. Чувствуешь ли ты, что начинаешь нервничать, когда учитель говорит, что собирается дать классу задание?
52. Пугает ли тебя проверка твоих знаний в школе?
53. Когда учитель говорит, что собирается дать классу задание, чувствуешь ли ты страх, что не справишься с ним?
54. Снилось ли тебе временами, что твои одноклассники могут сделать то, что не можешь ты?
55. Когда учитель объясняет материал, кажется ли тебе, что твои одноклассники понимают его лучше, чем ты?
56. Беспокоишься ли ты по дороге в школу, что учитель может дать классу проверочную работу?
57. Когда ты выполняешь задание, чувствуешь ли ты обычно, что делаешь это плохо?
58. Дрожит ли слегка твоя рука, когда учитель просит сделать задание на доске перед всем классом?

2.2.2 Шкала Спилбергера-Ханина для определения личностной и реактивной (ситуативной) тревожности

Тест Спилбергера-Ханина — это методика, которая позволяет дифференцированно измерять тревожность и как личностное свойство и как состояние, связанное с текущей ситуацией.

Этот тест поможет определить выраженность тревожности в структуре личности. Тревожность как личностная черта означает мотив или приобретенную поведенческую позицию, которая заставляет человека воспринимать широкий круг объективно безопасных обстоятельств, как содержащих угрозу, побуждая реагировать на них состояниями тревоги, интенсивность которых не соответствует величине реальной опасности.

Реактивная (ситуативная) тревожность характеризует состояние человека в данный момент времени, которое характеризуется субъективно переживаемыми эмоциями: напряжением, беспокойством, озабоченностью, нервозностью в данной конкретной обстановке. Это состояние возникает как эмоциональная реакция на экстремальную или стрессовую ситуацию, может быть разным по интенсивности и динамичным во времени.

Применение данной методики в ситуации школьного взаимодействия обусловлено необходимостью различать тревожность, вызываемую ситуацией обучения и сопутствующих ситуаций, и ту тревожность, которая заложена непосредственно в характере учащегося. Однако, вследствие отсутствия в данном опроснике каких-либо шкал неискренности, рекомендуется использовать методику как уточняющее дополнение к «Школьной тревожности» Филлипса.

Тестирование по методике Спилбергера-Ханина проводится с применением двух бланков: один бланк для измерения показателей ситуативной тревожности, а второй — для измерения уровня личностной тревожности.

Шкала ситуативной тревожности

Инструкция: Прочитайте внимательно каждое из приведенных ниже предложений и зачеркните цифру в соответствующей графе справа в зависимости от того, как вы себя чувствуете в данный момент. Над вопросами долго не задумывайтесь, поскольку правильных и неправильных ответов нет.

Суждения

№пп	Суждение	Никогда	Почти никогда	Часто	Почти всегда
1	Я спокоен	1	2	3	4
2	Мне ничто не угрожает	1	2	3	4
3	Я нахожусь в напряжении	1	2	3	4
4	Я внутренне скован	1	2	3	4
5	Я чувствую себя свободно	1	2	3	4
6	Я расстроен	1	2	3	4
7	Меня волнуют возможные неудачи	1	2	3	4
8	Я ощущаю душевный покой	1	2	3	4
9	Я встревожен	1	2	3	4
10	Я испытываю чувство внутреннего удовлетворения	1	2	3	4
11	Я уверен в себе	1	2	3	4
12	Я нервничаю	1	2	3	4
13	Я не нахожу себе места	1	2	3	4
14	Я взвинчен	1	2	3	4
15	Я не чувствую скованности, напряжения	1	2	3	4
16	Я доволен	1	2	3	4
17	Я озабочен	1	2	3	4
18	Я слишком возбужден и мне не по себе	1	2	3	4
19	Мне радостно	1	2	3	4
20	Мне приятно	1	2	3	4

Шкала личной тревожности

Инструкция. Прочитайте внимательно каждое из приведенных ниже предложений и зачеркните цифру в соответствующей графе справа в зависимости от того, как вы себя чувствуете обычно. Над вопросами долго не думайте, поскольку правильных или неправильных ответов нет.

Суждения

№ пп	Суждение	Никогда	Почти никогда	Часто	Почти всегда
21	У меня бывает приподнятое настроение	1	2	3	4
22	Я бываю раздражительным	1	2	3	4
23	Я легко расстраиваюсь	1	2	3	4
24	Я хотел бы быть таким же удачливым, как и другие	1	2	3	4
25	Я сильно переживаю неприятности и долго не могу о них забыть	1	2	3	4
26	Я чувствую прилив сил и желание работать	1	2	3	4
27	Я спокоен, хладнокровен и собран	1	2	3	4
28	Меня тревожат возможные трудности	1	2	3	4
29	Я слишком переживаю из-за пустяков	1	2	3	4
30	Я бываю вполне счастлив	1	2	3	4
31	Я все принимаю близко к сердцу	1	2	3	4
32	Мне не хватает уверенности в себе	1	2	3	4
33	Я чувствую себя беззащитным	1	2	3	4
34	Я стараюсь избегать критических ситуаций и трудностей	1	2	3	4
35	У меня бывает хандра	1	2	3	4
36	Я бываю доволен	1	2	3	4
37	Всякие пустяки отвлекают и волнуют меня	1	2	3	4
38	Бывает, что я чувствую себя неудачником	1	2	3	4
39	Я уравновешенный человек	1	2	3	4

40 Меня охватывает беспокойство, когда я думаю о своих делах и заботах 1 2 3 4

Обработка результатов

Обработка результатов включает следующие этапы:

- Определение показателей ситуативной и личностной тревожности с помощью ключа.
- На основе оценки уровня тревожности составление рекомендаций для коррекции поведения испытуемого.
- Вычисление среднегруппового показателя ситуативной тревожности (СТ) и личностной тревожности (ЛТ) и их сравнительный анализ в зависимости, например, от половой принадлежности испытуемых.

Ключ

СТ	Ответы				ЛТ	Ответы			
№.№	1	2	3	4	№.№	1	2	3	4
<i>Ситуативная тревожность</i> <i>Личностная тревожность</i>									
1	4	3	2	1	21	4	3	2	1
2	4	3	2	1	22	1	2	3	4
3	1	2	3	4	23	1	2	3	4
4	1	2	3	4	24	1	2	3	4
5	4	3	2	1	25	1	2	3	4
6	1	2	3	4	26	4	3	2	1
7	1	2	3	4	27	4	3	2	1
8	4	3	2	1	28	1	2	3	4
9	1	2	3	4	29	1	2	3	4
10	4	3	2	1	30	4	3	2	1
11	4	3	2	1	31	1	2	3	4
12	1	2	3	4	32	1	2	3	4
13	1	2	3	4	33	1	2	3	4
14	1	2	3	4	34	1	2	3	4
15	4	3	2	1	35	1	2	3	4

16	4	3	2	1	36	4	3	2	1
17	1	2	3	4	37	1	2	3	4
18	1	2	3	4	38	1	2	3	4
19	4	3	2	1	39	4	3	2	1
20	4	3	2	1	40	1	2	3	4

Интерпретация результатов

При анализе результатов надо иметь в виду, что общий итоговый показатель по каждой из подшкал может находиться в диапазоне от 20 до 80 баллов. При этом чем выше итоговый показатель, тем выше уровень тревожности (ситуативной или личностной).

При интерпретации показателей можно использовать следующие ориентировочные оценки тревожности:

- до 30 баллов – низкая,
- 31 — 44 балла — умеренная;
- 45 и более — высокая.

Очень высокая тревожность (> 46) прямо может быть связана с наличием невротического конфликта, эмоциональными срывами и с психосоматическими заболеваниями.

Низкая тревожность (<12), наоборот, характеризует состояние как депрессивное, неактивное, с низким уровнем мотиваций. Иногда очень низкая тревожность в показателях теста является результатом активного вытеснения личностью высокой тревоги с целью показать себя в «лучшем свете».

Определенный уровень тревожности — естественная и обязательная особенность активной деятельной личности. У каждого человека существует свой оптимальный, или желательный, уровень тревожности — это так называемая полезная тревожность. Оценка человеком своего состояния в этом отношении является для него существенным компонентом самоконтроля и самовоспитания.

Мы уже говорили выше, что под личностной тревожностью понимается устойчивая индивидуальная характеристика, отражающая предрасположенность человека к тревоге и предполагающая наличие у него тенденции воспринимать достаточно широкий спектр ситуаций как угрожающие, отвечая на каждую из них определенной реакцией. Как предрасположенность, личная тревожность активизируется при восприятии определенных стимулов, расцениваемых человеком как опасные для самооценки, самоуважения.

Личности, относимые к категории высокотревожных, склонны воспринимать угрозу своей самооценке и жизнедеятельности в обширном диапазоне ситуаций и реагировать на них выраженным состоянием тревожности. Если психологический тест выявляет у испытуемого высокий показатель личностной тревожности, то это дает основание предполагать у него появление состояния тревожности в разнообразных ситуациях, особенно когда они касаются оценки его компетенции и престижа.

Лицам с высокой оценкой тревожности следует формировать чувство уверенности и успеха. Им необходимо смещать акцент с внешней требовательности, категоричности, высокой значимости

в постановке задач на содержательное осмысление деятельности и научиться разбивать большие задачи на более мелкие.

Для людей с низким уровнем тревожности, наоборот, требуется пробуждение активности, подчеркивание мотивационных компонентов деятельности, возбуждение заинтересованности, формирование чувства ответственности в решении тех или иных задач.

2.2.3 Опросник уровня агрессивности Басса-Дарки

Опросник агрессивности Басса - Дарки (Buss-Durkee Hostility Inventory) предназначен для выявления уровня агрессивности респондентов. Опросник состоит из 75 утверждений.

Различные авторы в своих исследованиях, монографиях по-разному определяют агрессию и агрессивность:

- как врожденную реакцию человека для «защиты занимаемой территории» (Лоренц, Ардри);
- как установку к господству (Моррисон);
- как реакцию личности на враждебную человеку окружающую действительность (Хорни, Фромм).

Очень широкое распространение получили теории, связывающие агрессию и фрустрацию (Миллер, Доллард).

Агрессивность обладает качественной и количественной характеристикой. Как и всякое свойство, она имеет различную степень выраженности: от почти полного отсутствия до ее предельного развития. Каждая личность должна обладать определенной степенью агрессивности. Отсутствие ее приводит к пассивности, ведомости, конформности и т.д. Чрезмерное развитие ее начинает определять весь облик личности, которая может стать конфликтной, неспособной на сознательную кооперацию и т.д.

Можно разделить проявления агрессии на два основных типа: первый – мотивационная агрессия, как самооценностная, второй – инструментальная, как средство (подразумевая при этом, что и та, и другая могут проявляться как под контролем сознания, так и вне его, и сопряжены с эмоциональными переживаниями (гнев, враждебность). В большей степени нас должна интересовать мотивационная агрессия как прямое проявление реализации присущих личности деструктивных тенденций. Определив уровень таких деструктивных тенденций, можно с большой степенью вероятности прогнозировать возможность проявления открытой мотивационной агрессии. Одной из подобных необходимых диагностических процедур является опросник уровня агрессивности Басса-Дарки.

Внутренняя структура методики

А. Басс разделил понятия агрессии и враждебности и определил последнюю как: «...реакцию, развивающую негативные чувства и негативные оценки людей и событий». Создавая свой опросник, дифференцирующий проявления агрессии и враждебности, А. Басс и А. Дарки выделили следующие виды реакций:

1. **Физическая агрессия** – использование физической силы против другого лица.
2. **Косвенная** – агрессия, окольным путем направленная на другое лицо или ни на кого не направленная.
3. **Раздражение** – готовность к проявлению негативных чувств при малейшем возбуждении (вспыльчивость, грубость).

4. **Негативизм** – оппозиционная манера в поведении от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся обычаев и законов.

5. **Обида** – зависть и ненависть к окружающим за действительные и вымышленные действия.

6. **Подозрительность** – в диапазоне от недоверия и осторожности по отношению к людям до убеждения в том, что другие люди планируют и приносят вред.

7. **Вербальная агрессия** – выражение негативных чувств как через форму (крик, визг), так и через содержание словесных ответов (проклятия, угрозы).

8. **Чувство вины** – выражает возможное убеждение субъекта в том, что он является плохим человеком, что поступает зло, а также ощущаемые им угрызения совести.

При составлении опросника использовались следующие принципы:

- вопрос может относиться только к одной форме агрессии.
- вопросы формулируются таким образом, чтобы в наибольшей степени ослабить влияние общественного одобрения ответа на вопрос.

Процедура проведения

Инструкция

Внимательно прослушайте утверждения. Если вы согласны с утверждением, то ставьте знак «+», если нет, ставьте знак «-».

Обработка результатов

Ответы оцениваются по восьми шкалам следующим образом:

1. Физическая агрессия:

- «да» = 1, «нет» = 0: 1, 25, 33, 48, 55, 62, 68;
- «нет» = 1, «да» = 0: 9, 17, 41.

2. Косвенная агрессия:

- «да» = 1, «нет» = 0: 2, 18, 34, 42, 56, 63;
- «нет» = 1, «да» = 0: 10, 26, 49.

3. Раздражение:

- «да» = 1, «нет» = 0: 3, 19, 27, 43, 50, 57, 64, 72;
- «нет» = 1, «да» = 0: 11, 35, 69.

4. Негативизм:

- «да» = 1,
- «нет» = 0: 4, 12, 20, 23, 36;

5. Обида:

- «да» = 1, «нет» = 0: 5, 13, 21, 29, 37, 51, 58.

- «нет» = 1, «да» = 0: 44.

6. Подозрительность:

- «да» = 1, «нет» = 0: 6, 14, 22, 30, 38, 45, 52, 59;
- «нет» = 1, «да» = 0: 65, 70.

7. Вербальная агрессия:

- «да» = 1, «нет» = 0: 7, 15, 28, 31, 46, 53, 60, 71, 73;
- «нет» = 1, «да» = 0: 39, 66, 74, 75.

8. Чувство вины:

- «да» = 1, «нет» = 0: 8, 16, 24, 32, 40, 47, 54, 61, 67

Индекс враждебности включает в себя 5 и 6 шкалу, а индекс агрессивности (как прямой, так и мотивационной) включает в себя шкалы 1, 3, 7.

- **Враждебность** = Обида + Подозрительность;
- **Агрессивность** = Физическая агрессия + Раздражение + Вербальная агрессия.

Интерпретация результатов

Нормой агрессивности является величина ее индекса, равная 21 ± 4 , а враждебности – $6,5-7 \pm 3$. При этом обращается внимание на возможность достижения определенной величины, показывающей степень проявления агрессивности.

Пользуясь данной методикой, необходимо помнить, что агрессивность, как свойство личности, и агрессия, как акт поведения, могут быть поняты в контексте психологического анализа мотивационно-потребностной сферы личности. Поэтому опросником Басса-Дарки следует пользоваться в совокупности с другими методиками: личностными тестами психических состояний (Кеттел, Спилбергер), проективными методиками (Несуществующее животное, Кактус и т.д.)

Текст опросника

1. Временами я не могу справиться с желанием причинить вред другим.
2. Иногда сплетничаю о людях, которых не люблю.
3. Я легко раздражаюсь, но быстро успокаиваюсь.
4. Если меня не попросят по-хорошему, я не выполняю.
5. Я не всегда получаю то, что мне положено.
6. Я знаю, что люди говорят обо мне за моей спиной.
7. Если я не одобряю поведение друзей, я даю им это почувствовать.
8. Когда мне случалось обмануть кого-нибудь, я испытывал мучительные угрызения совести.
9. Мне кажется, что я не способен ударить человека.
10. Я никогда не раздражаюсь настолько, чтобы кидаться предметами.

11. Я всегда снисходителен к чужим недостаткам.
12. Если мне не нравится установленное правило, мне хочется нарушить его.
13. Другие умеют почти всегда пользоваться благоприятными обстоятельствами.
14. Я держусь настороженно с людьми, которые относятся ко мне несколько более дружелюбно, чем я ожидал.
15. Я часто бываю несогласен с людьми.
16. Иногда мне на ум приходят мысли, которых я стыжусь.
17. Если кто-нибудь первым ударит меня, я не отвечу ему.
18. Когда я раздражаюсь, я хлопаю дверями.
19. Я гораздо более раздражителен, чем кажется.
20. Если кто-то воображает себя начальником, я всегда поступаю ему наперекор.
21. Меня немного огорчает моя судьба.
22. Я думаю, что многие люди не любят меня.
23. Я не могу удержаться от спора, если люди не согласны со мной.
24. Люди, уваливающие от работы, должны испытывать чувство вины.
25. Тот, кто оскорбляет меня и мою семью, напрашивается на драку.
26. Я не способен на грубые шутки.
27. Меня охватывает ярость, когда надо мной насмеются.
28. Когда люди строят из себя начальников, я делаю все, чтобы они не зазнавались.
29. Почти каждую неделю я вижу кого-нибудь, кто мне не нравится.
30. Довольно многие люди завидуют мне.
31. Я требую, чтобы люди уважали меня.
32. Меня угнетает то, что я мало делаю для своих родителей.
33. Люди, которые постоянно изводят вас, стоят того, чтобы их "щелкнули по носу".
34. Я никогда не бываю мрачен от злости.
35. Если ко мне относятся хуже, чем я того заслуживаю, я не расстраиваюсь.
36. Если кто-то выводит меня из себя, я не обращаю внимания.
37. Хотя я и не показываю этого, меня иногда гложет зависть.
38. Иногда мне кажется, что надо мной смеются.
39. Даже если я злюсь, я не прибегаю к "сильным" выражениям.
40. Мне хочется, чтобы мои грехи были прощены.

41. Я редко даю сдачи, даже если кто-нибудь ударит меня.
42. Когда получается не по-моему, я иногда обижаюсь.
43. Иногда люди раздражают меня одним своим присутствием.
44. Нет людей, которых бы я по-настоящему ненавидел.
45. Мой принцип: "Никогда не доверять "чужакам".
46. Если кто-нибудь раздражает меня, я готов сказать, что я о нем думаю.
47. Я делаю много такого, о чем впоследствии жалею.
48. Если я разозлюсь, я могу ударить кого-нибудь.
49. С детства я никогда не проявлял вспышек гнева.
50. Я часто чувствую себя как пороховая бочка, готовая взорваться.
51. Если бы все знали, что я чувствую, меня бы считали человеком, с которым нелегко работать.
52. Я всегда думаю о том, какие тайные причины заставляют людей делать что-нибудь приятное для меня.
53. Когда на меня кричат, я начинаю кричать в ответ.
54. Неудачи огорчают меня.
55. Я дерусь не реже и не чаще чем другие.
56. Я могу вспомнить случаи, когда я был настолько зол, что хватал попавшуюся мне под руку вещь и ломал ее.
57. Иногда я чувствую, что готов первым начать драку.
58. Иногда я чувствую, что жизнь поступает со мной несправедливо.
59. Раньше я думал, что большинство людей говорит правду, но теперь я в это не верю.
60. Я ругаюсь только со злости.
61. Когда я поступаю неправильно, меня мучает совесть.
62. Если для защиты своих прав мне нужно применить физическую силу, я применяю ее.
63. Иногда я выражаю свой гнев тем, что стучу кулаком по столу.
64. Я бываю грубоват по отношению к людям, которые мне не нравятся.
65. У меня нет врагов, которые бы хотели мне навредить.
66. Я не умею поставить человека на место, даже если он того заслуживает.
67. Я часто думаю, что жил неправильно.
68. Я знаю людей, которые способны довести меня до драки.
69. Я не огорчаюсь из-за мелочей.

70. Мне редко приходит в голову, что люди пытаются разозлить или оскорбить меня.
71. Я часто только угрожаю людям, хотя и не собираюсь приводить угрозы в исполнение.
72. В последнее время я стал занудой.
73. В споре я часто повышаю голос.
74. Я стараюсь обычно скрывать свое плохое отношение к людям.
75. Я лучше соглашусь с чем-либо, чем стану спорить.

2.2.4 Опросник «Исследование психологической структуры темперамента» Б.Н. Смирнова

Опросник Б.Н. Смирнова позволяет выявить ряд полярных свойств темперамента: экстраверсию - интроверсию, эмоциональную возбудимость - эмоциональную уравновешенность, темп реакций (быстрый - медленный), активность (высокую - низкую). Он также имеет шкалу искренности испытуемого при ответах на вопросы, позволяющую оценить надежность полученных результатов.

Процедура проведения

«Вам предлагается ответить на 48 вопросов. Отвечайте на каждый вопрос "да" (+) или "нет" (-), ставя свой ответ рядом с номером вопроса. Отвечайте на все вопросы, ничего не пропуская. Чем искреннее будут ваши ответы, тем точнее изучите свой темперамент».

Обработка результатов

Ответ в соответствии с ключом оценивается от 1 до 3 баллов.

1. Подсчитать сумму баллов по каждой шкале опросника.
2. Определить искренность ответов по шкале «искренность». Если показатель по этой шкале 13-20 баллов, то высокая надежность результатов, 8-12 -- средняя, 1-7 -- низкая.

Ключ

№	Свойства темперамента	Ответы "Да"	Балл	Ответы "Нет"	Балл
1	Экстраверсия--интроверсия	1, 7, 13, 19, 25, 31, 37	3	2	1
		4, 43	2		
2	Ригидность--пластичность	8, 26, 32	3	37	2
		2, 14, 20, 38, 44	2	19, 46	1
3	Эмоциональная возбудимость--уравновешенность	15, 21, 33, 39, 45	3		
		3, 9	2		
		27	1		
4	Темп реакции	4, 16, 28	3		
		10, 22, 34, 40, 46	2		

		17, 29, 37	1		
5	Активность	5, 11, 17, 23, 29, 35, 41, 47	3	38	1
		10	1		
6	Искренность	30, 36, 42, 48	3	23	1
		6, 12	2		
		18, 25, 24	1		

Интерпретация результатов

	Очень высокая	Высокая	Средняя	Высокая	Очень высокая	
Экстраверсия	22-26	17-21	12-16	7-11	0-6	Интроверсия
Ригидность	16-23	12-15	7-11	3-6	0-2	Пластичность
Эмоциональная возбудимость	18-20	14-17	8-12	4-7	0-3	Эмоциональная устойчивость
Быстрота реакции	20-22	14-19	9-13	5-8	0-4	Медлительность
Активность	24-26	21-23	14-20	9-13	0-8	Пассивность

Экстраверсия--интроверсия

- **0 - 6 баллов = Высокая интровертированность.**

Спокойный, застенчивый, погруженный в свои переживания человек, который отделен от всех, кроме близких людей. Он планирует свои действия заблаговременно, любит во всем порядок и держит свои чувства под строгим контролем. Склонен общаться с близкими, домашний, верный в своих привязанностях, смирный и послушный, воздерживается от шумных компаний и неустойчивых партнеров. Терпимый, смиренный и лояльный к чужим взглядам. Внешне - медлительный, нерешительный, безгласный, но это может быть обманом, поскольку это еще не говорит об его внутреннем мире.

- **7 - 11 баллов = Средняя интровертированность.**

Спокойный, застенчивый, погруженный в свои переживания человек, который отделен от всех, кроме близких людей. Он планирует свои действия заблаговременно, любит во всем порядок и держит свои чувства под строгим контролем. Склонен общаться с близкими, домашний, верный в своих привязанностях, смирный и послушный, воздерживается от шумных компаний и неустойчивых партнеров. Терпимый, смиренный и лояльный к чужим взглядам. Внешне - медлительный, нерешительный, безгласный, но это может быть обманом, поскольку это еще не говорит об его внутреннем мире.

- **17 - 21 баллов = Средняя экстравертированность.**

Общительный, имеет много друзей, не любит долго читать и заниматься систематической учебой, стремление к различного рода возбуждениям (как положительным, так и отрицательным), склонен к

рisku и приключениям, действует под влиянием момента, импульсивен, беззаботен и добродушно весел, оптимистичен, в жизни предпочитает действие и движение, бывает вспыльчив, эмоции и чувства не всегда контролируются. Из положительных черт: энергичность, инициативность, энтузиазм, стремление к новым сторонам жизни, при реализации своих замыслов бойкий и пробивной, деятельный, с кипучей энергией. Хороший организатор, целеустремленный и предприимчивый. С окружающими жизнерадостный, неунывающий.

- **22 - 26 баллов = Высокая экстравертированность.**

Общительный, имеет много друзей, не любит долго читать и заниматься систематической учебой, стремление к различного рода возбуждениям (как положительным, так и отрицательным), склонен к риску и приключениям, действует под влиянием момента, импульсивен, беззаботен и добродушно весел, оптимистичен, в жизни предпочитает действие и движение, бывает вспыльчив, эмоции и чувства не всегда контролируются. Из положительных черт: энергичность, инициативность, энтузиазм, стремление к новым сторонам жизни, при реализации своих замыслов бойкий и пробивной, деятельный, с кипучей энергией. Хороший организатор, целеустремленный и предприимчивый. С окружающими жизнерадостный, неунывающий.

Ригидность-пластичность

- **0 - 2 баллов = Высокая пластичность.**

Пластичность (лабильность) - одно из свойств нервной системы, характеризующее скорость возникновения и прекращения нервных процессов.

- **3 - 6 баллов = Средняя пластичность.**

Пластичность (лабильность) - одно из свойств нервной системы, характеризующее скорость возникновения и прекращения нервных процессов.

- **12 - 15 баллов = Средняя ригидность.**

Ригидность - затрудненность в изменении намеченной субъектом программы деятельности в условиях, объективно требующих ее перестройки. Выражается: 1) в косности аффективных (эмоциональных) откликов на изменяющиеся объекты эмоций; 2) в тугоподвижности перестройки системы мотивов в обстоятельствах, требующих от субъекта гибкости и изменения характера поведения; 3) в трудностях перестройки восприятия и представлений в изменившейся ситуации.

- **16 - 23 баллов = Высокая ригидность.**

Ригидность - затрудненность в изменении намеченной субъектом программы деятельности в условиях, объективно требующих ее перестройки. Выражается: 1) в косности аффективных (эмоциональных) откликов на изменяющиеся объекты эмоций; 2) в тугоподвижности перестройки системы мотивов в обстоятельствах, требующих от субъекта гибкости и изменения характера поведения; 3) в трудностях перестройки восприятия и представлений в изменившейся ситуации.

Эмоциональная возбудимость--уравновешенность

- **0 - 3 баллов = Высокая эмоциональная уравновешенность.**

Выдержанный, сдержанный, терпеливый, немногословный, степенный, благоразумный, уравновешанный, ровный в общении, воздержанный от гнева и не возмутимый в ситуации стресса. Терпимый к лишениям, умеренный в своих потребностях. Это психологически устойчивая личность, которая хорошо адаптируется к социальной среде.

- **4 - 7 баллов = Средняя эмоциональная уравновешенность.**

Выдержанный, сдержанный, терпеливый, немногословный, степенный, благоразумный, уравновешанный, ровный в общении, воздержанный от гнева и не возмутимый в ситуации стресса. Терпимый к лишениям, умеренный в своих потребностях. Это психологически устойчивая личность, которая хорошо адаптируется к социальной среде.

- **14 - 17 баллов = Средняя эмоциональная возбудимость.**

Личность эмоционально неустойчивая, подвержена всевозможным психологическим отклонениям, которые ведут к неуравновешанности. Чувствительный, уязвимый, мучается от неприятностей в жизни. Эмоционально тонко чувствующий, деликатный, восприимчивый к отрицательным сигналам извне, стыдливый, смущающийся. Принимает все близко к сердцу, неуверенный в себе и боязливый. Могут проявляться закомплексованность, пугливость, неуверенность в себе, напряженность эмоций.

- **18 - 20 баллов = Высокая эмоциональная возбудимость.**

Личность эмоционально неустойчивая, подвержена всевозможным психологическим отклонениям, которые ведут к неуравновешанности. Чувствительный, уязвимый, мучается от неприятностей в жизни. Эмоционально тонко чувствующий, деликатный, восприимчивый к отрицательным сигналам извне, стыдливый, смущающийся. Принимает все близко к сердцу, неуверенный в себе и боязливый. Могут проявляться закомплексованность, пугливость, неуверенность в себе, напряженность эмоций.

Темп реакции

- **0 - 4 баллов = Очень медленный темп реакций.**

Реакция - действие, состояние, процесс, возникающее в ответ на какое-либо воздействие, раздражитель, впечатление. Реакция - акт поведения, возникающее в ответ на определенное воздействие.

- **5 - 8 баллов = Медленный темп реакций.**

Реакция - действие, состояние, процесс, возникающее в ответ на какое-либо воздействие, раздражитель, впечатление. Реакция - акт поведения, возникающее в ответ на определенное воздействие.

- **14 - 19 баллов = Быстрый темп реакций.**

Реакция - действие, состояние, процесс, возникающее в ответ на какое-либо воздействие, раздражитель, впечатление. Реакция - акт поведения, возникающее в ответ на определенное воздействие.

- **20 - 22 баллов = Очень быстрый темп реакций.**

Реакция - действие, состояние, процесс, возникающее в ответ на какое-либо воздействие, раздражитель, впечатление. Реакция - акт поведения, возникающее в ответ на определенное воздействие.

Активность

- **0 - 8 баллов = Низкий уровень активности.**

Активность - свойство всего живого как источник преобразования или поддержания ими жизненно значимых связей с окружающим миром. Активность характеризуется обусловленностью

производимых действий, произвольностью (наличием цели субъекта), значительной устойчивостью деятельности в отношении принятой цели.

- **9 - 13 баллов = Активность ниже среднего.**

Активность - свойство всего живого как источник преобразования или поддержания ими жизненно значимых связей с окружающим миром. Активность характеризуется обусловленностью производимых действий, произвольностью (наличием цели субъекта), значительной устойчивостью деятельности в отношении принятой цели.

- **17 - 23 баллов = Активность выше среднего.**

Активность - свойство всего живого как источник преобразования или поддержания ими жизненно значимых связей с окружающим миром. Активность характеризуется обусловленностью производимых действий, произвольностью (наличием цели субъекта), значительной устойчивостью деятельности в отношении принятой цели.

- **24 - 26 баллов = Высокая активность.**

Активность - свойство всего живого как источник преобразования или поддержания ими жизненно значимых связей с окружающим миром. Активность характеризуется обусловленностью производимых действий, произвольностью (наличием цели субъекта), значительной устойчивостью деятельности в отношении принятой цели.

Искренность

- 0 - 7 баллов = В ходе обследования испытуемый либо не вполне понимал смысла вопросов, либо торопился заполнить опросник.
- 8 - 12 баллов = В ходе психологического обследования испытуемый старается достоверно представить свою личность.
- 13 - 20 баллов = Высокий уровень искренности при ответах.. Искренность - для личности с таким параметром характерно чистосердечие и человечность в общении. Про такого говорят, что он честный по своей натуре, бескорыстный в своих поступках и помощи. Добросердечность этой личности нельзя смешивать со всепрощением, личность с пониманием относится к чужим проблемам и старается в силу своих возможностей помочь окружающим. Добрый, отзывчивый к окружающим, гуманист. В ходе психологического обследования не старается приукрасить свою личность.

Примечание: Средние значения (между двумя полюсами) могут свидетельствовать как о гибкости поведения в различных ситуациях, так и противоречивости личности. Также большое количество таких показателей может быть признаком неискренности испытуемого.

2.2.5 Многофакторный личностный опросник Р. Кеттелла

Для дифференциации устойчивых черт характера от наносных и амальгамных деструктивных тенденций необходимо провести хотя бы один тест, определяющий общую структуру характера ребенка. Для тестирования в условиях школы подходит личностный опросник Кеттелла, имеющий несколько форм проведения в зависимости от возраста и пола учащегося, а также шкалу искренности, необходимую для тестов подобной направленности.

а) Для детей в возрасте от 8 до 12 лет рекомендуется использовать детский 12-факторный личностный опросник «12PF / CPQ», состоящий из 120 вопросов. Адаптированный русскоязычный вариант опросника разработан Э. М. Александровской, а также И. Н. Гильяшевой.

Для детей разного пола используются соответствующие опросные листы. Возраст ребенка влияет на особенности стандартизации «сырых» баллов.

Методика выявляет 12 факторов личности, позволяет адекватно судить о возрастных и половых особенностях школьников.

Инструкция к тесту

«Дорогие ребята, мы проводим изучение характера школьников. Предлагаем анкету с рядом вопросов. Здесь не может быть «правильных» или «неправильных» ответов. Каждый должен выбрать ответ наиболее подходящий для себя. Вопросы состоят из двух частей, разделенных словом «или». Читая вопросы, выбирай ту часть, которая подходит тебе больше. В листке для ответов против каждого номера вопроса имеется два квадратика, соответствующие левой части вопроса (все, что находится до слова «или») и правой (все, что находится после слова «или»). Поставь крестик (х) в квадратике, который соответствует той части вопроса, которую ты выбрал. В некоторых вопросах может не быть формулировок, подходящих для тебя точно (или бывает «и так, и так»). Тогда отмечай ту, которая подходит тебе больше (или как чаще бывает). Если вопрос вызывает затруднение, обращай за помощью к психологу. Не надо думать подолгу над одним вопросом. Отметил один и сразу же переходи к следующему. Есть вопросы, имеющие три варианта ответов (№ 11, 15, 19, 23, 27). Просмотри все варианты и выбери один из них. Не разрешается пропускать вопросы, а также давать больше одного ответа на вопрос».

Индивидуальное тестирование проводится подобно групповому. После того, как ребенок проинструктирован, ему надо предоставить самостоятельность, оказывая помощь при необходимости. Для детей младшего школьного возраста, испытывающих трудности при чтении, экспериментатор должен зачитывать каждый вопрос, отмечая ответы ребенка в опросном листе. Следует подчеркнуть, что проведение индивидуального тестирования с активным участием экспериментатора, позволяет собрать более обширную информацию о личности исследуемого школьника. Задавая вопросы, исследователь может попросить у испытуемого объяснения, почему он отвечает так, а не иначе, выявить наиболее значимые для него жизненные сферы и отношения, следить за его эмоциональными, поведенческими и речевыми проявлениями во время обследования. Полученная дополнительная информация обогащает представление об обследуемом ребенке.

Интерпретация результатов теста

1. Фактор А

А- / 1-3 стена	А+ / 8-10 стенов
Замкнутый, недоверчивый, обособленный, равнодушный	Открытый, доброжелательный, общительный, участливый

Высокая оценка характеризует ребенка как эмоционально-теплого, общительного, веселого. Ребенок с низкой оценкой по этому фактору отличается недоверчивостью, чрезмерной обидчивостью, отсутствием интуиции в межличностных отношениях, в его поведении часто наблюдаются негативизм, упрямство, эгоцентризм. Дети с высокими оценками по фактору лучше приспособлены социально, девочки в среднем имеют более высокие показатели по сравнению с мальчиками.

2. Фактор В

В- / 1-3 стена	В+ / 8-10 стенов
Низкая степень сформированности интеллектуальных функций, преобладают	Высокая степень сформированности интеллектуальных функций, достаточно развиты

конкретные формы мышления, объем знаний невелик	абстрактные формы мышления, большой объем знаний
---	--

Высокие оценки по данному фактору отражают хороший уровень развития вербального интеллекта, таких его функций, как обобщение, выделение частного из общего, овладение логическими и математическими операциями, легкость усвоения новых знаний. Ребенок с низкими оценками выполняет предложенные задания, используя лишь конкретно-ситуационные признаки, примитивно подходит к решению своих проблем. У этих детей часто отмечается плохое внимание, утомляемость. По этому фактору прослеживаются четкие различия между успевающими и неуспевающими школьниками, дети старшей возрастной группы имеют более высокие оценки.

3. Фактор С

С- / 1-3 стена	С+ / 8-10 стенов
Неуверенный в себе, легко ранимый, неустойчивый	Уверенный в себе, спокойный, стабильный

Высокие значения фактора отражают уверенность в себе и, соответственно, спокойствие, стабильность, лучшую подготовленность к успешному выполнению школьных требований. Низкие значения регистрируются у детей, которые остро реагируют на неудачи, оценивают себя как менее способных по сравнению со сверстниками, обнаруживают неустойчивость настроения, плохо контролируют свои эмоции, испытывают трудности в приспособлении к новым условиям. На отрицательном полюсе группируются дети и с неблагополучием в учебной деятельности.

4. Фактор D

D- / 1-3 стена	D+ / 8-10 стенов
Неторопливый, сдержанный, флегматичный	Нетерпеливый, реактивный, легко возбудимый

Дети с высокой оценкой по этому фактору обнаруживают повышенную возбудимость или сверхреактивность на слабые провоцирующие стимулы, чрезвычайная активность у них порой сочетается с самонадеянностью. Для них характерно моторное беспокойство, отвлекаемость, недостаточная концентрация внимания. Формирование этого качества связано как с особенностями темперамента, так и с условиями воспитания. Низкая оценка по этому фактору трактуется как эмоциональная уравновешенность, сдержанность. Мальчики имеют в среднем более высокие значения по сравнению с девочками.

5. Фактор E

E- / 1-3 стена	E+ / 8-10 стенов
Послушный, зависимый, уступчивый	Доминирующий, независимый, напористый

Высокие оценки регистрируются у тех, кто имеет выраженную склонность к самоутверждению, противопоставлению себя как детям, так и взрослым, и отличается стремлением к лидерству и доминированию. Проявление этого свойства у детей нередко сопровождается поведенческими проблемами, наличием агрессии; лидерские тенденции часто не находят реального воплощения, т.к. многим формам социального взаимодействия им еще предстоит обучиться. У детей проявление этого фактора нередко выражается в виде «разговорчивости». При низких оценках ребенок демонстрирует зависимость от взрослых и других детей, легко им подчиняется. Значение этого фактора достоверно выше у школьников старшей возрастной группы.

6. Фактор F

F- / 1-3 стена	F+ / 8-10 стенов
Благоразумный, рассудительный, осторожный, серьезный	Склонный к риску, беспечный, храбрый, веселый

Дети, имеющие высокую оценку по этому фактору, отличаются энергичностью, активностью, отсутствием страха в ситуации повышенного риска; им, как правило, присущи переоценка своих возможностей и чрезмерный оптимизм. Значения фактора F не меняются в рассматриваемом возрастном диапазоне и отражают половые различия: мальчики по сравнению с девочками показывают более высокие оценки.

7. Фактор G

G- / 1-3 стена	G+ / 8-10 стенов
Недобросовестный, пренебрегающий обязанностями, безответственный	Добросовестный, исполнительный, ответственный

Эта шкала отражает то, как ребенок воспринимает и выполняет правила и нормы поведения, предъявляемые взрослыми. Низкие качества имеют дети, пренебрегающие своими обязанностями, не заслуживающие доверия, часто конфликтующие с родителями и учителями. У них отмечается непостоянство, несобранность, отсутствие стойкой мотивации. На положительном полюсе концентрируются школьники с высоким чувством ответственности, целеустремленные, добросовестные, аккуратные. Более высокие значения по этому фактору у детей младшей группы, девочки превосходят мальчиков.

8. Фактор H

H- / 1-3 стена	H+ / 8-10 стенов
Робкий, застенчивый, чувствительный к угрозе	Социально-смелый, непринужденный, решительный

Этот фактор у детей отражает особенности взаимоотношений ребенка с взрослыми (родителями и учителями). Ребенок с высоким значением по фактору H непринужден и смел в общении, легко вступает в контакт со взрослыми, дети с низким значением фактора проявляют застенчивость и робость.

9. Фактор I

I- / 1-3 стена	I+ / 8-10 стенов
Реалистичный, практичный, полагающийся на себя	Чувствительный, нежный, зависимый от других

Положительный полюс отражает эмоциональную сензитивность, богатое воображение, эстетические наклонности, «женственную» мягкость и зависимость, отрицательный – реалистический подход в решении ситуации, практицизм, мужественную независимость. Наблюдения показывают, что ребенок с высокой оценкой по этому фактору мягкий, сентиментальный, доверчивый, нуждающийся в поддержке, в большой степени подверженный влияниям внешней среды. У девочек значения достоверно выше, чем у мальчиков.

10. Фактор О

О- / 1-3 стена	О+ / 8-10 стенов
Безмятежный, спокойный, оптимистичный	Тревожный, озабоченный, полный мрачных опасений

Ребенок, имеющий высокую оценку по данному фактору, полон предчувствия неудач, легко выводится из душевного равновесия, часто имеет пониженное настроение, в то время как ребенок с низкой оценкой спокоен, редко расстраивается. Рассматриваемое свойство личности является основой возникновения невротичности. Высокий балл может быть показателем тревоги или депрессии в зависимости от ситуации.

11. Фактор Q3

Q3- / 1-3 стена	Q3+ / 8-10 стенов
Низкий самоконтроль, плохое понимание социальных нормативов	Высокий самоконтроль, хорошее понимание социальных нормативов

Высокое индивидуальное Q3 может быть расценено как лучшая социальная приспособленность, более успешное овладение требованиями окружающей жизни. Низкий Q3 выделяет того, кто не умеет контролировать свое поведение в отношении социальных нормативов, плохо организован.

12. Фактор Q4

Q4- / 1-3 стена	Q4+ / 8-10 стенов
Расслабленный, спокойный, невозмутимый	Напряженный, раздражительный, фрустрированный

Ребенок с высоким значением этого фактора отличается избытком побуждений, которые не находят практической разрядки в процессе деятельности. В его поведении преобладает нервное напряжение. Нередко высокий Q4 отмечается у школьников с низкой успеваемостью, имеющих достаточно хорошие интеллектуальные способности. Ребенок с низкой оценкой спокоен и невозмутим.

Текст методики

Для мальчиков. Часть I

1. Ты быстро справляешься со своими домашними заданиями *или* ты их выполняешь долго
2. Если над тобой подшутили, ты немного сердишься *или* смеешься
3. Ты думаешь, что почти все можешь сделать как надо *или* ты можешь справиться только с некоторыми заданиями
4. Ты часто делаешь ошибки *или* ты их почти не делаешь
5. У тебя много друзей *или* не очень много
6. Другие мальчики умеют больше, чем ты *или* ты можешь столько же
7. Всегда ли ты хорошо запоминаешь имена людей *или* случается, что ты их забываешь
8. Ты много читаешь *или* большинство ребят читает больше
9. Когда учитель выбирает другого мальчика для работы, которую ты сам хотел сделать, тебе становится обидно *или* ты быстро об этом забываешь
10. Ты считаешь, что твои выдумки, предложения, идеи хорошие и правильные *или* ты не уверен в этом
11. Какое слово будет противоположным по значению к слову «собирать»
«раздавать» или «накапливать» или «беречь»

12. Ты обычно молчаливый *или* много говоришь
13. Если мама на тебя сердится, это иногда бывает ее ошибкой *или* у тебя ощущение, что ты сделал что-то неправильно
14. Тебе понравилось бы больше заниматься с книгами в библиотеке *или* быть капитаном дальнего плавания
15. Какая из следующих букв отличается от двух других?
«с» или «т» или «у»
16. Ты можешь вечером долго сидеть спокойно *или* начинаешь ерзать
17. Если ребята беседуют о каком-то месте, которое и ты хорошо знаешь, ты тоже начинаешь рассказывать о нем что-нибудь *или* ты ждешь, когда они кончат
18. Ты смог бы стать космонавтом *или* ты думаешь, что это слишком сложно
19. Дан цифровой ряд: 2, 4, 8,... Какая следующая цифра в этом ряду?
10 или 16 или 12
20. Твоя мама говорит, что ты слишком живой и беспокойный *или* ты тихий и спокойный
21. Ты охотнее слушаешь, как рассказывает кто-то из ребят *или* тебе больше нравится рассказывать самому
22. В свободное время ты лучше почитал бы книгу *или* поиграл в мяч
23. Дана группа слов: «холодный», «горячий», «мокрый», «теплый». Одно слово не подходит по смыслу к остальным. Какое?
«мокрый» или «холодный» или «теплый»
24. Ты всегда осторожен в своих движениях *или* бывает, когда ты бегаешь, то задеваешь за предметы
25. Ты тревожишься, что тебя могут наказать *или* тебя это никогда не волнует
26. Тебе больше понравилось бы строить дома, когда ты вырастешь *или* быть летчиком
27. Когда Коле было столько же лет, сколько Наташе сейчас, Аня была старше его. Кто моложе всех?
Коля или Аня или Наташа
28. Учитель часто делает тебе замечания на уроках *или* он считает, что ты ведешь себя так, как надо
29. Когда твои друзья спорят о чем-то, ты вмешиваешься в их спор *или* молчишь
30. Ты можешь заниматься, когда другие в классе разговаривают, смеются *или* когда ты занимаешься, должна быть тишина
31. Ты слушаешь «новости» по телевизору *или* ты идешь играть, когда они начинаются
32. Тебя обижают взрослые *или* они тебя хорошо понимают
33. Ты спокойно переходишь улицу, где большое движение транспорта *или* ты немного волнуешься
34. С тобой случаются большие неприятности *или* мелкие, незначительные
35. Если ты знаешь вопрос, ты сразу же поднимаешь руку *или* ждешь, когда тебя вызовут, не поднимая руки
36. Когда в класс приходит новичок, ты с ним познакомишься так же быстро, как и остальные ребята *или* тебе надо больше времени
37. Охотнее ты стал бы водителем какого-нибудь транспорта (автобуса, троллейбуса, такси) *или* врачом
38. Ты часто огорчаешься, когда что-то не сбывается *или* редко
39. Когда кто-то из детей просит помочь им на контрольной, ты говоришь, чтобы он сам все решал *или* помогаешь, если не видит учитель
40. В твоём присутствии взрослые разговаривают между собой *или* они частенько слушают тебя
41. Если ты слышишь грустную историю, слезу могут навернуться на твои глаза *или* этого не бывает
42. Большинство твоих планов тебе удастся осуществить *или* порой получается не так, как ты задумал
43. Когда мама зовет тебя домой, ты продолжаешь играть еще немного *или* идешь сразу же
44. Можешь ли ты свободно встать в классе и что-то рассказать. *или* ты робеешь, смущаешься
45. Понравилось бы тебе оставаться с маленькими детьми *или* тебе не понравилось бы оставаться с

ними

46. Бывает так, что тебе одиноко и грустно *или* такого с тобой не бывает
47. Уроки дома ты делаешь в разное время дня *или* в одно и то же время дня
48. Хорошо ли тебе живется *или* не совсем хорошо
49. С большим удовольствием ты отправился бы за город, полюбоваться красивой природой *или* на выставку современных машин
50. Если тебе делают замечания, ругают, ты сохраняешь спокойствие и хорошее настроение *или* ты сильно расстраиваешься
51. Скорее тебе понравилось бы работать на кондитерской фабрике *или* быть учителем
52. Когда ребята в классе шумят, ты всегда сидишь тихо *или* ты шумишь вместе с ними
53. Если тебя толкают в автобусе, ты считаешь, что ничего особенного не произошло *или* тебя это сердит
54. Случалось тебе делать что-то такое, чего не следовало делать *или* такого не случалось с тобой
55. Ты предпочитаешь друзей, которые любят побаловаться, побегать, пошалить *или* тебе нравятся более серьезные
56. Ты испытываешь беспокойство, раздражение, когда приходится сидеть тихо и ждать, пока что-то начнется *или* тебе не доставляет никакого труда долгое ожидание
57. Охотнее ты сейчас бы ходил в школу *или* поехал путешествовать в автомобиле
58. Бывает иногда, что ты злишься на всех *или* ты всегда доволен всеми
59. Какой учитель тебе понравился бы больше: мягкий, снисходительный *или* строгий
60. Дома ты ешь все, что тебе предлагают *или* ты протестуешь, когда дают пищу, которую ты не любишь

Для мальчиков. Часть II

1. К тебе хорошо относятся почти все *или* только некоторые люди
2. Когда ты утром просыпаешься, ты сначала сонный и вялый *или* тебе сразу хочется повеселиться
3. Ты заканчиваешь свою работу быстрее, чем другие *или* тебе надо немного больше времени
4. Бываешь ли ты иногда неуверен в себе *или* ты уверен в себе
5. Ты всегда радуешься, когда видишь своих школьных друзей *или* иногда тебе не хочется никого видеть
6. Говорит ли тебе мама, что ты медлителен *или* ты делаешь все быстро
7. Другим детям нравится то, что ты предлагаешь *или* им не всегда это нравится
8. В школе ты выполняешь все точно так, как требуют *или* твои одноклассники выполняют требования учителя более точно
9. Думаешь ли ты, что дети стараются перехитрить тебя *или* они относятся к тебе по-дружески
10. Ты делаешь все всегда хорошо *или* бывают дни, когда у тебя ничего не получается
11. Больше всего общего с «льдом», «паром», «снегом» имеют «вода» или «буря» или «зима»
12. Ты сидишь во время урока спокойно *или* любишь повертеться
13. Ты возражаешь иногда своей маме *или* ты ее побаиваешься
14. Тебе больше нравится кататься на лыжах в парке, в лесу *или* кататься на лыжах с высоких гор
15. «ходить» так относится к слову «бегать», как «медленно» к слову «верхом» или «ползком» или «быстро»
16. Ты считаешь, что ты всегда вежлив *или* бываешь надоедлив
17. Говорят ли, что с тобой трудно договориться (ты любишь настаивать на своем) *или* с тобой легко иметь дело
18. Менялся ли ты с кем-нибудь из ребят своими вещами (карандашом, линейкой, ручкой) *или* ты этого никогда не делал
19. Дан цифровой ряд: 7, 5, 3... Какая следующая цифра в этом ряду?
2 или 1 или 9

20. Хочется ли тебе быть иногда непослушным *или* у тебя никогда нет такого желания
21. Твоя мама делает все лучше, чем ты *или* часто твоё предложение бывает лучше
22. Если бы ты был диким животным, ты охотнее стал быстрой лошастью *или* львом
23. Дана группа слов «некоторые», «все», «часто», «никто». Одно слово не подходит к остальным. Какое?
- «часто» или «никто» или «все»
24. Когда тебе сообщают приятную новость, ты радуешься спокойно *или* тебе от радости хочется прыгать
25. Если кто-то к тебе относится не очень хорошо, ты прощаешь ему это *или* ты относишься к нему так же
26. Что тебе больше понравилось бы в бассейне: плавать *или* нырять с вышки
27. Вова моложе Пети, Сережа моложе Вовы. Кто самый старший?
- Сережа или Вова или Петя
28. Учитель иногда говорит, что ты недостаточно внимателен и допускаешь много помарок в тетради *или* он этого почти никогда не говорит
29. В спорах ты во что бы то ни стало стремишься доказать, что ты хочешь *или* спокойно можешь уступить
30. Ты лучше послушал бы историю о войне *или* о жизни животных
31. Ты всегда помогаешь новым ученикам, которые пришли к вам в класс *или* обычно это делают другие
32. Ты долго помнишь о своих неприятностях *или* ты быстро о них забываешь
33. В игре ты с большим удовольствием изображал бы пилота сверхзвукового самолета *или* известного писателя
34. Если мама тебя отругала, ты становишься грустным *или* настроение у тебя почти не портится
35. Ты всегда собираешь свой портфель с вечера *или* бывает, что делаешь это утром
36. Хвалит ли тебя учитель *или* он о тебе мало говорит
37. Можешь ли ты прикоснуться к пауку *или* паук тебе неприятен
38. Часто ли ты обижаешься *или* это случается очень редко
39. Когда родители говорят, что тебе пора спать, ты сразу же идёшь *или* ещё немного продолжаешь заниматься своим делом
40. Ты смущаешься, когда приходится разговаривать с незнакомым человеком *или* ты совсем не смущаешься
41. Ты скорее стал бы художником *или* охотником
42. У тебя все удачно выходит *или* бывают неудачи
43. Если ты не понял условие задачи, ты обращаешься к товарищу *или* к учителю
44. Можешь ли ты рассказывать смешные истории так, чтобы все смеялись *или* ты находишь, что это не очень легко делать
45. После урока тебе хочется некоторое время побыть около учителя *или* тебе хочется сразу же идти гулять в коридор
46. Иногда ты сидишь без дела и чувствуешь себя плохо *или* такого с тобой не бывает
47. По пути из школы ты останавливаешься поиграть *или* после школы ты идёшь сразу домой
48. Всегда ли твои родители выслушивают тебя *или* они часто сильно заняты
49. Когда ты не можешь выйти из дома, тебе грустно *или* тебе это безразлично
50. У тебя мало затруднений *или* много
51. В свободное время ты лучше пошел бы в кино *или* сажать деревья во дворе
52. Ты охотнее расскажешь маме о своих школьных делах *или* о прогулке, экскурсии
53. Если друзья берут твои вещи без спроса, ты считаешь, что в этом нет ничего особенного *или* ты сердишься на них
54. При неожиданном звуке тебе случалось вздрогнуть *или* ты просто оглядываешься
55. Тебе больше нравится, когда вы с ребятами рассказываете что-то друг другу *или* тебе больше нравится играть с ними

56. Повышаешь ли ты голос в разговоре, когда сильно взволнован *или* ты всегда разговариваешь спокойно
57. Охотнее ты пошел бы на урок *или* посмотрел бы встречу по футболу
58. Если ты слушаешь радио или смотришь телевизор, мешают тебе посторонние разговоры *или* ты их не замечаешь
59. Бывает ли тебе трудно в школе *или* тебе легко в школе
60. Если тебя дома чем-то разозлили, ты спокойно выходишь из комнаты *или* выходя из комнаты, ты можешь хлопнуть дверью

Для девочек. Часть I

1. Ты быстро справляешься со своими домашними заданиями *или* ты их выполняешь долго
2. Если над тобой подшутили, ты немного сердишься *или* смеешься
3. Ты думаешь, что почти все можешь сделать как надо *или* ты можешь справиться только с некоторыми заданиями
4. Ты часто делаешь ошибки *или* ты их почти не делаешь
5. У тебя много друзей *или* не очень много
6. Другие девочки умеют больше, чем ты *или* ты можешь столько же
7. Всегда ли ты хорошо запоминаешь имена людей *или* случается, что ты их забываешь
8. Ты много читаешь *или* большинство ребят читает больше.
9. Когда учитель выбирает другую девочку для работы, которую ты сама хотела сделать, тебе становится обидно *или* ты быстро об этом забываешь
10. Ты считаешь, что твои выдумки, предложения, идеи хорошие и правильные *или* ты не уверена в этом
11. Какое слово будет противоположным по значению к слову «собирать»? «раздавать» или «накапливать» или «беречь»
12. Ты обычно молчаливая *или* много говоришь
13. Если мама на тебя сердится, это иногда бывает ее ошибкой *или* у тебя ощущение, что ты сделала что-то неправильно
14. Тебе понравилось бы больше заниматься с книгами в библиотеке *или* быть капитаном дальнего плавания
15. Какая из следующих букв отличается от двух других? «с» или «т» или «у»
16. Ты можешь вечером долго сидеть спокойно *или* начинаешь ерзать
17. Если девочки беседуют о каком-то месте, которое и ты хорошо знаешь, ты тоже начинаешь рассказывать о нем что-нибудь *или* ты ждешь, когда они кончат
18. Ты смогла бы стать космонавтом *или* ты думаешь, что это слишком сложно
19. Дан цифровой ряд: 2, 4, 8,... Какая следующая цифра в этом ряду?
10 или 16 или 12
20. Твоя мама говорит, что ты слишком живая и беспокойная *или* ты тихая и спокойная
21. Ты охотнее слушаешь, как рассказывает кто-то из ребят *или* тебе больше нравится рассказывать самой
22. В свободное время ты лучше почитала бы книгу *или* поиграла в мяч
23. Дана группа слов: «холодный», «горячий», «мокрый», «теплый». Одно слово не подходит по смыслу к остальным. Какое?
«мокрый» или «холодный» или «теплый»
24. Ты всегда осторожна в своих движениях *или* бывает, когда ты бегаешь, то задеваешь за предметы
25. Ты тревожишься, что тебя могут наказать *или* тебя это никогда не волнует
26. Тебе больше понравилось бы строить дома, когда ты вырастешь *или* летать (быть пилотом, стюардессой)

27. Когда Коле было столько же лет, сколько Наташе сейчас, Аня была старше его. Кто моложе всех? Коля или Аня или Наташа
28. Учитель часто делает тебе замечания на уроках *или* он считает, что ты ведешь себя так, как надо
29. Когда твои друзья спорят о чем-то, ты вмешиваешься в их спор *или* молчишь
30. Ты можешь заниматься, когда другие в классе разговаривают, смеются *или* когда ты занимаешься, должна быть тишина
31. Ты слушаешь «новости» по телевизору *или* ты идешь играть, когда они начинаются
32. Тебя обижают взрослые *или* они тебя хорошо понимают
33. Ты спокойно переходишь улицу, где большое движение транспорта *или* ты немного волнуешься
34. С тобой случаются большие неприятности *или* мелкие, незначительные
35. Если ты знаешь вопрос, ты сразу же поднимаешь руку *или* ждешь, когда тебя вызовут, не поднимая руки
36. Когда в класс приходит новенькая, ты с ней знакомишься та же быстро, как и остальные ребята *или* тебе надо больше времени
37. Охотнее ты стала бы водителем какого-нибудь транспорта (автобуса, троллейбуса, такси) *или* врачом
38. Ты часто огорчаешься, когда что-то не сбывается *или* редко
39. Когда кто-то из детей просит помочь им на контрольной, ты говоришь, чтобы он сам все решал *или* помогаешь, если не видит учитель
40. В твоем присутствии взрослые разговаривают между собой *или* они частенько слушают тебя
41. Если ты слышишь грустную историю, слезу могут навернуться на твои глаза *или* этого не бывает
42. Большинство твоих планов тебе удастся осуществить *или* порой получается не так, как ты задумала
43. Когда мама зовет тебя домой, ты продолжаешь играть еще немного *или* идешь сразу же
44. Можешь ли ты свободно встать в классе и что-то рассказать *или* ты робеешь, смущаешься
45. Понравилось бы тебе оставаться с маленькими детьми *или* тебе не понравилось бы оставаться с ними
46. Бывает так, что тебе одиноко и грустно *или* такого с тобой не бывает
47. Уроки дома ты делаешь в разное время дня *или* в одно и то же время дня
48. Хорошо ли тебе живется *или* не совсем хорошо
49. С большим удовольствием ты отправилась бы за город, полюбоваться красивой природой *или* на выставку новых товаров
50. Если тебе делают замечания, ругают, ты сохраняешь спокойствие и хорошее настроение *или* ты сильно расстраиваешься
51. Скорее тебе понравилось бы работать на кондитерской фабрике *или* быть учительницей
52. Когда ребята в классе шумят, ты всегда сидишь тихо *или* ты шумишь вместе с ними
53. Если тебя толкают в автобусе, ты считаешь, что ничего особенного не произошло *или* тебя это сердит
54. Случалось тебе делать что-то такое, чего не следовало делать *или* такого не случалось с тобой
55. Ты предпочитаешь друзей, которые любят побаловаться, побегать, пошалить *или* тебе нравятся более серьезные
56. Ты испытываешь беспокойство, раздражение, когда приходится сидеть тихо и ждать, пока что-то начнется *или* тебе не доставляет никакого труда долгое ожидание
57. Охотнее ты сейчас бы ходила в школу *или* поехала путешествовать в автомобиле
58. Бывает иногда, что ты злишься на всех *или* ты всегда довольна всеми
59. Какой учитель тебе понравился бы больше: мягкий, снисходительный *или* строгий
60. Дома ты ешь все, что тебе предлагают *или* ты протестуешь, когда дают пищу, которую ты не любишь

Для девочек. Часть II

1. К тебе хорошо относятся почти все *или* только некоторые люди
2. Когда ты утром просыпаешься, ты сначала сонная и вялая *или* тебе сразу хочется повеселиться
3. Ты заканчиваешь свою работу быстрее, чем другие *или* тебе надо немного больше времени
4. бываешь ли ты иногда не уверена в себе *или* ты уверена в себе
5. Ты всегда радуешься, когда видишь своих школьных друзей *или* иногда тебе не хочется никого видеть
6. Говорит ли тебе мама, что ты медлительна *или* ты делаешь все быстро
7. Другим детям нравится то, что ты предлагаешь *или* им не всегда это нравится
8. В школе ты выполняешь все точно так, как требуют *или* твои одноклассники выполняют требования учителя более точно
9. Думаешь ли ты, что дети стараются перехитрить тебя *или* они относятся к тебе по-дружески
10. Ты делаешь все всегда хорошо *или* бывают дни, когда у тебя ничего не получается
11. Больше всего общего с «льдом», «паром», «снегом» имеют «вода» *или* «буря» *или* «зима»
12. Ты сидишь во время урока спокойно *или* любишь повертеться
13. Ты возражаешь иногда своей маме *или* ты ее побаиваешься
14. Тебе больше нравится кататься на лыжах в парке, в лесу *или* кататься на лыжах с высоких гор
15. «ходить» так относится к слову «бегать», как «медленно» к слову «верхом» *или* «ползком» *или* «быстро»
16. Ты считаешь, что ты всегда вежлива *или* бываешь надоедливой
17. Говорят ли, что с тобой трудно договориться (ты любишь настаивать на своем) *или* с тобой легко иметь дело
18. Менялась ли ты с кем-нибудь из ребят своими вещами (карандашом, линейкой, ручкой) *или* ты этого никогда не делала
19. Дан цифровой ряд: 7, 5, 3,... Какая следующая цифра в этом ряду?
2 или 1 или 9
20. Хочется ли тебе быть иногда непослушной *или* у тебя никогда нет такого желания
21. Твоя мама делает все лучше, чем ты *или* часто твоё предложение бывает лучше
22. Если бы ты была диким животным, ты охотнее стала быстрой лошадей *или* тигрицей
23. Дана группа слов: «некоторые», «все», «часто», «никто». Одно слово не подходит к остальным. Какое?
«часто» *или* «никто» *или* «все»
24. Когда тебе сообщают приятную новость, ты радуешься спокойно *или* тебе от радости хочется прыгать
25. Если кто-то к тебе относится не очень хорошо, ты прощаешь ему это *или* ты относишься к нему так же
26. Что тебе больше понравилось бы в бассейне: плавать *или* нырять с вышки
27. Вова моложе Пети, Сережа моложе Вовы. Кто самый старший?
Сережа *или* Вова *или* Петя
28. Учитель иногда говорит, что ты недостаточно внимательна и допускаешь много помарок в тетради *или* он этого почти никогда не говорит
29. В спорах ты во что бы то ни стало стремишься доказать то, что ты хочешь *или* спокойно можешь уступить
30. Ты лучше послушала бы историю о войне *или* о жизни животных
31. Ты всегда помогаешь новым ученикам, которые прилита к вам в класс *или* обычно это делают другие
32. Ты долго помнишь о своих неприятностях *или* ты быстро о них забываешь
33. Тебе бы больше понравилось уметь хорошо шить наряды *или* быть балериной
34. Если мама тебя отругала, ты становишься грустной *или* настроение у тебя почти не портится

35. Ты всегда собираешь свой портфель с вечера *или* бывает, что делаешь это утром
36. Хвалит ли тебя учитель *или* он о тебе мало говорит
37. Можешь ли ты прикоснуться к пауку *или* паук тебе неприятен
38. Часто ли ты обижаешься *или* это случается очень редко
39. Когда родители говорят, что тебе пора спать, ты сразу же идешь *или* еще немного продолжаешь заниматься своим делом
40. Ты смущаешься, когда приходится разговаривать с незнакомым человеком *или* ты совсем не смущаешься
41. Ты скорее стала бы художником *или* хорошим парикмахером
42. У тебя все удачно выходит *или* бывают неудачи
43. Если ты не поняла условие задачи, ты обращаешься к кому-либо из ребят *или* к учителю
44. Можешь ли ты рассказывать смешные истории так, чтобы все смеялись *или* ты находишь, что это не очень легко делать
45. После урока тебе хочется некоторое время побыть около учителя *или* тебе хочется сразу же идти гулять в коридор
46. Иногда ты сидишь без дела и чувствуешь себя плохо *или* такого с тобой не бывает
47. По пути из школы ты останавливаешься поиграть *или* после школы ты идешь сразу домой
48. Всегда ли твои родители выслушивают тебя *или* они часто сильно заняты
49. Когда ты не можешь выйти из дома, тебе грустно *или* тебе это безразлично
50. У тебя мало затруднений *или* много
51. В свободное время ты лучше пошла бы в кино *или* сажать цветы и деревья во дворе
52. Ты охотнее расскажешь маме о своих школьных делах *или* о прогулке, экскурсии
53. Если друзья берут твои вещи без спроса, ты считаешь, что в этом нет ничего особенного *или* ты сердишься на них
54. При неожиданном звуке тебе случалось вздрогнуть *или* ты просто оглядываешься
55. Тебе больше нравится, когда вы с девочками рассказываете что-то друг другу *или* тебе больше нравится играть с ними
56. Повышаешь ли ты голос в разговоре, когда сильно взволнована *или* ты всегда разговариваешь спокойно
57. Охотнее ты пошла бы на урок *или* посмотрела бы выступление фигуристов
58. Если ты слушаешь радио или смотришь телевизор, мешают тебе посторонние разговоры *или* ты их не замечаешь
59. Бывает ли тебе трудно в школе *или* тебе легко в школе
60. Если тебя дома чем-то разозлили, ты спокойно выходишь из комнаты *или* выходя из комнаты, ты можешь хлопнуть дверью

Обработка результатов теста

Ключ к тесту

Фактор Номера вопросов, типы ответов

A	1a	2b	5a	7a	9b
B	11a	15c	19b	23a	27c
C	3a	4b	6b	8a	10a
D	12b	16b	20a	24b	28a
E	13a	17a	21b	25b	29a
F	14b	18a	22b	26b	30a
G	31a	35a	39a	43b	47b
H	32b	36a	40b	44a	48a
I	33b	37b	41a	45a	49a

О	34a	38a	42b	46a	50b
Q3	51b	52a	55b	57a	59b
Q4	53b	54a	56a	58a	60b

Ключ к первой и второй части теста, а так же для вариантов мальчикам и девочкам – идентичен.

Таблицы для перевода "сырых" баллов в стены

Мальчики 8-10 лет (n = 142)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	X	σ
A	0	1	-2	3	4	5	6	7	8	9	10	6,3 2,2
D	0	-1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	5,6 1,8
C	0	1	2	3	4	-5	6	7	8	9	10	5,4 2,2
D	0	1	2	3	4	-5	6	7	8	9	10	5,3 2,4
E	0	–	1	2	3	4	5	6	7	-8	9-10	4,2 2,1
F	0	-1	2	3	4	5	6	7	–	8	9-10	6,4 1,8
G	0	1	2	3-4	5	6	7	8	9	10	6,0 2,2	
H	0-2	3	4	5	6	7	8	–	9	10	6,1 2,2	
I	–	0	1	2	3	4	5	6	7	8-10	3,8 1,9	
O	–	0	1	2	3	4-5	6	7	8	9-10	3,4 2,1	
Q3	0	1	2	3	4-5	6	7	8	9	10	5,1 2,2	
Q4	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9-10	4,5 2,2	

Девочки 8-10 лет (n = 152)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	X	σ
A	0-1	2-3	4	5	6	7	8	9	–	10	7,0	1,9
D	0-1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	5,9	1,9
C	0	1	2	3-4	5	6	7	8	9	10	5,9	2,2
D	–	0	1	2	3	4	5-6	7-8	9	10	3,8	2,4
E	–	0	1	2	3	4	5	6	7	8-10	3,1	1,9
F	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9-10	4,0	2,0
G	0-1	2	3-4	5	6	7	8	–	9	10	7,2	2,1
H	0-1	2-3	4	5	6	7	8	–	9	10	6,5	2,1
I	0-1	2	3-4	5	,6	7	8	9	–	10	7,0	1,8
O	–	0	1	2	3	4	5	6	7	8-10	3,7	2,1
Q3	0-1	2	3-4	5	6	7	8	9	–	10	6,9	2,1
Q4	–	0	1	2	3	4	5	6-7	8	9-10	3,8	2,2

Мальчики 11-12 лет (n = 141)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	X	σ
A	0	1	2	3	4-5	6	7	8	9	10	5,6	2,5
D	0-2	3	4	5	6	7	8	9	—	10	6,9	1,8
C	0	1	2	3	4-5	6	7	8	9	10	5,2	2,5
D	0	1	2-3	4	5	6	7	8	9	10	5,6	2,4
E	0-1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	5,6	2,1

F	0-1	2-3	4	5	6	7	8	9	–	10	6,6	20
G	0	1	–	2	3	4	5	6-7	8	9-10	4,2	2,1
H	0-1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	5,8	2,3
I	0	–	1	2	3	4	5	6	7	8-10	3,4	1,9
O	–	0	1	2	3	4	5-6	7	8	9-10	3,9	2,5
Q3	–	0	1	2	3	4	5	6	7	8-10	3,6	2,1
Q4	0	1	2	3-4	5	6	7	8	9	10	6,0	2,4

Девочки 11-12 лет (n = 135)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	X	σ
A	0-2	3	4	5	6	7	8	9	–	10	6,3	2,2
D	0-3	4	5	6	7	–	8	9	–	10	7,3	1,8
C	0	1	2	3	4-5	6	7	8	9	10	5,2	2,6
D	0	1	2	3-4	5	6	7	8	9	10	5,1	2,5
E	0-1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	5,0	2,1
F	0-1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	4,8	2,1
G	0	1	2	3	4	5	6-7	8	9	10	5,2	2,2
H	0-1	2	3	4	5-6	7	8	9	–	10	6,3	2,2
I	0-2	3	–	4	5	6	7	8	9	10	6,3	1,8
O	0	1	2	3	4	5	6-7	8	9	10	4,4	1,9
Q3	0	1	2	3	4	5	6-7	8	9	10	4,8	2,4
Q4	0	1	2-3	4	5	6	7	8	9	10	5,8	2,5

б) Для детей в возрасте 12-18 лет применяется подростковый 14-факторный личностный опросник Р. Кеттелла (14PF / HSPQ-1), состоящий из 142 вопросов. Для подросткового варианта методики тоже характерны особенности стандартизации результатов, учитывающие пол и возраст ребенка.

Методика выявляет 14 факторов личности, позволяет адекватно судить о возрастных и половых особенностях школьников.

Инструкция к опроснику

Тебе будет предложен ряд вопросов, каждый из которых имеет три варианта ответа. Твоя задача состоит в том, чтобы из трех предложенных вариантов ответа выбрать один, отражающий твое мнение или являющийся правильным по твоему мнению. Выбранный вариант ответа ("а", "б" или "в") регистрируется напротив соответствующего номера вопроса. Задание выполняется последовательно, с первого до последнего вопроса, ничего не пропуская. Работаем быстро, долго не раздумывая. Всю работу нужно выполнить за 30-40 минут. Не следует слишком часто выбирать промежуточные варианты ответа ("б"). Выбираем такой ответ только тогда, когда совсем не можем ответить иначе. Не нужно стремиться произвести впечатление своими хорошими ответами. Любые ответы нигде обсуждаться не будут.

Интерпретация результатов

Фактор А (шизотимия-аффектомия)

Низкие оценки: сдержанный, обособленный, критичный, холодный, склонен к ригидности, скептицизму, отчужденности. Вещи и идеи привлекают больше, чем люди. Предпочитаем работать в одиночку. Избегает компромиссов. Тверд, негибк, жесток. Точность и ригидность проявляются в действиях и установках. Показатель несколько коррелирует шизоидностью.

Высокие оценки: человек обращен вовне. Легкий в общении, доброжелательный, эмоционально богат. Склонен к сотрудничеству, внимателен к людям, мягкосердечен. Хорошо приспосабливается, присущи гибкие установки, которые легко меняются. Хорошо развито чувство сопереживания. В мышлении присущи реалистичные тенденции. В деятельности предпочитает социально значимые ситуации, которые связаны с людьми. Легко включается в активные группы. В личных отношениях щедр, открыт, не боится критики.

Фактор С (степень эмоциональной устойчивости)

Низкие оценки: чувствительный, эмоционально менее устойчив. Легко расстраивается. Изменчив в поведении, в эмоциях. Избегает требований окружающей действительности. Раздражителен, эмоционально возбудимый, невротически утомленный. Активно реагирует на удовлетворение или неудовлетворение своих потребностей. Требуется немедленного решения проблем, удовлетворения потребностей.

Высокие оценки: эмоционально устойчив. Зрелый тип. Реалистическое отношение к жизни. Невозмутим. Развита способность к соблюдению групповых моральных норм. Может проявляться покорность перед нерешенными проблемами /без отрицательных эмоций от неудовлетворенности/. Гибкое поведение в стрессовых ситуациях. Способен выбирать оптимальный вариант поведения. Не ригиден.

Фактор D (флегматичность-возбудимость)

Низкие оценки: сдержанный, инертный, осторожный, благодушный, стоический, неторопливый. Не склонен к резкости. Легко смущается. Склонен к самоунижению. Спокойный. Очень постоянен в своих интересах, привязанностях. Упорен в достижении цели.

Высокие оценки: возбудимый, нетерпеливый, требовательный, сверхактивный, несдержанный. Привлекающий внимание, позирующий, склонный к ревности. Самоуверенный, эгоцентричный. Легко отвлекается и проявляет много нервных симптомов (беспокойно спит, легко обижается, сердится в возбужденном состоянии в ситуации ограничения).

Фактор E (пассивность-доминантность)

Низкие оценки: уступчив, навязчив в поведении. Зависит от других. Стремится исповедоваться, раскрыться другим. В поведении корректен. Низкие оценки часто встречаются у невротиков.

Высокие оценки: по отношению к другим выступает как руководитель. Но это не коррелирует с истинным лидерством и реальными способностями. Могут быть временными лидерами в экстремальных ситуациях или в неформальных группах. Демократичны. Высокое упорство в борьбе против норм, установок в группе (если что-то не устраивает). Склонны к самоутверждению. Придерживаются своих взглядов, установок. Властны, авторитарны, ожидают самостоятельности от других.

Фактор F (осторожность-легкомыслие)

Низкие оценки: трезвый, осторожный, молчаливый, неторопливый. Осторожность иногда выступает в комплексе с мрачностью и пессимизмом. Впечатлителен, склонен к субдепрессивным состояниям. На них можно положиться, но не эффективны как организаторы. На второстепенных ролях функционируют очень хорошо.

Высокие оценки: безалаберны, импульсивны, живые, веселые, полны энтузиазма, активны, разговорчивы. Часто бывают душой общества. Легко переключаются с одной деятельности на другую.

Склонны к частой перемене мест. Оперативны, свойственна высокая производительность труда. Присущи хорошие организаторские способности. Деятельность может не иметь реального эффекта.

Фактор G (степень принятия моральных норм)

Низкие оценки: неустойчивость в достижении цели, поверхностность. Избегает правил, мало чувствует обязанности. Не прилагает усилий при решении групповых задач, выполнении социально-культурных требований. Эгоисты, работают для себя и на себя. Обычно высокое честолюбие. Свободен от влияния группы. Отказ от подчинения правилам группы может коррелировать с низким уровнем соматических заболеваний. Большая устойчивость при стрессах.

Высокие оценки: сознательны, настойчивы, на них можно положиться. Степенны в поведении, требовательны к себе. Обязательны, настойчивы, руководствуются чувством долга, ответственны, полны планов. Педантичны. Могут возникать конфликты при попадании в другую культуру, в другое общество. Исполнительны. Не любят перемен мест работы. Избегают помощи со стороны окружающих. Довольствуются ресурсами собственной личности. Хорошие руководители. Копаются в мелочах и чувствительны к нарушениям морально-этических норм.

Фактор H (робость, застенчивость - смелость, авантюризм)

Низкие оценки: застенчивы, сдержанны, боязливы, уклончивы, держатся в тени. Проявляются подсознательное чувство вины, собственной неполноценности. Речь замедленна, затрудняется в высказываниях. Избегает профессий с личными контактами. Не склонны поддерживать отношения со всеми, кто их окружает. С трудом включается в общие мероприятия. Избегает яркого своего появления на людях, самовыражения.

Высокие оценки: авантюристичны, социально смелы, не заторможены. Очень живые и непосредственны в эмоциональных реакциях. Может небрежно относиться к деталям. Не реагирует на сигналы опасности. Пробивные. Тенденция заинтересованности к противоположному полу. Фактор коррелирует положительно с лидерством. Обычно академическая успеваемость невысокая. Охотно испытывает новые эмоции, с восторгом бросается в них. В деятельности много времени тратит на разговоры.

Фактор I (реализм – сензитивность)

Низкие оценки: практичны, самодовольны. Способствуют сплочению интеграции группы, реалистичны, мужественны, независимы. Проявляют скептицизм к культурным, социальным аспектам жизни, ко всему, что субъективно. Иногда могут быть безжалостны и жестоки. В группе ориентируются на реальную деятельность, а не на субъективные взаимоотношения. В основном полагаются на себя. Не терпят бессмысленной работы.

Высокие оценки: высокая эмоциональная чувствительность. Обычно не проявляют альтруизма. Выражена тенденция к избеганию ответственности в работе и личных отношениях. Свойственная беспричинная тревога. Фактор коррелирует со шкалой тревожности. Продуктивны в творческой деятельности, обладают артистическими способностями, тонкостью чувств. В жизни - нетерпеливы, непрактичны, слабы, легко поддаются влиянию других, недостаточно самостоятельны, зависимы, капризны, требовательны к вниманию других. Требуют и ждут помощи. Плохо переносят грубость и грубые работы. Замедляют деятельность группы.

Фактор J (уровень неврастеничности)

Низкие оценки: предприимчивы, предпочитают групповые действия. Любят внимание, энергичны. Принимающие общие нормы и оценки. Для них важна совокупность людей.

Высокие оценки: индивидуалисты, внутренне сдержанны, интроспективны. В общем деле не очень эффективны, так как очень привередливы. В своих оценках очень холодны. Обычно, имеют свое мнение, но его не навязывают и часто не сообщают другим. Узкий круг друзей. Не забывают несправедливости. Интеллектуально развиты, думают над своими ошибками, стараясь избежать новых.

Фактор О (самоуверенность - склонность к чувству вины)

Низкие оценки: безмятежны, доверчивы, преобладает спокойное настроение, невозмутимы. Зрелая уверенность в себе и своих близких. Отсутствует чувство угрозы до такой степени, что в личных отношениях или в групповой деятельности может не заметить изменений. Самоуверенны, зачастую вызывают явную неприязнь окружающих.

Высокие оценки: депрессивны, преобладает плохое настроение. Свойственны мрачные предчувствия, размышления, беспокойство, тревожность в трудных ситуациях, субъективное чувство, что его не принимает группа. Неэффективные ораторы.

Фактор О2 (степень групповой зависимости)

Низкие оценки: зависимые, ведомые, идущие на зов, присоединяющиеся. Предпочитают принимать решения вместе с другими людьми. Любят процесс общения. Любят, когда ими восхищаются. Не хватает решительности. Необходима поддержка группы. Близки к конформизму. Проявляется стадное чувство.

Высокие оценки: независимы, склонны идти своим путем, принимать собственные решения, действовать самостоятельно. Не считаются с общественным мнением. Не всегда доминируют. Нельзя сказать, что у них негативное отношение к другим людям, им просто не нужно их одобрение, поддержка. Предпочитают собственное мнение и решение. Плохо работают в группе, говоря, что при работе в группе теряют много времени.

Фактор О3 (степень самоконтроля)

Низкие оценки: низкий волевой контроль. В своем поведении не руководствуется волевым контролем. Не обращает внимания на социальные требования. Низкая интегрированность. Не обращает внимания на социальные требования. Нет цельной личности. Не слишком чувствительны, но импульсивны в своем поведении и, следовательно, подвержены ошибкам. Часто чувствуют себя неприспособленными к жизни.

Высокие оценки: высокий контроль поведения, поведение социально точное, соответствующее образу своего Я. Социально очень чувствительны. Характерно самоуважение, забота о собственной репутации. Устойчивые интересы, формы поведения. Склонны к упрямству. Нечувствительны в области эмоций, необидчивы. Образ Я строят сами, но он почти совпадает с требованиями общества. Волевые, уверены в себе, в группе работают хорошо. Достаточно объективны к окружающим. Часто обладают хорошими ораторскими способностями. Уравновешены, надежны.

Фактор О4 (степень внутреннего напряжения)

Низкие оценки: склонны к удовлетворенности. Расслабленность может привести к лени, к низким достижениям. Обычно снижена мотивация деятельности. Легко адаптируются. Если работа или жизнь требуют высокого напряжения - их деятельность низкоэффективна. Идеальное условие для работы - это постоянный ритм.

Высокие оценки: сверхактивны, возбудимы, беспокойны, нетерпеливы. При групповой работе не очень приятны. Обычно недовольны порядком, руководством. Тип фрустрированный. В эмоциональном

плане - эксплозивны. Очень высоко мотивированы. Низкий порог фрустрации, который связан с высокой возбудимостью. Фактор хорошо коррелирует с высокой успеваемостью.

Текст подросткового варианта опросника

1. Ты полностью понял инструкцию?

а) да б) нет в) не уверен

2. Если бы волшебник превратил тебя в дерево, ты предпочел бы быть:

а) одинокой, величественной сосной на вершине утеса;

б) яблоней во фруктовом саду;

в) не уверен.

3. У тебя больше друзей, чем у некоторых твоих одноклассников?

а) да б) нет в) может быть.

4. Когда ты работаешь, то ты обычно:

а) с трудом заставляешь себя начинать;

б) садишься без и промедления сразу берешься за дело;

в) трудно сказать.

5. Перед экзаменом /или другим волнующим событием/ твой аппетит не хуже, чем обычно?

а) да, не хуже;

б) нет, аппетит хуже;

в) среднее между а) и б)

6. Разговаривая иногда с неприятными тебе людьми, ты взвешиваешь свои слова?

а) да б) нет; в) может быть.

7. Твои родители говорят, что ты обычно:

а) спишь спокойно;

б) ворочаешься или разговариваешь во сне;

в) среднее между а) и б)

8. Тебе кажется, что примерно 10-15 твоих одноклассников после школы устроятся лучше, чем ты:

а) да б) нет в) среднее.

9. Ты согласен, когда тебя выбирают вожакom в какой-нибудь игре?

а) да б) нет в) среднее.

10. Ты обычно считаешь себя:

а) человеком, которому свойственно придумывать что-то новое /например, новые правила игры/;

б) человеком, который постоянно и строго соблюдает установленные правила;

в) трудно сказать.

11. Предпочел бы ты потратить полчаса на чтение книги:

а) про путешествия и открытия;

б) смешной и веселой;

в) трудно сказать.

12. Бывало так, что перед сном тебе в темноте иногда мерещились человеческие лица и фигуры?

а) да б) нет в) не уверен.

13. Такие предметы, как математика / или естественные науки/ нравятся тебе больше, чем литература / или гуманитарные науки/?

а) да б) нет в) не уверен.

14. За что тебе делают замечания?

а) за твою излишнюю активность и общительность;

б) за оторванность от общих дел и необщительность;

в) трудно сказать.

15. Ты испытываешь неловкость, если тебе приходится просить друзей о помощи, в которой ты действительно нуждаешься?

а) да б) нет в) может быть.

16. Ты обычно:

а) в одном и том же устойчивом настроении;

б) то полон сил, то чувствуешь себя измученным;

в) трудно сказать.

17. Чтобы получить удовольствие от спортивного состязания тебе, как правило, нужно болеть за какую-нибудь команду или достаточно с интересом наблюдать за общей игрой?

а) да, обязательно болеть;

б) нет, достаточно наблюдать;

в) трудно сказать.

18. Предпочел бы ты пойти:

а) в музей, где можно увидеть что-то интересное;

б) в многолюдную компанию;

в) трудно сказать.

19. Ты часто меняешь одно увлечение другим?

а) да б) нет в) среднее

20. Когда старшие тебя в чем-либо поправляют, ты можешь слушать их замечания, не перебивая?

а) да б) нет в) среднее.

21. Когда другие вмешиваются в твою работу, бываешь ли ты иногда настолько рассержен, что мог бы оттолкнуть их?

а) да б) нет в) может быть.

22. Если кто-нибудь пользуется вещами без разрешения, то ты обычно:

а) говоришь, что не возражаешь;

б) очень сердишься;

в) трудно сказать.

23. Ты когда-нибудь так, что тебе доверили тайну, а ты по каким-то причинам не смог ее охватить?

а) да б) нет в) может быть.

24. Ты когда-нибудь нарушал правила поведения в школе?

а)да б) нет в) может быть.

25. Если обстоятельства очень тревожные, а тебе во что бы то ни стало необходимо сохранить спокойствие, тебе каждый раз удается это?

а) да б) нет в) может быть.

26. У тебя возникает иногда желание стать другим человеком, не таким какой ты есть?

а) да б) нет в) может быть.

27. Когда тебе объявляют что-то трудное и интересное, то ты:

а) замечаешь, что отвлекаешься и думаешь о чем-то;

б) просто скучаешь и ждешь конца объяснения;

в) среднее между а) и б)

28. Если у тебя /когда-нибудь/ что-то не получается, то ты:

а) ищешь кого-нибудь, кто бы мог тебе помочь;

б) стараешься любой ценой справиться сам;

в) трудно сказать.

29. Ты уверен, что действительно взвешиваешь свои слова, а не говоришь поспешно и необдуманно, как некоторые?

а) да б) нет в) может быть.

30. Какие люди больше тебе нравятся:

- а) те, которые до некоторой степени веселые и очень несдержанные;
- б) рассудительные, сдержанные, замкнутые;
- в) среднее между а) и б)

31. Ты согласишься подойти к новому ученику, чтобы познакомиться с ним и познакомить его с другими?

- а) да б) нет в) может быть.

32. Как, по-твоему, твоя жизнь веселее, чем жизнь других членов твоей семьи и твоих друзей?

- а) да б) нет в) может быть.

33. Бывает, что ты нередко испытываешь тревогу, оглядываясь на прошлый день?

- а) да б) нет в) может быть.

34. Невзирая на опасность, ты хотел бы поохотиться на тигра?

- а) да б) нет в) может быть.

35. Если ты взялся за книгу, которую тебе обязательно нужно прочитать, обнаружишь, что она скучная, то ты обычно:

- а) редко дочитываешь ее до конца;
- б) обычно все-таки дочитываешь ее до конца;
- в) трудно сказать.

36. Ты расстраиваешься из-за того, что люди называют тебя беспечным или невнимательным?

- а) да б) нет в) иногда.

37. Как тебе кажется, многие ли из твоих одноклассников считают тебя своим близким другом?

- а) да б) нет в) не уверен.

38. При оживленном споре с друзьями ты часто не высказываешь свое мнение, если даже считаешь, что оно лучше мнения других.

- а) да б) нет в) может быть.

39. Принимая решения, ты стараешься учесть все до мельчайшей детали:

- а) да б) нет в) может быть.

40. Ты можешь работать, не отрываясь, даже когда кругом шум и суета?

- а) да б) нет в) может быть.

41. Тебе часто хочется делать противоположное тому, что от тебя требуют:

а) да б) нет в) может быть.

42. Ты обижаешься на друзей, если они посмеиваются над твоими маленькими странностями или непохожестью на других, особенно если дело касается твоей одежды:

а) да б) нет в) иногда.

43. Ты все ешь, что тебе дают:

а) да б) нет в) трудно сказать.

44. Ты иногда любишь похвастаться:

а) да б) нет в) может быть.

45. Если ты строишь какие-то планы, ты всегда совершенно уверен, что все, что ты задумал, пройдет удачно:

а) да б) нет в) может быть.

46. Если кто-то сердится и кричит на тебя по пустяку, то ты:

а) обычно остаешься спокойным;

б) нередко выходишь из себя и отвечаешь ему тем же;

в) трудно сказать.

47. Перед каким-то волнующим событием ты:

а) заранее переживаешь это событие, напряжен и очень нервничаешь;

б) остаешься обычно спокойным;

в) среднее между а) и б)

48. Если все у тебя складывается как нельзя лучше, то есть удачно, то ты:

а) чувствуешь себя счастливым, но внешне остаешься спокойным;

б) готов буквально кричать от радости;

в) среднее между а) и б)

49. Ты предпочитаешь провести вечер:

а) в шумной компании;

б) остаться одному, чтобы заняться каким-нибудь своим любимым делом;

в) среднее между а) и б)

50. Тебе нравятся совершать отчаянные поступки и удивлять ими людей?

а) да б) нет в) иногда.

51. Ты обычно терпелив в общении с людьми, которые говорят очень быстро или очень медленно:

а) да б) нет в) иногда.

52. Если бы тебе все-таки пришлось работать в школе, ты предпочел бы быть:

- а) библиотекарем, ответственным за выдачу книг;
- б) преподавателем физкультуры;
- в) трудно сказать.

53. Кем бы ты восхищался больше:

- а) великим поэтом или писателем, который считается современным в кругу твоих сверстников;
- б) летчиком-космонавтом;
- в) трудно сказать.

54. Бывает, что новые мысли и идеи постоянно переполняют тебя, что просто необходимо рассказать об этом всем:

- а) редко б) достаточно часто в) иногда.

55. Предпочел бы ты провести две недели летних каникул:

- а) наблюдая за жизнью птиц и гуляя по деревенским местам с одним или двумя друзьями;
- б) в качестве вожатого в турпоходе всего класса;
- в) трудно сказать.

56. Обычно ты бываешь:

- а) в очень хорошем настроении;
- б) несколько грустноват;
- в) не уверен.

57. Если бы твое неудачное школьное сочинение выставили бы на всеобщее обозрение, то ты:

- а) предпочел бы спрятаться;
- б) не возражал бы;
- в) трудно сказать.

58. Ты можешь дурачиться и болтаться с группой друзей на людной улице:

- а) да б) нет в) иногда

59. Если родители осуждают тебя за что-то, ты тайне все-таки думаешь, что прав:

- а) да, как правило;
- б) нет, почти никогда;
- в) может быть.

60. Если люди пытаются тебя поучать и командовать, ты обычно:

- а) спокойно продолжаешь делать по-своему;

б) споришь и ставишь их на место;

в) трудно сказать.

61. Ты предпочел бы охотнее послушать:

а) духовой оркестр, играющий танцевальную музыку;

б) выступление лектора по очень интересной для тебя теме,

в) трудно сказать.

62. В спорах с одноклассниками высказываешь ли ты человеку совершенно свободно то, что думаешь?

а) да б) нет в) может быть.

63. Ты шумишь иногда в классе, если там нет учителя?

а) да б) нет в) может быть.

64. Ты всегда выполняешь то, что тебе говорят старшие?

а) да б) нет в) может быть.

65. Бывало когда-нибудь так, чтобы ты почти жалел, что появился на свет?

а) да б) нет в) может быть

66. Ты испытываешь чувство неприятного раздражения, когда люди не обращают внимания, даже если ты понимаешь, что они это делают не специально?

а) никогда не испытываю;

б) как правило, испытываю;

в) может быть.

67. Если люди болтают во время музыки, то ты:

а) чувствуешь, что музыка для тебя испорчена;

б) так слушаешь музыку, что не замечаешь этой болтовни;

в) среднее между а) и б)

68. Отвечаешь ли ты вежливо, даже если тебе задают нескромные вопросы, которые на твой взгляд и задавать не следовало бы?

а) да б) нет в) может быть.

69. Друзья считают тебя тихим, спокойным человеком?

а) да б) нет в) может быть.

70. Если люди говорят, что так делать неправильно и вредно, всегда ли

это вызывает у тебя желание все-таки испытать это самому?

а) да б) нет в) не уверен.

71. Какие предметы тебе нравятся больше?

- а) те, которые не требуют от тебя совсем никаких усилий;
- б) те, которые требуют от тебя полной отдачи своих сил и в которых ты можешь проявить свои способности;
- в) трудно сказать.

72. Тебе легко выражать словами свои мысли?

- а) да, как правило, легко;
- б) нет, обычно трудно;
- в) среднее между а) и б)

73. Если бы ты имел возможность побывать в далеких странах, то что ты хотел бы увидеть:

- а) жителей этих стран, чтобы узнать обычаи и особенности жизни;
- б) технику этих стран и знаменитые достопримечательности;
- в) трудно сказать.

74. Ты согласен с тем, что обычно не стоит плакать над грустным кинофильмом или над грустной книгой?

- а) да б) нет в) не уверен.

75. Если ты знаешь, что какой-то человек был к тебе несправедлив, можешь ли ты тем не менее забыть об этом?

- а) да б) нет в) может быть.

76. Ты можешь легко и свободно обсуждать со своими учителями волнующие тебя в школе вопросы?

- а) да б) нет в) может быть.

77. Бывает, что ты иногда устаешь из-за собственных переживаний?

- а) да б) нет в) может быть.

78. Избегаешь ли ты участвовать в коллективных мероприятиях, которые требуют от тебя много времени?

- а) да б) нет в) может быть.

79. Бывает ли так, что нередко ты затрачиваешь на приготовление домашних заданий больше времени, чем требуется?

- а) да б) нет в) может быть.

80. Ты получил бы большее удовольствие от спортивного состязания /например, от бокса или футбольного матча/:

- а) если бы поспорил с кем-то о том "кто победит";
- б) если бы не спорил, а просто следил за матчем;

в) не уверен.

81. Если тебе кажется, что ты надоел окружающим, то ты:

а) остаешься как ни в чем ни бывало в их обществе;

б) всегда покидаешь их общество, очень сердишься, недоволен;

в) трудно сказать.

82. Когда ты рассказываешь своим друзьям о чем-то увлекательном, то тебе обычно трудно бывает заинтересовать их?

а) да б) нет в) возможно.

83. Ты всегда выполняешь все так, как тебе говорят?

а) да б) нет в) возможно.

84. Бываешь ли ты очень сердитым, раздражительным?

а) да б) нет в) не уверен.

85. Если на тебя смотрят, ты можешь так же работать быстро и не делать ошибок?

а) да б) нет в) не уверен.

86. Если бы на классном собрании кто-то предложил тебя выбрать старостой класса, а при голосовании выбрали другого:

а) это меня совершенно не затронуло бы;

б) было бы несколько неприятно;

в) трудно сказать.

87. Бывает ли так, что во сне ты теряешь близких, друзей, родственников?

а) да б) нет в) не уверен.

88. Тебе легко удастся скрыть свое отношение от других к кому-либо?

а) да б) нет в) может быть.

89. Тебе больше нравится:

а) когда твоя одежда имеет обычный вид;

б) когда твоя одежда яркая, сшитая по моде, очень красивая;

в) среднее между а) и б)

90. В музее ты любишь:

а) осматривать то, что тебя привлекло, а заканчивать как только устанешь;

б) присоединяться к группе, где есть экскурсовод, который рассказывает, и узнаешь то, что не удастся узнать самостоятельно;

в) трудно сказать.

91. Как ты думаешь, те, кто хорошо тебя знают, считают тебя человеком, который работает очень настойчиво, что работа тебя очень интересует?

а) да б) нет в) трудно сказать.

92. Если кто-нибудь просит тебя доказать мысль, которую ты высказал, то ты:

а) начинаешь волноваться при этом и с трудом подбираешь нужные слова;

б) всегда имеешь готовый ответ;

в) среднее между а) и б)

93. Тебе нравится бывать в компаниях, где примерно половина незнакомых среди друзей:

а) да б) нет в) не уверен.

94. Если ты кого-нибудь обидел, то ты думаешь про себя:

а) ничего, скоро все позабудет;

б) переживаешь, когда думаешь об этом;

в) среднее между а) и б)

95. Что тебе больше нравится:

а) присматривать за меньшими детьми;

б) слушать того, кто разбирается в деле хуже, чем ты;

в) трудно сказать.

96. Ты иногда можешь сохранять спокойствие и оставаться в хорошем настроении, если начинают критиковать и осуждать тебя за что-то:

а) да б) нет в) может быть.

97. Когда ты работаешь быстро и тщательно, то ты видишь, что твои друзья:

а) некоторые все равно обгоняют тебя;

б) очень многие отстают и работают не так уверенно;

в) трудно сказать.

98. Если ты решил летом поработать, предпочел бы стать:

а) членом спасательной команды на пляже;

б) лесником;

в) трудно сказать.

99. Тебе говорили когда-нибудь, что ты делаешь вещи, которых нельзя ожидать от такого человека, как ты?

а) да б) нет в) не уверен.

100. Если ты должен сделать какую-то работу, то ты обычно:

а) работаешь без остановки, пока не закончишь;

б) некоторое время напряженно работаешь, потом отдыхаешь и снова работаешь;

в) среднее между а) и б)

101. Если тот, кого ты ждешь, долго не приходит, ты нервничаешь и предпочитаешь лучше уйти, чем остаться:

а) да, почти всегда ухожу;

б) почти никогда не ухожу;

в) трудно сказать.

102. Имея возможность выбирать, ты предпочел бы жить:

а) в уединенном доме в сельской местности;

б) в городской многолюдной квартире;

в) трудно решить.

103. Когда в класс приходит новичок / юноше или девушка/, то, как правило, знакомится ли она /он/ с тобой также быстро, как и со всеми остальными?

а) да б) нет в) между а) и б)

104. Случилось бы говорить тебе о ком-либо плохо?

а) да б) нет в) не уверен.

105. Когда ты счастлив, может ли какая-либо мелочь испортить тебе настроение?

а) да б) нет в) может быть.

106. Если твои товарищи отправляются куда-то, вдруг не пригласив тебя, то ты:

а) считаешь, что забыли;

б) начинаешь очень беспокоиться и сердиться;

в) трудно сказать.

107. Придя в новую компанию, ты:

а) общаешься дружески со всеми;

б) некоторое время смотришь и решаешь, с кем действительно стоит познакомиться;

в) среднее между а) и б)

108. Кажется ли тебе, что большинство твоих сверстников более ребячливы и менее взрослые, чем ты?

а) да б) нет в) может быть.

109. Ты предпочитаешь иметь:

- а) одного друга;
- б) много друзей, хотя и менее близких;
- в) трудно сказать.

110. В процессе работы ты контролируешь себя, что выполняешь ее правильно:

- а) редко б) часто в) может быть

111. Хотел бы ты учиться в школе, где надо ходить не на все уроки, а только на те, которые тебе кажутся наиболее легкими?

- а) да б) нет в) может быть.

112. Ты чувствуешь испуг при мысли, что забыл сделать то, что должен был сделать:

- а) часто б) редко в) может быть.

113. Если ты приглашен в компанию, ты всегда рад туда пойти и достаточно уверен, что поведешь себя так, как следует:

- а) да б) нет в) может быть.

114. Оказавшись в Испании XIX века, как следует:

- а) пойти на концерт старинной гитары и слушать веселые испанские песни;
- б) посмотреть бой воинов, который нередко заканчивался человеческими жертвами;
- в) не уверен.

115. Если бы одного из твоих одноклассников наказали строже, чем он заслужил, ты всегда бы вступился бы за него:

- а) да б) нет в) может быть.

116. Считаешь, что большинство людей настолько неразумны, что даже не знают, что для них хорошо, а что плохо?

- а) да б) нет в) не уверен.

117. Тебе легко заводить новых друзей?

- а) да б) нет в) не уверен.

118. Если тебе показать новую игру, ты ждешь:

- а) пока не увидишь, как в нее играют другие;
- б) помощи со стороны других;
- в) среднее между а) и б)

119. Как ты думаешь, тебя считают человеком, который в любых обстоятельствах остается хладнокровным и сохраняет самообладание?

а) да б) нет в) не уверен.

120. Часто ли бывает так, что ты делал то, что не следовало бы делать?

а) да б) нет в) не уверен.

121. Как по-твоему, родители /воспитатели/ имеют право сурово наказывать детей, если те грубят им?

а) да б) нет в) может быть.

122. Если бы ты проводил лето на берегу моря, что бы тебе больше понравилось:

а) собирать морские раковины;

б) заниматься в секции водных лыж;

в) трудно сказать.

123. Если группе друзей нужно, чтобы кто-то один высказался за всех, это обычно делаешь ты:

а) да б) нет в) иногда.

124. Ты когда-нибудь говорил неправду?

а) да б) нет в) не уверен.

125. Если тебе в спешке приходится принимать решение, то остаешься ли ты довольным этим решением?

а) как правило, да;

б) очень редко;

в) иногда.

126. Если ты занимаешься, например, дописываешь контрольную работу, а вокруг стоит шум:

а) ты раздражаешься;

б) просто продолжаешь работать;

в) среднее между а) и б)

127. Если бы ты был журналистом, ты бы предпочел писать?

а) о новых спектаклях;

б) о каких-нибудь важных политических событиях;

в) среднее между а) и б)

128. Ты обычно:

а) никому никогда не говоришь о своих планах и намерениях;

б) не против того, если о них будут знать те, кто ими заинтересуется;

в) среднее между а) и б)

129. Тебе больше нравятся ребята:

- а) задумчивые, спокойные, рассудительные;
- б) всегда шумные, живые, беспокойные;
- в) трудно сказать.

130. Ты считаешь, что неразумно брать на себя лишние хлопоты только ради того, чтобы быть вежливым:

- а) да б) нет в) трудно сказать.

131. Если ты начал какое-то дело, то каждый знает, что ты его доведешь до конца?

- а) да б) нет в) может быть

132. Бывает так, что когда ты собираешься выступать перед классом, у тебя начинают дрожать немного руки и колотиться сердце?

- а) да б) нет в) может быть.

133. Если ты на глазах у людей совершаешь какую-то глупость, можешь ли ты отделаться шуткой и вести себя как ни в чем ни бывало?

- а) да б) нет в) может быть.

134. Ты предпочел бы получить в подарок:

- а) книгу стихов и пьес;
- б) книгу о спортсменах / по гимнастике или хоккее/;
- в) не могу сказать.

135. Если ребята разыгрывают кого-то, то ты:

- а) часто присоединяешься, чтобы повеселиться с ними;
- б) считаешь это ребячеством, плохим поступком;
- в) может среднее а) и б)

136. Думал / думаешь/ ли ты, что случится, если ты потеряешься во время путешествия или в походе?

- а) да б) нет в) трудно сказать.

137. Тебя иногда беспокоят никчемные мысли, от которых не можешь отвлечься?

- а) да б) нет в) среднее между а) и б)

138. Если у тебя есть несколько свободных минут, ты бы предпочел:

- а) побеседовать с другом;
- б) почитать что-нибудь интересное;
- в) трудно сказать.

139. Ты считаешь, что глупо всегда следовать моде:

а) да б) нет в) не уверен.

140. Читая о великих подвигах или героях, испытываешь:

а) как правило, желание самому совершать их;

б) нередко считаешь, что такие дела не для тебя;

в) может быть.

141. Ты бываешь иногда настолько нервным и возбужденным, что тебя раздражают внезапные звуки:

а) да б) нет в) может быть.

142. Ты уверен, что ответил на все вопросы?

а) да б) нет в) может быть.

Обработка результатов

1. Подсчитывается количество совпадений ответов испытуемого с ключом. За каждое совпадение начисляется 2 балла. Исключение составляет фактор В, где за каждое совпадение ответа с ключом дается 1 балл, а также за ответ "б" начисляется 1 балл.

2. Полученная сумма баллов сравнивается с нормативными данными по таблице и относительно этих данных результат интерпретируется как низкая или высокая оценка.

Ключ:

1. А (шизотимия-аффектотимия)

2б, 3а, 22а, 42б, 62а, 82а, 102б, 103а, 122б, 123а

2. Ложь-искренность

23б, 24б, 43а, 44б, 63б, 64а, 83а, 84б, 104б, 124б

3. С (степень эмоциональной устойчивости)

4б, 5а, 6б, 25а, 26б, 45а, 65б, 85а, 105б, 125а

4. D (флегматичность-возбудимость)

7б, 27а, 46б, 47а, 66б, 67а, 86б, 87а, 106б, 126а

5. Е (подчиненность-доминирование)

8б, 9а, 28б, 48а, 68б, 88а, 107б, 108а, 127б, 128а

6. F (осторожность-легкомыслие)

10а, 29б, 30а, 49а, 50а, 69б, 70а, 89б, 109а, 129б

7. G (степень принятия моральных норм)

11а, 31а, 51а, 71б, 90б, 91а, 110б, 111б, 130б, 131а

8. H (застенчивость-авантюризм)

12б, 32а, 52б, 72а, 92б, 93а, 112б, 113а, 132б, 133а

9. I (реализм-сензитивность)

13б, 33а, 34б, 53а, 54б, 73а, 74б, 94б, 114а, 134а

10. J (неврастения)

14б, 15а, 35б, 55а, 75б, 95а, 115б, 116а, 135б, 136а

11. O (самоуверенность-склонность к чувству вины)

16б, 36а, 56б, 57а, 76б, 77а, 96б, 97а, 117б, 137а

12. Q2 (степень групповой зависимости)

17б, 18а, 37б, 38а, 58б, 78а, 98б, 118а, 138б, 139а

13. Q3 (степень самоконтроля)

19б, 39а, 59б, 79а, 80б, 99а, 100б, 119а, 120б, 140а

14. Q4 (степень внутреннего напряжения)

20б, 21а, 40б, 41а, 60б, 61а, 81б, 101а, 121б, 141а

Нормативы к подростковому варианту теста Кеттелла

Мальчики

фактор	12 лет	13 лет	14 лет	15 лет	16 лет	17 лет	18 лет
A	12,9	11,1	12,6	12,9	12,3	13,6	12,9
B	5,3	4,2	4,4	4,8	4,2	4,2	4,2
C	13,5	12,4	12,9	14,9	11,4	13,6	12,6
D	12,0	13,3	13,5	13,6	11,9	10,9	12,3
E	14,1	13,7	13,6	15,2	14,9	14,0	12,9
F	12,7	13,5	14,1	13,6	13,0	14,6	15,4
G	15,0	13,4	13,8	14,7	13,2	14,4	14,1
H	14,8	15,2	14,7	14,7	12,3	13,6	15,2
I	9,6	10,8	11,3	11,2	4,2	4,2	11,2

J	12,5	13,1	12,6	13,3	11,4	13,6	10,2
O	12,6	14,6	14,8	14,7	11,9	10,9	14,3
Q2	13,2	13,3	13,9	14,8	14,9	14,0	13,1
Q3	14,5	14,5	13,9	15,4	13,0	14,6	13,8
Q4	12,2	13,4	12,8	13,2	13,2	14,4	13,5

Девочки

фактор	12 лет	13 лет	14 лет	15 лет	16 лет	17 лет	18 лет
A	13,1	13,0	14,2	13,8	12,7	12,7	13,3
B	6,7	5,5	4,9	3,8	3,2	4,5	5,4
C	13,0	11,1	12,1	10,4	10,2	10,2	9,2
D	12,4	13,1	14,2	14,5	14,3	13,4	15,4
E	13,6	13,4	14,4	13,5	13,2	14,3	12,7
F	13,1	13,2	14,7	14,2	15,6	14,7	14,4
G	15,2	14,7	14,8	12,8	12,3	14,6	14,9
H	13,0	12,3	13,6	12,4	12,7	12,7	11,9
I	14,1	15,1	14,6	16,0	3,2	4,5	15,7
J	12,6	12,2	12,7	11,4	10,2	10,2	12,2
O	15,3	15,0	15,5	15,6	14,3	13,4	16,5
Q2	13,6	13,9	13,9	13,2	13,2	14,3	13,2
Q3	14,8	14,5	14,6	13,1	15,6	14,7	13,6

Q4	12,2	13,6	14,2	15,4	12,3	14,3	14,0
----	------	------	------	------	------	------	------

2.2.6 Методика диагностики склонности к отклоняющемуся поведению («Определение склонности к отклоняющемуся поведению» по А. Н. Орел)

Данную методику целесообразно использовать применительно к учащимся подросткового возраста и более старшим учащимся, так как методика стандартизована и не подлежит коррекции и адаптации вопросов под младших школьников. Соответственно, методика подлежит использованию, начиная со средней школы. Методика имеет специфический стимульный материал для девушек и юношей, также, в зависимости от половой принадлежности респондента, различается и обработка методики.

«Определение склонности к отклоняющемуся поведению» можно использовать как в начале программы, так и по завершению учебного года. Потому что она показывает срезовый результат работы психолога и педагогического состава, а также этот результат может служить основанием для изменения маршрута индивидуальной психологической работы с ребенком в следующем учебном году.

Данная методика является стандартизированным тест-опросником, предназначенным для измерения готовности (склонности) подростков к реализации различных форм отклоняющегося поведения. Опросник представляет собой набор специализированных психодиагностических шкал, направленных на измерение готовности (склонности) к реализации отдельных форм отклоняющегося поведения.

Методика предполагает учет и коррекцию установки на социально желательные ответы испытуемых.

Шкалы опросника делятся на содержательные и служебную. Содержательные шкалы направлены на измерение психологического содержания комплекса связанных между собой форм девиантного поведения, то есть социальных и личностных установок, стоящих за этими поведенческими проявлениями.

Служебная шкала предназначена для измерения предрасположенности испытуемого давать о себе социально-одобряемую информацию, оценки достоверности результатов опросника в целом, а также для коррекции результатов по содержательным шкалам в зависимости от выраженности установки испытуемого на социально-желательные ответы.

Инструкция к тесту.

Перед вами имеется ряд утверждений. Они касаются некоторых сторон вашей жизни, вашего характера, привычек. Прочтите первое утверждение и решите верно ли данное утверждение по отношению к вам.

- Если верно, то на бланке ответов рядом с номером, соответствующим утверждению, в квадратике под обозначением «да» поставьте крестик или галочку.
- Если оно неверно, то поставьте крестик или галочку в квадратике под обозначением «нет».
- Если вы затрудняетесь ответить, то постарайтесь выбрать вариант ответа, который все-таки больше соответствует вашему мнению.

Затем таким же образом отвечайте на все пункты опросника. Если ошибетесь, то зачеркните ошибочный ответ и поставьте тот, который считаете нужным. Помните, что вы высказываете собственное мнение о себе в настоящий момент. Здесь не может быть «плохих» или «хороших», «правильных» или «неправильных» ответов. Очень долго не обдумывайте ответов, важна ваша первая

реакция на содержание утверждений. Отнеситесь к работе внимательно и серьезно. Небрежность, а также стремление «улучшить» или «ухудшить» ответы приводят к недостоверным результатам. В случае затруднений еще раз прочитайте эту инструкцию или обратитесь к тому, кто проводит тестирование. Не делайте никаких пометок в тексте опросника.

Описание и интерпретация шкал методики

1. Шкала установки на социальную желательность (служебная шкала)

Данная шкала предназначена для измерения готовности испытуемого представлять себя в наиболее благоприятном свете с точки зрения социальной желательности.

Показатели *от 50 до 60 Т-баллов* свидетельствует об умеренной тенденции давать при заполнении опросника социально-желательные ответы. Показатели *свыше 60 баллов* свидетельствуют о тенденции испытуемого демонстрировать строгое соблюдение даже малозначительных социальных норм, умышленном стремлении показать себя в лучшем свете, о настороженности по отношению к ситуации обследования.

Результаты, находящиеся в диапазоне *70-89 баллов* говорят о высокой настороженности испытуемого по отношению к психодиагностической ситуации и о сомнительной достоверности результатов по основным шкалам. О восприятии ситуации как экспертной одновременно с умеренно высокими показателями по шкале № 1 также свидетельствует их резкое понижение по основным диагностическим шкалам и повышение по шкале женской социальной роли.

Для мужской популяции превышение суммарного первичного балла по шкале социальной желательности значения 11 первичных баллов свидетельствуют о недостоверности результатов по основным шкалам.

Показатели *ниже 50 Т-баллов* говорят о том, что испытуемый не склонен скрывать собственные нормы и ценности, корректировать свои ответы в направлении социальной желательности.

Отмечено также, что младшие подростки (14 лет и младше) не способны длительное время следовать установке на социально-желательные ответы.

Одновременно высокие показатели по служебной шкале и по основным шкалам (кроме шкалы 8) свидетельствуют либо о сомнительной достоверности результатов, либо о диссоциации в сознании испытуемого известных ему и реальных норм поведения.

2. Шкала склонности к преодолению норм и правил

Данная шкала предназначена для измерения предрасположенности испытуемого к преодолению каких-либо норм и правил, склонности к отрицанию общепринятых норм и ценностей, образцов поведения.

Результаты, лежащие в диапазоне *50-60 Т-баллов*, свидетельствуют о выраженности вышеуказанных тенденций, о неконформистских установках испытуемого, о его склонности противопоставлять собственные нормы и ценности групповым, о тенденции «нарушать спокойствие», искать трудности, которые можно было бы преодолеть.

Показатели, находящиеся в диапазоне *60-70 Т-баллов*, свидетельствуют о чрезвычайной выраженности неконформистских тенденций, проявлении негативизма и заставляют сомневаться в достоверности результатов тестирования по данной шкале.

Результаты *ниже 50 Т-баллов* по данной шкале свидетельствуют о конформных установках испытуемого, склонности следовать стереотипам и общепринятым нормам поведения. В некоторых случаях при условии сочетания с достаточно высоким интеллектуальным уровнем испытуемого и

тенденции скрывать свои реальные нормы и ценности такие оценки могут отражать фальсификацию результатов.

3. Шкала склонности к аддиктивному поведению

Данная шкала предназначена для измерения готовности реализовать аддиктивное поведение.

Результаты в диапазоне *50-70 Т-баллов* по данной шкале свидетельствуют о предрасположенности испытуемого к уходу от реальности посредством изменения своего психического состояния, о склонностях к иллюзорно-компенсаторному способу решения личностных проблем. Кроме того, эти результаты свидетельствуют об ориентации на чувственную сторону жизни, о наличии «сенсорной жажды», о гедонистически ориентированных нормах и ценностях.

Показатели *свыше 70 Т-баллов* свидетельствует о сомнительности результатов либо о наличии выраженной психологической потребности в аддиктивных состояниях, что необходимо выяснять, используя дополнительные психодиагностические средства.

Показатели *ниже 50 Т-баллов* свидетельствуют либо о невыраженности вышеперечисленных тенденций, либо о хорошем социальном контроле поведенческих реакций.

4. Шкала склонности к самоповреждающему и саморазрушающему поведению

Данная шкала предназначена для измерения готовности реализовать различные формы аутоагрессивного поведения. Объект измерения очевидно частично пересекается с психологическими свойствами, измеряемыми шкалой № 3.

Результаты, находящиеся в диапазоне *50-70 Т-баллов* по шкале №4 свидетельствуют о низкой ценности собственной жизни, склонности к риску, выраженной потребности в острых ощущениях, о садо-мазохистских тенденциях.

Результаты *свыше 70 Т-баллов* свидетельствуют о сомнительной достоверности результатов.

Показатели *ниже 50 Т-баллов* по данной шкале свидетельствуют об отсутствии готовности к реализации саморазрушающего поведения, об отсутствии тенденции к соматизации тревоги, отсутствии склонности к реализации комплексов вины в поведенческих реакциях.

5. Шкала склонности к агрессии и насилию

Данная шкала предназначена для измерения готовности испытуемого к реализации агрессивных тенденций в поведении.

Показатели, лежащие в диапазоне *50-60 Т-баллов*, свидетельствуют о наличии агрессивных тенденций у испытуемого. Показатели, находящиеся в диапазоне *60-70 Т-баллов*, свидетельствуют об агрессивной направленности личности во взаимоотношениях с другими людьми, о склонности решать проблемы посредством насилия, о тенденции использовать унижение партнера по общению как средство стабилизации самооценки, о наличии садистических тенденций.

Показатели *свыше 70 Т-баллов* говорят о сомнительной достоверности результатов.

Показатели, лежащие *ниже 50 Т-баллов*, свидетельствуют о невыраженности агрессивных тенденций, о неприемлемости насилия как средства решения проблем, о нетипичности агрессии как способа выхода из фрустрирующей ситуации. Низкие показатели по данной шкале в сочетании с высокими показателями по шкале социальной желательности свидетельствуют о высоком уровне социального контроля поведенческих реакций.

6. Шкала волевого контроля эмоциональных реакций

Данная шкала предназначена для измерения склонности испытуемого контролировать поведенческие проявления эмоциональных реакций. Эта шкала имеет обратный характер).

Показатели, лежащие в пределах *60-70 Т-баллов*, свидетельствует о слабости волевого контроля эмоциональной сферы, о нежелании или неспособности контролировать поведенческие проявления эмоциональных реакций. Кроме того, это свидетельствует о склонности реализовывать негативные эмоции непосредственно в поведении, без задержки, о несформированности волевого контроля своих потребностей и чувственных влечений.

Показатели *ниже 50 Т-баллов* по данной шкале свидетельствуют о невыраженности этих тенденций, о жестком самоконтроле любых поведенческих эмоциональных реакций, чувственных влечений.

7. Шкала склонности к делинквентному поведению

Название шкалы носит условный характер, так как шкала сформирована из утверждений, дифференцирующих «обычных» подростков и лиц с зафиксированными правонарушениями, вступавших в конфликт с общепринятым образом жизни и правовыми нормами.

На наш взгляд, данная шкала измеряет готовность (предрасположенность) подростков к реализации делинквентного поведения. Выражаясь метафорически, шкалы выявляет «делинквентный потенциал», который лишь при определенных обстоятельствах может реализоваться в жизни подростка.

Результаты, находящиеся в диапазоне *50-60 Т-баллов*, свидетельствуют о наличии делинквентных тенденций у испытуемого и о низком уровне социального контроля.

Результаты *выше 60 Т-баллов* свидетельствуют о высокой готовности к реализации делинквентного поведения.

Результаты *ниже 50 Т-баллов* говорят о невыраженности указанных тенденций, что в сочетании с высокими показателями по шкале социальной желательности может свидетельствовать о высоком уровне социального контроля.

Необходимо также учитывать, что содержание и структура делинквентного поведения у юношей и девушек существенно отличаются и соответственно различаются пункты, входящие в шкалу делинквентности для женского и мужского видов методики.

Стимульный материал

Мужской вариант

1. Я предпочитаю одежду неярких, приглушенных тонов.
2. Бывает, что я откладываю на завтра то, что должен сделать сегодня.
3. Я охотно записался бы добровольцем для участия в каких-либо боевых действиях.
4. Бывает, что иногда я ссорюсь с родителями.
5. Тот, кто в детстве не дрался, вырастает «маменькиным сынком» и ничего не может добиться в жизни.
6. Я бы взялся за опасную для жизни работу, если бы за нее хорошо платили.
7. Иногда я ощущаю такое сильное беспокойство, что просто не могу усидеть на месте.
8. Иногда бывает, что я немного хвастаюсь.

9. Если бы мне пришлось стать военным, то я хотел бы быть летчиком-истребителем.
10. Я ценю в людях осторожность и осмотрительность.
11. Только слабые и трусливые люди выполняют все правила и законы.
12. Я предпочел бы работу, связанную с переменами и путешествиями.
13. Я всегда говорю только правду.
14. Если человек в меру и без вредных последствий употребляет возбуждающие и влияющие на психику вещества – это вполне нормально.
15. Даже если я злюсь, то стараюсь не прибегать к ругательствам.
16. Я думаю, что мне бы понравилось охотиться на львов.
17. Если меня обидели, то я обязательно должен отомстить.
18. Человек должен иметь право выпивать столько, сколько он хочет.
19. Если мой приятель опаздывает к назначенному времени, то я обычно сохраняю спокойствие.
20. Мне обычно затрудняет работу требование сделать ее к определенному сроку.
21. Иногда я перехожу улицу татам, где мне удобно, а не там, где положено.
22. Некоторые правила и запреты можно отбросить, если испытываешь сильное сексуальное (половое) влечение.
23. Я иногда не слушаюсь родителей.
24. Если при покупке автомобиля мне придется выбирать между скоростью и безопасностью, то я выберу безопасность.
25. Я думаю, что мне понравилось бы заниматься боксом.
26. Если бы я мог свободно выбирать профессию, то стал бы дегустатором вин.
27. Я часто испытываю потребность в острых ощущениях.
28. Иногда мне так и хочется сделать себе больно.
29. Мое отношение к жизни хорошо описывает пословица: «Семь раз отмерь, один раз отрежь».
30. Я всегда покупаю билеты в общественном транспорте.
31. Среди моих знакомых есть люди, которые пробовали одурманивающие токсические вещества.
32. Я всегда выполняю обещания, даже если мне это невыгодно.
33. Бывает, что мне так и хочется выругаться.
34. Правы люди, которые в жизни следуют пословице: «Если нельзя, но очень хочется, то можно».
35. Бывало, что я случайно попадал в драку после употребления спиртных напитков.
36. Мне редко удается заставить себя продолжать работу после ряда обидных неудач.

37. Если бы в наше время проводились бы бои гладиаторов, то бы обязательно в них поучаствовал.
38. Бывает, что иногда я говорю неправду.
39. Терпеть боль назло всем бывает даже приятно.
40. Я лучше соглашусь с человеком, чем стану спорить.
41. Если бы я родился в давние времена, то стал бы благородным разбойником.
42. Если нет другого выхода, то спор можно разрешить и дракой.
43. Бывали случаи, когда мои родители, другие взрослые высказывали беспокойство по поводу того, что я немного выпил.
44. Одежда должна с первого взгляда выделять человека среди других в толпе.
45. Если в кинофильме нет ни одной приличной драки – это плохое кино.
46. Когда люди стремятся к новым необычным ощущениям и переживаниям – это нормально.
47. Иногда я скучаю на уроках.
48. Если меня кто-то случайно задел в толпе, то я обязательно потребую от него извинений.
49. Если человек раздражает меня, то готов высказать ему все, что я о нем думаю.
50. Во время путешествий и поездок я люблю отклоняться от обычных маршрутов.
51. Мне бы понравилась профессия дрессировщика хищных зверей.
52. Если уж ты сел за руль мотоцикла, то стоит ехать только очень быстро.
53. Когда я читаю детектив, то мне часто хочется, чтобы преступник ушел от преследования.
54. Иногда я просто не могу удержаться от смеха, когда слышу неприличную шутку.
55. Я стараюсь избегать в разговоре выражений, которые могут смутить окружающих.
56. Я часто огорчаюсь из-за мелочей.
57. Когда мне возражают, я часто взрываюсь и отвечаю резко.
58. Мне больше нравится читать о приключениях, чем о любовных историях.
59. Чтобы получить удовольствие, стоит нарушить некоторые правила и запреты.
60. Мне нравится бывать в компаниях, где в меру выпивают и веселятся.
61. Меня раздражает, когда девушки курят.
62. Мне нравится состояние, которое наступает, когда в меру и в хорошей компании выпьешь.
63. Бывало, что у меня возникало желание выпить, хотя я понимал, что сейчас не время и не место.
64. Сигарета в трудную минуту меня успокаивает.
65. Мне легко заставить других людей бояться меня, и иногда ради забавы я это делаю.

66. Я смог бы своей рукой казнить преступника, справедливо приговоренного к высшей мере наказания.
67. Удовольствие – это главное, к чему стоит стремиться в жизни.
68. Я хотел бы поучаствовать в автомобильных гонках.
69. Когда у меня плохое настроение, ко мне лучше не подходить.
70. Иногда у меня бывает такое настроение, что я готов первым начать драку.
71. Я могу вспомнить случаи, когда я был таким злым, что хватал первую попавшуюся под руку вещь и ломал ее.
72. Я всегда требую, чтобы окружающие уважали мои права.
73. Мне понравилось бы прыгать с парашютом.
74. Вредное воздействие на человека алкоголя и табака сильно преувеличивают.
75. Я редко даю сдачи, даже если кто-то ударит меня.
76. Я не получаю удовольствия от ощущения риска.
77. Когда человек в пылу спора прибегает к «сильным» выражениям – это нормально.
78. Я часто не могу сдерживать свои чувства.
79. Бывало, что я опаздывал на уроки.
80. Мне нравятся компании, где все подшучивают друг над другом.
81. Секс должен занимать в жизни молодежи одно из главных мест.
82. Часто я не могу удержаться от спора, если кто-то не согласен со мной.
83. Иногда случалось, что я не выполнял домашнее задание.
84. Я часто совершаю поступки под влиянием минутного настроения.
85. Мне кажется, что я не способен ударить человека.
86. Люди справедливо возмущаются, когда узнают, что преступник остался безнаказанным.
87. Бывает, что мне приходится скрывать от взрослых некоторые свои поступки.
88. Наивные простаки сами заслуживают того, чтобы их обманывали.
89. Иногда я бываю так раздражен, что стучу по столу кулаком.

Женский вариант

1. Я стремлюсь в одежде следовать самой современной моде или даже опережать ее.
2. Бывает, что я откладываю на завтра то, что должна сделать сегодня.
3. Если бы была такая возможность, то я бы с удовольствием пошла служить в армию.
4. Бывает, что иногда я ссорюсь с родителями.

5. Чтобы добиться своего, девушка иногда может и подраться.
6. Я бы взялась за опасную для здоровья работу, если бы за нее хорошо платили.
7. Иногда я ощущаю такое сильное беспокойство, что просто не могу усидеть на месте.
8. Я иногда люблю посплетничать.
9. Мне нравятся профессии, связанные с риском для жизни.
10. Мне нравится, когда моя одежда и внешний вид раздражают людей старшего поколения.
11. Только глупые и трусливые люди выполняют все правила и законы.
12. Я предпочла бы работу, связанную с переменами и путешествиями, даже если она опасна для жизни.
13. Я всегда говорю только правду.
14. Если человек в меру и без вредных последствий употребляет возбуждающие и влияющие на психику вещества – это нормально.
15. Даже если я злюсь, то стараюсь никого не ругать.
16. Я с удовольствием смотрю боевики.
17. Если меня обидели, то я обязательно должна отомстить.
18. Человек должен иметь право выпивать, сколько он хочет и где он хочет.
19. Если моя подруга опаздывает к назначенному времени, то я обычно сохраняю спокойствие.
20. Мне часто бывает трудно сделать работу к точно определенному сроку.
21. Иногда я перехожу улицу там, где мне удобно, а не там, где положено.
22. Некоторые правила и запреты можно отбросить, если чего-нибудь сильно хочешь.
23. Бывало, что я не слушалась родителей.
24. В автомобиле я больше ценю безопасность, чем скорость.
25. Я думаю, что мне понравилось бы заниматься каратэ или похожим видом спорта.
26. Мне бы понравилась работа официантки в ресторане.
27. Я часто испытываю потребность в острых ощущениях.
28. Иногда мне так и хочется сделать себе больно.
29. Мое отношение к жизни хорошо описывает пословица: «Семь раз отмерь, один раз отрежь».
30. Я всегда плачу за проезд в общественном транспорте.
31. Среди моих знакомых есть люди, которые пробовали одурманивающие токсические вещества.
32. Я всегда выполняю обещания, даже если мне это не выгодно.
33. Бывает, что мне так и хочется выругаться.

34. Правы люди, которые в жизни следуют пословице: «Если нельзя, но очень хочется, то можно».
35. Бывало, что я случайно попадала в неприятную историю после употребления спиртных напитков.
36. Я часто не могу заставить себя продолжать какое-либо занятие после обидной неудачи.
37. Многие запреты в области секса старомодны и их можно отбросить.
38. Бывает, что иногда я говорю неправду.
39. Терпеть боль назло всем бывает даже приятно.
40. Я лучше соглашусь с человеком, чем стану спорить.
41. Если бы я родилась в древние времена, то стала бы благородной разбойницей.
42. Добиваться победы в споре нужно любой ценой.
43. Бывали случаи, когда мои родители, другие взрослые высказывали беспокойство по поводу того, что я немного выпила.
44. Одежда должна с первого взгляда выделять человека среди других в толпе.
45. Если в фильме нет ни одной приличной драки – это плохое кино.
46. Бывает, что я скучаю на уроках.
47. Если меня кто-то случайно задел в толпе, то я обязательно потребую от него извинений.
48. Если человек раздражает меня, то я готова высказать ему все, что о нем думаю.
49. Во время путешествий и поездок я люблю отклоняться от обычных маршрутов.
50. Мне бы понравилась профессия дрессировщицы хищных зверей.
51. Мне нравится ощущать скорость при быстрой езде на автомобиле и мотоцикле.
52. Когда я читаю детектив, то мне часто хочется, чтобы преступник ушел от преследования.
53. Бывает, что я с интересом слушаю неприличный, но смешной анекдот.
54. Мне нравится иногда смущать и ставить в неловкое положение окружающих.
55. Я часто огорчаюсь из-за мелочей.
56. Когда мне возражают, я часто взрываюсь и отвечаю резко.
57. Мне больше нравится читать о кровавых преступлениях или о катастрофах.
58. Чтобы получить удовольствие, стоит нарушить некоторые правила и запреты.
59. Мне нравится бывать в компаниях, где в меру выпивают и веселятся.
60. Я считаю вполне нормальным, если девушка курит.
61. Мне нравится состояние, которое наступает, когда выпьешь в меру и в хорошей компании.

62. Бывало, что у меня возникало желание выпить, хотя я понимала, что сейчас не время и не место.
63. Сигарета в трудную минуту меня успокаивает.
64. Некоторые люди побаиваются меня..
65. Я бы хотела присутствовать при казни преступника, справедливо приговоренного к высшей мере наказания..
66. Удовольствие – это главное, к чему стоит стремиться в жизни.
67. Если бы могла, то с удовольствием поучаствовала бы в автомобильных гонках.
68. Когда у меня плохое настроение, ко мне лучше не подходить.
69. Иногда у меня бывает такое настроение, что я готова первым начать драку.
70. Я могу вспомнить случаи, когда я настолько разозлилась, что хватала первую попавшуюся под руку вещь и ломала ее.
71. Я всегда требую, чтобы окружающие уважали мои права.
72. Мне бы хотелось из любопытства прыгнуть с парашютом.
73. Вредное воздействие алкоголя и табака на человека сильно преувеличивают.
74. Счастливы те, кто умирают молодыми.
75. Я получаю удовольствие, когда немного рискую.
76. Когда человек в пылу спора прибегает к ругательствам – это допустимо.
77. Я часто не могу сдержать свои чувства.
78. Бывало, что я опаздывала на уроки.
79. Мне нравятся компании, где все подшучивают друг над другом.
80. Секс должен занимать в жизни молодежи одно из главных мест.
81. Часто я не могу удержаться от спора, если кто-то не согласен со мной.
82. Иногда случалось, что я не выполняла школьное домашнее задание.
83. Я часто совершаю поступки под влиянием минутного настроения.
84. Бывают случаи, когда я могу ударить человека.
85. Люди справедливо возмущаются, когда узнают, что преступник остался безнаказанным.
86. Бывает, что мне приходится скрывать от взрослых некоторые свои поступки.
87. Наивные простаки сами заслуживают того, чтобы их обманывали.
88. Иногда я бываю так раздражена, что громко кричу.
89. Только неожиданные обстоятельства и чувство опасности позволяют мне по-настоящему проявить себя.

90. Я бы попробовал какое-нибудь одурманивающее вещество, если бы твердо знала, что это не повредит моему здоровью и не повлечет наказания.
91. Когда я стою на мосту, то меня иногда так и тянет прыгнуть вниз.
92. Всякая грязь меня пугает или вызывает сильное отвращение.
93. Когда я злюсь, то мне хочется громко обругать виновника моих неприятностей.
94. Я думаю, что люди должны отказаться от всякого употребления спиртных напитков.
95. Я бы с удовольствием покатила бы на горных лыжах с крутого склона.
96. Иногда, если кто-то причиняет мне боль, то это бывает даже приятно.
97. Я бы с удовольствием занималась в бассейне прыжками с вышки.
98. Мне иногда не хочется жить.

Ключ к тесту

Мужской вариант

1. *Шкала установки на социально-желательные ответы:* 2 (нет), 4 (нет), 6 (нет), 13 (да), 21 (нет), 23 (нет), 30 (да), 32 (да), 33 (нет), 38 (нет), 47 (нет), 54 (нет), 79 (нет), 83 (нет), 87 (нет).
2. *Шкала склонности к преодолению норм и правил:* 1 (нет), 10 (нет), 11 (да), 22 (да), 34 (да), 41 (да), 44 (да), 50 (да), 53 (да), 55 (нет), 59 (да), 61 (нет), 80 (да), 86 (нет), 88 (да), 91 (да), 93 (нет).
3. *Шкала склонности к аддиктивному поведению:* 14 (да), 18 (да), 22 (да), 26 (да), 27 (да), 31 (да), 34 (да), 35 (да), 43 (да), 46 (да), 59 (да), 60 (да), 62 (да), 63 (да), 64 (да), 67 (да), 74 (да), 81 (да), 91 (да), 95 (нет).
4. *Шкала склонности к самоповреждающему и саморазрушающему поведению:* 3 (да), 6 (да), 9 (да), 12 (да), 16 (да), 24 (нет), 27 (да), 28 (да), 37 (да), 39 (да), 51 (да), 52 (да), 58 (да), 68 (да), 73 (да), 76 (нет), 90 (да), 91 (да), 92 (да), 96 (да), 98 (да).
5. *Шкала склонности к агрессии и насилию:* 3 (да), 5 (да), 15 (нет), 16 (да), 17 (да), 17 (да), 25 (да), 37 (да), 40 (нет), 42 (да), 45 (да), 48 (да), 49 (да), 51 (да), 65 (да), 66 (да), 70 (да), 71 (да), 72 (да), 75 (нет), 77 (да), 82 (нет), 89 (да), 94 (да), 97 (да).
6. *Шкала волевого контроля эмоциональных реакций:* 7 (да), 19 (да), 20 (да), 29 (нет), 36 (да), 49 (да), 56 (да), 57 (да), 69 (да), 70 (да), 71 (да), 78 (да), 84 (да), 89 (да), 94 (да).
7. *Шкала склонности к деликвентному поведению:* 18 (да), 26 (да), 31 (да), 34 (да), 35 (да), 42 (да), 43 (да), 44 (да), 48 (да), 52 (да), 55 (нет), 61 (нет), 62 (да), 63 (да), 64 (да), 67 (да), 74 (да), 86 (нет), 91 (да), 94 (да).

Женский вариант

1. *Шкала установки на социально-желательные ответы:* 2 (нет), 4 (нет), 8 (нет), 13 (да), 21 (нет), 30 (да), 32 (да), 33 (нет), 38 (нет), 54 (нет), 79 (нет), 83 (нет), 87 (нет).
2. *Шкала склонности к преодолению норм и правил:* 1 (да), 10 (нет), 11 (да), 22 (да), 34 (да), 41 (да), 44 (да), 50 (да), 53 (да), 55 (да), 59 (да), 61 (да), 80 (да), 86 (нет), 91 (да), 93 (нет).

3. *Шкала склонности к аддиктивному поведению*: 14 (да), 18 (да), 22 (да), 26 (да), 27 (да), 31 (да), 34 (да), 35 (да), 43 (да), 59 (да), 60 (да), 62 (да), 63 (да), 64 (да), 67 (да), 74 (да), 81 (да), 91 (да), 95 (нет).
4. *Шкала склонности к самоповреждающему и саморазрушающему поведению*: 3 (да), 6 (да), 9 (да), 12 (да), 24 (нет), 27 (да), 28 (да), 39 (да), 51 (да), 52 (да), 58 (да), 68 (да), 73 (да), 75 (да), 76 (да), 90 (да), 91 (да), 92 (да), 96 (да), 98 (да), 99 (да).
5. *Шкала склонности к агрессии и насилию*: 3 (да), 5 (да), 15 (нет), 16 (да), 17 (да), 25 (да), 40 (нет), 42 (да), 45 (да), 48 (да), 49 (да), 51 (да), 65 (да), 66 (да), 71 (да), 77 (да), 82 (да), 85 (да), 89 (да), 94 (да), 101 (да), 102 (да), 103 (да), 104 (да).
6. *Шкала волевого контроля эмоциональных реакций*: 7 (да), 19 (да), 20 (да), 29 (нет), 36 (да), 49 (да), 56 (да), 57 (да), 69 (да), 70 (да), 71 (да), 78 (да), 84 (да), 89 (да), 94 (да).
7. *Шкала склонности к делинквентному поведению*: 1 (да), 3 (да), 7 (да), 11 (да), 25 (да), 28 (да), 31 (да), 35 (да), 43 (да), 48 (да), 53 (да), 58 (да), 61 (да), 63 (да), 64 (да), 66 (да), 79 (да), 93 (нет), 98 (да), 99 (да), 102 (да).
8. *Шкала принятия женской социальной роли*: 3 (нет), 5 (нет), 9 (нет), 16 (нет), 18 (нет), 25 (нет), 41 (нет), 45 (нет), 51 (нет), 58 (нет), 61 (нет), 68 (нет), 73 (нет), 85 (нет), 93 (да), 95 (да), 96 (нет), 105 (да), 106 (нет), 107 (да).

Обработка результатов теста

Первый вариант обработки результатов теста

Каждому ответу в соответствии с ключом присваивается 1 балл. Далее по каждой шкале подсчитывается суммарный балл, который сравнивается с тестовыми нормами. При отклонении индивидуальных результатов исследуемого от среднего суммарного бала по шкале больше чем на *1S*, измеряемую психологическую характеристику можно считать *выраженной*. Если индивидуальный суммарный балл исследуемого меньше среднего на *1S*, то измеряемое свойство оценивается как *мало выраженное*. Кроме того, если известна принадлежность исследуемого к "делинквентной" популяции, то его индивидуальные результаты целесообразно сравнивать с тестовыми нормами, которые рассчитаны для "делинквентной" подвыборки.

Тестовые нормы методики СОП

Шкалы	"Нормальная" выборка		"Делинквентная" выборка	
	M	S	M	S
1	2,27	2,06	2,49	2,13
2	7,73	2,88	10,27	2,42
3	9,23	4,59	15,97	3,04
4	10,36	3,41	10,98	2,76
5	12,47	4,23	14,64	3,94
6	8,04	3,29	9,37	3,01
7	7,17	4,05	14,38	3,22

Второй вариант обработки результатов теста

Каждому ответу при соответствии с ключом присваивается один балл. Затем по каждой шкале подсчитывается первичный суммарный балл, который затем при необходимости подвергается коррекции в связи с действием фактора специальной желательности в соответствии с процедурой, описанной выше. Затем производится перевод «сырых» баллов в стандартные Т-баллы. В том случае, если у пользователя имеются набранные им специализированные тестовые нормы, то перевод в стандартные Т-баллы производится по формуле:

$T = 10 * (X_i - M) / (S + 50)$, где

- X_i – первичный («сырой») балл по шкале;
- M – среднее значение первичного суммарного балла по шкале в выборке стандартизации;
- S – стандартное отклонение значений первичных баллов в выборке стандартизации.

Варианты коэффициентов коррекции в зависимости от значений «сырого» балла по шкале № 1

Мужской вариант методики

В случае, если первичный балл по шкале № 1 *меньше или равен 6 баллам* для «обычных» испытуемых, то коэффициент коррекции составляет:

- Для шкалы № 2 = 0,3
- Для шкалы № 3 = 0,3
- Для шкалы № 4 = 0,2
- Для шкалы № 5 = 0,2
- Для шкалы № 6 = 0,3
- Для шкалы № 7 = 0,2

В случае, если первичный балл по шкале № 1 *меньше или равен 6 баллам* для «деликвентных» испытуемых, то коэффициент коррекции составляет:

- Для шкалы № 2 = 0,3
- Для шкалы № 3 = 0,5
- Для шкалы № 4 = 0,3
- Для шкалы № 5 = 0,2
- Для шкалы № 6 = 0,3
- Для шкалы № 7 = 0,5

В случае, если первичный балл по шкале № 1 *больше 6 баллов* как для «обычных», так и для «деликвентных» испытуемых, то коэффициент коррекции составляет:

- Для шкалы № 2 = 0,7
- Для шкалы № 3 = 0,6

- Для шкалы № 4 = 0,4
- Для шкалы № 5 = 0,5
- Для шкалы № 6 = 0,3
- Для шкалы № 7 = 0,5

Женский вариант методики

В случае, если испытуемые относятся к подвыборке «обычных» испытуемых, то коэффициент коррекции составляет

- Для шкалы № 2 = 0,4
- Для шкалы № 3 = 0,4
- Для шкалы № 4 = 0,2
- Для шкалы № 5 = 0,3
- Для шкалы № 6 = 0,5
- Для шкалы № 7 = 0,4

В случае, если испытуемые заведомо относятся к подвыборке «деликвентных» испытуемых, то коэффициент коррекции составляет:

- Для шкалы № 2 = 0,4
- Для шкалы № 3 = 0,4
- Для шкалы № 4 = 0,3
- Для шкалы № 5 = 0,4
- Для шкалы № 6 = 0,5
- Для шкалы № 7 = 0,5

Таблица норм при переводе «сырых» баллов в Т-баллы

“Сырой” балл	Т-баллы						
	Шкалы						
	1	2	3	4	5	6	7
0	35		26				30
1	44	27	28	24	24	26	32
2	50	31	30	26	27	30	34
3	55	34	33	29	29	33	37
4	58	37	35	32	31	37	39

5	62	40	37	35	34	40	41
6	65	43	39	37	36	44	43
7	67	46	42	40	39	48	46
8	70	50	44	43	41	51	48
9	74	53	46	45	43	55	50
10	85	56	48	48	46	58	53
11	89	59	50	51	48	62	55
12		63	53	54	51	65	57
13		66	55	56	53	69	59
14		69	57	59	55	73	62
15		72	59	62	58	77	64
16		75	62	64	60	81	66
17		78	64	67	62	85	68
18		81	66	70	65		71
19		84	68	72	67		73
20		87	70	75	70		75
21		90	72	78	72		77
22			74	81	74		79
23			76	84	77		81
24			78	87	79		83
25			80	90	81		85
26			82		83		87
27			84		85		
28					87		
29					89		

Результаты отмечаются в сводной таблице.

2.3. Игры и упражнения для коррекции тревожности, повышенной агрессивности и эмоционального напряжения

Коррекционные занятия имеют не только индивидуальный, но и групповой характер, что учитывается при проведении коррекционных мероприятий. Многие групповые занятия, также можно адаптировать под индивидуальную коррекцию.

Источник упражнений: книга Е. Лютовой и Г. Мониной "Шпаргалка для взрослых".

- **Упражнения на релаксацию и дыхание.**

"Драка"

Цель: расслабить мышцы нижней части лица и кистей рук. "Вы с другом поссорились. Вот-вот начнется драка. Глубоко вдохните, крепко-накрепко сожмите челюсти. Пальцы рук зафиксируйте в кулаках, до боли вдавите пальцы в ладони. Затаите дыхание на несколько секунд. Задумайтесь: а может, не стоит драться? Выдохните и расслабьтесь. Ура! Неприятности позади!" Это упражнение полезно проводить не только с тревожными, но и с агрессивными детьми.

"Воздушный шарик"

Цель: снять напряжение, успокоить детей. Все играющие стоят или сидят в кругу. Ведущий дает инструкцию: "Представьте себе, что сейчас мы с вами будем надувать шарик. Вдохните воздух, поднесите воображаемый шарик к губам и, раздувая щеки, медленно, через приоткрытые губы надувайте его. Следите глазами за тем, как ваш шарик становится все больше и больше, как увеличиваются, растут узоры на нем. Представили? Я тоже представила ваши огромные шары. Дуйте осторожно, чтобы шарик не лопнул. А теперь покажите их друг другу". Упражнение можно повторить 3 раза.

"Корабль и ветер"

Цель: настроить группу на рабочий лад, особенно если дети устали. "Представьте себе, что наш парусник плывет по волнам, но вдруг он остановился. Давайте поможем ему и пригласим на помощь ветер. Вдохните в себя воздух, сильно втяните щеки... А теперь шумно выдохните через рот воздух, и пусть вырвавшийся на волю ветер подгоняет кораблик. Давайте попробуем еще раз. Я хочу услышать как шумит ветер!"

"Дудочка"

Цель: расслабление мышц лица, особенно вокруг губ. "Давайте поиграем на дудочке. Неглубоко вдохните воздух, поднесите дудочку к губам. Начинайте медленно выдыхать, и на выдохе попытайтесь вытянуть губы в трубочку. Затем начните сначала. Играйте! Какой замечательный оркестр!" Все перечисленные упражнения можно выполнять в классе, сидя или стоя за партами.

- **Этюды на расслабление мышц.**

Приведенные ниже этюды рекомендованы М. И. Чистяковой в книге "Психогимнастика" и наверняка знакомы многим из вас. Эти этюды полезны для разных категорий: тревожных, аутичных, агрессивных. Все упражнения в нашей модификации.

"Штанга"

Вариант 1

Цель: расслабить мышцы спины.

Сейчас мы с вами будем спортсменами-тяжелоатлетами. Представьте, что на полу лежит тяжелая штанга. Сделайте вдох, оторвите штангу от пола на вытянутых руках, приподнимите ее. Очень тяжело. Выдохните, штангу на пол, отдохните. Попробуем еще раз".

Вариант 2

Цель: расслабить мышцы рук и спины, дать возможность ребенку почувствовать себя успешным.

"А теперь возьмем штангу полегче и будем поднимать ее над головой. Сделали вдох, подняли штангу, зафиксировали это положение, чтобы судьи засчитали вам победу. Тяжело так стоять, бросьте штангу, выдохните. Расслабьтесь. Ура! Вы все чемпионы. Можете поклониться зрителям. Вам все хлопают, поклонитесь еще раз, как чемпионы". Упражнение можно выполнить несколько раз.

"Сосулька"

Цель: расслабить мышцы рук.

"Ребята, я хочу загадать вам загадку:

*У нас под крышей
Белый гвоздь висит,
Солнце взойдет,
Гвоздь упадет.*
(В. Селиверстов)

Правильно, это сосулька. Давайте представим, что мы с вами артисты и ставим спектакль для малышей. Диктор (это я) читает им эту загадку, а вы будете изображать сосульки. Когда я прочитаю первые две строчки, вы сделаете вдох и поднимете руки над головой, а на третью, четвертую - уроните расслабленные руки вниз. Итак, репетируем... А теперь выступаем. Здорово получилось!"

"Винт"

Цель: снять мышечные зажимы в области плечевого пояса.

"Ребята, давайте попробуем превратиться в винт. Для этого поставьте пятки и носки вместе. По моей команде "Начали" будем поворачивать корпус то влево, то вправо. Одновременно с этим руки будут свободно следовать за корпусом в том же направлении. Начали!.. Стоп!"

"Насос и мяч"

Цель: расслабить максимальное количество мышц тела.

"Ребята, разбейтесь на пары. Один из вас - большой надувной мяч, другой насосом надувает этот мяч. Мяч стоит, обмякнув всем телом, на полусогнутых ногах, руки, шея расслаблены. Корпус наклонен несколько вперед, голова опущена (мяч не наполнен воздухом). Товарищ начинает надувать мяч, сопровождая движение рук (они качают воздух) звуком "с". С каждой подачей воздуха мяч надувается все больше. Услышав первый звук "с", он вдыхает порцию воздуха, одновременно выпрямляя ноги в коленях, после второго "с" выпрямилось туловище, после третьего - у мяча поднимается голова, после четвертого - надулись щеки и даже руки отошли от боков. Мяч надут. Насос перестал накачивать. Товарищ выдергивает из мяча шланг насоса... Из мяча с силой выходит воздух со звуком "ш". Тело вновь обмякло, вернулось в исходное положение". Затем играющие меняются ролями.

- *Игры, способствующие расслаблению.*

"Водопад"

Цель: эта игра на воображение поможет детям расслабиться.

"Сядьте поудобнее и закройте глаза. 2-3 раза глубоко вдохните и выдохните. Представьте себе, что вы стоите возле водопада. Но это не совсем обычный водопад. Вместо воды в нем падает вниз мягкий белый свет. Теперь представьте себя под этим водопадом и почувствуйте, как этот прекрасный белый свет струится по вашей голове... Вы чувствуете, как расслабляется ваш лоб, затем рот, как расслабляются мышцы шеи... Белый свет течет по вашим плечам, затылку и помогает им стать мягкими и расслабленными. Белый свет стекает с вашей спины, и вы замечаете, как и в спине исчезает напряжение, и она тоже становится мягкой и расслабленной.

А свет течет по вашей груди, по животу. Вы чувствуете, как они расслабляются и вы сами собой, без всякого усилия, можете глубже вдыхать и выдыхать. Это позволяет вам ощущать себя очень расслабленно и приятно.

Пусть свет течет также по вашим рукам, по ладоням, по пальцам. Вы замечаете, как руки и ладони становятся все мягче и расслабленнее. Свет течет и по ногам, спускается к вашим ступням. Вы чувствуете, что и они расслабляются и становятся мягкими. Этот удивительный водопад из белого света обтекает все ваше тело. Вы чувствуете себя совершенно спокойно и безмятежно, и с каждым вдохом и выдохом вы все глубже расслабляетесь и наполняетесь свежими силами... (30 секунд).

Теперь поблагодарите этот водопад света за то, что он вас так чудесно расслабил... Немного потянитесь, выпрямитесь и откройте глаза".

После этой игры стоит заняться чем-нибудь спокойным.

"Танцующие руки"

Цель: если дети беспокойны или расстроены, эта игра даст им (особенно огорченным, беспокойным) возможность прояснить свои чувства и внутренне расслабиться.

"Разложите большие листы оберточной бумаги (или старые обои) на полу. Возьмите каждый по 2 мелка. Выберите для каждой руки мелок понравившегося вам цвета. Теперь ложитесь спиной на разложенную бумагу так, чтобы руки, от кисти до локтя, находились над бумагой. (Иными словами, так, чтобы у детей был простор для рисования.) Закройте глаза, и, когда начнется музыка, вы можете обеими руками рисовать по бумаге. Двигайте руками в такт музыке. Потом вы можете посмотреть, что получилось" (2-3 минуты).

Игра проводится под музыку.

"Слепой танец"

Цель: развитие доверия друг к другу, снятие излишнего мышечного напряжения.

"Разбейтесь на пары. Один из вас получает повязку на глаза, он будет "слепой". Другой останется "зрячим" и сможет водить "слепого". Затем поменяйтесь ролями. Помогите партнеру завязать повязку".

В качестве подготовительного этапа можно посадить детей попарно и попросить их взяться за руки. Тот, кто видит, двигает руками под музыку, а ребенок с завязанными глазами пытается повторить эти движения, не отпуская рук, 1-2 минуты. Потом дети меняются ролями. Если тревожный ребенок отказывается закрыть глаза, успокойте его и не настаивайте. Пусть танцует с открытыми глазами.

По мере избавления ребенка от тревожных состояний можно начинать проводить игру не сидя, а двигаясь по помещению.

"Смена ритмов"

Цель: помочь тревожным детям включиться в общий ритм работы, снять излишнее мышечное напряжение.

Если воспитатель хочет привлечь внимание детей, он начинает хлопать в ладоши и громко, в такт хлопкам, считать: раз, два, три, четыре... Дети присоединяются и тоже, все вместе хлопая в ладоши, хором считают: раз, два, три, четыре... Постепенно воспитатель, а вслед за ним и дети, хлопает все реже, считает все тише и медленнее.

"Волшебный стул"

Цель: способствовать повышению самооценки ребенка, улучшению взаимоотношений между детьми.

В эту игру можно играть с группой детей на протяжении длительного времени. Предварительно взрослый должен узнать "историю" имени каждого ребенка - его происхождение, что оно означает. Кроме этого надо изготовить корону и "Волшебный стул" - он должен быть обязательно высоким. Взрослый проводит небольшую вступительную беседу о происхождении имен, а затем говорит, что будет рассказывать об именах всех детей группы (группа не должна быть более 5-6 человек, но можно играть и в парах), причем имена тревожных детей лучше называть в середине игры. Тот, про чье имя рассказывают, становится королем. На протяжении всего рассказа об его имени он сидит на троне в короне.

В конце игры можно предложить детям придумать разные варианты его имени (нежные, ласкательные). Можно также по очереди рассказать что-то хорошее о короле.

- *Групповые игры для повышения самооценки ребенка и снижения тревожности.*

Игра "Похвалилки"

Дети сидят в кругу (или за партами). Каждый получает карточку, на которой зафиксировано какое-либо одобряемое окружающими действие или поступок. Причем формулировка обязательно начинается словами "Однажды я..." Например: "Однажды я помог товарищу в школе" или "Однажды я быстро выполнил домашнее задание" и т.д.

На обдумывание задания дается 2-3 минуты, после чего каждый ребенок по кругу (или по очереди) делает краткое сообщение о том, как однажды он здорово выполнил именно то, что указано в его карточке.

После того как все дети выскажутся, взрослый может обобщить сказанное. Если же дети готовы к обобщению без помощи взрослого, пусть они это сделают сами.

В заключение можно провести беседу о том, что каждый ребенок обладает какими-либо талантами, но для того чтобы это заметить, необходимо внимательно, заботливо и доброжелательно относиться к окружающим.

Игра "За что меня любит мама (или другой значимый взрослый)"

Дети сидят в кругу (или за партами). Каждый ребенок по очереди говорит всем, за что его любит мама. Затем можно попросить одного из детей (желающего), чтобы он повторил то, что сказали другие. При затруднении дети могут ему помочь.

После этого нужно обсудить с детьми, приятно ли им было, что другие дети запомнили эту информацию. Дети обычно сами делают вывод, что надо внимательно относиться к окружающим и слушать их.

На первых порах дети, чтобы показаться значимыми, рассказывают, что мамы любят их за то, что они

моют посуду, не мешают маме писать диссертацию, любят маленькую сестренку... Только после многократного повторения этой игры дети приходят к выводу, что их любят просто за то, что они есть.

Игра "Подари карточку"

Взрослый вместе с детьми в течение нескольких занятий рисует карточки с пиктограммами, обозначающими различные положительные качества. С детьми необходимо обсудить, что означает каждая пиктограмма.

Например, карточка с изображением улыбающегося человечка может символизировать веселье, с изображением двух одинаковых конфет - доброту или честность. Если дети умеют читать и писать, вместо пиктограмм можно записать на каждой карточке какое-либо положительное качество (обязательно положительное!).

Каждому ребенку выдается 5-8 карточек. По сигналу ведущего дети закрепляют на спине товарищей (при помощи скотча) все карточки. Ребенок получает ту или иную карточку, если его товарищи считают, что он обладает этим качеством.

По сигналу взрослого дети прекращают игру и обычно с большим нетерпением снимают со спины "добычу".

На первых порах, конечно, случается, что не у всех играющих оказывается много карточек, но при повторении игры и после обсуждения ситуация меняется.

Во время обсуждения можно спросить у детей, приятно ли получать карточки. Затем можно выяснить, что приятнее - дарить хорошие слова другим или получать их самому. Чаще всего дети говорят, что нравится и дарить, и получать. Тогда ведущий может обратить их внимание на тех, кто совсем не получал карточек или получал их совсем мало. Обычно эти дети признаются, что они с удовольствием дарили карточки, но им бы тоже хотелось получить такие подарки.

Как правило, при повторном проведении игры "отверженных" детей не остается.

4. Игра "Скульптура"

Эта игра учит детей владеть мышцами лица, рук, ног и снимать мышечное напряжение.

Дети разбиваются на пары. Можно проводить в паре: психолог – ученик. Один из них - скульптор, другой - скульптура. По заданию взрослого (или ведущего-ребенка) скульптор лепит из "глины" скульптуру:

- ребенка, который ничего не боится;
- ребенка, который всем доволен;
- ребенка, который выполнил сложное задание и т.д.

Темы для скульптур может предлагать взрослый, а могут - сами дети. Играющие обычно меняются ролями. Возможен вариант групповой скульптуры. После проведения игры целесообразно обсудить с детьми, что они чувствовали в роли скульптора, скульптуры, какую фигуру приятно было изображать, какую - нет.

2.4 Беседы и консультационная деятельность

С детьми, проходящими курс по программе, проводятся беседы, как правило, объясняющие те или иные темы, которые разбираются затем на диагностических или практических занятиях.

Примерные темы бесед:

- Тревожность и ее особенности. Как справляться с тревогой.
- Конструктивная и деструктивная агрессия. Методы саморегуляции при вспышке агрессии
- Темперамент: типы и признаки
- Мой характер
- Антисоциальное и асоциальное поведение

Проводятся консультации детей и, по запросу, родителей учащихся на актуальные темы.

Список использованной методической литературы:

1. А. Н. Капустина «Многофакторная личностная методика Р. Кеттелла», - СПб.: Речь, 2004,
2. Д. Я. Райгородский «Практическая психодиагностика. Методики и тесты», - М.: Бахрах-М, 2011
3. Е.К. Лютова, Г.Б. Моница «Шпаргалка для взрослых. Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми», - СПб.: Речь, 2010 г
4. Шапарь В.Б. «Практическая психология. Психодиагностика отношений между родителями и детьми», - Р.: Феникс, 2006 г

В настоящем документе пропито,

пронумеровано и скреплено печатью

(77) лист *свидетельств*

