

**Министерство просвещения Республики Казахстан
Комитет по охране прав детей
НАО ННПИБД «Өркен»**

**СБОРНИК ДИАГНОСТИЧЕСКИХ
МЕТОДИК:
ПОМОЩЬ ШКОЛЬНОМУ
ПСИХОЛОГУ**

Алматы 2025

СОДЕРЖАНИЕ

Введение

Краткие рекомендации для школьного психолога по организации и проведению диагностической работы в школе.

Рекомендуемый график использования диагностического инструментария в течение учебного года.

ГЛАВА 1. МЕТОДИКИ ДИАГНОСТИКИ ЛИЧНОСТНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ, ВЛИЯЮЩИХ НА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ РЕБЕНКА.

1.1. Методики для выявления учащихся с аутодеструктивным поведением

1.1.1. Методика диагностики уровня субъективного ощущения одиночества, авторы Д. Расселл, Л. Пепло, М. Фергюсон

1.1.2. Методика «Шкала переживания одиночества», автор С.Г. Корчагина

1.1.3. Экспресс-методика «Выявление тревожности у пятиклассников в период адаптации», автор О.Н. Хмельницкая

1.1.4. Методика диагностики жизнестойкости, автор С.Мадди, в адаптации Д. Леонтьева

1.1.5. Прогностическая таблица риска суицида у детей и подростков, автор А.Н. Волкова

1.1.6. Анкета-опросник «Карта риска суицида», автор Л. Б. Шнейдер

1.1.7. Шкала интернет-зависимости, автор Кимберли Янг

1.2. Методики для выявления учащихся с девиантным поведением

1.2.1. Проективная методика «Дерево с человечками», автор Д. Лампен, в адаптации Л.П. Пономаренко

1.2.2. Опросник Дэна Олвеуса «Буллинг»

1.2.3. Экспресс-анкетирование «Как с тобой обращаются» 2-4 классы, авторский коллектив научных сотрудников ННПИБД «Оркен» (обработка, интерпретация)

1.2.4. Экспресс-анкетирование «Как с тобой обращаются» 5-11 классы, авторский коллектив научных сотрудников ННПИБД «Оркен» (обработка, интерпретация)

1.2.5. Схема экспертной оценки социально-психологической адаптации детей к школе (для педагогов), авторы В.И. Чирков, О.Л. Соколова, О.В. Сорокина.

1.2.6. Схема экспертной оценки социально-психологической адаптации детей к школе (для родителей), авторы В.И. Чирков, О. Л.Соколова, О. В.Сорокина

1.2.7. Шкала благополучия подростка, автор Кэрол Рифф

1.2.8. Методика оценки влияния маркеров кибербуллинга на уровень психологического здоровья школьников, автор Г.М. Ракишева

ГЛАВА 2. МЕТОДИКИ ДЛЯ УГЛУБЛЕННОГО ПСИХОДИАГНОСТИЧЕСКОГО ОБСЛЕДОВАНИЯ УЧАЩИХСЯ ШКОЛ, ВОШЕДШИХ В ГРУППЫ РИСКА.

2.1. Методики для учащихся из группы риска, склонных к аутодеструктивному поведению

2.1.2. Проективная методика «Человек под дождем»

2.1.3. Проективная методика «Несуществующее животное»

2.1.4. Шкала безнадёжности, автор Аарон Темкин Бек

2.2. Методики для учащихся из группы риска, склонных к девиантному поведению

2.2.1. Методика незаконченных предложений, автор Е.Н Волкова.

2.2.2. Опросник «Качество межличностных отношений в образовательной среде для подростков», автор Г. Кожухарь Г.

2.2.3. Опросник «Качество межличностных отношений в образовательной среде» для педагогов, автор Г. Кожухарь

2.2.4 Диагностика враждебности шкала, авторы У. Кук и Д. Медли,

2.2.5. Шкала самооценки М. Розенберга

ВВЕДЕНИЕ

Данный сборник подготовлен в целях оказания методической помощи школьным психологам.

Сборник содержит:

- краткие рекомендации для школьного психолога по организации и проведению диагностической работы в школе;
- выдержку из Приказа Министра образования и науки Республики Казахстан «Об утверждении Типовых квалификационных характеристик должностей педагогов» от 13 июля 2009 года № 338 с требованиями к образованию, перечислением должностных обязанностей педагога-психолога, психолога организаций образования;
- двадцать три диагностические методики, направленные на выявление учащихся, относящихся к группам риска по склонности к аутодеструктивному и девиантному поведению.

Каждая методика, представленная в сборнике, содержит:

- название,
- краткую информацию об авторе,
- цель проведения,
- инструкцию по применению,
- технологию обработки полученных результатов и интерпретация результатов.

Сборник состоит из двух глав:

- **глава 1.** «Методики для диагностики личностных качеств ребенка, влияющих на его психологическое благополучие»
- **глава 2.** «Методики для углубленного психодиагностического обследования учащихся школ, отнесенных к группам риска»

КРАТКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ШКОЛЬНОГО ПСИХОЛОГА ПО ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЮ ДИАГНОСТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ В ШКОЛЕ

Диагностическая работа является важным направлением деятельности школьного психолога и включает изучение личности учащегося, познавательных процессов, эмоционально-волевых особенностей, а также межличностных отношений в классном и школьном коллективах.

Психологическая диагностика предполагает системное психолого-педагогическое изучение обучающихся в течение всего периода обучения. Ее задачи включают выявление индивидуальных особенностей, склонностей, личностных ресурсов, а также факторов, препятствующих успешной адаптации и обучению. Диагностика может проводиться как индивидуально, так и в групповой форме.

ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИИ ДИАГНОСТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ:

1. Комплексное психолого-педагогическое обследование всех школьников определенной параллели — так называемое «фронтальное», плановое обследование. Такая форма представляет собой первичную диагностику, результаты которой позволяют выделить «благополучных», «неблагополучных» детей в отношении измеряемых характеристик. Примерами таких обследований в средней школе может служить:

- отслеживание динамики адаптации школьников к обучению в среднем звене,
- составление социально-психологического статуса школьника в период острого подросткового кризиса,
- обследование старшеклассников и т. д.

Основными способами получения информации о психолого-педагогическом статусе школьника при комплексном обследовании могут быть:

- экспертные опросы педагогов и родителей;
- структурированное наблюдение за учащимися в процессе обследования;
- психологическое обследование школьников;
- анализ педагогической документации (классный журнал, ученические тетради) и материалов предыдущих обследований.

2. Углубленное психодиагностическое обследование используется при исследовании сложных случаев и включает применение индивидуального диагностирования. Такая форма работы проводится по результатам первичной диагностики либо, как правило, является обязательным компонентом консультирования педагогов и родителей по поводу реальных трудностей ребенка в общении, обучении и др.

Углубленное психодиагностическое обследование имеет индивидуальный характер с использованием более сложных методик с предварительным

выдвижением гипотез о возможных причинах выявленных (или заявленных) трудностей, с обоснованием выбора стратегии и методов обследования.

3. Оперативная диагностика – экстренное получение информации в кризисных ситуациях с использованием экспресс-методик, анкетирования, беседы.

4. Этапы организации и проведения диагностики

Для получения достоверных результатов обследования школьный психолог должен учитывать ряд факторов:

- При большом количестве обследуемых рекомендуется привлечение социальных педагогов или классных руководителей в качестве помощников (только на этапе организации процедуры, интерпретация результатов остается за психологом).
- Перед проведением важно четко определить цель диагностики: какие характеристики необходимо изучить и для каких задач.
- Диагностический инструментарий подбирается с учетом возрастных особенностей детей, легкости применения и обработки, валидности и надежности.
- Заготовка материалов: анкеты, опросники, раздаточные материалы, либо создание Google-форм.
- Определение времени, места, состава участников.
- При необходимости – информирование родителей и получение их согласия.

Если обследование будет проводиться несколькими школьными сотрудниками, то необходимо для всех провести **предварительный инструктаж**, сообщить им о цели, задачах, формах проводимого обследования.

В день проведения психолого-педагогического обследования, школьному психологу или заменяющему его школьного сотруднику в кабинете, где собран определённый контингент учащихся необходимо:

- постараться создать спокойную, доброжелательную атмосферу;
- провести подробный инструктаж для учащихся и ответить на все вопросы;
- обратить внимание учащихся на отсутствие «правильных» и «неправильных» ответов;
- особо подчеркнуть безопасность и анонимность обследования;
- подробно проинструктировать учащихся о правилах выполнения заданий предлагаемой методики;
- вести наблюдение за выполнением заданий учащимися, возможно, полученные наблюдения помогут вам сделать более точные выводы при интерпретации результатов;
- углубленная диагностика учащихся, попавших в группы риска по результатам первичной диагностики, проводится в индивидуальном порядке. Результаты диагностики (первичной и углубленной) каждого ученика, попавшего в группу риска, необходимо обсудить с сотрудником центра психологической поддержки для уточнения выводов.

Выдержка из Приказа Министра образования и науки Республики Казахстан от 13 июля 2009 года № 338 «Об утверждении Типовых квалификационных характеристик должностей педагогов»

Параграф 9. Педагог-психолог, психолог организаций образования

72. ДОЛЖНОСТНЫЕ ОБЯЗАННОСТИ:

- осуществляет деятельность, направленную на обеспечение и нормализацию психологического благополучия обучающихся и воспитанников, развитие у них способности к социально-психологической адаптации в трудных жизненных ситуациях, в том числе связанных с девиантным поведением;
- оказывает помощь обучающимся и воспитанникам в профильном и профессиональном самоопределении;
- формирует психолого-педагогическую культуру педагогов, родителей и иных законных представителей в условиях образовательной среды и способствует формированию толерантности между участниками образовательного процесса;
- содействует реализации принципа инклюзивности и обеспечивает толерантную культуру поведения всех участников образовательного процесса;
- проводит **работу по профилактике** аутодеструктивного и девиантного поведения у обучающихся и воспитанников;
- прививает антикоррупционную культуру, принципы академической честности среди обучающихся, воспитанников, педагогов и других работников;
- **проводит психолого-педагогическую диагностику состояния обучающихся и воспитанников, составляет психолого-педагогическое заключение и рекомендации для оказания психологической помощи;**
- участвует в оценке особых образовательных потребностей обучающихся и разрабатывает развивающие программы с учетом индивидуальных особенностей и возможностей обучающихся;
- оказывает психолого-педагогическое сопровождение детям с различными психологическими проблемами, в том числе детям с особыми образовательными потребностями в форме консультаций, индивидуальных, подгрупповых и групповых развивающих занятий;
- осуществляет психологическую поддержку одаренных обучающихся;
- оказывает консультативную помощь и психологическую поддержку обучающимся, воспитанникам, педагогам, родителям или иным законным представителям в решении психологических проблем, связанных с трудностями в образовательной деятельности;
- проводит организационно-методическую и научно-методическую работу с целью разработки рекомендаций педагогическому коллективу, а также родителям или иным законным представителям по проблемам личностного и социального развития обучающихся и воспитанников;

- ведет документацию по установленной форме, принимает участие в работе педагогических, методических советов, в работе по проведению родительских собраний, воспитательных и других мероприятий, предусмотренных в плане работы организации образования;
- непрерывно повышает профессиональные компетенции по направлению педагогики, психологии психотерапии, применяет методы и технологии психолого-педагогического сопровождения обучающихся и воспитанников;
- содействует охране прав личности в соответствии с Конвенцией о правах ребенка и действующего законодательства Республики Казахстан;
- обеспечивает охрану жизни, здоровья и прав детей, соблюдает правила безопасности и охраны труда, противопожарной защиты;
- осуществляет разработку рекомендаций по преодолению трудностей в учебно-познавательной деятельности обучающихся и воспитанников;
- в ходе профессиональной деятельности руководствуется психолого-педагогическими принципами образовательной деятельности;
- **определяет допустимые методы и методики для проведения диагностики, с учетом возрастных особенностей обучающихся и поступающих запросов;**
- дифференцирует причины возникновения психологических, социальных или физиологических трудностей в освоении общеобразовательных программ;
- **проводит психологическое исследование особенностей личности обучающегося и воспитанника, анализ психоэмоционального состояния и возможностей его стабилизации;**
- **проводит индивидуальные или групповые коррекционные, развивающие и мотивационные занятия или тренинги;**
- участвует в мониторинге динамики изменений учебно-познавательной деятельности и социализации обучающихся и воспитанников;
- **взаимодействует со специалистами соответствующего профиля внутри и вне организации образования по преодолению трудностей в учебно-познавательной деятельности и социализации обучающегося и воспитанника.**

Сноска. Пункт 72 - в редакции приказа Министра просвещения РК от 14.04.2023 № 100 (вводится в действие по истечении десяти календарных дней после дня его первого официального опубликования).

73. ДОЛЖЕН ЗНАТЬ:

- Конституцию Республики Казахстан, законы Республики Казахстан «Об образовании», «О статусе педагога», «О противодействии коррупции» и иные нормативные правовые акты по вопросам образования;
- психологию личности, дифференциальную детскую и возрастную социальную, медицинскую психологию, детскую нейропсихологию, патопсихологию, психосоматику;

- нормы педагогической этики;
- основы дефектологии, психотерапии, сексологии, психогигиены, профориентации, профессиоведения и психологии труда, психодиагностики, психологического консультирования и психопрофилактики;
- методы активного обучения, социально-психологического общения;
- современные методы индивидуальной и групповой консультации, диагностики и коррекции развития ребенка,
- основы трудового законодательства, правила безопасности и охраны труда, противопожарной защиты, санитарные правила и нормы.

74. ТРЕБОВАНИЯ К КВАЛИФИКАЦИИ:

- высшее или послевузовское образование по направлениям подготовки кадров “Педагогика и психология”, “Социальные науки” (группа образовательных программ “Психология”), без предъявления требований к стажу работы;
- и (или) при наличии высшего или среднего уровня квалификации стаж работы по специальности: для педагога-модератора не менее 3 лет, для педагога-эксперта – не менее 4 лет, педагога-исследователя не менее 5 лет;
- и (или) при наличии высшего уровня квалификации стаж работы по специальности: для педагога-мастера не менее 5 лет.

Сноска. Пункт 74 с изменением, внесенным приказом Министра просвещения РК от 14.04.2023 № 100 (вводится в действие по истечении десяти календарных дней после дня его первого официального опубликования).

75. ТРЕБОВАНИЯ К КВАЛИФИКАЦИИ С ОПРЕДЕЛЕНИЕМ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

1) «педагог»:

- должен пользоваться современными психологическими методиками;
- осуществлять диагностическую, коррекционную работу с детьми;
- обеспечивать эмоциональное благополучие, эффективное развитие детей;
- планировать и организовывать учебно-воспитательный процесс с учетом психолого-возрастных особенностей обучающихся;
- осуществлять психологическое просвещение педагогического коллектива и родителей;

2) «педагог-модератор»:

- должен соответствовать общим требованиям к квалификации «педагог», а также:
- осуществлять работу с детьми с учетом индивидуально-психологических особенностей;
- организовывать работу в проблемных (нестандартных) ситуациях с детьми, педагогами, родителями;
- обеспечивать и регулировать взаимоотношения взрослых с детьми;

- применять активные методы социальной адаптации;
- оказывать консультативную помощь родителям и педагогам;

3) «педагог-эксперт»:

должен соответствовать к квалификации «педагог-модератор», а также:

- проводить психологическую диагностику различного профиля и предназначения, осуществлять индивидуальную работу с детьми;
- руководить творческой группой, участвовать в конференциях, семинарах по актуальным вопросам психолого–педагогической деятельности;
- разрабатывать рекомендации по психологической поддержке детей дошкольного возраста;
- осуществлять наставничество и определять приоритеты профессионального развития: собственного и коллег на уровне организации образования, обобщать опыт на уровне района/города;

4) «педагог-исследователь»:

- должен соответствовать к квалификации “педагог-эксперт”, а также:
- самостоятельно разрабатывать психолого-педагогические программы по работе с детьми дошкольного возраста с учетом данных психологического обследования и диагностики, составлять психологическое заключение и проводить коррекционную работу;
- разрабатывать методические пособия, учебно-методические комплексы;
- внедрять инновационный опыт по организации психолого-педагогической работы;
- оказывать помощь педагогам по организации воспитания и обучения детей;
- осуществлять наставничество и определять стратегии развития в психолого - педагогическом сообществе на уровне района, города, обобщать опыт на уровне области/городов республиканского значения и столицы;

5) «педагог-мастер»:

- должен соответствовать к квалификации “педагог-исследователь”, а также:
- иметь авторскую программу или являться автором (соавтором) изданных учебно-методических пособий, учебно-методических комплексов, получивших одобрение на РУМС;
- осуществлять наставничество и планировать развитие сети профессионального сообщества на уровне области/городов республиканского значения и столицы;
- являться участником республиканских и международных профессиональных конкурсов, утвержденных уполномоченным органом в области образования.

РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ГРАФИК ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ДИАГНОСТИЧЕСКОГО ИНСТРУМЕНТАРИЯ В ТЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ГОДА

Направление	Месяц	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс	5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс	10 класс	11 класс	1 курс колледжа	2 курс колледжа
Аутодеструктивное поведение	Сентябрь													
	Октябрь										Методика диагностики уровня субъективного ощущения одиночества Д. Рассела и М. Фергюсона	Методика диагностики уровня субъективного ощущения одиночества Д. Рассела и М. Фергюсона	Методика диагностики уровня субъективного ощущения одиночества Д. Рассела и М. Фергюсона	Методика диагностики уровня субъективного ощущения одиночества Д. Рассела и М. Фергюсона
	Ноябрь													
	Декабрь													
	Январь													
	Февраль					Экспресс методика тревожности (модификация	Экспресс методика тревожности	Опросник жизнестойкости (С.Мад	Опросник жизнестойкости (С.Мад	Опросник жизнестойкости (С.Мад	Опросник жизнестойкости (С.Мад	Опросник жизнестойкости (С.Мад	Опросник жизнестойкости (С.Мад	Опросник жизнестойкости (С.Мад

						теста Филлипс а О.Хмель ницкой)	(модиф икация теста Филли пса О.Хме льницк ой)	ди в адапта ции Д.Леон тьева)	ди в адапта ции Д.Леон тьева)	ди в адапта ции Д.Леон тьева)	ди в адапта ции Д.Леон тьева)	ди в адапта ции Д.Леон тьева)	ди в адапта ции Д.Леон тьева)	ди в адапта ции Д.Леон тьева)
	Март					Опросни к «Одиноч ество» (С.Г.Кор чагина)	Опрос ник «Один очеств о» (С.Г.Ко рчагин а)	Опрос ник «Один очеств о» (С.Г.Ко рчагин а)	Опрос ник «Один очеств о» (С.Г.Ко рчагин а)	Опрос ник «Один очеств о» (С.Г.Ко рчагин а)				
	Апрель													
	Май													
Карты и таблицы заполняет педагог- психолог	Прог ности ческа я табли ца риска суици да у детей (А.Н. Волко ва)	Прог ности ческа я табли ца риска суици да у детей (А.Н. Волко ва)	Прог ност ичес кая табл ица риск а суиц ида у дете й (А.Н. Волк ова)	Прог ност ичес кая табл ица риск а суиц ида у дете й (А.Н. Волк ова)	Методик а «Карта риска суицида » (модифи кация для подростк ов Л.Б. Шнейдер)	Метод ика «Карта риска суицид а» (модиф икация для подрос тков Л.Б. Шнейд ер)	Метод ика «Карта риска суицид а» (модиф икация для подрос тков Л.Б. Шнейд ер)	Метод ика «Карта риска суицид а» (модиф икация для подрос тков Л.Б. Шнейд ер)	Метод ика «Карта риска суицид а» (модиф икация для подрос тков Л.Б. Шнейд ер)	Методи ка «Карта риска суицид а» (модиф икация для подрос тков Л.Б. Шнейд ер)	Методи ка «Карта риска суицид а» (модиф икация для подрос тков Л.Б. Шнейд ер)	Методи ка «Карта риска суицид а» (модиф икация для подрос тков Л.Б. Шнейд ер)	Методи ка «Карта риска суицид а» (модиф икация для подрос тков Л.Б. Шнейд ер)	Методи ка «Карта риска суицид а» (модиф икация для подрос тков Л.Б. Шнейд ер)

При выявлении группы риска используются углубленное диагностирование		Проективная методика "Рисунки семьи"	Проективная методика "Рисунки семьи"	Проективная методика "Рисунки семьи"	Проективная методика "Рисунки семьи"	Проективная методика "Человек под дождем"	Проективная методика "Человек под дождем"	Проективная методика "Человек под дождем"	Проективная методика "Человек под дождем", шкала безнадёжности Бека	Проективная методика "Человек под дождем", шкала безнадёжности Бека	Проективная методика "Несущее животное", шкала безнадёжности Бека	Проективная методика "Несущее животное", шкала безнадёжности Бека	Проективная методика "Несущее животное", шкала безнадёжности Бека	Проективная методика "Несущее животное", шкала безнадёжности Бека
Девиантное поведение	Сентябрь		Проективная методика "Древосечение"	Проективная методика "Древосечение"	Проективная методика "Древосечение"	Опросник Д. Олвеуса "Буллинг"	Опросник Д. Олвеуса "Буллинг"	Опросник Д. Олвеуса "Буллинг"	Опросник Д. Олвеуса "Буллинг"	Опросник Д. Олвеуса "Буллинг"	Опросник Д. Олвеуса "Буллинг"	Опросник Д. Олвеуса "Буллинг"	Опросник Д. Олвеуса "Буллинг"	Опросник Д. Олвеуса "Буллинг"
	Октябрь	Экспресс анкетирование по выявлению насилия, разра	Экспресс анкетирование по выявлению насилия, разра	Экспресс анкетирование по выявлению насилия, разра	Экспресс анкетирование по выявлению насилия, разра	Экспресс анкетирование по выявлению насилия, разработанное Оркен	Экспресс анкетирование по выявлению насилия, разработанно	Экспресс анкетирование по выявлению насилия, разработанно	Экспресс анкетирование по выявлению насилия, разработанно	Экспресс анкетирование по выявлению насилия, разработанно	Экспресс анкетирование по выявлению насилия, разрабо	Экспресс анкетирование по выявлению насилия, разрабо	Экспресс анкетирование по выявлению насилия, разрабо	Экспресс анкетирование по выявлению насилия, разработанно

	ботан ное Өрке н. Прое ктивн ая метод ика "Дере во с челов ечкам и"	ботан ное Өрке н	разра бота нное Өрке н	разра бота нное Өрке н		е Өрке н	е Өрке н	е Өрке н	е Өрке н	танное Өрке н	танное Өрке н	танное Өрке н	е Өрке н
	Ноябрь												
	Декабрь												
	Январь												
	Феврал ь												
	Март												
	Апрель												
	Май												
Заполняет педагог и родитель	«Схе ма экспе ртной оценк и социа льно- психо логич еской адапт	«Схе ма экспе ртной оценк и социа льно- психо логич еской адапт	«Схе ма экспе ртно й оцен ки соци альн о- псих олог	«Схе ма экспе ртно й оцен ки соци альн о- псих олог									

	ации детей к школ е»(В. И. Чирк ов,О. Л.Сок олова ,О. В.Сор окина)	ации детей к школ е»(В. И. Чирко в,О. Л.Сок олова ,О. В.Сор окина)	ичес кой адап таци и дете й к школ е»(В. И. Чирк ов,О. Л.Со коло ва,О. В.Со роки на)	ичес кой адап таци и дете й к школ е»(В. И. Чирк ов,О. Л.Со коло ва,О. В.Со роки на)										
При выявлении группы риска используются дополнительные диагностики					Опросни к «Качеств о межличн остных отношен ий в образова тельной среде» (Кожуха рь Г.)	Опрос ник «Качес тво межли чностн ых отноше ний в образо ватель ной среде» (Кожух арь Г.)	Опрос ник «Качес тво межли чностн ых отноше ний в образо ватель ной среде» (Кожух арь Г.)	Опрос ник «Качес тво межли чностн ых отноше ний в образо ватель ной среде» (Кожух арь Г.)	Опрос ник «Качес тво межли чностн ых отноше ний в образо ватель ной среде» (Кожух арь Г.)					

			Методика незаконченных предложений	Методика незаконченных предложений	Методика незаконченных предложений	Методика незаконченных предложений	Методика незаконченных предложений	Методика незаконченных предложений	Методика незаконченных предложений	Методика незаконченных предложений	Методика незаконченных предложений	Методика незаконченных предложений	Методика незаконченных предложений
					Выявление негативных факторов, влияющих на психологическую безопасность образовательной среды (И.А. Баева)	Выявление негативных факторов, влияющих на психологическую безопасность образовательной среды (И.А. Баева)	Выявление негативных факторов, влияющих на психологическую безопасность образовательной среды (И.А. Баева)	Выявление негативных факторов, влияющих на психологическую безопасность образовательной среды (И.А. Баева)	Выявление негативных факторов, влияющих на психологическую безопасность образовательной среды (И.А. Баева)	Диагностика враждебности шкала У. Куком и Д. Медлей, Шкала самооценки Розенберга	Диагностика враждебности шкала У. Куком и Д. Медлей, Шкала самооценки Розенберга	Диагностика враждебности шкала У. Куком и Д. Медлей, Шкала самооценки Розенберга	Диагностика враждебности шкала У. Куком и Д. Медлей, Шкала самооценки Розенберга
Количество за год основных	2	2	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4
Количество углубленных методик	3	3	3	3	5	5	5	5	5	4	4	4	4

ГЛАВА 1. МЕТОДИКИ ДЛЯ ДИАГНОСТИКИ ЛИЧНОСТНЫХ КАЧЕСТВ РЕБЕНКА, ВЛИЯЮЩИХ НА ЕГО БЛАГОПОЛУЧИЕ.

1.1. МЕТОДИКИ ДЛЯ ВЫЯВЛЕНИЯ УЧАЩИХСЯ С АУТОДЕСТРУКТИВНЫМ ПОВЕДЕНИЕМ

Аутодеструктивное поведение — это поведение, связанное с разными формами саморазрушения: от высокорискованных действий, нацеленных на поиск новых ощущений, до самоповреждений и суицидальных актов.

Аутодеструктивное поведение определяют как намеренное причинение себе вреда, или совершение действий, которые имеют негативные последствия для индивида. Чаще всего под этим понятием подразумевают суицидальное и самоповреждающее поведение, реже — алкогольную и наркотическую зависимость, расстройства пищевого поведения. Портал психологических изданий. Консультативная психология и психотерапия — 2015. Том 23

1.1.1. МЕТОДИКА ДИАГНОСТИКИ УРОВНЯ СУБЪЕКТИВНОГО ОЩУЩЕНИЯ ОДИНОЧЕСТВА БЫЛА РАЗРАБОТАНА Д. РАССЕЛЛОМ, Л. ПЕПЛО, М. ФЕРГЮСОНОМ В 1978 ГОДУ.

Рассел Д. Миарс (Russell D. Miars) – профессор Университета Порленда. Исследования и научные интересы Рассела Д. Миарса включают клинические наблюдения, правовые и этические вопросы в области консультирования, оценка результатов и эффективности психологического консультирования.

Описание методики. Данный диагностический тест-опросник предназначен для определения уровня одиночества, насколько человек ощущает себя одиноким.

Феномен одиночества заключается в том, что чувство одиночества воспринимается как остро субъективное, сугубо индивидуальное и часто уникальное переживание.

Одиночество представляет собой комплексное чувство, которое связывает воедино нечто утраченное внутренним миром личности. Чувство одиночества побуждает человека к энергичному поиску средств противостояния этой «болезни», ибо одиночество действует против основных ожиданий и надежд человека и, таким образом, воспринимается как крайне нежелательное.

В чувстве одиночества есть познавательный момент. Одиночество есть знак своей самости; оно сообщает человеку, «кто я такой в этой жизни». Одиночество – особая форма самовосприятия, острая форма самосознания.

Инструкция. Вам предлагается ряд утверждений. Рассмотрите последовательно каждое и оцените с точки зрения частоты их проявления применительно к Вашей жизни при помощи четырех вариантов ответов: «часто», «иногда», «редко», «никогда». Выбранный вариант отметьте знаком «+».

№	Утверждения	Часто	Иногда	Редко	Никогда
1	Я несчастлив, занимаясь столькими вещами в одиночку				
2	Мне не с кем поговорить				
3	Для меня невыносимо быть таким одиноким				
4	Мне не хватает общения				
5	Я чувствую, будто никто не понимает меня				
6	Я застаю себя в ожидании, что люди позвонят, напишут мне				
7	Нет никого, к кому бы я мог обратиться				
8	Я сейчас больше ни с кем не близок				
9	Те, кто меня окружает, не разделяют мои интересы и идеи				
10	Я чувствую себя покинутым				
11	Я не способен раскрепощаться и общаться с теми, кто меня окружает				
12	Я чувствую себя совершенно одиноким				
13	Мои социальные отношения и связи поверхностны				
14	Мне не достает компании				
15	В действительности никто как следует не знает меня				
16	Я чувствую себя изолированным от других				
17	Я несчастен, будучи таким отверженным				
18	Мне трудно заводить друзей				
19	Я чувствую себя исключенным и изолированным другими				
20	Люди вокруг меня, но не со мной				
	Сумма баллов				
	ИТОГО	*3	*2	*1	*0

Обработка результатов и интерпретация

Подсчитывается количество каждого из вариантов ответов.

Сумма ответов, «часто» умножается на 3, «иногда» – на 2, «редко» – на 1 и «никогда» – на 0. Полученные результаты складываются.

Максимально возможный показатель одиночества – 60 баллов.

От **40 до 60 баллов** – высокая степень одиночества.

От **20 до 40 баллов** – средний уровень одиночества.

От **0 до 20 баллов** – низкий уровень одиночества.

1.1.2. МЕТОДИКА «ШКАЛА ПЕРЕЖИВАНИЯ ОДИНОЧЕСТВА», АВТОР – С.Г. КОРЧАГИНА

Светлана Геннадьевна Корчагина — кандидат психологических наук, доцент Российского нового университета (РосНОУ), г. Москва. Кандидат психологических наук, автор книг “Психология одиночества”, “Интегральная графическая диагностика”, “Генезис, виды и проявления одиночества”, автор более 40 научных статей по темам переживаний, их диагностике и методологии изучения. Консультирование по личным, межличностным и профессиональным проблемам.

Методика «Шкала переживания одиночества» позволяет выявить уровень (глубину) одиночества, которую человек испытывает сейчас

Инструкция. Вам предлагается 12 вопросов и 4 варианта ответов на них. Выберите тот ответ, который наиболее соответствует вашему представлению о себе:

- а) всегда;
- б) часто;
- в) иногда;
- г) никогда.

№	Вопросы	всегда	часто	иногда	никогда
1	1. Бывает ли так, что Вы не находите понимания у близких (друзей)?				
2	Возникает ли у Вас мысль, что по-настоящему Вы никому не нужны?				
3	Бывает ли у Вас ощущение собственной заброшенности, покинутости в мире?				
4	Испытываете ли Вы недостаток в дружеском общении?				
5	Бывает ли у Вас чувство острой тоски по чему-то безвозвратно ушедшему, потерянному навсегда?				

6	Чувствуете ли Вы перегруженность поверхностными социальными контактами, не дающими возможность истинного человеческого общения?				
7	Присутствует ли у Вас ощущение собственной зависимости от других людей?				
8	Способны ли Вы сейчас к истинному сопереживанию горя другого человека?				
9	Можете ли Вы выразить человеку свое сопереживание, понимание, сочувствие				
10	Бывает ли так, что успех или везение другого человека вызывает у Вас чувство своей ущемленности, сожаление по поводу собственных неудач?				
11	Проявляете ли Вы свою самостоятельность в решении сложных жизненных ситуаций?				
12	Чувствуете ли Вы в себе достаточный резерв возможностей для того, чтобы самостоятельно решать жизненные задачи?				
	Сумма баллов				
	ИТОГО	*4	*3	*2	*1

ОБРАБОТКА РЕЗУЛЬТАТОВ И ИНТЕРПРЕТАЦИЯ

Этот опросник обрабатывается достаточно просто. Ответам испытуемого приписываются следующие баллы: всегда – 4, часто – 3, иногда – 2, никогда – 1.

Ключ для измерения выраженности одиночества:

12-16 баллов – человек не переживает сейчас одиночество;

17-27 баллов – неглубокое переживание возможного одиночества;

28-38 баллов – глубокое переживание актуального одиночества;

39-48 баллов – очень глубокое переживание одиночества, погруженность в это состояние.

1.1.3. ЭКСПРЕСС-МЕТОДИКА «ВЫЯВЛЕНИЕ ТРЕВОЖНОСТИ У ПЯТИКЛАССНИКОВ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ», АВТОР О.Н. ХМЕЛЬНИЦКАЯ

О.Н. Хмельницкая является педагогом-психологом, лица № 9 им. А.С. Пушкина, г. Зеленодольск, Республика Татарстан.

Школьная тревожность может проявляться в поведении самыми разнообразными, порой неожиданными, способами, маскируясь под другие проблемы. Особенно этот вопрос актуален для пятиклассников в период перехода из младшего школьного звена в среднее, когда происходит смена всей школьной жизни ребенка (меняется классный руководитель, классная комната, появляются разные преподаватели по каждому предмету и даже появляются новые предметы), что может негативно влиять на эмоциональное, психическое и физическое состояние школьника.

Для того, чтобы помочь преодолеть данный период классный руководитель, школьный психолог должен отслеживать уровень тревожности учащихся, чтобы после скоординировать свои действия для коррекции проблемы.

Детям предлагается оценить изменения в своем самочувствии, произошедшие в последнее время. Положительное утверждение принимается только в том случае, если произошло изменение. Например, ребенок быстро уставал и так же быстро или меньше устает сейчас, в этом случае ответ будет отрицательным.

№	Утверждения	ДА	НЕТ
1	В последнее время я быстро устаю		
2	В последнее время думаю, что у меня дела лучше, чем у некоторых ребят		
3	В последнее время я чувствую себя свободнее		
4	В последнее время у меня появились головокружения/слабость/подташнивание		
5	В последнее время учителя недовольны мной (больше замечаний)		
6	В последнее время мне не хватает уверенности в себе		
7	В последнее время я чувствую себя в безопасности		
8	В последнее время я избегаю трудностей		
9	В последнее время я могу легко расстроиться и даже заплакать		
10	В последнее время у меня стало больше конфликтов		
11	В последнее время домашние задания стали интереснее		
12	В последнее время я хуже понимаю объяснения учителей		
13	В последнее время я долго переживаю неприятности		
14	В последнее время я не высыпаюсь		

15	В последнее время хочу, чтобы в 5-м классе учили прошлогодние учителя		
----	--	--	--

Обработка результатов и интерпретация

Начисляется по 1 баллу за каждый ответ «да» на вопросы : 1, 4, 5, 6, 8, 9, 10, 12, 13, 14, 15, и «нет» на вопросы: 2, 3, 7, 11.

Оценка уровня тревожности:

1–4 балла — низкий уровень.

5–7 баллов — средний уровень.

8–10 баллов — повышенный уровень.

11–15 баллов — высокий уровень.

1.1.4. МЕТОДИКА ДИАГНОСТИКИ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ, АВТОР – С.МАДДИ, В АДАПТАЦИИ Д. ЛЕОНТЬЕВА

Сальваторе Мадди (Salvatore R. Maddi), профессор Школы социальной экологии Калифорнийского университета (School of Social Ecology at the University of California). Последние 15 лет основным направлением его работы выступают исследование, диагностика и фасилитация (*фасилитация, от англ. facilitate, облегчать*) – это набор практик и методов для организации групповой работы. Фасилитация повышает эффективность каждого участника встречи и группы в целом) жизнестойкости – стержневой личностной характеристики, лежащей в основе “мужества быть” по П.Тиллиху и во многом ответственной за успешность личности в совладании с неблагоприятными обстоятельствами жизни.

Тест жизнестойкости представляет собой адаптацию опросника Hardiness Survey, разработанного американским психологом Сальваторе Мадди. Личностная переменная hardiness (жизнестойкость) характеризует меру способности личности выдерживать стрессовую ситуацию, сохраняя внутреннюю сбалансированность и не снижая успешность деятельности.

Жизнестойкость представляет собой систему убеждений о себе, о мире, об отношениях с миром. Это диспозиция, включающая в себя три сравнительно автономных компонента:

- вовлеченность,
- контроль,
- принятие риска.

Выраженность этих компонентов и жизнестойкости в целом препятствует возникновению внутреннего напряжения в стрессовых ситуациях за счет стойкого совладания со стрессами и восприятия их как менее значимых.

Шкалы теста:

1. Вовлеченность.
2. Контроль.
3. Принятие риска.

Вовлеченность определяется как «убежденность в том, что вовлеченность в происходящее дает максимальный шанс найти нечто стоящее и интересное для

личности». Человек с развитым компонентом вовлеченности получает удовольствие от собственной деятельности. В противоположность этому, отсутствие подобной убежденности порождает чувство отвергнутости, ощущение себя «вне» жизни.

Контроль представляет собой убежденность в том, что борьба позволяет повлиять на результат происходящего, пусть даже это влияние не абсолютно и успех не гарантирован. Противоположность этому — ощущение собственной беспомощности. Человек с сильно развитым компонентом контроля ощущает, что сам выбирает собственную деятельность, свой путь.

Принятие риска — убежденность человека в том, что все то, что с ним случается, способствует его развитию за счет знаний, извлекаемых из опыта, — неважно, позитивного или негативного. Человек, рассматривающий жизнь как способ приобретения опыта, готов действовать в отсутствие надежных гарантий успеха, на свой страх и риск, считая стремление к простому комфорту и безопасности обедняющим жизнь личности. В основе принятия риска лежит идея развития через активное усвоение знаний из опыта и последующее их использование.

Инструкция

Ответьте, пожалуйста, на следующие вопросы, отмечая галочкой тот ответ, который наилучшим образом отражает Ваше мнение.

№	ВОПРОСЫ	НЕТ	Скорее НЕТ, чем ДА	Скорее ДА, чем НЕТ	ДА
	Я часто не уверен в собственных решениях				
	Иногда мне кажется, что никому нет до меня дела				
	Часто, даже хорошо выспавшись, я с трудом заставляю себя встать с постели				
	Я постоянно занят и мне это нравится				
	Часто я предпочитаю «плыть» по течению				
	Я меняю свои планы в зависимости от обстоятельств				
	Меня раздражают события, из-за которых я вынужден менять свой распорядок дня				
	Непредвиденные трудности порой сильно утомляют меня				
	Я всегда контролирую ситуацию настолько, насколько это необходимо				

Порой я так устаю, что уже ничто не может меня заинтересовать				
Порой все, что я делаю, кажется мне бесполезным				
Я стараюсь быть в курсе всего происходящего вокруг меня				
Лучше синица в руках, чем журавль в небе				
Вечером я часто чувствую себя совершенно разбитым				
Я предпочитаю ставить перед собой труднодостижимые цели и добиваться их				
Иногда меня пугают мысли о будущем				
Я всегда уверен, что смогу воплотить в жизнь все, что задумал				
Мне кажется, я не живу полной жизнью, а только играю роль				
Мне кажется, что если бы в прошлом у меня было меньше разочарований и невзгод, мне было бы сейчас легче жить на свете				
Возникающие проблемы часто кажутся мне неразрешимыми				
Испытав поражение, я буду пытаться взять реванш				
Я люблю знакомиться с новыми людьми				
Когда кто-нибудь жалуется, что жизнь скучна, это значит, он просто не умеет видеть интересное				
Мне всегда есть чем заняться				
Я всегда могу повлиять на результат того, что происходит вокруг				
Я часто сожалею о том, что уже сделано				
Если проблема требует больших усилий, я предпочитаю отложить ее до лучших времен				
Мне трудно сближаться с другими людьми				
Как правило, окружающие слушают меня внимательно				

	Если бы я мог, я бы многое изменил бы в прошлом				
	Я довольно часто откладываю на завтра то, что трудно осуществимо, или то, в чем я не уверен				
	Мне кажется, жизнь проходит мимо меня				
	Мои мечты редко сбываются				
	Неожиданности дарят мне интерес к жизни				
	Порой мне кажется, что все мои усилия тщетны				
	Порой я мечтаю о спокойной размеренной жизни				
	Мне не хватает упорства закончить начатое				
	Бывает, жизнь кажется мне скучной и бесцветной				
	У меня нет возможности влиять на неожиданные проблемы				
	Окружающие меня недооценивают				
	Как правило, я работаю с удовольствием				
	Иногда я чувствую себя лишним даже в кругу друзей				
	Бывает, на меня наваливается столько проблем, что просто руки опускаются				
	Друзья уважают меня за упорство и непреклонность				
	Я охотно берусь воплощать новые идеи				

КЛЮЧИ ШКАЛ ТЕСТА ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ

Прямые и обратные пункты для каждой шкалы

Субшкалы	Прямые пункты	Обратные пункты
Вовлечённость	4, 12, 22, 23, 24, 29, 41	2, 3, 10, 11, 14, 28, 32, 37, 38, 40, 42
Контроль	9, 15, 17, 21, 25, 44	1, 5, 6, 8, 16, 20, 27, 31, 35, 39, 43
Принятие риска	34, 45	7, 13, 18, 19, 26, 30, 33, 36

Для подсчета баллов ответам на **прямые пункты** присваиваются баллы от 0 до 3:

- «нет» – **0** баллов,
- «скорее нет, чем да» – **1** балл,
- «скорее да, чем нет» – **2** балла,
- «да» – **3** балла.

Ответам на **обратные пункты** присваиваются баллы от 3 до 0:

- «нет» – **3** балла,
- «скорее да, чем нет» – **2** балла,
- «скорее нет, чем да» – **1** балл,
- «да» – **0** баллов.

Затем баллы по отдельной субшкале (вовлеченности, контроля и принятия риска) по прямым и обратным пунктам суммируются.

Суммы получаем по каждой субшкале.

Далее вычисляется **общий балл жизнестойкости** – путем суммирования данных по трем субшкалам.

Уровни	Жизнестой- кость	Вовлечён- ность	Контроль	Принятие риска
Низкий уровень	до 62	до 30	до 21	до 10
Средний уровень	от 63 до 81	от 31 до 38	от 22 до 29	от 11 до 14
Высокий уровень	от 82 до 99	от 39 до 46	от 30 до 38	от 15 до 18

1.1.5. Прогностическая таблица риска суицида у детей и подростков, автор - А.Н. Волкова

Цель: выявление риска суицида среди детей и подростков.

Возраст испытуемых: начиная с подросткового возраста. С осторожностью – в младшем школьном возрасте.

Данная методика предполагает использование процедуры экспертного отчета, который производит взрослый или группа взрослых (психолог, социальный педагог, классный руководитель и т.д.), хорошо знакомые с ситуацией ребенка. Процедура проведения предполагает оценку ситуации, в которой находится ребенок, по 14 ситуациям в баллах.

№	Проблема	Балл
1	Утрата обоих родителей	5
2	Утрата одного из родителей или развод в семье	4
3	Тяжелая психологическая атмосфера в семье	4

4	Изоляция в детском коллективе	4
5	Несправедливые методы воспитания, подавление	4
6	Тяжелые соматические болезни, инвалидность	3
7	Отсутствие опоры на любящего взрослого	3
8	Неудачи в учебе, низкие школьные успехи	3
9	Акцентуации личности	3
10	Употребление алкоголя и наркотиков	2
11	Нарушение контроля, импульсивность	2
12	Низкая самооценка	1
13	Проблемы адаптации	1
14	Пассивность, робость, несамостоятельность	1

Дети, набравшие более 25 баллов, могут быть учтены в группе риска суицида.

1.1.6. АНКЕТА-ОПРОСНИК «КАРТА РИСКА СУИЦИДА», АВТОР Л.Б. ШНЕЙДЕР.

Лидия Бернгардовна Шнейдер является доктором психологических наук, профессором кафедры психологической антропологии, кафедры психологии воспитания и профилактики девиантного поведения и кафедры психологии младшего школьника Института детства Московского педагогического государственного университета.

Цель: определить степень выраженности факторов риска суицида у подростков.

Форма проведения индивидуальная. Респондентам зачитываются выражения, которые соотносятся с соответствующими колонками таблицы в бланке ответа.

Инструкция. Анкету-опросник заполняет педагог-психолог по результатам свободной беседы с учеником. Возраст испытуемого – подростковый.

Фактор риска	Не выявлен	Слабо выражен	Сильно выражен
1. Биографические данные			
1. Ранее имела место попытка суицида	- 0,5	+ 2	+ 3
2. Суицидальные попытки у родственников	- 0,5	+ 1	+ 2
3. Развод или смерть одного из родителей	- 0,5	+ 1	+ 2
4. Недостаток тепла в семье	- 0,5	+ 1	+ 2
5. Полная или частичная безнадзорность	- 0,5	+ 0,5	+ 1
2. Актуальная конфликтная ситуация			

А – вид конфликта			
1. Конфликт со взрослым человеком (педагогом, родителем)	- 0,5	+ 0,5	+ 1
2. Конфликт со сверстниками, отвержение группой	- 0,5	+ 0,5	+ 1
3. Продолжительность конфликта с близкими людьми, друзьями	- 0,5	+ 0,5	+ 1
4. Внутриличностный конфликт, высокая внутренняя напряженность	- 0,5	+ 0,5	+ 1
Б – Поведение в конфликтной ситуации			
5. Высказывания с угрозой суицида	- 0,5	+ 2	+ 3
В – Характер конфликтной ситуации			
6. Подобные конфликты имели место ранее	- 0,5	+ 0,5	+ 1
7. Конфликт отягощен неприятностями в других сферах жизни (учеба, здоровье и т.д.)	- 0,5	+ 0,5	+ 1
8. Непредсказуемый исход конфликтной ситуации, ожидание его последствий	- 0,5	+ 0,5	+ 1
Г – эмоциональная окраска конфликтной ситуации			
9. Чувство обиды, жалости к себе	- 0,5	+ 1	+ 2
10. Чувство усталости, бессилия, апатия	- 0,5	+ 1	+ 2
11. Чувство непреодолимости конфликтной ситуации, безысходности	- 0,5	+ 0,5	+ 2
3. Характеристика личности			
А – волевая сфера личности			
1. Самостоятельность, отсутствие зависимости в принятии решений	- 1	+ 0,5	+ 1
2. Решительность	- 0,5	+ 0,5	+ 1
3. Настойчивость	- 0,5	+ 0,5	+ 1
4. Сильно выраженное желание достичь своей цели	- 1	+ 0,5	+ 1
Б – эмоциональная сфера личности			
5. Болезненное самолюбие	- 0,5	+ 0,5	+ 2
6. Доверчивость	- 0,5	+ 0,5	+ 1
7. Эмоциональная вязкость («застревание» на своих переживаниях, неумение отвлечься)	- 0,5	+ 1	+ 2

8. Эмоциональная неустойчивость	- 0,5	+ 2	+ 3
9. Импульсивность	- 0,5	+ 0,5	+ 2
10. Эмоциональная зависимость, потребность в близких эмоциональных контактах	- 0,5	+ 0,5	+ 2
11. Низкая способность к созданию защитных механизмов	- 0,5	+ 0,5	+ 1,5
12. Бескомпромиссность	- 0,5	+ 0,5	+ 1,5

Для определения степени выраженности факторов риска высчитывается алгебраическая сумма, и полученный результат соотносится с приведенной ниже шкалой:

- **менее 9 баллов** – риск суицида незначителен;
- **9-15,5 баллов** – риск суицида присутствует;
- **более 15,5 балла** – риск суицида значителен.

Выявив с помощью «карты риска» предрасположенность к попытке суицида, нужно постоянно держать подростка в поле зрения и чутко реагировать на малейшие отклонения в его настроении и поведении.

Если итоговая сумма баллов превышает критическое значение или поведенческие особенности начинают усиленно проявляться, то рекомендуется обратиться к психиатру за квалифицированной помощью.

1.1.7. ШКАЛА ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ К. ЯНГ

Кимберли Сью Янг О'Мара была психологом и экспертом по интернет-зависимости и онлайн-поведению. Она основала Центр интернет-зависимости в 1995 году, когда была профессором психологии Питтсбургского университета в Брэдфорде.

Шкала **интернет-зависимости**, разработанная Кимберли Янг в 1994 году, представляет собой инструмент для самодиагностики патологического пристрастия к интернету. Опросник состоит из 20 утверждений, на которые необходимо ответить, используя 5-балльную шкалу:

Инструкция. Ответьте, пожалуйста, предельно честно на следующие вопросы: (варианты ответов: никогда/крайне редко, иногда, регулярно, часто, всегда)

№	Вопросы	Никогда 1 балл	Редко 2 балла	Иногда 3 балла	Часто 4 балла	Постоянно 5 баллов
	Часто ли вы замечаете, что проводите онлайн больше времени, чем намеревались?					

	Часто ли вы пренебрегаете домашними делами, чтобы провести больше времени в сети?					
	Часто ли вы предпочитаете пребывание в сети личному общению с партнером?					
	Часто ли вы заводите знакомства с пользователями интернет, находясь онлайн?					
	Часто ли окружающие интересуются количеством времени, проводимым вами в сети?					
	Часто ли страдают ваши успехи в учебе или работе, так как вы слишком много времени проводите в сети?					
	Часто ли вы проверяете электронную почту, раньше, чем сделаете что-то другое, более необходимое?					
	Часто ли страдает ваша производительность труда из-за увлечения интернетом?					
	Часто ли вы занимаете					

	оборонительную позицию и скрываете, когда вас спрашивают, чем вы занимаетесь в сети?					
	Часто ли вы блокируете беспокоящие мысли о вашей реальной жизни, утешительными мыслями об интернете?					
	Часто ли вы обнаруживаете себя предвкушающим, как вновь окажетесь в интернете?					
	Часто ли вы ощущаете, что жизнь без интернета скучна, пуста и безрадостна?					
	Часто ли вы ругаетесь, кричите или иным образом выражаете свою досаду, когда кто-то пытается отвлечь вас от пребывания в сети?					
	Часто ли вы пренебрегаете сном, засиживаясь в интернете допоздна?					
	Часто ли вы предвкушаете, чем займетесь в интернете, находясь оффлайн, или фантазируете о					

	пребывании онлайн?					
	Часто ли вы говорите себе «еще минутку», находясь онлайн?					
	Часто ли терпите поражение в попытках сократить время, проводимое в сети?					
	Часто ли вы пытаетесь скрыть количество времени, проводимое вами в сети?					
	Часто ли вы выбираете провести время в интернете вместо того, чтобы выбраться куда-либо с друзьями?					
	Часто ли вы испытываете депрессию, подавленность или нервозность, будучи вне сети и отмечаете, что это состояние проходит, как только вы оказываетесь онлайн?					

ИНТЕРПРЕТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ.

20–49 баллов — обычный пользователь интернета;

50–79 баллов — присутствуют некоторые проблемы, связанные с чрезмерным использованием интернета;

80–100 баллов — выраженная интернет-зависимость.

Если вы набрали более 50 баллов, рекомендуется пересмотреть свое отношение к использованию интернета и, при необходимости, обратиться к специалисту.

Обратите внимание, что данный опросник является инструментом самодиагностики и не заменяет профессиональной консультации.

1.2. МЕТОДИКИ ДЛЯ ВЫЯВЛЕНИЯ СРЕДИ УЧАЩИХСЯ ГРУПП РИСКА, СКЛОННЫХ К ДЕВИАНТНОМУ ПОВЕДЕНИЮ

«Девиантное поведение человека можно определить как систему поступков или отдельные поступки, противоречащие принятым в обществе нормам и проявляющиеся в несбалансированности психических процессов, неадаптивности, нарушении процесса самоактуализации и уклонении от нравственного и эстетического контроля над собственным поведением». В. Д. Менделевич «Психология девиантного поведения» Учебное пособие. — СПб.: Речь, 2005. - 445 с. ISBN 5-9268-0387-X

1.2.1. ПРОЕКТИВНАЯ МЕТОДИКА «ДЕРЕВО С ЧЕЛОВЕЧКАМИ», АВТОР Д. ЛАМПЕН, В АДАПТАЦИИ Л.П. ПОНОМАРЕНКО

Методика Л.П. Пономаренко может использоваться для оценки успешности адаптации ребенка в начале школьного обучения и при переходе в среднее звено. Методика позволяет достаточно быстро определить особенности протекания адаптационного процесса, выявить возможные проблемы ребенка. Дети, погружаясь в рисуночную деятельность, с удовольствием выполняют предложенные задания, легко отождествляют себя с тем или иным человечком.

Содержание методики

Ученикам предлагаются листы с готовым изображением сюжета: дерево и располагающиеся на нем и под ним человечки. Каждый учащийся получает лист с изображением дерева и расположенных на нем человечков (ЭТО ВАЖНО! ФИГУРЫ ДОЛЖНЫ БЫТЬ БЕЗ НУМЕРАЦИИ).

Не рекомендуется предлагать учащимся сразу подписывать на листе свою фамилию, так как это может повлиять на их выбор (когда берешь у ребёнка лист с выполненным заданием, скажи ему: «подпиши»). По этой же причине (может повлиять на выбор ребенка) не рекомендуется давать стимульный материал (лист с изображением дерева и расположенных на нем человечков) с подписанными номерами фигур.

Инструкция.

Рассмотрите это дерево. Вы видите, на нем и рядом с ним множество человечков. У каждого из них разное настроение, и они занимают различное положение. Возьмите красный фломастер и разукрасьте того человечка, который напоминает вам себя, похож на вас, ваше настроение в школе и ваше положение. Возможно, чем выше на дереве находится человечек, тем выше его достижения, тем более он успешен в школе. Теперь возьмите зеленый фломастер и разукрасьте того человечка, которым вы хотели бы быть и на чьем месте вы хотели бы находиться».

Бывает так, что некоторые дети просят разрешения обозначить позиции двух человечков или самостоятельно обозначают одним цветом две позиции.

В этом случае не следует ограничивать их выбор.

Если вы заметили такое во время проведения методики (или когда ребёнок сдавал вам свой лист с деревом), попросите ответить кого первого, а кого второго из двух/трех (и такое бывает!) человечков ребенок закрасил.

Соотношение этих выборов может быть достаточно информативным.

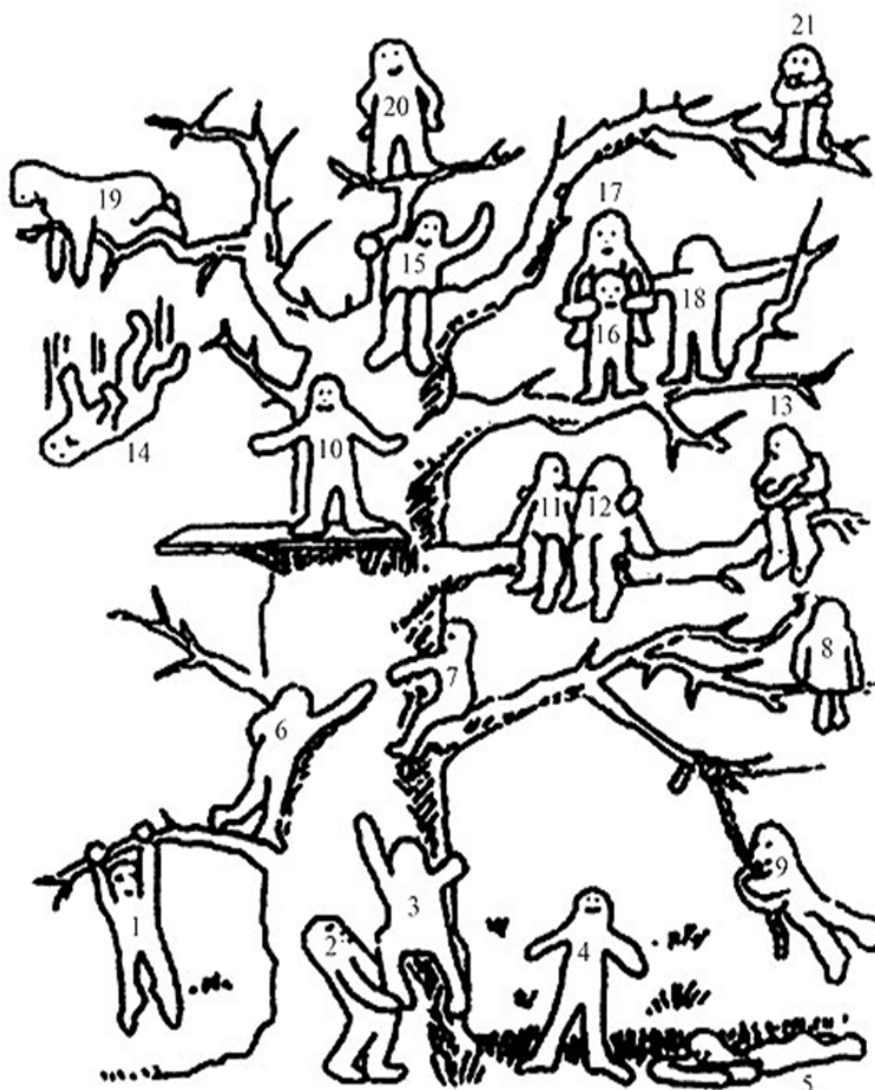
ИНТЕРПРЕТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ:

Интерпретация результатов выполнения проективной методики «Дерево» проводится исходя из того, какие позиции выбирает данный ученик, с положением какого человечка отождествляет свое реальное и идеальное положение, есть ли между ними различия.

Интерпретация разработана с учетом опыта практического применения методики и сравнения ее результатов с наблюдениями за поведением учеников, данных, полученных от учителей и родителей, из беседы с ребенком.

Для удобства объяснения каждой фигурке присвоен свой номер.

Следует заметить, что позицию № 16 учащиеся не всегда понимают как позицию



1.2.2. Опросник Дэна Олвеуса «Буллинг»

Дэн Олвеус шведско-норвежский психолог, профессор психологии в Бергенском университете, Норвегия. Д. Олвеус получил широкое признание как пионер исследований травли (буллинга).

Цель: Выявление распространенности и специфики буллинга в образовательной среде.

Описание: измеряет два отдельных аспекта: проявления буллинга и подверженность ему.

Прямой активный буллинг – проявления физической (умышленные толчки, удары, пинки, побои, нанесение иных телесных повреждений, кража или порча вещей, обидные жесты) и вербальной (оскорбления, угрозы, запугивание) агрессии;

Косвенный активный буллинг – проявления изоляции (социальной депривации): сплетни, заговоры, бойкоты, игнорирование просьб;

Прямой пассивный буллинг (виктимизация) – подверженность физической и вербальной агрессии;

Косвенная виктимизация (косвенный пассивный буллинг) – подверженность социальной депривации.

Предлагаются варианты ответа, за которые потом присваивают баллы:

1. никогда не было – 0 баллов;
2. было раз или два – 1 балл;
3. бывает иногда – 2 балла;
4. бывает раз в неделю – 3 балла;
5. бывает несколько раз в неделю – 4 балла.

Ключ к опроснику:

- активный буллинг (проявление агрессии):

1, 3, 5, 6 – прямой буллинг, а 2 и 4 – косвенный буллинг;

- для выявления виктимизации (пассивный буллинг, т.е. подверженность агрессии): 7, 10, 11, 13 – прямая виктимизация, а 8, 9, 12 – косвенная виктимизация

Обработка результата:

Полученные баллы группируются в соответствии с ключом и подсчитывается количество баллов по каждой шкале. Сумма баллов делится на количество вопросов в данной шкале.

Показатель выраженности проявлений активного и пассивного буллинга колеблется в диапазоне от 0 до 4:

0 - 1 балл – показатель слабо выражен;

более 1 балла- менее 3 баллов – умеренно выражен (эпизодически);

3 - 4 балла – ярко выражен (регулярно, систематически).

Инструкция: *внимательно прочитайте утверждения, выберите вариант ответа и отметьте его любым знаком:*

Вопрос/ варианты ответов	Никогда не было	Было раз	Бывает иногда	Бывает раз в неделю	Бывает несколько раз в неделю
--------------------------	-----------------	----------	---------------	---------------------	-------------------------------

		или два			
1. Я кого-то обозвал					
2. Я с кем-то специально не разговаривал					
3. Я нанес кому-то физический вред, например, толкнул или ударил					
4. Я распространял о ком-то сплетни					
5. Я угрожал					
6. Я украл или испортил чьи-то вещи					
7. Меня обзывали					
8. Обо мне распространяли сплетни					
9. Никто не хочет сидеть со мной или проводить свободное время					
10. У меня украли вещи					
11. Мне нанесли физический вред (ударили, толкнули)					
12. Никто не говорит со мной					
13. Мне угрожали					

1.2.3. ЭКСПРЕСС-АНКЕТИРОВАНИЕ «КАК С ТОБОЙ ОБРАЩАЮТСЯ», АВТОРСКИЙ КОЛЛЕКТИВ НАУЧНЫХ СОТРУДНИКОВ ННПИБД «ОРКЕН»

Цель анкетирования узнать, в каких сферах жизни ребенка присутствует насилие.

Возрастной диапазон – 2-4 классы общеобразовательной школы.

Инструкция. Привет! Этот опрос проводится анонимно, чтобы выявить проблемы в защите прав детей и узнать точку зрения детей по этому вопросу. Просим честно ответить на вопросы. Для каждого вопроса, пожалуйста, выбери один ответ, который тебе больше всего подходит.

1. Как ты чувствуешь себя дома?

- Всегда хорошо и спокойно.
- Иногда мне грустно и страшно.
- Часто мне грустно и страшно.

2. Как с тобой разговаривают родители?

- Доброжелательно, ласково.
- Иногда говорят слова, от которых мне становится обидно.
- Часто сердятся, ругают.

3. Когда ты что-то сделал (-а) не так, как поступают твои родители?

- Мне спокойно объясняют.
- Иногда могут накричать и ударить.
- Меня часто ругают и бьют.

4. Когда тебе грустно или страшно, есть ли взрослый, с кем ты можешь поговорить и он поможет тебе?

- Да, всегда есть такой человек.
- Нет, мне не с кем поговорить.

5. Как ты чувствуешь себя в школе?

- Мне всегда хорошо и спокойно.
- Иногда мне тревожно и страшно.
- -Часто мне тревожно и страшно.

6. Когда ты что-то сделал (-а) не так, как поступают учителя?

- Мне спокойно объясняют.
- Иногда могут накричать.
- Меня часто ругают и бьют.

7. Как с тобой обращаются другие дети?

- Всегда дружелюбно.
- Иногда меня дразнят и бьют.
- Часто меня дразнят и бьют.

ИНТЕРПРЕТАЦИЯ.

Учитывая, что опросник заявлен как анонимный, то получив массив ответов от детей, можно будет сделать самые общие выводы, наметить общие направления работы в классах, школе, семье на укрепление благополучия детей.

Необходимо объединить усилия родителей и педагогов в случае, если высока вероятность буллинга, если существует вероятность стрессового состояния, страхов и унижений у ребенка.

1.2.4. ЭКСПРЕСС-АНКЕТИРОВАНИЕ «КАК С ТОБОЙ ОБРАЩАЮТСЯ», АВТОРСКИЙ КОЛЛЕКТИВ НАУЧНЫХ СОТРУДНИКОВ ННПИБД «ОРКЕН»

Цель анкетирования – узнать, в каких сферах жизни ребенка присутствует насилие.

Возрастной диапазон – 5-11 классы общеобразовательной школы.

Инструкция. Дорогой друг! Этот опрос проводится анонимно, чтобы выявить проблемы в защите прав детей и узнать точку зрения детей по этому вопросу. Просим честно ответить на вопросы, выбрав наиболее подходящий тебе вариант ответа.

1. Где, по твоему мнению, ребенок чаще всего сталкивается с жестоким обращением?

- В семье.
- На улице.
- В школе.

2. Какие у тебя отношения с родителями?

- Хорошие, они меня понимают и всегда поддерживают.
- Не очень хорошие, иногда мы ссоримся или не соглашаемся друг с другом.
- Плохие, меня часто ругают.

2. Какие меры чаще всего используются в ходе наказания твои родители?

- Меня не наказывают.
- Запрещают встречаться с друзьями.
- Используют физическое наказание.

4. Ты считаешь правильными слова и действия своих родителей в отношении тебя?

- Да, я согласен(а) с их действиями.
- Можно сказать, что да, но бывают моменты, когда я не согласен(а).
- Нет, я не согласен(а).

6. Бывало ли, что родители поступили с тобой так, что ты почувствовал(а) себя обиженным(ой)?

- Да, это случается часто.
- Такое бывает редко.
- Никогда.

6. Ты чувствуешь себя защищенным(ой) в своей семье?

- Да, всегда.
- Полностью не ощущаю, но бывает поддержка.
- Нет, не чувствую себя защищенным(ой) или любимым(ой).

7. Сталкивался ли ты с насилием или травлей в социальных сетях?

- Да
- Иногда
- Нет

8. С какими видами насилия ты сталкивался(-ась) в школе?

- Физическое насилие (например, удары, толчки, рывки).
- Эмоциональное насилие (например, оскорбления, унижения, крики).
- Не сталкивался(-ась).

9. Если ты столкнулся с насилием в школе, то кто проявлял насилие по отношению к тебе?

- Учителя
- Другие сотрудники школы
- Учащиеся

10. Если ты окажешься в сложной ситуации (например, если тебя запугают или обидают), что ты сделаешь?

- Попрошу помощи у родителей.
- Попробую решить проблему с помощью друзей.
- Схожу к директору.
- Поищу советы в интернете.
- Позвоню по телефону доверия.
- Попробую справиться с ситуацией самостоятельно.

ИНТЕРПРЕТАЦИЯ.

Учитывая, что опросник заявлен как анонимный, то получив массив ответов от учащихся, можно будет сделать самые общие выводы, наметить общие направления работы в классах, школе, семье на укрепление благополучия детей.

Необходимо объединить усилия родителей и педагогов в случае, если высока вероятность школьного насилия, если существует вероятность стрессового состояния, страхов и унижений у ребенка, школьному психологу рекомендовано проведение более глубокого исследования учащихся на склонность к девиантному поведению.

1.2.5. «СХЕМА ЭКСПЕРТНОЙ ОЦЕНКИ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ К ШКОЛЕ» (ПЕДАГОГИ), АВТОРЫ В.И. ЧИРКОВ, О.Л. СОКОЛОВА, О.В. СОРОКИНА.

Чирков Валерий Игоревич, кандидат психологических наук, доцент Ярославского государственного университета

Инструкция для педагога: Уважаемые педагоги! По каждой характеристике (шкале) от 0 до 5 выберите утверждение, которое наиболее точно отражает состояние ученика. Напишите его имя и фамилию, класс.

Ф.И.О.ученика _____

Класс _____

Показатели	Оценка показателя в баллах
Критерий1. Эффективность учебной деятельности	
Шкала1. Учебная активность	

Учебная активность отсутствует (ребенок не включается в учебный процесс)	0
Пассивен на уроке, дает отрицательные ответы или не отвечает совсем, часто переписывает готовое с доски	1
Учебная активность на уроке носит кратковременный характер, часто отвлекается, не слышит вопроса	2
Редко поднимает руку, но отвечает правильно	3
На уроке работает, положительные и отрицательные ответы чередуются	4
Активно работает на уроке, часто поднимает руку и отвечает правильно	5
Шкала 2. Усвоение знаний (успеваемость)	
Плохое усвоение программного материала по всем предметам – грубые ошибки, большое их количество (низкая успеваемость по всем предметам, средний балл ниже 3,3)	0
Частые ошибки, неаккуратное выполнение заданий, много исправлений, зачеркиваний (непостоянство оценок, средний балл 3,5 и ниже)	1
Плохое усвоение материала по одному из основных предметов, обилие ошибок	2
Редкие ошибки, связанные с пропуском букв и их заменой	3
Не большие пометки, единичные ошибки	4
Правильное безошибочное выполнение школьных заданий	5
Критерий 2. Усвоение школьных норм поведения	
Шкала 3. Поведение на уроке	
Не выполняет требования учителя: большую часть урока занимается посторонними делами	0
Выполняет требования учителя частично, отвлекается на посторонние занятия, вертится или постоянно разговаривает	1
Часто наблюдается скованность в движениях, позе, напряженность в ответах	2
Изредка поворачивается, обменивается короткими репликами с товарищами	3
Выполняет требования учителя, но иногда, на короткое время, отвлекается от урока	4
Сидит спокойно, добросовестно выполняет все требования учителя	5
Шкала 4. Поведение на перемене	
Часто нарушает нормы поведения: мешает другим детям играть, нападает на них, кричит, меняет своего поведения, когда делают замечания (не владеет собой)	0
Пассивный, движения скованные, избегает других детей	1
Не может найти себе занятие, переходит от одной группы детей к другой	2

Активность ребенка ограничивается занятиями, связанными с подготовкой к следующему уроку (готовит учебники, тетради, моет доску, убирает класс)	3
Активность выражена в малой степени – предпочитает занятия в классе с кем-нибудь из ребят, чтение книг, спокойные игры	4
Высокая игровая активность, охотно участвует в подвижных, коллективных играх	5
Критерий 3. Успешность социальных контактов	
Шкала 5. Взаимоотношения с одноклассниками	
Проявляет негативизм по отношению к детям, постоянно ссорится и обижает их (другие дети его не любят)	0
Замкнут, изолирован от других детей, предпочитает находиться один (другие дети равнодушны к нему)	1
Предпочитает находиться рядом с детьми, но не вступает с ними в контакт	2
Сфера общения ограничена: контактирует только с некоторыми ребятами	3
Малоинициативный, но легко вступает в контакт, когда к нему обращаются дети	4
Общительный, легко контактирует с детьми	5
Шкала 6. Отношение к учителю	
Общение с учителем приводит к отрицательным эмоциям, обижается, плачет при малейшем замечании	0
Избегает контакта с учителем, при общении с ним легко смущается, теряется, говорит тихо, запинаясь	1
Выполняет требования учителя формально, не заинтересован в общении с ним, старается быть незаметным	2
Старательно выполняет требования учителя, но за помощью обращается чаще к одноклассникам	3
Дорожит хорошим мнением учителя о себе, стремится выполнять все его требования, в случае необходимости сам обращается к нему за помощью	4
Проявляет дружелюбие по отношению к учителю, стремится понравиться ему, после урока часто подходит к учителю, общается с ним	5
Критерий 4. Эмоциональное благополучие	
Шкала 7. Эмоции	
Преобладание депрессивного настроения. Агрессия (вспышки гнева, злости) проявляются в отношениях с детьми (может ударить, что-то сломать, затеять драку) и в отношениях с учителем	0
Отдельные депрессивные проявления, плач без всяких на то причин. Агрессивные реакции: часто ссорится с детьми, повышает голос	1

Отрицательные эмоции: - тревожность, огорчение, иногда страх; - обидчивость, вспыльчивость, раздражительность	2
Эпизодически проявление сниженного настроения	3
Спокойное эмоциональное состояние	4
Хорошее настроение, часто улыбается, смеется	5
ИТОГО	

Обработка результатов

20-25 баллов, зона адаптации

10-19баллов, зона неполной адаптации

0-9 баллов, зона дезадаптации

1.2.6.«СХЕМА ЭКСПЕРТНОЙ ОЦЕНКИ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ К ШКОЛЕ» (РОДИТЕЛИ), АВТОРЫ В.И. ЧИРКОВ, О. Л. СОКОЛОВА, О. В. СОРОКИНА

Инструкция. Уважаемые родители! По каждой характеристике (шкале) выберите утверждение, которое наиболее точно отражает состояние вашего ребенка.

Ф.И.О. учащегося _____

Класс _____

Показатели	Оценка показателя в баллах
Шкала 1. Успешность выполнения школьных заданий	
Плохое усвоение программного материала по всем предметам	1
Плохое усвоение материала по одному из основных предметов, обилие ошибок: частые ошибки, неаккуратное выполнение заданий	2
Редкие ошибки, связанные с пропуском букв или их заменой	3
Небольшие пометки, единичные ошибки	4
Правильное безошибочное выполнение школьных заданий	5
Шкала 2. Степень усилий, необходимых ребенку для выполнения школьных заданий	
Ребенок отказывается работать, может плакать, кричать, проявлять агрессию	1
Выполнение школьных заданий требует от ребенка определенной степени напряжения	2
Иногда работает легко, в другое время проявляет упрямство, выполнение заданий требует некоторого напряжения для своего завершения	3
Выполнение школьных заданий не вызывает у ребенка особых затруднений	4
Ребенок работает легко, свободно, без напряжения	5

Шкала 3. Самостоятельность ребенка при выполнении школьных заданий	
Для выполнения ребенком школьных заданий требуется инициатива, помощь и постоянный контроль со стороны взрослого	1
Ребенок мог бы справляться со школьными заданиями самостоятельно, но предпочитает делать их с помощью взрослого	2
Иногда обращается за помощью, но чаще выполняет задания сам	3
Работает самостоятельно, почти не обращаясь к помощи взрослого	4
Ребенок сам справляется со школьными заданиями	5
Шкала 4. Настроение, с которым ребенок идет в школу	
Преобладание депрессивного настроения или агрессии (вспышки гнева, злости)	1
Случаются проявления отрицательных эмоций: тревожность, огорчение, иногда страх; обидчивость, вспыльчивость, раздражительность	2
Иногда бывают проявления сниженного настроения	3
Спокоен, деловит, нет проявлений сниженного настроения	4
Ребенок улыбается, смеется, с хорошим настроением идет в школу	5
Шкала 5. Взаимоотношение с одноклассниками	
Замкнут, изолирован от других детей, предпочитает находиться один. Инициативен в общении, но часто проявляет негативизм по отношению к детям: ссорится, дразнится, дерется	1
Предпочитает находиться рядом с детьми, но не вступать с ними в контакт.	2
Сфера общения несколько ограниченная: общается только с некоторыми ребятами	3
Мало инициативен, но легко вступает в контакт, когда к нему обращаются дети	4
Общительный, инициативный, легко контактирует с детьми, у него много друзей, знакомых	5
ИТОГО	

ОБРАБОТКА РЕЗУЛЬТАТОВ

20-25 баллов, зона адаптации

10-19баллов, зона неполной адаптации

0-9 баллов, зона дезадаптации

1.2.7. ШКАЛА БЛАГОПОЛУЧИЯ ПОДРОСТКА, АВТОР КЭРОЛ РИФФ

Цель опросника оценка психологического благополучия подростков.

Автором оригинальной методики является Кэрл Рифф (Carol Ryff), разработавшая **“Шкалу психологического благополучия”** (Ryff Scales of Psychological Well-Being, PWB).

В России адаптацию этой методики провели Т.Д. Шевеленкова и П.П. Фесенко.

Опросник состоит из 18 утверждений, на которые респондент отвечает, выбирая один из трех вариантов: “Большую часть времени”, “Иногда” или “Никогда”. Каждое утверждение отражает определенный аспект психологического благополучия.

Инструкция. Прочтите каждый пункт и поставьте отметку там, где это больше всего соответствует тому, что вы чувствуете за последние несколько дней.

1	Я, как и раньше, стремлюсь к чему-то позитивному	Большую часть времени	Иногда	Никогда
2	Я сплю очень хорошо	Большую часть времени	Иногда	Никогда
3	Мне хочется плакать	Большую часть времени	Иногда	Никогда
4	Мне нравится ходить куда-нибудь	Большую часть времени	Иногда	Никогда
5	Мне хочется уйти из дома	Большую часть времени	Иногда	Никогда
6	У меня болит желудок/ бывают судороги/головная боль	Большую часть времени	Иногда	Никогда
7	У меня много энергии	Большую часть времени	Иногда	Никогда
8	Мне нравится моя еда	Большую часть времени	Иногда	Никогда
9	Я могу постоять за себя	Большую часть времени	Иногда	Никогда
10	Я думаю, жизнь ничего не стоит	Большую часть времени	Иногда	Никогда
11	Я хорош(а) в том, что я делаю	Большую часть времени	Иногда	Никогда
12	Мне нравится то, что я делаю, так же, как и раньше	Большую часть времени	Иногда	Никогда
13	Я люблю разговаривать с моими друзьями и семьей	Большую часть времени	Иногда	Никогда
14	У меня ужасные сны	Большую часть времени	Иногда	Никогда

15	Я чувствую себя очень одиноким/одинокой	Большую часть времени	Иногда	Никогда
16	Меня легко развеселить	Большую часть времени	Иногда	Никогда
17	Я чувствую себя так грустно, что едва могу это вынести	Большую часть времени	Иногда	Никогда
18	Мне очень скучно	Большую часть времени	Иногда	Никогда

ОБРАБОТКА РЕЗУЛЬТАТОВ.

Необходимо подсчитать баллы следующим образом:

- Положительные утверждения (1, 2, 4, 7, 8, 9, 11, 12, 13, 16): ответ “Большую часть времени” — 2 балла, “Иногда” — 1 балл, “Никогда” — 0 баллов.
- Негативные утверждения (3, 5, 6, 10, 14, 15, 17, 18): ответ “Никогда” — 2 балла, “Иногда” — 1 балл, “Большую часть времени” — 0 баллов.

Сумма баллов может варьироваться от 0 до 36.

Чем выше общий балл, тем выше уровень психологического благополучия подростка.

ИНТЕРПРЕТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ.

27–36 баллов. Высокий уровень благополучия. Подросток ощущает удовлетворение жизнью, имеет позитивное мировосприятие и устойчив к стрессам.

14–26 баллов. Средний уровень благополучия. Возможны колебания настроения, периодические трудности, но в целом подросток справляется с жизненными ситуациями.

0–13 баллов. Низкий уровень благополучия. Подросток может испытывать чувство неудовлетворенности, подавленности и нуждается в дополнительной поддержке.

Важно отметить, что данный опросник является инструментом для предварительной оценки и не заменяет профессиональной диагностики. При низких показателях рекомендуется обратиться к психологу для более детального, индивидуального обследования и, при необходимости, коррекционной работы.

1.2.8. МЕТОДИКА ОЦЕНКИ ВЛИЯНИЯ МАРКЕРОВ КИБЕРБУЛЛИНГА НА УРОВЕНЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ШКОЛЬНИКОВ

Автор Ракишева Гульмира Мадиевна, ассоциированный профессор, PhD, доктор философии (PhD), член Казахского психологического общества, член-корреспондент Академии педагогических наук Казахстана, член научно-технического совета КГУ им. Уалиханова.

Основные преподаваемые дисциплины: кросс-культурная психология, гендерная психология, педагогическая психология, психология управления, исследовательская культура и научная этика.

Цель исследования – измерение степени выраженности маркеров кибербуллинга и их влияния на психологическое здоровье школьников.

Описание маркеров кибербуллинга, влияющие на уровень психологического здоровья школьников

Таблица 1

№	Маркеры	Проявления кибербуллинга
1	Психологические маркеры	поиск сетевой идентичности; переключение внимания с реального на виртуальный мир; закрытость и замкнутость подростка; резкое снижение успеваемости.
2	Психолингвистические маркеры	вербальная агрессия (оскорбление; враждебное замечание, угроза, порицание, грубое требование. насмешка, грубый отказ, ссора); типичные речевые паттерны жертвы, агрессора, наблюдателей в соответствии с субкультурой; паралингвистические средства общения (смайлы, эмоджи, гифки, символы и др.)
3	Этнокультурные маркеры	расовая принадлежность; гендерная принадлежность; этническая принадлежность; религиозная принадлежность; сексуальная принадлежность
4	Психосоматические маркеры	нарушение культуры питания (потеря аппетита, переедание); негативные физиологические изменения (нарушение сна, снижение зрения, тахикардия, беспричинные головные боли, повышения температуры тела, боли в животе, дрожь в конечностях); нарушение психоэмоционального состояния (тревога, депрессия, раздражительность, фобии, мании)
5	Антисоциальные маркеры	кража личной информации; умышленное нанесение вреда имиджу (аутинг, киберсталкинг, фрейпинг, диссинг, троллинг, кетфишинг и др.); домогательство; обман.

Инструкция. Вам предложены четырнадцать вопросов. Прочтите каждый вопрос и отметьте ответ, который больше всего соответствует тому, что вы чувствуете. Благодарим за сотрудничество!

1) Тебе важна реакция аудитории на ваши посты в социальных сетях (лайки, просмотры, комментарии, репосты и т.д.)?

- да, важна
- нет
- иногда

2) Тебе больше нравится общаться реально или онлайн?

- нравится реальное общение
- нравится общаться онлайн
- для меня нет разницы

3) Из-за ссоры (перепалки) в Интернете у тебя может пропасть желание учиться?

- да, может
- нет, никогда
- иногда

4) Ты смог бы в глаза сказать оскорбительные слова, которые ты говорил в Интернете?

- да, конечно
- нет
- по ситуации

5) Представь ситуацию, что тебя хотят в грубой словесной форме исключить из группы/чата/сообщества. Как ты отреагируешь?

- отвечу грубостью на грубость и сам покину группу
- потребую объяснений и выскажу свое мнение об этой ситуации
- проигнорирую, но мне будет обидно

6) В ситуациях насмешки/ссоры/хэйта по отношению к тебе ты смог бы использовать ненормативную лексику?

- да
- нет
- иногда

7) Тебя когда-нибудь дразнили из-за имени/фамилии/внешности и т.д.?

- да
- нет
- иногда

8) Как ты реагируешь на положительные комментарии о тебе и твоей внешности?

- принимаю как должное
- благодарю за комментарии
- не доверяю комментариям

9) Представь ситуацию, когда ты стал свидетелем кибербуллинга. Из-за переживаний ...

- теряю аппетит/плохо сплю/тревожусь

- никак не влияют на мое состояние
- анализирую ситуацию и ее влияние на меня

10) Наблюдаешь ли ты у себя тревожные состояния (например: страх, тревога, частая смена настроения, закрытость и т.д.)?

- да
- нет
- иногда

11) Наблюдаешь ли ты у себя боли в животе при отсутствии заболеваний / беспричинные головные боли / дрожь в руках, коленях или в ногах / беспричинное повышение температуры тела и т.п.

- да
- нет
- иногда

12) Если твое мнение отличается от большинства, сможешь ли ты его высказать?

- Да
- Нет
- Иногда

13) В групповом чате поделились комичной информацией о ком-то из твоих друзей. Как ты отреагируешь?

- посмеюсь вместе со всеми
- встану на защиту своего друга
- промолчу

14) Ты узнал чужой секрет. Твои действия?

- расскажу другим, потому не умею хранить секреты
- буду использовать его в своих интересах
- никому ничего не скажу

ОБРАБОТКА РЕЗУЛЬТАТОВ

№	Формулировка вопроса	Ответ №1	Ответ №2	Ответ №3
1	Тебе важна реакция аудитории на ваши посты в социальных сетях (лайки, просмотры, комментарии, репосты и т.д.)?	да, важна (1 балл)	нет (3 балла)	иногда (2 балла)
2	Тебе больше нравится общаться реально или онлайн?	нравится реальное общение (2 балла)	нравится общаться онлайн (1 балл)	для меня нет разницы (3 балла)
3	Из-за ссоры (перепалки) в Интернете у тебя может пропасть желание учиться?	да, может (1 балл)	нет, никогда (3 балла)	иногда (2 балла)

4	Ты смог бы в глаза сказать оскорбительные слова, которые ты говорил в Интернете?	да, конечно (3 балла)	нет (1 балл)	по ситуации (2 балла)
5	Представь ситуацию, что тебя хотят в грубой словесной форме исключить из группы/чата/сообщества. Как ты отреагируешь?	отвечу грубостью на грубость и сам покину группу (2 балла)	потребую объяснений и выскажу свое мнение об этой ситуации (3 балла)	проигнорю, но мне будет обидно (1 балл)
6	В ситуациях насмешки/ссоры/хэйта по отношению к тебе ты смог бы использовать ненормативную лексику?	да (1 балл)	нет (3 балла)	иногда (2 балла)
7	Тебя когда-нибудь дразнили из-за имени/фамилии/внешности и т.д.?	да (1 балл)	нет (3 балла)	иногда (2 балла)
8	Как ты реагируешь на положительные комментарии о тебе и твоей внешности?	принимаю как должное (2 балла)	благодарю за комментарии (6 баллов)	не доверяю комментариям (4 балла)
9	Представь ситуацию, когда ты стал свидетелем кибербуллинга. Из-за переживаний	теряю аппетит/плохо сплю/тревожусь (1 балл)	никак не влияет на мое состояние (3 балла)	анализирую ситуацию и ее влияние на меня (2 балла)
10	Наблюдаешь ли ты у себя тревожные состояния (например: страх, тревога, частая смена настроения, закрытость и т.д.)?	да (1 балл)	нет (3 балла)	иногда (2 балла)
11	Наблюдаешь ли ты у себя боли в животе при отсутствии заболеваний / беспричинные головные боли / дрожь в руках, коленях или в ногах / беспричинное повышение температуры тела и т.п.	да (1 балл)	нет (3 балла)	иногда (2 балла)
12	Если твое мнение отличается от	да (3 балла)	нет (1 балл)	иногда (2 балла)

	большинства, сможешь ли ты его высказать?			
13	В групповом чате поделились комичной информацией о ком-то из твоих друзей. Как ты отреагируешь?	посмеюсь вместе со всеми (1 балл)	встану на защиту своего друга (3 балла)	промолчу (2 балла)
14	Ты узнал чужой секрет. Твои действия:	расскажу другим, потому не умею хранить секреты (2 балла)	буду использовать его в своих интересах (1 балл)	никому ничего не скажу (3 балла)

ИНТЕРПРЕТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ

- норма –5-20 балла;
- зона скрытого риска –1-35 баллов;
- зона повышенного риска –6-40 баллов.

Под психологической нормой (5-20 баллов) мы понимаем здоровое развитие личности, адекватную реакцию человека на те или иные события, ощущение счастья.

Психологическую норму характеризуют следующие критерии:

- адекватное восприятие действительности, свободное от влияния стереотипов и предрассудков, интерес к новому;
- принятие себя и других такими, какие они есть, простота и естественность;
- пребывание наедине собой с позиции отстранённости, что позволяет быть менее подверженными воздействиям извне;
- самостоятельность и независимость от окружения; устойчивость под воздействием фрустрирующих факторов;
- богатство эмоциональных реакций;
- чувство общности с группой;
- отсутствие проявления враждебности в межличностных отношениях;
- демократичность в отношениях, готовность учиться у других, уважение к другим людям;
- устойчивые внутренние моральные нормы;
- чувство юмора к жизни в целом и к самим себе;
- автономность и противостояние к безоговорочному приобщению к какой-либо культуре или субкультуре.

Под зоной скрытого риска (1-35 баллов) мы понимаем нестабильное психоэмоциональное состояние личности ввиду неразрешенного внутреннего

конфликта, который приводит к тревоге, и вызывает чувство одиночества, ненужности, беспомощности.

Зону скрытого риска характеризуют следующие критерии:

- ранимость, проявляющаяся в повышенной чувствительности к критике, замечаниям, переживаниях из-за шуток, взглядов, поступков, неприятных слов в свой адрес, в чрезмерном эмоциональном и болезненном восприятии любых обид;
- конформность как податливость личности давлению группы, проявляющаяся в изменении его поведения и установок в соответствии с первоначально не разделявшей им позицией большинства;
- заниженная самооценка, проявляющаяся в нерешительности и чрезмерной осторожности, зависимости от мнения других людей и постоянная потребность в их поддержке; в совершении неадекватных поступков, обидчивости, неуживчивости.

Под зоной повышенного риска (6-40 баллов) мы понимаем ярко выраженную психоэмоциональную нестабильность личности по причине накопления эффектов длительного переживания негативных функциональных состояний, постоянной эмоциональной напряженности при отсутствии осознанной саморегуляции.

Зону повышенного риска характеризуют следующие критерии:

- тревожность как устойчивое личностное качество, эмоциональная реактивность и нестабильность, способная привести к алекситимии, то есть к невозможности вербализовать свои эмоции, что приводит к упрощению эмоциональных переживаний, эмоциональной холодности;
- склонность к чувству вины, самонаказанию;
- отсутствие вовлечённости, отстранённость от окружающей действительности;
- агрессивность по отношению к окружающим, утрата навыков саморегуляции в эмоционально-поведенческой сферах, которая имеет негативное влияние на общее физическое здоровье и качество жизни личности.

ГЛАВА 2. МЕТОДИКИ ДЛЯ УГЛУБЛЕННОГО ПСИХОДИАГНОСТИЧЕСКОГО ОБСЛЕДОВАНИЯ УЧАЩИХСЯ ШКОЛ, ВОШЕДШИХ В ГРУППЫ РИСКА.

2.1. МЕТОДИКИ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ ИЗ ГРУППЫ РИСКА, СКЛОННЫХ К АУТОДЕСТРУКТИВНОМУ ПОВЕДЕНИЮ

2.1.1. ПРОЕКТИВНАЯ МЕТОДИКА “РИСУНОК СЕМЬИ”

Инструкция. Ребенку дают простой карандаш средней мягкости и стандартный чистый лист бумаги формата А4. Использование каких-либо дополнительных инструментов исключается. Обращение к ребенку: «Нарисуй, пожалуйста, свою семью». Не следует давать какие-то указания или уточнения. На возникающие у ребенка вопросы, такие, как «Кого надо рисовать, а кого не надо?», «Надо нарисовать всех?», «А дедушку рисовать надо?» и т. д., отвечать следует уклончиво, например: «Рисуй так, как тебе хочется». Пока ребенок рисует, вы должны ненавязчиво производить наблюдение за ним, отмечая такие моменты, как:

- порядок заполнения свободного пространства;
- порядок появления персонажей рисунка;
- время начала и окончания работы;
- возникновение трудностей при изображении того или иного персонажа или элементов рисунка (чрезмерная сосредоточенность, паузы, заметная медлительность и т. д.);
- время, затраченное на выполнение отдельных персонажей;
- эмоциональный настрой ребенка во время изображения того или иного персонажа рисунка.

По окончании рисунка попросите ребенка подписать или назвать всех изображенных персонажей рисунка. После того как рисунок будет завершен, наступает второй этап исследования – беседа. Беседа должна носить легкий, непринужденный характер, не вызывая у ребенка чувства сопротивления и отчуждения.

Вот вопросы, которые следует задать:

- Чья семья изображена на рисунке, семья ребенка, его друга или вымышленного лица?
- Где эта семья находится и чем заняты ее члены в настоящее время?
- Как ребенок описывает каждого из персонажей, какую роль отводит каждому в семье?
- Кто в семье самый хороший и почему?
- Кто самый счастливый и почему?
- Кто самый грустный и почему?
- Кто больше всех нравится ребенку и почему?
- Как в этой семье наказывают детей за плохое поведение?
- Кого одного оставят дома, когда поедут на прогулку?

Можно задать ребенку для выбора решения 6 ситуаций: 3 из них должны выявить негативные чувства к членам семьи, 3 — позитивные.

- Представь себе, что ты имеешь два билета в цирк. Кого бы ты позвал с собой?
- Представь, что вся твоя семья идет в гости, но один из вас заболел и должен остаться дома. Кто он?
- Ты строишь из конструктора дом (вырезаешь бумажное платье для куклы), и тебе не везет. Кого ты позовешь на помощь?
- Ты имеешь ... билетов (на один меньше, чем членов семьи) на интересную кинокартину. Кто останется дома?
- Представь себе, что ты попал на необитаемый остров. С кем бы ты хотел там жить?
- Ты получил в подарок интересное лото. Вся семья села играть, но один из вас лишний. Кто не будет играть?

Вопроса «Почему ребёнок не нарисовал того или иного члена семьи (если так произошло)» следует избегать, так как это может индуцировать тревогу и защитные реакции.

Часто продуктивными оказываются проективные вопросы (например: «Если бы вместо птички был нарисован человек, то кто бы это был?», «Кто бы выиграл в соревнованиях между братом и тобой?», «Кого мама позовет идти с собой?» и т. п.).

Для дальнейшей интерпретации предварительно узнать:

- возраст исследуемого ребенка;
- состав его семьи, возраст братьев и сестер;
- если возможно, иметь сведения о поведении ребенка в семье, детском саду или школе.

ИНТЕРПРЕТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ТЕСТА

Полученное изображение, как правило, отражает отношение ребенка к членам его семьи, то, какими он их видит, и какую роль в семейной конфигурации отводит каждому.

На основании особенностей изображения можно определить:

1. Степень развития изобразительной культуры, стадию изобразительной деятельности, на которой находится ребенок. Примитивность изображения или четкость и выразительность образов, изящество линий, эмоциональная выразительность — те характерные черты, на основе которых можно различить рисунки.

2. Особенности состояния ребенка во время рисования. Наличие сильной штриховки, маленькие размеры часто свидетельствуют о неблагоприятном физическом состоянии ребенка, степени напряженности, скованности и т. п., тогда как большие размеры, применение ярких цветовых оттенков часто говорят об обратном: хорошем расположении духа, раскованности, отсутствии напряженности и утомления.

3. Особенности внутрисемейных отношений и эмоциональное самочувствие ребенка в семье можно определить по степени выраженности положительных эмоций у членов семьи, степени их близости (стоят рядом, взявшись за руки, делают что-то вместе или хаотично изображены на плоскости

листа, далеко отстоят друг от друга, сильно выражены отрицательные эмоции и т. д.).

ОСНОВНЫЕ КРИТЕРИИ, ПО КОТОРЫМ МОЖНО ОЦЕНИТЬ ОСОБЕННОСТИ ВНУТРИСЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ.

1. Отсутствие на рисунке одного из членов семьи означает:

А. Наличие бессознательных негативных чувств к этому человеку, которые субъект воспринимает как запретные: «Я должен любить этого человека, а он меня раздражает, и это плохо, поэтому я не буду его рисовать».

Б. Отсутствие эмоционального контакта с данным персонажем — его как бы нет во внутреннем мире субъекта.

2. Отсутствие на рисунке самого автора рисунка:

А. Трудности самовыражения в отношениях с близкими людьми, связанные с чувством неполноценности: «Меня здесь не замечают», «Мне трудно найти здесь свое место»;

Б. Безразличие к близким (отсутствие вовлеченности): «Я не стремлюсь найти здесь свое место», «Меня здесь ничто не волнует».

3. Пространство листа — это аналог жизненного пространства. Как и в реальной жизни, в плоскости листа каждый человек бессознательно стремится занять собой и продуктами своей деятельности столько места, сколько он, по его мнению, заслуживает. Иными словами, если у него низкая самооценка, то он занимает мало места в реальном мире и, рисуя на листе бумаги, займет лишь небольшую его часть. Напротив, люди уверенные, хорошо приспособленные, рисуют свободно, с размахом, и могут занять весь лист.

4. Положение рисунка на листе. Если группа маленьких фигур изображена внизу листа, это указывает на сочетание низкой самооценки с низким же уровнем притязаний: «Я в жизни и так уже много от чего отказался, но даже та малость, на которую я претендую, у меня не получается». Если маленькое по размеру изображение помещено наверху листа, а большая нижняя часть листа пустая, это говорит о том, что низкая самооценка сочетается с высоким уровнем притязаний: «Мне в жизни много чего хочется, но у меня мало что получится».

5. Неодушевленные предметы, изображенные на рисунке, являются объектом особой привязанности семьи и нередко замещают ее членов.

6. Размер изображенного персонажа или предмета выражает его субъективное значение для ребенка и показывает, какое место в его душе занимают отношения с этим персонажем или предметом в данный момент времени. Размер используется для выражения значимости, страха и уважения. **7. Изображение головы.** Самым «умным» членом семьи автор считает того, кому он нарисовал самую большую голову.

8. Изображение рта. Большой по размеру и/или заштрихованный рот — символ агрессии, нападения. Если рот у человека отсутствует или изображен точечкой, то он не имеет права высказывать свое мнение и влиять на других.

9. Изображение рук. Чем более могущественным воспринимается персонаж, тем большие у него руки. Отсутствие рук у детей старше 6 лет — показатель застенчивости, пассивности, ЗПР. Спрятанные руки выражают

чувство вины. Преувеличенный размер рук, выделение рук и пальцев — указывает на склонность к агрессии.

10. Изображение постороннего персонажа. Изображение на рисунке персонажа, который к семье официально не принадлежит (например, члена родственной семьи, друга семьи и пр.) говорит о неудовлетворенных потребностях по отношению к этому персонажу. Эти желания субъект реализует в своей фантазии, в воображаемом общении с данным человеком. На эту же тенденцию указывает наличие вымышленного (например, сказочного) персонажа.

11. Расположение себя в пространстве листа напротив другого лица говорит о хороших (близких) отношениях с ним.

12. Согласно принципу вертикальной иерархии, выше всего на рисунке расположен персонаж, обладающей по мнению автора наибольшей властью в семье (хотя он может быть самым маленьким по размеру). Ниже всех расположен тот, чья власть в семье минимальна.

13. Расстояние между персонажами (линейная дистанция) связан с дистанцией психологической. Кто субъекту ближе всех в психологическом отношении, того он изображает ближе к себе пространственно. То же относится и к другим персонажам: его данный человек воспринимает как близких между собой, тех он нарисует рядом друг с другом.

14. Персонажи, которые непосредственно соприкасаются друг с другом прибывают в столь же тесном психологическом контакте. Персонажи, которые не соприкасаются, таким контактом не обладают.

15. Персонаж или предмет, вызывающий у субъекта наибольшую тревогу, изображается или с усиленным нажимом, либо сильно заштрихован. либо его контур обведен несколько раз. Но в некоторых случаях он может быть обведен очень тоненькой, дрожащей линией. Автор как бы не решает его изобразить.

16. Персонажи с большими, расширенными глазами воспринимаются автором как тревожные, беспокойные, нуждающиеся в том, чтобы их спасли. Персонажи с глазами —«точечками», «щелочками» несут в себе внутренний запрет на плач, то есть бояться просить о помощи.

17. Изображение ног. Чем больше площадь опоры у ног, тем более твердо стоящим на земле воспринимается персонаж. Отсутствие ступней, маленькие, неустойчивые ноги — признак неуверенности, нестабильности, отсутствия крепкого основания, недостатка базового чувства защищенности.

18. Точка реальности. Если персонажи на рисунке изображены в один ряд, необходимо мысленно провести горизонтальную линию по самой нижней точке ног. Тогда опору в реальности имеют только те люди, которые стоят на этой линии. Остальные, «повисшие в воздухе», по мнению субъекта, самостоятельной опоры в жизни не имеют.

Симптомокомплексы детского рисунка семьи

1. Благоприятная семейная ситуация
 - Общая деятельность всех членов семьи

- Преобладание людей на рисунке
- Изображение всех членов семьи
- Отсутствие изолированных членов семьи
- Отсутствие штриховки
- Хорошее качество линии
- Отсутствие показателей враждебности
- Адекватное распределение людей на листе
- 2. Тревожность у ребенка
 - Штриховка
 - Указана линия основания
 - Линия над рисунком
 - Линия с сильным нажимом
 - Стирание
 - Преувеличенное внимания к деталям
 - Преобладание вещей
 - Двойные или прерывистые линии
 - Подчеркивание отдельных деталей
- 3. Конфликтность в семье
 - Барьеры между фигурами
 - Стирание отдельных фигур
 - Отсутствие основных частей тела у некоторых фигур
 - Выделение отдельных фигур
 - Изоляция отдельных фигур
 - Неадекватная величина отдельных фигур
 - Член семьи, стоящий спиной
 - Отсутствие на рисунке какого-то члена семьи
- 4. Чувство неполноценности самого автора в семейной ситуации
 - Автор рисунка непропорционально маленький
 - Расположение фигур на нижней части листа
 - Изоляция автора от других
 - Все фигуры маленькие
 - Неподвижная по сравнению с другими фигура автора
 - Отсутствие автора
 - Автор стоит спиной
- 5. Враждебность в семейной ситуации
 - Агрессивная позиция фигуры
 - Одна фигура на другом листе или на другой стороне листа
 - Зачеркнутая фигура
 - Деформированная фигура
 - Обратный профиль
 - Руки раскинуты в стороны
 - Непропорционально большие кисти рук

2.1.2. ПРОЕКТИВНАЯ МЕТОДИКА «ЧЕЛОВЕК ПОД ДОЖДЕМ»

Методика «Человек под дождем» помогает определить силу характера человека, его способность преодолевать неблагоприятные ситуации, противостоять им. Как человек справляется с трудностями, какие защитные механизмы применяет? Насколько он устойчив к стрессам? Тест не стоит применять к ребенку, слабо владеющему графическими навыками.

Инструкция

На листе бумаги предлагается нарисовать человека, а потом, на другом таком же листе — человека под дождем. Сопоставление двух рисунков позволяет определить, как человек реагирует на стрессовые, неблагоприятные ситуации, что он чувствует при затруднениях.

Интерпретация

При интерпретации рисунков следует оценить сначала общее впечатление от рисунка: атмосферу изображенного пейзажа, настроение персонажа. Только после этого можно перейти к анализу специфических деталей с точки зрения логики интерпретации.

В рисунке «Человек под дождем» по сравнению с рисунком «Человек», как правило, обнаруживаются отличия. Важно посмотреть, что изменилось. Так, например, если на втором рисунке человек изображен уходящим, это может быть связано с привычкой уходить от трудных жизненных ситуаций, избегать неприятностей.

Если на втором рисунке человек смещен в верхнюю часть листа, можно предположить склонность к уходу от действительности, к потере опоры под ногами, а также наличие защитных механизмов по типу фантазирования, чрезмерного оптимизма, который часто не оправдан. Положение фигуры в профиль или спиной указывает на стремление отрешиться от мира, к самозащите. Изображение, помещенное внизу листа, может свидетельствовать о наличии депрессивных тенденций, чувстве незащищенности.

В остальном при интерпретации следует опираться на методику «Человек». Например, изображение, смещенное влево, возможно, связано с наличием импульсивности в поведении, ориентацией на прошлое, в ряде случаев с зависимостью от матери.

Изображение, смещенное вправо, указывает на наличие ориентации на окружение и, возможно, зависимость от отца. Если рисунок расположен преимущественно в верхней части листа, это может означать, что у человека высокая самооценка, он недоволен своим положением в обществе, ему не хватает признания. Если при расположении в верхней части листа фигура очень маленькая, то человек считает себя своего рода непризнанным гением. Если рисунок располагается большей частью в нижней части листа, то у его автора может быть низкая самооценка, неуверенность в себе, подавленность, нерешительность, страхи, связанные с самопредъявлением, незаинтересованность в своем положении в обществе. Положение рисунка по горизонтальной оси (лево-право): — если рисунок расположен больше в левой

части, человек больше опирается на прошлый опыт, склонен к самоанализу, нерешителен в действиях, пассивен; — если большая часть рисунка располагается в правой части листа, то перед нами человек действия, который реализует задуманное, активен и энергичен.

Трансформация фигуры. Увеличение размера фигуры иногда встречается у подростков, которых неприятности мобилизуют, делают более сильными и уверенными.

Уменьшение фигуры имеет место тогда, когда испытуемый нуждается в защите и покровительстве, стремится перенести ответственность за собственную жизнь на других.

Ребята, которые рисуют маленькие фигурки, обычно стесняются проявлять свои чувства и имеют тенденцию к сдержанности и некоторой заторможенности при взаимодействии с людьми. Они подвержены депрессивным состояниям в результате стресса.

Изображение человека противоположного пола может указывать на определенный тип реагирования в сложной ситуации, «включение» поведенческих программ, заимствованных у конкретных людей из ближайшего окружения (мам, бабушек).

Изменение возраста указывает на самоощущение человека в ситуации жизненных неурядиц. Если в рисунке «Человека под дождем» при изображении фигуры пропускаются какие-либо части тела (ноги, руки, уши, глаза), то это указывает на специфику защитных механизмов и особенности проявлений Эго-реакций.

Функция одежды — «формирование защиты от стихии». Обилие одежды указывает на потребность в дополнительной защите. Отсутствие одежды связано с игнорированием определенных стереотипов поведения, импульсивностью реагирования.

Направление фигуры человека

В проективной методике «Человек под дождем» немаловажно, как изображена фигура человека: — повернута влево — внимание сосредоточено на себе, своих мыслях, переживаниях в прошлом; — повернута вправо — автор рисунка устремлен в будущее, активен; — виден затылок, человек изображен спиной — проявление замкнутости, уход от решения конфликтов. Если человек изображен бегущим, автор рисунка хочет убежать от проблем. Шагающий человек означает хорошую адаптацию. Если человек на рисунке стоит неустойчиво, это может означать напряжение, отсутствие стержня, равновесия. Фигура из палочек указывает на негативизм, сопротивление методике. Чрезмерно детские, игровые рисунки говорят о потребности в одобрении. Рисунки-шаржи означают желание избежать оценочных суждений в свой адрес, переживание неполноценности, враждебности.

Средства защиты от дождя.

Зонт, головной убор, плащ и т.д. — это символы защитных механизмов, способов справляться с неприятностями.

Зонт представляет собой символическое изображение психической защиты от неприятных внешних воздействий. С точки зрения трактовки образов зонт может рассматриваться как отображение связи с матерью и отцом, которые символически представлены в образе зонта: купол — материнское начало, а ручка — отцовское. Зонт может защищать или не защищать от непогоды, ограничивать поле зрения персонажа, а может и отсутствовать. Так, например, огромный зонт-гриб может свидетельствовать о сильной зависимости от матери, решающей все сложные ситуации за человека. Размер и расположение зонта по отношению к фигуре человека указывают на интенсивность действия механизмов психической защиты. Очень большой зонт означает созависимость с родителями, желание в трудной ситуации получить поддержку от авторитетных лиц.

Отсутствие шляпы, зонта и других средств защиты говорит о плохой адаптированности и потребности в защите.

Атрибуты дождя. Дождь — помеха, нежелательное воздействие, побуждающее человека закрыться, спрятаться. Характер его изображения связан с тем, как человеком воспринимается трудная ситуация: редкие капли — как временная, преодолимая; тяжелые, закрашенные капли или линии — тяжелая, постоянная. Необходимо определить, откуда дождь «приходит» (справа или слева от человека) и какая часть фигуры подвергается воздействию в большей степени. Интерпретация проводится в соответствии с приписываемыми значениями правой и левой стороны листа или фигуры человека. По линиям, которыми изображен дождь, можно судить об отношении автора рисунка к окружающей среде. Уравновешенные, одинаковые штрихи, в одну сторону, говорят о сбалансированной окружающей среде. Беспорядочные штрихи — окружающая среда тревожная, нестабильная. Вертикальные штрихи говорят об упрямстве, решительности. Короткие, неровные штрихи по всему полю и отсутствие всех защит указывает на тревогу и восприятие окружающей среды как враждебной. Тучи являются символом ожидания неприятностей. Важно обращать внимание на количество облаков, туч, их плотность, размер, расположение. В депрессивном состоянии изображаются тяжелые грозовые тучи, занимающие все небо. Лужи, грязь символически отражают последствия тревожной ситуации, те переживания, которые остаются после «дождя». Следует обратить внимание на манеру изображения луж (форму, глубину, брызги). Важно отметить, как расположены лужи относительно фигуры человека (находятся ли они перед или за фигурой, окружают человека со всех сторон или он сам стоит в луже). Лужи символизируют нерешенные проблемы. Нужно обратить внимание, слева или справа от персонажа находятся лужи: если слева, значит, человек видит проблемы в прошлом, если справа — предвидит их в будущем. Если человек стоит в луже, это может означать неудовлетворенность, потерю ориентиров.

Дополнительные детали.

Все дополнительные детали (дома, деревья, скамейки, машины) или предметы, которые человек держит в руках (сумочка, цветы, книги), рассматриваются как отражение потребности в дополнительной внешней опоре,

в поддержке, в стремлении уйти от решения проблем путем переключения и замещающей деятельности. Более полная расшифровка деталей основывается на символическом значении представленных образов. Например, молния может символизировать начало нового цикла в развитии и драматические изменения в жизни человека. Радуга, нередко возникающая после грозы, предвещает появление солнца, символизирует мечту о несбыточном стремлении к совершенству. Дополнительные предметы, изображенные на рисунке (фонарь, солнце и т.д.), обычно символизируют значимых людей для автора рисунка.

Тенденции.

Признаки эмоциональной холодности — схематичная фигура; лицо частично или полностью не прорисовано. Признаки импульсивности — много движений у фигуры; взлохмаченные волосы; несогласованность направленности тела, рук и ног; недостаточность одежды. Признаки конфликта в семье — ограничение пространства для фигуры; явное несоответствие качества рисунка другим; на лице прорисованы явно положительные эмоции. Признаки инфантильности — человек в сказочной или праздничной одежде; на лице выражение восторга; у фигуры отсутствует шея; рисунок переместился вверх по сравнению с другими; уменьшение возраста человека, по сравнению с другими рисунками.

Искажение и пропуск деталей.

Отсутствие существенных деталей может указывать на область конфликта и быть следствием вытеснения как защитного механизма психики. Так, например, отсутствие зонта в рисунке может свидетельствовать об отрицании поддержки со стороны родителей в трудной ситуации.

Сравнивая два рисунка из серии, обратите внимание на следующие характерные изменения:

- Как изменяется цвет (цвет фона, цвет человечка, в какой цвет окрашены дождевые капли);
- Изменяется ли пол человека от рисунка к рисунку? Очень часто в таких сериях меняется пол человека. Это укажет нам на способ реагирования — по «женскому» или «мужскому» гендерному типу встречает человек трудности;
- Изменяется ли возраст человечка? Соответствует ли примерный возраст человечка возрасту самого художника? Регресс в детство — покажет изображённый на картинке взрослого человека ребёнок. Если на картинке ребёнка или подростка изображён взрослый человек или старик — это расскажет о том, кому из старших родственников склонен подражать ребёнок, решая свои проблемы.
- Изменяется ли размер фигуры? Очень миниатюрная фигура во второй картинке говорит о низкой стрессоустойчивости, о ранимости, возможно о низкой самооценке. Очень большая фигура свидетельствует об активной жизненной позиции, агрессивности.

После рисования можно провести обсуждение.

Примеры вопросов психолога:

- Расскажите об этом человеке: как он себя ощущает, чувствует?

- Насколько комфортно чувствует себя человек в этой ситуации?
- Какое у него настроение?
- Что ему больше всего хочется сделать?
- Дождь пошёл неожиданно или по прогнозу?
- Человек был готов к тому, что пойдёт дождь или для него это неожиданность? Любите ли Вы дождь? Почему?
- В какой момент времени мы его застали?
- Какие у него перспективы? Если человеку под дождём дискомфортно (плохо), то чем ему можно помочь?
- Что сам человек может сделать, чтобы себе помочь, чтобы справиться с дождём?

А теперь вернемся к рисунку вверху страницы. Он иллюстрирует, как мало значат стандартные методики интерпретации без учета личности рисовавшего. Например, важно знать, воспринимается ли им дождь как негативный фактор? Есть у этого человека вообще привычка ходить под зонтом? Умеет ли человек рисовать, каковы его графические навыки?

2.1.3. ПРОЕКТИВНАЯ МЕТОДИКА «НЕСУЩЕСТВУЮЩЕЕ ЖИВОТНОЕ»»

Цель – диагностика эмоциональных особенностей личности, агрессивности, сферы общения.

Возрастной диапазон. Методика применяется, начиная со старшего дошкольного возраста.

Общая характеристика методики.

Метод исследования построен на теории психомоторной связи. Для регистрации состояния психики используется исследование моторики (в частности, моторики рисующей доминантной правой руки, зафиксированной в виде графического следа движения, рисунка). По И.М. Сеченову, «всякое представление, возникающее в психике, любая тенденция, связанная с этим представлением, заканчивается движением» (буквально - «Всякая мысль заканчивается движением»).

Если реальное движение по какой-то причине не осуществляется, то в соответствующих группах мышц суммируется определенное напряжение энергии, необходимой для осуществления ответного движения (на представление – мысль). Так, например, образы и мысли-представления, вызывающие страх, стимулируют напряжение в группах ножной мускулатуры и в мышцах рук, что оказалось бы необходимым в случае ответа на страх бегством или защитой с помощью рук – ударить, заслониться.

Тенденция движения имеет направление в пространстве: удаление, приближение, наклон, выпрямление, подъем, падение. При выполнении рисунка лист бумаги (либо полотно картины) представляет собой модель пространства и, кроме состояния мышц, фиксирует отношение к пространству, т.е. возникающую тенденцию. Пространство, в свою очередь, связано с эмоциональной окраской переживания и временным периодом: настоящим, прошлым, будущим. Связано

оно также с действительностью или идеально-мыслительным планом работы психики. Пространство, расположенное сзади и слева от субъекта, связано с прошлым периодом и бездейтельностью (отсутствием активной связи между мыслью-представлением, планированием и его осуществлением). Правая сторона, пространство спереди и вверху связаны с будущим периодом и действительностью.

На листе (модели пространства) левая сторона и низ связаны с отрицательно окрашенными и депрессивными эмоциями, с неуверенностью и пассивностью. Правая сторона (соответствующая доминантной правой руке) - с положительно окрашенными эмоциями, энергией, активностью, конкретностью действия. Помимо общих закономерностей психомоторной связи и отношения к пространству при толковании материала теста используются теоретические нормы оперирования с символами и символическими геометрическими элементами и фигурами. Для статистической проверки или стандартизации результат анализа может быть представлен в описательных формах. По составу данный тест - ориентировочный как единственный метод исследования обычно не используется и требует объединения с другими методами в качестве батарейного инструмента исследования.

Материал для тестирования. Лист бумаги А4 (либо близкий по размеру к формату); цветные карандаши.

Инструкция. Лист бумаги предлагают использовать целиком (а не сгибают пополам), дают его в руки испытуемому (чтобы он сам выбрал, в какой плоскости рисовать) и не делают на нем никаких надписей.

Комментарий к заданию: «Придумай и нарисуй несуществующее животное или любое другое существо, которого нет в природе. Это существо не должно быть персонажем из сказки или мультфильма, ты его должен придумать сам. Придумай для него несуществующее имя».

После окончания рисования ребенку задают вопросы:

- Где живет это существо (какое у него жилище)?
- Чем оно питается?
- С кем оно живет (семьей, стадом, в одиночку)?
- Как оно себя ведет при опасности, например, если на него нападают?
- Кто его враги?
- Кто (из живущих на Земле) его друзья?
- Что ему нужно для полного счастья?

ПОКАЗАТЕЛИ И ИНТЕРПРЕТАЦИЯ

Положение на рисунке. В норме рисунок расположен по средней линии вертикально поставленного листа. Лист бумаги лучше всего взять белый или слегка кремовый, не глянцевый. Пользоваться карандашом средней мягкости; ручкой и фломастером рисовать нельзя. Положение рисунка ближе к верхнему краю листа (чем ближе, тем более выражено) трактуется как высокая самооценка, как недовольство своим положением в социуме, недостаточностью признания со стороны окружающих, как претензия на продвижение и признание, тенденция к самоутверждению. Положение рисунка в нижней части - обратная тенденция:

неуверенность в себе, низкая самооценка, подавленность, нерешительность, незаинтересованность в своем положении в социуме, в признании, отсутствие тенденции к самоутверждению.

Центральная смысловая часть фигуры (голова или замещающая ее деталь). Голова повернута вправо - устойчивая тенденция к деятельности, действительности: почти все, что обдумывается, планируется - осуществляется или, по крайней мере, начинает осуществляться (если даже и не доводится до конца). Испытуемый активно переходит к реализации своих планов, наклонностей. Голова повернута влево - тенденция к рефлексии, к размышлениям. Это не человек действия: лишь незначительная часть замыслов реализуется или хотя бы начинает реализовываться. Нередко также боязнь перед активным действием и нерешительность. (Вариант: отсутствие тенденции к действию или боязнь активности - следует решить дополнительно.) Положение «анфас», т.е. голова направлена на рисующего (на себя), трактуется как эгоцентризм.

Повышенная тревожность часто отражается в избыточном количестве органов чувств. Тревожный человек сам повышенно чувствителен к возможным опасностям и поэтому наделяет повышенной чувствительностью свои создания. На голове расположены детали, соответствующие органам чувств – уши, рот, глаза. Значение детали «уши» - прямое: заинтересованность в информации, значимость мнения окружающих о себе. Дополнительно по другим показателям и их сочетанию определяется, предпринимает ли испытуемый что-либо для завоевания положительной оценки или только продуцирует на оценки окружающих соответствующие эмоциональные реакции (радость, гордость, обида, огорчение), не изменяя своего поведения.

Приоткрытый рот в сочетании с языком при отсутствии прорисовки губ трактуется как большая речевая активность (болтливость), в сочетании с прорисовкой губ - как чувственность; иногда и то и другое вместе. Открытый рот без прорисовки языка и губ, особенно зачерченный, трактуется как легкость возникновения опасений и страхов, недоверия. Рот с зубами - вербальная агрессия, в большинстве случаев – защитная (огрызается, задирается, грубит в ответ на обращение к нему отрицательного свойства, осуждение, порицание).

Для детей и подростков характерен рисунок зачерченного рта округлой формы (боязливость, тревожность).

Особое значение придают глазам. Это символ присущего человеку переживания страха: подчеркивается резкой прорисовкой радужки.

Обратить внимание на наличие или отсутствие ресниц. Ресницы – истероидно-демонстративные манеры поведения; для мужчин: женственные черты характера с прорисовкой зрачка и радужки совпадают редко. Ресницы - также заинтересованность в восхищении окружающих внешней красотой и манерой одеваться, придание этому большого значения.

Увеличенный (в соответствии с фигурой в целом) размер головы говорит о том, что испытуемой ценит рациональное начало (возможно, и эрудицию) в себе и окружающих. На голове также бывают расположены дополнительные детали: например, рога - защита, агрессия. Определить по сочетанию с другими

признаками - когтями, щетиной, иглами - характер этой агрессии: спонтанная или защитно-ответная.

Несущая, опорная часть фигуры (ноги, лапы, иногда - постамент). Рассматривается основательность этой части по отношению к размерам всей фигуры и по форме:

а) основательность, обдуманность, рациональность принятия решения, пути к выводам, формирование суждения, опора на существенные положения и значимую информацию;

б) поверхностность суждений, легкомыслие в выводах и неосновательность суждений, иногда импульсивность принятия решения (особенно при отсутствии или почти отсутствии ног).

Необходимо обратить внимание на характер соединения ног с корпусом: соединение точно, тщательно или небрежно, слабо соединены или не соединены вовсе – это характер контроля за своими рассуждениями, выводами, решениями.

Однотипность и однонаправленность формы ног, лап, любых элементов опорной части - конформность суждений и установок в принятии решений, их стандартность, банальность.

Разнообразие в форме и положении этих деталей – своеобразие установок и суждений, самостоятельность и небанальность; иногда даже творческое начало (соответственно необычности формы) или инакомыслие (ближе к патологии).

Части, поднимающиеся над уровнем фигуры, могут быть функциональными или украшающими: крылья, дополнительные ноги, щупальца, панцирь, перья, бантики и др. – энергия охвата разных областей человеческой деятельности, уверенность в себе, «самораспространение» с неделикатным и неразборчивым притеснением окружающих, любознательность, желание участвовать как можно в большем числе дел окружающих, завоевание себе места под солнцем, увлеченность своей деятельностью, смелость предприятий.

Украшающие детали – демонстративность, склонность обращать на себя внимание окружающих, манерность (например, лошадь или ее несуществующее подобие в султане из павлиньих перьев).

Хвосты. Выражают отношение к собственным действиям, решениям, выводам, к своей вербальной продукции. Хвосты повернуты вправо – отношение к своим действиям и поведению. Влево – отношение к своим мыслям, решениям; к упущенным возможностям, к собственной нерешительности. Положительная или отрицательная окраска этого отношения выражена направлением хвостов вверх (уверенно, положительно, бодро) или падающим движением вниз (недовольство собой, сомнение в собственной правоте, сожаление о сделанном, сказанном, раскаяние и т. п.). Обратить внимание на хвосты, состоящие из нескольких, иногда повторяющихся, звеньев, на особенно пышные хвосты, особенно длинные и иногда разветвленные.

Контур фигуры. Анализируются по наличию или отсутствию выступов (типа щитов, панцирей, игл), прорисовки и затемнения линии контура. Это защита от окружающих, агрессивная – если она выполнена в острых углах; со

страхом и тревогой – если имеет место затемнение, «запачкивание» контурной линии; с опасением, подозрительностью – если поставлены щиты, «заслоны», линия удвоена.

Направленность такой защиты – соответственно пространственному расположению: верхний контур фигуры – против вышестоящих, против лиц, имеющих возможность наложить запрет, ограничение, осуществить принуждение, т.е. против старших по возрасту, родителей, учителей, начальников, руководителей; – нижний контур – защита против насмешек, непризнания, отсутствия авторитета у нижестоящих подчиненных, младших, боязнь осуждения; боковые контуры – недифференцированная опасливость и готовность к самозащите любого порядка и в разных ситуациях; – то же самое – элементы «защиты», расположенные не по контуру, а внутри контура, на самом корпусе животного. Справа – больше в процессе деятельности (реальной). Слева – больше защита своих мнений, убеждений, вкусов.

Характер линий.

Характер линий рисунка – самый главный критерий, по которому выявляются тревожные или состояние тревоги. В случае, если для рисования используется не единая линия, а линия, состоящая из множества маленьких, коротеньких пунктирчиков, можно говорить о высоком уровне тревожности.

Многократное обведение это тоже тревожность – испытуемый не уверен, хорошо ли он нарисовал и пытается исправить. Это может быть также навязчивое состояние, когда он не может успокоиться и все время обводит.

Слабый нажим или паутинная, еле видная линия – либо человек очень уставший, астеничный, утомленный и это одно. Или это может быть проявление закрытости – он хочет, чтобы его животное было минимально видно. А еще это неуверенность в собственном «Я» и это отражается в слабой линии животного – он точно не знает, какой он и расплывается в тумане. То есть он может быть больной, неуверенный в собственном «Я» и закрытым.

Целостность контура – если контур очень хорошо обведен и подчеркнут это означает, что человек защищает свое внутреннее пространство. Если разрывы в контуре животного существуют, то предполагается, что в некоторых аспектах есть слияние, смешение внешнего и внутреннего или нарушение границ – человек может быть очень сильно зависим от средовых воздействий, либо человек полностью сливается с социумом и не чувствует собственного «Я».

Если присутствует «волосатость», то мы понимаем, что нет границ между внешним и внутренним.

Следует обратить внимание на резко продавленные линии, видимые даже на обратной стороне листа (судорожный, высокий тонус мышц рисующей руки) – резкая тревожность. Обратить внимание также на то, какая деталь, какой символ выполнен таким образом (т.е. к чему привязана тревога).

Наличие штриховки, закрашивания: показатель субъективной трудности выполнения отдельного элемента рисунка.

Тематически животные делятся на:

- угрожаемых,

- угрожающих,
- нейтральных (подобия льва, бегемота, волка или птицы, улитки, муравья, либо белки, собаки, кошки).

Это отношение к собственной персоне и к своему «Я», представление о своем положении в мире, как бы идентификация себя по значимости (с зайцем, букашкой, слоном, собакой и т.д.). В данном случае рисуемое животное – представитель самого рисующего.

Степень агрессивности выражена количеством, расположением и характером углов в рисунке. Особенно весомы в этом отношении прямые символы агрессии – когти, зубы, клювы.

Фигура круга (особенно ничем не заполненного) символизирует и выражает тенденцию к скрытности, замкнутость, закрытость своего внутреннего мира, нежелание давать сведения о себе окружающим, наконец, нежелание подвергаться тестированию. Такие рисунки обычно дают очень ограниченное количество данных для анализа.

Обратить внимание на случаи вмонтирования механических частей в тело «животного» - постанова животного на постамент, тракторные или танковые гусеницы, треножник; прикрепление к голове пропеллера, винта; вмонтирование в глаз электролампы, в тело и конечности животного - рукояток, клавиш и антенн. Это наблюдается чаще у больных шизофренией и глубоких шизоидов.

Низкий уровень агрессивности

Показателем отсутствия тенденций к агрессивности служит отсутствие агрессивной символики (орудий нападения) в основном рисунке.

Повышенная агрессивность

Один из наиболее распространенных признаков повышенной агрессивности в рисунке несуществующего животного – это наличие острых выступов и выростов, независимо от того, что они изображают (рога, уши, щупальца, клешни).

Склонность к вербальной агрессии.

В рисунке несуществующего животного склонность к вербальной агрессии, как и в рисунке человека, выражается в подчеркивании зубов. Часто зубы сочетаются с преувеличенным размером рта.

Боязнь агрессии и защитная агрессия

Помимо уровня собственной агрессивности в рисунке несуществующего животного проявляется отношение к возможной агрессии со стороны окружающих. Боязнь нападения приводит к стремлению защитить придуманное животное. В качестве защиты может быть изображен панцирь. Очень широко распространено изображение игл, как у дикобраза, или колючек. Боязнь агрессии отражается в широко расставленных руках с очень большими кистями (высокая неудовлетворенная потребность в общении), пустых глазах. Для боязни агрессии характерны описание гигантских размеров животного и желание стать еще больше. Стремление к повышению чувствительности - характерный признак тревоги, опасений. Защитная агрессия не всегда оказывается столь безобидной. Нередки случаи, когда она активно проявляется на поведенческом уровне.

Несмотря на то, что сам человек воспринимает ее как защитную, в действительности она может становиться опережающей: ожидая нападения (возможно, безо всяких оснований), человек спешит заранее напасть первым.

Невротическая агрессия

Невротическая агрессия, как и защитная, представляет собой ответную реакцию на неблагоприятную внешнюю ситуацию. Однако это значительно более обобщенная реакция, чем защитная агрессия: она направлена не непосредственно на источник потенциальной угрозы, а на все окружение. В таких случаях говорят, что человек из-за своих неудач зол на весь мир. Признаком невротической агрессии в тесте «Несуществующее животное» служит сочетание невротических и агрессивных проявлений.

Штриховка с сильным нажимом говорит о высокой тревожности и эмоциональной напряженности. Особая тщательность штриховки позволяет предположить, что человек отличается высоким уровнем ригидности. Тщательно подчеркнутый контур - свидетельство высокого уровня контроля. Показателем хорошего контроля принято считать также изображение длинной шеи. Следовательно, невротическая симптоматика не должна быть особенно заметна в поведении человека, так как на уровне внешних проявлений она тормозится, благодаря повышенному самоконтролю.

Показатели типично невротической тематики: эмоционально неприятное место жизни - болото (также трактуется указание на то, что животное живет в грязи, в тине). Упоминание неприятной пищи - червей (аналогично трактуется питание слизняками, мусором и т.п.).

И, наконец, для невротического состояния типичны определенные виды страхов - невротические страхи. К ним относятся, в частности, страх перед мелкими животными (насекомыми, мышами и т.п.) и боязнь змей. Наличие таких страхов может проявиться при ответе на вопрос, чего животное боится или при описании его врагов.

Например, если весь рисунок закрашен ровным серым тоном, а отдельные части рисунка стерты и переделаны, то это признаки высокой тревоги. Наблюдается стремление защититься от возможной угрозы (шпы на теле и на хвосте). Грубое искажение формы глаз - один из показателей невротизации. Описание такого способа питания, как высасывание крови жертв, часто встречается у людей, склонных к невротической агрессии.

2.1.4. ШКАЛА БЕЗНАДЁЖНОСТИ, АВТОР ААРОН ТЕМКИН БЕК

Аарон Темкин Бек — американский психотерапевт, профессор психиатрии Пенсильванского университета, крупный специалист в области лечения депрессий.

Инструкция: ниже приводится 20 утверждений о Вашем будущем. Пожалуйста, прочтите внимательно каждое и отметьте одно верное утверждение, которое наиболее точно отражает Ваши чувства в настоящее время.

Отметьте кружком слово «ВЕРНО», если Вы согласны с утверждением,

или слово «НЕВЕРНО», если Вы не согласны.

Среди утверждений нет правильных или неправильных. Пожалуйста, отметьте «ВЕРНО» или «НЕВЕРНО» для всех утверждений. Не тратьте слишком много времени на обдумывание одного утверждения.

	Верно	Неверно	Я жду будущего с надеждой и энтузиазмом
	Верно	Неверно	Мне пора сдаться, так как я ничего не могу изменить к лучшему
	Верно	Неверно	Когда дела идут плохо, мне помогает мысль, что так не может продолжаться всегда
	Верно	Неверно	Я не могу представить, на что будет похожа моя жизнь через 10 лет
	Верно	Неверно	У меня достаточно времени, чтобы завершить дела, которыми я больше всего хочу заниматься
	Верно	Неверно	В будущем я надеюсь достичь успеха в том, что мне больше всего нравится
	Верно	Неверно	Будущее представляется мне во тьме
	Верно	Неверно	Я надеюсь, что получу в жизни больше хорошего, чем средний человек
	Верно	Неверно	У меня нет никаких просветов и нет причин верить, что они появятся в будущем
	Верно	Неверно	Мой прошлый опыт хорошо меня подготовил к будущему
	Верно	Неверно	Все, что я вижу впереди – скорее неприятности, чем радости
	Верно	Неверно	Я не надеюсь достичь того, чего действительно хочу
	Верно	Неверно	Когда я заглядываю в будущее, я надеюсь быть счастливее, чем я есть сейчас
	Верно	Неверно	Дела идут не так, как мне хочется
	Верно	Неверно	Я сильно верю в своё будущее

	Верно	Неверно	Я никогда не достигаю того, что хочу, поэтому глупо что-либо хотеть
	Верно	Неверно	Весьма маловероятно, чего я получу реальное удовлетворение в будущем
	Верно	Неверно	Будущее представляется мне расплывчатым и неопределенным
	Верно	Неверно	В будущем меня ждет больше хороших дней, чем плохих
	Верно	Неверно	Бесполезно пытаться получить то, чего я хочу, потому что, вероятно, я не добьюсь этого

Шкала безнадежности Бека измеряет выраженность негативного отношения субъекта к собственному будущему.

Особую ценность данная методика представляет в качестве косвенного индикатора суицидального риска у лиц, страдающих депрессией, а также у людей тех, кто ранее уже совершал попытки само убийства.

КЛЮЧ

№	Ответ	Балл	№	Ответ	Балл
01	Неверно	1	11	Верно	1
02	Верно	1	12	Верно	1
03	Неверно	1	13	Неверно	1
04	Верно	1	14	Верно	1
05	Неверно	1	15	Неверно	1
06	Неверно	1	16	Верно	1
07	Верно	1	17	Верно	1
08	Неверно	1	18	Верно	1
09	Верно	1	19	Неверно	1
10	Неверно	1	20	Верно	1

ИНТЕРПРЕТАЦИЯ:

- 0–3 балла — безнадежность не выявлена;
- 4–8 баллов — безнадежность легкая;
- 9–14 баллов — безнадежность умеренная;
- 15–20 баллов — безнадежность тяжелая.

2.2. МЕТОДИКИ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ ИЗ ГРУППЫ РИСКА, СКЛОННЫХ К ДЕВИАНТНОМУ ПОВЕДЕНИЮ

2.2.1. МЕТОДИКА НЕЗАКОНЧЕННЫХ ПРЕДЛОЖЕНИЙ, АВТОР Е.Н ВОЛКОВА.

Проективная методика незаконченных предложений модифицирована Е. Н. Волковой и предназначена для диагностики когнитивного, эмоционального и поведенческого аспектов представлений ребенка о насилии. Методика предназначена для лиц подросткового и раннего юношеского возраста и может использоваться как индивидуально, так и в группе.

С помощью данной методики можно исследовать:

- какое представление имеет ребенок о насилии;
- с какими эмоциями приходится сталкиваться ребенку, и с чем связаны эти эмоции;
- какое поведение является приемлемым для ребенка в ситуации насилия.

Каждому ребенку дается бланк с предложениями, которые ему нужно закончить.

ИНСТРУКЦИЯ.

Перед тобой несколько незаконченных предложений. Напиши, пожалуйста, окончание к каждому предложению. Пиши тот ответ, который первым пришел к тебе в голову. Это не текст, здесь нет правильных и неправильных ответов.

Время заполнения – 15 мин.

1. Я весь трясусь, когда
2. Если бы все ребята знали, как я боюсь
3. Если тебя разозлили, то нужно
4. Воспитывать детей нужно с помощью
5. Ребенок в семье
6. Мои близкие думают обо мне, что я
7. Я боюсь идти домой, когда
8. Я лучше побуду один, чем с
9. Когда я вижу, что кого-то бьют, я
10. Бить другого можно, когда
11. Ребенок с опаской относится к окружающим, потому что
12. Применение физической силы к более слабому
13. Родители кричат на детей, когда
14. Когда у меня будут дети, я никогда
15. Наша семья была бы идеальной, если бы не _
16. Я хочу побыть один после
17. Я убежал бы из дома, если бы
18. Больше всего я не люблю, когда мои родители
19. Я хочу, чтобы меня
20. Приемлемое наказание – это

Спасибо за ответы!

Ответы на вопросы.

2, 7, 9, 13, 18, 19 характеризуют эмоциональный аспект представлений ребенка о насилии,

3, 4, 11, 20 – когнитивный аспект,

1, 8, 10, 12, 14, 16 – поведенческий аспект.

2.2.2. ОПРОСНИК «КАЧЕСТВО МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ ДЛЯ ПОДРОСТКОВ», АВТОР Г. КОЖУХАРЬ.

Кожухарь Галина Сократовна - кандидат психологических наук, психолог, преподаватель ИСПТ, доцент кафедры теоретических основ социальной психологии Московского городского психолого-педагогического университета, кандидат психологических наук, член Российского общества психологов, член Ассоциации гештальт-терапевтов.

Инструкция. Мы просим тебя ответить на вопросы нашей анкеты. Вопросы и суждения касаются твоей школы, отношений между ребятами, между учениками и учителями.

Отвечая на каждый вопрос, тебе нужно будет выбрать только один вариант ответа. Поставьте знак «+» в той колонке, которая соответствует баллу, отражающему степень твоего согласия с предлагаемым суждением.

Твоё мнение и баллы соотносятся так:

- полностью согласен – 4;
- скорее согласен – 3;
- трудно сказать – 2;
- скорее не согласен – 1;

В этой анкете нет правильных и неправильных ответов, нам важно знать, что происходит на самом деле. Подписывать анкету не обязательно, а отвечать нужно честно, иначе эта работа потеряет всякий смысл. Ответь, пожалуйста, на следующие вопросы:

Утверждения	Баллы				
1-блок.	0	1	2	3	4
Большинству учителей в нашей школе можно доверять.					
Ребята нашей школы чаще всего думают только о себе.*					
Педагоги чаще всего стремятся быть полезными для меня и для других учащихся.					
Большинство ребят нашей школы ведут себя честно в разных ситуациях.					
Во взаимодействии с учителями в нашей школе нужно соблюдать осторожность.*					
Большинству ребят в нашей школе можно доверять.					
2-блок.	0	1	2	3	4

Учителя не стремятся скрыть плохое мнение по поводу учащихся.					
Если кто-то из одноклассников поступает плохо, другие обязательно отвечают им тем же, хотя бы из принципа.					
Учителя могут вести себя дружелюбно с теми ребятами, которые, по их мнению, поступают неверно.*					
Ребята нашей школы временами грубят тем, кто ведет себя не вежливо по отношению к ним и действует им на нервы.					
Учителя часто обвиняют ребят ни за что.					
Во время общения ребята, как правило, отчаянно отстаивают свою точку зрения.					
3-блок.	0	1	2	3	4
Я чаще всего могу быть уверен в учителях нашей школы.					
Доверять ребятам в нашем классе небезопасно, так как они могут легко использовать это в своих интересах.*					
Педагоги и другие работники школы являются лучшим гарантом безопасности в нашей школе.					
Ребята нашей школы скорее будут помогать друг другу, чем оскорблять друг друга.					
В нашей школе необходимо стремиться угождать всем педагогам независимо от собственных принципов.*					
В отношениях среди ребят нашей школы преобладает доброжелательность.					
4-блок.	0	1	2	3	4
С педагогами нашей школы я предпочитаю не спорить.					
Ученики нашего класса готовы прислушиваться к мнениям друг друга.*					
Учителя нашей школы допускают в общении с ребятами тон, не терпящий возражений и грубость.					
Ребята не уступают друг другу в споре, каждый хочет добиться победы.					
Учителя нашей школы при решении разных вопросов пытаются выяснить, с чем я согласен, а с чем не согласен.*					
Ребята в нашей школе во время общения не поддаются провокациям и не заводятся.*					
5-блок.	0	1	2	3	4
Учителям нравится проводить время вместе с нами.					
Мне нравятся ребята нашей школы, с которыми я знаком*.					

Педагоги и другие работники школы думают только о себе.					
Большинство ребят чувствуют себя комфортно в школе*.					
Учителей нашей школы достаточно легко ввести в заблуждение.					
Ребята нашего класса думают о себе только положительно и редко обращаются к своим отрицательным качествам.					
6-блок.	0	1	2	3	4
Учителя часто разочаровывали и разочаровывают меня.					
В нашем классе есть учащиеся, которые настолько мне неприятны, что я невольно радуюсь, когда их постигают неудачи.					
Я не всегда легко соглашаюсь с учителями и другими работниками нашей школы.					
Некоторые ребята в нашем классе имеют привычки, которые действуют мне на нервы.					
Некоторые учителя вызывают во мне враждебность.					
Меня раздражает, когда ребята отрывают меня от дела.					
7-блок.	0	1	2	3	4
Педагоги и другие работники школы постоянно делают кому-либо замечания.*					
Меня раздражают ребята школы другой национальности.*					
Взрослые раздражаются, если ребята не соглашаются с их правильным (как они считают) мнением.*					
Мне трудно ладить с ребятами, у которых плохой характер.*					
Чаще всего я из принципа настаиваю на своем мнении, даже если понимаю, что партнер прав.*					
Взрослые нашей школы с трудом переносят шумные детские игры.*					
8-блок.	0	1	2	3	4
Наилучший способ поладить со старшими людьми в нашей школе – говорить им то, что они хотели бы услышать.					
Большинство ребят в нашей школе в сущности хорошие и добрые.*					
Многие педагоги нашей школы любят похвалиться, когда для этого нет достаточных оснований.					
Открывать причину своих действий другим ребятам					

нужно только в том случае, если это полезно и для тебя.					
Большинство ребят работают в полную силу только в том случае, если старшие заставляют их это делать.					
Ребята нашего класса считают, что полностью доверять однокласснику – это значит напрашиваться на неприятности.					

2.2.3. ОПРОСНИК «КАЧЕСТВО МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ» ДЛЯ ПЕДАГОГОВ, АВТОР Г. КОЖУХАРЬ

Кожухарь Галина Сократовна - кандидат психологических наук, психолог, преподаватель ИСПТ, доцент кафедры теоретических основ социальной психологии Московского городского психолого-педагогического университета, кандидат психологических наук, член Российского общества психологов, член Ассоциации гештальт-терапевтов.

Инструкция. Уважаемый коллега!

Просим Вас ответить на данные вопросы. Это займёт не более 20 минут Вашего времени.

Ниже приводятся суждения. Оцените их от 0 до 4 баллов, чтобы выразить, насколько они верны по отношению лично к Вам и Вашей школе.

Поставьте знак «+» в той колонке, которая соответствует баллу, отражающему степень Вашего согласия с предлагаемым суждением.

Ваше мнение и баллы соотносятся так:

- полностью согласен – 4;
- скорее согласен – 3;
- трудно сказать – 2;
- скорее не согласен – 1;
- совершенно не согласен – 0.

Результаты опроса необходимы для новых разработок в сфере безопасности образовательной среды.

Спасибо!

Утверждения	Баллы/ Баллы				
1-блок.	0	1	2	3	4
Сотрудники нашей школы чаще всего думают только о себе.*					
Большинству учащихся нашей школы можно доверять.					
Сотрудники школы чаще всего стремятся быть полезными друг для друга и для учащихся.					
Большинство учеников нашей школы ведут себя честно в разных ситуациях.					
Большинству педагогов нашей школы можно доверять.					

Во взаимодействии с детьми нашей школы нужно соблюдать осторожность.*					
2-блок.	0	1	2	3	4
Педагоги школы открыто выражают отрицательное мнение по поводу учащихся.					
Если кто-то из учащихся поступает плохо, другие обязательно отвечают им тем же, хотя бы из принципа.					
Педагоги могут вести себя дружелюбно с теми ребятами, которые, по их мнению, поступают неверно.*					
Ребята нашей школы временами грубят тем, кто ведет себя невежливо по отношению к ним и действует им на нервы.					
Администрация и коллеги часто обвиняют ребят ни за что.					
Во время общения ребята, как правило, отчаянно отстаивают свою точку зрения.					
3-блок.	0	1	2	3	4
Я чаще всего могу быть уверен в учителях нашей школы.					
Доверять ребятам в нашей школе небезопасно, так как они могут легко использовать это в своих интересах.*					
Педагоги и другие работники школы являются лучшим гарантом безопасности в нашей школе.					
Ребята нашей школы скорее будут помогать друг другу, чем оскорблять друг друга.					
В отношениях среди сотрудников нашей школы преобладает доброжелательность.					
В нашей школе учащиеся стремятся угодить педагогам независимо от собственных принципов.*					
4-блок.	0	1	2	3	4
С администрацией и коллегами нашей школы я предпочитаю не спорить.					
Ребята нашей школы готовы прислушиваться к мнениям друг друга.*					
Педагоги нашей школы допускают в общении с ребятами тон, не терпящий возражений и грубость					
Учащиеся не уступают друг другу в споре, каждый хочет добиться победы.					
Педагоги нашей школы при решении разных вопросов пытаются выяснить, с чем каждый согласен, а с чем не согласен.*					
Ребята в нашей школе во время общения не поддаются					

провокациям и не заводятся.*					
5-блок.	0	1	2	3	4
Педагогам нравится совместно проводить время.					
Мне нравятся ребята нашей школы.					
Педагоги и другие сотрудники школы думают только о себе.*					
Я и мои коллеги чувствуют себя комфортно в школе.					
Педагоги думают о себе только положительно и редко обращаются к своим отрицательным качествам.*					
Учащихся достаточно легко ввести в заблуждение.*					
6-блок.	0	1	2	3	4
В нашей школе есть сотрудники, которые настолько мне неприятны, что я невольно радуюсь, когда их постигают неудачи.					
Учащиеся часто разочаровывали и разочаровывают меня.					
Некоторые педагоги имеют привычки, которые действуют мне на нервы.					
К некоторым учащимся я чувствую внутреннюю враждебность.					
Я не всегда легко соглашаюсь с мнением коллег и администрации школы.					
Меня раздражает, когда ребята отрывают меня отдела.					
7-блок.	0	1	2	3	4
Меня раздражают педагоги школы другой национальности.*					
Педагогам постоянно приходится делать кому-либо из детей замечания.*					
Я раздражаюсь, если кто-то из коллег не соглашается с моим правильным мнением.*					
Мне трудно ладить с учащимися, у которых плохой характер.*					
Чаще всего я и мои коллеги из принципа настаивают на своем мнении, даже если понимают, что партнер прав.*					
Сотрудники нашей школы с трудом переносят шумные детские игры. *					
8-блок.	0	1	2	3	4
Наилучший способ поладить с сотрудниками в нашей школе – говорить им то, что они хотели бы услышать.					
Большинство ребят в нашей школе в сущности					

хорошие и добрые.*					
Открывать причину своих действий коллегам нужно только в том случае, если это полезно и для тебя.					
Многие ребята в нашей школе любят похвастаться, когда для этого нет достаточных оснований.					
Полностью доверять другому человеку – это значит напрашиваться на неприятности.					
Большинство учащихся работают в полную силу только в том случае, если педагоги заставляют их это делать.					

АНАЛИЗ И ИНТЕРПРЕТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОПРОСНИКОВ «КАЧЕСТВО МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ (ДЛЯ УЧАЩИХСЯ И ПЕДАГОГОВ)

Опросник «Качество межличностных отношений в образовательной среде» включает 8 шкал, которые в опросном листе названы для удобства блоками:

Блок 1. Шкала доверия.

Блок 2. Шкала агрессивности.

Блок 3. Шкала доброжелательности.

Блок 4. Шкала конфликтности.

Блок 5. Шкала принятия.

Блок 6. Шкала враждебности.

Блок 7. Шкала толерантности.

Блок 8. Шкала манипулятивного отношения.

По каждой шкале, как для подростков, так и для педагогов подсчитываются три показателя:

- 1) **выраженность отношения взрослых по шкале**, вопросы: 1, 3, 5;
- 2) **выраженность отношения воспитанников по шкале**, вопросы: 2, 4, 6;
- 3) **суммарный балл по каждой шкале (блоку).**

При подсчете баллов учитываются вопросы с обратным знаком, которые обозначены символом *. Для этих вопросов подсчёт баллов осуществляется следующим образом:

Проставленный балл в опросном листе	0	1	2	3	4
Балл для замены	4	3	2	1	0

Далее подсчитывается индекс позитивного отношения как среднее значение по четырем шкалам (доверие, доброжелательность, принятие, толерантность), а также индекс негативного отношения как среднее значение по четырем шкалам (агрессивность, конфликтность, враждебность, манипулятивное отношение).

По результатам всех восьми шкал вычерчивается индивидуальный или

групповой профиль степени выраженности качества межличностных отношений. Выявляется степень соотношения позитивного и негативного отношения в системе межличностного взаимодействия.

Выраженность отношения по каждой шкале, как взрослых, так и подростков может варьировать в пределах от 0 до 12.

Уровни степени выраженности отношения взрослых или подростков:

0 – 3 балла, низкий уровень;

4 – 8 баллов, средний уровень;

9 – 12 баллов, высокий уровень.

Общий показатель по каждой шкале может варьировать от 0 до 24 баллов.

Уровни степени выраженности отношения:

0 – 7 балла, низкий уровень;

8 – 16 баллов, средний уровень;

17 – 24 баллов, высокий уровень.

2.2.4 ДИАГНОСТИКА ВРАЖДЕБНОСТИ ШКАЛА У. КУК И Д. МЕДЛИ

Шкала враждебности Кука-Медли (Cook-Medley Hostility Scale, CMHS) разработана на основе соответствующей шкалы MMPI. Методика представляет собой опросник, предназначенный для диагностики склонности к враждебному и агрессивному поведению. По итогам обследования вычисляется уровень цинизма, агрессивности и враждебности.

Шкала разработана психологами Уолтером У. Куком из Университета Миннесоты и Дональдом М. Медли из Университета Индианы, США.

Инструкция. Внимательно прочитайте (прослушайте) суждения опросника. Варианты ответов по всем суждениям даны на специальном бланке. Если вы считаете, что суждение верно и соответствует вашему представлению о себе и других людях, то в бланке ответов напротив номера суждения отметьте степень вашего согласия с ним, используя предложенную шкалу:

6 – обычно,

5 – частично,

4 – иногда,

3 – случайно,

2 – редко,

1 – никогда.

1. Я часто встречаю людей, называющих себя экспертами, хотя они таковыми не являются.

2. Мне часто приходилось выполнять указания людей, которые знали меньше, чем я

3. Многих людей можно обвинить в аморальном поведении.

4. Многие люди преувеличивают тяжесть своих неудач, чтобы получить сочувствие и помощь.

5. Временами мне приходилось грубить людям, которые вели себя невежливо по отношению ко мне и действовали мне на нервы.
6. Большинство людей заводят друзей, потому что друзья могут быть полезны.
7. Часто необходимо затратить много усилий, чтобы убедить других в своей правоте.
8. Люди часто разочаровывали меня.
9. Обычно люди требуют большего уважения своих прав, чем стремятся уважать права других.
10. Большинство людей не нарушают закон, потому что боятся быть пойманными.
11. Зачастую люди прибегают к нечестным способам, чтобы не потерять возможной выгоды.
12. Я считаю, что многие люди используют ложь, для того чтобы двигаться дальше.
13. Существуют люди, которые настолько мне неприятны, что я невольно радуюсь, когда их постигают неудачи.
14. Я часто могу отойти от своих принципов, чтобы превзойти своего противника.
15. Если люди поступают со мной плохо, я обязательно отвечаю им тем же, хотя бы из принципа.
16. Как правило, я отчаянно отстаиваю свою точку зрения.
17. Некоторые члены моей семьи имеют привычки, которые меня раздражают.
18. Я не всегда легко соглашаюсь с другими.
19. Никого никогда не заботит то, что с тобой происходит.
20. Более безопасно некому не верить.
21. Я могу вести себя дружелюбно с людьми, которые, по моему мнению, поступают неверно.
22. Многие люди избегают ситуаций, в которых они должны помогать другим.
23. Я не осуждаю людей за то, что они стремятся присвоить себе все, что только можно.
24. Я не виню человека за то, что он в своих целях использует других людей, позволяющих ему это делать.
25. Меня раздражает, когда другие отрываю меня от дела.
26. Мне бы определенно понравилось, если бы преступника наказали его же преступлением.
27. Я не стремлюсь скрыть плохое мнение о других людях.

ОБРАБОТКА РЕЗУЛЬТАТОВ И ИНТЕРПРЕТАЦИЯ

Ключ

* Шкала цинизма: 1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 11, 12, 19, 20, 22.

* Шкала агрессивности: 5, 14, 15, 16, 21, 23, 24, 26, 27.

* Шкала враждебности: 8, 13, 17, 18, 25.

№	Варианты ответа	Баллы
1	обычно	6
2	часто	5
3	иногда	4
4	случайно	3
5	редко	2
6	никогда	1

Интерпретация результатов для шкалы цинизма:

65 баллов и больше – высокий показатель;
40-65 баллов – средний показатель с тенденцией к высокому;
25-40 баллов – средний показатель с тенденцией к низкому;
25 баллов и меньше – низкий показатель.

Интерпретация результатов для шкалы агрессивности:

45 баллов и больше – высокий показатель;
30-45 баллов – средний показатель с тенденцией к высокому;
15-30 баллов – средний показатель с тенденцией к низкому;
15 баллов и меньше – низкий показатель.

Интерпретация результатов для шкалы враждебности:

25 баллов и больше – высокий показатель;
18-25 баллов – средний показатель с тенденцией к высокому;
10-18 баллов – средний показатель с тенденцией к низкому;
10 баллов и меньше – низкий показатель.

2.2.5. ШКАЛА САМООЦЕНКИ М. РОЗЕНБЕРГА

Личностный опросник для оценки самооотношения у подростков предложен М. Розенбергом в 1965 г.

Опросник состоит из 10 утверждений, предусматривающих четыре варианта ответов («полностью согласен», «согласен», «не согласен», «абсолютно не согласен»), и может применяться в целях экспресс-диагностики самооотношения.

Одним из определяющих факторов успешности профессионального и личностного самоопределения подростков с ограниченными возможностями здоровья является их положительное самооотношение, устойчивая адекватная самооценка, на которой может основываться уверенность в своих силах, оптимистичный взгляд на свои перспективы и готовность упорно работать ради лучшего будущего.

Цель: выявление особенностей развития эмоционально-аффективного компонента образа «Я».

Необходимый материал: анкета, состоящая из 10 утверждений, и варианты ответов.

Ход исследования: испытуемый, заполняя анкету, должен выбрать один из вариантов ответов, наиболее ему подходящий, и вписать соответствующую оценку в графу «Балл».

Индивидуальные результаты, полученные по этим двум факторам, сопоставляются, и выводится характеристика эмоционального отношения к себе.

Следует иметь в виду, что самоуважение существует и в отсутствие самоунижения, и наряду с ним, в последнем случае оно выступает в защитной функции.

АНКЕТА К ОПРОСНИКУ РОЗЕНБЕРГА

№ п/п	Утверждение	Варианты ответов	Балл
1	Я чувствую, что я достойный человек, по крайней мере, не менее, чем другие	«Полностью согласен» «Согласен» «Не согласен» «Абсолютно не согласен»	+ 2 балла + 1 балл – 1 балл – 2 балла
2	Я всегда склонен чувствовать себя неудачником	«Полностью согласен» «Согласен» «Не согласен» «Абсолютно не согласен»	+ 2 балла + 1 балл – 1 балл – 2 балла
3	Мне кажется, у меня есть ряд хороших качеств	«Полностью согласен» «Согласен» «Не согласен» «Абсолютно не согласен»	+ 2 балла + 1 балл – 1 балл – 2 балла
4	Я способен кое-что сделать не хуже, чем большинство	«Полностью согласен» «Согласен» «Не согласен» «Абсолютно не согласен»	+ 2 балла + 1 балл – 1 балл – 2 балла
5	Мне кажется, что мне особенно нечем гордиться	«Полностью согласен» «Согласен» «Не согласен» «Абсолютно не согласен»	+ 2 балла + 1 балл – 1 балл – 2 балла
6	Я к себе хорошо отношусь	«Полностью согласен» «Согласен» «Не согласен» «Абсолютно не согласен»	+ 2 балла + 1 балл – 1 балл – 2 балла
7	В целом я удовлетворен собой	«Полностью согласен» «Согласен» «Не согласен» «Абсолютно не согласен»	+ 2 балла + 1 балл – 1 балл – 2 балла
8	Мне бы хотелось больше уважать себя	«Полностью согласен» «Согласен»	+ 2 балла + 1 балл

		«Не согласен» «Абсолютно не согласен»	– 1 балл – 2 балла
9	Иногда я ясно чувствую свою бесполезность	«Полностью согласен» «Согласен» «Не согласен» «Абсолютно не согласен»	+ 2 балла + 1 балл – 1 балл – 2 балла
10	Иногда я думаю, что я во всем не хорош	«Полностью согласен» «Согласен» «Не согласен» «Абсолютно не согласен»	+ 2 балла + 1 балл – 1 балл – 2 балла

Суммарный балл каждого испытуемого подсчитывается как сумма положительных ответов («полностью согласен» — 2 балла и «согласен» — 1 балл) на прямые вопросы и отрицательных ответов на обратные вопросы («не согласен» — «-1» балл, «абсолютно не согласен» — «-2» балла).

Обработка и интерпретация: результаты опроса дают информацию по двум факторам: «самоуважение» и «самоунижение».

Чтобы получить итоговую оценку по фактору «самоуважение», необходимо суммировать баллы, полученные за ответ на 1, 3, 4, 6, 7 вопросы опросника; по фактору «самоунижение» — 2, 5, 8, 9, 10.

ИНТЕРПРЕТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ПО ШКАЛЕ «САМОУВАЖЕНИЕ»

Алгебраическая сумма баллов	Характеристика отношения к себе
От +8 до +10	Очень высокое самоуважение, граничащее с зазнайством, кичливостью, эгоцентричностью. Гипертрофированное чувство собственного достоинства
От +5 до +7	Достаточно высокое самоуважение, развитое чувство собственного достоинства, принятие себя как ценность, но не стабильную, неизменную, а творчески развивающуюся
От +2 до +4	Человек относится к себе в основном с уважением, принимает и одобряет большинство своих поступков, хотя в его поведении могут быть заметны элементы неуверенности, излишней самокритичности
+1 и менее	Очень низкое самоуважение, граничащее с неуверенностью в своих силах, отсутствием чувства собственного достоинства, самостоятельности

**ИНТЕРПРЕТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ПО ШКАЛЕ
«САМОУНИЖЕНИЕ»**

Алгебраическая сумма баллов	Характеристика отношения к себе
От +8 до +10	Полное неуважение собственной личности, неприятие себя, отсутствие гордости, чувства собственного достоинства, яркое проявление «комплекса неполноценности», постоянное недовольство собой
От +5 до +7	Выраженное самоунижение, неуверенность в себе, часто появляющееся самопорицание, неодобрение себя. Чувство недовольства собой возникает периодически, часто посещают мысли: «Я — неудачник», «Я ни на что не гожусь», «Неумеха» и т.п
От +2 до +4	Требовательное отношение к себе, сочетающееся с чувством собственного достоинства, постоянным стремлением к саморазвитию. Недовольство собой возникает редко, в большинстве ситуаций характерна уверенность в собственных силах
+1 и менее	Отсутствие или минимальное самоунижение, самоодобрение всех своих поступков, абсолютная уверенность в себе, самостоятельность. Практически не возникает или очень редко проявляется чувство недовольства собой