

Козьмина И. В., Шолохова И. В.

Как составить психолого- педагогическую характеристику старшекласника?

Методические материалы



МБУ ДО «РЦДО»

Как составить психолого-педагогическую характеристику старшеклассника?

Методические материалы

Козьмина И. В., Шолохова И. В. Как составить психолого-педагогическую характеристику старшеклассника? / [Текст] Под ред. Вехоревой Н. П., Рябовой О. А. – Карпогоры, 2018. – 60 с.

В методическом пособии представлен материал для подготовки психолого-педагогической характеристики обучающихся 10-11 классов, приведены методики для проведения диагностики учащихся и даны рекомендации. Адресовано учителям, педагогам, работающим в средних образовательных организациях.

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение.....	4
Психолого-педагогическая характеристика старшеклассника.....	6
Приложение 1. Экспресс-диагностика характерологических особенностей личности (Н. Айзенк в модификации Т. В. Матолиной).....	9
Приложение 2. Тест на исследование самооценки (методика Л. П. Пономаренко).....	21
Приложение 3. Методика «Самооценка психологической адаптивности».....	24
Приложение 4. Схема наблюдения с критериями.....	25
Приложение 5. Опросник «Индивидуально-типологические особенности саморегуляции» (Г.С. Прыгин).....	27
Приложение 6. Тест В. Ф. Ряховского.....	29
Приложение 7. Схема наблюдения с критериями.....	32
Приложение 8. Методика Шрайбера «Родители и дети».....	34
Приложение 9. Методика Н. В. Бузина Краткий интеллектуальный тест.....	36
Приложение 10. Диагностика кратковременной зрительной памяти.....	40
Приложение 11. Схема наблюдения с критериями.....	41
Приложение 12. Диагностика волевого потенциала личности.....	42
Приложение 13. «Одно из двух» (методика Дж. Холланда в модификации Г.В. Резапкиной).....	44
Приложение 14. Методика диагностики типа школьной мотивации у старшеклассников Е. Лепешовой.....	47
Приложение 15. Примерная схема наблюдения за учащимся во время учебной деятельности.....	51
Приложение 16. Примерные вопросы к беседе с учеником.....	52
Приложение 17. Тест смысложизненные ориентации Д. А. Леонтьева.....	53
Приложение 18. План беседы.....	57
Список использованных источников.....	58
Глоссарий.....	59

ВВЕДЕНИЕ

Ранняя юность охватывает период с 15 до 17-18 лет. Период ранней юности – возраст, непосредственно предшествующий реальной взрослости, завершающий этап первичной социализации. Переход к юношескому возрасту связан с кардинальной сменой внутренней позиции (Л.И.Божович, И.С.Кон).

В этот период человек стоит на пороге самостоятельной жизни, что и определяет весь склад его психики и выступает главным моментом в определении своего места среди людей, своей деятельности и образа жизни.

Старшеклассник обращен в будущее, и все настоящее выступает для него в свете этой основной направленности личности. Его деятельность, весь круг интересов начинают вращаться вокруг выбора дальнейшего пути, самоопределения, которое становится аффективным центром жизненной ситуации. Это возраст подлинного самоопределения, который предполагает реализацию потребностей в нахождении своего места в труде, обществе, в жизни.

В связи с этим меняется и ситуация взаимодействия старшеклассника с социальным окружением. Возникает особый интерес к общению со взрослыми. С родителями обсуждаются в это время жизненные перспективы, главным образом профессиональные. Однако к доверительному общению со взрослыми старшеклассник прибегает в основном в проблемных ситуациях, а вот общение с друзьями остается интимно-личностным, исповедальным. Содержание такого общения – реальная жизнь, а не жизненные перспективы; передаваемая другу информация достаточно секретна. Общение требует взаимопонимания, внутренней близости, откровенности. Оно поддерживает самопринятие и самоуважение (2).

В ранней юности возникает критическое отношение к себе. Осознается сфера своих интересов, способностей и склонностей, достаточно адекватно соотносимая с выбором профессии. По выражению И.С.Кона, старшеклассники «сортируют» и оценивают разные виды деятельности в обществе с точки зрения их соответствия своим интересам, способностям, системе ценностей.

В личностном развитии старшеклассники все больше приобретают качеств, связанных со взрослостью. В этот относительно короткий срок необходимо создать жизненный план – решить вопросы, кем быть (профессиональное самоопределение) и каким быть (личностное и моральное самоопределение). Старшеклассник должен не просто представлять себе свое будущее в общих чертах, а осознавать способы достижения поставленных жизненных целей. Профессиональное самоопределение предполагает самоограничение, отказ от подростковых фантазий, в которых ребенок мог стать представителем любой, самой привлекательной профессии. Старшекласснику приходится ориентироваться в различных профессиях, что совсем не просто, поскольку в основе отношения к профессии лежит не свой собственный, а чужой опыт – сведения, полученные от родителей, друзей и т.д. Этот опыт обычно абстрактен. Кроме того, нужно верно оценить свои

объективные возможности — уровень учебной подготовки, здоровье, материальные условия семьи и, главное, свои способности и склонности (2).

В познавательной сфере у старшеклассников также происходят изменения. Совершенствуется теоретическое мышление. Интеллектуальная деятельность для старшеклассников очень привлекательна. Они с удовольствием создают теории и их опровергают, стремятся сделать научные открытия. Развивается готовность к самоизменению в творческом процессе. Мышление направлено не только на выявление закономерностей физических, но и социальных явлений, на изучение не только мира вокруг, но и в самом себе. Их привлекают дискуссии, обсуждение философских вопросов, зачастую не имеющих однозначного ответа.

Развитие внимания характеризуется высокой переключаемостью, распределяемостью, устойчивостью, что позволяет поддерживать достаточно высокий темп работы. В развитии памяти происходит замедление прироста продуктивности непосредственного запоминания при одновременно увеличивающейся продуктивности опосредованного запоминания. Таким образом, развитие когнитивных процессов у старшеклассников достигает такого уровня, что они оказываются практически готовыми к выполнению всех видов умственной работы взрослого человека, включая самые сложные.

Несколько слов о самооценке в ранней юности. В российских школах была выявлена интересная динамика ее развития. Типично юношеские особенности характерны для самооценки десятиклассников — она относительно устойчива, высока, сравнительно бесконфликтна, адекватна. Преобладает оптимистичный взгляд на себя и свои возможности, юноши не слишком тревожны. В XI классе ситуация становится более напряженной. Часть старшеклассников сохраняет «оптимистичную» самооценку. У некоторых, напротив, преобладает неуверенность в себе (в основном в эту группу попадают девочки). В связи с изменениями в самооценке в XI классе повышается тревожность. Но, в целом можно говорить об общей стабилизации личности в этот период. Самоуважение старшеклассников в целом выше подросткового, интенсивно развивается саморегуляция, повышается контроль за своим поведением, проявлением эмоций. Настроение в ранней юности становится более устойчивым и осознанным (2).

В данном сборнике представлен диагностический материал, включающий в себя планы наблюдений, беседы, тесты и опросники, для составления психологического портрета старшеклассника. В доступной и простой форме сборник дает описание диагностических методик для тестирования старшеклассников. Классный руководитель может без труда по описанию провести диагностику когнитивного, эмоционального и личностного развития, а также социально-психологического взаимодействия. В помощь учителю представлен план написания психологического портрета, методический инструментарий по выявлению личностных качеств обучающихся, по особенностям общения и взаимодействия, познавательным процессам, также есть тесты по профессиональной направленности, мотивации и выявление жизненных ценностей старшеклассников.

Психолого-педагогическая характеристика старшеклассника

1. Основные положения и выводы характеристики должны быть обоснованы фактами.
2. Для сбора материала необходимо использовать разные методы: наблюдение, беседу (с учеником, его родителями, с учителями), изучение продуктов деятельности, тестирование
3. Строго следовать предложенной схеме характеристики, её разделам и структуре.
4. При необходимости можно повторить темы из курса психологии, соответствующие разделам характеристики.

I. Общие сведения об обучающемся.

Анкетные данные.

1. фамилия, имя;
2. дата рождения;
3. школа, класс;
4. специализация школы.

Сведения о состоянии здоровья.

1. часто ли болеет (часто, средне, редко);
 2. хронические заболевания (какие);
 3. особенности функционирования нервной системы:
 - быстро утомляется; утомляется после длительной нагрузки; неутомим;
 - быстро переходит от радости к грусти без видимой причины;
- адекватная смена настроений; стабилен в проявлении настроения;
- преобладает возбуждение; возбуждение и торможение уравновешены; преобладает торможение.

Успеваемость (отличная, хорошая, удовлетворительная, неудовлетворительная).

Внешкольные занятия (систематические)

1. занятия общественно – полезным трудом (каким);
2. занятия художественной самодеятельностью (какой);
3. занятия в кружках, клубах, штабах, бригадах (каких);
4. занятия спортом (каким);
5. занятия организационной работой (какой)

II. Проявление личностных качеств обучающегося

Характеристики психолого-педагогического	Способы выявления	Методический инструментарий
---	--------------------------	------------------------------------

статуса		
Темперамент, характерологические проявления	Тестирование	Экспресс-диагностика характерологических особенностей личности (Н.Айзенк в модификации Т.В.Матолиной) (Приложение 1)
Самооценка	Тестирование	Тест на исследование самооценки (методика Л.П.Пономаренко) (Приложение 2)
Адаптационные способности	Тестирование	Методика «Самооценка психологической адаптивности» (Приложение 3)
Отношение к деятельности	Наблюдение	Схема наблюдения с критериями (Приложение 4)
Поведенческая саморегуляция	Тестирование	Опросник Г.С. Прыгина (Приложение 5)

III. Особенности общения и взаимодействия.

Характеристики психолого-педагогического статуса	Способы выявления	Методический инструментарий
Коммуникативные навыки	Тестирование	Методика оценки уровня общительности (тест Ф.Ряховского) (Приложение 6)
Отношения со сверстниками	Наблюдение	Схема наблюдения с критериями (Приложение 7)
Отношения с педагогами		
Детско-родительские отношения (отношения с родителями и другими членами семьи)	Тестирование	«Родители и дети» - тест Шрайбера (Положение детей в семье) (Приложение 8)

IV. Особенности психологических процессов и эмоций.

Характеристики психолого-педагогического статуса	Способы выявления	Методический инструментарий
Внимание Мышление, логика Развитие речи Математические способности	Тестирование	Методика «КИТ» (Приложение 9)
Память	Тестирование	Диагностика кратковременной зрительной памяти (Приложение 10)

Креативность	Тестирование	Задачи Гилфорда на дивергентное мышление (Приложение 22)
Эмоциональность	Наблюдение, и в соответствии с темпераментом	Схема наблюдения с критериями (Приложение 11)
Волевые качества личности	Тестирование	Диагностика волевого потенциала личности (Приложение 12)

V. Профессиональная направленность и учебная мотивация

Характеристики психолого-педагогического статуса	Способы выявления	Методический инструментарий
Профессиональные интересы и склонности	Тестирование	«Одно из двух» (методика Дж. Холланда в модификации Г.В. Резапкиной) (Приложение 13)
Наличие и характер учебной мотивации	Тестирование, наблюдение, беседа	Методика диагностики типа школьной мотивации у старшеклассников Е. Лепешовой (Приложение 14) План наблюдения (Приложение 15) План беседы (Приложение 16)

VI. Самосознание

Характеристики психолого-педагогического статуса	Способы выявления	Методический инструментарий
Сформированность смысло-жизненных ориентаций	Тестирование, беседа	Тест смысло-жизненные ориентации Д. А. Леонтьева (Приложение 17) План беседы (Приложение 18)

**Экспресс-диагностика характерологических особенностей личности
(Н.Айзенк в модификации Т.В.Матолиной)**

Данная методика рассчитана на контингент испытуемых в возрасте от 12 до 17 лет.

Цель: Выявить особенности темперамента и характерологические особенности.

Инструкция: «Вам предлагается ряд вопросов об особенностях Вашего поведения, если Вы отвечаете на вопрос утвердительно («согласен»), то поставьте знак «+», если отрицательно «не согласен», то знак «-». Отвечайте на вопросы быстро, не раздумывая, так как важна первая реакция».

Текст опросника

1. Любишь ли ты шум и суету вокруг себя?
2. Часто ли ты нуждаешься в друзьях, которые мог-ли бы тебя поддержать или утешить?
3. Ты всегда находишь быстрый ответ, когда тебя о чем-нибудь спрашивают, если это не на уроке?
4. Бываешь ли ты сердитым, раздражительным, злишься?
5. Часто ли у тебя меняется настроение?
6. Тебе больше нравится быть одному, чем встречаться с другими ребятами?
7. Бывает ли так иногда, что тебе мешают уснуть разные мысли?
8. Всегда ли ты делаешь так, как тебе говорят?
9. Любишь ли ты подшутить над кем-нибудь?
10. Ты когда-нибудь чувствовал себя несчастным, хотя для этого не было настоящей причины?
11. Ты веселый человек?
12. Ты когда-нибудь нарушал правила поведения в школе?
13. Много ли раздражает тебя?
14. Тебе нравится такая работа, где надо делать все быстро?
15. Ты переживаешь из-за всяких страшных событий, которые чуть было не произошли, хотя все окончилось хорошо?
16. Тебе можно доверять любую тайну?
17. Можешь ли ты развеселить заскучавших ребят?
18. Бывает ли так иногда, что у тебя без всякой причины сильно бьется сердце?
19. Делаешь ли ты первый шаг для того, чтобы с кем-нибудь подружиться?
20. Ты когда-нибудь говорил неправду?
21. Сильно ли ты огорчаешься, если люди находят недостатки в работе, которую ты сделал?
22. Любишь ли ты рассказывать смешные истории, шутить со своими друзьями?
23. Часто ли ты чувствуешь себя усталым без всякой причины?

24. Ты всегда сначала делаешь уроки, а играешь уже потом?
25. Ты обычно весел и всем доволен?
26. Обидчив ли ты?
27. Любишь ли ты разговаривать и играть с другими ребятами?
28. Всегда ли ты выполняешь просьбы родных о помощи по хозяйству?
29. Бывает ли так, что у тебя иногда сильно кружится голова?
30. Любишь ли ты поставить кого-нибудь в неловкое положение, посмеяться над кем-нибудь?
31. Ты часто чувствуешь, что тебе что-нибудь очень надоело?
32. Ты любишь иногда похвастаться?
33. Ты чаще всего молчишь в обществе других людей?
34. Ты иногда Волнуешься так сильно, что тебе трудно усидеть на месте?
35. Ты быстро решаешься на что-нибудь?
36. Ты иногда шумишь в классе, когда нет учителя?
37. Тебе часто снятся страшные сны?
38. Можешь ли ты забыть обо всем и от души повеселиться среди своих друзей, приятелей, подруг?
39. Тебя легко огорчить чем-нибудь?
40. Случалось ли тебе говорить плохо о ком-нибудь?
41. Можешь ли ты назвать себя беспечным, беззаботным человеком?
42. Если тебе случится попасть в неловком положении, ты потом долго переживаешь?
43. Ты любишь шумные и веселые игры?
44. Ты всегда ешь все, что тебе предлагают?
45. Тебе трудно отказаться, если тебя о чем-нибудь просят?
46. Ты любишь часто ходить в гости?
47. Бывают ли такие моменты, что тебе не хочется жить?
48. Ты когда-нибудь был грубым с родителями?
49. Тебя считают веселым человеком?
50. Ты часто отвлекаешься, когда делаешь уроки?
51. Ты больше любишь сидеть в стороне и смотреть, чем самому принимать участие в общем веселье?
52. Тебе обычно бывает трудно уснуть из-за разных мыслей?
53. Ты обычно бываешь уверен в том, что сможешь справиться с делом, которое тебе поручают?
54. Часто ли ты чувствуешь себя одиноким?
55. Ты стесняешься первым заговаривать с незнакомыми людьми?
56. часто ли Ты решаешься на что-нибудь, когда уже поздно?
57. Когда кто-нибудь из ребят кричит на тебя, ты тоже кричишь в ответ?
58. Ты иногда чувствуешь себя особенно веселым или печальным без всякой причины?
59. Ты считаешь, что трудно получить настоящее удовольствие в гостях, на утреннике, на елке?
60. Тебе часто приходится волноваться из-за того, что ты сделал что-нибудь, не подумав?

Ключ

1. Экстраверсия (Э):

«Да»: 1, 3, 9, 11, 14, 17, 19, 22, 25, 27, 30, 35, 38, 41, 43, 46, 49, 53, 57.

«Нет»: 6, 33, 51, 55, 59.

2. Нейротизм (Н):

«Да»: 2, 5, 7, 10, 13, 15, 18, 21, 23, 26, 29, 31, 34, 37, 39, 42, 45, 47, 50, 52, 54, 56, 58, 60.

3. «Шкала достоверности» (По этой шкале показатель в 4-5 баллов рассматривается как критический, более 5 баллов — результаты теста рассматриваются как недостоверные.):

«Да»: 8, 16, 24, 28, 44.

«Нет»: 4, 12, 20, 32, 36, 40, 48.

Интерпретация результатов

Определение темперамента

Показатель по шкале «Экстраверсия-интроверсия»	Показатель по шкале «Нейротизм»	Тип темперамента
12-24	12-24	Холерик
12-24	0-11	Сангвиник
0-11	12-24	Меланхолик
0-11	0-11	Флегматик

Характерологические проявления

Таблица типов

№	Данные по тесту Айзенка				
	Эв баллах	Нв баллах	№	Эв баллах	Нв баллах
1.	0-4	0-4	17.	16-20	4-8
2.	20-24	0-4	18.	4-8	16-20
3.	20-24	20-24	19.	4-8	4-8
4.	0-4	20-24	20.	16-20	16-20
5.	0-4	4-8	21.	12-16	8-12
6.	0-4	16-20	22.	8-12	8-12
7.	0-4	8-16	23.	16-20.	8-12
8.	4-8	0-4	24.	12-16	4-8
9.	8-16	0-4	25.	8-12	4-8
10.	16-20	0-4	26.	4-8	8-12

11.	20-24	4-8	27.	4-8	12-16
12.	20-24	8-16	28.	8-12	16-20
13.	20-24	16^20	29.	12-16	16-20
14.	16-20	20-24	30.	16-20	12-16
15.	8-16	20-24	31.	8-12	12-16
16.	4-8	20-24	32.	12-16	12-16

• **Тип № 1. Э: 0-4; Н: 0-4**

Характерологические проявления. Безмятежный, мирный, невозмутимый. В группе скромн. Дружбу не навязывает, но и не отвергает, если ему предложат. Склонен к упрямству, если ощущает свою правоту. Не смешлив. Речь спокойная. Терпелив. Хладнокровен.

Путь коррекции. Воспитателей беспокоят мало, а значит, всегда страдают от невнимания педагогов, тренеров, начальников. Главное в подходе – повысить самооценку, привлекая внимание группы к данному человеку. Желательно, чтобы у индивида была возможность выбора темпа работы. Необходимо подчеркивать ценность таких качеств, как скромность, хладнокровие.

• **Тип № 2. Э: 20-24; Н: 0-4**

Характерологические проявления. Радостный, общительный, разговорчивый. Любит быть на виду. Оптимист, верит в успех. Легко прощает обиды, превращает конфликты в шутку. Впечатлителен, любит новизну. Пользуется общей любовью. Однако поверхностен, беспечен, прихотлив. Артистичен. Не умеет добиваться результата (увлекается, но быстро остывает).

Пути коррекции. Воспитателей беспокоят мало, а значит, всегда страдают от невнимания педагогов, тренеров, начальников. Главное в подходе – повысить самооценку, привлекая внимание группы к данному человеку. Желательно, чтобы у индивида была возможность выбора темпа работы. Необходимо подчеркивать ценность таких качеств, как скромность, хладнокровие.

• **Тип № 3. Э: 20-24; Н: 20-24**

Характерологические проявления. Активный, имеет хорошо развитые бойцовские качества. Насмешлив. Стремится общаться со всеми на равных. Очень честолюбив. В случае несогласия с позицией более старшего принимает активную противоборствующую позицию. Не выносит безразличия к себе.

Пути коррекции. Основная тактика – подчеркнутое уважение. Взаимоотношения следует строить на убеждении, спокойном, доброжелательном тоне общения. При аффективном поведении возможна ироническая реакция. Не следует выяснять отношения в момент конфликта. Лучше обсудить проблемы позже, в спокойной ситуации. При этом желательно акцентировать внимание на проблеме и на возможности решить ее без особого эмоционального напряжения. Подросткам данного типа необходимо дать

возможность проявить организаторские способности, а также реализовать энергетический потенциал (спортивные достижения и т.п.).

• **Тип № 4. Э: 0-4; Н: 20-24**

Характерологические проявления. Тип беспокойный, настороженный, неуверенный в себе. Ищет опеки. Необщителен, поэтому имеет смещенные оценки и самооценки. Высокоранимый. Адаптация идет длительное время, поэтому действия замедленны. Не любит активный образ жизни. Созерцатель. Часто бывает склонен к философии. Легко драматизирует ситуацию.

Пути коррекции. Стремиться поддержать. Оградить от насмешек. Выделять положительные стороны (вдумчивость, склонность к монотонной деятельности). Подобрать деятельность, не требующую активного общения, строгой временной регламентации, а также не включенную в жесткую систему субординации. Активизировать интерес к окружающим. Исподволь сводить с людьми доброжелательно-энергичными.

• **Тип № 5. Э: 0-4; Н: 4-8**

Характерологические проявления. Созерцателен, спокоен. Имеет низкий уровень заинтересованности в реальной жизни, а значит, и низкие достижения. Направлен на внутренние выдуманные или вычитанные коллизии. Послушно-безразличен.

Пути коррекции. Остро нуждается в повышении самооценки, это разрушает безразличие и повышает уровень притязаний, а, следовательно, качество работы или учебы. Желательно найти сильные стороны (способности, задатки), чтобы как-то увлечь работой.

• **Тип №6. Э: 0-4; Н: 16-20**

Характерологические проявления. Сдержанный, робкий, чувствительный, стесняется в незнакомой ситуации. Неуверенный, мечтательный. Любит философствовать, не любит многолюдья. Склонен к сомнениям. Мало верит в свои силы. В целом уравновешен. Не склонен паниковать и драматизировать ситуацию. Тревожный. Часто пребывает в нерешительности, склонен к фантазиям.

Пути коррекции. Стараться поддерживать, опекать, подчеркивать перед группой положительные качества и проявления (серьезность, воспитанность, чуткость). Можно увлечь идеей (например, помощи кому-то более слабому). Это повысит самооценку, даст повод к более оптимистическому ощущению жизни.

• **Тип №7. Э: 0-4; Н: 8-16**

Характерологические проявления. Человек скромный, активный, направленный на дело. Справедливый, преданный друг. Очень хороший, умелый помощник, но плохой организатор. Застенчив. Предпочитает оставаться в тени. В компаниях, как правило, не состоит. Дружит вдвоем. Взаимоотношениям придает большое значение. Иногда скучновато-морализирующий.

Пути коррекции. В деятельности желательно предоставить свободный режим; поощрять, это активизирует инициативу. Постараться помочь раскрепоститься, чтобы действовал самостоятельно, а не по указке (по природе подчиняем). Избегать публичной критики. Внушать уверенность в своих силах и правах. Не допускать слепой веры в чей-либо авторитет.

• **Тип №8. Э: 4-8; Н: 0-4**

Характерологические проявления. Человек спокойный, склонный к общению в компаниях. Эстетически одаренный. Скорее созерцатель, чем деятель. Уравновешенный. Безразличен к успехам. Любит жить «как все». Во взаимоотношениях ровен, но глубоко переживать не умеет. Легко избегает конфликтов.

Пути коррекции. Главная задача – активизировать потребность к деятельности. Найти занятие, способное заинтересовать его (скорее это нечто, связанное с художественными проявлениями). Поощрять успехи. Желательно чаще общаться с подростком, обращая внимание на развитие социального интеллекта.

• **Тип №9. Э: 8-16; Н: 0-4**

Характерологические проявления. Активный, жизнерадостный. Общительный. В общении неразборчив. Легко попадает в асоциальные группировки вследствие плохой сопротивляемости дезорганизующим условиям. Склонен к новизне, любознательный. Социальный интеллект развит слабо. Не развито умение выносить адекватные оценки и самооценки. Часто не имеет твердых принципиальных установок. Энергичен. Доверчив

Пути коррекции. Режим желателен более жесткий, мобилизующий. Установить доброжелательные отношения, но подросток должен чувствовать, что за ним наблюдают. Стремиться направлять энергию на полезное дело (например, увлечь глобальной идеей достичь чего-то – поступить в вуз и т. п.). Однако в этом случае необходимо распланировать предстоящую работу, фиксировать сроки и объемы и жестко контролировать выполнение. Подростка данного типа желательно ввести в состав группы или бригады с сильным лидером и позитивными установками.

• **Тип №10. Э: 16-20; Н: 0-4**

Характерологические проявления. Артистичен. Любит рассказывать. Недостаточно настойчив. Общителен. Неглубок. Уравновешен.

Пути коррекции. Поддерживать усилия, направленные на достижение интересных целей (у самого хватает инициативы выбрать какое-то занятие или цель, но не хватает упорства). Поощрять артистизм, но не допускать до клоунства.

• **Тип №11. Э: 20-24; Н: 4-8**

Характерологические проявления. Активный, общительный, благородный, честолюбивый. Легко соглашается на рискованные развлечения. Не всегда

разборчив в друзьях, в средствах достижения цели. Благороден. Часто бывает эгоистичен. Обаятелен. Имеет организаторские склонности.

Пути коррекции. Поощрять и развивать организаторские склонности. Может быть лидером, но нуждается в контроле. Удерживать от зазнайства. Лидерское положение в коллективе легко выправляет разболтанность, лень. Любит быть «на коне». В случае необходимости можно допускать коллективную критику.

• **Тип №12. Э: 20-24; Н: 8-16**

Характерологические проявления. Легко подчиняется дисциплине. Обладает чувством собственного достоинства. Организатор. Склонен к искусству, спорту. Активен. Влюбчив. Легко увлекается людьми и событиями. Впечатлителен.

Пути коррекции. Лидер по натуре, как в эмоциональной, так и в деловой сфере. Необходимо поддерживать лидерские усилия, помогать, направлять в деловом и личностном плане.

• **Тип №13. Э: 20-24; Н: 16-20**

Характерологические проявления. Сложный тип. Тщеславен. Энергичен. Жизнерадостен. Как правило, не имеет высокой духовной направленности. Погружен в житейские радости. Во главу угла ставит бытовые потребности. Преклоняется перед подвижностью. Всеми силами стремится достичь удачи, успеха, выгоды. Презирает неудачников. Общительный, демонстративный. Жестко выдвигает свои требования.

Пути коррекции. Цель старшего – держать подростка «в рамках», так как тот склонен зазнаваться, подчинять себе окружающих. Действовать лучше спокойно и твердо. Выделять других, подчеркивая их положительные личностные качества. Можно предложить роль организатора, при этом требовать выполнения обязанностей. Желательно эстетическое воспитание.

• **Тип №14. Э: 16-20; Н: 20-24**

Характерологические проявления. Властный, мнительный, подозрительный, педантичный. Всегда стремится к первенству. Мелочный. Наслаждается любым проявлением превосходства. Язвительно-желчен. Склонен к насмешке над более слабыми. Мстителен, пренебрежителен, деспотичен. Легко утомляется.

Пути коррекции. Нельзя относиться равнодушно. Можно относиться дружелюбно, можно – с иронией. Нужно дать возможность занять лидерское положение, однако при этом следует выбрать пост, на котором он больше внимания уделял бы бумагам, чем людям. Поощрять волю и упорство. При этом подростку желательно воспитывать в себе позитивное эмоциональное отношение к окружающим и позитивные установки.

• **Тип №15. Э: 8-16; Н: 20-24**

Характерологические проявления. Вечно недовольный, ворчливый, склонный к придиркам. Мелочно-требовательный. К язвительности не склонен. Легко обижается по пустякам. Часто бывает хмурым, раздражительным. Завистлив. В

делах неуверенный. В отношениях – подчиненный. Перед трудностями пасует. В группе, классе держится в стороне. Злопамятен. Друзей не имеет. Сверстниками командует. Голос тихий, резкий.

Пути коррекции. Желательно наладить хотя бы минимальные взаимоотношения. Это легче сделать, основываясь на мнительности данного человека. Можно интересоваться его самочувствием, успехами в доверительной беседе. В качестве общественной нагрузки, позволяющей иметь опору во взаимоотношениях, можно дать канцелярскую работу (педантические свойства позволят делать ее хорошо). Поощрить за исполнительность при всем коллективе, что позволит как-то наладить отношения со сверстниками. Подростки такого типа требуют постоянного внимания и индивидуального взаимодействия.

• **Тип №16. Э: 4-8; Н: 20-24**

Характерологические проявления. Высокочувствительный тип, недоверчивый, затаенно-страстный, молчаливый, замкнуто-обидчивый. Самолюбивый, независимый, отличается критическим складом ума. Пессимист. Склонен к обобщенному мышлению. Часто бывает не уверен в себе.

Пути коррекции. В подходе желательны берегающий режим, поощрения при одноклассниках, доброжелательность, уважительность. Следует поддерживать справедливые критические суждения, но избегать развития у подростка морализирования и критиканства.

• **Тип №17. Э: 16-20; Н: 4-8**

Характерологические проявления. Очень эмоционален. Восторженный, жизнерадостный, общительный, влюбчивый. В контактах неразборчив, дружески настроен ко всем. Непостоянен, наивен, ребячлив, нежен. Пользуется симпатией окружающих. Фантазер. Не стремится к лидерству, предпочитая интимно-дружеские связи.

Пути коррекции. Поддерживать положительный настрой. Желательно развивать эстетические склонности, поддерживать увлечения (поощрять, интересоваться, предлагать выступить перед классом, группой). Обратит внимание на выработку волевых качеств (настойчивости, уровня притязаний).

• **Тип №18. Э: 4-8; Н: 16-20**

Характерологические проявления. Эмпатичный. Очень жалостливый, склонный поддерживать слабых, предпочитает интимно-дружеские контакты. Настроение чаще бывает спокойное, пониженное. Скромный. Застенчив. Не уверен в себе. Созерцатель. Легко становится настороженным и подозрительным в неблагоприятных условиях.

Пути коррекции. Рекомендуется наладить щадяще-развивающий режим. Контролировать исподволь, относиться спокойно, доброжелательно. Помогать в трудных ситуациях, которыми в данном случае являются достижение цели, формирование активной позиции, налаживание контактов (со сверстниками и

взрослыми). Исключить публичное обсуждение, если возможны негативные оценки.

- **Тип №19. Э: 4-8; Н: 4-8**

Характерологические проявления. Спокойный тип. Молчаливый, рассудительный. Замедленно-деятельный, очень последовательный, самостоятельный, независимый, кропотливый. Беспристрастный, скромный, малоэмоциональный. Иногда бывает отвлечен от реальности.

Пути коррекции. У подростков данного типа надо постараться повысить самооценку, развить систему притязаний, раскрыть склонности и способности. Заинтересовать чем-то можно, дав какую-либо работу с высокой личной ответственностью (деятельность должна быть связана больше с бумагами, чем с людьми). Подростки такого типа нуждаются в советах по разным вопросам, но выраженных в деликатной форме.

- **Тип №20. Э: 16-20; Н: 16-20**

Характерологические проявления. Очень демонстративен, не умеет сопереживать. Эмоционально беден. Любит противопоставлять себя коллективу. Очень напорист в достижении значимых для себя ценностей. Ценит престиж. Часто бывает фальшив. Практичен.

Пути коррекции. Режим взаимодействия мягкий, терпимый, чтобы не обострять негативные качества. Вовлечь в спортивные или технические занятия, чтобы подростки могли перевести энергетику в позитивное русло, а потребность в борьбе за первенство – в приемлемую форму. Желательно эстетическое воспитание. Необходимо вовлекать в позитивные социальные группы с сильным влиятельным лидером.

- **Тип №21. Э: 12-16; Н: 8-12**

Характерологические проявления. Очень энергичен, жизнерадостен. Любимец публики. Считается, что подростки такого типа счастливы. Действительно, они часто очень одарены, легко учатся, артистичны, неутомимы. Однако наличие этих качеств часто имеет негативные результаты. Подростки (молодые люди) с детства привыкают, что им все доступно. В результате не учатся серьезно работать над достижением цели. Легко все бросают, часто прерывают дружбу. Поверхностны. Имеют довольно низкий социальный интеллект.

Пути коррекции. Требуют доброжелательного отношения. В коллективе не стоит выбирать на лидерские должности (лучше почаще предлагать разовые поручения организаторского типа). Строго требовать выполнения поручений. Желательно вместе с подростком найти какую-то значимую цель (например, овладеть иностранным языком), разбить на периоды срок исполнения, расписать по времени задачи и контролировать выполнение. Это, с одной стороны, поможет добиться поставленной цели, а с другой стороны, приучит к упорядоченной работе.

• **Тип №22. Э: 8-12; Н: 8-12**

Характерологические проявления. Очень пассивно-безразличный. Уверен в себе. В отношении к окружающим жестко требователен. Злопамятен. Часто проявляет пассивное упрямство. Очень педантичен, мелочен. Рассудителен, хладнокровен. К чужому мнению относится безразлично. Ригиден, предпочитает привычные дела и монотонность быта. Интонации речи маловыразительны. Малоэстетичен.

Пути коррекции. Создать у подростка ощущение, что он интересен воспитателю (тренеру и т. д.). Следует интересоваться мелочами быта, самочувствия. Среди общественных поручений желательно выбрать что-то, требующее аккуратного исполнения (ведение журнала или табеля, учет чего-то и т. п.). Необходимо хвалить за исполнительность. Помогать в выборе занятий (желательно индивидуальные, а не групповые виды спорта или художественной самодеятельности).

• **Тип №23. Э: 16-20; Н: 8-12**

Характерологические проявления. Общительный, активный, инициативный, увлекающийся. При этом умеет управлять собой. Умеет добиваться намеченной цели. Честолюбив. Любит лидировать и умеет быть организатором. Пользуется доверием и искренним уважением окружающих. Характер легкий. Эстетичен, ровно оживлен.

Пути коррекции. Создать возможность для лидерства. Помогать в решении групповых и индивидуальных задач. Следить за тем, чтобы нагрузка (учебная, производственная и общественная) была в разумных пределах.

• **Тип №24. Э: 12-16; Н: 4-8**

Характерологические проявления. Активный, уравновешенный тип. Энергичен. Среднеобщителен. Привязчив к немногочисленным друзьям. Упорядочен. Умеет ставить перед собой задачи и добиваться решений. Не склонен к соперничеству. Иногда обидчив.

Пути коррекции. Предпочитает спокойное доверительное отношение окружающих. Желательно отлаживание четких деловых контактов.

• **Тип №25. Э: 8-12; Н: 4-8**

Характерологические проявления. Активный, иногда взрывчатый, иногда беспечно-веселый. Часто бывает спокойно-безразличен. Инициативы почти не проявляет, действует по указке. Пассивен в социальных контактах. К глубоким эмоциональным переживаниям не расположен. Склонен к монотонной кропотливой работе.

Пути коррекции. Желательно спокойно-деловое отношение. Лучше находить и рекомендовать индивидуальные занятия. Такие люди хорошо справляются с административной работой.

• **Тип №26. Э: 4-8; Н: 8-12**

Характерологические проявления. Спокоен, уравновешен, терпелив, педантичен. Честолюбив. Целеустремлен. Имеет твердые принципы. Временами обидчив.

Пути коррекции. Такие люди любят доверительные отношения, спокойный темп работы. Не склонны к панибратству. Желательно поощрять при классе (группе) за аккуратность, исполнительность. Работать над повышением уверенности в своих действиях.

• **Тип №27. Э: 4-8; Н: 12-16**

Характерологические проявления. Уравновешенно-меланхоличный. Тонко чувствующий. Привязчивый; ценит доверительно-интимные отношения, спокойный. Ценит юмор. В целом – оптимист. Иногда паникует, иногда впадает в депрессию. Однако чаще спокойно-задумчив.

Пути коррекции. Создать обстановку активно-спокойной деятельности. Желательно избегать жесткой регламентации. Рекомендовать эстетические и литературные понятия.

• **Тип №28. Э: 8-12; Н: 16-20**

Характерологические проявления. Меланхоличный, честолюбивый, упорный, серьезный. Иногда склонен к уныло-тревожному настроению. Дружит с немногочисленным кругом людей. Необидчив, но иногда мнителен. Самостоятелен в решениях относительно принципиальных вопросов, но зависим от близких в эмоциональной жизни.

Пути коррекции. Рекомендуется направлять усилия на повышение самооценки, укреплять уверенность в себе.

• **Тип №29. Э: 12-16; Н: 16-20**

Характерологические проявления. Жестко требователен к окружающим: упрям, горд, очень честолюбив. Энергичен, общителен, часто пребывает в боевтом настроении. Неудачи скрывает. Любит быть на виду. Хладнокровен.

Пути коррекции. Взаимоотношения строить на основе уважения, высокой требовательности. Можно посмеиваться над недостатками, если подросток заносчив.

• **Тип №30. Э: 16-20; Н: 12-16**

Характерологические проявления. Гордый, стремится к первенству, злопамятен. Стремится к лидерству во всем. Энергичен, упорен. Спокойный, расчетливый. Любит риск, непреклонен в достижениях. Не лишен артистизма, хотя и суховат.

Пути коррекции. Не допускать зазнайства. Поддерживать в позитивных усилиях. Помогать в лидерстве, не допускать командный стиль отношений. Нейтрализовать озлобленность. Развивать социальный интеллект.

• **Тип №31. Э: 8-12; Н: 12-16**

Характерологические проявления. Застенчив, не завистлив, стремится к самостоятельности, привязчив. Доброжелателен. С близкими людьми проявляет наблюдательность, чувство юмора. Склонен к глубоким доверительным отношениям. Избегает ситуаций риска, опасности. Не выносит навязанный темп. Иногда склонен к быстрым решениям. Часто раскаивается в своих поступках. В неудачах обвиняет только себя.

Пути коррекции. Обеспечить спокойную, доброжелательную обстановку. Стараться вовлекать в активное решение деловых вопросов. Поощрять социальную активность, вовлекать в участие в каких-либо мероприятиях (семинарах, конференциях и т. п.).

• **Тип №32. Э: 12-16; Н: 12-16**

Характерологические проявления. Честолюбив, неудачи не снижают уверенности в себе. Заносчив. Злопамятен. Энергичен. Упорен. Целеустремлен. Склонен к конфликтности. Не уступает, даже если не прав. Мук совести не испытывает. В общении не склонен к сопереживанию. Ценит только информативность. Эмоционально ограниченный тип.

Пути коррекции. Не поддерживать в конфликтных ситуациях. Воздействовать через честолюбие. Отношения поддерживать ровные, пытаюсь исподволь развивать социальный интеллект.

Тест на исследование самооценки (методика Л.П. Пономаренко)

На бланке представлено 15 свойств характера, имеющие два полярных полюса. Последовательно по каждой паре определи, как это свойство проявляется у тебя. В середине бланка имеются колонки, имеющие номера от 1 до 7.

		1	2	3	4	5	6	7		
1	Добрый								Злой	
2	Общительный								Замкнутый	
3	Уверенный в себе								Неуверенный в себе	
4	Раздражительный								Спокойный	
5	Неоткровенный								Откровенный	
6	Нерешительный								Решительный	
7	Понимающий других								Не понимающий других	
8	Смелый								Робкий	
9	Симпатичный								Несимпатичный	
10	Нуждающийся в поддержке других								Самодостаточный	
11	Импульсивный								Уравновешенный	
12	Подчиняющийся								Доминирующий	
13	Умный								Глупый	
14	Активный								Пассивный	
15	Целеустремленный								Беспорядочный	

На **I этапе** работы по каждой паре вы выбираете номер колонки, соответствующий тому, как каждое из свойств проявляется у вас в настоящий период вашей жизни («Реальное Я»). Выбор обозначьте крестиком («х») в соответствующем квадратике.

После того как все участники выполнят это задание, можно приступать ко **II этапу** работы. Теперь нужно снова вернуться к первой паре полярных характеристик и оценить, как бы вы хотели, чтобы это свойство было развито у вас, т.е. каким бы вы хотели быть. Например, вы оценили себя как человека, доброго на 100% (крестик под столбцом с № 1), но в жизни это часто мешает и вы хотели бы, чтобы в вас поровну были представлены «злость» и «доброта». В таком случае вы на II этапе выбираете позицию столбца № 4 и обозначаете свой выбор кружочком. Может случиться, что вы удовлетворены тем положением,

которое есть, — в таком случае поставленный на I этапе крестик просто обведите кружком. После того как вы еще раз просмотрели все 15 пар и по каждой из них отметили кружком позицию, отвечающую вашему «идеальному Я», приступаем к **III этапу** работы.

Обработка результатов

По каждой паре полярных свойств посчитайте разницу позиций «реального Я» и «идеального Я». Для этого высчитывается абсолютная разница (без учета знака) между номером столбца, где стоит крестик, и номером, где вы поставили кружок. Например, по первой паре вы оценили себя как человека, доброго на 80 % (крестик в столбце с № 2), а хотели бы, чтобы «доброты» и «злости» было 50х50 (кружок в столбце с № 4). В этом случае разница будет составлять $4-2 = 2$. Эту цифру запишите рядом с первой парой. Если крестик в столбце с № 7, а кружок — под № 6, разница $7-6 = 1$. Если позиция крестика и кружка совпадает, разница будет 0. Эту цифру также следует записать рядом с соответствующей парой.

Заключительный этап работы состоит в суммировании всех 15 цифр, представляющих собой разницу позиций «реального Я» и «идеального Я». Полученная сумма сравнивается с ключом.

Интерпретация

Цифра **более 25** свидетельствует о *заниженной самооценке* ее обладателя. Низкая самооценка свойственна людям, склонным сомневаться в себе, принимать на свой счет замечания, недовольство других людей, переживать и тревожиться по малозначительным поводам, причем переживания бывают глубоки и длительны. Такие люди часто не уверены в себе, им трудно дается принятие решений, необходимость настоять на своем. Сравнивая себя с другими, они приходят к неутешительным выводам, не любят принимать комплименты, видят в себе больше недостатков, чем достоинств.

Обычно такие люди тонко чувствуют переживания других, ранимы, впечатлительны, «тонкокожи». Часто (если низкая самооценка не сопряжена с гиперкомпенсаторным стремлением продемонстрировать всем собственную значительность) они больше заботятся об удобстве других, чем о собственной пользе, могут пожертвовать своими интересами ради другого человека. Бывает, что этим пользуются окружающие. Надо сказать, что с такими людьми другим хорошо, однако сами они часто страдают.

В некоторых случаях пониженная самооценка приводит к стремлению самоутвердиться за счет других, болезненной склонности видеть за поступками других людей желание уязвить или обидеть. Иногда может проявляться немотивированная агрессивность и вспышки гнева.

Скорее всего, истоки низкой самооценки следует искать в стиле воспитания в семье. Вероятно, родители (или кто-нибудь один из них) были слишком строги или критичны, или часто сравнивали вас с другими, или предъявляли высокие требования к вашим достижениям. Этого уже не изменить, и путь к зрелости лежит через осознание и проработку своих детских «комплексов».

Если вы набрали балл **более 25**, вам следует пересмотреть свое отношение к себе. «Полюбите себя самого!» — вот главная задача для вас. Избавляйтесь от негативных мыслей, чаще хвалите самого себя, извлекайте пользу даже из неудач!

Цифра от **10 до 25** свидетельствует об *адекватной самооценке*. Такие люди трезво оценивают себя, видят в себе как достоинства, так и недостатки, способны реагировать на обстоятельства. Принимая во внимание сигналы извне, они могут изменяться и самосовершенствоваться. Как неудачи, так и победы воспринимают адекватно, делают выводы, учатся на ошибках и готовы воспринимать новое.

Результат **менее 10 баллов** может интерпретироваться по-разному. Иногда это свидетельствует о скрытом нежелании участвовать в тестировании, формальном выполнении задания. Низкий балл может говорить о защитной реакции, а также демонстрируемой высокой самооценке («У меня все хорошо, отстаньте») или свидетельствовать об отрицательном отношении к тестированию, нежелании быть откровенным. Такой балл набирают также люди, не склонные к самоанализу и рефлексии, не любящие заглядывать внутрь себя.

Если человек отвечал искренне и действительно считает, что его «реальное Я» почти не отличается от «идеального Я», можно говорить о *завышенной самооценке*, т.е. такие люди уверены в собственной непогрешимости, и тогда с ними достаточно сложно взаимодействовать, так как они не готовы «слышать» других, воспринимать сигналы извне, требующие каких-то изменений в своем поведении.

Методика «Самооценка психологической адаптивности»

С ее помощью выявляется уровень социально-психологической адаптивности личности. Методика состоит из 15 вопросов, поделенных на две группы (группа А состоит из 10 утверждений, группа Б – из 5).

Цель: исследовать уровень социально-психологической адаптивности.

Инструкция: Если Вы, безусловно, согласны утверждением, напишите ответ «да», если не согласны, напишите ответ «нет».

Группа А

1. Я часто испытываю тягу к новым впечатлениям.
2. Мне нравится работа, которая требует быстрого и частого переключения с одной операции на другую, с одного дела на другое.
3. Я быстро могу перейти от отдыха к интенсивной деятельности.
4. Я быстро схожусь с новыми людьми.
5. Я быстро засыпаю и пробуждаюсь.
6. Я быстро осваиваюсь в новой обстановке, включаюсь в новое для себя дело.
7. Мне нравится когда на работе появляются новые люди.
8. Я люблю бывать в новом для себя обществе.
9. Мне приходится слушать от окружающих и друзей, что я человек деятельный и подвижный.
10. Новый для меня учебный материал я обычно запоминаю и усваиваю быстро, хотя иногда способен так же быстро его забывать.

Группа Б

11. Я не люблю заводить новых знакомств.
12. Мне трудно расстаться с какой-либо мыслью, в которую я когда-то поверил, хотя много убедительных доводов против этой мысли.
13. Новые навыки в какой-либо деятельности, новые привычки формируются у меня медленно, но зато усваиваются очень прочно.
14. Меня иногда упрекают в медлительности.
15. Я не люблю подвижных игр.

Обработка результатов

Найдите сумму положительных ответов на утверждения группы А (с 1 по 10). Далее аналогичным образом найдите сумму положительных ответов на утверждение группы Б (с 11 по 15). Затем из первой суммы нужно вычесть вторую. Данный показатель и будет свидетельствовать о степени вашей психологической гибкости в процессе деятельности.

Уровни социально-психологической адаптивности:

- 8-10 баллов – высокий
- 6-7 баллов – выше среднего
- 5 баллов – средний
- 3-4 баллов – ниже среднего
- 2-1 баллов – низкий

Схема наблюдения с критериями

1. **Общественная активность**

- 1) активно участвует во всех общественных делах, не считаясь с собственным временем;
- 2) принимает активное участие в общественных делах, но старается не тратить на это своего собственного времени;
- 3) не проявляет активности в общественной жизни, но поручения выполняет;
- 4) редко принимает участие в общественных делах.

2. **Трудолюбие.**

- 1) любую работу ученик всегда выполняет охотно и старается сделать её хорошо;
- 2) как правило, охотно берётся за любую работу, стараясь выполнить её хорошо, случаи противоположного характера редки;
- 3) редко охотно берётся за работу;
- 4) чаще старается уклониться от любой работы;
- 5) всегда уклоняется от выполнения любого дела.

3. **Ответственность.**

- 1) всегда хорошо и в назначенный срок выполняет любое порученное ему дело;
- 2) в большинстве случаев хорошо и в срок выполняет порученное дело;
- 3) часто не выполняет в срок (или выполняет плохо) порученное дело;
- 4) очень редко выполняет порученное дело;
- 5) никогда не доводит до конца порученное дело.

4. **Инициатива.**

- 1) выступает зачинателем многих дел, не стремясь получить за это никакого признания;
- 2) довольно часто выступает зачинателем нового дела;
- 3) редко сам начинает новое дело;
- 4) почти никогда сам не начинает новое дело;
- 5) никогда не выступает зачинателем какого – либо дела.

5. **Организованность.**

- 1) всегда правильно распределяет свою работу во времени и выполняет её согласно плану;
- 2) в большинстве случаев правильно распределяет и в срок выполняет свою работу;
- 3) умеет правильно распределять и в срок выполнять свою работу, только если за каждый её этап надо отчитываться;
- 4) чаще не умеет правильно распределять свою работу во времени;
- 5) не умеет распределять свою работу во времени, тратит время зря.

6. **Любознательность.**

- 1) постоянно активно узнаёт что – то новое в разных областях науки и культуры;
- 2) в большинстве случаев заинтересован в получении новых знаний в разных областях науки и культуры;
- 3) редко стремится узнать что – то новое; как правило, интересуется одной ограниченной областью знаний;
- 4) как правило, не проявляет заинтересованности в приобретении новых знаний;
- 5) равнодушен ко всякого рода новым знаниям.

7. Аккуратность.

- 1) всегда содержит свои вещи в идеальном порядке; всегда одет опрятно, подтянут за партой и у доски; бережёт общественное имущество, всегда старается привести его в порядок;
- 2) содержит в надлежащем порядке собственные и одолженные ему вещи (книги, конспекты); помогает приводить в порядок общественное имущество (парты, инвентарь и т.д) скорее по обязанности;
- 3) не проявляет большого стремления к поддержанию порядка вокруг себя; иногда приходит в школу неопрятным, неряшливо одетым; равнодушен по отношению к тем, кто портит общественное имущество;
- 4) часто не заботится о своём внешнем виде, состоянии своих книжек вещей, не бережёт общественное имущество, даже портит его;
- 5) совершенно не заботится о том, чтобы содержать свои вещи в надлежащем порядке, всегда неопрятен, неряшлив; при случае не задумываясь, портит школьное имущество.

**Опросник «Индивидуально-типологические особенности саморегуляции»
(Г.С. Прыгин)**

Методика позволяет выявить стиль саморегуляции деятельности: «автономный» либо «зависимый».

«Автономные» — лица, проявляющие в деятельности такие качества, как развитый самоконтроль, уверенность в себе, склонность к самостоятельному выполнению любой работы.

«Зависимые» — лица, не обнаруживающие или мало обнаруживающие комплекс этих качеств, опираются при осуществлении деятельности главным образом на советы, подсказки, указания со стороны руководителя.

Инструкция

Вам нужно охарактеризовать себя. Для этого предлагаем вам нижеследующие утверждения. Если вы считаете, что предложенное утверждение характерно для вас, отвечайте «да». Если не характерно или вы сомневаетесь, отвечайте «нет».

Текст опросника

№	Утверждение	+/-
1	Окружающие люди считают меня уверенным в себе человеком	
2	Перед началом работы я привык анализировать условия, в которых мне необходимо будет работать	
3	При выполнении любой работы я привык оценивать не только ее конечный результат, но и те результаты, которые получаются в процессе работы	
4	Я склонен отказаться от задуманного, если другим кажется, что я начал не так	
5	Даже при выполнении ответственной работы мне не нужен контроль со стороны	
6	Я с одинаковым старанием выполняю как интересную, так и не интересную для меня работу	
7	Для успешного выполнения работы необходимо, чтобы меня контролировали	
8	Обычно мой рабочий день проходит бессистемно	
9	При возможности выбора я предпочитаю делать работу менее ответственную, но и менее интересную	
10	После того как я завершил какую-нибудь работу, я привык	

	обязательно проверять, правильно ли я ее сделал	
11	Я обязательно возвращаюсь к начатому делу даже тогда, когда меня никто не контролирует	
12	Сомнения в успехе часто заставляют меня отказываться от намеченного дела	
13	Мне часто не хватает упорства для достижения поставленной цели	
14	Мои планы никогда не расходятся с моими возможностями	
15	Как правило, любые решения я принимаю, советуясь с кем-нибудь	
16	Мне часто бывает трудно заставить себя сосредоточиться на какой-нибудь задаче или работе	
17	Когда я поглощен какой-нибудь работой, мне трудно бывает переключиться на выполнение другой работы	
18	Я склонен отказаться от работы, которая «не клеится»	

Ключ к опроснику

Да: 1, 5, 11, 14.

Нет: 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 15, 16, 17, 18.

Ответы, данные в ключе, характерны для людей с автономным стилем деятельности. Если ответ испытуемого совпал с ключом на утверждение, то ему присуждается один балл, если не совпал — ноль баллов.

Интерпретация:

Учащихся, набравших 11 баллов и выше, можно отнести к группе «автономных», а тех, кто набрал 7 баллов и ниже, — к группе «зависимых». В отношении лиц, набравших 8, 9, 10 баллов, определенного заключения вынести нельзя, но можно предположить, что они действуют в зависимости от ситуации.

Тест В. Ф. Ряховского

Назначение и содержание. Тест оценки уровня общительности содержит возможность определить уровень коммуникабельности человека, его способность устанавливать, поддерживать и сохранять хорошие личностные и деловые взаимоотношения с окружающими людьми. Испытуемому предлагаются вопросы, отвечать на которые следует, используя три варианта ответов – да, иногда и нет. Ответы испытуемого строятся на основе самоанализа опыта своего поведения в той или иной ситуации.

Инструкция. Вашему вниманию предлагается несколько простых вопросов. Отвечайте быстро, однозначно: да, нет, иногда.

1. Вам предстоит ординарная или деловая встреча. Выбивает ли вас из колеи ее ожидание?
2. Не откладываете ли вы визит к врачу до последнего момента?
3. Вызывает ли у вас смятение и неудовольствие поручение выступить с докладом, сообщением, информацией на каком-либо совещании, собрании или тому подобном мероприятии?
4. Вам предлагают выехать в командировку в город, где вы никогда не бывали. Приложите ли вы максимум усилий, чтобы избежать этой командировки?
5. Любите ли вы делиться своими переживаниями с кем бы то ни было?
6. Раздражаетесь ли вы, если незнакомый человек на улице обратится к вам с просьбой (показать дорогу, назвать время, ответить на какой-нибудь вопрос)?
7. Верите ли вы, что существует проблема «отцов и детей» и что людям разных поколений трудно понимать друг друга?
8. Постесняетесь ли вы напомнить знакомому, что он забыл вам вернуть 10 рублей, которые занял несколько месяцев назад?
9. В ресторане либо в столовой вам подали явно недоброкачественное блюдо. Промолчите ли вы, лишь рассерженно отодвинув, тарелку?
10. Оказавшись один на один с незнакомым человеком, вы не вступите с ним в беседу и будете тяготиться, если первым заговорит он. Так ли это?
11. Вас приводит в ужас любая длинная очередь, где бы она ни была (в магазине, библиотеке, кассе кинотеатра). Предпочтете ли вы отказаться от своего намерения...?
12. Бойтесь ли вы участвовать в какой-либо комиссии по рассмотрению конфликтных ситуаций?
13. У вас есть собственные сугубо индивидуальные критерии оценки произведений литературы, искусства, культуры, и никаких чужих мнений на этот счет вы не приемлете. Это так?
14. Услышав где-нибудь в кулуарах высказывание явно ошибочной точки зрения по хорошо известному вам вопросу, предпочтете ли вы промолчать и не вступать в спор?

15. Вызывает ли у вас досаду чья-либо просьба помочь разобраться в том или ином служебном вопросе или учебной теме?

16. Охотнее ли вы излагаете свою точку зрения (мнение, оценку) в письменной форме, чем в устной?

Обработка и интерпретация результатов.

Теперь рекомендуется самому оценить ответы: за каждое «да» — 2 очка, «иногда» — 1 очко, «нет» — 0. Затем общее число очков суммируется и по классификатору определяется, к какой категории людей вы относитесь.

Классификатор теста

30—32 очка. Вы явно некоммуникабельны, и это ваша беда, так как страдаете от этого больше всего вы сами. Но и близким вам людям тоже нелегко. На вас трудно положиться в деле, которое требует групповых усилий. Старайтесь стать общительнее, контролируйте себя.

25—29 очков. Вы замкнуты, неразговорчивы, предпочитаете одиночество, и поэтому у вас, наверное, мало друзей. Новая работа и необходимость новых контактов если и не ввергает вас в панику, то надолго выводит из равновесия. Вы знаете эту особенность своего характера и бываете недовольны собой. Но не ограничивайтесь только недовольством — в вашей власти переломить эти особенности характера. Разве не бывает, что при какой-либо сильной увлеченности вы обретаете вдруг полную коммуникабельность? Стоит только встряхнуться.

19—24 очка. Вы в известной степени общительны и в незнакомой обстановке чувствуете себя вполне уверенно. Новые проблемы вас не пугают. И все же с новыми людьми сходитесь с оглядкой, в спорах и диспутах участвуете неохотно. В ваших высказываниях порой слишком много сарказма без всякого на то основания. Эти недостатки исправимы.

14—18 очков. У вас нормальная коммуникабельность. Вы любознательны, охотно слушаете интересного собеседника, достаточно терпеливы в общении с другими, отстаиваете свою точку зрения без вспыльчивости. Без неприятных переживаний идете на встречу с новыми людьми. В то же время вы не любите шумных компаний; экстравагантные выходки и многословие вызывают у вас раздражение.

9-13 очков. Вы весьма общительны (порой, быть может, даже сверх меры). Любопытны, разговорчивы, любите высказываться по разным вопросам, что, бывает, вызывает раздражение окружающих. Охотно знакомитесь с новыми людьми. Любите бывать в центре внимания, никому не отказываете в просьбах, хотя не всегда можете их выполнить. Бывает, вспылите, но быстро отходите. Чего вам недостает, так это усидчивости, терпения и отваги при столкновении с серьезными проблемами. При желании, однако, вы можете себя заставить не отступить.

4-8 очков. Вы, должно быть, «рубаха-парень». Общительность бьет из вас ключом. Вы всегда в курсе всех дел. Любите принимать участие во всех дискуссиях, хотя серьезные темы могут вызвать у вас мигрень и даже хандру.

Охотно берете слово по любому вопросу, даже если имеете о нем поверхностное представление. Всюду чувствуете себя в своей тарелке. Беретесь за любое дело, хотя далеко не всегда можете успешно довести его до конца. По этой самой причине руководители и коллеги относятся к вам с некоторой опаской. Задумайтесь над этим!

3 очка и менее. Ваша коммуникабельность носит болезненный характер. Вы говорливы, многословны, вмешиваетесь в дела, которые не имеют к вам никакого отношения. Беретесь судить о проблемах, в которых совершенно некомпетентны. Вольно или невольно вы часто бываете причиной разного рода конфликтов в вашем окружении. Вспыльчивы, обидчивы, нередко бываете необъективны. Серьезная работа не для вас. Людям — и на работе, и дома, и вообще повсюду — трудно с вами. Да, вам надо поработать над собой и своим характером! Прежде всего воспитывайте в себе терпеливость и сдержанность, уважительнее относитесь к людям; наконец, подумайте и о своем здоровье — такой стиль жизни не проходит бесследно.

Схема наблюдения с критериями

1. *Чувство товарищества*
 - 1) Всегда помогает товарищам в трудной работе и в тяжелые минуты жизни
 - 2) Как правило, помогает товарищам
 - 3) Помогает товарищам только тогда, когда попросят
 - 4) Очень редко помогает: если его попросят, может отказать в помощи
 - 5) Никогда не помогает товарищам в трудной работе и в тяжелые минуты жизни
2. *Коллективизм*
 - 1) Всегда проявляет заботу по отношению к знакомым и незнакомым людям, старается любому оказать помощь и поддержку
 - 2) Склонен проявлять заботу о незнакомых людях, если это не мешает его личным планам и делам
 - 3) Нередко проявляет равнодушие к чужим делам и заботам, если это не затрагивает его лично
 - 4) Как правило, равнодушен к заботам других, по своей инициативе не помогает
 - 5) Считает излишним проявлять заботу о незнакомых членах общества, живет под девизом «Не лезь не в свое дело»
3. *Честность и правдивость*
 - 1) Всегда правдив по отношению к своим родителям, учителям, товарищам. Говорит правду и тогда, когда ему невыгодно
 - 2) Почти всегда правдив по отношению к своим родителям, учителям, товарищам.
 - 3) Часто говорит неправду ради собственной выгоды
 - 4) Почти всегда говорит неправду, если ему это выгодно
 - 5) Склонен всегда говорить неправду
4. *Общительность*
 - 1) Всегда охотно вступает в контакт с людьми, любит работать и отдыхать с другими
 - 2) Как правило, с удовольствием общается с людьми
 - 3) Стремится общаться с ограниченным кругом людей
 - 4) Предпочитает индивидуальные формы работы и отдыха
 - 5) Замкнут, необщителен.
5. *Отзывчивость*
 - 1) Всегда сочувствует другим, товарищи часто делятся с ним своими заботами
 - 2) Искренне сочувствует другим, если не слишком поглощен собственными думами
 - 3) Поглощен собственными чувствами настолько, что это мешает ему разделить чувства других людей
 - 4) Почти не умеет сочувствовать другим

5) Совершенно не умеет сочувствовать другим, товарищи не любят его.

6. *Вежливость, тактичность*

1) Все его поступки и слова свидетельствуют об уважении к другим людям

2) Почти всегда проявляет должное уважение к другим людям

3) Часто бывает невежлив и нетактичен

4) Часто недопустимо резок, груб, нередко затевает ссоры

5) Всегда резок, невыдержан как в общении с ровесниками, так и со старшими. В ссоре оскорбляет других, грубит.

7. *Авторитет в классе*

1) Пользуется безусловным авторитетом практически среди всех одноклассников: его уважают, считаются с его мнением, доверяют ответственные дела

2) Пользуется авторитетом среди большинства одноклассников

3) Пользуется авторитетом только у части одноклассников (у какой-то группировки, только среди мальчиков или девочек и т.п.)

4) В классе авторитетом не пользуется

Методика Шрайбера «Родители и дети» (Положение детей в семье)

Предложите учащимся выразить с помощью пятипунктовой шкалы степень своего согласия с нижеприведенными высказываниями.

Инструкция к тесту

«Внимательно прочитайте каждое из высказываний и отметьте свое отношение к нему.

- «полностью согласен»,
- «согласен»,
- «не знаю»,
- «не согласен»,
- «совершенно не согласен».

Опросник

1. Охотнее всего я уехал бы из дома.
2. Если семья не выполняет моих желаний, я скандалю.
3. В моей семье меня никто не может понять, поэтому я обсуждаю свои проблемы с друзьями, которые меня понимают.
4. Для семьи я делаю только то, что мне поручают.
5. Если в семье возникают какие-либо проблемы, я иногда способствую их разрешению.
6. Я использую малейшую возможность, чтобы доставить радость своей семье.
7. Я стараюсь понять родителей, братьев и сестер даже тогда, когда не считаю правильным то, что они от меня требуют.
8. Если я чем-нибудь озабочен, то говорю об этом откровенно с родителями, братьями, сестрами и прошу у них совета.

Теперь можно подсчитывать сумму баллов, которую набрал каждый из учеников, с учетом «веса» суждений и «веса» высказываний по следующим таблицам.

Вес суждений

Оценочные суждения	Вопросы №5-8	Вопросы №1-4
Полностью согласен	5	1
Согласен	4	2
Не знаю	3	3
Не согласен	2	4
Совершенно не согласен	1	5

Вес высказываний

№ высказывания	Вес высказывания
1	1,1
2	1,95
3	3
4	4
5	6
6	7
7	8
8	8,95

Подсчет производится с использованием таблиц: "Вес суждений" и "Вес высказываний". Для этого необходимо последовательно перемножить эти показатели по каждому из высказываний респондента, а потом суммировать результаты произведений.

Далее необходимо рассчитать Коэффициент отношения к жизни в своей семье:

$$K = [(Сумма произведений - 40) / 140] * 100\%.$$

Чем выше показатель в процентах, тем комфортнее чувствует себя ребенок в семье.

Методика Н. В. Бузина КИТ (Краткий интеллектуальный тест)

КИТ включает 30 заданий, которые можно выполнять в любой последовательности. Ориентировочное время выполнения - 15-20 минут (приложение).

Инструкция. Выполните задания, выбрав один вариант из предложенных или предложив свой, записав его в бланке рядом с номером задания.

№	ответ	№	ответ	№	ответ	№	ответ	№	ответ	сумма баллов
1		7		13		19		25		
2		8		14		20		26		
3		9		15		21		27		
4		10		16		22		28		
5		11		17		23		29		
6		12		18		24		30		

1. Фраза в начале произведения, выражающая главную мысль автора, - это:

1) автограф; 2) эпиграф; 3) параграф; 4) афоризм.

2. "Суровый" является противоположным по значению слову:

1) резкий; 2) строгий; 3) мягкий; 4) жесткий; 5) неподатливый.

3. Одиннадцатый месяц года - это:

1) октябрь; 2) май; 3) ноябрь; 4) февраль.

4. Два рыбака поймали 36 рыб. Первый поймал в 8 раз больше, чем второй. Сколько поймал второй?

5. Если первые два утверждения верны, то последнее:

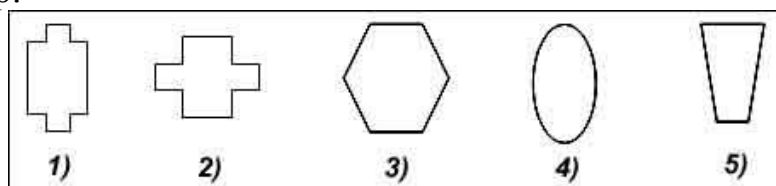
1) верно; 2) неверно; 3) неопределенно.

- Все передовые люди - образованные.

- Все передовые люди занимают крупные посты.

- Некоторые образованные люди занимают крупные посты.

6. Какой из этих рисунков наиболее отличен от других? Укажите его номер.



7. Оптимальной моделью взаимодействия между людьми является:

1) конкуренция; 2) приспособление; 3) компромисс; 4) сотрудничество.

8. Какое из этих слов относится к слову "жевать", как "обоняние" к "нос"?

1) сладкий; 2) язык; 3) запах; 4) зубы.

9. Сколько из приведенных ниже пар слов одинаковы?

Sharp M.C. Sharp M.C.

Fielder E.H. Filder E.N.

Connor M.C. Conner M.G.

Soderquist P.E. Soderquist B.E.

10. Найдите закономерность в этой числовой последовательности и продолжите ее, вписав в бланк следующее число:

73 66 59 52 45 38...

11. Если первые два утверждения верны, то последнее:

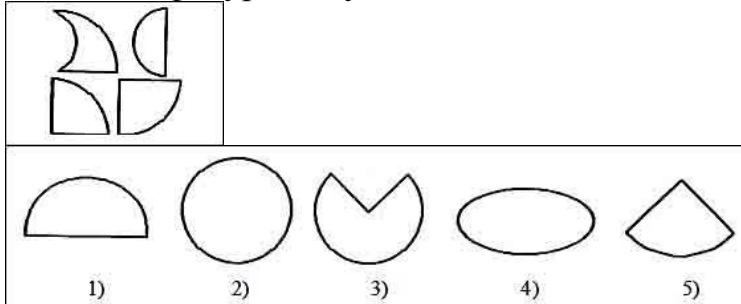
1) верно; 2) неверно; 3) неопределенно.

- Боре столько же лет, сколько Маше.

- Маша моложе Жени.

- Боря моложе Жени.

12. Какая фигура получится, если соединить эти четыре фрагмента?



13. Россия не имеет границы с:

1) Индией; 2) Пакистаном; 3) Болгарией; 4) Монголией.

14. Значения следующих двух предложений:

1) сходны; 2) противоположны; 3) ни сходны, ни противоположны.

- Трое докторов не лучше одного.

- Чем больше докторов, тем больше болезней.

15. Длительность дня и ночи в сентябре почти такая же, как и

1) в июне; 2) марте; 3) мае; 4) ноябре.

16. Три лимона стоят 45 рублей. Сколько стоят 1,5 дюжины?

17. Если первые два утверждения верны, то последнее:

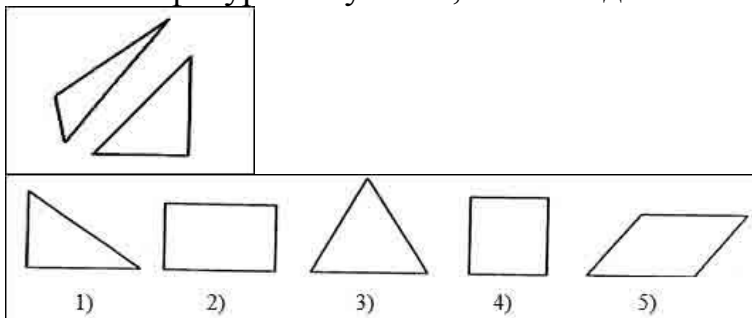
1) верно; 2) неверно; 3) неопределенно.

- Саша поздоровался с Машей.

- Маша поздоровалась с Дашей.

- Саша не поздоровался с Дашей.

18. Какая фигура получится, если соединить эти два фрагмента?



19. Герой рассказа О. Генри дал поросенку такого пинка, что тот полетел, опережая собственный визг. С какой скоростью должен лететь поросенок?

1) 60 км/ч; 2) 100 м/с; 3) 345 м/с; 4) 120 км/ч

20. Какое из следующих слов отлично от других?

1) звонить; 2) болтать; 3) слушать; 4) говорить.

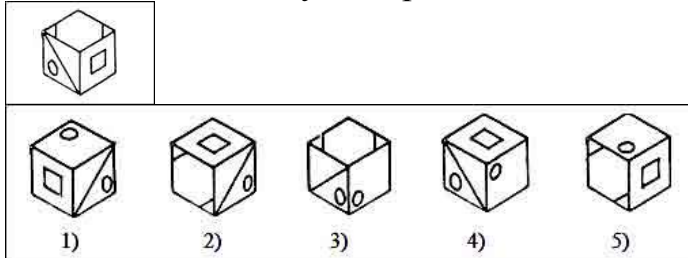
21. Сколько из 5 пар чисел являются полностью одинаковыми?

5296	5296
66986	69686
834426	834426
7354256	7354256
61197172	61197172

22. Предприниматель купил несколько ноутбуков за 35000\$, а продал их за 55000\$, заработав на каждом 500\$. Сколько ноутбуков он продал?

23. В классе из 30 детей 15 умеют играть в настольный теннис, а девятнадцать - в футбол. 6 детей не умеют играть ни в теннис, ни в футбол. Сколько детей умеют играть и в теннис, и в футбол?

24. Найдите этот кубик среди пяти похожих. Укажите его номер.



25. Выведение лучших пород животных и сортов растений называется:

1) генетикой; 2) селекцией; 3) бионикой; 4) биохимией.

26. Слово "безукоризненный" является противоположным по своему значению слову:

1) незапятнанный; 2) непристойный; 3) неподкупный; 4) невинный.

27. Белая полоса на российском флаге расположена:

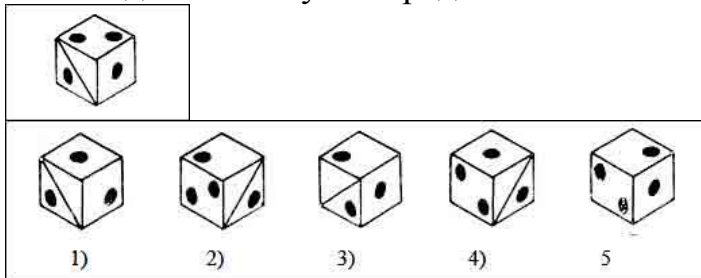
1) вверху; 2) в середине; 3) внизу.

28. Сколько соток составляет участок длиной 70 м и шириной 20 м?

29. Трое братьев, ожидающих маршрутное такси, которое останавливается по требованию, заспорили, как лучше поступить. Старший пошел назад, навстречу маршрутному такси. Средний пошел вперед. Младший остался на месте. Кто быстрее доберется до дома?

1) старший; 2) средний; 3) младший; 4) все одновременно.

30. Найдите этот кубик среди пяти похожих. Укажите его номер.



Интерпретация результатов. Задания сгруппированы таким образом, что в каждой строке расположены номера однотипных вопросов:

- 1 строка - эрудиция (общая осведомленность);
- 2 строка - речевое развитие;
- 3 строка - внимание;
- 4 строка - математические способности;
- 5 - логика;
- 6 - пространственные представления.

Качественная обработка заключается в подсчете количества правильных ответов по каждой группе заданий. Каждый правильный ответ оценивается в один балл:

- 4-5 баллов - высокий уровень развития способности;
- 2-3 балла - средний уровень развития способности;
- 0-1 балл - низкий уровень развития способности.

Правильные ответы:

№	ответ	№	ответ	№	ответ	№	ответ	№	ответ	шкалы
1	2	7	4	13	1	19	3	25	2	Эрудиция
2	3	8	4	14	3	20	3	26	2	Речевое развитие
3	3	9	1	15	2	21	4	27	1	Внимание
4	4	10	31	16	270	22	40	28	14	Математические способности
5	1	11	1	17	3	23	10	29	4	Логика
6	4	12	3	18	1	24	2	30	4	Пространственные представления

Количественная обработка заключается в подсчете всех правильных ответов. По результатам тестирования класса можно выделить пять групп, как это предлагают авторы методики ШТУР:

- 1. наиболее успешные - 10% от общего числа испытуемых;
- 2. близкие к успешным - 20% от общего числа испытуемых;
- 3. средние по успешности - 40% от общего числа;
- 4. мало успешные - 20 % от общего числа;
- 5. наименее успешные - 10 % от общего числа испытуемых.

Диагностика кратковременной зрительной памяти

Испытуемые должны запомнить, а затем воспроизвести максимальное количество чисел из предъявляемой им таблицы.

Инструкция

"Сейчас Вам будет предъявлена таблица с числами. Вы должны постараться за 20 секунд заполнить и потом записать как можно большее количество чисел. Внимание, начали!"

Оценка

По количеству правильно воспроизведенных чисел производится оценка кратковременной зрительной памяти. Максимальное количество информации, которое может храниться в кратковременной, иначе — оперативной памяти — 10 единиц материала. Средний уровень: 6-7 единиц.

15	39	87	23
94	65	79	46
83	19	94	52

Схема наблюдения с критериями

1. Эмоциональная реактивность

- 1) всегда эмоционально живо реагирует на любые жизненные явления, его может глубоко, до слёз взволновать рассказ, фильм
- 2) обычно эмоционально живо реагирует на жизненные явления, но редко, что его может взволновать глубоко
- 3) редко проявляет живую эмоциональную реакцию на события
- 4) живая эмоциональная реакция практически отсутствует

2. Общий эмоциональный тонус

- 1) постоянно оживлен, очень активен во всех сферах школьной жизни, во все вмешивается, за все берется
- 2) оживлен, в меру активен во всех сферах школьной жизни
- 3) оживлен, активен только в некоторых сферах школьной жизни
- 4) в сравнении с товарищами менее активен и оживлен
- 5) практически всегда вял, апатичен во всех сферах школьной жизни, несмотря на то, что здоров

3. Эмоциональная уравновешенность

- 1) Всегда спокоен, у него не бывает сильных эмоциональных вспышек
- 2) Обычно спокоен, эмоциональные вспышки очень редки
- 3) Эмоционально уравновешен
- 4) Повышенная эмоциональная возбудимость, склонен к бурным эмоциональным проявлениям
- 5) Вспыльчив: часты сильные эмоциональные вспышки по незначительному поводу

Диагностика волевого потенциала личности

Тест предназначен для диагностики волевого потенциала личности.

Инструкция тесту.

Прочитайте приведенные вопросы и постарайтесь ответить на них с максимальной объективностью. В случае: согласия с содержанием вопроса ставьте «да»; при сомнении, неуверенности – «не знаю» (или «бывает», «случается»); при несогласии – «нет».

Тест

1. В состоянии ли вы завершить начатую работу, которая вам неинтересна, независимо от того, позволяют ли время и обстоятельства оторваться и потом снова вернуться к ней?
2. Преодолете ли вы без особых усилий внутреннее сопротивление, когда нужно сделать что-то неприятное (например, пойти на дежурство в выходной день)?
3. Попадая в конфликтную ситуацию (в учебе или в быту), в состоянии ли вы взять себя в руки настолько, чтобы взглянуть на ситуацию со стороны, с максимальной объективностью?
4. Если вам прописана диета, сможете ли вы преодолеть все кулинарные соблазны?
5. Найдете ли вы силы встать утром раньше обычного, как было запланировано вечером?
6. Останетесь ли вы на месте происшествия, чтобы дать свидетельские показания?
7. Быстро ли вы отвечаете на письма?
8. Если у вас вызывает страх предстоящий полет на самолете или посещение стоматолога, сумеете ли вы без особого труда преодолеть это чувство и в последний момент не изменить своего намерения?
9. Будете ли вы принимать очень неприятное лекарство, которое вам настойчиво рекомендуют врачи?
10. Сдержите ли вы данное сгоряча обещание, даже если его выполнение принесет вам немало хлопот, иными словами, являетесь ли вы человеком слова?
11. Без колебаний ли вы отправляетесь в путешествие (деловую поездку) в незнакомый город?
12. Строго ли вы придерживаетесь распорядка дня: времени пробуждения, приема пищи, занятий, уборки и прочих дел?
13. Относите ли вы неодобрительно к библиотечным задолжникам?
14. Отвлечет ли вас очень интересная телепередача от выполнения срочной работы?
15. Сможете ли вы прервать ссору и замолчать, какими бы обидными ни казались вам слова противной стороны?

Обработка результатов теста Ответ «да» оценивается в 2 балла; «не знаю» – 1 балл; «нет» – 0; затем суммируются полученные баллы.

Интерпретация результатов теста • 1-12 баллов – с силой воли дела обстоят у вас неважно. Вы просто делаете то, что легче и интереснее, даже если это может повредить вам. К обязанностям нередко относитесь спустя рукава, что бывает причиной неприятностей. Ваша позиция выражается примерно так: «Что мне, больше всех нужно?». Любую просьбу, любую обязанность вы воспринимаете чуть ли не как физическую боль. Дело тут не только в слабой воле, но и в эгоизме. Постарайтесь взглянуть на себя с учетом этой оценки, может быть, она поможет вам изменить свое отношение к окружающим и кое-что переделать в своем характере. Если удастся, от этого вы только выиграете.

• *13-21 балл* – сила воли у вас средняя. Если столкнетесь с препятствием, то начнете действовать, чтобы преодолеть его. Но если увидите обходной путь, тут же воспользуетесь им. Не переусердствуете, но данное вами слово сдержите. Неприятную работу постараетесь выполнить, хотя и поворчите. По доброй воле лишние обязанности на себя не возьмете. Иногда это отрицательно сказывается на отношении к вам руководителей, не с лучшей стороны характеризует и в глазах окружающих. Если хотите достичь в жизни большего, тренируйте волю.

• *22-30 баллов* – с силой воли у вас все в порядке. На вас можно положиться – вы не подведете. Вас не страшат ни новые поручения, ни дальние поездки, ни те дела, которые иных пугают. Но иногда ваша твердая и непримиримая позиция по принципиальным вопросам досаждала окружающим. Сила воли – это хорошо, но необходимо обладать еще и такими качествами, как гибкость, снисходительность, доброта.

**«Одно из двух»
(методика Дж. Холланда в модификации Г.В. Резапкиной)**

В данной методике объединены две самые известные и теоретически обоснованные типологии, которые дополняют друг друга. По Е.А. Климову, каждый человек согласно своим личностным качествам выбирает определенный тип профессии. В зависимости от предмета труда выделяют следующие группы: человек – человек, человек – техника, человек – природа, человек – знаковая система, человек – художественный образ.

По Дж. Холланду, профессиональный успех, удовлетворенность своим трудом зависят от профессионального типа личности (реалистический, интеллектуальный, социальный, офисный, предпринимательский, артистический).

В методике попарно сравниваются 60 профессий, относящихся к разным типам по Холланду, но к одному и тому же предмету труда по Климову. Узнать их содержание, профессионально важные качества и медицинские противопоказания можно с помощью профессиокарт учебно-методического комплекта «Скорая помощь в выборе профессии» (Генезис, 2010).

Инструкция. Прочитайте список профессий, сравнивая их попарно. После каждой профессии стоит буква. Это код профессии. В бланке ответов рядом с кодом наиболее привлекательной из двух профессий поставьте «+». Например, если в паре «Автомеханик (Р)» — «Физиотерапевт (С)» для вас интереснее профессия автомеханика, поставьте «+» в бланке ответов на строке «Р»; если интереснее профессия физиотерапевта, поставьте «+» в строке «С».

Р										
И										
С										
О										
П										
А										

Техника	Автомеханик (Р)	Физиотерапевт (С)
	Специалист по защите информации (И)	Логистик (П)
	Оператор связи (О)	Кинооператор (А)
	Водитель (Р)	Кассир (С)
	Инженер-конструктор (И)	Менеджер по автопродажам (П)
	Авиадиспетчер (О)	Дизайнер сайтов и компьютерных программ (А)

Природа	Ветеринар (Р)	Эколог (С)
	Биолог-исследователь (И)	Фермер (П)
	Лаборант (О)	Дрессировщик (А)
	Агроном (Р)	Санитарный врач (С)
	Селекционер (И)	Заготовитель сельхозпродуктов (П)
	Санитарный инспектор (О)	Ландшафтный дизайнер (А)
Человек	Массажист (Р)	Воспитатель (С)
	Преподаватель (И)	Предприниматель (П)
	Администратор (О)	Режиссер театра и кино (А)
	Официант (Р)	Врач (С)
	Психолог (И)	Торговый агент (П)
	Страховой агент (О)	Хореограф (А)
Искусство	Ювелир-гравер (Р)	Журналист (С)
	Искусствовед (И)	Продюсер (П)
	Редактор (О)	Музыкант (А)
	Дизайнер интерьера (Р)	Экскурсовод (С)
	Композитор (И)	Арт-директор (П)
	Музейный работник (О)	Актер театра и кино (А)
Знак	Верстальщик (Р)	Гид-переводчик (С)
	Лингвист (И)	Антикризисный управляющий (П)
	Корректор (О)	Художественный редактор (А)
	Наборщик текстов (Р)	Юрисконсульт (С)
	Программист (И)	Брокер (П)
	Бухгалтер (О)	Литературный переводчик (А)

Обработка результатов

Подсчитывается количество плюсов в каждой строке. 8—10 — ярко выраженный тип; 5—7 — средне выраженный тип; 2—4 — слабо выраженный тип. Максимальное количество плюсов указывает на отношение к одному из шести типов.

РЕАЛИСТИЧЕСКИЙ ТИП

Люди, относящиеся к этому типу, предпочитают выполнять работу, требующую силы, ловкости, подвижности, хорошей координации движений. Их руками создан окружающий нас предметный мир. Люди реалистического типа настойчивы и уверены в себе, в работе предпочитают четкие и конкретные указания. Придерживаются традиционных ценностей, поэтому критически относятся к новым идеям. Близкие типы: интеллектуальный и офисный. Противоположный тип — социальный.

ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫЙ ТИП

Людей этого типа отличают независимость, оригинальность мышления, аналитические способности, умение формулировать и излагать свои мысли, решать логические задачи, выдвигать новые идеи. Они часто выбирают научную и исследовательскую работу и условия, дающие свободу для творчества. Работа способна увлечь их настолько, что стирается грань между рабочим временем и досугом. Мир идей для них может быть важнее, чем

общение с людьми. Близкие типы: реалистический и артистический. Противоположный тип: предпринимательский.

СОЦИАЛЬНЫЙ ТИП

Люди этого типа предпочитают работу, связанную с обучением, воспитанием, лечением, консультированием, обслуживанием. Они гуманны, чувствительны, ориентированы на социальные нормы, способны понять эмоциональное состояние другого человека. Для них характерны развитая речь, живая мимика, интерес к людям, готовность прийти на помощь. Близкие типы: артистический и предпринимательский. Противоположный тип: реалистический.

ОФИСНЫЙ ТИП

Люди этого типа склонны к работе, связанной с обработкой и систематизацией информации, предоставленной в виде условных знаков, цифр, формул, текстов (ведение документации, установление количественных соотношений между числами и условными знаками), отличаются аккуратностью, пунктуальностью, практичностью, ориентированы на социальные нормы, предпочитают четко определенную деятельность. Склонны к работе, не связанной с широкими контактами и принятием ответственных решений. Близкие типы: реалистический и предпринимательский. Противоположный тип: артистический.

ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСКИЙ ТИП

Люди этого типа находчивы, практичны, быстро ориентируются в сложной обстановке, самостоятельно принимают решения, социально активны, готовы рисковать, ищут острые ощущения. Любят и умеют общаться. Имеют высокий уровень притязаний. Избегают занятий, требующих усидчивости, большой и длительной концентрации внимания. Предпочитают деятельность, требующую энергии, организаторских способностей, связанную с руководством, управлением и влиянием на людей. Близкие типы: офисный и социальный. Противоположный тип: исследовательский.

АРТИСТИЧЕСКИЙ ТИП

Люди этого типа оригинальны, независимы в принятии решений, редко ориентируются на социальные нормы и одобрение, обладают необычным взглядом на жизнь, гибкостью и скоростью мышления, эмоциональной чувствительностью. Отношения с людьми строят, опираясь на свои ощущения, эмоции, воображение, интуицию. Обладают обостренным восприятием, избегают жесткой регламентации, предпочитая свободный график работы. Часто выбирают профессии, связанные с литературой, театром, кино, музыкой, изобразительным искусством. Близкие типы: интеллектуальный и социальный. Противоположный тип: офисный.

**Методика диагностики типа школьной мотивации
у старшеклассников Е. Лепешовой**

Инструкция: Уважаемый старшеклассник! Этот опросник касается твоей учебы в школе. На каждый вопрос нужно ответить «да» или «нет» в специальном бланке. Пожалуйста, будь предельно искренен, твои ответы помогут сделать обучение в нашей школе более эффективным.

- 1) Мне кажется, лидером в классе достоин стать только ученик, который имеет хорошие результаты в учебе.
- 2) Родители всегда поощряют меня за хорошие отметки в школе.
- 3) Я очень люблю узнавать что-то новое.
- 4) Мне нравится брать сложные задания, преодолевать трудности в их выполнении.
- 5) Я хочу, чтобы одноклассники считали меня хорошим учеником.
- 6) Я стремлюсь к тому, чтобы учитель похвалил меня, если я правильно выполнил задание.
- 7) Я всегда рассказываю об успехах в учебе своим родителям.
- 8) Меня пугает возможность остаться на второй год или быть отчисленным из школы за плохую успеваемость.
- 9) Я часто скрываю свои плохие отметки от родителей, чтобы избежать наказания.
- 10) Я учусь прежде всего потому, что знания пригодятся мне в будущем, помогут найти хорошую работу.
- 11) Школа для меня прежде всего место общения с друзьями.
- 12) Мне нравится участвовать в различных школьных мероприятиях, и было бы здорово не тратить в школе столько времени на уроки.
- 13) Учеба для меня сейчас — одна из основных сфер, где я могу проявить себя.
- 14) Ребята в нашем классе не будут хорошо относиться к человеку, если он плохо учится, несмотря на другие его заслуги.
- 15) Мое образование часто становится темой для разговоров в нашей семье.
- 16) Мне нравится проводить самостоятельные исследования, делать какие-то открытия.
- 17) Мне важно доказать самому себе, что я способен хорошо учиться.
- 18) Когда я получаю хорошую отметку, я стремлюсь, чтобы об этом знали мои одноклассники.
- 19) Я расстраиваюсь, когда получаю тетрадь и вижу, что учитель никак не отметил мою работу.
- 20) Я начинаю стараться на уроках, если знаю, что родители как-то поощрят мои старания.
- 21) Я начинаю учиться старательнее, если знаю, что мою успеваемость будут разбирать на педсовете, на школьной линейке.

22) Я прилагаю больше усилий к учебе, если знаю, что дома буду наказан за плохую успеваемость.

23) Мне важно вырасти культурным, образованным человеком.

24) Мне нравятся те уроки, где есть возможность работать в группе, обсуждать с одноклассниками учебный материал.

25) Можно сказать, что в школе я больше заинтересован играми и другими интересными делами, чем уроками.

26) Я люблю участвовать в различных олимпиадах и викторинах в школе, потому что для меня это способ заявить о себе.

27) Ребята в нашем классе всегда интересуются результатами контрольных работ друг друга.

28) Для моих родителей очень важно, чтобы я был успешен в учебе.

29) Мне нравится придумывать новые способы решения задач.

30) Мне хотелось бы быть лучшим учеником в классе.

31) Я хочу выглядеть в хорошем свете перед одноклассниками, поэтому стараюсь хорошо учиться.

32) Мне нравится, когда учителя в конце урока перечисляют учеников, чья работа на уроке была самой лучшей.

33) Мне очень важно, чтоб родители считали меня способным учеником.

34) Я расстраиваюсь из-за плохих отметок, потому что понимаю: это значит, что учителя теперь считают меня неспособным учеником.

35) Я очень переживаю, если родители называют меня неспособным, неуспешным учеником.

36) Я уже сейчас задумываюсь о том, в какой вуз я буду поступать и какие знания мне для этого понадобятся.

37) Я всегда очень радуюсь, когда отменяют урок и можно пообщаться с одноклассниками.

38) Я бы хотел, чтобы в школе остались одни перемены.

39) Я люблю высказывать на уроке свою точку зрения и отстаивать ее.

БЛАНК ДЛЯ ЗАПОЛНЕНИЯ УЧАЩИМИСЯ

1)	2)	3)	4)	5)	6)	7)	8)	9)	10)	11)	12)	13)
14)	15)	16)	17)	18)	19)	20)	21)	22)	23)	24)	25)	26)
27)	28)	29)	30)	31)	32)	33)	34)	35)	36)	37)	38)	39)

ОБРАБОТКА РЕЗУЛЬТАТОВ

1. При ответе «да» начисляется один балл, при ответе «нет» — 0, то есть баллы не начисляются. Подсчитывается сумма баллов в каждом столбце:

При этом каждый столбец соответствует определенной шкале:

1-й столбец — шкала 1а

6-й столбец — шкала 4б

2-й столбец — шкала 1б

7-й столбец — шкала 4в

3-й столбец — шкала 2

8-й столбец — шкала 5а

4-й столбец — шкала 3

9-й столбец — шкала 5б

5-й столбец — шкала 4а

10-й столбец — шкала 6

11-й столбец — шкала 7
12-й столбец — шкала 8

13-й столбец — шкала 9

БЛАНК ДЛЯ ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТОВ ПО ШКАЛАМ

Номера основных шкал	1		2	3	4			5		6	7	8	9
	1а	1б	2	3	4а	4б	4в	5а	5б	6	7	8	9
Ответы учащегося	1)	2)	3)	4)	5)	6)	7)	8)	9)	10)	11)	12)	13)
	14)	15)	16)	17)	18)	19)	20)	21)	22)	23)	24)	25)	26)
	27)	28)	29)	30)	31)	32)	33)	34)	35)	36)	37)	38)	39)
Сумма баллов													
Баллы, набранные по основным шкалам (средние значения)													

2. Подсчитывается балл по *дополнительным шкалам* как среднее арифметическое нескольких шкал:

Шкала 10 — среднее по шкалам 4а и 7.

Шкала 11 — среднее по шкалам 4в и 5б.

Шкала 12 — среднее по шкалам 4б и 5а.

3. Проводится анализ индивидуальных результатов.

4. Составляется сводная таблица на класс, подсчитывается средний балл по каждой из шкал на класс.

5. Проводится анализ группового результата.

Примечание. Целесообразно обработку данных проводить на компьютере в программе Microsoft Excel, которая позволит быстро подсчитать все дополнительные шкалы и средние баллы на класс.

ИНТЕРПРЕТАЦИЯ ШКАЛ

Шкалы 1а и 1б представляют собой еще не типы учебной мотивации, а показатели престижности учебы в классе и в семье. По ним мы можем судить о том, присутствует ли ценность хорошего образования, ценность хорошей учебы в классном коллективе и в семье подростка.

Шкала 1а — Престижность учебы в классе. Эта шкала показывает, насколько значимым в классном коллективе является такая характеристика, как учебная успешность. При анализе индивидуальных результатов мы получаем субъективное представление каждого учащегося, при анализе группового результата — объективный показатель престижности этой характеристики в группе.

Шкала 1б — Престижность учебы в семье. Эта шкала показывает, насколько значимой в семье подростка является такая его характеристика, как учебная успешность.

Шкалы 2–9 представляют разные типы учебной мотивации. При сравнении показателей по ним мы можем судить о преобладании того или иного типа у учащегося (при индивидуальном анализе результатов) и у группы (при групповом анализе).

Шкала 2. Познавательный интерес. Показывает выраженность у учащегося интереса к собственно новому знанию, новой информации. Учащиеся с выраженным познавательным интересом получают удовольствие от самого процесса открытия нового.

Шкала 3. Мотивация достижения. Показывает выраженность у учащегося мотивации достижения, желаниа быть лучшим, осознавать себя как способного, умного и т.д. Учащиеся с выраженной мотивацией достижения учатся прежде всего из желаниа доказать самому себе, что способны на многое.

Шкала 4. Мотив социального одобрения. Показывает значимость для учащегося одобрения, признания его успехов со стороны других людей. Учащиеся с выраженной мотивацией одобрения учатся прежде всего ради похвалы, признания, поощрения.

Шкала 4а. Мотив социального одобрения (одноклассниками). Показывает значимость для учащегося одобрения со стороны одноклассников.

Шкала 4б. Мотив социального одобрения (педагогами). Показывает значимость для учащегося одобрения, внимания к его учебным успехам со стороны педагогов.

Шкала 4в. Мотив социального одобрения (родителями). Показывает значимость для учащегося одобрения, внимания к его учебным успехам со стороны родителей.

Шкала 5. Боязнь наказания. Показывает значимость для учащегося наказания, порицания за его учебные неудачи со стороны других людей. Учащиеся с выраженной мотивацией страха наказания учатся прежде всего потому, что боятся, что иначе их будут ругать, наказывать.

Шкала 5а. Боязнь наказания со стороны школы. Показывает значимость для учащегося порицания, наказания со стороны педагогов, боязнь быть в их глазах неуспешным, неспособным.

Шкала 5б. Боязнь наказания со стороны семьи. Показывает значимость для учащегося порицания, наказания со стороны семьи, боязнь быть в глазах родителей, родственников неуспешным, неспособным.

Шкала 6. Осознание социальной необходимости. Показывает выраженность у учащегося стремления быть образованным человеком. Учащиеся с преобладанием этого типа мотивации учатся прежде всего потому, что осознают необходимость хорошей учебы в школе для собственного успешного будущего.

Шкала 7. Мотив общения. Показывает выраженность у учащегося мотивации на общение со сверстниками. Учащиеся с выраженным мотивом общения заинтересованы прежде всего в тех видах деятельности, где присутствует возможность коммуникации.

Шкала 8. Внеучебная школьная мотивация. Показывает заинтересованность учащегося прежде всего в различных внеучебных делах, проходящих в школе (концерты, выставки, праздники и др.), а не в непосредственно урочной деятельности. Учащиеся, у которых преобладает этот тип мотивации, с удовольствием ходят в школу, часто являются активными участниками внеурочной деятельности, однако учатся неохотно, по необходимости, как бы отбывая повинность за интересные дела.

Шкала 9. Мотив самореализации. Показывает значимость для учащегося учебной деятельности как ведущей сферы самореализации, места, где он может заявить о себе, развивать себя и пр.

Шкалы 10–12 представляют собой дополнительные шкалы, позволяющие получить средние показатели по тому, влияние какой группы на учащегося наиболее значительно в плане мотивирования его хорошей учебы — одноклассников, семьи или школы.

Шкала 10. Влияние одноклассников.

Шкала 11. Влияние семьи.

Шкала 12. Влияние школы.

Примерная схема наблюдения за учащимся во время учебной деятельности

1. Отношение ученика к учению:

- с интересом или без интереса учится;
- проявляет ли желание учиться лучше;
- к каким учебным предметам проявляет интерес;
- реакции на успехи и неудачи в учении;
- отношение к отметке;
- отношение к похвале и порицанию учителя;
- степень осознанности общественной и личностной значимости учебной деятельности для ученика.

2. Уровень сформированности навыков учебно-познавательной деятельности ученика:

- умение принимать и выполнять требования учителя;
- умение планировать учебную работу;
- осмысленность восприятия учебного материала, быстрота осмысления;
- умение выделять главное в учебном материале, делать обобщения, выводы;
- собранность, внимательность, сосредоточенность во время урока;
- уровень настойчивости в достижении поставленных учебных целей;
- умение преодолевать трудности в учебе и личном поведении;
- умение осуществлять контроль в учении;
- умение самостоятельно работать над книгой, заучивать материал.

3. Особенности поведения в учебной деятельности:

- ведет себя спокойно, сдержанно или проявляет излишнюю подвижность, непоседливость;
- типичные нарушения дисциплины (если они имели место);
- типичное настроение на уроке;
- насколько инициативен в учебной деятельности;
- выполнение требований взрослых (выполняет охотно или по принуждению, часто ли отказывается выполнять требования и какие).

4. Степень успеваемости:

- преобладание оценки;
- одинаково или нет успевают по разным предметам.

Примерные вопросы к беседе с учеником

1. Что больше всего тебя привлекает в школе? (общение с товарищами, получение отметок, узнавание нового, сам процесс учения, самостоятельная работа и другое),
2. Какой учебный предмет тебе кажется наиболее трудным и почему?
3. Какой учебный предмет тебе кажется наиболее интересным и почему?
4. Какой из учебных предметов ты считаешь самым полезным для своей подготовки к жизни после окончания школы и почему?
5. Какие учебные предметы надо было бы включить в обучение и почему?
6. Преподавание какого предмета тебе нравится больше всего и почему?
7. Как ты считаешь, правильно ли оценивают учителя тебя и твои знания?
8. Можешь ли ты достичь лучших результатов в учении?

Тест смысло-жизненные ориентации (методика СЖО)

Д. А. Леонтьева

Тест «СЖО» является адаптированной версией теста «Цель в жизни» (Purpose-in-Life Test, PIL) Джеймса Крамбо и Леонарда Махолика.

Цель: оценить «источник» смысла жизни, который может быть найден человеком либо в будущем (цели), либо в настоящем (процесс) или прошлом (результат), либо во всех трех составляющих жизни.

Инструкция. Вам будут предложены пары противоположных утверждений. Ваша задача – выбрать одно из двух утверждений, которое, по Вашему мнению, больше соответствует действительности, и отметить одну из цифр 1, 2, 3, в зависимости от того, насколько Вы уверены в выборе (или 0, если оба утверждения на Ваш взгляд одинаково верны).

1.	Обычно мне очень скучно	3210123	Обычно я полон энергии
2.	Жизнь кажется мне всегда волнующей и захватывающей	3210123	Жизнь кажется мне совершенно спокойной и рутинной
3.	В жизни я не имею определенных целей и намерений	3210123	В жизни я имею очень ясные цели и намерения
4.	Моя жизнь представляется мне крайне бессмысленной и бесцельной	3210123	Моя жизнь представляется мне вполне осмысленной и целеустремленной
5.	Каждый день кажется мне всегда новым и непохожим на другие	3210123	Каждый день кажется мне совершенно похожим на все другие
6.	Когда я уйду на пенсию, я займусь интересными вещами, которыми всегда мечтал заняться	3210123	Когда я уйду на пенсию, я постараюсь не обременять себя никакими заботами
7.	Моя жизнь сложилась именно так, как я мечтал	3210123	Моя жизнь сложилась совсем не так, как я мечтал
8.	Я не добился успехов в осуществлении своих жизненных планов	3210123	Я осуществил многое из того, что было мною запланировано в жизни
9.	Моя жизнь пуста и неинтересна.	3210123	Моя жизнь наполнена интересными делами

10.	Если бы мне пришлось подводить сегодня итоги моей жизни, то я бы сказал, что она была вполне осмысленной	3210123	Если бы мне пришлось сегодня подводить итоги моей жизни, то я бы сказал, что она не имела смысла
11.	Если бы я мог выбирать, то я бы построил свою жизнь совершенно иначе	3210123	Если бы я мог выбирать, то я бы прожил жизнь еще раз так же, как живу сейчас
12.	Когда я смотрю на окружающий меня мир, он часто приводит меня в растерянность и беспокойство	3210123	Когда я смотрю на окружающий меня мир, он совсем не вызывает у меня беспокойства и растерянности
13.	Я человек очень обязательный	3210123	Я человек совсем не обязательный
14.	Я полагаю, что человек имеет возможность осуществить свой жизненный выбор по своему желанию	3210123	Я полагаю, что человек лишен возможности выбирать из-за влияния природных способностей и обстоятельств
15.	Я определенно могу назвать себя целеустремленным человеком	3210123	Я не могу назвать себя целеустремленным человеком
16.	В жизни я еще не нашел своего призвания и ясных целей	3210123	В жизни я нашел свое призвание и цель
17.	Мои жизненные взгляды еще не определились	3210123	Мои жизненные взгляды вполне определились
18.	Я считаю, что мне удалось найти призвание и интересные цели в жизни	3210123	Я едва ли способен найти призвание и интересные цели в жизни
19.	Моя жизнь в моих руках, и я сам управляю ею	3210123	Моя жизнь не подвластна мне и она управляется внешними событиями
20.	Мои повседневные дела приносят мне удовольствие и удовлетворение	3210123	Мои повседневные дела приносят мне сплошные неприятности и переживания

Обработка результатов сводится к суммированию числовых значений для всех 20 шкал и переводу суммарного балла в стандартные значения. Для подсчета баллов необходимо перевести отмеченные испытуемым позиции на симметричной шкале 3 2 1 0 1 2 3 в оценки по восходящей или нисходящей асимметричной шкале по следующему правилу:

В восходящую шкалу 1234567 переводятся пункты 1, 3, 4, 8, 9, 11, 12, 16, 17.

В нисходящую шкалу 7654321 переводятся пункты 2, 5, 6, 7, 10, 13, 14, 15, 18, 19, 20.

Восходящая последовательность градаций (от 1 до 7) чередуется с нисходящей (от 7 до 1), причем максимальный балл (7) всегда соответствует полюсу наличия цели в жизни, а минимальный балл (1) – полюсу ее отсутствия.

Например, если по первому пункту у Вас был следующий результат 3210123, то после перевода в восходящую шкалу вы получите 5 баллов.

Если по второму пункту у Вас был похожий результат по начальной шкале: 3210123, то после перевода в нисходящую шкалу вы получите 3 балла.

После перевода всех двадцати пунктов в восходящие или нисходящие шкалы суммируются баллы по соответствующим субшкалам.

Субшкала 1 (цели в жизни) - 3, 4, 10, 16, 17, 18.

Субшкала 2 (процесс жизни) - 1, 2, 4, 5, 7, 9.

Субшкала 3 (результат жизни) - 8, 9, 10, 12, 20.

Субшкала 4 (локус контроля - Я) - 1, 15, 16, 19.

Субшкала 5 (локус контроля - жизнь) - 7, 10, 11, 14, 18, 19.

Общий показатель - осмысленность жизни (ОЖ) - все 20 пунктов.

Уровни	Цели в жизни	Процесс жизни	Результат жизни	Лokus контроля - Я	Лokus контроля - жизнь	ОЖ
Высокий	37-42	35-42	27-35	24-28	35-42	113-140
Средний	23-36	22-34	19-26	14-23	23-34	79-112
Низкий	до 22	до 21	до 18	до 13	до 22	до 78

Интерпретация результатов

1. *Цели в жизни.* Баллы по этой шкале характеризуют наличие или отсутствие в жизни испытуемого целей в будущем, которые придают жизни осмысленность, направленность и временную перспективу. Низкие баллы по этой шкале даже при общем высоком уровне ОЖ будут присущи человеку, живущему сегодняшним или вчерашним днем. Вместе с тем высокие баллы по этой шкале могут характеризовать не только целеустремленного человека, но и прожектера, планы которого не имеют реальной опоры в настоящем и не подкрепляются личной ответственностью за их реализацию. Эти два случая несложно различить, учитывая показатели по другим шкалам СЖО.

2. *Процесс жизни или интерес и эмоциональная насыщенность жизни.* Содержание этой шкалы совпадает с известной теорией о том, что единственный смысл жизни состоит в том, чтобы жить. Этот показатель говорит о том, воспринимает ли испытуемый сам процесс своей жизни как интересный, эмоционально насыщенный и наполненный смыслом. Высокие баллы по этой шкале и низкие по остальным будут характеризовать гедониста, живущего сегодняшним днем. Низкие баллы по этой шкале – признак неудовлетворенности своей жизнью в настоящем; при этом, однако, ей могут придавать полноценный смысл воспоминания о прошлом или нацеленность в будущее.

3. *Результативность жизни или удовлетворенность самореализацией.* Баллы по этой шкале отражают оценку пройденного отрезка жизни, ощущение того, насколько продуктивна и осмысленна была прожитая ее часть, высокие баллы по этой шкале и низкие по остальным будут характеризовать человека, который доживает свою жизнь, у которого все в прошлом, но прошлое способно придать смысл остатку жизни. Низкие баллы – неудовлетворенность прожитой частью жизни.

4. *Локус контроля-Я (Я – хозяин жизни).* Высокие баллы соответствуют представлению о себе как о сильной личности, обладающей достаточной свободой выбора, чтобы построить свою жизнь в соответствии со своими целями и представлениями о ее смысле. Низкие баллы – неверие в свои силы контролировать события собственной жизни.

5. *Локус контроля-жизнь или управляемость жизни.* При высоких баллах – убеждение в том, что человеку дано контролировать свою жизнь, свободно принимать решения и воплощать их в жизнь. Низкие баллы – фатализм, убежденность в том, что жизнь человека неподвластна сознательному контролю, что свобода выбора иллюзорна, и бессмысленно что-либо загадывать на будущее.

План беседы

(составлен на основе анкеты старшеклассника «Я и смысл моей жизни»)

1. Продолжи, пожалуйста, следующие предложения:

Хорошая жизнь – это ...

Счастливый человек – это тот, кто ...

Больше всего я ценю в людях ...

Смысл моей жизни заключается в том, что ...

Скажи, какие из перечисленных ниже целей жизни и качеств человека для тебя являются важными и насколько: *1 – совсем неважно; 2 – почти неважно; 3 – немного важно; 4 – довольно важно; 5 – очень важно.*

1. Самостоятельность как независимость в суждениях и оценках
2. Уверенность в себе (свобода от внутренних противоречий, сомнений)
3. Материальная обеспеченность (отсутствие материальных затруднений)
4. Здоровье (физическое и психическое)
5. Удовольствия (жизнь, полная удовольствий, развлечений, приятного проведения времени)
6. Интересная работа
7. Любовь (духовная и физическая близость с любимым человеком)
8. Свобода как независимость в поступках и действиях
9. Хорошие и верные друзья
10. Красота (переживание прекрасного в природе и искусстве)
11. Познание (возможность расширения своего образования, кругозора, интеллектуального развития)
12. Счастливая семейная жизнь
13. Творчество (возможность творческой деятельности)
14. Общественное признание (уважение окружающих, коллектива, товарищей)
15. Активная, деятельная жизнь
16. Равенство (братство, равные возможности для всех)

2. Ответь, пожалуйста, на следующий вопрос: где ты можешь в наибольшей мере проявить себя и свои способности?

1. На уроке;
2. В общественных делах;
3. На занятиях кружка, клуба, секции;
4. При проведении досуга;
5. Нигде;
6. Где еще

3. Как ты думаешь, где тебя больше уважают?

1. Дома;
2. В классе;
3. В кружках;
4. В компании друзей;
5. Нигде;
6. Где еще

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Гребень Н. Ф. Психологические тесты для психологов, педагогов, специалистов по работе с персоналом / Н. Ф. Гребень. – 2-е изд. – Минск: Букмастер, 2014. – 480 с.
2. Диагностика межличностных отношений подростков и старшеклассников: Методические рекомендации / Сост. Л. В. Сгурская, Г. С. Тамарский. – Калининград: Изд-во КГУ, 2003. – 44 с.
3. Кулагина И.Ю. Возрастная психология (развитие ребенка от рождения до 17 лет) - Учебное пособие, 4-е изд-е, – М.: УРАО, 1998.
4. Лепешова Е. Методика диагностики типа школьной мотивации у старшеклассников /Лепешова Е. // Школьный психолог. - 2007.- № 9.
5. Познавательные процессы и способности в обучении: учебное пособие для студентов пед. инс-тов / В. Д. Шадриков, Н. П. Анисимова, Е. Н. Корнеева (и др.); под ред. В.Д.Шадрикова. – М.: Просвещение, 1990.
6. Пономаренко Л. П., Белоусова Р. В. Основы психологии для старшеклассников: Пособие для педагога: В 2 ч. — М.: ВЛАДОС, 2001. Ч. 1. Основы психологии: 10 класс.С.206-208.
7. Прыгин Г. С. Индивидуально-типологические особенности субъективной саморегуляции. Ижевск, Набережные Челны: Изд-во Института управления, 2005.
8. Резапкина Г. В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки. Учебно-методическое пособие. - М.: Генезис, 2017 г
9. Справочник психолога средней школы О. Н. Истратова, Т. В. Эксакусто.
10. Тертель А. Л. Психология в вопросах и ответах: учеб.пособие. – М.: ТК Велби, Изд-во Проспект, 2008. – 176 с.
11. Экспресс-диагностика характерологических особенностей личности (Н. Айзенк в модификации Т. В. Матолиной) / Фетискин Н. П., Козлов В. В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. – М., 2002. С.35-44.
12. Ясюкова Л. А. Прогноз и профилактика проблем обучения, социализация и профессиональное самоопределение старшеклассников. Часть II: методическое руководство: методика Л. А. Ясюковой (часть III) / Госстандарт России, Комплексное обеспечение психологической практики, ИМАТОН. - Санкт-Петербург: ИМАТОН, 2005.

ГЛОССАРИЙ

Адаптивность – это способность человека адаптироваться к изменчивым обстоятельствам. Адаптивность выражает те качества человека, благодаря которым индивид способен менять направление своих мыслей и всю свою деятельность согласно поставленным задачам и условиям их решения.

Внимание – психический познавательный процесс, направленный на отражение психических свойств, состояний объекта, который обеспечивает сосредоточенность сознания.

Волевые качества – это сложившиеся в процессе получения жизненного опыта свойства личности, связанные с реализацией воли и преодолением препятствий на жизненном пути. К базовым волевым качествам относятся целеустремленность, решительность, настойчивость, выдержка, дисциплинированность, инициативность.

Дивергентное («расходящееся», разнонаправленное, творческое) **мышление** характеризуется широтой умственного поиска, умением использовать отдаленные аналогии и ассоциации, находить нестандартные, оригинальные решения, преодолевая привычные шаблоны и устоявшиеся мнения. Часто это свойство определяется как гибкость мышления, способность применять разнообразные подходы и стратегии при решении проблем, готовность и умение рассматривать имеющуюся информацию с разных точек зрения.

Интерпретация – это процесс толкования и разъяснения смысла чего-то неясного или сложного для понимания кому-либо.

Интроверсия – это свойство личности, характеризующее ее обращение на свой внутренний мир. Предпочтение индивидом личного внутреннего мира доступного только ему, чем заинтересованность другими людьми. Интроверт считает свой мир богатым и созидательным относительно объективной реальности. Интровертированная личность отличается высокой чувствительностью и впечатлительностью. Такие люди подвержены глубокому самоанализу и самокритике. Они обычно серьезные, размеренные, им чужда спонтанность действий, очень редко проявляют инициативу к общению. Они лучше предадутся личным размышлениям, нежели будут идти с кем-то на контакт. Но это не подразумевает, что они никогда совсем ни с кем не разговаривают. У них есть друзья, которые принимают их такими, какими они есть.

Коммуникативные навыки – способность человека взаимодействовать с другими людьми, адекватно интерпретируя получаемую информацию, а также правильно ее передавая.

Креативность – творческие способности, характеризующиеся готовностью к созданию принципиально новых идей, отклоняющихся от традиционных или принятых схем мышления.

Меланхолик — легко ранимый, склонный к постоянному переживанию различных событий, он остро реагирует на внешние факторы. Свои астенические переживания он зачастую не может сдерживать усилием воли, он повышенно впечатлителен, легко эмоционально раним.

Мышление – высшая форма психической деятельности, наиболее сложный познавательный процесс, представляющий собой целенаправленное опосредованное и обобщенное отражение субъектом существенных связей и отношений предметов, явлений и ситуаций, установление закономерностей, их изменений, причин и следствий.

Нейротизм– это личностная черта человека, которая проявляется в беспокойстве, тревожности и эмоциональной неустойчивости. Высокий уровень нейротизма характеризуется сильной восприимчивостью человека к внешне происходящим событиям. Нейротизм описывает эмоциональную устойчивость или неустойчивость психических процессов. Эмоциональная устойчивость обеспечивает сохранение собранного поведения, ситуативной целенаправленности и адекватности в обычной или стрессовой ситуации. Эмоциональная неустойчивость проявляется в чрезвычайной нервности, плохой адаптации, лабильности (частом изменении) настроения, озабоченности, чувстве вины по

незначительным причинам, беспокойстве, депрессивных реакциях, неустойчивости реакций в стрессовых ситуациях и рассеянности внимания.

Отношения – это взаимодействие с одним человеком или группой людей, которое имеет свою специфику, цели, обстоятельства, задачи и место в обществе.

Память – это форма психического отражения, заключающаяся в накоплении, закреплении, сохранении и последующем воспроизведении индивидом своего опыта.

Саморегуляция— система сознательных актов, действий, направленных на поддержание, достижение необходимого психического состояния, управление своей психикой. Может достигаться самоубеждением, самовнушением, самоприказом, самопринуждением, а также путем систематической аутогенной тренировки и др.

Самосознание — сознание субъектом самого себя в отличие от иного — других субъектов и мира вообще; это сознание человеком своего взаимодействия с объективным миром и миром субъективным (психикой), своих жизненно важных потребностей, мыслей, чувств, мотивов, инстинктов, переживаний, действий.

Сангвиник — живой, горячий, подвижный человек, с частой сменой настроения, впечатлений, с быстрой реакцией на все события, происходящие вокруг него, довольно легко примиряющийся со своими неудачами и неприятностями. Обычно сангвиник обладает выразительной мимикой. Он очень продуктивен в работе, когда ему интересно, приходя в сильное возбуждение от этого, если работа не интересна, он относится к ней безразлично, ему становится скучно.

Темперамент — устойчивая совокупность индивидуальных психофизиологических особенностей личности, связанных с динамическими, а не содержательными аспектами деятельности. Темперамент составляет основу развития характера. С физиологической точки зрения он обусловлен типом высшей нервной деятельности человека и проявляется в поведении человека (характера), в степени его жизненной активности. Типы темперамента: флегматик, сангвиник, холерик, меланхолик.

Учебная мотивация – частный вид мотивации, включенный в учебную деятельность и определяющий потребность учащегося в получении знаний.

Флегматик — неспешен, невозмутим, имеет устойчивые стремления и настроение, внешне скуп на проявление эмоций и чувств. Он проявляет упорство и настойчивость в работе, оставаясь спокойным и уравновешенным. В работе он производителен, компенсируя свою неспешность прилежанием.

Характер — структура стойких, сравнительно постоянных психических свойств, определяющих особенности отношений и поведения личности. Черты характера составляют те существенные свойства человека, которые определяют тот или иной образ поведения, образ жизни. Если темперамент – это врожденные особенности личности, то характер человек воспитывает сам.

Холерик — быстрый, порывистый, однако совершенно неуравновешенный, с резко меняющимся настроением с эмоциональными вспышками, быстро истощаемый. У него нет равновесия нервных процессов, это его резко отличает от сангвиника. Холерик, увлекаясь, безалаберно растрчивает свои силы и быстро истощается.

Экстраверсия – это в психологии свойство индивида, которое характеризует направленность личностной установки наружу. Экстраверсия- это комплекс личностных качеств, которым определяется склонность человека к активным социальным контактам, что выражается в коммуникабельности, активной разговорчивости с разными людьми и общительности. Также с помощью этого комплекса выражается ориентация человека на внешнее социальное окружение, а не на собственный внутренний мир.