

Вехорева Н. П.

# **Как составить психолого- педагогическую характеристику обучающихся 5-9 классов?**

Методические материалы



МБУ ДО «РЦДО»

Как составить психолого-педагогическую  
характеристику обучающихся  
5-9 классов?

Методические материалы

**Вехорева Н. П. Как составить психолого-педагогическую характеристику обучающихся 5-9 классов? / [Текст] Под ред. Козьминой И. В., Рябовой О. А. – Карпогоры, 2018. – 46 с.**

В методическом пособии представлен материал для подготовки психолого-педагогической характеристики обучающихся 5-9 классов, приведены методики для проведения диагностики учащихся и даны рекомендации. Адресовано учителям, педагогам, работающим в средних образовательных организациях.

## Содержание

Введение.....	4
Примерный план педагогической характеристики.....	5
Приложение 1. Методика «Социометрия».....	7
Приложение 2. Тест В. Ряховского «Оценка уровня общительности».....	9
Приложение 3. Тест «Определение уровня своей самооценки».....	12
Приложение 4. Корректирующая проба и методика «Исправь ошибки».....	14
Приложение 5. Методика «10 слов».....	15
Приложение 6. Методика «5 лишнее».....	16
Приложение 7. Опросник Г. Айзенка.....	17
Приложение 8. Методика изучения эмоциональной напряжённости.....	23
Приложение 9. Схема наблюдения за адаптацией и эффективностью учебной деятельности учащихся.....	25
Словарь психологических терминов.....	30
Список литературы.....	31

## Введение

Характеристика является официальным документом, в котором дается оценка основных способностей, личностных качеств обучающегося. Помимо этого, в характеристике указывается информация о родителях/опекунах несовершеннолетнего. Разделы не нумеруются, а пишутся с абзаца. Составляет характеристику классный руководитель. Тот, кто составил характеристику, несет ответственность за достоверность содержащихся в документе сведений. Подписывают характеристику несколько человек: тот, кто ее составил, и руководитель учреждения. Заверяется печатью учебного заведения.

Чтобы написать характеристику обучающегося, нужно изучить его личное дело, проанализировать его учебу, взаимоотношения с другими людьми.

Ведущая деятельность в подростковом возрасте – *интимно-личностное общение* (формируются навыки социального взаимодействия). Для подростка характерно познание себя, стремление понять свои возможности, возрастает значимость мнения сверстников. Необходимо обратить внимание на эмоциональное состояние, смену настроения.

Если речь идет о характеристике на подростка, которую запрашивают правоохранительные органы, то основной акцент нужно делать на его способности строить отношения в коллективе и с взрослыми, отразить такие черты как конфликтность, коммуникабельность.

Можно выделить основные требования, которым должна соответствовать характеристика:

- должна отражать индивидуально-психологические особенности обучающегося, проявляемые в процессе обучения, общения и в поведении,
- составляется по стандартной схеме,
- должна быть понятной для людей, незнакомых с подростком,
- процесс составления не должен быть трудоемким.

Грамотно составленная характеристика помогает получить представление о личностных качествах подростка, наладить с ним контакт, выстроить план дальнейшей работы.

## Примерный план педагогической характеристики

### Характеристика

Ф.И.О.

Г.р.

число, месяц, год рождения

обучающегося \_\_\_\_\_ класса

полное наименование учебного учреждения

его местоположение (город, район, область)

### Основная часть.

1. Дата поступления в школу, который год учится, были ли перерывы в обучении и их причина (личное дело обучающегося, беседа с родителями).
2. Характеристика семьи: ФИО родителей, место работы (личное дело обучающегося, беседа с родителями).
3. Информация об успеваемости, дисциплинированности (классный журнал, беседа с учителями).
4. Интересы и склонности обучающегося. Внешкольная занятость (беседа с родителями, учителями).
5. Нравственные качества, взаимоотношения с одноклассниками:
  - положение в коллективе (авторитет, влияние на других, лидерские качества),
  - дорожит ли мнением коллектива, внешняя форма общественного поведения (вежливость, грубость, развязность);
  - проявление инициативы, любознательности (стремление узнать новое);
  - отношение к себе (рассказывает о своих достоинствах, достижениях, или никогда не выставляет заслуги напоказ), уровень самооценки;
  - стремление к успеху, первенству;
  - отношение к др. людям (взаимоотношения с учителями, особенности отношений со взрослыми);
  - особенности общения с разными людьми.(Методы: наблюдение по «Адаптационной карте наблюдений к методике Э.М. Александровской и С. Громбах» (приложение 9), беседа с обучающимся, методики «Социометрия» и «Круг моих друзей» (приложение 1), методика «Определение уровня самооценки» (приложение 3), тест Ф. Ряховского «Оценка уровня общительности» (приложение 2).
6. Отношение к труду, участие в школьных мероприятиях.

7. Дополнительные характеристики:

- особенности психических процессов:

**внимания** (внимателен, постоянно отвлекается, слишком беспокоен) - методики «Корректирующая проба» и «Исправь ошибки» (приложение 4);

**памяти** (преобладающий вид: зрительная, слуховая, моторная, смешанная) – наблюдение на уроке, методика «10 слов» (приложение 5);

**мышления** – методики «5 лишнее» (приложение 6);

- характеристика эмоционально-личностной сферы (особенности поведения в школе, дома, конфликтность) - «Методика изучения эмоциональной напряженности» (приложение 8),

- самоконтроль, агрессивность, смена настроения,

- чувство дружбы и товарищества,

- уверенность / неуверенность в себе,

- особенности темперамента, характера – методика «Определение свойств темперамента» Г. Айзенк (приложение 7),

- реакции на замечания, на оценку деятельности, отношение к критике,

- вредные привычки.

8. Выводы (сильные стороны обучающегося, которые следует развивать, и слабые стороны, которые необходимо корректировать).

Дата \_\_\_\_\_

Классный руководитель \_\_\_\_\_ (ФИО)

Директор школы \_\_\_\_\_ (ФИО)

М.П.

### **Методика «Социометрия» Один из вариантов - «Оценка»**

Цель: выявить дружеские связи в классе, как относятся друг к другу одноклассники.

Каждому подростку выдается бланк с фамилиями одноклассников и листочек с оценками. Напротив каждой фамилии нужно поставить оценку в зависимости от того, как относится к этому человеку. Прочитав пояснения к оценкам, будет ясно, как сделать.

Оценки:

5-самый близкий для меня человек в классе, мой друг,

4-этот человек не является моим близким другом, но я часто общаюсь с ним.

3-я не дружу с этим человеком, но он меня интересует.

2-ни деловых, ни личных взаимоотношений с ним нет,

1-мне неприятен этот человек, я не хочу иметь с ним ничего общего.

Образ взаимоотношений:

Преобладающее количество 4 и 5 говорит о социальном благополучии подростка в классе, симпатиях одноклассников.

3, 2 и 1 информируют о неблагополучии подростка в классе.

### **Методика «Круг моих друзей» (модификация Казьмина О., 1998 г.).**

Проводится индивидуально, требует внимательного, тактичного отношения к подростку. Подростка просят сделать рисунок, ответить на вопросы. Главное – понять ребенка, сделать неформальные выводы о его социальном круге.

Инструкция: в твоей жизни существует определенный круг знакомых людей (дома, в школе, во дворе). Обозначь себя и этих людей каким-то символом (кружочком, квадратиком). Расположи своих знакомых на рисунке на таком расстоянии от себя, насколько для тебя важны отношения с ними. Соедини тех людей, которые общаются между собой.

После этого проводится беседа с подростком.

Опросник:

1. Кого ты можешь попросить заботиться о животных или цветах, если нужно куда-то уехать?



2. С кем ты обсуждаешь проблемы, связанные с учебой?
  3. С кем ты проводишь свободное время?
  4. Кого ты считаешь лучшим другом?
  5. С кем ты можешь обсудить личные проблемы?
  6. Кто оказывает тебе помощь в принятии важных решений?
  7. У кого ты можешь взять в долг деньги?
  8. С кем ты живешь в доме и кого из соседей ты знаешь?
- После этого выявляется значимый круг общения (друзья, родственники).

### Тест В. Ф. Ряховского «Оценка уровня общительности»

Оценка ответов: "да" – 2 очка, "иногда" – 1 очко, "нет" – 0 очков. Полученные очки суммируются, и по классификатору определяется, к какой категории относится испытуемый.

Опросник:

1. Вам предстоит ординарная или деловая встреча. Выбивает ли Вас ее ожидание из колеи?
2. Вызывает ли у вас смятение и неудовольствие поручение выступить с докладом, сообщением, информацией на каком-либо совещании, собрании или тому подобном мероприятии?
3. Не откладываете ли Вы визит к врачу до последнего момента?
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-то 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 деньги, 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). Предпочитаете ли Вы отказаться от своего намерения или встанете в хвост и будет томиться в ожидании?
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-либо в кулуарах высказывание явно ошибочной точки зрения по хорошо известному Вам вопросу, предпочитаете ли Вы промолчать и не вступать в спор?

15. Вызывает ли у Вас досаду чья-либо просьба помочь разобраться в той или учебной теме?

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

#### Обработка результатов

Полученные очки суммируются, и по классификатору определяется, к какой категории людей относится испытуемый.

#### Классификатор к тесту В. Ф. Ряховского

30 – 32 очка – Вы явно некоммуникабельны, и это ваша беда, так как страдаете от этого больше Вы сами. Но и близким Вам людям нелегко. На Вас трудно положиться в деле, которое требует групповых усилий. Старайтесь быть общительнее, контролируйте себя.

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

19 – 24 очков – 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 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 не достает, так это усидчивости, терпения и отваги при столкновении с серьезными проблемами. При желании, однако, Вы можете себя заставить не отступать.

4 – 8 очков – Вы, должно быть, «рубаха-парень». Общительность бьет из Вас ключом. Вы всегда в курсе всех дел. Вы 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 не всегда можете успешно довести его до конца. По этой самой причине руководители и коллеги относятся к Вам с некоторой опаской и сомнениями. Задумайтесь над этими фактами.

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 не компетентны. 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, уважительно относитесь к людям, наконец, подумайте о своем здоровье - такой стиль жизни не проходит бесследно.

### Тест “Определение уровня своей самооценки”

1. Как часто Вас терзают мысли, что Вам не следовало бы что-то говорить или делать?
  1. очень часто — 1 балл;
  2. иногда — 3 балла.
2. Если Вы общаетесь с блестящим и остроумным человеком, то:
  1. постараетесь победить его в остроумии — 5 баллов;
  2. не будете ввязываться в соревнование, а отдадите ему должное и выйдете из разговора — 1 балл.
3. Выберите одно из мнений, наиболее Вам близкое:
  1. то, что многим кажется везением, на самом деле, результат упорного труда — 5 баллов;
  2. успехи зачастую зависят от счастливого стечения обстоятельств — 1 балл;
  3. в сложной ситуации главное — не упорство или везение, а человек, который сможет одобрить или утешить — 3 балла.
4. Вам показали пародию на вас. Вы:
  1. рассмеетесь и обрадуетесь тому, что в вас есть что-то оригинальное — 3 балла;
  2. тоже попытаетесь найти что-то смешное в вашем партнере и высмеять его — 4 балла;
  3. обидитесь, но не подадите вида — 1 балл.
5. Вы всегда спешите, вам не хватает времени или вы беретесь за выполнение заданий, превышающих возможности одного человека?
  1. да — 1 балл;
  2. нет — 5 баллов;
  3. не знаю — 3 балла.
6. Вы выбираете духи в подарок. Купите:
  1. духи, которые нравятся Вам — 5 баллов;
  2. духи, которым, как Вы думаете, будут рады, хотя Вам лично они не нравятся — 3 балла;
  3. духи, которые рекламировали в недавней телепередаче.
7. Вы любите представлять себе различные ситуации, в которых Вы ведете себя совершенно иначе, чем в жизни?
  1. да — 1 балл;
  2. нет — 5 баллов;
  3. не знаю — 3 балла.
8. Задевает ли Вас, когда ваши друзья добиваются большего успеха, чем Вы?

1. да — 1 балл;
  2. нет — 5 баллов;
  3. иногда — 3 балла.
9. Доставляет ли Вам удовольствие возражать кому-либо?
1. да — 5 баллов;
  2. нет — 1 балл;
  3. не знаю — 3 балла.
10. Закройте глаза и попытайтесь представить себе 3 цвета:
1. голубой — 1 балл;
  2. желтый — 3 балла;
  3. красный — 5 баллов.

#### Подсчет баллов

50—38 баллов. Вы довольны собой и уверены в себе. У вас большая потребность доминировать над людьми, любите подчеркивать свое «я», выделять свое мнение. Вам безразлично то, что о вас говорят, но сами вы имеете склонность критиковать других. Чем больше у вас баллов, тем больше вам подходит определение: «Вы любите себя, но не любите других». Но у вас есть один недостаток: слишком серьезно к себе относитесь, не принимаете никакой критической информации. И даже если результаты теста вам не понравятся, скорее всего, вы «защититесь» утверждением «все врут календари». А жаль...

37—24 балла. Вы живете в согласии с собой, знаете себя и можете себе доверять. Обладаете ценным умением находить выход из трудных ситуаций как личного характера, так и во взаимоотношениях с людьми. Формулу вашего отношения к себе и окружающим можно выразить словами: «Доволен собой, доволен другими». У вас нормальная здоровая самооценка, вы умеете быть для себя поддержкой и источником силы и, что самое главное, не за счет других.

23—10 баллов. Очевидно, вы недовольны собой, вас мучают сомнения и неудовлетворенность своим интеллектом, способностями, достижениями, своей внешностью, возрастом, полом... Остановитесь! Кто сказал, что любить себя плохо? Кто внушил вам, что думающий человек должен быть постоянно собой недоволен? Разумеется, никто не требует от вас самодовольства, но вы должны принимать себя, уважать себя, поддерживать в себе этот огонек.

### Корректурная проба

Позволяет изучить устойчивость, сосредоточенность, объем и распределение внимания. Можно взять любые варианты буквенных заданий.

Предлагается 20 строк по 30 букв. По сигналу в бланках надо зачеркивать все встречающиеся буквы «р» и «с». Через каждую минуту подросток ставит вертикальную черту у той буквы, где остановился. Общая продолжительность-3 минуты.

Работоспособность вычисляется по формуле:  $Q=S$  в квадрате разделить на  $m$ , т.е. количество строк на количество ошибок.

Стимульный материал:

акснверампаобасзеаюркачпшас  
 овркпанвсаерернонксчодвиоцф  
 канеосвраегчклизактрькябдкпш  
 вресокавмтаншлчицрвимстомв  
 нсакрвочтнуыплбнпркоучсюнр  
 рвоеснарчкрлбкувсрчзхелюрки  
 енраерсквчбщдраептмисемвше  
 осквнераосвчбшлоиманаыбипр  
 вкаоснерквивтобщвсперитбезр  
 сенаовксемвлрскнмпчсигтшпск  
 коснаксаевиолкычмпросчгшкар

### Методика «Исправь ошибки»

Цель – установить уровень устойчивости внимания при выполнении работы.

За 5 минут найти и вычеркнуть все ошибки.

Набор слов:

сталы, катёнок, малоток, лыжы, пропка, масты, лесица, сабака, карова, лесница, лошка, девочка, тапор, город, леф, чиловек.

Обработка полученных данных: разность между числом правильно найденных ошибок и числом неверно подчеркнутых ошибок разделить на общее число ошибок в задании (13). Если это число близко к 1, то уровень устойчивости внимания высокий, если ниже 0,5, то внимание неустойчиво.

### Методика «10 слов»

При нормальном объеме слуховой памяти подросток с первой попытки должен воспроизвести 6 слов и более.

Набор слов: яблоко, карандаш, гроза, утка, обруч, мельница, попугай, листок,  
лапа, корабль.

Для диагностики смысловой памяти зачитывается 10 пар слов. Затем назвать первое слово из пары, подросток называет второе слово. Память развита удовлетворительно, если назвал 6 пар.

Шум-вода, стол-обед, мост-река, рубль-копейка, лес-медведь, дуб-желудь, дичь-выстрел, рой-пчела, час-время, гвоздь-доска.



### Методика «5 лишнее»

Методика выявляет умение классифицировать предметы, обобщать их.

Даны 5 слов, четыре объединены смыслом, пятое-лишнее. На обдумывание и запись дается около 10 с. Время выполнения – 2,5 мин.

1. приставка, предлог, суффикс, окончание, корень
2. дождь, снег, осадки, иней, град
3. запятая, точка, двоеточие, союз, тире
4. дуб, дерево, ольха, тополь, ясень
5. Василий, Федор, Иван, Петров, Семен
6. молоко, сыр, сметана, мясо, простокваша
7. секунда, час, год, вечер, неделя
8. горький, горячий, кислый, соленый, сладкий
9. круг, квадрат, треугольник, трапеция, прямоугольник
10. смелый, храбрый, решительный, отважный, злой.

Оценка выводится в условных баллах: если учащиеся выполняют 2 и менее заданий, то у них не сформирована операция классификации. Средний уровень-5-6 ответов, высокий уровень-7-10 правильных ответов.

**Опросник Г. Айзенка  
(изучение темперамента младшего школьника)**

*Инструкция:*

«Вам предлагается ряд вопросов об особенностях Вашего поведения. Если Вы отвечаете на вопрос утвердительно («согласен»), то поставьте в соответствующей клетке листа ответов знак «+», если отрицательно («не согласен»), то знак «-». Отвечайте на вопросы быстро, не раздумывая, так как важна Ваша первая реакция. Отвечать нужно на каждый вопрос».

*Вопросы:*

1. Тебе нравится находиться в шумной и весёлой компании?
2. Часто ли ты нуждаешься в помощи других ребят?
3. Когда тебя о чем-нибудь спрашивают, ты, чаще всего, быстро находишь ответ?
4. Бываешь ли ты очень сердитым, раздражительным?
5. Часто ли у тебя меняется настроение?
6. Бывает такое, что тебе иногда больше нравится быть одному, чем встречаться с другими ребятами?
7. Тебе мешают уснуть разные мысли?
8. Ты всегда выполняешь всё сразу, как тебе говорят?
9. Любишь ли ты подшучивать над кем-нибудь?
10. Было ли когда-нибудь так, что тебе становилось грустно без особой причины?
11. Можешь ли ты сказать, что ты, в общем-то, очень весёлый человек?
12. Ты когда-нибудь нарушал правила поведения в школе?
13. Бывает ли так, что иногда тебя почти всё раздражает?
14. Тебе нравилась бы такая работа, где всё надо делать очень быстро?
15. Ты переживаешь из-за всяких страшных событий, которые чуть было не произошли, хотя всё кончилось хорошо?
16. Было ли когда-нибудь, чтобы тебе доверили секрет, а ты по каким-то причинам не смог его сохранить?
17. Ты сможешь без особого труда развеселить компанию скучающих ребят?
18. Бывает так, что твоё сердце начинает сильно биться, даже если ты почти не волнуешься?
19. Если ты хочешь познакомиться с другим мальчиком (девочкой), то ты почти всегда первый начинаешь разговаривать?
20. Ты когда-нибудь говорил неправду?
21. Легко ли ты расстраиваешься, когда тебя ругают за что-нибудь?
22. Тебе постоянно нравится шутить и рассказывать весёлые истории друзьям?
23. Ты иногда чувствуешь себя усталым без особой причины?

24. Ты всегда выполняешь то, что тебе говорят старшие?
25. Ты, как правило, всегда бываешь доволен?
26. Можешь ли ты сказать, что ты чуть-чуть больше обидчивый, чем другие?
27. Тебе всегда очень нравится играть с другими ребятами?
28. Было ли когда-нибудь, чтобы тебя попросили дома помочь по хозяйству, а ты по какой-то причине не смог этого сделать?
29. Бывает, что у тебя иногда без особой причины кружится голова?
30. Бывает ли, что твои действия и поступки ставят других людей в неловкое положение?
31. У тебя временами бывает такое чувство, что тебе всё надоело?
32. Ты любишь иногда похвастаться?
33. Бывает такое, что, находясь среди других ребят, ты чаще всего молчишь?
34. Бывает, что ты так волнуешься, что не можешь усидеть на месте?
35. Ты очень быстро принимаешь решение?
36. Ты шумишь иногда в классе, если нет учителя?
37. Тебе временами снятся страшные сны?
38. Можешь ли ты веселиться, не сдерживая себя, в компании ребят?
39. Тебя легко огорчить?
40. Случалось ли тебе говорить о ком-нибудь плохо?
41. Можешь ли ты иногда сказать про себя, что ты беззаботный человек?
42. Если ты оказываешься в глупом положении, то ты потом долго расстраиваешься?
43. Тебе очень нравятся весёлые игры?
44. Ты всё ешь, что тебе подают?
45. Когда тебя о чём-нибудь просят, тебе всегда бывает трудно отказать?
46. Ты любишь часто ходить в гости?
47. Был ли хотя бы раз в твоей жизни такой момент, когда тебе не хотелось жить?
48. Было ли такое, что ты когда-нибудь грубо разговаривал с родителями?
49. Как ты думаешь, тебя считают весёлым человеком?
50. Ты часто отвлекаешься, когда делаешь уроки?
51. Нередко бывает так, что тебе не хочется принимать участие в общем веселье?
52. Тебе очень трудно бывает уснуть из-за разных мыслей?
53. Ты почти всегда уверен, что справишься с делом, за которое взялся?
54. Бывает, что ты нередко чувствуешь себя одиноким?
55. Ты обычно стесняешься заговаривать первым с новыми людьми?
56. Ты часто спохватываешься, когда уже поздно что-либо исправлять?
57. Когда кто-нибудь из ребят кричит на тебя, ты тоже кричишь в ответ?
58. Бывает, что ты очень весёлый или очень печальный без особой причины?

59. Тебе иногда кажется, что трудно получить настоящее удовольствие от компании ребят?

60. Тебе часто приходится волноваться из-за того, что ты сделал что-нибудь, не подумав?

### Бланк к методике «Опросник Айзенка»

Фамилия, имя \_\_\_\_\_

Дата рождения \_\_\_\_\_  
(число, месяц, год)

Класс \_\_\_\_\_ Дата обследования \_\_\_\_\_

### Ключ к «Опроснику Айзенка»

1. Экстраверсия-интроверсия определяется по сумме:
  1. положительных ответов «+» на вопросы: 1, 3, 9, 11, 14, 17, 19, 22, 25, 27, 30, 35, 38, 41, 43, 46, 49, 53, 57
  1. отрицательных ответов «-» на вопросы: 6, 33, 51, 55, 59
2. Эмоциональная стабильность определяется по сумме:
  1. положительных ответов «+» на вопросы: 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 социальной желательности (шкала лжи) определяется по сумме:
  1. положительных ответов «+» на вопросы: 8, 24, 44
  2. отрицательных ответов «-» на вопросы: 4, 12, 16, 20, 28, 32, 36, 40, 48

### Оценка результатов

Интроверсия		Экстраверсия	
Значительная	Умеренная	Умеренная	Значительная
1...7	8...11	12...18	19...24
Эмоциональная стабильность		Эмоциональная нестабильность	
Высокая	Средняя	Высокая	Очень высокая
До 10	11...14	15...18	19...24

### ИНТЕРПРЕТАЦИЯ ДАННЫХ

Полученные результаты ответов сопоставляются с «ключом». За ответ, соответствующий ключу, присваивается 1 балл, за ответ, несоответствующий ключу - 0 баллов. Полученные баллы суммируются.

Айзенк рассматривал структуру личности, как состоящую из трех факторов.

1) Шкала **экстраверсия-интроверсия** (Э), отражает преимущественную направленность личности либо на мир внешних объектов (экстраверсия), либо на явления субъективного мира (интроверсия). Измеряемые с её помощью качества во многом зависят от подвижности нервной системы. В

поведении экстраверты проявляют себя как возбудимые и подвижные, а интроверты – как заторможенные и инертные.

Характеризуя типичного экстраверта, автор отмечает его общительность и обращенность индивида вовне, широкий круг знакомств, необходимость в контактах. Типичный экстраверт действует под влиянием момента, импульсивен, вспыльчив. Он беззаботен, оптимистичен, добродушен, весел. Предпочитает движение и действие, имеет тенденцию к агрессивности. Чувства и эмоции не имеют строгого контроля, склонен к рискованным поступкам. На него не всегда можно положиться.

Типичный интроверт – это спокойный, застенчивый человек, склонный к самоанализу. Сдержан и отдален от всех, кроме близких друзей. Планирует и обдумывает свои действия заранее, не доверяет внезапным побуждениям, серьезно относится к принятию решений, любит во всем порядок. Контролирует свои чувства, его нелегко вывести из себя. Обладает пессимистичностью, высоко ценит нравственные нормы.

2) **Нейротизм** – эмоциональная устойчивость. Характеризует эмоциональную устойчивость или неустойчивость (эмоциональная стабильность или нестабильность). Нейротизм по некоторым данным связан с показателями лабильности нервной системы.

Эмоциональная устойчивость – черта, выражающая сохранение организованного поведения, ситуативной целенаправленности в обычных и стрессовых ситуациях. Эмоционально устойчивый человек характеризуется зрелостью, отличной адаптацией, отсутствием большой напряженности, беспокойства, а так же склонностью к лидерству, общительности.

Нейротизм выражается в чрезвычайной нервности, неустойчивости, плохой адаптации, склонности к быстрой смене настроений (лабильности), чувстве виновности и беспокойства, озабоченности, депрессивных реакциях, рассеянности внимания, неустойчивости в стрессовых ситуациях. Нейротизму соответствует эмоциональность, импульсивность; неровность в контактах с людьми, изменчивость интересов, неуверенность в себе, выраженная чувствительность, впечатлительность, склонность к раздражительности. Нейротическая личность характеризуется неадекватно сильными реакциями по отношению к вызывающим их стимулам. У лиц с высокими показателями по шкале нейротизма в неблагоприятных стрессовых ситуациях может развиваться невроз.

Выраженность параметра экстраверсии (Э+) или интроверсии (Э-) в сочетании с высокой эмоциональной нестабильностью (Нр+) может выступать в качестве критериальных показателей риска нарушений психического здоровья. «Нестабильные экстраверты» обнаруживают готовность к развитию истерического невроза навязчивых состояний.

Привлекая данные из физиологии высшей нервной деятельности, Г. Айзенк высказывает гипотезу о том, что сильный и слабый типы по Павлову очень близки к экстравертированному и интровертированному типам личности. Природа интро - и экстраверсии усматривается во врожденных

свойствах центральной нервной системы, которые обеспечивают уравновешенность процессов возбуждения и торможения. По мнению Г.Айзенка, такие качества личности как экстраверсия - интроверсия и нейротизм- стабильность ортогональны, т.е. статистически не зависят друг от друга. Соответственно, Г.Айзенк делит людей на четыре типа, каждый из которых представляет собой некую комбинацию высокой или низкой оценки в диапазоне одного свойства вместе с высокой или низкой оценкой в диапазоне другого. Таким образом, используя данные обследования по шкалам экстраверсия - интроверсия и нейротизм – стабильность, можно вывести показатели темперамента личности по классификации Павлова, который описал четыре классических типа: сангвиник (по основным свойствам центральной нервной системы характеризуется как сильный, уравновешенный, подвижный), холерик (сильный, неуравновешенный, подвижный), флегматик (сильный, уравновешенный, инертный), меланхолик (слабый, неуравновешенный, инертный).

«Чистый» **сангвиник** быстро приспосабливается к новым условиям, быстро сходится с людьми, общителен. Чувства легко возникают и сменяются, эмоциональные переживания, как правило, неглубоки. Мимика богатая, подвижная, выразительная. Несколько непоседлив, нуждается в новых впечатлениях, недостаточно регулирует свои импульсы, не умеет строго придерживаться выработанного распорядка жизни, системы в работе. В связи с этим не может успешно выполнять дело, требующее равной утраты сил, длительного и методичного напряжения, усидчивости, устойчивости внимания, терпения. При отсутствии серьезных целей, глубоких мыслей, творческой деятельности вырабатываются поверхностность и непостоянство.

**Холерик** отличается повышенной возбудимостью, действия прерывисты. Ему свойственны резкость и стремительность движений, сила, импульсивность, яркая выраженность эмоциональных переживаний. Вследствие неуравновешенности, увлекшись делом, склонен действовать изо всех сил, истощаться больше, чем следует. Имея общественные интересы, темперамент проявляет в инициативности, энергичности, принципиальности. При отсутствии духовной жизни холерический темперамент часто проявляется в раздражительности, аффективности, несдержанности, вспыльчивости, неспособности к самоконтролю при эмоциональных обстоятельствах,

**Флегматик** характеризуется сравнительно низким уровнем активности поведения, новые формы которого вырабатываются медленно, но являются стойкими. Обладает медлительностью и спокойствием в действиях, мимике и речи, ровностью, постоянством, глубиной чувств и настроений, Настойчивый и упорный «труженик жизни», он редко выходит из себя, не склонен к аффектам, рассчитав свой силы, доводит дело до конца, ровен в отношениях, и меру общителен, не любит попусту болтать. Экономит силы, попусту их не тратит. В зависимости от условий, в одних случаях флегматик может характеризоваться «положительными» чертами: выдержка, глубина мыслей,

постоянство, основательность и т.д., в других – вялость, безучастность к окружающему, лень и безволие, бедность и слабость эмоций, склонность к выполнению одних лишь привычных действий.

У **меланхолика** реакция часто не соответствует силе раздражителя, присутствует глубина и устойчивость чувств при слабом их выражении. Ему трудно долго на чем-то сосредоточиться. Сильные воздействия часто вызывают у меланхолика продолжительную тормозную реакцию («опускаются руки»). Ему свойственны сдержанность и приглушенность моторики и речи, застенчивость, робость, нерешительность. В нормальных условиях меланхолик – человек глубокий, содержательный, может быть хорошим тружеником, успешно справляться с жизненными задачами. При неблагоприятных условиях может превратиться в замкнутого, боязливого, тревожного, ранимого человека, склонного к тяжелым внутренним переживаниям таких жизненных обстоятельств, которые вовсе этого не заслуживают.

## Методика изучения эмоциональной напряжённости

Инструкция: «Вам предлагается дать ответы на 30 утверждений. Если вы с утверждением согласны, поставьте рядом с его номером знак +; если нет – знак - . Если Вы затрудняетесь ответить, напишите «не знаю».

Список утверждений:

1. Мне с трудом удаётся сосредоточить своё внимание на уроке.
2. Отступление учителем от основной темы занятий сильно отвлекает меня.
3. Меня постоянно тревожат мысли о предстоящей контрольной, проверочной работе, экзаменах.
4. Иногда мне кажется, что мои школьные знания по отдельным предметам ничтожны.
5. Отчаявшись выполнять какое – либо задание я обычно «опускаю руки».
6. Я не успеваю усваивать учебный материал, и это вызывает чувство неуверенности собой.
7. Я болезненно реагирую на критические замечания учителя.
8. Неожиданный вопрос преподавателя приводит меня в замешательство.
9. Меня сильно беспокоит положение в классе.
10. Я безвольный человек и это отражается на моей успеваемости.
11. Я с трудом сосредотачиваюсь на каком – либо задании и это раздражает меня.
12. Несмотря на уверенность в своих знаниях, я испытываю страх перед опросом на уроке, экзаменах.
13. Порой мне кажется, что я не могу усвоить всего учебного материала, и это меня пугает.
14. Во время ответа на уроке я обычно сильно смущаюсь.
15. Возможные неудачи на экзаменах очень тревожат меня.
16. Во время выступления или ответа я начинаю заикаться.
17. Моё состояние во многом зависит от успешного выполнения учебных заданий.
18. Я часто ссорюсь с друзьями по школе из - за пустяков и потом жалею об этом.
19. Состояние класса и отношение его ко мне очень влияет на моё настроение.
20. После ссоры или спора я долго не могу успокоиться.
21. У меня обычно не бывает головных болей после длительной и напряжённой работы.
22. Меня ничто не может вывести из хорошего расположения духа.



23. Не выполненные задания или неудачи на контрольных работах не волнуют меня.

24. Я не волнуюсь и не испытываю сильного сердцебиения перед ответом на уроке, экзамене, если уверен в своих знаниях.

25. Я обычно в числе первых заканчиваю контрольную работу или иду отвечать на экзамене и стараюсь не думать о возможных ошибках.

26. Мне обычно не требуется много времени на обдумывание дополнительного вопроса, задаваемого учителем.

27. Насмешки одноклассников не портят мне настроения.

28. Я обычно сплю спокойно и не мучаюсь во сне, даже если у меня в школе неприятности.

29. В классе я чувствую себя легко и непринуждённо.

30. Мне легко организовать свой распорядок дня, обычно я успеваю сделать всё, что запланирую.

Обработка: 1. Подсчитываются ответы «да» в первых 20-ти вопросах.

2. Подсчитайте ответы «нет» на вопросы 21-30.

3. Подсчитайте ответы «не знаю» по всей анкете, разделите пополам.

4. Сложите эти три числа и сравните с таблицей.

низкий	средний	высокий
0-10	11-20	21-30

**Схема наблюдения за адаптацией  
и эффективностью учебной деятельности учащихся**

Э. М. Александровская, С. Громбах  
(модифицированная Е.С. Еськиной, Т.Л. Больбот)

№	Критерии	Бал- лы	Поведенческие индикаторы сформированности критерия
<b>1. Критерии эффективности учебной деятельности</b>			
1.1.	Учебная активность	0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 -	– активность отсутствует; – пассивен на уроке, часто дает неправильные ответы или не отвечает совсем, переписывает готовое с доски; – активность кратковременная, часто отвлекается, не слушает; – редко поднимает руку, но отвечает преимущественно верно; – стремится отвечать, работает со всем классом, чередуются положительные и отрицательные ответы; – активно работает на всех уроках, часто поднимает руку, отвечает преимущественно верно, стремится отвечать.
1.2.	Целеполагание	0 - 1 - 2 - 3 - 4 -	– плохо различает учебные задачи разного типа, отсутствует реакция на новизну задачи, нуждается в постоянном контроле со стороны учителя, не может ответить на вопросы о том, что сделал или собирается сделать; – осознает, что надо делать в процессе решения практической задачи, в теоретических задачах не ориентируется; – принимает и выполняет только практические задачи, в отношении теоретических задач не может осуществлять целенаправленные действия; – охотно осуществляет решение познавательной задачи, регулирует процесс выполнения, четко может дать отчет о своих действиях после принятого решения; – столкнувшись с новой практической задачей, самостоятельно формулирует познавательную цель и строит деятельность в соответствии с ней;

		5 -	– самостоятельно формулирует познавательные цели, выходя за пределы требований программы, выдвигает содержательные гипотезы.
1.3.	Самоконтроль	0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 -	– не умеет обнаружить и исправить ошибку даже по просьбе учителя, некритично относится к исправленным ошибкам в своих работах и не замечает ошибок других учеников; – контроль носит случайный произвольный характер, заметив ошибку, не может обосновать своих действий; – осознает правила контроля, но одновременно выполнять учебные действия и контролировать их не может, после выполнения может найти и исправить ошибки; – ошибки в многократно повторенных действиях исправляет самостоятельно, контролирует выполнение учебных действий другими, но при решении новой задачи теряется; – задачи, соответствующие усвоенному способу контроля выполняются безошибочно, с помощью учителя может обнаружить неадекватность способа новой задаче и внести коррективы; – контролирует соответствие выполняемых действий способу, при изменении условий вносит коррективы до начала решения.
1.4.	Усвоение знаний, успеваемость	0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 -	– плохое усвоение материала по всем темам и предметам, большое количество грубых ошибок; – частые ошибки, неаккуратное выполнение учебных заданий; – плохое усвоение материала по отдельным темам и предметам; – редкие ошибки, чаще связанные с невнимательностью, успеваемость на оценки «3» и «4»; – единичные ошибки, усвоение знаний на «хорошо»; – правильное и безошибочное выполнение практически всех учебных заданий.

<b>2. Усвоение нравственно-этических норм и школьных норм поведения</b>	
2.1. Нравственно-этическая готовность	<p>0 - – не умеет выделять моральное содержание ситуации (нарушение/следование моральной норме);</p> <p>1 - – ориентируется на моральную норму (справедливое распределение, правдивость, взаимопомощь);</p> <p>2 - – понимает, что нарушение моральных норм оценивается как серьезное и недопустимое;</p> <p>3 - – учитывает при принятии решения объективные последствия нарушения моральной нормы;</p> <p>4 - – адекватно оценивает свои действия и действия других с точки зрения нарушения/соблюдения моральной нормы;</p> <p>5 - – умеет аргументировать необходимость выполнения моральной нормы.</p>
2.2. Поведение на уроке	<p>0 - – не выполняет элементарных требований, большую часть урока занимается посторонним делом, играет;</p> <p>1 - – часто отвлекается на посторонние предметы, вертится, постоянно отвлекается;</p> <p>2 - – на уроке скован, напряжен или часто отвлекается;</p> <p>3 - – иногда поворачивается, обменивается мнениями с товарищами, но отвлекается редко;</p> <p>4 - – выполняет требования учителя, но иногда отвлекается;</p> <p>5 - – сидит спокойно, внимателен, добросовестно выполняет все требования учителя.</p>
2.3. Поведение вне урока	<p>0 - – часто нарушает нормы поведения, мешает окружающим;</p> <p>1 - – пассивен, движения скованы, избегает общения вне урока;</p> <p>2 - – не может найти себе занятие на перемене, переходит от одной группы детей к другой;</p> <p>3 - – активность ограничена занятиями, связанными с подготовкой к другому уроку или мероприятию;</p> <p>4 - – активность выражена в меньшей степени, предпочитает занятия в классе, чтение и т.д.;</p> <p>5 - – высокая активность, с удовольствием участвует в общих делах.</p>

<b>3.</b>	<b>Успешность социальных контактов</b>		
3.1.	Взаимоотношения с одноклассниками	0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 -	– негативизм по отношению к сверстникам, постоянно ссорится, одноклассники его не любят; – замкнут, пассивен, предпочитает быть один, другие ребята к нему равнодушны; – предпочитает находиться рядом с одноклассниками, но не вступает с ними в контакт; – сфера общения ограничена, контакт только с некоторыми сверстниками; – мало активен, но легко вступает в контакт, когда к нему обращаются; – общительный, коммуникативный, сверстники его любят, часто общаются.
3.2.	Отношение к учителю	0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 -	– общение с учителем приводит к отрицательным эмоциям, неадекватно реагирует, обижается, плачет; – избегает контактов с учителем, при контакте тревожен, замыкается; – выполняет требования формально, не заинтересован в общении, старается быть незаметным; – старательно выполняет все требования учителя, но от контакта с учителем уклоняется, за помощью обращается к сверстникам; – дорожит хорошим мнением учителя о себе, стремится выполнять все требования, в случае необходимости обращается за помощью; – проявляет дружелюбие, стремится понравиться, часто подходит после урока.
<b>4.</b>	<b>Эмоциональное благополучие</b>		
		0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 -	– преобладает агрессия или депрессия; – выражены депрессивные проявления без причин, агрессивные реакции, часто ссорится с одноклассниками; – отрицательные эмоции преобладают (тревожность, огорчение, страхи, вспыльчивость, обидчивость); – эмоциональные проявления снижены, часто бывает в подавленном настроении; – спокойное эмоциональное состояние; – находится преимущественно в хорошем настроении, часто улыбается, смеется.

Высокий уровень – 44-50 баллов  
Уровень выше среднего – 36-43 балла  
Средний уровень – 26-35 баллов  
Уровень ниже среднего – 21-25 баллов  
Низкий уровень – менее 20 баллов

## Словарь психологических терминов

Агрессия – индивидуальное или коллективное поведение, действие, направленное на нанесение физического или психического вреда.

Воля – форма активности личности, выраженная в сознательной организации и саморегуляции человеком своей деятельности и поведения.

Внимание – сосредоточенность психической деятельности, направленность сознания на отдельные объекты.

Меланхолик – человек, который характеризуется низким уровнем психической активности, быстрой утомляемостью, повышенной ранимостью.

Мотив-побуждение к деятельности, связанное с удовлетворением потребности субъекта.

Мышление – познавательный психический процесс, выражающийся в обобщенном отражении действительности.

Память – познавательный психический процесс сохранения и воспроизведения информации.

Поведение – взаимодействие с окружающей средой, опосредованное внешней и внутренней активностью субъекта.

Сангвиник – человек, характеризующийся высокой психической активностью, работоспособностью, быстротой движений.

Социометрия – метод исследования, направленный на выявление межличностных эмоциональных связей в малой группе путем анализа сделанных членами группы выборов друг друга.

Темперамент – совокупность индивидуальных особенностей, характеризующих динамическую сторону психики, которые устойчиво проявляются во всех видах деятельности.

Флегматик – человек, который характеризуется медлительностью, невозмутимостью, преобладанием спокойного и ровного настроения.

Холерик – человек, обладающий холерическим темпераментом, проявляющимся в бурных эмоциях, резких сменах настроения, неуравновешенности.

Эмоции – форма психического отражения действительности в виде непосредственных переживаний.

## Список литературы

1. Артюхова И. С. Воспитательная работа с подростками: игры, занятия. – М.: «Первое сентября», 2003.
2. Дереклеева Н. И. Справочник классного руководителя (5-9). – М.: Вако, 2006.
3. Кулагина И.Ю., Колюцкий В. Н. Возрастная психология: полный жизненный цикл развития человека. – М.: «Сфера», 2003.
4. Планирование воспитательной работы в классе: методическое пособие / под. ред. Е. Н. Степанова. – М.: Сфера, 2003
5. Тихомирова Л. Ф. Развитие интеллектуальных способностей школьника. – Ярославль, 1997.



**Для заметок**