



МАКТАБГАЧА
VA МАКТАВ
ТА'ЛИМИ VAZIRLIGI



Ta'limni rivojlantirish
respublika ilmiy-metodik
markazi

СБОРНИК РЕКОМЕНДАЦИЙ ДЛЯ ШКОЛЬНОГО ПСИХОЛОГА: ОТ ТЕОРИИ К ПРАКТИКЕ

Рекомендован учебно-методическим советом
при Центре развития образования

Ташкент-2025

Данный сборник рекомендаций представляет собой практическое руководство по работе с нормативными документами, учебно-методическими ресурсами, которые включены в план работы школьного психолога, в него включены инструкции по организации профессиональной деятельности школьного психолога, психологические тесты и методики, типовые сценарии проведения родительских собраний и тренингов, правила оформления и ведения документации и отчётности. Сборник поможет решить целый ряд вопросов, возникающих у классного руководителя и школьного психолога по работе с проблемами школьной дезадаптации, гиперактивности и агрессивности, страхом и тревожностью, а также предложит методы профилактики негативных социальных явлений.

Сборник рекомендаций для школьного психолога: от теории к практике рекомендован учебно-методическим советом при Республиканском научно-методическом центре развития образования (Протокол № 1 от 6 августа 2025 года).

Составители:

- | | |
|---------------|--|
| Ю.В. Рысюкова | - Республиканский научно-методический центр развития образования, PhD, врио директора. |
| М.Д. Пардаева | - Республиканский научно-методический центр развития образования, PhD, начальник департамента. |
| Е.В. Зарипова | - Министерство дошкольного и школьного образования, психолог. |

Рецензенты:

- | | |
|---------------|--|
| Н.Таджибаева | 34- Мирабадского района, г.Ташкент, психолог. |
| З.Б.Сангирова | - Республиканский научно-методический центр развития образования, PhD, начальник отдела. |
| Г.К.Алимова | -Республиканский научно-методический центр развития образования, начальник отдела. |
| Ф.Инагамова | Университет «Renessans ta'lim», психолог. |

Введение

Сегодня все более актуальными становятся вопросы психологии в образовании, создавая предпосылку для качественного изменения и совершенствования образовательной среды, а также межличностные отношения среди участников образовательного процесса, включая работу школьных психологов. Так как деятельность психолога в большей мере направлена на решение конкретных проблем, с которыми к нему обращаются учащиеся, их родители или учителя, то основной целью психологической службы в целом можно считать содействие психическому здоровью, образовательным интересам и раскрытию индивидуальности социализирующейся личности, коррекцию разного рода затруднений в ее развитии. Системность работы психолога обеспечивается следующим образом. Во-первых, психолог рассматривает личность ученика как сложную систему, имеющую разную направленность проявлений (от собственной внутренней активности индивида, до участия в различных группах, оказывающих на него определенное влияние). Во-вторых, используемый работниками психологической службы методический инструментарий также подчиняется логике системного подхода и нацелен на выявление всех сторон и качеств ученика с тем, чтобы помочь его развитию.

В самом общем виде диагностическую, консультативную и коррекционную работу с учащимися необходимо вести на пяти важнейших уровнях.

1. Психофизиологический уровень показывает сформированность компонентов, составляющих внутреннюю физиологическую и психофизиологическую основу всех систем развивающегося субъекта.

2. Индивидуально-психологический уровень определяет развитие основных психологических систем (познавательной, эмоциональной и т.д.) субъекта.

3. Личностный уровень выражает специфические особенности самого субъекта как целостной системы, его отличие от аналогичных субъектов, находящихся на данном этапе развития.

4. Микрогрупповой уровень показывает особенности взаимодействия развивающегося субъекта как целостной системы с другими субъектами и их объединениями.

5. Социальный уровень определяет формы взаимодействия субъекта с более широкими социальными объединениями и обществом в целом.

Кроме того, в систему работы психологической службы должны быть включены различные виды работ с персоналом учреждений образования (совместные комплексные исследования, консультации, семинары и т.д.), направленные не только на повышение психологической компетентности педагогов, но и на преодоление оторванности школы от реальной жизни. Необходимость этой формы работы вызвана также тем, чтобы избежать превращения психологической службы в универсальную службу, решающую задачи, которые не входят в круг ее компетенций.

1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАБОТЫ ШКОЛЬНОГО ПСИХОЛОГА

Особенности детского возраста

Возрастная психология — это область психологии, изучающая закономерности психического развития человека на протяжении всей его жизни, от рождения до старости. Она исследует, как меняются психические процессы, поведение, личностные особенности и способности на разных этапах онтогенеза. Возрастная психология рассматривает Физические, эмоциональные, когнитивные, социальные и психологические изменения, происходящие с человеком с возрастом, и охватывает разные этапы жизни: детство, юность, зрелость, старость. Одно из основных направлений возрастной психологии является детская.

Детский возраст обычно охватывает период от рождения до 18 лет, то есть до достижения совершеннолетия. В рамках этого периода выделяют несколько этапов: младенчество (от рождения до 1 года), раннее детство (от 1 года до 3 лет), дошкольный возраст (от 3 до 7 лет), младший школьный возраст (от 7 до 12 лет у девочек, от 7 до 13 лет у мальчиков), подростковый возраст (от 12-13 до 18 лет).

Детский возраст характеризуется быстрыми физическими, когнитивными, эмоциональными и социальными изменениями. В этот период закладываются основы для дальнейшего развития, и важно учитывать особенности каждого возрастного этапа для обеспечения гармоничного роста и благополучия ребенка. Важно помнить, что детский возраст – это период активного роста и развития, когда закладываются основы для будущей личности. Создание благоприятных условий для развития каждого ребенка, учет его индивидуальных особенностей, поддержка со стороны родителей и педагогов – залог его успешного будущего.

Дети постоянно переживают физические, умственные, общественные, эмоциональные и духовные перемены. Они соответствуют общему направлению их роста и развития. Родители и учителя, знающие об особенностях различных возрастных групп, находят более гибкий подход к поведению детей и учат их более эффективно. Некоторые дети развиваются быстрее или медленнее других детей своего возраста. Например, какой-нибудь ребенок шести лет может больше соответствовать возрастным характеристикам пятилетнего или семилетнего ребенка. Помните и о том, что дети во время эмоционального стресса или напряжения могут иногда вести себя так, как в более раннем возрасте.

Независимо от того, какого возраста школьник, непременно нужно проявлять терпение, уважение, любовь и чуткость. Не следует ждать, что дети сделают больше, чем могут.

Приведенная ниже характеристики и советы помогут вам глубже понять своих особенности детского возраста.

Характеристика возрастной периодизации у детей дошкольного и школьного периода (по Д.Б. Эльконину)

№	Возрастной период	Ведущая деятельность	Вызовы	Возрастной кризис	Новообразования
1.	Ранний детский возраст (1-3)	Игра (манипулирование орудиями и предметами, формирование речевых навыков ребенка).	Обретение некой автономности и полной свободы передвижения, определенной самостоятельности, происходит постепенный уход от «Мы».	В силу возрастающей самостоятельности и независимости ребенка резко возрастают и его требования, которые он может пока выражать только деспотичным образом и капризным поведением, негативизмом по отношению к различным действиям и решениям старших.	Формирование самосознания ребенка (возникает в разговорах местоимение «Я»), стремление к самостоятельности и независимости от любых взрослых, овладение деятельностью, напоминающей «взрослую».
2.	Дошкольный возраст (3-7)	Игра (ввиду стремления к независимости и начала развития произвольных действий, у ребенка на первый план деятельности выходит сюжетно-ролевая игра).	Уход от общей со взрослым активности к самостоятельной	формирование особенностей внутренних переживаний у ребенка и их влияния на поведенческую сферу, что может проявляться в угрызаниях совести.	Происходит установление полноценных отношений ребенка с социумом, выполнение полезной, одобряемой обществом деятельности.
3.	Младше школьный возраст (7-11)	Учение (интеллектуальная и непосредственно учебная активность) (обучение самому процессу и общим методам познания).	Особенности взаимодействия со значимыми взрослыми извне (педагогами, тренерами и т.д.).	возникновение чувства взрослости и переструктурирование отношений со старшими.	Возникновение представлений относительно самого себя, как полностью взрослого человека, непреодолимая нужда в признании социума, стремление добиться этого.
4.	Подростковый возраст (12-15)	Учение (глубокое, личное взаимодействие и общение с людьми такого же возраста, освоение различных норм и правил социального поведения и взаимодействия в обществе).	Общение с ровесниками, отказ от взаимодействия со взрослыми.	Начало формирования и проявления самосознания, эгоидентичности.	Способность к рефлексии и к осознанию собственной индивидуальности.
5.	Старше подростковый возраст (15-17)	Учение, труд (познавательная и учебная, начало профессионального становления и наработки необходимых навыков).	Необходимость самоопределения и планирования собственного будущего.	Напряженное состояние в связи с окончанием подросткового возраста и детства как такового и вступлением во взрослую жизнь.	Определение собственных ценностей и планов на будущее, формирование личностного мировоззрения и навыков самообразования.

Возрастные психологические особенности развития ребенка в теории Л.С. Выготского

Возраст	Социальное развитие	Ведущая деятельность	Основы психического новообразования	Особенности развития
3-6 (дошкольный возраст)	Освоение социальных ролей, мира взрослых в игре.	Сюжетно ролевая игра	Воображение, произвольное поведение, развитие внутренней речи	Интенсивное развитие мышления, эмоции, моральных норм.
7-11 лет (Младший школьный возраст)	Ребенок включен в систему учебных отношений.	Учебная деятельность	Произвольность психических процессов, развития рефлексии.	Логическое мышление, внутренняя мотивация к учебе, чувство ответственности
11-15 лет (подростковый возраст)	Важность отношений со сверстниками, поиск места в группе.	Интимно личностные отношения со сверстниками.	Формирование самосознания, мировоззрения.	Абстрактное мышление, эмоциональная неустойчивость, стремление к независимости.
15-17 лет (Старший подростковый возраст)	Переход во взрослую жизнь, профессиональное самоопределение.	Учебно – профессиональная деятельность.	Становление жизненных планов, системы ценностей.	Способность к самоанализу, готовность к ответственности и выбору профессии.

Рекомендации школьным психологам и учителям для работы со школьниками от 7 до 18 лет.

Семилетние дети.

Особенности ребенка. Лучше управляет мышцами. У него развивается интерес к определенным играм, увлечениям и занятиям, а также навыки, связанные с ними. Беспокоен и неусидчив. У него нервные привычки, и иногда он принимает неудобное положение. Полон энергии, но быстро устает. Ему не терпится учиться. Рассуждает серьезно и более логично. Уже способен решать задачи большей сложности. Любит, когда возникают трудности, много работать, и не жалеет время, чтобы выполнить задание до конца. Промежуток времени, в течение которого он остается сосредоточенным, уже достаточно велик. Ему нравится заниматься любимым делом и применять свои навыки. Любит собирать предметы и говорить о личных задачах и достижениях. Часто играет в группе, но иногда любит побыть один и поиграть в тишине. Мало общается с противоположным полом. Стремится быть похожим на сверстников и получать их одобрение. Менее склонен проявлять

превосходство и не столь решительно хочет сделать все по-своему. Любит большую ответственность и независимость. Часто беспокоится, если ему что-то не удастся. Не любит, когда его осуждают. Более чувствителен к своим ощущениям и чувствам других. Часто стремится довести все до совершенства и имеет склонность к самокритике. Заторможен и осторожен. Менее импульсивен и занят самим собой, чем на более ранних этапах развития. Ему известна разница между правильным и неправильным. Мнение о себе и самооценка строятся через призму педагога.

Советы родителям и учителям. Проводите занятия, дающие выход энергии ребенка. Пусть он проявляет приобретенные им навыки. Терпеливо переносите раздражение и неугомонность и не заостряйте внимание на неловкости. Разнообразными способами поддерживайте интерес ребенка и предотвращайте плохое поведение. Хвалите за хорошее поведение. Задавайте вопросы, вызывающие желание размышлять. Чтобы побудить ребенка думать, вводите в свои занятия незавершенные рассказы, загадки, игры на размышление и обсуждения. Дайте ребенку возможность принимать решения. Дайте ему много времени для выполнения заданий. Поддерживайте ребенка в стремлении находить интересные дела и заниматься любимыми играми. Обращайтесь к рассказам и примерам, которые имеют отношение к действительности, а не выдуманы. Давайте задания, где требуется играть вместе, ставьте инсценировки, но уважайте желание ребенка время от времени поработать в одиночестве. Не подталкивайте к общению с противоположным полом. Хвалите его за хорошее поведение, например, за то, что он дождался очереди или поделился чем-нибудь. Давайте выполнимые задания и обязанности, а потом похвалите за приложенные усилия и за достижения. Пробуждайте в ребенке чувство заботы о других. Укрепляйте доверие. Вместо осуждения не упускайте удобного случая проявить одобрение и нежность. Принимайте как данность смену настроений и равнодушие. Побуждайте ребенка выразить свои чувства. Создайте ребенку благоприятные условия, чтобы он учился делать правильный выбор. Помогайте ему понять, какие последствия принесет его выбор. Акцентируйте внимание на положительном опыте (действиях, моментах, событиях). Адаптационный период к школе может быть затяжной.

Восьмилетние дети.

Особенности ребенка. Лучше управляет своими движениями. Может раскачиваться и изгибаться. У него появляются нервные привычки. Играет в организованные игры, требующие физических навыков. Промежуток времени, в течение которого он остается сосредоточенным, уже достаточно велик. Хочет во всем принимать участие. Хочет знать причины разных явлений. Ему не терпится поделиться своими знаниями. Считает, что много знает, но начинает осознавать, что другие могут знать еще больше. Имеет свое мнение.

У него есть герои. Любит писать, читать и притворяться. Любит общие игры с простыми правилами. Предпочитает участвовать в таких играх с детьми одного с ним пола. Более настроен на сотрудничество и не так настаивает на своих предложениях. Ему хочется иметь лучшего друга. Испытывает сильную потребность в самостоятельности, но одновременно ищет опоры во взрослых для получения руководства и защиты. Обычно нежен, способен оказать помощь, весел, общителен и любознателен, но может проявить и грубость, эгоизм, стремление взять верх, а также слишком настойчиво чего-нибудь требовать. Болезненно воспринимает, когда его осуждают. Слишком строг к себе и другим. Временами смешлив и любит поддурачиться. Ему знакомы чувства вины и стыда.

Советы родителям и учителям. Давайте задания, требующие слаженности действий и дающие выход энергии ребенка. Терпеливо относитесь к неловкости, неприятным привычкам и непоседливости. Чередуйте спокойные и подвижные занятия. Хвалите за хорошее поведение. Устраивайте игры, делитесь рассказами, пользуйтесь картинками и давайте задания на решение задач, чтобы поддерживать стремление учиться. Пусть ребенок читает, пишет и принимает участие в ролевых играх. Помогите ребенку устанавливать достижимые цели. Поощряйте стремление больше беспокоиться о своем собственном, а не о чужом поведении. Создайте все условия, чтобы ребенок общался, участвовал в совместной работе и делился с членами группы. Внимательно наблюдайте за всем происходящим. Поймите, что у него может завязаться тесная дружба с другими ребятами. Помогите ребенку влиться в группу, если у него нет близких друзей. Хвалите его за то, что он хорошо ведет себя. Пусть ребенок наравне с остальными ребятами и с вами участвует в составлении правил поведения на занятиях и принятии других решений. Давайте ему возможность работать самостоятельно. Помогите ребенку распознавать и научиться справляться с отрицательными эмоциями. Проявляйте интерес и увлеченность. Хвалите и укрепляйте уверенность в себе; не подвергайте ребенка осуждению и не сравнивайте его с другими детьми. Отмечайте прилагаемые ребенком старания и достижения. Пусть ребенок порадует шутке, когда это уместно, и потерпите, если он никак не перестанет смеяться. Научите его, что и другие ошибаются.

Девятилетние дети.

Особенности ребенка. Любит командные игры. Хорошо управляет своим телом. Хочет развивать физическую силу, умения и скорость. Ему нравится заниматься более сложными видами прикладного искусства и ручной работой. Способен дольше сохранять интерес к предметам и занятиям. Стремится получать сведения; вымысел не производит на него большого впечатления. Любит запоминать. Складываются определенные интересы, развивается любознательность. Любит читать, писать и вести записи. Ему интересны

жизнь группы сверстников, их культура и образ жизни. Очень хочет узнать о прошлом и настоящем. Любит коллекционировать. Ему нравится проводить время в обществе людей одного с ним пола. Любит совместные приключения и общие игры, но не прочь и посоревноваться. Пробует руководить и проявляет самостоятельность. Проводит много времени с друзьями. У него есть проблемы с поведением, особенно если окружающие не принимают его в свой круг. Становится очень самостоятельным, надежным, на него уже можно положиться. Беспокоится о справедливости и часто спорит об этом. С большей готовностью признает собственные неудачи и ошибки и несет ответственность за свои поступки. Иногда любит подурачиться. Очень хорошо знает, что такое хорошо и что плохо. Хочет поступать правильно, но иногда сопротивляется.

Советы родителям и учителям. Предлагайте разнообразные виды деятельности, в том числе игры в команде, чтобы поддерживать интерес и помогать ребенку развивать навыки. Сообщайте определенные сведения и факты, а не вымышленные истории. Не на все вопросы нужно отвечать; давайте ребенку время обдумать и обсудить ответ. Обеспечьте им возможность читать, писать и вести свои записи. Предлагайте ему вести дневник. Рассказывайте о других народах и культурах, а также преподавайте историю. Не забывайте, что у ребенка есть потребность получить признание со стороны сверстников. Устанавливайте разумные рамки поведения и добивайтесь их соблюдения, одновременно оставляя возможность проявить независимость. Учите ребенка вежливости, даже если у него возникает ощущение, что он оказался не самым лучшим в группе. Поощряйте установление дружеских отношений и помогите ребенку найти друзей. Пусть ребенок знает, что вы хорошо относитесь к нему, даже если не одобряете определенное поведение. Создайте ребенку условия, необходимые для проявления самостоятельности и надежности. Не допускайте насмешек за совершенные им проступки. Не скупитесь на проявления любви и поддержки.

Десяти- и одиннадцатилетние дети

Особенности ребенка. Может расти очень быстро. Любит заниматься видами спорта, где требуется сила, скорость и определенные умения. Попеременно играет, толкается, борется, машет кулаками и смеется. Непоседлив, деятелен и нетерпелив. Может отличаться от сверстников физическими данными и степенью согласованности действий. Не любит, когда к нему относятся как к ребенку. Беспокоится о своем внешнем виде.

Обожает отвлеченные понятия и мысли. Делает выводы на основе имеющихся знаний. Любит, когда ему дают задачи на размышление. Решителен и рассудителен. Любит заучивать наизусть. Ему нравится ставить себе цели. Рассуждает более логично. Любит учиться. Надолго задерживает свое внимание. Более точно улавливает смысл слов и может дать определение отвлеченным понятиям. Его юмор может показаться взрослым насмешкой.

Общителен и склонен к соперничеству. Очень предан группе. Много общается со сверстниками, что оказывает на него как положительное, так и отрицательное воздействие. Дружеские связи становятся сложнее и крепче. Строго относится к себе и обижается на осуждение со стороны других. Может испытывать ощущение, что все, что бы он ни делал, плохо, особенно если его осуждают. Его одолевают беспокойство и страх в связи с учебой и друзьями. Очень чувствителен, особенно если речь идет о нем самом. Полон сомнений и чувствует свою незащищенность. Нередко раним и раздражителен и очень заботится о том, чтобы с ним обходились по справедливости. Может быть вежливым, серьезным, честным и искренним. Жаждет самостоятельности и хочет иметь обязанности. Обладает сильным нравственным чувством и совестью. Занят совершенствованием своих качеств. Не хочет признать, что плохо себя вел.

Советы родителям и учителям. Не забывайте, что ребенок растет и развивается. Не принуждайте его к общению с противоположным полом. Обеспечьте ребенку возможность участвовать в занятиях, дающих выход его физической силе. Не заостряйте внимание на небольших нарушениях правил поведения. Учите справедливости и необходимости принимать участие в занятиях. Проявляйте интерес к жизни ребенка. Цените особенности личности каждого. Развивайте мыслительные способности ребенка с помощью вопросов, рассказов, заучивания стихов, заданий на решение задачи и обсуждений. Давайте ему возможность принимать решения и устанавливать цели. Используйте новые слова и предоставьте ему возможность давать им определения и объяснять их значение. Не забывайте о наглядных материалах, рассказах и играх. Учитывайте потребность принадлежать к различным группам и подверженность их влиянию. Придумывайте задания, предполагающие общение со сверстниками. Побуждайте к планированию и работе в группе. Научите ребенка чутко относиться к тем, кого недолюбливают другие. Распределяйте обязанности и давайте поручения, помогая довести начатое дело до конца. Воодушевляйте ребенка развивать таланты. С помощью примеров и уроков учите чуткости и доброте. Хвалите за вежливость, бескорыстие, преданность и дружелюбие. Не сравнивайте ребенка с другими. Подбадривайте его и хвалите его достоинства. Выражайте уверенность в нем как личности. Подчеркивайте положительные стороны в его поведении и постарайтесь не замечать незначительные отрицательные поступки. Учите определенным нравственным понятиям и ценностям.

Подростковый возраст (частично взят период 12-18 лет)

Подростковый возраст – это период между детством и взрослой жизнью, характеризующийся физическими, психологическими и социальными изменениями. Обычно он начинается с полового созревания и заканчивается формированием зрелой личности. Всемирная организация здравоохранения определяет подростковый возраст как период от 10 до 19 лет. Подростковый

период – важный и трудный этап в жизни человека, время выборов, которое во многом определяет всю последующую жизнь. Этот период знаменуется бурным развитием и перестройкой социальной активности ребёнка. Мощные сдвиги происходят во всех областях жизнедеятельности ребёнка, не случайно этот возраст называют «переходным» от детства к зрелости. Подростковый возраст также рассматривается как этап развития личности, процесс перехода от зависимого, опекаемого детства, когда ребенок живет по особым правилам, установленным для него взрослыми к самостоятельной жизни. В это время складываются, оформляются устойчивые формы поведения, черты характера и способы эмоционального реагирования, которые в дальнейшем во многом определяют жизнь взрослого человека, его физическое и психическое здоровье. Вот почему так велика роль семейного окружения в обеспечении условий, не затрудняющих, а, напротив, способствующих здоровому развитию личности подростка.

Наблюдение за детьми в различных ситуациях обнаруживают зависимость проявления типа темперамента от мотивов и потребностей, побуждающих к деятельности: при выполнении значимой, интересной работы ребёнок может быть весьма активным и становится медлительным при включении в неинтересную деятельность.

В возрасте 13-14 лет меняется система ценностей и интересов. То, что было ценно, обесценивается, появляются новые кумиры, характер взаимоотношений с взрослыми и родителями часто носит протестный характер. В этом возрасте подростки тянутся ко всему необычному, часто увлекаются неформальными течениями. У современного подростка отмечается ярко выраженное стремление к индивидуализации, к утверждению своего «Я».

Внешне кризис возраста проявляется в грубости, скрытности, нарочитости поведения, стремлении поступать наперекор требованию и желанию взрослых; в игнорировании замечаний, ухода от обычной сферы общения. Трудность в том, что подросток не умеет анализировать причины происходящего с ним. У подростка часто возникает беспричинное чувство тревоги, колеблется самооценка, он в это время очень раним, конфликтен, может впадать в депрессию. Он должен быть в своих глазах очень умным, очень красивым, очень смелым, очень способным и т.д. В тоже время перестройка отношения подростка к себе влияет не только на его эмоциональное состояние, но и на развитие его творческих способностей и удовлетворённость жизнью вообще. Учёба в это время отходит на второй план. Самый главный вопрос подросткового возраста – половое созревание. В это время формируются психосексуальные установки и ориентации. Подросток переживает первую любовь, у него возникают фантазии и переживания. Он меняется настолько, что этот период называют «гормональной бурей или эндокринным штормом». Необходимы такт и терпение взрослых, их признание личной жизни сына или дочери как самостоятельно существующей сферы. Тогда возникает (или сохраняется) доверие, желание поговорить о трудностях, поделиться радостью, получить совет от близких людей, а не от друзей с улицы.

Начинается бурный, неравномерный рост, вследствие чего подросток становится диспропорциональным, неуклюжим. Организм ребёнка подвергается глубокой перестройке, причём в очень быстром темпе. Бурное физическое развитие сопровождается рядом противоречивых моментов. Часто возникает неприятие своего тела и внешности, тогда они изнуряют себя диетами, занятиями спортом, просто страдают и замыкаются в себе. Подобные явления не должны вызывать особого беспокойства у родителей, однако знать их и учитывать при организации жизни подростка необходимо.

Так как подросток стремится к крайним позициям в оценке, то он склонен переоценивать, или недооценивать свои качества и свойства. Подростки критично относятся к отрицательным чертам своего характера, переживая из-за тех черт, которые мешают им в дружбе и взаимоотношениях с другими людьми. Самооценка подростка неустойчива: он склонен считать себя либо гением, либо ничтожеством. Любая мелочь может в корне изменить отношение подростка к себе. Если он вынужден признать, что что-то не так, его мнение о себе падает по всем пунктам, правда, такая противоречивая самооценка необходима для того, чтобы развить у него новые, взрослые критерии личностного развития.

Самооценка подростков противоречива, недостаточно целостна, поэтому в их поведении может возникнуть много немотивированных поступков. Подростки больше других возрастных групп страдают от нестабильности социальной, экономической и моральной обстановки в стране, потеряв сегодня необходимую ориентацию в ценностях и идеалах – старые разрушены, новые ещё не созданы. Особенности проявляются в пренебрежительном отношении к обучению, плохая успеваемость, бравада, невыполнением обязанностей: избегая выполнять какие-нибудь обязанности и поручения по дому, готовить домашние задания, а то и посещать занятия. Взрослые порой не замечают или не понимают таких неровностей поведения, их равно обескураживает и непомерный азарт, и необъяснимая усталость. Подобные подростки оказываются перед лицом большого количества «лишнего времени», но для них характерно неумение содержательно проводить досуг. У большинства отсутствуют увлечения, они не занимаются в секциях и кружках, не посещают выставки и театры. К сожалению, в свободное время преимущественно проявляется асоциальное поведение подростков (проституция, наркомания, токсикомания и т.д.)

Бессодержательно проводимое время толкает подростков на поиск новых «острых ощущений». Вредные привычки тесно вплетаются в структуру девиантного образа жизни подростков. Очень часто подростки отмечают свои «заслуги»: удачные похождения, хулиганские поступки, драки, мелкие кражи распитием спиртных напитков. Оказывается, что одним из доступных видов развлечений для подростков является драка. Так, подростки признаются, что дерутся потому, что делать нечего, энергию девать некуда, жить скучно.

Впоследствии объясняя свои поступки, подростки имеют неправильное представление о нравственности, справедливости, смелости и храбрости. На всём протяжении подросткового периода наблюдается чётко выраженная динамика агрессивности. Формы агрессивного поведения типичны для

большинства подростков. Одним из элементов микросреды, в отношениях, формирующих личность, является семья. При этом решающим является не её состав – полная, неполная, распавшаяся, а нравственная атмосфера, взаимоотношения, которые складываются между взрослыми членами семьи, между взрослыми и детьми. В совместных занятиях не только родителям открывается характер сына или дочери, но и дети лучше узнают своих родителей. Подростку необходима совместная деятельность со взрослыми. К сожалению, в наше время наблюдается что в некоторых семьях существует полная безнадзорность, бесконтрольность поведения со стороны родителей, безразличие к судьбе подростка, откуда и появляются дети с отклонениями в поведении. Но даже в благополучных на первый взгляд семьях можно выделить много проблем психологического характера, которые приводят к кризису подросткового возраста.

Пути решения проблемы.

Формирование круга интересов подростка на основе особенностей его характера и способностей. Включение подростка в такую деятельность, которая лежит в сфере интересов взрослых, но в то же время создаёт возможности ему реализовать и утвердить себя на уровне взрослых.

Снижение проявления агрессии путём посещения спортивных школ, ежедневной гимнастики дома с использованием гантелей, железных гирь и боксёрских перчаток. Физкультура может стать общим и радостным для каждого члена семьи занятием.

Не предъявлять подростку завышенные требования, не подтверждённые его способностями. Честно указывать на его удачи и неудачи (причём удачи объясняйте его способностями, а неудачи – недостаточной подготовкой). Не захваливать подростка, объясняя его неудачи случайностью, т.к. это формирует у подростка эффект неадекватности.

Увлечение искусством, совместное посещение кино и театра, обсуждение литературных новинок, помощь в конструировании – это далеко не полный перечень тех сфер, в которых взрослый может быть вместе с подростком.

Роль школьного психолога

Во многом детям помогает школьный психолог. Он работает с детьми разного возраста, начиная с поступления в школу и до выпуска. Школьный психолог оказывает помощь в адаптации к школьной среде, решает проблемы общения, помогает справляться со стрессом, тревожностью и конфликтами. Также школьный психолог выявляет трудности в обучении и эмоциональном состоянии.

В каком возрасте дети обращаются к школьному психологу:

Дошкольники (подготовка к школе):

Психолог может проводить предшкольную диагностику и помогать детям адаптироваться к новому этапу жизни.

Младшие школьники (1-4 классы):

В этом возрасте дети часто испытывают трудности с адаптацией к школьной среде, застенчивость, проблемы с общением.

Средние школьники (5-9 классы):

В этот период у детей могут возникать проблемы с самоопределением, неуверенность в себе, конфликты со сверстниками.

Старшие школьники (10-11 классы):

Психолог помогает выпускникам справиться со стрессом перед экзаменами, определиться с выбором профессии, подготовиться к поступлению в вуз.

Основные задачи школьного психолога:

Психологическая диагностика:

Оценка психологического состояния детей, выявление проблем в обучении и поведении.

Коррекционная работа:

Проведение индивидуальных и групповых занятий с детьми, направленных на решение психологических проблем.

Консультирование родителей и учителей:

Предоставление рекомендаций по воспитанию и обучению детей, помощь в решении конфликтных ситуаций.

Психологическое просвещение:

Проведение занятий и лекций для детей и родителей по актуальным психологическим темам.

Профилактическая работа:

Предотвращение возникновения психологических проблем у детей и подростков.

Когда обращаться к школьному психологу:

- Если у ребенка возникают трудности с адаптацией к школе.
- Если ребенок испытывает тревожность, страхи, замкнутость.
- Если у ребенка возникают конфликты со сверстниками или учителями.
- Если ребенок испытывает трудности в обучении.
- Если у ребенка есть проблемы с самооценкой, неуверенность в себе.
- Если в семье произошли серьезные изменения (развод родителей, смерть близких).

Важно помнить: Школьный психолог не ставит диагнозы и не назначает лечение, это компетенция врачей. Он оказывает психологическую поддержку и помощь в решении проблем.

2. ПРАКТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАБОТЫ ШКОЛЬНОГО ПСИХОЛОГА

Интеграция нововведений в работу школьных психологов

С целью повышения психологической безопасности и благополучия учащихся рекомендуется внедрение интегрированной системы нововведений в работу школьных психологов. В условиях растущих психологических и социальных вызовов, с которыми сталкиваются учащиеся, роль школьного психолога становится ключевой в обеспечении безопасной и благоприятной образовательной среды. Последние годы фиксируется рост обращений по

вопросам эмоционального выгорания, буллинга, тревожных состояний у детей и подростков, а также снижения уровня доверия между семьей и школой.

В этой связи школьным психологам предлагается внедрить комплексную систему нововведений, направленную на повышение эффективности психологического сопровождения учащихся.

1. Цели и задачи интеграции нововведений:

Цель - создание единой, прозрачной и эффективной системы работы школьных психологов, направленной на профилактику буллинга, развитие эмоционального интеллекта учащихся и усиления взаимодействий с родителями и педагогическим коллективом. А также эффективную и доброжелательную обстановку в коллективе.

Задачи:

- Ввести единые формы документации и учета психологической работы.
- Организовать структурированное хранение информации по каждой параллели классов (папки 001-003).
- Создать условия для регулярного взаимодействия с родителями в интерактивном формате (онлайн платформа + стенды).
- Повысить качество ведения отчетности и аналитики для органов управления образованием.
- Внедрение в планы обязательного проведения тренингов для педагогов (3 раза за учебный год).
- Внедрение единого комплекса диагностических и коррекционных методик, включающий в себя: инструкцию диагностических и коррекционных методик, инструкцию проведения тренингов для педагогов и учащихся, инструкцию проведения родительских собраний, пакет методик для диагностики девиантного поведения, в частности, аутодеструктивное, и т.д.).
- Внедрить инструмент «Планшет эмоций» для диагностики и саморегуляции учащихся (для младших классов, а также для 5 класса в период адаптации)
- Реализовать ежегодные профилактические мероприятия «Мы против буллинга».
- Участие в проведении родительских собраний.

2. Описание нововведений.

2.1 Введение двух журналов.

- Журнал регистрации индивидуальных и групповых консультации (Ф.И.О. дата, класс, кто обратился, причина обращения, рекомендации)
- Журнал регистрации групповых консультации и проводимых тренингов.

Преимущество: позволит отслеживать эффективность программ, вести прозрачную отчетность, упрощает обмен информацией с администрацией и проверяющими органами.

2.2 Введение папок по каждой параллели классов (001-003)

- Папка Законы, Права и обязанности, Этический кодекс.
- В папке: Список класса (обновляется каждую новую четверть)
- Разрешение родителей на работу с ребенком.
- Результаты диагностики (без раскрытия персональных данных).
- Содержание проводимых работ в целом (возможность соединить одной параллели в одну папку).

2.3 Единые шаблоны документов.

- Форма: разрешение психологическое сопровождения детей от родителей (опекуна).
- Форма: протокол индивидуальной консультации протокол применение (по необходимости).
- Рефлексивная карта (заполняется учеником совместно с родителями с 1-2 и 3-11 заполняется учеником самостоятельно).

2.4 Типовые сценарии проведения родительских собраний.

- Желаемое участие школьного психолога.
- Использование (сценарии-инструкции) по тематических блокам.

2.5 План мероприятия «Мы против буллинга» (рекомендованное время проведения первый понедельник ноября). Ежегодное мероприятие с участием учащихся, педагогов, родителей и администрации. Включает в себя:

- Квесты и тренинги по командообразованию.
- Интерактивные лекции.
- Постановки о дружбе и взаимопомощи.

2.6 «Планшет Эмоции».

Визуальный и интерактивный инструмент, где ребенок ежедневно может отметить свое эмоциональное состояние. (по шаблону образца) Психолог анализирует данные и при необходимости проводит индивидуальные беседы.

2.7 Тренинги для педагогов

Регулярные обучающие занятия для учителей по профилактике буллинга, эмоциональной грамотности, работе с родителями и поддержке учащихся. Повысить компетентность педагогов и снизить уровень конфликтности, а главное работа и профилактика эмоционального выгорания у педагогов.

3. Ожидаемый результат

Внедрение предложенных мер предполагает системный эффект в нескольких ключевых направлениях: Планируемое снижение зарегистрированных случаев травли и агрессии между учащимися не менее чем на 25-30% в течение первого года реализации. Сокращение повторных

обращений по одним и тем же проблем благодаря профилактической работе и своевременному вмешательству.

Формирование устойчивых навыков эмоциональной саморегуляции у детей. Развивать и уметь распознавать, экологично выражать свои эмоции. Снижение уровня тревожности и агрессии за счет применения «Планшет эмоции» и психологических тренингов.

Повышение качества взаимодействия между школой и семьей. Увеличение посещаемости родительских собраний, за счет интерактивного формата и актуальных тем. Рост доверия родителей к школе и школьному психологу как к специалисту. А главное активизация вовлеченности семьи в воспитательный процесс.

Усиления роли психологической службы школы. Повышение статуса и авторитет психолога среди педагогического коллектива. Появление единой, прозрачной системы учета и аналитики, доступной администрации. Упрощение подготовки отчетности для органов управления образования.

Общая стабилизация и улучшения психологического климата в образовательной среде. Снижение числа конфликтов между учениками и учителями. Рост показателей удовлетворенности школьной средой (по итогам опросов учащихся, родителей, и педагогов) Формирование культуры взаимного уважения и поддержки.

Заключение

Предоставленная инициатива направлена на долгосрочное, устойчивое повышение качества психологического сопровождения в школах.

- Системность, (единые формы документов, структурированное хранение информации, унифицированная отчетность).
- Инновационность (интерактивные родительские собрания, «Планшет эмоции»).
- Профилактическую направленность (ежегодный «День против буллинга» и постоянная работа с классами).
- Взаимодействие всех участников образовательного процесса. (ученик-семья-педагог-администрация).

Внедрение предложенных мер позволит:

1. Повысить эффективность психологической помощи детям, снизить риски дезадаптации, выгорания и буллинга.
2. Укрепить пространство школы, как безопасное и заботливое пространство.

Данные мероприятия станут прочным фундаментом для создания в школах атмосферы уважения, доверия и психологического благополучия, где каждый ребенок сможет расти, учиться, развиваться в безопасной среде.

Алгоритм действий школьного психолога.

Школьные психологи осуществляют деятельность по 6 основным направлениям:

1. Психологическое просвещение и информационно-пропагандистская работа.

2. Психологическая коррекция и развитие.
3. Психологическая профилактика.
4. Психологическое консультирование.
5. Психологическая диагностика.
6. Профориентация.

Школьные психологи обязаны знать и применять в своей профессиональной деятельности:

1. Законы, Права Обязанности, Этические нормы психолога.
2. Утвержденный годовой план на текущий год.

Школьные психологи обязаны вести:

Журналы, для документирования проводимых мероприятий и консультаций:

- Журнал регистрации индивидуальных и групповых консультации (детей, родителей и педагогов) (Приложение 1).
 - Журнал регистрации развивающих занятия и профилактических мероприятия (тренингов для педагогов и родителей, коррекционных групп) (Приложение 2).
1. Введение папок 001-003 (Приложение 3).
 2. Методы психопрофилактики, диагностики и коррекции (Приложение 4).
 3. Аналитический годовой отчет о проведенной работе психолога школьной образовательной организации (Приложение 5).

Единые шаблоны документов.

- Форма: разрешение психологическое сопровождения детей от родителей (опекуна) (Приложение 6).
- Форма: протокол индивидуальной консультации протокол применение (по необходимости) (Приложение 7).
- Рефлексивная карта (заполняется учеником совместно с родителями с1-2 и 3-11 заполняется учеником самостоятельно) (Приложение 8).

Школьные психологи обязаны применять в своей профессиональной деятельности:

Типовые сценарии проведения родительских собрания (Приложение 9).

- Желаемое участие классных руководителей, учителей прикладных предметов (изо, технология).
- Использование (сценарии-инструкции) по тематических блокам.

Типовые программы тренингов (Приложение 10).

«Планшет Эмоции». Визуальный и интерактивный инструмент (Приложение 11).

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1. Журнал регистрации индивидуальных и групповых консультации (детей, родителей и педагогов). Скачать журналы можно по QR-коду.

Журнал регистрации индивидуальных и групповых консультаций (ученик, родителей, педагогов).

№	Дата	ФИО консультируемого (указать класс, если ученик)	Категория (ученик, родитель, педагог)	Вид консультации	Причина	Рекомендации	Подпись
1.							
2.							
3.							

Приложение 2. Журнал регистрации развивающих занятия и профилактических мероприятия (тренингов) с педагогами и родителями, коррекционными группами.

№	Дата	ФИО консультируемого	Категория (педагоги, родители, коррекционная группа)	Форма занятия	Тема	Отметка о выполнении
1.						
2.						
3.						

Приложение 3. Введение папок 001-003.

Группировка и кодирование учащихся.

1. Социальный портрет учащихся создается на основании наблюдений, анализу проведенной работы, рекомендациях классного руководителя, психологического анализа занятия (диагностики). Несовершенно летних группируют и кодируют по 3 категориям.

- Учащиеся, имеющие предрасположенность к аутодеструктивному поведению (указывающие на риск нанесения вреда себе либо косвенного самоповреждения. Это любое сознательное или бессознательное действие, которое вредит физическому, психическому или социальному благополучию самого человека).
- Учащиеся, имеющие склонность к деструктивному поведению (разрушительное, агрессивное поведение или асоциальное

поведение, направленное на нарушение порядка, подрыв отношений или причинение вреда прямого или косвенного).

- Учащиеся, нуждающиеся во внимания: эмоциональной сфере, гиперактивность, пассивность, самооценка, испытывающие трудности в социализации.

2. Критерии формирования списков «группирования»

Области выявления проблемного состояния учащихся.

- Образовательная деятельность.
- Отношения со сверстниками.
- Отношения со взрослыми.
- Поведение и действия.
- Ориентация в профессии.
- Социализация

Методы получения необходимой информации.

- Анализ зарегистрированных нарушений.
- Социометрические исследования.
- Наблюдение
- Беседы
- Изучить мнение педагогов об ученике.
- Диагностика

3. Выбор системы кодирования пример:

001 – Учащиеся склонные к аутодеструктивному поведению

002 – Учащиеся со склонностью к деструктивному

003– Учащиеся, которые требуют внимание (коррекции) в направлении ЭИ (эмоциональный интеллект), социализации, личные запросы.

4. Документы учащихся каждой целевой группы хранятся в папке с кодом (001-003) необходимые личные документы учащихся, включены в каждую целевую группу: (001-003) Вся работа регистрируется - протоколируется в журнале. В целях повышения эффективности коррекционной работы вносятся изменения в программы.

5. На основании аналитических данных результатов, учащиеся с положительными изменениями исключают из группы, но при этом психолог не прекращает наблюдение.

6. Составление списка несовершеннолетних находящихся в общественно опасном положении (под наблюдением и нуждающихся в социально-психологической поддержке) заместителем директора по духовным делам (на основании главы 4, пункта 16 «Инструкции о порядке организации и контроля индивидуальной работы с несовершеннолетними, находящимися в социально опасном положении, в общеобразовательных учреждениях общего образования»

утвержденной приказом Министерства народного просвещения №308 от 18 декабря 2020 г.).

7. Психологи изучают учеников из списка, дают им заключение, выявляют и подтверждают проблему, и включают учащегося (имея согласие родителей) в одну из трех коррекционных групп в зависимости от типа проблемы.
8. Сотрудничество с классным руководителем (классом) по запросу, предоставленным классным руководителем в виде отчета (с уточнением на запрос).

Приложение 4. Методы психопрофилактики, диагностики и коррекции.

1.Тест «Моя семья»

Может использоваться для детей с 4-5 лет. Основной целью теста является диагностика внутрисемейных отношений. В психологической практике этот тест является одним из самых информативных.

Очень часто родители атмосферу семейных отношений оценивают положительно, в то время как ребенком она воспринимается совсем иначе. В «невинном» детском рисунке можно хорошо увидеть не только психологическое состояние ребенка, неосознанные или скрытые проблемы, но и его отношение к каждому члену семьи и восприятие семьи в целом. Узнав, какими ребенок видит семью и своих родителей, можно эффективно помочь ему и постараться исправить неблагоприятный климат в семье.

Задание

Дайте ребенку лист бумаги для рисования формата А4, простой карандаш, ластик. Попросите ребенка нарисовать семью, включая его самого, а также предложите ему – по его желанию – добавить к рисунку и другие детали. Инструкция может быть еще более простой, если сказать только: «Нарисуй свою семью».

Когда рисунок будет закончен, необходимо попросить ребенка идентифицировать нарисованные фигуры, а для себя отметить последовательность, с которой ребенок их рисовал.

ВАЖНО! *Не следует просить ребенка нарисовать семью непосредственно после семейных ссор; контролировать или подсказывать во время рисования, а также обсуждать с кем-либо полученный результат при ребенке.*

Кроме порядка изображения членов семьи, важно заметить, как сильно ребенок нажимает на карандаш, рисуя того или иного члена семьи, каково соотношение размера рисунка к размеру листа, а также как долго ребенок рисует.

Начинать оценку рисунка лучше всего с тестовых показателей.

1. Ощущение от рисунка
2. Последовательность рисования членов семьи, кто первый, кто последний
3. Графическое изображение:
 - кто выделен нажимом или цветом – этот член семьи в данный момент более значим
4. пропущен ли кто-то из членов семьи (с этим человек тяжелые эмоциональные отношения)
5. размер членов семьи
6. Стирает ли?
7. Исправляет ли?
8. Добавляет ли комментарии

- 9 Если рисует себя и какую-то часть тела выделяет (значит испытывает эмоциональное напряжение в этой части тела)
10. если разделение между членами семьи (столбы, травка, деревья и пр.)
11. паузы между рисованием членов семьи: более 15 сек
12. если просим рисовать семью, а рисует других – травма, избегание
13. если увеличивает кол-во членов семьи – неудовлетворенность, нехватка общения
14. все за руки на рисунке – благополучие в семье
15. обратить внимание у кого не прорисовано лицо – эмоциональное отвергаемое отношение
16. большая голова – по мнению ребенка, самый умный в семье
17. то, что зачеркивает – вызывает тревогу
18. можно попросить сочинить сказку по рисунку (для терапии)

Кроме порядка изображения членов семьи, важно заметить, как сильно ребенок нажимает на карандаш, рисуя того или иного члена семьи, каково соотношение размера рисунка к размеру листа, а также как долго ребенок рисует.

Начинать оценку рисунка лучше всего с тестовых показателей.

Тестовые показатели (показатели психомоторного тонуса)

Нажим карандаша

Слабый нажим – низкая самооценка, иногда пассивность; депрессия.

Сильный нажим – высокая самооценка, иногда импульсивность, эмоциональная напряженность.

Очень сильный нажим (карандаш рвет бумагу) – гиперактивность, агрессивность.

Изменчивый нажим – показатель эмоциональной неустойчивости ребенка.

Значение линий и штриховки

Широкие штрихи или мазки, масштабность изображения, отсутствие предварительных набросков и дорисовок говорят об уверенности и решительности автора рисунка.

Неустойчивое, смазанное изображение, содержащее множество отчетливых пересекающихся линий, свидетельствует о повышенной возбудимости и гиперактивности ребенка.

Линии, не доведенные до конца, указывают на импульсивность, эмоциональную неустойчивость.

Штриховка, выходящая за контуры фигуры, – показатель эмоциональной напряженности ребенка.

Расположение рисунка

Расположение рисунка в *нижней* части листа означает заниженную самооценку.

Соответственно, если рисунок расположен в *верхней* части листа, можно говорить о завышенной самооценке.

Интерпретация рисунка

1. *Минимум деталей, выполненных в рисунке,* говорит о замкнутости ребенка, а чрезмерное количество деталей свидетельствует о его скрытом беспокойстве.

2. *Член семьи, вызывающий у ребенка наибольшую тревожность,* может быть нарисован либо очень толстой линией, либо тоненькой, дрожащей.

3. *Размер изображенного родственника, животного или предмета* говорит о его значимости для ребенка. Например, собака или кошка размером больше родителей свидетельствуют о том, что отношения с родителями стоят на втором месте. Если папа намного меньше мамы, то отношения с мамой для ребенка первостепенны.

4. *Если ребенок нарисовал себя маленьким, невзрачным,* то у него в данный момент низкая самооценка; если же *собственное изображение крупно,* можно говорить об уверенности ребенка в себе и задатках лидера. Очень маленькая, беспомощная фигурка ребенка, помещенная в окружении родителей, может выражать необходимость заботы о нем.

5. Если кого-то из членов семьи ребенок не нарисовал, это может означать негативное отношение к этому человеку и полное отсутствие эмоционального контакта с ним.

6. *Тот, кого ребенок нарисовал ближе всех к собственному изображению, наиболее ему близок.* Если это человек, то он изображается взявшимся за руки с фигурой, соответствующей тестируемому ребенку.

7. *В представлении ребенка наиболее умный человек* имеет самую большую голову.

8. Большие *расширенные глаза в рисунке* ребенка – знак просьбы о помощи или беспокойства о чем-либо. Глаза-точечки или щелочки ребенок рисует человеку, по его мнению, независимому и не просящему о помощи.

9. Человек, нарисованный *без ушей*, – символ того, что он «не слышит» ребенка или вообще никого в семье.

10. Человек *с открытым большим ртом* воспринимается ребенком как источник угрозы.

Ртом-черточкой обычно наделяется человек, скрывающий свои чувства и не способный влиять на других.

11. *Чем больше у человека руки*, тем могущественнее он в глазах ребенка. Чем больше пальцев на руках, тем более сильным и способным является для ребенка человек.

12. *Ноги, нарисованные как бы повисшими в воздухе, не имеющими опоры*, принадлежат человеку, который, по мнению ребенка, не имеет самостоятельной опоры в жизни.

13. *Отсутствие рук и ног у человека* часто свидетельствует о сниженном уровне интеллектуального развития, а отсутствие только ног – на низкую самооценку.

14. Наименее значимый персонаж обычно помещается в стороне от всех и имеет нечеткие очертания фигуры, иногда стирается ластиком после начала рисования.

Рисунок говорит о благополучном состоянии ребенка

1. Если ребенок с удовольствием взялся рисовать семью.

2. Если фигуры изображены в пропорциональном соотношении: соблюдается относительный рост родителей и детей, соответственно их возрасту.

3. Если ребенок изображает всех членов семьи без исключения.

5. Если все фигуры расположены на одном уровне, изображены взявшимися за руки (возможны некоторые вариации в том же смысле).

6. Если при раскрашивании рисунка ребенок выбирает яркие, насыщенные тона.

Рисунок отражает тревожные сигналы во взаимоотношениях

1. Если ребенок отказывается рисовать, это знак того, что с семьей связаны неприятные воспоминания.

2. Чрезмерно большие пропорции родителей – показатель их авторитарности, стремления командовать детьми.

3. Если ребенок нарисовал себя большим, это показатель того, что он ориентирован на себя, а также показатель конфронтации с родителями.

4. Чрезвычайно маленькое изображение ребенка свидетельствует о его малой значимости в семье.

5. Рисуя себя в последнюю очередь, ребенок демонстрирует тем самым свой заниженный статус среди других членов семьи.

6. Если на рисунке ребенок нарисовал всех членов семьи, кроме себя, то это говорит о чувстве собственной неполноценности или ощущении отсутствия общности в семье, снижении самоуважения, подавлении воли к достижениям.

7. Если ребенок изобразил только себя, можно говорить об эгоцентричности, присущей этому ребенку, свойственной ему убежденности, что все члены семьи обязаны думать только о нем, а ему ни о ком из них думать не обязательно.

8. Очень маленькое изображение всех членов семьи – признак тревоги, депрессии, подавленности.

9. Изображение всех членов семьи в ячейках – знак отчуждения и отсутствия дружбы, общности в семье.

10. Если ребенок изображает себя с закрытым руками лицом, так он выражает нежелание находиться в семье.

11. Заштрихованная голова (ракурс со спины) ребенка означает, что он погружен в себя.

12. Изображение больших рта, губ у себя – признак скрытой агрессии.

13. Если ребенок начинает с изображения ног и ступней, это также можно отнести к признакам тревоги.

14. Тревожным сигналом является преобладание в рисунке темных тонов: черного, коричневого, серого, фиолетового.

Наличие других деталей на рисунке

Изображение солнца или осветительных приборов – показатель отсутствия тепла в семье.

Изображение ковра, телевизора и других предметов быта говорит о предпочтении, оказываемом им ребенком.

Если ребенок рисует куклу или собаку, – это может означать, что он ищет общения с животными и игрушками из-за нехватки тепла в семье.

Облака, и особенно тучи, могут являться признаком отрицательных эмоций у ребенка.

Изображая дом вместо семьи, ребенок выказывает свое нежелание находиться в семье.

Цвет в рисунке

Очень часто ребенок проявляет желание раскрасить рисунок. В этом случае ему следует дать коробку цветных карандашей (не менее 12 цветов) и предоставить полную свободу. Что означают цвета, и о чем может рассказать дополнительно раскрашенный рисунок?

1. Яркие, светлые, насыщенные цвета указывают на высокий жизненный тонус ребенка и его оптимизм.

2. Преобладание серых и черных цветов в рисунке подчеркивает отсутствие жизнерадостности и говорит о страхах ребенка.

3. Если ребенок раскрасил себя в какой-то один цвет, и если этот цвет повторяется в изображении другого члена семьи, значит, ребенок испытывает к нему особенную симпатию.

4. Отказ использовать цветные карандаши может означать низкую самооценку и тревожность.

5. Предпочтение красных тонов в рисунке говорит об эмоциональной напряженности ребенка.

2.Методика «Дерево»

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

Содержание методики:

Ученикам предлагаются листы с готовым изображением сюжета: дерево и располагающиеся на нем и под ним человечки. Каждый учащийся получает лист с изображением дерева и расположенных на нем человечков (но без нумерации фигурок).

Не рекомендуется предлагать учащимся сразу подписывать на листе свою фамилию, так как это может повлиять на их выбор. (когда берешь у ребёнка лист с выполненным заданием, скажи ему: «подпиши»).

Инструкция:

«Рассмотрите это дерево. Вы видите, на нем и рядом с ним множество человечков. У каждого из них разное настроение, и они занимают различное положение. Возьмите

красный фломастер и разукрасьте того человечка, который напоминает вам себя, похож на вас, ваше настроение в школе и ваше положение. Возможно, чем выше на дереве находится человек, тем выше его достижения, тем более он успешен в школе. Теперь возьмите зеленый фломастер и разукрасьте того человечка, которым вы хотели бы быть и на чем месте вы хотели бы находиться».

Бывает так, что некоторые дети просят разрешения обозначить позиции двух человечков. В этом случае не следует ограничивать их выбор, но необходимо зафиксировать, какой человек был отмечен в первую очередь, какой во вторую, так как соотношение этих выборов может быть достаточно информативным.

Интерпретация результатов:

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

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

Для удобства объяснения каждой фигурке присвоен свой номер.

Следует заметить, что позицию № 16 учащиеся не всегда понимают как позицию «человечка, который несет на себе человечка № 17», а склонны видеть в ней человека, поддерживаемого и обнимаемого другим.

Методика может использоваться и с более младшими детьми:

Благодаря тесту можно понять уровень самооценки ребенка, выявить причины проблем в общении и понять, насколько адекватно малыш воспринимает себя в обществе.

Предложите ребенку рассмотреть картинку. На ней 21 человек и дерево. У каждого свое занятие, все находятся в разных местах, у них определенное настроение.

Затем попросите раскрасить картинку. Коричневым карандашом — ствол и ветки. За это время ребенок успеет рассмотреть всех человечков получше.

Затем пусть красным карандашом ребенок раскрасит человечка, который напоминает ему самого себя, собственное настроение и положение в школе или среди друзей. А зеленым — того человечка, которым хотелось бы быть и на чем месте хочется оказаться.

Оцените, с положением какого человечка ребенок отождествляет свое реальное и идеальное положение, есть ли между ними различия.

Ключ к тесту

№ 1, 3, 6, 7 — установка на преодоление препятствий

№ 2, 11, 12, 18, 19 — настрой на общительность, дружескую поддержку

№ 4 — устойчивость положения (желание добиваться успехов, не преодолевая трудностей)

№ 5 — утомляемость, общая слабость, небольшой запас сил, застенчивость

№ 8 — отстраненность от учебного процесса, уход в себя

№ 9 — мотивация на развлечения

№ 10, 15 — комфортное состояние, нормальная адаптация

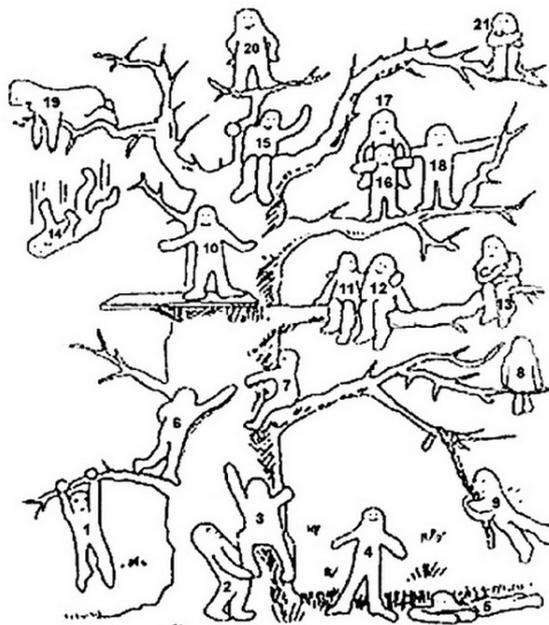
№ 13, 21 — отстраненность, замкнутость, тревожность

№ 14 — кризисное состояние, «падение в пропасть»

№ 16 — дети не всегда понимают как позицию человечка, который несет на себе человечка № 17 — они склонны видеть в ней человека, поддерживаемого и обнимаемого другим

№ 17 — неспособность самостоятельно справиться с возникающими проблемами

№ 20 — завышенная самооценка и установка на лидерство



Если вы выбрали позицию №1, 3, 6 или 7, то это характеризует вас, как целеустремлённого человека, который не боится никаких препятствий и преград.

Если ваш выбор пал на один из следующих номеров: 2, 11, 12, 18 или 19, то вы - общительный человек, который всегда окажет любую поддержку друзьям

Выбор человечка под номером 4 обозначает вас, как человека с устойчивой жизненной позицией и желающий добиться всевозможных успехов без преодоления трудностей
 Номер 5 - вы часто бываете утомлены, слабы, у вас не большой запас жизненных сил
 Выбор пал на человечка под номером 9 - вы весёлый человек, любящий развлечения
 Номер 13 или 21 - вы замкнуты, часто подвержены внутренним тревогам и не любите обильного общения с людьми
 Номер 8 - вы любите уходить в себя, размышлять о чём-то своём и погружаться в собственный мир

Итак, если вы выбрали номер 10 или 15 - у вас нормальная адаптация к жизни, вы находитесь в комфортном состоянии

Номер 14 - вы падаете в эмоциональную пропасть, скорее всего подвержены внутреннему кризису

Позицию номер 20 обычно выбирают люди с завышенной самооценкой. Вы - природный лидер и хотите, чтобы люди прислушивались именно к вам и ни к кому другому

Выбор пал на человечка №16? Вы ощущаете себя уставшим от необходимости поддерживать кого-то, но, возможно,

Вы увидели на этой картинке, что номер 17 вас обнимает - в таком случае вы склонны расценивать себя, как человека, окружённого вниманием.

3.Проективный тест личностных отношений, социальных эмоций и ценностных ориентаций «Домики»

Методической основой теста является цвето-ассоциативный эксперимент, известный по тесту отношений А. Эткинда. Тест разработан О. А. Ореховой [3] и позволяет провести диагностику эмоциональной сферы ребенка в части высших эмоций социального генеза, личностных предпочтений и деятельностных ориентаций, что делает его особенно ценным с точки зрения анализа эмоционального отношения ребенка к школе.

Для проведения методики необходимы следующие материалы:

1. Лист ответов <Приложение 2>
2. Восемь цветных карандашей: синий, красный, желтый, зеленый, фиолетовый, серый, коричневый, черный. Карандаши должны быть одинаковыми, окрашены в цвета, соответствующие грифелю.

Исследование лучше проводить с группой первоклассников –10-15 человек, детей желательно рассадить по одному. Если есть возможность, можно привлечь для помощи старшекласников, предварительно их проинструктировав. Помощь учителя и его присутствие исключается, так как речь идет об отношении детей к школьной жизни, в том числе и к учителю.

Процедура исследования состоит из трех заданий по раскрашиванию и занимает около 20 минут.

Инструкция: *сегодня мы будем заниматься раскрашиванием. Найдите в своем листочке задание №1. Это дорожка из восьми прямоугольников. Выберите тот карандаш, который вам приятен больше всего и раскрасьте первый прямоугольник. Отложите этот карандаш в сторону. Посмотрите на оставшиеся карандаши. Какой из них вам больше нравится? Раскрасьте им второй прямоугольник. Отложите карандаш в сторону. И так далее.*

Найдите задание №2. Перед вами домики, их целая улица. В них живут наши чувства. Я буду называть чувства, а вы подберете к ним подходящий цвет и раскрасьте. Карандаши откладывать не надо. Можно раскрашивать тем цветом, который по-вашему подходит. Домиков много, их хозяева могут отличаться и могут быть похожими, а значит, и цвет может быть похожим.

Список слов: счастье, горе, справедливость, обида, дружба, ссора, доброта, злоба, скука, восхищение.

Если детям непонятно, что обозначает слово, нужно его объяснить, используя глагольные предикаты и наречия.

Найдите задание №3. В этих домиках мы делаем что-то особенное, и жильцы в них – необычные. В первом домике живет твоя душа. Какой цвет ей подходит? Раскрасьте.

Обозначения домиков:

№2 – твое настроение, когда ты идешь в школу,

№3 – твое настроение на уроке чтения,

№4 – твое настроение на уроке письма,

№5 – твое настроение на уроке математики

№6 – твое настроение, когда ты разговариваешь с учителем,

№7 – твое настроение, когда ты общаешься со своими одноклассниками,

№8 – твое настроение, когда ты находишься дома,

№9 – твое настроение, когда ты делаешь уроки,

№10 – придумайте сами, кто живет и что делает в этом домике. Когда вы закончите его раскрашивать, тихонько на ушко скажите мне, кто там живет и что он делает (на ответном листе делается соответствующая пометка).

Методика дает психотерапевтический эффект, который достигается самим использованием цвета, возможностью отреагирования негативных и позитивных эмоций, кроме того эмоциональный ряд заканчивается в мажорном тоне (восхищение, собственный выбор).

Процедура обработки начинается с задания №1. Вычисляется вегетативный коэффициент [5] по формуле:

$ВК = (18 - \text{место красного цвета} - \text{место синего цвета}) / (18 - \text{место синего цвета} - \text{место зеленого цвета})$

Вегетативный коэффициент характеризует энергетический баланс организма: его способность к энергозатратам или тенденцию к энергосбережению. Его значение изменяется от 0,2 до 5 баллов. Энергетический показатель интерпретируется следующим образом:

0 – 0,5 – хроническое переутомление, истощение, низкая работоспособность. Нагрузки непосильны для ребенка

0,51 – 0,91 – компенсируемое состояние усталости. Самовосстановление оптимальной работоспособности происходит за счет периодического снижения активности. Необходима оптимизация рабочего ритма, режима труда и отдыха.

0,92 – 1,9 – оптимальная работоспособность. Ребенок отличается бодростью, здоровой активностью, готовностью к энергозатратам. Нагрузки соответствуют возможностям. Образ жизни позволяет ребенку восстанавливать затраченную энергию.

Свыше 2,0 – перевозбуждение. Чаще является результатом работы ребенка на пределе своих возможностей, что приводит к быстрому истощению. Требуется нормализация темпа деятельности, режима труда и отдыха, а иногда и снижение нагрузки.

Далее рассчитывается показатель суммарного отклонения от аутогенной нормы. Определенный порядок цветов (34251607) – аутогенная норма – является индикатором психологического благополучия. Для расчета суммарного отклонения (СО) сначала вычисляется разность между реально занимаемым местом и нормативным положением цвета. Затем разности (абсолютные величины, без учета знака) суммируются. Значение СО изменяется от 0 до 32 и может быть только четным. Значение СО отражает устойчивый эмоциональный фон, т.е. преобладающее настроение ребенка. Числовые значения СО интерпретируются следующим образом:

Больше 20 – преобладание отрицательных эмоций. У ребенка доминируют плохое настроение и неприятные переживания. Имеются проблемы, которые ребенок не может решить самостоятельно.

10 – 18 – эмоциональное состояние в норме. Ребенок может радоваться и печалиться, поводов для беспокойства нет.

Менее 10 – Преобладание положительных эмоций. Ребенок весел, счастлив, настроен оптимистично.

Задания №2 и №3 по сути расшифровывают эмоциональную сферу первоклассника и ориентируют исследователя в вероятных проблемах адаптации.

Задание №2 характеризует сферу социальных эмоций. Здесь надо оценить степень дифференциации эмоций – в норме позитивные чувства ребенок раскрашивает основными цветами, негативные – коричневым и черным. Слабая или недостаточная дифференциация указывает на деформацию в тех или иных блоках личностных отношений:

Счастье-горе – блок базового комфорта,

Справедливость – обида – блок личностного роста,

Дружба – ссора – блок межличностного взаимодействия,

Доброта – злоба – блок потенциальной агрессии,

Скука – восхищение – блок познания.

При наличии инверсии цветового градусника (основные цвета занимают последние места) у детей часто наблюдается недостаточная дифференциация социальных эмоций – например, и счастье и ссора могут быть обозначены одним и тем же красным цветом. В этом случае надо обратить внимание, как раскрашивает ребенок парные категории и насколько далеко отстоят пары в цветовом выборе.

Актуальность переживания ребенком того или иного чувства указывает его место в цветовом градуснике (задание №1).

В задании №3 отражено эмоциональное отношение ребенка к себе, школьной деятельности, учителю и одноклассникам. Понятно, что при наличии проблем в какой-то сфере, первоклассник раскрашивает именно эти домики коричневым или черным цветом. Целесообразно выделить ряды объектов, которые ребенок обозначил одинаковым цветом. Например, школа-счастье-восхищение или домашние задания – горе–скука. Цепочки ассоциаций достаточно прозрачны для понимания эмоционального отношения ребенка к школе. Дети со слабой дифференциацией эмоций скорее всего будут амбивалентны и в эмоциональной оценке видов деятельности. По результатам задания №3 можно выделить три группы детей:

с положительным отношением к школе

с амбивалентным отношением

с негативным отношением

Следует отметить, что при крайне низких или крайне высоких показателях ВК и СО, сомнениях в чистоте исследования данная методика может быть продублирована по той же схеме, но индивидуально, со стандартными карточками из теста Люшера.

Далее заполняется сводная таблица <Приложение 3>. Вегетативный коэффициент, данные опроса родителей и анализ медстатистики характеризуют в целом физиологический компонент адаптации первоклассника к школе. Для удобства все данные можно свести к трем категориям:

достаточный физиологический уровень адаптации (нет психосоматики, энергетический баланс в норме)

частичный физиологический уровень адаптации (наблюдаются либо психосоматические проявления, либо низкий энергетический баланс)

недостаточный физиологический уровень адаптации (заболевания в период адаптации, психосоматические проявления, низкий энергетический баланс)

Экспертная оценка учителя характеризует деятельностный компонент адаптации первоклассника.

И, наконец, суммарное отклонение от аутогенной нормы является интегрированным показателем эмоционального компонента адаптации. В сводной таблице имеет смысл отразить знак отношения (положительный, амбивалентный, отрицательный) первоклассника к учению, учителю, одноклассникам и себе.

Сопоставление показателей физиологического, деятельностного и эмоционального компонентов позволит квалифицировать уровень адаптации первоклассников как:

достаточный

частичный

недостаточный (или дезадаптация)

Таким образом, на основе полученных данных можно достаточно обоснованно выделить первоклассников, которые нуждаются в индивидуальном внимании психолога. Представляется целесообразным выделить две группы таких детей:

первоклассников с недостаточным уровнем адаптации

первоклассников с частичной адаптацией

Детей из первой группы необходимо обследовать индивидуально, выявить причины и факторы дезадаптации, по возможности провести необходимую коррекционную работу. Как показывает практика, именно эти первоклассники долгое время будут требовать внимания и помощи как со стороны психолога, так и учителя.

Вторая группа – первоклассники с частичной адаптацией – чаще нуждается в краткосрочной оперативной помощи со стороны психолога. Данные об их эмоциональном состоянии, материалы опроса учителя и родителей дают достаточно информации для такой работы. Причинами неполной адаптации часто могут быть повышенная тревожность, вызванная неумеренными ожиданиями родителей, изменение характера детско-родительских отношений, перегрузка дополнительными занятиями, низкая самооценка, слабое здоровье и т.д. Нередко эти дети не вызывают опасений учителя, так как они усваивают программу и выполняют правила поведения школьника, однако зачастую это происходит за счет физического и психологического здоровья маленького школьника. В зависимости от конкретной ситуации психологу следует проконсультировать родителей и учителей, дать рекомендации по преодолению выявленного психологического неблагополучия.

4.Методика «Лесенка»В.Г.Щур

Описание методики. Цель методики - исследование самооценки детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста.

Процедура проведения. Ребенку показывают нарисованную лесенку с семью ступеньками, и объясняют задание.

Инструкция

«Если всех детей рассадить на этой лесенке, то на трех верхних ступеньках окажутся хорошие дети: умные, добрые, сильные, послушные – чем выше, тем лучше (показывают: «хорошие», «очень хорошие», «самые хорошие»). А на трех нижних ступеньках окажутся плохие дети – чем ниже, тем хуже («плохие», «очень плохие», «самые плохие»). На средней ступеньке дети не плохие и не хорошие. Покажи, на какую ступеньку ты поставишь себя. Объясни почему?»

После ответа ребенка, его спрашивают: «Ты такой на самом деле или хотел бы быть таким? Пометь, какой ты на самом деле и каким хотел бы быть». «Покажи, на какую ступеньку тебя поставила бы мама, папа, учитель».

Процедура проведения

Используется стандартный набор характеристик: «хороший – плохой», «добрый – злой», «умный – глупый», «сильный – слабый», «смелый – трусливый», «самый старательный – самый небрежный». Количество характеристик можно сократить.

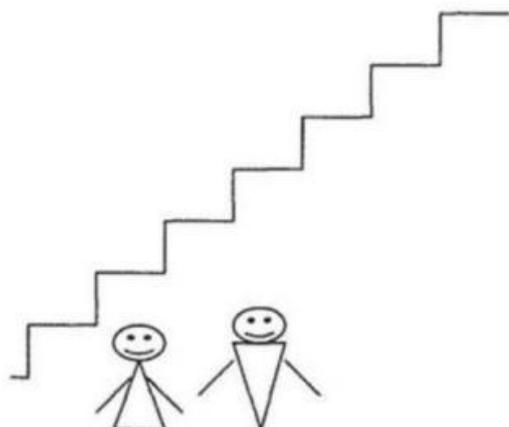
В процессе обследования необходимо учитывать, как ребенок выполняет задание: испытывает колебания, раздумывает, аргументирует свой выбор.

Если ребенок не дает никаких объяснений, ему следует задать уточняющие вопросы: «Почему ты себя сюда поставил? Ты всегда такой?» и т.д.

Стимульный материал.

Ф.И. _____ Класс _____

Дата _____



Интерпретация результатов

Неадекватно завышенная самооценка

Не раздумывая, ставит себя на самую высокую ступеньку; считает, что мама оценивает его также; аргументируя свой выбор, ссылается на мнение взрослого: «Я хороший. Хороший и больше никакой, это мама так сказала».

Завышенная самооценка

После некоторых раздумий и колебаний ставит себя на самую высокую ступеньку, объясняя свои действия, называет какие-то свои недостатки и промахи, но объясняет их внешними, независящими от него, причинами, считает, что оценка взрослых в некоторых случаях может быть несколько ниже его собственной: «Я, конечно, хороший, но иногда ленюсь. Мама говорит, что я неаккуратный».

Адекватная самооценка

Обдумав задание, ставит себя на 2-ю или 3-ю ступеньку, объясняет свои действия, ссылаясь на реальные ситуации и достижения, считает, что оценка взрослого такая же либо несколько ниже.

Заниженная самооценка

Ставит себя на нижние ступеньки, свой выбор не объясняет либо ссылается на мнение взрослого: «Мама так сказала».

Если ребенок ставит себя на среднюю ступеньку, это может говорить о том, что он либо не понял задание, либо не хочет его выполнять.

Дети с заниженной самооценкой из-за высокой тревожности и неуверенности в себе часто отказываются выполнять задание, на все вопросы отвечают: «Не знаю».

Дети с задержкой развития не понимают и не принимают это задание, действуют наобум.

Неадекватно завышенная самооценка свойственна детям младшего и среднего дошкольного возраста: они не видят своих ошибок, не могут правильно оценить себя, свои поступки и действия.

Самооценка детей 6-7-летнего возраста становится уже более реалистичной, в привычных ситуациях и привычных видах деятельности приближается к адекватной. В незнакомой ситуации и непривычных видах деятельности их самооценка завышенная.

Для детей 7-10 лет адекватной считается самооценка, при которой ребенок несколько положительных качеств отмечает на верхней части лесенки, а одно-два качества - в середине лесенки или несколько ниже. Если ребенок выбирает только верхние ступеньки лесенки, можно считать, что его самооценка завышена, он не может или не хочет правильно себя оценить, не замечает своих недостатков. Образ, выстроенный ребенком, не совпадает с представлениями о нем других людей. Такое несоответствие препятствует контактам и может являться причиной асоциальных реакций ребенка.

Выбор нижних ступенек свидетельствует о заниженной самооценке. Для таких детей, как правило, характерны тревожность, неуверенность в себе.

Если значимые люди (по мнению ребенка) оценивают его так же, как он оценил себя, или дают более высокую оценку - ребенок защищен психологически, эмоционально благополучен.

5.Методика диагностики мотивации учения и эмоционального отношения к учению (модификация А.Д. Андреева)

Цель: диагностика познавательной активности, мотивации достижения, тревожности, гнева.

Возраст: 9- 14 лет

Форма проведения: фронтальный письменный опрос

Оцениваемое УУД: личностное УУД, смыслообразование, школьная мотивация.

Ф.И. _____

Класс _____ Дата _____

Инструкция: Прочтите внимательно каждое предложение и обведите одну из цифр, расположенных справа, в зависимости от того, каково ваше обычное состояние на уроках в школе, как вы обычно чувствуете себя там. Нет правильных или неправильных ответов. Не тратьте много времени на одно предложение, но старайтесь как можно точнее ответить, как вы обычно себя чувствуете.

	Почти никогда	Иногда	Часто	Почти всегда
1. Я спокоен.	1	2	3	4
2. Мне хочется понять, узнать, докопаться до сути.	1	2	3	4
3. Я разъярен.	1	2	3	4
4. Я падаю духом, сталкиваясь с трудностями в учебе.	1	2	3	4
5. Я напряжен.	1	2	3	4
6. Я испытываю любопытство.	1	2	3	4
7. Мне хочется стукнуть кулаком по столу.	1	2	3	4
8. Я стараюсь получать только хорошие и отличные отметки.	1	2	3	4
9. Я раскован.	1	2	3	4
10. Мне интересно.	1	2	3	4
11. Я рассержен.	1	2	3	4
12. Я прилагаю все силы, чтобы добиться успехов в учебе.	1	2	3	4
13. Меня волнуют возможные неудачи.	1	2	3	4

14. Мне кажется, что урок никогда не кончится.	1	2	3	4
15. Мне хочется на кого-нибудь накричать.	1	2	3	4
16. Я стараюсь все делать правильно.	1	2	3	4
17. Я чувствую себя неудачником.	1	2	3	4
18. Я чувствую себя исследователем.	1	2	3	4
19. Мне хочется что-нибудь сломать.	1	2	3	4
20. Я чувствую, что не справлюсь с заданием.	1	2	3	4
21. Я взвинчен.	1	2	3	4
22. Я энергичен.	1	2	3	4
23. Я взбешен.	1	2	3	4
24. Я горжусь своими школьными успехами.	1	2	3	4
25. Я чувствую себя совершенно свободно.	1	2	3	4
26. Я чувствую, что у меня хорошо работает голова.	1	2	3	4
27. Я раздражен.	1	2	3	4
28. Я решаю самые трудные задачи.	1	2	3	4
29. Мне не хватает уверенности в себе.	1	2	3	4
30. Мне скучно.	1	2	3	4
31. Мне хочется что-нибудь сломать.	1	2	3	4
32. Я стараюсь не получить двойку.	1	2	3	4
33. Я уравновешен.	1	2	3	4
34. Мне нравится думать, решать.	1	2	3	4
35. Я чувствую себя обманутым.	1	2	3	4
36. Я стремлюсь показать свои способности и ум.	1	2	3	4
37. Я боюсь.	1	2	3	4
38. Я чувствую уныние и тоску.	1	2	3	4
39. Меня многое приводит в ярость.	1	2	3	4
40. Я хочу быть среди лучших.	1	2	3	4

Обработка результатов

Для пунктов шкал, в которых высокая оценка отражает отсутствие эмоции, веса считается в обратном порядке:

На бланке 1 2 3 4

Вес для подсчета 4 3 2 1

Таковыми «обратными» пунктами являются:

По шкале познавательной активности: 14,30,38

По шкале тревожности: 1, 9, 25, 33

По шкале достижения мотивации: 4, 20, 32.

Ключ

Шкала	Пункты, номер
Познавательная активность	2, 6, 10, 14, 18, 22, 26, 30, 34, 38
Мотивация достижения	4, 8, 12, 16, 20, 24, 28, 32, 36, 40
Тревожность	1, 5, 9, 13, 17, 21, 25, 29, 33, 37
Гнев	3, 7, 11, 15, 19, 23, 27, 31, 35, 39

Для получения балла по шкале подсчитывается сумма весов по всем 10 пунктам этой шкалы. Минимальная оценка по каждой шкале- 10 баллов, максимальная – 40 баллов.

Если пропущен 1 пункт из 10, можно сделать следующее: подсчитать среднюю оценку по тем 9 пунктам, на которые испытуемый ответил, затем умножить это число на 10; общий балл по шкале будет выражаться следующим за этим результатом целым числом.

Например, средний балл по шкале 2,73 умножить на 10=27,3, общий балл – 28.

При пропуске двух и более баллов данные испытуемого не учитываются.

Оценка и интерпретация результатов

Подсчитывается суммарный балл опросника по формуле:

ПА + МД + (-Т) + (-Г), где

ПА- балл по шкале познавательной активности;

МД- балл по шкале мотивации достижения;

Т- балл по шкале тревожности;

Г- балл по шкале гнева.

Суммарный балл может находиться в интервале от –60 до +60.

Выделяются следующие уровни мотивации учения:

I уровень – продуктивная мотивация с выраженным преобладанием познавательной мотивации учения и положительным эмоциональным отношением к нему;

II уровень – продуктивная мотивация, позитивное отношение к учению, соответствие социальному нормативу;

III уровень – средний уровень с несколько сниженной познавательной мотивацией;

IV уровень – сниженная мотивация, переживание “школьной скуки”, отрицательное эмоциональное отношение к учению;

V уровень – резко отрицательное отношение к учению.

Табл. 2.

Уровень	Суммарный балл
I	45 – 60
II	29 – 44
III	13 – 28
IV	(-2) – (+12)
V	(-3) – (-60)

Распределение баллов по уровням:

Нормативные показатели

Шкала	уровень	Половозрастные группы, интервал значений					
		10-11 лет		12- 14 лет		15-16 лет	
		Дев.	Мал.	Дев.	Мал.	Дев.	Мал.
Познавательная активность	Высокий	31-40	28-40	28-40	27-40	29-40	31-40
	Средний	21-26	22-27	21-27	19-26	18-28	21-29
	Низкий	10-25	10-21	10-20	10-18	10-17	10-20
Тревожность	Высокий	27-40	24-40	25-40	26-40	25-40	23-40
	Средний	20-26	17-23	19-24	19-25	17-24	16-22
	Низкий	10-19	10-16	10-18	10-18	10-16	10-15
Гнев	Высокий	21-40	20-40	19-40	23-40	21-40	18-40
	Средний	14-20	13-19	14-19	15-22	14-20	12-18
	Низкий	10-13	10-12	10-13	10-14	10-13	10-11

В качестве дополнительного может использоваться качественный показатель.

В этом случае данные испытуемого по каждой шкале сравниваются с нормативными значениями.

Интерпретация данных

Шкала			Интерпретация
Познавательная активность	Тревожность	Гнев	
Высокий	Низкий, средний	Низкий	Продуктивная мотивация и позитивное эмоциональное отношение к учению
Средний	Низкий, средний	Низкий	Позитивное отношение к учению
Низкий	Низкий, средний	Низкий, средний	Переживание «школьной скуки»
Средний	Низкий, средний	Низкий, Средний	Диффузное эмоциональное отношение
Средний	Низкий, средний	Высокий	Диффузное эмоциональное отношение при фрустрированности значимых потребностей
Низкий	Низкий, средний	Высокий	Негативное эмоциональное отношение
Низкий	Низкий	Высокий	Резко отрицательное отношение к школе и учению
Высокий	Высокий	Высокий	Чрезмерно повышенная эмоциональность на уроке, обусловленная неудовлетворением ведущих социогенных потребностей
Высокий	Высокий	Средний	Повышенная эмоциональность на уроке
Средний, низкий	Высокий	Средний, Низкий	Школьная тревожность
Высокий	Средний, низкий	Высокий	Позитивное отношение при фрустрированности потребностей
Высокий, средний	Высокий	Низкий, средний	Позитивное отношение при повышенной чувствительности к оценочному аспекту.

6. Опросник Басса-Дарки

Опросник Басса-Дарки (Buss-Durkey Inventory) разработан А. Басс и А. Дарки в 1957 г. и предназначен для диагностики агрессивных и враждебных реакций. Под агрессивностью понимается свойство личности, характеризующееся наличием деструктивных тенденций, в основном в области субъектно-объектных отношений. Враждебность понимается как реакция, развивающая негативные чувства и негативные оценки людей и событий. Создавая свой опросник, дифференцирующий проявления агрессии и враждебности, А. Басс и А. Дарки выделили следующие виды реакций:

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

4. Негативизм – оппозиционная манера в поведении от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся обычаев и законов.
5. Обида – зависть и ненависть к окружающим за действительные и вымышленные действия.
6. Подозрительность – в диапазоне от недоверия и осторожности по отношению к людям до убеждения в том, что другие люди планируют и приносят вред.
7. Вербальная агрессия – выражение негативных чувств как через форму (крик, визг), так и через содержание словесных ответов (проклятия, угрозы).
8. Чувство вины – выражает возможное убеждение субъекта в том, что он является плохим человеком, что поступает зло, а также ощущаемые им угрызения совести.

Инструкция. Прочитывая или прослушивая зачитываемые утверждения, примеряйте, насколько они соответствуют вашему стилю поведения, вашему образу жизни, и отвечайте одним из возможных ответов: «да» и «нет».

Опросник

1. Временами не могу справиться с желанием навредить кому-либо.
2. Иногда могу посплетничать о людях, которых не люблю.
3. Легко раздражаюсь, но легко и успокаиваюсь.
4. Если меня не попросить по-хорошему, просьбу не выполняю.
5. Не всегда получаю то, что мне положено.
6. Знаю, что люди говорят обо мне за моей спиной.
7. Если не одобряю поступки других людей, даю им это почувствовать.
8. Если случается обмануть кого-либо, испытываю угрызения совести.
9. Мне кажется, что я не способен ударить человека.
10. Никогда не раздражаюсь настолько, чтобы разбрасывать вещи.
11. Всегда снисходителен к чужим недостаткам.
12. Когда установленное правило не нравится мне, хочется нарушить его.
13. Другие почти всегда умеют использовать благоприятные обстоятельства.
14. Меня настораживают люди, которые относятся ко мне более дружелюбно, чем я этого ожидаю.
15. Часто бываю не согласен с людьми.
16. Иногда на ум приходят мысли, которых я стыжусь.
17. Если кто-нибудь ударит меня, я не отвечу ему тем же.
18. В раздражении хлопаю дверьми.
19. Я более раздражителен, чем кажется со стороны.
20. Если кто-то корчит из себя начальника, я поступаю ему наперекор.
21. Меня немного огорчает моя судьба.
22. Думаю, что многие люди не любят меня.
23. Не могу удержаться от спора, если люди не согласны со мной.
24. Увиливающие от работы должны испытывать чувство вины.
25. Кто оскорбляет меня или мою семью, напрашивается на драку.
26. Я не способен на грубые шутки.
27. Меня охватывает ярость, когда надо мной насмеются.
28. Когда люди строят из себя начальников, я делаю все чтобы они не зазнавались.
29. Почти каждую неделю вижу кого-нибудь из тех, кто мне не нравится.
30. Довольно многие завидуют мне.
31. Требую, чтобы люди уважали мои права.
32. Меня огорчает, что я мало делаю для своих родителей.
33. Люди, которые постоянно изводят вас, стоят того, чтобы их щелкнули по носу.
34. От злости иногда бываю мрачным.
35. Если ко мне относятся хуже, чем я того заслуживаю, я не огорчаюсь.
36. Если кто-то пытается вывести меня из себя, я не обращаю на него внимания.

37. Хотя я и не показываю этого, иногда меня гложет зависть.
38. Иногда мне кажется, что надо мной смеются.
39. Даже если злюсь, не прибегаю к сильным выражениям.
40. Хочется, чтобы мои грехи были прощены.
41. Редко даю сдачи, даже если кто-нибудь ударит меня.
42. Обижаюсь, когда иногда получается не по-моему.
43. Иногда люди раздражают меня своим присутствием.
44. Нет людей, которых бы я по-настоящему ненавидел.
45. Мой принцип: «Никогда не доверять чужакам».
46. Если кто-то раздражает меня, готов сказать ему все, что о нем думаю.
47. Делаю много такого, о чем впоследствии сожалею.
48. Если разозлюсь, могу ударить кого-нибудь.
49. С десяти лет у меня не было вспышек гнева.
50. Часто чувствую себя, как пороховая бочка, готовая взорваться.
51. Если бы знали, что я чувствую, меня бы считали человеком, с которым нелегко ладить.
52. Всегда думаю о том, какие тайные причины заставляют людей делать что-нибудь приятное для меня.
53. Когда кричат на меня, кричу в ответ.
54. Неудачи огорчают меня.
55. Дерусь не реже и не чаще других.
56. Могу вспомнить случаи, когда был настолько зол, что хватал первую попавшуюся под руку вещь и ломал ее.
57. Иногда чувствую, что готов первым начать драку.
58. Иногда чувствую, что жизнь со мной поступает несправедливо.
59. Раньше думал, что большинство людей говорит правду, но теперь этому не верю.
60. Ругаюсь только от злости.
61. Когда поступаю неправильно, меня мучает совесть.
62. Если для защиты своих прав нужно применить физическую силу, я применяю ее.
63. Иногда выражаю свой гнев тем, что стучу по столу.
64. Бываю грубоват по отношению к людям, которые мне не нравятся.
65. У меня нет врагов, которые хотели бы мне навредить.
66. Не умею поставить человека на место, даже если он этого заслуживает.
67. Часто думаю, что живу неправильно.
68. Знаю людей, которые способны довести меня до драки.
69. Не огорчаюсь из-за мелочей.
70. Мне редко приходит в голову мысль о том, что люди пытаются разозлить или оскорбить меня.
71. Часто просто угрожаю людям, не собираясь приводить угрозы в исполнение.
72. В последнее время я стал занудой.
73. В споре часто повышаю голос.
74. Стараюсь скрывать плохое отношение к людям.
75. Лучше соглашусь с чем-либо, чем стану спорить.

Обработка результатов и интерпретация. Ответы оцениваются по 8 шкалам.

1. Физическая агрессия (k=11):	
"да" = 1, "нет" = 0	вопросы: 1, 25, 33, 48, 55, 62, 68
"нет" = 1, "да" = 0	вопросы: 9, 17, 41
2. Вербальная агрессия(k=8):	
"да" = 1, "нет" = 0	вопросы: 7, 15, 23, 31, 46, 53, 60, 71, 73
"нет" = 1, "да" = 0	вопросы: 39, 74, 75

3. Косвенная агрессия (k=13):	
"да" = 1, "нет" = 0	вопросы: 2, 18, 34, 42, 56, 63
"нет" = 1, "да" = 0	вопросы: 10, 26, 49
4. Негативизм (k=20):	
"да"= 1, "нет" = 0	вопросы: 4, 12, 20, 23
"нет" = 1, "да" = 0	вопросы: 36
5. Раздражение (k=9):	
"да"= 1, "нет" = 0	вопросы: 3, 19, 27, 43, 50, 57, 64, 72
"нет" = 1, "да" = 0	вопросы: 11, 35, 69
6. Подозрительность (k=11):	
"да"= 1, "нет" = 0	вопросы: 6, 14, 22, 30, 38, 45, 52, 59
"нет" = 1, "да" = 0	вопросы: 65, 70
7. Обида (k=13):	
"да"= 1, "нет" = 0	вопросы: 5, 13, 21, 29, 37, 51, 58
"нет"= 1, "да" = 0	вопросы: 44
8. Чувство вины (k=11):	
"да"= 1, "нет" = 0	вопросы: 8, 16, 24, 32, 40, 47, 54, 61, 67

Индекс агрессивности включает в себя 1, 2 и 3 шкалу; индекс враждебности включает в себя 6 и 7 шкалу.

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

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

7. Методика Оценка агрессивности и других видов нарушений поведения ребенка (ДДЧ)

«Дом – Дерево – Человек»

Для выполнения теста «Дом – Дерево – Человек» (ДДЧ) ребенку предлагается бумага, простой карандаш, листок. Стандартный лист для рисования складывается пополам. На первой странице в горизонтальном положении наверху печатными буквами написано «Дом», на второй «Дерево», на третьей – «Человек», на четвертой – имя и фамилия ребенка, дата проведения исследования. Для рисования обычно используется простой карандаш 2М, так как при употреблении этого карандаша наиболее ярко видны изменения в силе нажима.

Инструкция. «Нарисуй, пожалуйста, как можно лучше дом, дерево и человека».

На все уточняющие вопросы ребенка следует отвечать, что он может рисовать так, как ему хочется. Само выполнение теста состоит из двух частей: процесса рисования и беседы после него. Богатую информацию дает наблюдение за тем, как ребенок рисует. Обычно

записываются все спонтанные высказывания, отмечаются какие-либо непривычные движения. Когда ребенок заканчивает рисовать, ему задается ряд вопросов о его рисунке. Опрос обычно начинается с рисунка человека. Например, спрашивается, кого он рисовал, возраст нарисованного человека, что он делает, какое у него настроение, напоминает ли он кого-нибудь из его знакомых. Обычно вопрос о рисунках перерастает в беседу о жизненных представлениях ребенка.

Обработка результатов и интерпретация

Для анализа рисунков используются три аспекта оценки – детали рисунков, их пропорции и перспектива. Считается, что детали рисунка представляют осознание и заинтересованность человека в каждодневной жизненной ситуации. Интерпретировать значение деталей следует с учетом целостности всех рисунков, а также в сотрудничестве с рисующим, так как символическое значение деталей часто бывает индивидуальным.

Пропорции рисунка отражают психологическую значимость, важность и ценность вещей, ситуаций или отношений, которые непосредственно или символически представлены в рисунке дома, дерева и человека. Пропорции могут рассматриваться как отношение целого рисунка к данному пространству бумаги или как отношение одной части целого рисунка к другой.

Перспектива показывает более сложное отношение человека к его психологическому окружению. При оценке перспективы внимание обращается на положение рисунка на листе по отношению к зрителю (взгляд сверху или снизу), взаимное расположение отдельных частей рисунка, движение нарисованного объекта.

Для оценки агрессивности ребенка и других видов нарушений поведения можно использовать нижеследующую таблицу.

Симптомокомплексы теста «Дом – Дерево – Человек»

Симптомы	Балл
Враждебность	
1. Отсутствие окон	0,2
2. Дверь – замочная скважина	0,1
3. Очень большое дерево	0,1
4. Дерево с краю листа	0,1
5. Обратный профиль дерева, человека	0,1
6. Ветки двух измерений, как пальцы	0,1
7. Глаза – пустые глазницы	0,2
8. Длинные острые пальцы	0,2
9. Оскал, видны зубы	0,1
10. Агрессивная позиция человека	0,1,2
11. Задняя стена дома изображена с другой стороны, необычно	0,1
12. Двери с огромным замком	0,2
13. Окна без стекол	0,1
14. Отсутствие окон на первом этаже дома	0,1
15. Волосы не заштрихованы, незакрашены, обрамляют голову	0,1,2
16. Руки скрещены на груди	

17. Пальцы крупные, похожие на гвозди (шипы)	0,1,2
18. Карикатурное изображение	0,1,2
19. Зубчатые неровные линии	0,1,2
20. Фигура Бабы-Яги (к женщинам)	0,1
21. Крона – клубок	0,1,2
22. Другие возможные признаки	0,1
Конфликтность	
1. Ограничения пространства	0,1,2
2. Перспектива снизу (взгляд червя)	0,1,2
3. Перерисовывание объекта	0,2
4. Отказ рисовать какой-либо объект	0,2
5. Дерево как два дерева	0,2
6. Явное несоответствие качества одного из рисунков	0,2
7. Противоречивость рисунка и высказывания	0,1
8. Подчеркнутая талия	0,1
9. Отсутствие трубы на крыше	0,1
10. Другие возможные признаки	0,1
Агрессивность	
1. Разные постройки	0,1,2
2. Ноздри слишком подчеркнуты	0,1
3. Зубы четко нарисованы	0,1,2
4. Руки сильные	0,1,2
5. Рука как боксерская перчатка	0,2
6. Пальцы отделены	0,1,2
7. Большие пальцы	0,2
8. Пальцев больше пяти	0,2
9. Пальцы длинные	0,2
10. Оружие	0,1,2
11. Мало гнутых линий, много острых углов	0,1,2
12. Линии с нажимом	0,1,2
13. Штриховка от себя	0,1,2
14. Закрытая густая листва	0,1,2

15. Штриховка ствола	0,1
16. Другие возможные признаки	0,1
Негативизм	
1. Разные постройки	0,1,2
2. Боковая стена, изображенная в одномерной перспективе	0,1
3. Уши маленькие	0,1
4. Уши слишком подчеркнуты	0,1,2
5. Пальцы сжаты в кулак	0,1,2
6. Кулаки прижаты к телу	0,2
7. Кулаки далеко от тела	0,1,2
8. Ноги непропорционально длинные	0,2
9. Ноги широко расставлены	0,1

8. Методика «Автопортрет» (К.Маховер)

Это проективный рисуночный тест, применяющийся с целью диагностики бессознательных эмоциональных компонентов личности (самоотношение, самооценка, актуальное состояние, невротические состояния тревожности, страха, агрессивности). По определению К. Маховер, автопортрет – это изображение человека, созданное им самим. Изображая себя, человек воссоздает основные черты собственных телесных нужд и внутренних конфликтов. Богатая проекция личностной динамики, проявляющаяся в рисунке, открывает для метода возможность анализа достоинств и конструктивных потенций, равно как и анализа нарушений.

В процессе интерпретации схемы тела можно судить, полностью ли соответствует полученная графическая продукция физическим и психологическим переживаниям человека, какие органы тела несут определенный смысл, каким образом соматически закреплены и обозначены желания человека, его конфликты, компенсации и социальные установки.

Обработка результатов теста «Автопортрет» проводилась с помощью контент-анализа – подсчета повторяемости изучаемых явлений. Методика выделяет критерии признаков тревожности, агрессивности, депрессивного состояния и наличия страхов; нами подсчитывались частота встречаемости указанных критериев. Считается, что такие «критерии перечисленных признаков отражают существенные стороны содержания, результаты анализа становятся в достаточной мере объективными».

Существует несколько возможных интерпретаций результатов данного теста. В соответствии с целями и задачами нашего исследования мы использовали следующие трактовки. Общая социально обусловленная система значений дает представление о социальном поведении человека: это общественно принятые моторные и физические проявления негативных и позитивных эмоций, установок, контактность, экстра- и интровертированность. Психосоматическая корреляция телесной экспрессии может исходить из собственного специфического опыта индивида, основанного на эмоциональных особенностях, присущих ему лично. Для нашего исследования особое значение имели подобные проекции в соответствии с базовыми личностными особенностями пациентов с ДЦП, способами телесного и эмоционального выражения расстройства. Характер интерпретаций в рамках психосоматического подхода базируется

на группировании признаков: тело (центр и средоточие всех побуждений, конфликтов, душевных переживаний), голова и части лица (локализации Я и социальные черты), различные части тела (способ выражения душевных конфликтов и возможностей к адаптации), одежда (отношение к себе и внешние границы), структурные и формальные аспекты, связанные с детализацией рисунка, комментариями, использованием символики. Проекция внутренних конфликтов дает наглядное представление о наличии и динамике депрессивного состояния, страхов, уровня тревожности и агрессивности подростков и детей экспериментальной и контрольной групп.

Рассмотрим результаты теста «Автопортрет», представленные в таблице 1. Как было указано выше, «здоровый симбиоз», обеспечивающий нормальное психическое развитие ребенку, заканчивается максимум к 3 годам. В более позднем возрасте симбиоз с матерью препятствует удовлетворению потребности ребенка в автономии, различению границ Я - не Я, укреплению Эго, способствует формированию беспомощности и связанной с ней тревожности. Происхождение тревоги у подростков с ДЦП можно объяснить, используя в качестве методологической основы теорию О. Ранка. На протяжении всей жизни человек испытывает нормальную тревогу при «отделении» от других, ее преодоление ведет к большей независимости и построению взаимоотношений на более высоком уровне. С точки зрения О. Ранка, тревога представлена в двух формах: как боязнь жизни, т.е. тревога при движении к своей неповторимости, автономии, и боязнь смерти, т.е. тревога потери своей личности, возникающая, когда человек «застревает» в ситуации зависимых, симбиотических отношений.

Ребенок с ДЦП испытывает тревогу, связанную как с отделением, так и с поглощением. Симбиотические отношения иллюзорно дают возможность преодолеть беспомощность, но усиливают тревогу. У подростков с ДЦП можно говорить о невротической тревоге, т.к. она неадекватна объективной опасности, включает в себя вытеснение, подростки ограничивают свои действия и сужают поле сознания с помощью невротических защитных механизмов, в том числе и такого как «развитие симптома».

Психологическое состояние детей после проведенного теста «Автопортрет»

Таблица 1

<i>Критерии признаков</i>	<i>Дети с нарушением интеллекта</i>	<i>Дети без нарушения интеллекта</i>
	<i>n=90</i>	<i>n=216</i>
1. Агрессивность		
Сильный нажим	30%	15%
Жирный контур рисунка	36%	17%
Ноги расставлены	33%	22%
Выделены ноздри, рот	23%	18%
Руки большие, подчеркнутые	25%	10%
Наличие оружия, др. подобных предметов	0%	2%
Глаза – пустые глазницы	24%	15%
Длинные острые пальцы	20,5%	11%
2. Депрессивность		
Очень маленькие рисунки	8%	4%
3. Фиксация на своей проблеме		
Стирание фигур(ы) без улучшения качества	2,5%	3%
4. Трудности адаптации в социуме		
Отсутствие частей тела у фигур	8%	13,2%
5.Отставание в интеллектуальном развитии или стрессовые состояния		
Рисование простым карандашом	20,5%	8,5%
6. Преобладание цвета		

- Зеленый	5%	6,5%
- Желтый	8%	12%
- Красный	25,5%	14%
- Коричневый	2,5%	11%
- Черный	20,5%	3%
7. Заниженная самооценка		
- Расположение фигур в нижней части рисунка	8%	3%
- Рисунок очень маленький	5%	3%
- Руки за спиной или отсутствие руки, ноги	2,5%	5%
- Непропорциональные руки, ноги	33%	17%
8. Враждебность в семье		
- Руки раскинуты в стороны	25,5%	17%
- Пальцы длинные, подчеркнутые	20,5%	10%
9. Тревожность		
- Много стираний	0%	3%
- Интенсивно затушенные волосы	5%	8,5%
- Выделение отдельных частей тела:		
туловище	18%	10%
голова	20%	26%
руки	22%	39%
ноги	2,5%	46%

Наличие тревожности как актуального эмоционального состояния личности детей и подростков с ДЦП выражается в выделении головы, рук и ног, причем чаще эти части тела выделяются пациентами без нарушений интеллекта. Большинство испытуемых рисует только голову, что диагностируется как хроническая фрустрация основных базовых потребностей личности.

Анализ результатов проведения методики «Автопортрет» позволил выявить агрессивность пациентов с ДЦП, которая тесно коррелирует с тревожностью, причем связь обратно-пропорциональная ($r = -0,47$ при $p < 0,0006$). Сильный нажим и контур рисунка отмечается у 17,% испытуемых без нарушений интеллекта и у 36% детей с нарушениями интеллектуальной сферы. Данная обратная корреляционная зависимость свидетельствует, что у этих пациентов при повышении уровня тревожности понижается уровень агрессивности. Реализация агрессивных тенденций истощает организм человека, поэтому большинство соматических жалоб таких пациентов связано с астеничностью. Испытуемые демонстрируют следующую картину наличия депрессивных состояний и фиксирования на своей проблеме: очень маленькие руки, стирание без улучшения, рисование простым карандашом. У большинства детей с нарушениями интеллекта выявлено предпочтение красного и черного цветов в рисунке, что трактуется как страх активности, что позволяет предполагать какие-то воспитательные меры со стороны семьи, связанные с запретом активности таких детей. Данное предположение подтверждается выявленными проявлениями враждебности в семье у каждого четвертого пациента с нарушениями интеллекта и у 17% детей без нарушений интеллектуальной сферы.

Наше исследование позволило выявить психологическое состояние у детей и подростков с ДЦП: во-первых, «неотработанные» отношения с родителями: симбиоз с матерями и невозможность отца оказать поддержку подросткам обоих полов в индивидуации, как следствие - неудовлетворенная потребность в индивидуальной любви; во-вторых, переживания подростка в связи агрессивностью, враждебностью, конфликтностью, проявляющимися в семье, и, как следствие, амбивалентные потребности демонстрировать себя - скрывать свое Я, потребность в социальных ролях - отказе от социальных ролей, что требует серьезного пересмотра всей системы реабилитации таких пациентов.

9. Методика Айзенка по определению темперамента

Психодиагностика психолога в школе - Диагностика эмоциональной и личностной сферы. С помощью методики Айзенка определяют экстраверсию (направленность личности на внешний мир) и нейротизм (результат неуравновешенности процессов возбуждения и торможения) – свойства, лежащие в основе темперамента. В опроснике Айзенка 57 вопросов. На них необходимо ответить "да" или "нет". Полученные результаты сопоставляют с ключом, в котором есть три шкалы: экстраверсия – интроверсия; нейротизм, шкала лжи. Принадлежность к типу темперамента выявляется при помощи системы координат, на которой отмечаются результаты по шкале "нейротизм" и шкале "экстраверсия".

Личностный опросник состоит из двух форм "А" и "В", что дает возможность повторного испытания. Опросники содержат по 57 вопросов. Ответы на них только "Да" или "Нет".

Инструкция

Вам будет предложено несколько вопросов об особенностях вашего поведения в различных условиях и ситуациях. Это не испытание ума или способностей, поэтому нет ответов хороших или плохих. Мы заинтересованы в правдивых ответах. Содержание отдельных вопросов не анализируется, важен только итоговый результат. На вопросы следует отвечать поочередно, не возвращаясь к предыдущим ответам. Работайте быстро, не тратьте слишком много времени на обдумывание ответа – наиболее интересна ваша первая реакция. На вопрос можно ответить "да" или "нет". Выбранный вами ответ на каждый вопрос следует отметить в бланке для ответов. Не пропускайте какого-либо вопроса. Начинайте!

Текст опросника (вариант А).

1. Часто ли Вы испытываете тягу к новым впечатлениям, к тому чтобы отвлечься, испытать сильные ощущения?
2. Часто ли вы чувствуете, что нуждаетесь в друзьях, которые могут вас понять, одобрить или посочувствовать?
3. Считаете ли вы себя беззаботным человеком?
4. Очень ли трудно вам отказываться от своих намерений?
5. Обдумываете ли вы свои дела не спеша и предпочитаете подождать, прежде чем действовать?
6. Всегда ли вы сдерживаете свои обещания, даже если вам это невыгодно?
7. Часто ли у вас бывают спады и подъемы настроения?
8. Быстро ли вы обычно действуете и говорите, не затрачиваете ли много времени на обдумывание?
9. Возникло ли у вас когда-нибудь чувство, что вы несчастны, хотя никакой серьезной причины на это не было?
10. Верно ли, что "на спор" вы способны решиться на все?
11. Смущаетесь ли вы, когда хотите познакомиться с человеком противоположного пола, который вам симпатичен?
12. Бывает ли когда-нибудь, что, разозлившись, вы выходите из себя?
13. Часто ли действуете необдуманно, под влиянием момента?
14. Часто ли вас беспокоят мысли о том, что вам не следовало чего-либо делать или говорить?
15. Предпочитаете ли вы чтение книг встречам с людьми?
16. Верно ли, что вас легко задеть?
17. Любите ли вы часто бывать в компании?
18. Бывают ли у вас такие мысли, которыми вам не хотелось делиться с другими людьми?
19. Верно ли, что иногда вы настолько полны энергии, что все горит в руках, а иногда вы чувствуете сильную вялость?
20. Стараетесь ли вы ограничить круг своих знакомств небольшим числом самых близких людей?
21. Много ли вы мечтаете?
22. Когда на вас кричат, отвечаете ли тем же?

23. Считаете ли вы свои привычки хорошими?
24. Часто ли у вас появляется чувство, что вы чем-то виноваты?
25. Способны ли вы иногда дать волю своим чувствам и беззаботно развлечься с веселой компанией?
26. Можно ли сказать, что часто у вас нервы бывают натянуты до предела?
27. Слывете ли вы за человека веселого и живого?
28. После того, как дело сделано, часто ли вы мысленно возвращаетесь к нему и думаете, что могли бы сделать лучше?
29. Чувствуете ли вы себя беспокойно, находясь в большой компании?
30. Бывает ли, что вы передаете слухи?
31. Бывает ли, что вам не спится из-за того, что в голову лезут разные мысли?
32. Что вы предпочитаете, если хотите что-либо узнать: найти это в книге или спросить у друзей?
33. Бывают ли у вас сильные сердцебиения?
34. Нравится ли вам работа, требующая сосредоточения?
35. Бывают ли у вас приступы дрожи?
36. Всегда ли вы говорите только правду?
37. Бывает ли вам неприятно находиться в компании, где все подшучивают друг над другом?
38. Раздражительны ли вы?
39. Нравится ли вам работа, требующая быстрого действия?
40. Верно ли, что вам часто не дают покоя мысли о разных неприятностях и "ужасах", которые могли бы произойти, хотя все кончилось благополучно?
41. Верно ли, что вы неторопливы в движениях и несколько медлительны?
42. Опаздывали ли вы когда-нибудь на работу или встречу с кем-то?
43. Часто ли вам снятся кошмары?
44. Верно ли что вы так любите поговорить, что не упускаете любого удобного случая побеседовать с новым человеком?
45. Беспокоят ли вас какие-либо боли?
46. Огорчились бы вы, если бы не смогли долго видиться с друзьями?
47. Можете ли вы назвать себя нервным человеком?
48. Есть ли среди ваших знакомых такие, которые вам явно не нравятся?
49. Могли бы вы сказать, что вы уверенный в себе человек?
50. Легко ли вас задевает критика ваших недостатков, или вашей работы?
51. Трудно ли вам получить настоящее удовольствие от мероприятий, в которых участвует много народу?
52. Беспокоит ли вас чувство, что вы чем-то хуже других?
53. Сумели бы вы внести оживление в скучную компанию?
54. Бывает ли, что вы говорите о вещах, в которых совсем не разбираетесь?
55. Беспокоитесь ли вы о своем здоровье?
56. Любите ли вы подшутить над другими?
57. Страдаете ли вы бессонницей?

Вариант В отличается от варианта А только тестом методики. Инструкция, ключ, обработка данных варианта В такие же, как для варианта А.

Из этих 57 вопросов 9 представляют шкалу надежности (лжи). 3 из них положительные (ДА), 6 – отрицательные (НЕТ). Например, шестой вопрос – испытуемый отвечает «ДА» (всегда исполняю), такой ответ, безусловно, не соответствует действительности, т. к. нет человека, который всегда бы исполнял невыгодное для него обещание.

Ненадежный ответ на 5 вопросов из 9 (более 50%) в шкале надежности означает, что остальные ответы ненадежны, поэтому проведенный опыт непригоден.

Для заполнения опросника испытуемому дается 10 минут, время по секундомеру. Время можно продлить, но это обстоятельство должно быть принято во внимание при оценке.

На заполнение опросника много времени затрачивают сдержанные, внутренне конфликтные субъекты, налаживающие контакт с внешним миром не непосредственно, естественным ритмом, а на основе акта напряженной объективации.

Ключ:

ЭКСТРАВЕРСИЯ:

"ДА" на №№ 1, 3, 8, 10, 13, 17, 22, 25, 27, 39, 44, 46, 49, 53,

"НЕТ" – №№ 5, 15, 20, 29, 32, 34, 37, 41, 51. (Ответ "ДА" на вопросы этой нумерации - показатель интроверсии.)

НЕЙРОТИЗМ:

"ДА" – №№ 2, 4, 7, 9, 11, 14, 16, 19, 21, 23, 26, 28, 31, 33, 35, 38, 40, 43, 45, 47, 50, 52, 55, 57.

ШКАЛА ЛОЖНЫХ ОТВЕТОВ:

"ДА" – №№ 6, 24, 36;

"НЕТ" – №№ 12, 18, 30, 42, 48, 54.

Экстраверсия — интроверсия:

больше 19 — яркий экстраверт,

больше 15 — экстраверт,

больше 12 — склонность к экстраверсии,

12 — среднее значение,

меньше 12 — склонность к интроверсии,

меньше 9 — интроверт,

меньше 5 — глубокий интроверт.

Нейротизм:

больше 19 — очень высокий уровень нейротизма,

больше 13 — высокий уровень нейротизма,

9 — 13 — среднее значение,

меньше 9 — низкий уровень нейротизма.

Ложь:

больше 4 — неискренность в ответах, свидетельствующая также о некоторой демонстративности поведения и ориентированности испытуемого на социальное одобрение,

меньше 4 — норма.

Описание шкал Экстраверсия — интроверсия Характеризуя типичного экстраверта, автор отмечает его общительность и обращенность индивида вовне, широкий круг знакомств, необходимость в контактах. Он действует под влиянием момента, импульсивен, вспыльчив, 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, интроективный человек, склонный к самоанализу. Сдержан и отдален от всех, кроме близких друзей. Планирует и обдумывает свои действия заранее, не доверяет внезапным побуждениям серьезно относиться к принятию решений, любит во всем порядок. Контролирует свои чувства, его нелегко вывести из себя. Обладает пессимистичностью, высоко ценит нравственные нормы. Нейротизм 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. Характеризуется зрелостью, отличной адаптацией, отсутствием большой напряженности, беспокойства, а также 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. Круг Айзенка.

Пояснение к рисунку «круг Айзенка»:

Сангвиник = стабильный + экстравертированный

Флегматик = стабильный + интровертированный

Меланхолик = нестабильный + интровертированный

Холерик = нестабильный + экстравертированный

Представление результатов по шкалам экстраверсии и нейротизма осуществляется при помощи системы координат.

Интерпретация полученных результатов проводится на основе психологических характеристик личности, соответствующих тому или иному квадрату координатной модели с учетом степени выраженности индивидуально-психологических свойств и степени достоверности полученных данных. Привлекая данные из физиологии высшей нервной деятельности, Айзенк высказывает гипотезу о том, что сильный и слабый типы, по Павлову, очень близки к экстравертированному и интровертированному типам личности. Природа интроверсии и экстраверсии усматривается во врожденных свойствах центральной нервной системы, которые обеспечивают уравновешенность процессов возбуждения и торможения. Таким образом, используя данные обследования по шкалам экстраверсии, интроверсии и нейротизма, 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 (высокая экстраверсия и низкий нейротизм) 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 затраты сил, длительного и методичного напряжения, усидчивости, устойчивости внимания, терпения. При отсутствии серьезных целей, глубоких мыслей, творческой деятельности вырабатываются поверхностность и непостоянство.

Холерик (высокая экстраверсия и высокий нейротизм) 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, эффективности, несдержанности, вспыльчивости, неспособности к самоконтролю при эмоциональных обстоятельствах.

Флегматик (высокая интроверсия и высокий нейротизм) 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 свои силы, доводит дело до конца, ровен в отношениях, в меру общителен, не любит попусту болтать. Экономит силы, попусту их не тратит. В зависимости от условий в одних случаях флегматик может характеризоваться «положительными» чертами — выдержкой, глубиной мыслей,

постоянством, основательностью и т. д., в других — вялостью, безучастностью к окружающему, ленью и безволием, бедностью и слабостью эмоций, склонностью к выполнению одних лишь привычных действий.

Меланхолик (высокая интроверсия и высокий нейротизм). У него 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.

10.Методика «Кактус» (автор – М.А.Панфилова)

Назначение методики: диагностика направленности и интенсивности выраженности агрессивности

Применение методики: с детьми старше 3-х лет (младший, средний и старший дошкольный возраст).

Материал: листы бумаги формата А4, простой карандаш; возможен вариант с использованием цветных карандашей (8 цветов по тесту Люшера), в таком случае при интерпретации учитываются соответствующие показатели теста Люшера.

Проведение исследования:

Ребенку дается инструкция – «На листе бумаги нарисуй кактус – такой, каким ты его себе представляешь». Вопросы и дополнительные пояснения не допускаются.

Обработка результатов:

Во внимание принимается: пространственное расположение и размер рисунка, характеристики линий, нажим карандаша.

Учитываются показатели, специфичные для данной методики:

- характеристика «образа кактуса» (дикий, домашний, примитивный, детально прорисованный);
- характеристика иголок (размер, расположение, количество)

Личностные особенности	Отражение в рисунке
Агрессия	Наличие иголок; сильно торчащие, длинные, близко расположенные друг от друга иголки - высокий уровень агрессивности
Импульсивность	Отрывистость линий, сильный нажим
Эгоцентризм, стремление к лидерству	Крупный рисунок в центре листа
Демонстративность, открытость	Наличие выступающих отростков в кактусе, вычурность форм
Неуверенность в себе. Зависимость	Маленький рисунок. Расположение внизу листа
Скрытность, осторожность	Расположение зигзагов по контуру или внутри кактуса
Оптимизм	Использование ярких цветов, «радостные» кактусы
Тревожность	Использование темных цветов, преобладание внутренней штриховки прерывистыми линиями
Женственность	Наличие украшений, цветов. мягких линий и форм
Экстравертированность	Наличие на рисунке других кактусов, цветов
Интровертированность	На рисунке изображен один кактус

Стремление к домашней защите	Наличие цветочного горшка на рисунке, изображение комнатного растения
Отсутствие стремления к домашней защите, наличие чувства одиночества	Дикорастущие, «пустынные» кактусы».

Беседа с ребенком после завершения рисунка:

Варианты вопросов:

- *кактус домашний или дикий?*
- *он сильно колется? Его можно потрогать?*
- *кактусу нравится, когда за ним ухаживают, поливают, удобряют?*
- *кактус растет один или с каким-то растением по-соседству? Если растет с соседом, то что это за растение?*
- *когда кактус подрастет, то как он изменится?*

11. Проективная рисуночная методика «Вулкан»

Методика позволяет получить сведения об интенсивности и характере эмоциональных переживаний испытуемого, его способности адекватно выражать эмоции. По результатам интерпретации рисунка можно построить путь облегчения гнетущих эмоциональных состояний. Используйте методику как самостоятельный психодиагностический инструмент и в составе комплексного обследования.

Как и другие проективные методы, методика «Вулкан» проводится индивидуально, с добровольного согласия испытуемого.

Предложите ему лист А4, 12-цветный набор цветных карандашей и дайте инструкцию: «Нарисуй вулкан».

Время на выполнение методики не ограничивайте.

На уточняющие вопросы: «какой?», «какого размера?», «можно ли раскрашивать?», отвечайте таким образом, чтобы не оказать никакого влияния на будущий рисунок, например: «Как тебе захочется», «Совершенно любой», «Как угодно» и т. п.

После того как испытуемый выполнит рисунок, попросите его ответить на вопросы: «Какой это вулкан? Как можно помочь вулкану?». Если у него возникают вопросы («как это — помочь?», «зачем» и т. п.), предложите дать любой ответ.

Вулкан

Изображение вулкана (гора, возвышенность) характеризует уровень эмоциональности испытуемого. В первую очередь вы интерпретируете **размер вулкана**.

Чем крупнее вулкан, тем более эмоционален автор рисунка. Условно «нормальным» (средним, типичным) является изображение вулкана примерно на **1/2 листа**.

Вулкан, занимающий **2/3 листа** и более, служит признаком высокой эмоциональности: человек переживает интенсивные эмоции, обладает сильной внутренней реакцией на происходящие события.

Вулкан, размеры которого менее **1/3 листа**, указывает или на невысокую эмоциональность, малый отклик внешних событий во внутренней жизни человека, или на наличие «психологического запрета» на эмоции. Подобный «запрет» складывается под влиянием воспитания, опыта, профессиональной деятельности. Как правило, это неосознаваемое желание избежать эмоций — всех или некоторых, например гнева. Анализируя изображение вулкана, обратите внимание на **характер линий**. Мелкая штриховка, исправления, перерисовывания указывают на тревожность; крупные штрихи — на импульсивность. Сильный нажим, жирные линии рисунка свидетельствуют о напряжении, стремлении к доминированию; слабый нажим, еле заметные линии — о робости, чувстве незащищенности.

Извержение

Извержение отражает специфику выражения эмоций вовне.

Извержение лавы **вверх и в стороны** — показатель того, что испытуемый открыто, ясно и тем более бурно, чем более бурно извержение на рисунке, выражает свои переживания и чувства.

Лава, **текущая вниз по вулкану**, — символически отражает сильные переживания, которые глубоко задела ребенка, его травматический эмоциональный опыт. Это эмоциональные события, к которым он бессознательно возвращается снова и снова.

Если вулкан извергает только **дым или пар** — испытуемый в некоторой мере проявляет свои эмоции, но делает это не прямо, не в полной мере, неконгруэнтно. То есть реально переживаемое и внешне выражаемое не вполне или вообще не совпадают.

Отсутствует извержение — знак того, что испытуемый вообще не показывает свои чувства.

Используя эту методику, вы можете встретить рисунки, на которых **жерло вулкана покрыто льдом или заснежено**. Это символическое выражение «замороженной эмоциональности», запрета на эмоции, их вытеснения из сознания.

Достаточно часто в рисунках извергающихся вулканов встречаются **летащие в разные стороны камни**. Это показатель определенных разрушительных тенденций, что характерно для агрессивных людей, а также для тех, кто пережил жизненные события и оценивает их как удары.

Дополнительные детали

Часто испытуемые рисуют не только вулкан, но и какие-то другие объекты.

Они носят символический характер и отражают нечто актуальное и значимое для испытуемого, поэтому обязательно учитывайте их при анализе рисунка. Все варианты описать невозможно — приведем **типичные**.

Если нарисованы **люди** — спросите, кто это (например, семья, группа отдыхающих, влюбленная парочка, одинокий путник, жертвы извержения).

Изображение людей символически отражает то, как видит себя испытуемый в человеческих отношениях — включенным в них или одиноким, счастливым или несчастным, справляющимся с обстоятельствами жизни или сокрушенным ими.

Здания чаще всего символически изображают значимые человеческие общности, например, родной дом и семью, сверстников, профессиональную группу. Также **дом** — символ тела, поэтому его изображение может указывать на высокую значимость телесности, например, движений, пищи, физических радостей, сексуальных отношений.

Животные, как правило, отражают представление испытуемого о доброжелательности или опасности мира: он состоит из хищников или безвредных существ, противных или милых созданий.

Изображение вулкана среди сходных объектов — гор или других вулканов — говорит о сильной включенности испытуемого в отношения, его стремлении избегать одиночества, объединяться, иногда симбиотически сливаться (особенно вероятно, если дорисована одна гора, т. е. образована пара).

Традиционно в проективных рисуночных методиках обращают внимание на такие объекты, как:

солнце — выражает потребность в большей любви и поддержке от окружающих; часто служит указателем постоянного влияния сильной родительской фигуры, как правило, матери;

луна — скрытность, потаенность, тяга к таинственному;

облака, тучи — неприятные текущие жизненные обстоятельства.

Чем больше количество изображенных дополнительных, не заданных инструкцией объектов на рисунке, тем в большей степени клиент испытывает тревогу перед неопределенностью.

Расположение рисунка на листе

Анализируя расположение рисунка, обратите внимание на то, смещен ли он относительно осей симметрии вправо или влево, вверх или вниз.

Сдвиг от центра вправо указывает на ориентацию на будущее, уход от настоящего вперед, на мечты и фантазии о предстоящем; **влево** — на уход от настоящего назад, возврат к прошлому, иногда на фиксацию на прошлых переживаниях.

Нижняя и верхняя половины листа отражают соответственно бессознательные и осознанные переживания. Если большая часть объектов и деталей расположена **ниже горизонтальной оси листа**, это свидетельствует о малой осознанности переживаний, активном влиянии бессознательных процессов на повседневные события и отношения. Расположение **выше горизонтальной оси** листа свойственно рациональным, хорошо осознающим себя людям.

Существует также определенная связь с самооценкой и уверенностью: чем ниже расположен рисунок на листе, тем в меньшей степени человек на данный момент уверен в себе и готов к действиям.

Цветовая гамма

Цвета, использованные в рисунке, дополняют сведения об эмоциональном состоянии испытуемого.

Красный — показатель высокой энергичности, эмоциональности, страстности, иногда агрессии. **Оранжевый** указывает на переживание чувства небезопасности. **Желтый** — любимый цвет эмоционально благополучных детей, в целом его использование говорит о позитивном состоянии испытуемого, но может быть указателем инфантильности, если рисунок выполнен взрослым. **Зеленый цвет** считается признаком уравновешенности; **синий** — выраженных «мужских» черт характера (напора, самоконтроля, рациональности); **фиолетовый** — тяги к таинственному и тревоги (часто встречается в рисунках подростков и беременных женщин); **черный цвет** — протестный, также очень характерный для подростков.

Мрачная цветовая гамма, как правило, отражает пессимизм и усталость испытуемого. Рисунки, **выполненные одним цветом** (только черным, только красным), свидетельствуют о нежелании испытуемого показывать свое истинное состояние, о закрытости. **Нелепое использование цвета** (зеленая лава, фиолетовый вулкан и т. п.) может быть признаком неадекватности эмоциональных реакций.

Анализируя цветовую гамму, интерпретируйте состояние испытуемого осторожно и обязательно соотнесите с другими выявленными признаками. Обратите внимание на общее впечатление от всего рисунка, попробуйте мысленно оживить его, представить изображение реальным. Определите, какое ощущение от этого возникает: радости, печали, опасности, заброшенности.

Словесное описание вулкана

Ответ на вопрос **«Какой это вулкан?»** отражает некоторые представления ребенка о самом себе. Вариантов может быть очень много — страшный, большой, одинокий, красивый, бурлящий, потухший, впечатляющий и т. п. Как правило, эти эпитеты могут быть прямо перенесены на личностные качества человека: большой он или маленький, действующий или пассивный, опасный или дружелюбный, приятный или нет.

Если учащийся затрудняется ответить на вопрос о том, какой вулкан, можно предположить трудности самопонимания, но только при условии, что испытуемый чувствует себя в безопасности и имеет собственную мотивацию к диагностике, а не находится в условиях принуждения.

Ответ на вопрос **«Как можно помочь вулкану?»** сигнализирует о том, каким образом можно облегчить его эмоциональное состояние. Существует несколько наиболее часто встречающихся вариантов ответов.

«Дать ему взорваться, выкипеть, извергнуться» — у испытуемого существует потребность в том, чтобы накопленные переживания были выражены прямо, полностью; их надо с кем-то в диалоге разделить; надо позволить самому себе быть искренним в проявлении эмоций. Надо стать активнее и меньше ориентироваться на возможное осуждение окружающих в случае искреннего выражения эмоций; перестать запрещать себе сдерживаться.

«Охладить его (дождем, облаками, добавить рядом реку)» — человеку нужно что-то, что поможет снизить интенсивность переживаний. Как правило, он ожидает помощь извне. В отличие от первого варианта, испытуемый не хочет поделиться эмоциями, он хочет их не испытывать.

«Добавить другие вулканы» — ребенок переживает одиночество, чувствует себя брошенным, нуждается в психологически близких отношениях и поддержке.

«Превратить вулкан в место для развлечения и радости (зону аттракционов, экскурсий, сафари-парк и т. п.)» — испытуемый хочет измениться, стать привлекательным для окружающих, нравиться, активно и позитивно взаимодействовать с другими. Этот вариант особенно характерен для детей, которым не хватает радости и поддержки в семье.

«Позаботиться о нем» (убрать вокруг, сделать все красиво, посадить на его склонах цветы) — прямая потребность в заботе и уходе.

«Ему никак не помочь» — испытуемый переживает жизненную ситуацию как не имеющую выхода; сопротивляется идее помощи и, как правило, не готов к психологическому вмешательству.

11. Проективная рисуночная методика «Три дерева»

Эта проективная рисуночная методика придумана и воплощена в жизнь немецким психотерапевтом Эддой Клессман. Тестирование «Три дерева» помогает определить возможные семейные конфликты и их причины и подобрать оптимальный вариант налаживания отношений, тестируемого с близкими.

Выбор количества изображаемых деревьев неслучаен: в этом случае дети в ответ на просьбу об изображении трёх растений неосознанно проецируют на бумагу свои отношения с родителями. Чаще всего объекты — это сам малыш и мама с папой, но в некоторых случаях возможно сравнение деревьев с другими близкими родственниками — братом, бабушкой, сестрой, тётёй и так далее. Существуют ситуации, когда исследуемый представляет людей, не находящихся с ним в родственных отношениях, но близких ему и ассоциирующихся у него с семьёй — сосед, друг или подруга родителей.

Ребенку предлагается нарисовать на одном горизонтально расположенном листе бумаги три каких-либо дерева, а затем сравнить их с членами своей семьи

Сравнивая деревья с членами семьи, дети обычно выбирают себя и родителей. Но иногда это может быть брат, сестра, бабушка, дедушка или любой другой человек, например, сосед. В этом случае в последующей беседе важно расспросить ребенка, почему он выбрал именно этих "членов семьи", а других вытеснил.

Конфликт в отношении с родителями или с одним из родителей может выражаться в том, что ребенок не доволен, как нарисовал одно из деревьев и зачеркивает его. Если ребенок вопреки инструкции рисует только два дерева, это говорит о нарушениях взаимодействия в семье с третьим объектом - отцом, или даже о полном отсутствии триангуляторных отношений.

Общий депрессивный фон настроения и подавленность проявляются на рисунке в том, что нависли черные тучи и идет дождь. Заторможенность и инертность в протекании психических процессов проявляются в том, что ребенок рисует очень медленно. На рисунке "замороженность" символизирует снег под деревьями.

Инструкция по проведению теста "три дерева" предполагает, что в ходе предварительной беседы ребенка спрашивают о составе его семьи, как кого зовут, сколько кому лет, кем работают или где учатся члены семьи, какая квартира и кто в какой комнате живет. После этого психолог просит ребенка нарисовать на стандартном листе бумаги формата А4, который располагается горизонтально, "любые три дерева". Пока ребенок рисует, психолог, если это необходимо, может побеседовать в соседнем помещении с родителями наедине.

Когда рисунок готов, психолог хвалит ребенка и его рисунок. Затем ребенок называет каждое дерево и подписывает его название цветным карандашом, который больше

всего подходит данному дереву. Анализ рисунка включает в себя интерпретацию основного цветового фона изображения, цвета отдельных его элементов, цвета надписи.

Известно, что цвет отражает различные эмоциональные состояния человека. Причем один и тот же цвет может одновременно вызывать сразу множество различных, часто противоположных переживаний. Символика цвета определяется одновременно множеством факторов - как наследуемых, так и формирующихся при жизни. При этом на образование символа может оказывать влияние любое событие, начиная с внутриутробного развития, особенностей протекания беременности у матери, родов, развития в младенческом возрасте, особенностей приучения к горшку, времени посещения детского сада и т. д., вплоть до актуальной ситуации, в которой находится пациент сейчас.

цвет	-
красный	Агрессия, ненависть, опасность
синий	Безумие, иррациональность
желтый	ревность, зависть, жадность, лживость, мания, бред
оранжевый	вытесняет другие цвета, страсть борьбы и войны
зеленый	яд, болезнь, незрелость
фиолетовый	внутреннее беспокойство, тревога, отречение, меланхолия
коричневый	Грязь
черный	Траур
белый	Привидение, грусть
серый	Неясность, туман, депрессия

После того, как ребенок назвал и подписал деревья, его просят выбрать дерево, которое ему "больше всего нравится". Психолог просит у ребенка разрешение подписать на его рисунке, что выбранное им дерево ему больше всего нравится. Затем ребенок отвечает на следующие вопросы психолога:

- Какое дерево самое большое? - Какое дерево самое маленькое? - Какое дерево самое молодое?

- Какое дерево самое старое? - Какое дерево самое красивое?

Все характеристики деревьев психолог с разрешения ребенка подписывает под соответствующим деревом на рисунке.

В качестве следующего задания психолог предлагает ребенку представить себя садовником или садовницей. Дети должны ответить на вопрос: "Чтобы можно было бы сделать для каждого дерева?" В случае необходимости предлагаются альтернативные ответы: полить, внести удобрения, дать больше тепла, больше света, пересадить, огородить. Обязательно проговаривается и такой вариант ответа: "А некоторым деревьям вообще ничего не нужно. Им и так хорошо". Психолог с разрешения ребенка записывает под каждым деревом все, что ему нужно.

Прежде чем попросить ребенка сравнить нарисованные и описанные деревья с членами его семьи психолог предлагает какое-нибудь интерферирующее задание, чтобы избежать прямых сравнений и ассоциаций обсужденных свойств деревьев с особенностями членов семьи. Например, ребенка можно попросить проранжировать предметы в школе по ступенькам своеобразной лестницы - от самого приятного до самого неприятного. Или психолог может провести какой-либо тест. Лишь после этого ребенка просят сравнить каждое дерево с членами его семьи. Когда ребенок это сделает, его просят подписать на рисунке около каждого дерева, с кем он его мог бы сравнить. При этом для каждого члена семьи ребенок подбирает подходящий этому человеку цвет.

12.Методика «Несуществующее животное»

Описание методики Проективная методика исследования личности.

Испытуемому предлагают придумать и нарисовать несуществующее животное, а также дать ему ранее не существовавшее имя.

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

Процедура проведения

Инструкция

«Вам предлагается придумать и нарисовать несуществующее животное, то есть такое, которое никогда и нигде ранее не существовало и не существует (нельзя использовать героев сказок и мультфильмов). А также назвать его несуществующим именем».

Инструкция для группового тестирования (расширенный вариант)

«Сегодня Вам предлагается задание на раскрытие Ваших творческих способностей, воображения, умения решать нестандартные задачи.

В течении 25-30 минут придумайте и нарисуйте несуществующее животное. При этом важно не использовать подсказки-образы, придуманные ранее другими людьми, например, «чебурашка», «лошарик» и т. п.

Придуманное вами животное назовите несуществующим, но подходящим ему, на Ваш взгляд, именем. Имя должно состоять из одного слова, части которого не должны отражать уже существующих в русском языке слов (например «дельфинокрыл», «конекит» и т. п.).

Составьте его описание в произвольной форме (ориентировочно 10-15 предложений). В описании желательно отразить следующие моменты: размеры животного, где и с кем живет, чем питается, чего боится, насколько его внешний вид сочетается с его повадками, для чего он живет и какая от него польза и т. д. и т.п. Данный перечень вопросов предлагается Вам для ориентировки. Проявите Вашу фантазию. Уверены, что Вы придумаете что-то более оригинальное. Вверху на листе поставьте свой условный номер, сегодняшнюю дату. Внизу – свою роспись.

Желаем Вам творческих успехов!»

Обработка и интерпретация

Положение рисунка на листе

В норме рисунок расположен по средней линии вертикально поставленного листа.

Лист бумаги лучше всего взять белый или слегка кремовый, неглянцевый.

Пользоваться карандашом средней мягкости; ручкой и фломастером рисовать нельзя.

Положение рисунка ближе к верхнему краю листа (чем ближе, тем более выражено) трактуется как высокая самооценка, как недовольство своим положением в социуме, недостаточностью признания со стороны окружающих, как претензия на продвижение и признание, тенденция к самоутверждению.

Положение рисунка в нижней части — обратная тенденция: неуверенность в себе, низкая самооценка, подавленность, нерешительность, незаинтересованность в своем положении в социуме, в признании, отсутствие тенденции к самоутверждению.

Центральная смысловая часть фигуры

(голова или замещающая ее деталь)

Голова повернута вправо — устойчивая тенденция к деятельности, действенности: почти все, что обдумывается, планируется, осуществляется или, по крайней мере, начинает осуществляться (если даже и не доводится до конца). Испытуемый активно переходит к реализации своих планов, наклонностей.

Голова повернута влево — тенденция к рефлексии, к размышлениям. Это не человек действия: лишь незначительная часть замыслов реализуется или хотя бы начинает реализоваться. Нередко также боязнь перед активным действием и нерешительность

(вариант: отсутствие тенденции к действию или боязнь активности — следует решить дополнительно).

Положение «анфас», т.е. голова направлена на рисующего (на себя), трактуется как эгоцентризм. На голове расположены детали, соответствующие органам чувств—уши, рот, глаза. Значение детали «уши» — прямое: заинтересованность в информации, значимость мнения окружающих о себе.

Дополнительно по другим показателям и их сочетанию определяется, предпринимает ли испытуемый что-либо для завоевания положительной оценки или только продуцирует на оценки окружающих соответствующие эмоциональные реакции (радость, гордость, обида, огорчение), не изменяя своего поведения. Приоткрытый рот в сочетании с языком при отсутствии прорисовки губ трактуется как большая речевая активность (болтливость), в сочетании с прорисовкой губ — как чувственность; иногда и то, и другое вместе. Открытый рот без прорисовки языка и губ, особенно — зачерченный, трактуется как легкость возникновения опасений и страхов, недоверия. Рот с зубами — вербальная агрессия, в большинстве случаев — защитная (огрызается, задирается, грубит в ответ на обращение к нему отрицательного свойства, осуждение, порицание). Для детей и подростков характерен рисунок зачерченного рта округлой формы (боязливость, тревожность).

Особое значение придают глазам. Это символ присущего человеку переживания страха: подчеркивается резкой прорисовкой радужки. Обратит внимание на наличие или отсутствие ресниц. Ресницы — истероидно-демонстративные манеры поведения; для мужчин: женственные черты характера с прорисовкой зрачка и радужки совпадают редко. Ресницы—также заинтересованность в восхищении окружающих внешней красотой и манерой одеваться, придание этому большого значения.

Увеличенный (относительно фигуры в целом) размер головы говорит о том, что испытуемый ценит рациональное начало (возможно, и эрудицию) в себе и окружающих. На голове также иногда располагаются дополнительные детали: рога — защита, агрессия. Определить по сочетанию с другими признаками — когтями, щетиной, иглами — характер этой агрессии: спонтанная или защитно-ответная. Перья—тенденция к самоукрашению и самооправданию, к демонстративности. Грива, шерсть, подобие прически — чувственность, подчеркивание своего пола и иногда ориентировка на свою сексуальную роль.

Несущая, опорная часть фигуры

К ней относятся (ноги, лапы, иногда — постамент). Рассматривается основательность этой части по отношению к размерам всей фигуры и по форме:

- а) основательность, обдуманность, рациональность принятия решения, пути к выводам, формирование суждения, опора на существенные положения и значимую информацию;
- б) поверхностность суждений, легкомыслие в выводах и неосновательность суждений, иногда импульсивность принятия решения (особенно при отсутствии или почти отсутствии ног).

Обратить внимание на характер соединения ног с корпусом: точно, тщательно или небрежно, слабо соединены или не соединены вовсе — это характер контроля за рассуждениями, выводами, решениями. Однотипность и однонаправленность формы лап, любых элементов опорной части — конформность суждений и установок в принятии решений, их стандартность, банальность. Разнообразие в форме и положении этих деталей — своеобразие установок и суждений, самостоятельность и небанальность; иногда даже творческое начало (соответственно необычности формы) или инакомыслие (ближе к патологии).

Части, поднимающиеся над уровнем фигуры

Они могут быть функциональными или украшающими: крылья, дополнительные ноги, щупальца, детали панциря, перья, бантики вроде завитушек-кудрей, цветково-функциональные детали — энергия охвата разных областей человеческой деятельности, уверенность в себе, «самораспространение» с неделикатным и неразборчивым притеснением окружающих, либо любознательность, желание соучаствовать как можно в большем числе дел окружающих, завоевание себе места под солнцем, увлеченность своей

деятельностью, смелость предприятий (соответственно значению Детали-символа — крылья или щупальца и т.д.). Украшающие детали — демонстративность, склонность обращать на себя внимание окружающих, манерность (например, лошадь или ее несуществующее подобие в султанах из павлиньих перьев).

Хвосты

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

Контурные фигуры

Анализируются по наличию или отсутствию выступов (типа щитов, панцирей, игл), прорисовки и затемнения линии контура. Это защита от окружающих, агрессивная — если она выполнена в острых углах; со страхом и тревогой — если имеет место затемнение, «запачкивание» контурной линии; с опасением, подозрительностью — если выставлены щиты, «заслоны», линия удвоена. Направленность такой защиты — соответственно пространственному расположению: верхний контур фигуры — против вышестоящих, против лиц, имеющих возможность наложить запрет, ограничение, осуществить принуждение, т.е. против старших по возрасту, родителей, учителей, начальников, руководителей; нижний контур — защита против насмешек, непризнания, отсутствия авторитета у нижестоящих подчиненных, младших, боязнь осуждения; боковые контуры — недифференцированная опасливость и готовность к самозащите любого порядка и в разных ситуациях; то же самое — элементы «защиты», расположенные не по контуру, а внутри контура, на самом корпусе животного. Справа — больше в процессе деятельности (реальной), слева — больше защита своих мнений, убеждений, вкусов.

Общая энергия

Оценивается количество изображенных деталей — только ли необходимое количество, чтобы дать представление о придуманном несуществующем животном (тело, голова, конечности или тело, хвост, крылья и т.п.): с заполненным контуром, без штриховки и дополнительных линий и частей, просто примитивный контур, — или имеет место щедрое изображение не только необходимых, но усложняющих конструкцию дополнительных деталей. Соответственно, чем больше составных частей и элементов (помимо самых необходимых), тем выше энергия. В обратном случае — экономия энергии, астеничность организма, хроническое соматическое заболевание (то же самое подтверждается характером линии — слабая паутинообразная линия, «возит карандашом по бумаге», не нажимая на него). Обратный же характер линий — жирная с нажимом — не является полярным: это не энергия, а тревожность. Следует обратить внимание на резко продавленные линии, видимые даже на обратной стороне листа (судорожный, высокий тонус мышц рисующей руки) — резкая тревожность. Обратить внимание также на то, какая деталь, какой символ выполнен таким образом (т.е. к чему привязана тревога).

Линии

Оценка характера линии (дубляж линии, небрежность, неаккуратность соединений, «островки» из находящихся друг на друга линий, зачернение частей рисунка, «запачкивание», отклонение от вертикальной оси, стереотипности линий и т.д.). Оценка осуществляется так же, как и при анализе пиктограммы. То же — фрагментарность линий и форм, незаконченность, оборванность рисунка.

Типы животных

Тематически животные делятся на угрожаемых, угрожающих и нейтральных (подобия льва, бегемота, волка или птицы, улитки, муравья, либо белки, собаки, кошки). Это отношение к

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

Уподобление рисуемого животного человеку, начиная с постановки животного в положение прямохождения на две лапы, вместо четырех или более, и заканчивая одеванием животного в человеческую одежду (штаны, юбки, банты, пояса, платье), включая похожесть морды на лицо, ног и лап на руки, свидетельствует об инфантильности, эмоциональной незрелости, соответственно степени выраженности «очеловечивания» животного. Механизм сходен аллегорическому значению животных и их характеров в сказках, притчах и т.п.

Агрессивность

Степень агрессивности выражена количеством, расположением и характером углов в рисунке, независимо от их связи с той или иной деталью изображения. Особенно весомы в этом отношении прямые символы агрессии — когти, зубы, клювы. Следует обратить внимание также на акцентировку сексуальных признаков — вымени, сосков, груди при человекоподобной фигуре и др. Это отношение к полу, вплоть до фиксации на проблеме секса.

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

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

Творческие возможности

Выражены обычно количеством сочетающихся в фигуре элементов: банальность, отсутствие творческого начала принимают форму «готового», существующего животного (люди, лошади, собаки, свиньи, рыбы), к которому лишь приделывается «готовая» существующая деталь, чтобы нарисованное животное стало несуществующим — кошка с крыльями, рыба с перьями, собака с лапами и т.п. Оригинальность выражается в форме построения фигуры из элементов, а не целых заготовок.

Название

Может выражать рациональное соединение смысловых частей (летающий заяц, «бегекот», «мухожер» и т.п.). Другой вариант — словообразование с книжно-научным, иногда латинским суффиксом или окончанием («ратолетиус» и т.п.). Первое — рациональность, конкретная установка при ориентировке и адаптации; второе — демонстративность, направленная главным образом на демонстрацию собственного разума, эрудиции, знаний. Встречаются названия поверхностно-звуковые без всякого осмысления («лялие», «лиошана», «гратегер» и т.п.), знаменующие легкомысленное отношение к окружающим, неумение учитывать сигнал опасности, наличие аффективных критериев в основе мышления, перевес эстетических элементов в суждениях над рациональными.

Наблюдаются иронически-юмористические названия («риночурка», «пузыренд» и т.п.) — при соответственно иронически-снихождительном отношении к окружающим. Инфантильные названия имеют обычно повторяющиеся элементы («тру-тру», «лю-лю», «кус-кус» и т.п.). Склонность к фантазированию (чаще защитного порядка) выражена обычно удлиненными названиями («аберосинотиклирон», «гулобарниклета-миешиния» и т.п.).

13. Методика диагностики направленности учебной мотивации (по Дубовицкой Т.Д.)

Цель методики – выявление направленности и уровня развития внутренней мотивации учебной деятельности обучающихся при обучении в различных творческих объединениях

Общая характеристика методики.

Методика состоит из 20 суждений и предложенных вариантов ответа. Ответы в виде + и – записываются либо на специальном бланке, либо на простом листе бумаги напротив порядкового номера суждения. Обработка производится в соответствии с ключом. Методика используется со всеми категориями обучающихся, начиная с 12-летнего возраста.

Инструкция

Вам предлагается принять участие в исследовании, направленном на повышение эффективности обучения. Прочитайте каждое высказывание и выразите своё отношение к изучаемому предмету, проставив напротив номера высказывания свой ответ, используя для этого следующие обозначения: верно (++)); пожалуй, верно (+); пожалуй, неверно (-), неверно (--).

Помните, что качество наших рекомендаций будет зависеть от искренности и точности Ваших ответов. Благодарим за участие в опросе.

1. Занятие данным видом деятельности даёт мне возможность узнать много важного для себя, проявить свои способности.
2. Заниматься данным видом деятельности мне интересно, и я хочу знать о нём как можно больше.
3. Занимаясь данным видом деятельности мне достаточно тех знаний, которые я получаю на занятиях.
4. Учебные задания по данному виду деятельности мне неинтересны, я их выполняю, потому что этого требует педагог.
5. Трудности, возникающие при занятии видом деятельности, делают его для меня ещё более увлекательным.
6. При изучении данного вида деятельности кроме книг и журналов, рекомендованных педагогом, самостоятельно читаю дополнительную литературу.
7. Считаю, что трудные теоретические вопросы по данному виду деятельности можно было бы не изучать.
8. Если что-то не получается по данному виду деятельности, стараюсь разобраться и дойти до сути.
9. На занятиях у меня часто бывает такое состояние, когда «совсем не хочется учиться».
10. Активно работаю и выполняю задания только под контролем педагога.
11. Изучаемый материал с интересом обсуждаю в свободное время (в школе, дома) со своими одноклассниками, друзьями.
12. Стараюсь самостоятельно выполнять задания, не люблю, когда мне подсказывают.
13. По возможности стараюсь попросить кого-то выполнить задание за меня.
14. Считаю, что все знания являются ценными и по возможности нужно знать об изучаемом виде деятельности как можно больше.
15. Оценка для меня важнее, чем знания.
16. Если я плохо подготовлен(а), то особо не расстраиваюсь и не переживаю.
17. Мои интересы и увлечения в свободное время связаны с видом деятельности, которым я занимаюсь в творческом объединении (студии, секции).
18. Данный вид деятельности даётся мне с трудом, и мне приходится заставлять себя выполнять учебные задания.
19. Если по болезни (или другим причинам) я пропускаю занятия в творческом объединении (студии, секции), то меня это огорчает.

20. Если бы было можно, то не посещал бы творческое объединение студию, секцию), но родители меня заставляют его посещать.

Обработка результатов.

Подсчёт показателей опросника производится в соответствии с ключом, где «да» означает положительные ответы (верно; пожалуй, верно), а «нет» - отрицательные (пожалуй, неверно; неверно).

Ключ:

Да	1	2	5	6	8	11	12	14	17	19
Нет	3	4	7	9	10	13	15	16	18	20

Для определения уровня внутренней мотивации могут быть использованы также следующие нормативные границы:

0 – 5 баллов – низкий уровень внутренней мотивации

6 – 14 баллов – средний уровень внутренней мотивации

15 – 20 баллов – высокий уровень внутренней мотивации.

Для качественного анализа результатов вопросы разделены на следующие группы:

1. Ценность знаний – положительные ответы по суждениям 1,11,14,17 (максимальное количество баллов 8).

2. Самостоятельность в виде деятельности – положительные ответы по суждениям 6,8,12 (максимальное количество баллов 6).

3. Пассивность – положительные ответы по суждениям 7,10,13 (максимальное количество баллов 6)

4. Трудность в изучении вида деятельности – положительный ответ по суждению 18 (максимальное количество баллов 2)

5. Интерес к виду деятельности – положительные ответы по суждениям 2,5,19 (максимальное количество баллов 6)

6. Негативное отношение к занятиям – положительные ответы по суждениям 3,4,9 (максимальное количество баллов 6)

7. Негативное отношение к виду деятельности – положительные ответы по суждениям 15,16,20 (максимальное количество баллов 6).

Степень данных проявлений: 0 - 25% - низкая

30%-70% - средняя

75%-100% - высокая

Знак результата, полученный при суммировании баллов, показывает наличие или отсутствие данных проявлений.

Бланк ответов (Ф.И. _____)

№	Наименование учебного предмета 1	Наименование учебного предмета 2	Наименование учебного предмета 3	Наименование учебного предмета 4	Наименование учебного предмета 5

14.Тест - Барашек в бутылке

Время для проведения методики – *индивидуально*. Зависит от особенностей тестируемого, кто-то может за 20 минут справиться, кому-то потребуется и 40.

Материал : карандаши или краски, лист бумаги, кисточки. Можно использовать глину или пластилин, или соленое тесто, потом эту лепку разукрасить и так интерпретировать. Вместо кисточек, для детей, можно использовать их пальчики – это и мелкую моторику развивает, делает сам процесс увлекательнее и с большим интересом ребенок будет это выполнять. А вот элементы лепки стоит использовать либо для детей старшего возраста, либо для взрослых.

Проведение методики

Психологические особенности – как и для любого теста, тестируемый должен быть в нормальном психологическом состоянии, накануне, чтоб не было стрессовых ситуаций, разных переживаний, иначе это будет искажать результаты. Для начала проведения методики, вы можете сделать, так сказать, «разогревающие тесты», направленные на выявление эмоционального состояния. Это могут быть проективные или тесты – опросники. Неплохо было бы провести релаксационные упражнения, чтоб снять всякое напряжение. Чем лучше Вы подготовитесь к проведению, тем точнее будут результаты.

А теперь давайте рассмотрим классический вариант самого проведения. Предложите ребенку лист бумаги, дайте краски (используйте все цвета), кисточку и озвучьте задание

«Нарисуй, пожалуйста, барашка в бутылке».

Дайте ребенку время сосредоточиться, не торопите его, поддерживайте, не отстраняйтесь. Если у него будут возникать вопросы, обязательно отвечайте и параллельно задавайте свои, по ходу его рисования. Вопросы должны касаться цветов, которые ребенок использует, ведь мы знаем, что каждый цвет имеет свое значение.

Так же обратите внимание на то, какие цвета ребенок использовал в задании, каждый цвет имеет свое значение, описаний много, найдете без труда. Эта техника позволяет работать со всеми клиентскими группами, начиная с детей 6-7 лет, подростками и взрослыми. Проводить ее рекомендуется не чаще чем один раз в полгода.

Число участников от 1 до 15.

Материалы:

- 1 2 листа бумаги А4
- 2 Простой карандаш

Инструкция испытуемому формируется следующим образом. Нарисуйте барашка в бутылке после того, как будет выполнен рисунок, испытуемому предлагается на втором листе предлагается записать ответы на следующие вопросы:

- 1 Как барашек оказался в бутылке?
- 2 Как чувствует себя барашек?
- 3 Как чувствует себя бутылка?
- 4 Хочет ли выбраться из бутылки? Почему?
- 5 Если да, то как?
- 6 О чем мечтает барашек?
- 7 О чем мечтает бутылка?
- 8 Чего тревожит барашка?
- 9 Что может тревожить бутылку?

Ответы на вопросы лучше фиксировать, чтоб потом было проще написать заключение, чтоб Вы всегда могли к ним вернуться, а лучше всего фиксировать либо видео приборами или аудио, но учтите, это никак не должно смущать и приносить дискомфорт ребенку, с которым Вы работаете. Можете установить, не заметно, диктофон, чтоб не отвлекаться на записывание вопросов, а после проведения методики могли к ним спокойно вернуться, не восстанавливая в памяти.

На рисование отводится 5-7 минут плюс 5-7 минут на ответы на вопросы. После чего работы собираются и анализируются психологом самостоятельно или в индивидуальной беседе с испытуемым. Нормальными считаются ответы:

- Ему там хорошо, тепло, комфортно
- Немного тесновато, но он может выбраться без проблем и т.д.
- Ответы на вопросы, которые требуют работы с ребенком, звучат так:
- Ему там плохо, одиноко, холодно, грустно. Все, что с негативной окраской.

Интерпретация результатов диагностики.

Барашек – символизирует автора работы. Насколько ярко, четко, пушисто прорисован барашек, настолько легко, позитивно и благоприятно человек ощущает себя в родительской семье и наоборот. Наличие хорошо прорисованных рожек и ног – это знак упрямства, борьбы и отстаивания своего мнения, возможность наличия сопротивления ребенка по отношению к родителям. Рога и копыта часто встречаются в работах подростков, когда происходит процесс психологического и эмоционального отделения от родительской семьи. Если автор изображает барашка в негативном образе, это трактуется как неприятие себя.

Бутылка – символ родительской семьи. Очертания бутылки имеют свое значения. Мягкие, плавные, округлые формы бутылки – может трактоваться как близость автора работы к маме, и символизирует потребность в ее внимании и ее заботе, оценке. Более резкие, угловатые формы бутылки – в характере автора работы преобладают отцовское начало, отцовские черты характера.

Большое значение придается положению барашка в бутылке. Если барашек твердо стоит на ногах на дне бутылки это означает, что автор работы находится в семье, в которой испытывает стабильность, устойчивость. Бутылка в может быть изображена как в горизонтальном так и в вертикальном положении. Направленность барашка к горлышку бутылки, может трактоваться, как желание выйти из бутылки и отделиться от родительской семьи. Возможен вариант: когда барашек находится в положении противоположном – спиной к горлышку бутылки и лицом к доньшку, это трактуется, как не желание испытуемого покидать родительскую семью, наличие, наличие опасений связанных с самостоятельностью

Следует обратить особое внимание на горлышко, сопоставить с размерами барашка. Соответствуют ли размеры барашка величине горлышка бутылки? Сможет ли барашек при желании выйти из бутылки? Или может барашек крупнее горлышка? А может ему только кажется, что он может покинуть бутылку? И хочет ли вообще барашек выйти из бутылки? Встречаются работы, в которых горлышко закрыто пробкой, это может трактоваться как проявление гиперопеки, автор работы ощущает себя под контролем со стороны родителей, все решения принимаются за него, и он явно не скоро будет готов к самостоятельности и отделению от родительской семьи. (*Пример №2*). Когда внутреннее пространство бутылки украшается элементами интерьера, создается замкнутый уютный микроклимат, это свидетельствует о чрезмерной родительской опеки, и о том, что автор работы воспринимает такую опеку положительно. Родители окружают всем необходимым и тем самым лишают ребенка права на принятие самостоятельных решений и возможности представления жизни за пределами семьи, это может быть причинами неуверенности в себе, социальной несмелости ребенка.

Когда бутылка надбита или разбита это может трактоваться как наличие психологических травм, пережитых ребенком в родительской семье.

Часто подростки рисуют бутылку и подписывают её названием алкогольного напитка, это может говорить о том, что в данный момент подростка интересуют спиртные напитки, пребывает в состоянии построения своего отношения к алкоголю. В этот момент педагогам

и психологам важно не упустить и провести необходимые воспитательные коррекционные мероприятия.

15.Рисуночный тест "Слон"

Дайте человеку лист бумаги и попросите тестируемого нарисовать слона. Как, рисуя дерево, человек прикладывает его к своей жизни, так и рисуя слона, он рисует себя, свои проблемы и свое видение жизни.

Если у слона хорошо прорисованы уши, глаза, рот, кончик хобота, словом, все то, что связано с органами чувств, значит, нарисовавший его человек достаточно чуток к жизни, умеет видеть ее и слышать.

Органы чувств хоть и выписаны, но сделаны несколько небрежно, кое-как прорисован хобот. И очень важная деталь — на ногах слона нет ногтей. Это верный признак, что человек не аккуратист, не тщателен, не обращает особого внимания на качество жизни, не видит в ней малого.

Если еще и ноги прорисованы небрежно, это свидетельство того, что человек неоснователен.

Общий рисунок логичен, пропорционален, совпадает с общим видом реального слона. Значит, у рисовавшего есть чувство меры, он умеет комплексно подходить к жизни, знает, что такое гармония.

Все четыре ноги одинаковой длины. Это означает, что человек стоит в жизни довольно устойчиво, привык надеяться в основном только на себя и чувствует себя уверенным и стабильным.

У слона округлая голова, вообще в самом рисунке много округлостей. Округлость указывает на наличие энергий женского принципа - это мягкость, доброта.

Большие, задранные вверх бивни указывают на возможность и готовность постоять за себя. Если бивни хоть и прорисованы, но маленькие и не задраны вверх — это говорит о неагрессивности рисовавшего.

Прямо за головой, где у слона голова переходит в туловище, видим выемку. Если она выписана явно, значит, рисовавший раним, ему о многом хотелось бы забыть в жизни. Хвост и хобот опущены вниз. В принципе, это указывает на раздумчиво-грустный, небойкий характер. Но если наряду с этим в рисунке было бы много всяких округлостей и задора, можно было бы предположить, что автор склонен к частой смене настроений.

Уши нарисованы в спокойном состоянии, что немаловажно для вывода о ровном или нервном характере. Если у слона уши подняты вверх - не исключено, что автор рисунка постоянно встревожен, ждет от жизни каверз и неприятностей.

Если слон нарисован с поднятыми вверх ушами, поднятыми бивнями, вытянутым хвостом и задраным вверх хоботом — человек обладает излишней нервностью, агрессивностью. Его надо успокоить, привить ему мысли, что мир — это не всегда джунгли и вряд ли стоит быть излишне мобилизованным.

Слоны могут быть совершенно разными. Если вы задаетесь целью поразмышлять на эту тему, то погрузитесь в мир символов, образующих "слона". Исследуя рисунок с прикладной целью, выявляя для этого эмоциональные свойства рисовавшего, черты его характера, мы можем увидеть, что слон может быть нежным, может быть устойчивым в жизни, а может быть брызжащим, неживчивым типом.

Нарисовавший слона нарисовал не только себя, но в иносказательной форме доверил бумаге свои проблемы. Вы, увидев их, можете помочь человеку правильно сориентироваться в жизни.

16.Методика «Человек под дождем».

Дождь является неблагоприятным погодным условием. Эта методика направлена на определение силы характера человека, его способность преодолевать неблагоприятные

ситуации, противостоять им. Как человек справляется с трудностями, какие защитные механизмы применяет? Насколько он устойчив к стрессам? Как реагирует? Какие защиты использует? Как себя ведет?

Тест не стоит применять к ребенку, слабо владеющему графическими навыками.

Методика проведения

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

Интерпретация

Голова отвечает за интеллектуальную составляющую человека.

Волосы – это показатель измерения интеллекта. Чем длиннее, красивее волосы, тем более умными они себя считают.

Лицо – это наша часть тела, по которой нас отличают от всех, идентифицируют.

Шея - это орган, который отделяет и соединяет рациональную и эмоциональную часть. Все наши эмоции живут в теле, а мысли и идеи живут в голове. Шея является контролирующим органом. Если шея длиннее у человека под дождем, то контроль над эмоциями становится сильнее. В сложных ситуациях надо все хорошо продумать и не давать волю эмоциям. Чем длиннее шея, тем выше контроль над эмоциями. Тем больше преобладает рациональное. Если шеи нет совсем на рисунке, то это говорит об импульсивности и что человек очень эмоционален.

Плечи – это зона потребности во власти. Погоны находятся на плечах. Чем шире плечи, тем потребность во власти более интенсивна.

Руки отвечают за коммуникацию, за общение с другими людьми. Если руки спрятаны в брюках, в карманах, за спиной это свидетельствует о проблемах в коммуникациях с другими людьми.

Туловище – сексуальность.

Ноги – опора, насколько устойчив человек по жизни. При интерпретации рисунков следует оценить сначала общее впечатление от рисунка: атмосферу изображенного пейзажа, настроение персонажа. Только после этого можно перейти к анализу специфических деталей с точки зрения логики интерпретации.

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

Если человек под дождем увеличивается, то это может говорить о том, что некие неблагоприятные внешние условия мобилизуют человека, делают его сильнее. Человек собирается силами, концентрируется и готов бороться с этими сложностями.

Если уменьшается, то его способы справляться со сложностями более детские. Тело как бы сжимается во время проблем. Если на втором рисунке человек смещен в верхнюю часть листа, можно предположить склонность к уходу от действительности, к потере опоры под ногами, а также наличие защитных механизмов по типу фантазирования, чрезмерного оптимизма, который часто не оправдан. Положение фигуры в профиль или спиной указывает на стремление отрешиться от мира, к самозащите.

Изображение, помещенное внизу листа, может свидетельствовать о наличии депрессивных тенденций, чувстве незащищенности.

Необходимо обращать внимание на выражение лица человека, как реагирует. Это важно потому, что одной из причин возникновения психосоматических расстройств является наши переживания стресса, умение и способность переживать стресс и справляться с неблагоприятными ситуациями.

В остальном при интерпретации следует опираться на методику «Человек». Например, изображение, смещенное влево, возможно, связано с наличием импульсивности

в поведении, ориентацией на прошлое, в ряде случаев с зависимостью от матери. Изображение, смещенное вправо, указывает на наличие ориентации на окружение и, возможно, зависимость от отца.

Если рисунок расположен преимущественно в верхней части листа, это может означать, что у человека высокая самооценка, он недоволен своим положением в обществе, ему не хватает признания. Если при расположении в верхней части листа фигура очень маленькая, то человек считает себя своего рода непризнанным гением.

Если рисунок располагается большей частью в нижней части листа, то у его автора может быть низкая самооценка, неуверенность в себе, подавленность, нерешительность, страхи, связанные с самопредъявлением, незаинтересованность в своем положении в обществе.

Положение рисунка по горизонтальной оси (лево-право): — если рисунок расположен больше в левой части, человек больше опирается на прошлый опыт, склонен к самоанализу, нерешителен в действиях, пассивен; — если большая часть рисунка располагается в правой части листа, то перед нами человек действия, который реализует задуманное, активен и энергичен.

Трансформация фигуры.

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

Уменьшение фигуры имеет место тогда, когда испытуемый нуждается в защите и покровительстве, стремится перенести ответственность за собственную жизнь на других. Ребята, которые рисуют маленькие фигурки, обычно стесняются проявлять свои чувства и имеют тенденцию к сдержанности и некоторой заторможенности при взаимодействии с людьми. Они подвержены депрессивным состояниям в результате стресса.

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

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

Функция одежды — «формирование защиты от стихии». Обилие одежды указывает на потребность в дополнительной защите. Отсутствие одежды связано с игнорированием определенных стереотипов поведения, импульсивностью реагирования. Платье с черным контуром, это говорит о защите, которая защищает от воздействия извне, так и воздействия изнутри, сдерживании эмоций.

Человек рисуемый карандашом — обдумывают последствия, переживают, рисуемый фломастером — человек не дает право на ошибку, надо все обдумать хорошо, чтобы сделать один штрих, но идеальный. Четкость и категоричность действий. Четко и по факту.

Если в рисунке использованы и карандаш, и фломастер, то там, где карандаш, у человека есть какие-то проблемы.

Выбор расок. Люди, которым сложно сдерживать, управлять свои эмоции, они не будут рисовать акварелью, потому что она текучая, плавно перетекающая. Такие люди, как правило рисуют карандашами.

Направление фигуры человека

В проективной методике «Человек под дождем» немаловажно, как изображена фигура человека:

— повернута влево — внимание сосредоточено на себе, своих мыслях, переживаниях в

прошлом;

— повернута вправо— автор рисунка устремлен в будущее, активен;

— виден затылок, человек изображен спиной— проявление замкнутости, уход от решения конфликтов, возможность депрессивного состояния. Если человек под дождем сидит на скамеечке, то это говорит о депрессии.

Если человек изображен бегущим, автор рисунка хочет убежать от проблем, от сложных жизненных обстоятельств. Шагающий человек означает хорошую адаптацию. Если человек на рисунке стоит неустойчиво, это может означать напряжение, отсутствие стержня, равновесия.

Фигура из палочек указывает на негативизм, сопротивление методике. Чрезмерно детские, игровые рисунки говорят о потребности в одобрении. Рисунки-шаржи означают желание избежать оценочных суждений в свой адрес, переживание неполноценности, враждебности.

Средства защиты от дождя.

Зонт, головной убор, плащ и т.д. — это символы защитных механизмов, способов справиться с неприятностями. Чем больше объектов защиты, тем больше человек защищается в неблагоприятных жизненных ситуациях. Выяснить что защищает, от чего защищается и как это в его жизни проявляется.

Зонт представляет собой символическое изображение психической защиты от неприятных внешних воздействий. С точки зрения трактовки образов зонт может рассматриваться как отображение связи с матерью и отцом, которые символически представлены в образе зонтика: купол — материнское начало, а ручка — отцовское. Большой зонт говорит о зависимости, о потребности человека в неблагоприятных ситуациях в какой-то авторитетной поддержке от старшего, созависимость с родителями, желание в трудной ситуации получить поддержку от авторитетных лиц. На себя не может опираться.

Зонт может защищать или не защищать от непогоды, ограничивать поле зрения персонажа, а может и отсутствовать. Так, например, огромный зонт-гриб может свидетельствовать о сильной зависимости от матери, решающей все сложные ситуации за человека. Размер и расположение зонтика по отношению к фигуре человека указывают на интенсивность действия механизмов психической защиты.

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

Атрибуты дождя.

Дождь — помеха, нежелательное воздействие, побуждающее человека закрыться, спрятаться. Характер его изображения связан с тем, как человеком воспринимается трудная ситуация: редкие капли — как временная, преодолимая; тяжелые, закрашенные капли или линии — тяжелая, постоянная неблагоприятная ситуация.

Необходимо определить, откуда дождь «приходит» (справа или слева от человека) и какая часть фигуры подвергается воздействию в большей степени. Интерпретация проводится в соответствии с приписываемыми значениями правой и левой стороны листа или фигуры человека.

По линиям, которыми изображен дождь, можно судить об отношении автора рисунка к окружающей среде. Уравновешенные, одинаковые штрихи, в одну сторону, говорят о сбалансированной окружающей среде. Беспорядочные штрихи — окружающая среда тревожная, нестабильная. Вертикальные штрихи говорят об упрямстве, решительности. Короткие, неровные штрихи по всему полю и отсутствие всех защит указывает на тревогу и восприятие окружающей среды как враждебной.

Тучи являются символом ожидания неприятностей. Тучи довлеющие – это некие угрозы, страхи и

переживания человека. Важно обращать внимание на количество облаков, туч, их плотность, размер, расположение. В депрессивном состоянии изображаются тяжелые грозовые тучи, занимающие все небо.

Лужи, грязь символически отражают последствия тревожной ситуации, те переживания, которые остаются после «дождя». Следует обратить внимание на манеру изображения луж (форму, глубину, брызги). Важно отметить, как расположены лужи относительно фигуры человека (находятся ли они перед или за фигурой, окружают человека со всех сторон или он сам стоит в луже). Лужи символизируют нерешенные проблемы. Последствия после переживания. Нужно обратить внимание, слева или справа от персонажа находятся лужи: если слева, значит, человек видит проблемы в прошлом, если справа — предвидит их в будущем. Если человек стоит в луже, это может означать неудовлетворенность, потерю ориентиров.

Шизоид может нарисовать лужи, внешний мир для шизоидов небезопасен.

Дополнительные

детали.

Все дополнительные детали (дома, деревья, скамейки, машины) или предметы, которые человек держит в руках (сумочка, цветы, книги), рассматриваются как отражение потребности в дополнительной внешней опоре, в поддержке, в стремлении уйти от решения проблем путем переключения и замещающей деятельности. Более полная расшифровка деталей основывается на символическом значении представленных образов. Например, молния может символизировать начало нового цикла в развитии и драматические изменения в жизни человека. Радуга, нередко возникающая после грозы, предвещает появление солнца, символизирует мечту о несбыточном стремлении к совершенству.

Дополнительные предметы, изображенные на рисунке (фонарь, солнце и т.д.), обычно символизируют значимых людей для автора рисунка.

Тенденции.

Признаки эмоциональной холодности — схематичная фигура; лицо частично или полностью не прорисовано

Признаки импульсивности — много движений у фигуры; взлохмаченные волосы; несогласованность направленности тела, рук и ног; недостаточность одежды

Признаки конфликта в семье — ограничение пространства для фигуры; явное несоответствие качества рисунка другим; на лице прорисованы явно положительные эмоции.

Признаки инфантильности — человек в сказочной или праздничной одежде; на лице выражение восторга; у фигуры отсутствует шея; рисунок переместился вверх по сравнению с другими; уменьшение возраста человека, по сравнению с другими рисунками.

Искажение и пропуск деталей.

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

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

* Как изменяется цвет (цвет фона, цвет человечка, в какой цвет окрашены дождевые капли);

* Изменяется ли пол человека от рисунка к рисунку? Очень часто в таких сериях меняется пол человека. Это укажет нам на способ реагирования — по «женскому» или «мужскому» гендерному типу встречает человек трудности;

* Изменяется ли возраст человечка? Соответствует ли примерный возраст человечка

возрасту самого художника? Регресс в детство — покажет изображённый на картинке взрослого человека ребёнок. Если на картинке ребёнка или подростка изображён взрослый человек или старик — это расскажет о том, кому из старших родственников склонен подражать ребёнок, решая свои проблемы.
* Изменяется ли размер фигуры? Очень миниатюрная фигура во второй картинке говорит о низкой стрессоустойчивости, о ранимости, возможно о низкой самооценке. Очень большая фигура свидетельствует об активной жизненной позиции, агрессивности.

После рисования можно провести обсуждение.

Примеры вопросов психолога

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

Насколько комфортно чувствует себя человек в этой ситуации?

Какое у него настроение?

Что ему больше всего хочется сделать?

Дождь пошёл неожиданно или по прогнозу?

Человек был готов к тому, что пойдёт дождь или для него это неожиданность?

Любите ли Вы дождь? Почему?

В какой момент времени мы его застали?

Какие у него перспективы?

Если человеку под дождём дискомфортно (плохо), то чем ему можно помочь?

Что сам человек может сделать, чтобы себе помочь, чтобы справиться с дождём?

16. Тест компьютерной зависимости (Л. Н. Юрьева, Т. Ю. Ботьбот)

Ответьте на вопросы. Никогда – 1 балл, редко – 2 балла, часто – 3 балла, очень часто – 4 балла.

1. Как часто вы ощущаете оживление, удовольствие, удовлетворение или облегчение, находясь за компьютером (в сети)?
2. Как часто вы предвкушаете пребывание за компьютером (в сети), думая и размышляя о том, как окажетесь за компьютером, откроете определенный сайт, найдете определенную информацию, заведете новые знакомства?
3. Как часто вам необходимо все больше времени проводить за компьютером (в сети) или тратить все больше денег для того, чтобы получить те же ощущения?
4. Как часто вам не удается самостоятельно прекратить работу за компьютером (в сети)?
5. Как часто вы чувствуете нервозность, снижение настроения, раздражительность или пустоту вне компьютера (вне сети)?
6. Как часто вы ощущаете потребность вернуться за компьютер (в сеть) для улучшения настроения или ухода от жизненных проблем?
7. Как часто вы пренебрегаете семейными, общественными обязанностями и учебой из-за того, что постоянно работаете за компьютером (из-за пребывания в сети)?
8. Как часто вам приходится лгать, скрывать от родителей или преподавателей количество времени, проводимого за компьютером (в сети)?
9. Как часто существует актуализация или угроза потери дружеских и/или семейных отношений, изменений финансовой стабильности, успехов в учебе в связи с частой работой за компьютером (пребыванием в сети)?
10. Как часто вы отмечаете физические симптомы, такие как: онемение и боли в кисти руки, боли в спине, сухость в глазах, головные боли; пренебрежение личной гигиеной, употребление пищи около компьютера?
11. Как часто вы отмечаете нарушения сна или изменения режима сна в связи с частой работой за компьютером (в сети)?

Оценка результатов.

До 15 баллов – 0 процентов риска развития компьютерной зависимости.

16–22 балла – стадия увлеченности.

23–37 баллов – риск развития компьютерной зависимости (необходимость проведения профилактических программ в последующем).

Более 38 баллов – наличие компьютерной зависимости.

17. Проективная методика "Школа зверей"

Методика дает возможность выявить школьные неврозы на начальной стадии развития, выяснить причины и способы коррекции. Неопределенность стимульного материала, атмосфера доброжелательности и отсутствие оценочных суждений позволяют ребенку раскрыться наиболее глубоко. К тому же рисование для младших школьников привычно и интересно. Анализ изображенного дает возможность сделать некоторые предположения о тех трудностях, которые возникли у детей в процессе учебной деятельности. Однако эта методика может применяться не только на этапе адаптации к школе, но и в более старшем возрасте — при работе с выявлением трудностей учащихся на различных уроках, в учебной деятельности и в общении с одноклассниками и учителями. Может проводиться как в групповой, так и в индивидуальной форме.

Оборудование. Бумага, цветные карандаши.

Предварительная подготовка. Ведущий. Сейчас мы с вами совершим удивительное путешествие в волшебный лес. Сядьте удобно, расслабьтесь, закройте глаза. Представьте, что мы оказались на солнечной лесной полянке. Послушайте, как шумят листья над головой, мягкая трава касается ваших ног. На полянке вы видите «Школу зверей». Посмотрите вокруг. Какие звери учатся в этой школе? А какой зверь в ней учитель? Чем занимаются ученики? А каким животным вы видите себя? Что вы при этом чувствуете? Проживите эти чувства в себе. Вы можете находиться еще некоторое время в этой «Школе зверей», пока я буду считать до 10, а затем откройте глаза.

Инструкция. Ведущий. Вы побывали в «Школе зверей». А теперь возьмите карандаши и бумагу и попробуйте нарисовать то, что видели. Дети выполняют задание. Посмотрите внимательно на свой рисунок и найдите то животное, которым могли бы быть вы. Рядом с ним поставьте «х» или букву «я».

Интерпретация

1. Положение рисунка на листе. Положение рисунка ближе к верхнему краю листа трактуется как высокая самооценка, как недовольство своим положением в коллективе, недостаточность признания со стороны окружающих. Положение рисунка в нижней части — неуверенность в себе, низкая самооценка. Если рисунок расположен на средней линии, то у ребенка все в норме.

2. Контуры фигур. Контуры фигур анализируются по наличию или отсутствию выступов (типа щитов, панцирей, игл), прорисовке и затемнению линий — все это защита от окружающих. Агрессивная — если выполнена в острых углах; со страхом или тревогой — если имеет место затемнение контурной линии; с опасением, подозрительностью — если поставлены щиты, заслоны.

3. Нажим. При оценке линий необходимо обратить внимание на нажим. Стабильность нажима говорит об устойчивости, слабый нажим — о проявлении тревожности, очень сильный — о напряженности. О тревожности может свидетельствовать разорванность линий, наличие обводков, следы стирания.

4. Наличие деталей, соответствующих органам чувств, — глаза, уши, рот. Отсутствие глаз свидетельствует о неприятии информации, изображение ушей (тем более больших и детально прорисованных) говорит о заинтересованности в информации, особенно касающейся мнения окружающих о себе. Открытый, заштрихованный рот — о легкости возникновения страхов. Зубы — признак вербальной агрессии.

5. Анализ качества и взаимодействия персонажей показывает особенности коммуникативных отношений. Большое количество вступающих в различные отношения друг с другом (играют, изображены в учебной деятельности и т.д.) и отсутствие разделяющих линий между ними говорит о благоприятных взаимоотношениях с одноклассниками. В противном случае можно говорить о трудностях в построении контактов с другими учениками.

6. Характер отношений между животным-учителем и животным, изображающим ребенка. Необходимо проследить, нет ли противопоставления между ними? Как расположены фигуры учителя и ученика по отношению друг к другу?

7. Изображение учебной деятельности. В случае отсутствия изображения учебной деятельности можно предположить, что школа привлекает ребенка внеучебными сторонами. Если же нет учеников, учителя, учебной или игровой деятельности, рисунок не изображает школу зверей или людей, то можно сделать предположение, что у ребенка не сформировалась позиция ученика, он не осознает своих задач как школьника.

8. Цветовая гамма. Яркие, жизнерадостные тона говорят о благополучном эмоциональном состоянии ребенка в школе. Мрачные тона могут свидетельствовать о неблагополучии и угнетенном состоянии.

Наиболее типичные рисунки

На первом рисунке отсутствуют негативные ассоциации, связанные со школой, его размещение и использование цветовой гаммы также говорит о принятии ребенком школы. На втором рисунке негативных ассоциаций нет, цветовая гамма яркая. Однако отделение учеников линиями друг от друга может свидетельствовать о трудностях во взаимоотношениях со сверстниками. Очень высока оценка учителя. Ребенок заинтересован в общении, но один заяц не имеет рта, что косвенно может подтвердить затруднения в налаживании контактов.

Третий рисунок не закончен. Звери не разукрашены. Нет четкого различия между учителем и учениками. Возможно, что учителя вообще нет. Практически все звери стирались ластиком и рисовались вновь. Достаточно сильный нажим карандаша. Лист помят. Можно предположить наличие у ребенка тревожности, возможно связанной со школой. В этом случае необходима дополнительная работа с ребенком для прояснения ситуации.

Четвертый рисунок показывает присутствие внутренней агрессии, так как у зверей уши и грива имеют острые углы. Кроме того, можно говорить о тревожности (стирания). Вероятно, школа привлекает ребенка внеучебными сторонами. Возможно, ребенка беспокоят головные боли.

Пятый рисунок свидетельствует о наличии негативных ассоциаций (учитель — крокодил, ребенок — заяц). Ощущение агрессии в классе (зубы, когти у учителя, иглы и зубы у учеников). Четкое отделение себя от учителя и других учеников. Проговор рисунка показал, что ребенок чувствует себя в классе неуютно. Возможно, существуют трудности и

в общении с одноклассниками.

Проведенные впоследствии наблюдения, беседы, анкетирование на степень адаптации к школе полностью подтвердили данные методики «Школы зверей». На их основе были разработаны и проведены тренинговые занятия, адаптационный курс для первоклассников. В результате проведенной работы многие проблемы детей были устранены. Таким образом, проективная методика «Школа зверей» помогает выявить трудности, возникшие у детей на раннем этапе обучения, и вовремя устранить их.

Приложение 5. Аналитический годовой отчет о проведенной работе психолога школьной образовательной организации.

Годовой отчет должен состоять из двух частей: статистической и аналитической.

Статистическая часть отчета:

Диагностика		Групповые занятия (классные часы, тренинги и др.)			Консультативная работа			Коррекционно-развивающие занятия		Участие в консилиумах, пед.советах, семинарах, родитель.собраниях
Груп.	Инд.	ученики	родители	педагоги	ученики	родители	педагоги	Груп.	Инд.	

Аналитическая часть отчета.

Консультативное направление. В отчете о консультативной практике "консультативное направление" указывает на область, в которой проводилось консультирование. Это может быть, например, психологическое консультирование по вопросам адаптации, профориентации, семейных отношений или межличностных конфликтов. В отчете следует четко указать, какое именно направление консультирования было применено, какие методы использовались и какие результаты были достигнуты.

В отчете о консультативной практике необходимо четко указать:

1. Направление консультирования:

укажите, к какому типу относится консультирование, например, "консультирование по вопросам профориентации" или "семейное консультирование".

2. Цель консультирования:

опишите, что вы хотели достичь, помогая клиенту.

3. Методы консультирования:

перечислите методы, которые вы использовали (например, беседы, тесты, ролевые игры).

4. Результаты консультирования:

опишите, какие изменения произошли у клиента в результате консультирования.

5. Трудности и успехи:

опишите трудности, с которыми вы столкнулись в процессе консультирования, и как вы их преодолевали, а также какие успехи были достигнуты.

6. Выводы:

сделайте выводы о проделанной работе, обобщите полученный опыт.

Коррекционно-развивающее направление. Коррекционно-развивающее направление (КРН) - это система мероприятий, направленных на исправление и развитие высших психических функций, эмоционально-волевой сферы и поведения ребенка, а также на его социальную адаптацию. В отчете КРН отражается в рамках психолого-педагогического сопровождения, включая результаты диагностики, проведения занятий и мониторинга динамики развития. В отчете важно отражать как цели и задачи КРН, так и конкретные результаты, достигнутые в процессе работы с детьми, а также дальнейшие рекомендации по их сопровождению.

Просветительская и профилактическая деятельность. Просветительская деятельность направлена на распространение знаний и формирование ценностей, не входящих в формальные образовательные программы. Профилактическая деятельность, в свою очередь, направлена на предупреждение негативных явлений, таких как правонарушения, вредные привычки и т.д. В отчете эти виды деятельности следует указывать, подробно описывая мероприятия, цели, целевую аудиторию и результаты.

Профилактическая деятельность в школе — это комплекс мероприятий, направленных на предупреждение возникновения проблем у учащихся, таких как правонарушения, наркомания, алкоголизм, табакокурение, а также на формирование здорового образа жизни и социальной адаптации. В отчете о профилактической деятельности необходимо отразить конкретные мероприятия, их результаты и анализ эффективности.

Профилактическая деятельность в школе включает в себя широкий спектр мероприятий, направленных на:

Защиту жизни и здоровья детей. Обеспечение безопасности в школе, проведение инструктажей по технике безопасности, организация медицинской помощи. Профилактику безнадзорности и правонарушений. Выявление детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, оказание им помощи, проведение профилактических бесед. Формирование здорового образа жизни. Проведение спортивных мероприятий, пропаганда правильного питания, отказ от вредных привычек, организация досуга.

Психологическую поддержку. Проведение индивидуальных и групповых занятий с психологом, помощь в решении персональных проблем.

Социально-правовую помощь. Консультирование по вопросам прав и обязанностей, помощь в решении юридических вопросов.

Профориентацию. Помощь в выборе профессии, организация встреч с представителями различных профессий, экскурсии на предприятия.

В отчете о профилактической деятельности необходимо отразить следующие моменты:

1. Цель профилактической деятельности. Описать цели и задачи, которые ставились перед началом работы.
2. Основные направления профилактической работы. Перечислить конкретные направления, например, профилактика наркомании, правонарушений, формирование здорового образа жизни.
3. Проведенные мероприятия. Подробно описать все проведенные мероприятия, указать даты, количество участников, формы работы (беседы, тренинги, конкурсы, спортивные мероприятия и т.д.).
4. Результаты проведенной работы. Описать результаты, которых удалось достичь в каждом направлении. Например, снижение количества правонарушений, улучшение успеваемости, повышение уровня информированности о здоровом образе жизни.

Организационно-методическая работа. Организационно-методическая работа (ОМР) - это комплекс мероприятий, направленных на повышение эффективности и качества работы в определенной сфере, будь то образование, здравоохранение или другое учреждение. Она включает в себя планирование, организацию, координацию, контроль и анализ деятельности, а также разработку и внедрение методических материалов и рекомендаций. Планирование и организация. Определение целей и задач, разработка планов и программ, распределение ресурсов и ответственности. Обеспечение согласованности действий различных подразделений и специалистов, проверка выполнения планов и соблюдения стандартов. Разработка и внедрение методических материалов. Создание инструкций, рекомендаций, учебных пособий и других материалов, направленных на повышение профессионального уровня сотрудников.

Экспертная работа. Экспертная работа школьного психолога включает в себя проведение психолого-педагогической экспертизы образовательной среды, выявление рисков и угроз для психологической безопасности, а также разработку рекомендаций по улучшению условий обучения и развития учащихся.

Экспертиза образовательной среды. Оценка психологической безопасности и комфортности школьной среды, выявление факторов, влияющих на психическое здоровье учащихся и педагогов. Диагностика психологических особенностей учащихся. Выявление индивидуальных особенностей, проблем в обучении и развитии, а также трудностей в адаптации.

Приложение 6. Разрешение психологическое сопровождения детей от родителей (опекуна).

Согласие родителей (законных представителей) на психологическое сопровождение учащегося

Я, _____
ФИО родителя (законного представителя)

даю своё согласие на проведение школьным психологом индивидуальных и групповых занятий с моим ребёнком

_____ ФИО ребёнка, класс

Психологическое сопровождение учащегося включает в себя:

- психологическую диагностику (с согласованием результатов со мной при необходимости);
- участие ребенка в развивающих и коррекционных занятиях;
- профилактические и просветительские мероприятия, соответствующие возрасту и психоэмоциональному развитию ребёнка;
- участие в программах по формированию навыков общения, саморегуляции, адаптации и профилактике возрастных и школьных трудностей ребенка;
- консультирование родителей (по желанию).

Психолог обязуется:

- предоставлять информацию о результатах психологического обследования ребенка при обращении родителей (законных представителей);
- не разглашать личную информацию, полученную в процессе индивидуальной беседы с ребенком и его родителями (законными представителями).

Конфиденциальность может быть нарушена в следующих ситуациях:

1. Если ребенок сообщит о намерении нанести серьезный вред себе или другим лицам;
2. Если ребенок сообщит о жестоком обращении с ним или другими;
3. Если материалы индивидуальной работы будут затребованы правоохранительными органами.

О таких ситуациях Вы будете информированы.

Родители (законные представители) имеют право:

- обратиться к школьному психологу по интересующему вопросу;
- отказаться от психологического сопровождения учащегося (или отдельных его компонентов, указанных выше), предоставив школьному психологу заявление об отказе на имя директора образовательной организации.

Мне разъяснено, что данные занятия проводятся с соблюдением принципов конфиденциальности, уважения к личности ребёнка, и без оценки его учебных достижений.

« _____ » _____ 20 _____ г.

Подпись родителя (законного представителя) _____

Приложение 7. Образцы протоколов и карты ученика

ПРОТОКОЛ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ КОНСУЛЬТАЦИИ

ФИО (код) обратившегося _____

Дата _____ Контактные данные _____

<input type="checkbox"/> Первичный прием	<input type="checkbox"/> Самостоятельно	<input type="checkbox"/> Направлен администрацией
<input type="checkbox"/> Повторный прием	<input type="checkbox"/> Направлен педагогом/воспитателем	<input type="checkbox"/> Направлен другой службой (организацией)

ФИО (код) ребенка, № группы: _____ Дата рождения _____

Типология проблемы

<input type="checkbox"/> Поведение	<input type="checkbox"/> Обучение и воспитание
<input type="checkbox"/> Эмоционально-личностное развитие	<input type="checkbox"/> Мотивация
<input type="checkbox"/> Социально развитие/коммуникация	<input type="checkbox"/> Другое
<input type="checkbox"/> Умственное/познавательное развитие	<input type="checkbox"/> Органического генеза
<input type="checkbox"/> Творческое развитие	<input type="checkbox"/> Психологического генеза

Причина обращения/первичный запрос

Ключевые вопросы консультации, переформулировка первичного запроса

Заключение (решение) по результатам консультации

Рекомендации

<input type="checkbox"/> Диагностическое обследование ДОУ/СОШ	<input type="checkbox"/> Консультация психолого-педагогического консилиума
<input type="checkbox"/> Дополнительные консультации внутри ДОУ/СОШ	<input type="checkbox"/> Консультация сторонних специалистов (врач, нейропсихолог и др.)
<input type="checkbox"/> Индивидуальное сопровождение внутри ДОУ/СОШ	<input type="checkbox"/> Необходимость включения дополнительных психологических исследований

ФИО специалиста, подпись:

С протоколом ознакомлены, подпись:

**Протокол психолого – педагогического обследования дошкольника
(при переходе в 1 класс)**

Ф.И.О ребенка _____

Дата рождения: _____

Психолог (Ф.И.О.) _____

Общие сведения.

Семья: Полная. Не полная. Опека.

Медицинский статус: Здоров Хронические заболевания Неврологические нарушения

Уровень развития речи: Норма Требуется внимание логопеда

Социальные навыки в группе: Адекватное. Замкнутость Гиперактивность. Эмоциональная неустойчивость.

Умение слушать и выполнять инструкции: Да. Частично. Нет.

Усидчивость: (15-25минут) Да Частично. Нет.

Навыки общения со взрослыми: Сформированы. Частично. Нет контакта.

Базовые учебные навыки: (счет, буквы, карандаш) Норма. Частично. Нуждается в поддержке.

Когнитивные характеристики

Характеристика	Описание
Внимание	Устойчивое. Рассеянное. Снижается при утомлении.
Память	Хорошо запоминает Среднее Требуется внимания
Мышление	Наглядно – действенное, Наглядно – образное, Словесно-логическое
Речь	В норме ЗПРР Задержка фонематического восприятия
Мелкая моторика	Развита. Средний уровень. Требуется внимания.
Познавательная мотивация	Высокая Средняя Низкая
Навыки самоконтроля	Сформированы Частично Не сформированы

Карта ученика(цы)

Дата заполнения _____

1. Информация об ученике (цы):

Фамилия Имя Отчество	
Дата рождения	
Дата поступления в учебное заведение	
Домашний адрес:	
Классный руководитель (Ф.И.Ш.) Телефон.	
Дополнительная информация: интересы, образование, участие в кружках	
Состояние здоровья (группа , стоит ли на контроле)	
Психологические особенности	
Мастерство и навыки	

2. Сведения о семье или законных представителях

Мать: Ф.И.О. Год рождения, Домашний адрес, номер телефона, место работы	
Отец: Ф.И.О. Год рождения, Домашний адрес, номер, телефона место работы	
Законные представители: Ф.И.О. Год рождения, Домашний адрес, номер телефона, место работы	
Семейный социальный фон (выбрать по необходимости)	Малообеспеченный, В общественно опасной ситуации, Полный, Не полный Много детей, Мать вдова. Отец вдовец, Сирота
Происхождение родителей или законных представителей (выбрать по необходимости)	Инвалиды (мать, отец), Безработные, Они работают Права ограничены (мать, отец), Лишенный родителей (матери, отца),
Условия проживания родителей или законных представителей (выбрать по необходимости)	Добрый к ребенку (матери, отцу) Работает (мать, отец) Отказываются воспитывать (обучать) своих детей (мать, отец) Имеют девиантное поведение (мать, отец) Употребляют наркотики (мать, отец) Социальная опасность (мать, отец), В местах отбывания наказания (мать, отец) Тяжелобольной, психически больной (отец, мать)

Приложение 8. Образец рефлексивной карты.

Рефлексивная карта

(заполняется учеником совместно с родителями (1-2 класс). Ученики 3-11 классов самостоятельно).

ФИО
 ученика класса СОШ №.....
 возраст дата заполнения

№	Вопрос	Личный ответ
1.	Какие качества ты в себе ценишь?
2.	Какие качества ты хочешь в себе исправить?
3.	Какой у тебя любимый цвет?
4.	Какой ты по счету ребёнок в семье?
5.	Как тебя называют дома?
6.	Как зовут твоих друзей?
7.	Как тебя называют друзья?
8.	Как ты себя чувствуешь в классе?
9.	Как тебя называют одноклассники?
10.	В какие моменты тебе бывает весело и радостно?
11.	С кем ты делишься своей радостью и хорошим настроением?
12.	Бывает ли тебе грустно?
13.	Когда тебе грустно, к кому ты идешь за поддержкой?

	
14.	Бывает ли тебе одиноко?
15.	Что ты делаешь, когда тебе одиноко?
16.	Бывает ли моменты, когда ты злишься?
17.	Что ты делаешь, когда ты злишься?
18.	Случаются ли у тебя конфликты с окружающими?
19.	Как обычно ты ведешь себя в конфликтной ситуации?
20.	Какие у тебя увлечения?
21.	Как ты проводишь свободное время?
22.	Есть ли у тебя мечты? Какие?
23.	Есть ли что-то, что ты хочешь изменить в своей жизни?
24.	Какие у тебя планы на этот год?

Есть ли что-то еще, чем ты хочешь поделиться?

.....
.....
.....

На отдельном листе нарисуй цветок и прикрепи рисунок к этому бланку.

Спасибо, за то, что делишься своими мыслями, мнением и наблюдениями.
Помни, всё, что здесь написано останется, между нами. Я всегда могу тебя поддержать.

Приложение 9. Типовой пример сценарии проведения родительских собраний.

Родительское собрание в формате «Круглый стол»

Вид собрания: Собрание-беседа, интерактивный (Приложение 1. Примерная рассадка).

Цель собрания: обсуждение актуальных проблемах воспитания, знакомство родителей друг с другом, обмен опытом, выработка общего мнения, создание условий для диалога, групповое сплочение, изменение психологической атмосферы, создание доверительных отношений между родителями, психологом, воспитателем/классным руководителем.

Длительность проведения: 60 минут.

Приглашенные специалисты: психолог, воспитатель/классный руководитель.

Необходимый инвентарь: предполагается наличие стола, не обязательно круглого.

Раздаточный материал: маркеры (ручки или простые карандаши), листы формата А4, самодельный бейджи (маленькие бумажные прямоугольники, булавка или клейкая лента), карточки с вопросами (Приложение 2), рефлексивная форма «Букет настроения» (Приложение 3).

Краткое описание.

Во время такого собрания можно объединять родителей парами или тройками для обсуждения какого-либо вопроса или ситуации. На собрания, в форме круглого стола, можно приглашать специалистов. В этой форме работы важно то, что практически ни один родитель не остается в стороне, каждый принимает активное участие, делясь интересными наблюдениями, собственным опытом, высказывая дельные советы. Для реализации поставленных целей, при организации собрания в форме «круглого стола», необходимо продумать применение различных методов, таких, как: работа в мини-группах, дискуссии, деловые, ролевые, имитационные игры и упражнения и другие методы. Встречи такого формата расширяют кругозор родителей в вопросах воспитания и обучения, располагают к эффективному взаимодействию семьи и психолога, а также воспитателя/классного руководителя.

Возможные темы для обсуждения. «Особенности детских возрастов», «Азы воспитания», «Наш выбор – здоровый образ жизни», «Адаптация к детскому саду/к школе», «Роль родителей в гармоничном развитии и воспитании детей», «Возрастные кризисы», «Готовность к школе», и так далее.

Особое условие. Предварительно стоит провести анкетирование родителей, чтобы на собрании ответить на интересующие вопросы. Можно провести анкетирование в бумажном формате, либо создать телеграмм-опрос или опрос в формате google. form.

Ход собрания.

Учитель/воспитатель/психолог приветствует родителей. В зависимости от выбранной темы собрания делает краткую устную презентацию об актуальности темы, подчеркивая важность проведения профилактики проблем и ситуаций, связанных с темой собрания. Например, выбрана тема - Особенности детских возрастов.

Учитель/воспитатель/психолог:

— Здравствуйте, дорогие родители! Спасибо, за то, что выделили время для принятия участия в собрании. Сегодня мы с вами поговорим об особенностях детских возрастов. Детство — это период жизни от рождения до подросткового возраста, характеризующийся значительными физическими, познавательными, эмоциональными и

социальными изменениями. Каждый возрастной этап имеет свои особенности, влияющие на развитие ребенка и его взаимодействие с окружающим миром.

Общие особенности детского развития:

- **Неравномерность развития:** Развитие происходит неравномерно, с периодами ускорения и замедления.
- **Взаимосвязь развития:** Все сферы развития взаимосвязаны, изменения в одной сфере влияют на другие.
- **Индивидуальные различия:** Каждый ребенок развивается в своем темпе, с учетом своих индивидуальных особенностей и способностей.
- **Влияние среды:** Окружающая среда, семья, школа, сверстники, культура оказывают значительное влияние на развитие ребенка.
- **Необходимость поддержки:** Дети нуждаются в поддержке, понимании и создании условий для здорового и гармоничного развития.

Далее учитель/воспитатель/психолог озвучивает правила проведения следующего этапа взаимодействия с родителями – круглого стола.

Правила взаимодействия:

1. Обсуждение должно быть нацелено на поиск решений и выработку общих решений и мнений.
2. Все участники имеют равные права на выражение своего мнения.
3. Все участники должны быть вовлечены в дискуссию и активно участвовать в обсуждении.
4. Необходимо уважать точку зрения других участников, даже если она не совпадает с собственной.
5. Перебивать друг друга и использовать нецензурную лексику запрещено.
6. Учитель/воспитатель/психолог должен уметь управлять дискуссией, не допускать переходов на личности и поддерживать конструктивную атмосферу.
7. Важно соблюдать регламент, чтобы обсуждение не затягивалось, и все участники имели возможность высказаться (на каждый вопрос не более 5-7 минут).
8. Круглый стол должен быть направлен на поиск решений, а не просто на констатацию проблем.

После этого учитель/воспитатель/психолог раздает листы формата А4 и пишущие предметы, а также карточки с вопросами. Если в аудитории есть проектор или телевизор, то вопросы можно представить в виде слайдов (Приложение 2). Родителям дается несколько минут, чтобы ознакомились. После того, как родители ознакомятся с вопросами, можно приступить к коллективному обсуждению в формате круглого стола, то есть обменом опытом и мнениями. Во время обсуждения учитель/воспитатель/психолог следит за порядком и управляет групповой динамикой аудитории.

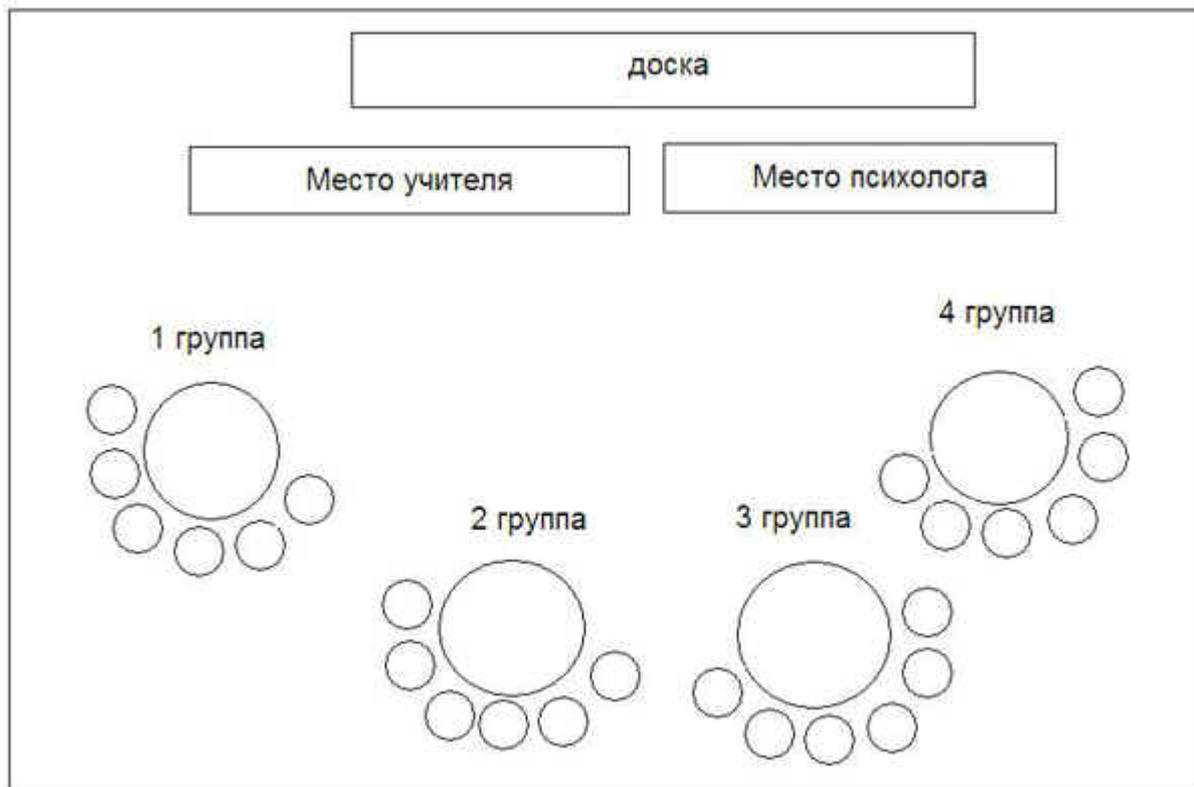
Подведение итогов.

По завершению обсуждения учитель/воспитатель/психолог подводит итоги на основе полученных ответов. Учитель/воспитатель/психолог может завершить обсуждение следующими словами:

— Дорогие родители! Вы активно поработали, смогли обменяться мнениями и свои опытом друг с другом, кто-то из вас получил новые знания, а кто-то из вас еще раз смог убедиться в том, что детский возраст – это очень важный период для развития умений и навыков у наших детей, которые пригодятся им во взрослой самостоятельной жизни. Но все мы убедились, в том, что наши дети нуждаются в нашей поддержке, заботе и любви. А сейчас перейдем к индивидуальной рефлексии с помощью метода «Букет настояния».

Рефлексия. «Букет настроения». В начале собрания родителям раздаются бумажные цветы: голубые и красные. В конце собрания учитель/воспитатель/психолог говорит: «Если вам понравилось собрание, и вы узнали, что – то новое, то прикрепите к вазе красный цветок, а если не понравилось, то - голубой». Можно предложить более широкий спектр цветов: красный, жёлтый, синий. В конце собрания собрать цветы в вазу.

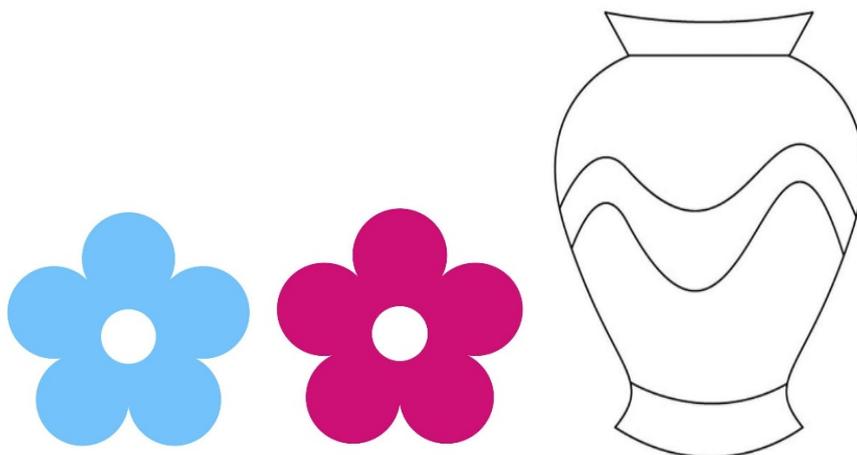
Приложение 1. Примерная рассадка родителей.



Приложения 2. Вопросы для обсуждения.

1. Какие они – ваши дети? Одним словом.
2. Что заставляет ваших детей радоваться, а что огорчаться?
3. Как ваш ребенок справляется с эмоциями?
4. Что вашему ребенку дается легко? А что вызывает трудности?
5. Какие поступки ваших детей вас радовали, а какие огорчали?
6. Какую рекомендацию вы можете дать другим родителям? Одной фразой.

Приложение 3. Шаблоны для рефлексии «Букет настроения».



Сценарий № 2. «Мозговой штурм»

Вид собрания: Сочетание беседы с элементами лекции и мозгового штурма. (Приложение 1. Примерная рассадка).

Цель собрания: обсуждение актуальных проблемах воспитания, знакомство родителей друг с другом, обмен опытом, выработка общего мнения, создание условий для диалога, групповое сплочение, изменение психологической атмосферы, создание доверительных отношений между родителями, психологом, воспитателем/классным руководителем.

Длительность проведения: 60 минут.

Приглашенные специалисты: психолог, воспитатель/классный руководитель.

Раздаточный материал: Мероприятие предполагает также использование видеосюжетов, презентационных материалов маркеры (ручки или простые карандаши), листы формата А4, самодельный бейджи (маленькие бумажные прямоугольники, булавка или клейкая лента), карточки с вопросами (Приложение 2), рефлексивная форма «Ладонь» (Приложение 3).

Краткое описание.

Во время такого собрания можно объединять родителей парами или тройками для обсуждения какого-либо вопроса или ситуации. На собрания, в форме мозгового штурма, можно приглашать специалистов. В этой форме работы важно то, что практически ни один родитель не остается в стороне, каждый принимает активное участие, делясь интересными наблюдениями, собственным опытом, высказывая дельные советы. Для реализации поставленных целей, при организации собрания в форме мозгового штурма, необходимо продумать применение различных методов, таких, как: работа в мини-группах, дискуссии, деловые, ролевые (Каким я был ребенком?), имитационные игры (Если я сейчас был на месте своего ребенка...) и упражнения и другие методы. Встречи такого формата расширяют кругозор родителей в вопросах воспитания и обучения, располагают к эффективному взаимодействию семьи и психолога, а также воспитателя/классного руководителя.

Возможные темы для обсуждения. «Поддержка эмоциональной адаптации», «Выявление особенностей внутрисемейных отношений», «Знакомство с профессиями и профориентация наших детей», «Конфликты и конфликтное поведение», «Что вредно, а что полезно», «Гаджеты в нашей жизни», «Правила поведения в интернете и кибербезопасность», и так далее.

Особое условие. Предварительно стоит провести анкетирование родителей, чтобы на собрании ответить на интересующие вопросы. Можно провести анкетирование в бумажном формате, либо создать телеграмм-опрос или опрос в формате google. form.

Ход собрания.

Учитель/воспитатель/психолог приветствует родителей. В зависимости от выбранной темы собрания делает краткую устную презентацию об актуальности темы, подчеркивая важность проведения профилактики проблем и ситуаций, связанных с темой собрания. Например, выбрана тема - Конфликты и конфликтное поведение.

Учитель/воспитатель/психолог:

— Здравствуйте, дорогие родители! Спасибо, за то, что выделили время для принятия участия в собрании. Сегодня мы с вами поговорим об детских конфликтах.

Детские конфликты – это неизбежная часть взросления, предоставляющая возможность для обучения детей навыкам разрешения проблем и построения отношений. Они могут проявляться по-разному, включая капризы, агрессивное поведение, отказ от общения и изменение поведения. Важно, чтобы взрослые

помогали детям развивать навыки общения, понимать и выражать свои чувства, искать компромиссы и брать на себя ответственность за свои действия

Далее учитель/воспитатель/психолог озвучивает правила проведения следующего этапа взаимодействия с родителями во время мозгового штурма.

Правила взаимодействия:

1. Обсуждение должно быть нацелено на поиск решений и выработку общих решений и мнений.
2. Все участники имеют равные права на выражение своего мнения.
3. Все участники должны быть вовлечены в дискуссию и активно участвовать в обсуждении.
4. Необходимо уважать точку зрения других участников, даже если она не совпадает с собственной.
5. Перебивать друг друга и использовать нецензурную лексику запрещено.
6. Важно, чтобы все участники понимали, какую проблему нужно решить или какую идею нужно сгенерировать.
7. Нельзя критиковать или осуждать идеи других участников, даже если они кажутся нереалистичными или глупыми.
8. Все идеи, даже самые сумасшедшие, приветствуются. Иногда именно из таких идей рождаются самые лучшие решения.
9. Чем больше идей, тем выше вероятность найти что-то стоящее.
10. Участники могут строить на идеях других, предлагая новые варианты или дополнения.
11. Все идеи должны быть записаны или зафиксированы на доске, чтобы можно было к ним вернуться и проанализировать.
12. Не должно быть ограничений по времени, количеству идей или уровню формальности.
13. Создание комфортной и доверительной обстановки, где каждый участник чувствует себя свободно.
14. После того, как идеи сгенерированы, необходимо их проанализировать, оценить и выбрать наиболее перспективные.
15. Ограничение времени на мозговой штурм, чтобы не затягивать процесс (примерно 10-15 минут).

После этого учитель/воспитатель/психолог раздает листы формата А4 и пишущие предметы, а также карточки с вопросами. (Приложение 2). Учитель/воспитатель/психолог должен поделить родителей на 4 команды. Каждой команде дается по 4 вопроса. После получения вопросов родители проводят сбор идей по каждому вопросу и в процессе обсуждения оставляют самые эффективные и актуальные ответы. Родители записывают ответы, которые коллективно были одобрены. Во время обсуждения учитель/воспитатель/психолог следит за порядком и управляет групповой динамикой аудитории.

После завершения всех обсуждений команды записывают ответы на листы бумаги. Далее команды делают небольшие презентации с коротким обсуждением друг перед другом.

Подведение итогов.

По завершению обсуждения учитель/воспитатель/психолог подводит итоги на основе полученных ответов. Учитель/воспитатель/психолог может завершить обсуждение следующими словами:

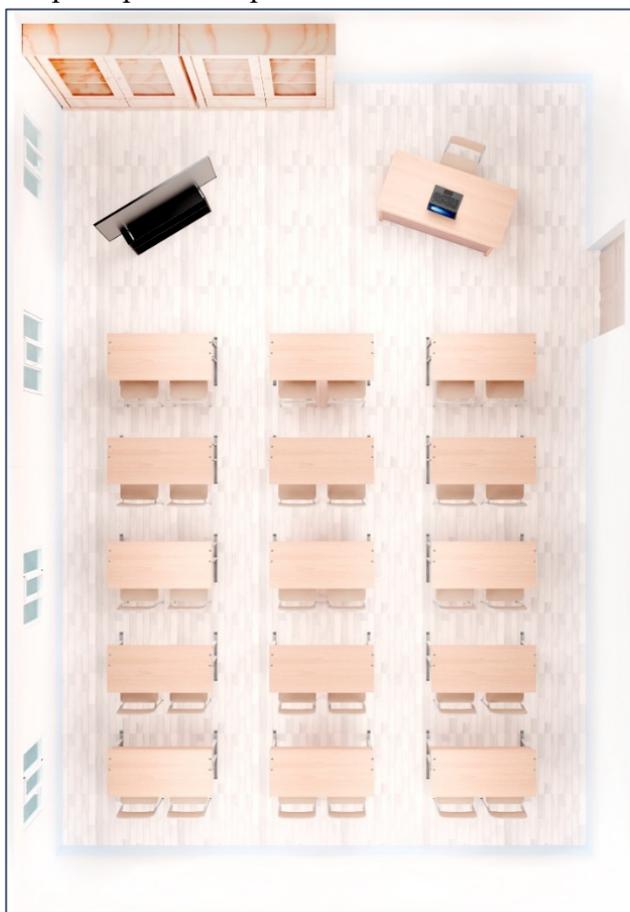
— Дорогие родители! Вы активно поработали, смогли обменяться мнениями и свои опытом друг с другом, кто-то из вас получил новые знания, а кто-то из вас еще раз смог убедиться в том, что Конфликты нужно решать, чтобы предотвратить эскалацию, сохранить отношения, улучшить понимание между сторонами и стимулировать развитие. Неурегулированные конфликты могут привести к негативным последствиям, таким как ухудшение отношений, снижение производительности и даже к насилию. Решение конфликтов, напротив, способствует развитию навыков коммуникации, позволяет выявить проблемы и найти новые решения. А сейчас перейдем к индивидуальной рефлексии с помощью метода «Ладонь».

Рефлексия. Метод «Ладонь». Учитель/воспитатель/психолог предлагает родителям заполнить пустые бумажные ладошки, которые заранее были подготовлены на столах. Это техника самоанализа, используемая для подведения итогов дня или разбора выполненных задач. Она помогает быстро оценить проделанную работу, выявить сильные и слабые стороны, а также определить области для улучшения.

Каждый палец руки символизирует определенный аспект анализа:

- Большой палец:
Что получилось хорошо? Что было сделано успешно? (позитивный опыт)
- Указательный палец:
Чему я научился? Какие знания или навыки приобрел?
- Средний палец:
Что не получилось или вызвало трудности? Какие ошибки были допущены?
- Безымянный палец:
Что я могу сделать лучше в следующий раз? Какие изменения нужно внести?

Приложение 1. Примерная рассадка родителей.

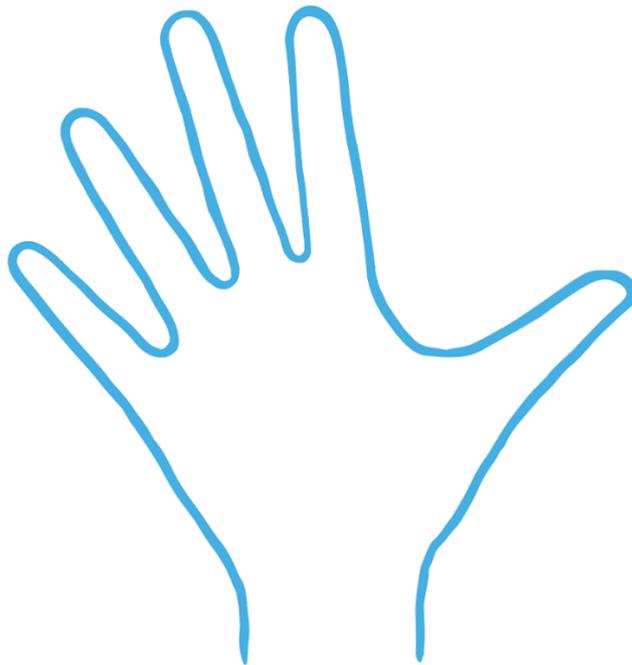


Приложения 2. Вопросы для обсуждения.

1. Что обычно является причиной конфликтов между детьми?
2. Какие эмоции дети испытывают во время конфликтов?

3. Какие факторы, такие как возраст, пол, темперамент, влияют на возникновение конфликтов?
4. Как семейная обстановка влияет на поведение детей в конфликтах?
5. Как можно научить детей эффективным способам разрешения конфликтов?
6. Какую роль играют взрослые в разрешении конфликтов между детьми?
7. Какие навыки необходимы детям для успешного разрешения конфликтов?
8. Как можно использовать игры и ролевые сценарии для обучения навыкам разрешения конфликтов?
9. Как можно развивать у детей эмпатию и умение вставать на место другого человека?
10. Какие упражнения и активности могут помочь детям научиться слушать друг друга?
11. Как можно создать среду, в которой дети чувствуют себя комфортно и безопасно, чтобы обсуждать конфликты?
12. Какие ресурсы (книги, статьи, онлайн-материалы) можно использовать для помощи детям в разрешении конфликтов?
13. Как можно предотвратить конфликты, создавая позитивную и уважительную атмосферу в группе детей?
14. Влияют ли социальные сети и онлайн-игры на возникновение конфликтов?
15. Какие конфликты чаще возникают в школе, во дворе, дома?
16. Какие последствия конфликтов для детей (эмоциональные, социальные, поведенческие)?

Приложение 3. Шаблон для рефлексии «Ладонь».



Сценарий № 4. Тренинг с применением игровых технологий и творчества.

Вид собрания: интерактивное собрание с элементами тренинга и применения игровых технологий, а также творчества.

Цель собрания: обсуждение актуальных проблем доверия, создание условий для диалога и выражения своего мнения, укрепление партнёрства между родителями, учителем и детьми через доверие, понимание и сотрудничество.

Длительность проведения: 60 минут.

Приглашенные специалисты: психолог, воспитатель/классный руководитель.

Необходимый инвентарь: компьютер с проектором или интерактивная доска, фото-зона, *Раздаточный материал:* маркеры (ручки или простые карандаши), листы формата А4 и ватманы, самодельный бейджи (маленькие бумажные прямоугольники, булавка или клейкая лента), мешочек или коробочка с подготовленным материалом (Приложение 2), метод рефлексии «Мост доверия», ватман и стикеры. Памятки для родителей «Как укрепить доверие с ребенком» (Приложение 3)

Краткое описание.

Во время проведения собраний в формате тренинга с элементами игровых технологий и творчества целесообразно применять работу в группах и парах, что требует удобной расстановки мебели в помещении. Такие формы работы позволяют каждому родителю включиться в процесс: никто не остаётся в стороне, все активно участвуют, делятся личными наблюдениями, жизненным опытом, предлагают полезные советы.

Собрания в форме тренинга с элементами игровых технологий и творчества можно проводить с участием специалистов — психологов, педагогов, логопедов и других. Также на собрании принимают участие дети. Для достижения поставленных целей важно использовать разнообразные методы: работу в мини-группах, дискуссии, ролевые и деловые игры, имитационные упражнения и другие активные формы.

Такие встречи способствуют расширению родительского кругозора в вопросах воспитания и обучения, а также создают благоприятные условия для конструктивного взаимодействия между семьёй, педагогами и специалистами.

Возможные темы для обсуждения. «Доверие — основа отношений в семье и школе», «Как слушать и слышать своего ребёнка», «Эмоции детей: понимать, принимать, помогать», «Семейные традиции как источник тепла и поддержки», «Путь к сердцу ребёнка — через совместное творчество», «Уважение и границы: как воспитать самостоятельность», «Как говорить "нет" с любовью», «Как помочь ребёнку учиться с интересом», «Учимся без стресса: как поддерживать школьника», «Развитие внимания, памяти и мышления через игру», «Домашние задания без слёз: как организовать учебный процесс дома», «Похвала или критика? Как формировать мотивацию», «Роль игры в развитии младшего школьника», «Конфликты с детьми: ищем мирное решение», «Язык любви ребёнка: как понять своего малыша», «Сила слов: как родительская речь влияет на самооценку ребёнка», «Как быть авторитетом для ребёнка, не подавляя его», «Родители и учитель: одна команда», «Как строить доверие между школой и семьёй», «Школа и дом: вместе ради ребёнка».

Особое условие. Следует заранее подготовить все необходимые материалы для собрания, провести анкетирование (в форме анкеты, тесты, рисунка и прочее).

Ход собрания

Учитель/воспитатель/психолог приветствует родителей. В зависимости от выбранной темы собрания делает краткую устную презентацию об актуальности темы, подчеркивая

важность проведения профилактики проблем и ситуаций, связанных с темой собрания. Например, выбрана тема - Доверие — основа отношений в семье и школе.

Учитель/воспитатель/психолог:

– Сегодня мы с вами собрались не просто для обсуждения школьных дел. Мы поговорим о том, что является основой любых тёплых, искренних и крепких отношений — и в семье, и в школе. Это доверие.

Каждый из нас хочет, чтобы его ребёнок рос счастливым, уверенным в себе, чувствовал поддержку и понимание. Но всё это невозможно без доверительных отношений — между ребёнком и родителями, между семьёй и школой, между учителем и учеником.

Доверие — это не просто слово. Это умение слышать друг друга, верить друг в друга, быть рядом не только в радости, но и в трудные моменты. Именно через доверие мы можем научить наших детей быть открытыми, честными, добрыми и ответственными.

Сегодняшняя встреча будет проходить в необычном формате. Мы не просто поговорим, но и попробуем вместе подумать, почувствовать, поиграть и поразмышлять, чтобы ещё глубже понять, как важно быть рядом с ребёнком не только физически, но и душой.

Спасибо вам за ваше участие, за желание быть ближе к своим детям и школе. Надеюсь, этот вечер будет полезным, тёплым и даст нам всем новые мысли и идеи для общения и воспитания.

Далее учитель/воспитатель/психолог озвучивает правила проведения следующего этапа взаимодействия с родителями.

Правила мини-обсуждения в группах:

1. Уважайте мнение друг друга.

Каждый участник имеет право высказаться — даже если его мнение отличается.

2. Говорим по очереди.

Не перебиваем, внимательно слушаем друг друга.

3. Говорим кратко и по теме.

Чтобы все успели поделиться своими мыслями.

4. Один говорит — все слушают.

Активное слушание — залог хорошей команды.

5. Не оцениваем и не критикуем.

Все идеи важны. Главное — атмосфера доверия и поддержки.

6. Выбираем «секретаря» или «спикера».

Один человек от группы кратко представляет общие выводы после обсуждения

Мини-обсуждение в группах: "Что для вас доверие?"

Родители делятся на пары/группы. Каждая группа записывает 2–3 ключевых слова или фразы о доверии. Представление ответов (на доске/флипчарте/слайде).

После этого учитель/воспитатель предлагает прочитать «Письмо от ребенка». (Приложение 1), поиграть в игру «Секрет в ладошке» (Приложение 2) и построение «Моста доверия» (Приложение 3).

Подведение итогов.

По завершению обсуждения учитель/воспитатель/психолог подводит итоги на основе полученных ответов. Учитель/воспитатель/психолог может завершить обсуждение следующими словами:

— Дорогие родители! Вы активно поработали, смогли обменяться мнениями и свои опытом друг с другом, кто-то из вас получил новые знания, а кто-то из вас еще раз смог убедиться в том, что доверие – это очень важный фактор в процессе взаимодействия в формате «Школа- Ученик-Родитель». Мы убедились, в том, что наши дети нуждаются в нашей поддержке, заботе и любви. А сейчас перейдем к групповой рефлексии с помощью метода «Мост доверия».

Рефлексия. «Мост доверия». Участникам собрания раздаются ватманы. На ватмане нарисован мост — с одной стороны «Школа», с другой — «Семья». Родители и дети вместе приклеивают доски «моста» — бумажки с надписями: «внимание», «поддержка», «открытость», «терпение», «совместные дела», «вера в ребёнка» и т.д. По окончании родительского собрания участники проходят в фото-зону.

Приложение 1. «Письмо от ребёнка». Чтение короткого эмоционального текста от лица ребёнка (может читать учитель или ребёнок):

"Дорогие взрослые, я иногда ошибаюсь. Мне важно, чтобы вы мне доверяли и поддерживали..."

(Можно оформить как видео или слайд.)

Приложение 2. Игра «Секрет в ладошке». Дети заранее пишут (или рисуют) доверительный «секрет» или желание на листочках. Родители случайным образом вытягивают и читают вслух (анонимно). Обсуждение: что чувствует ребёнок, когда его слушают и понимают?

Приложение 3.

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «КАК УКРЕПИТЬ ДОВЕРИЕ С РЕБЁНКОМ»

- 1. Будьте внимательным слушателем.**
Слушайте не перебивая. Даже если кажется, что проблема "пустяковая", для ребёнка она важна.
- 2. Уважайте чувства ребёнка.**
Не обесценивайте эмоции: "не реви", "это ерунда" — такие фразы разрушают доверие. Вместо этого скажите: "Я вижу, ты расстроен. Расскажи мне."
- 3. Сдерживайте обещания.**
Даже самые маленькие. Если пообещали — выполните. Это основа доверия.
- 4. Не наказывайте за откровенность.**
Если ребёнок признался в ошибке — это уже шаг навстречу. Ваша реакция определит, будет ли он делиться с вами в будущем.
- 5. Делитесь своими чувствами.**
Говорите: "Я тоже волнуюсь", "Мне тоже бывает трудно". Это сближает.
- 6. Проводите время вместе.**
Совместные прогулки, игры, чтение, разговоры — это фундамент доверительных отношений.
- 7. Хвалите за честность.**
Поддерживайте искренность даже тогда, когда правда может быть неприятной.
- 8. Проявляйте любовь без условий.**
Дети должны знать: "Меня любят не за оценки, не за поведение, а просто потому, что я есть."
- 9. Уважайте личное пространство.**
Даже младшему школьнику важно, чтобы его вещи, дневник, мысли уважались.
- 10. Будьте рядом.**
Не только физически, но и эмоционально. Ребёнок должен чувствовать: "Мама и папа всегда на моей стороне."

Приложение 10. Программы тренингов

Тренинг №1. «Новый старт»

Время проведения: Первая половина октября.

Целевая аудитория: Педагогический коллектив.

Продолжительность: 1,5-2 часа.

Цель тренинга:

Создание благоприятной психологической атмосферы в коллективе, восстановление профессиональной мотивации, укрепление межличностных связей, формирование ресурсного состояния перед началом учебного года.

Задачи:

1. Снизит стартовое напряжение и тревожность.
2. Сплотить коллектив через личные смыслы и ценности.
3. Активизировать внутренние ресурсы педагога.
4. Настроить позитивные установки на предстоящий учебный год.

Методическая база:

- Элементы Арт терапии.
- Техники групповой динамики
- Ресурсно-ориентированный подход
- Метод метафоры и письменных практик.

Структура тренинга и упражнения.

1. Разминка « Я учитель, потому что.....»

Участники по очереди называют одну причину, по которой они стали педагогами.

Можно предположить выбрать метафору («Если бы моя профессия была живым предметом, растением – это был бы...»)

Метод: Вводное упражнение и личностное включение

Цель: Вспомнить свой мотив, Установить контакт, эмоционально настроится.

Когнитивная рефлексия + обмен опытом. Сформировать внутреннюю готовность, осознать ресурсы свои.

2. Упражнение «Мои ресурсы»

Каждому участнику выдается бланк (индивидуально заполняется каждым участником): Мои ожидания в этом году, цели..... Что поможет мне достичь своих целей? (Обсуждение по желанию в малых группах)

3. Групповая работа. «Мост доверия» Групповая символическая работа. Сформировать общие ценности коллектива.

На карточках педагоги пишут качества и принципы, которые важны для комфортной работы в команде: доверие, уважение, юмор, помощь, честность, итд. Из карточек формируют символический «мост» (чем больше карточек, тем крепче мост) соединяющий участников.

4. Письмо себе в будущее «Мой год» Письменная практика, техника «временной якорь» Формирование позитивного будущего, задать вектор роста.

Участники процесса пишут себе письмо в июнь: «Что я чувствую в конце года?» «Какие результаты я хочу получить?» «Чему научится?» Письма запечатываются и хранятся у ведущего до конца года.

5. Рефлексия «С чем уйду»

Каждый участник завершает встречу продолжением фразы: «Сегодня я понял...»

«Беру за этот учебный год с ощущением...» «Я беру с собой в этот учебный год...»

Выводы:

- Коллектив чувствует эмоциональную вовлеченность.
- Снижается стартовое напряжение.
- Возникает чувство поддержки, общей цели.
- Формируется база для командной работы на год.

Используемый материал

- Ручки, цветные карандаши
- Шаблон подготовленных карточек.
- Бумага формата А4
- Перекус (если есть уточнения для 20 минутного перерыва)
- Прекрасное настроение

Тренинг №2. «Коллектив»

Время проведения: Январь-Февраль.

Целевая аудитория: Педагогический коллектив.

Продолжительность: 1,5-2 часа.

Цель тренинга: Снижение уровня профессионального выгорания, профилактика эмоционального истощения, восстановление психологических ресурсов, усиление чувства собственной эффективности.

Задачи:

1. Диагностика текущего состояния педагогов.
2. Осознание признаков усталости и способов их компенсации.
3. Активизация механизмов самопомощи.
4. Обмен успешными стратегиями восстановления ресурсов.

Методическая база:

- Элементы когнитивно-поведенческой терапии.
- Психогигиена и эмоциональная регуляция.
- Модели Бернсайда и Маслач (по выгоранию)
- Психологическая профилактика стрессовых состояний.

Структура тренинга и упражнения:

1. Диагностическая разминка: «Погодное состояние» Экологично обозначить внутреннее состояние.

Участникам предлагается выбрать метафору для описания своего эмоционального состояния: «Погода внутри» - солнечно, облачно, гроза, штиль и тд.

2. Упражнение «Контейнер усталости» Повысить осознанность, найти способы профилактики выгорания.

На листе бумаги А4, участники прорисовывают контейнер, делят его пополам:

- Что в нем накапливается негативного? (перегрузка, тревога, конфликты)
 - Что помогает «освободить» контейнер? (сон, юмор, коллеги, спорт, прогулки)
3. Создание «Психологической аптечки» Индивидуализация стратегии помощи.

Психолог заранее готовит карточки с техниками дыхания: «4-7-8» мини медитации, дневник эмоции, музыкальные паузы, техника «стоп-мысль» и тд. Участники выбирают и составляют, прописывая свой набор.

4. Колесо ресурса. Найти баланс, выявить слабые зоны.

Участникам предлагается прорисовать «колесо баланса», так же можно по шаблону. (работа, семья, здоровье, отдых, хобби, саморазвитие) и оценить каждую зону по 10 бальной шкале.

После -ответить: «Где я могу добавить внимания, чтобы восстановиться?»

5. Рефлексия: «Маленький шаг»

- Что я могу изменить уже сегодня для своего самочувствия?
- Записать одно ресурсное обещание себе на ближайшую неделю.

Выводы:

- Участник. Создают личные симптомы усталости.
- Формируют навыки заботы о себе.
- Коллектив обменивается поддерживающими стратегиями.
- Возникает концентрация к нормализации отдыха и восстановления.

Используемый материал

- Ручки, цветные карандаши
- Шаблон подготовленных карточек.
- Бумага формата А4
- Перекус (если есть уточнения для 20 минутного перерыва)
- Прекрасное настроение

Тренинг №3. «Благодарности»

Время проведения: Май-начало июня.

Целевая аудитория: Педагогический коллектив.

Продолжительность 1,5-2 часа.

Цель: Позитивное завершение учебного года, признание достижения, укрепление командного духа, рефлексия и эмоциональное освобождение.

Задачи:

- 1.Подвести итоги года в атмосфере принятия.
- 2.Усилить чувство значимости своей работы.
- 3.Развить культуры благодарности в коллективе.
- 4.Создать позитивный эмоциональный фон перед отпуском.

Методическая база:

- Элементы позитивной психологии.
- Арт-терапевтические и нарративные практики.
- Техники самопризнания и обратной связи.

Структура тренинга и упражнения.

1. Письма себе: «Что сбылось?» Осознать рост, зафиксировать процесс.

Участники возвращаются к письмам, написанные в сентябре.

Они читают (про себя по желанию в слух) анализируют, что сбылось, что изменилось, чему научились.

2. Упражнение: «Цепочка благодарности». Повысить уровень признания и доверия.

По кругу каждый участник благодарит кого-либо из коллег с уточнением за что: «Я благодарен (а) _____ за _____» Прописываем 10 благодарностей (себе, окружению итд)

3. Упражнение «Дерево достижений» Зафиксировать успех, создать позитивный финал.

Коллектив рисует на ватмане большое дерево. На «листьях, яблоках и тд. Каждый пишет свои достижения года. Примеры: разработал проект, и тд.

4. Рефлексия Я горжусь.....»

Завершение фразы: «Я горжусь тем, что....» «Я благодарна себе ...» и тд.

Выводы:

- Формируется завершенность года.
- Повышается удовлетворенность трудом.
- Коллектив получает эмоциональную разрядку и настрой на отдых.
- Создаются традиции поддержки и признания.
- Используемый материал
- Ручки, цветные карандаши
- Шаблон подготовленных карточек.
- Бумага формата А4
- Перекус (если есть уточнения для 20 минутного перерыва)
- Прекрасное настроение

Тренинг №4. Адаптация (1-2, 5 класс) «Здравствуй школа»

Целевая аудитория: учащиеся 1-х, классов

Продолжительность: 30-40 минут

Количество участников: 20-35 человек

Форма проведения: групповое занятие в игровой форме.

Цель: снизить уровень тревожности. Развивать навыки общения, а также сформировать положительное отношение к школе.

Задачи

Создать атмосферу доверия эмоционального комфорта, познакомить детей (что снизит тревожность) развить навыки работы в команде. А также развитие эмоционального интеллекта.

Ход тренинга.

Приветствие и знакомство. (10 минут)

Игра «Снежный ком»

Дети становятся в круг. И каждый по очереди представляется, называет имя, любимое блюдо, и свое хобби. Следующий участник повторяет имена предыдущих и добавляет свое.

Цель: запомнить имена, создать дружелюбную атмосферу

Арт «Раскрась школу» (7-10 минут)

Раздается план школы, где дети визуально знакомятся с пространством школы.

Цель: Ориентация в новом пространстве. Осознание безопасной зоны.

Игра «Найди пару» (5-7 минут)

Раздаются заранее подготовленные карточки, с половинками картинок. Дети ищут «свою» половинку и знакомятся с партнером.

Цель: стимулировать взаимодействия и умение общаться.

Релаксация на прощание

Игра «Волшебный шар» (7-10 минут)

Передавая шар (мягкий мяч, игрушку итд) каждый говорит приятное пожелание соседу.

Материалы и оборудование

- Игрушка
- План школы
- Карточки с картинками (половинки животных, предметов, итд)
- Бумага карандаши.
- Музыкальное сопровождение (в приоритете классические произведения)

Методические рекомендации.

- Ведения тренинга происходит в непринуждённой обстановке, мягкой манере понимания и взаимного уважения. Дать возможность проявить каждому ребенку себя. Чередовать активные и спокойные виды деятельности.

Тренинг №5. «Мы команда» (1-4 класс коммуникабельность)

Целевая аудитория: учащиеся 1-4 классов

Продолжительность: 30-40 минут

Количество участников: 20-35 человек

Форма проведения: групповое занятие в игровой форме

Цель: Развитие дружелюбных отношений, навыков сотрудничества, снижение тревожности в классе.

Задачи

Создать сплоченную атмосферу в классе. Научить работать в паре и группе, при этом развивая навыки общения и взаимоуважения.

Ход тренинга.

Игра – приветствие: «Подари комплимент соседу» (10 минут).

Дети поворачиваясь по очереди дарят комплимент соседу. Повторяться не желательно. Психолог мягко направляет. Помогает подобрать слова.

Цель: Развитие позитивного отношения, уважения друг к другу. Решение конфликтов, повышение самооценки. Положительное восприятие себя.

«Город дружбы» командное задание (25 минут)

Ведущий делит детей на команды. Максимально перемешивая коллектив. На ватмане дети рисуют (возможно заранее прорисовать карту) с пустыми участками. Каждая команда добавляет свой заранее созданный элемент (дом,

магазин, дерево, дорогу и т.д.) подписывая именами участников. Прописывают (обговаривают) законы и правила. По завершению проводится общая презентация.

Цель: Развитие навыков социализации, сотрудничества, творческого мышления, умения договариваться.

Материалы и оборудование

- Ватман (+1)
- Бумага карандаши.
- Музыкальное сопровождение (в приоритете классические произведения)

Методические рекомендации.

Ведения тренинга происходит в непринуждённой обстановке, мягкой манере понимания и взаимного уважения. Дать возможность проявить каждому ребенку себя. Чередовать активные и спокойные виды деятельности. Максимальное внимание на группирование команды со стороны ведущего.

«Мы вместе - мы сила» (5-7 класс Уважение)

Целевая аудитория: учащиеся 1-4 классов

Продолжительность: 30-40 минут

Количество участников: 20-35 человек

Форма проведения: групповое занятие в игровой форме

Цель: Развитие навыков конструктивного общения, взаимоуважения.

Повышение уровня сплоченности класса.

Задачи

Сплочение класса, научить распределять роли в команде. Формировать уважение к мнению других.

Ход тренинга

«Ассоциации» - разминка, каждый участник называет одно слово, ассоциирующее со школой, и объясняет почему. (10 минут)

«Постер класса» (20-25 минут)

Ведущий делит класс (участников) на команды, каждая команда должна оформить свой сектор ватмана, заранее прорисовав или прописав данный сектор.

Ватман разделяется на 4-5 секторов («Наши увлечения» «Мечты» «Правила дружбы» «Школьные победы» итд) Все участники должны внести свой вклад. Нельзя зачеркивать или удалять чужую работу без согласия автора. Можно дополнять друг друга, но не убирать.

Сбор ватмана (презентация) каждая команда по очереди кратко рассказывает, что она добавила почему итд.

После постер размещается на стене класса.

Материалы и оборудование

- Ватман (+1)
- Красивые картинки
- Клей
- Бумага карандаши.
- Музыкальное сопровождение (в приоритете классические произведения)

Методические рекомендации.

Ведения тренинга происходит в непринуждённой обстановке, мягкой манере понимания и взаимного уважения. Дать возможность проявить каждому ребенку себя. Чередовать активные и спокойные виды деятельности. Максимальное внимание на группирование команды со стороны ведущего.

Приложение 11. Инструкция работы со стендом «Мое настроение».

Инструкция для педагогов и воспитанников.

«Каждое чувство имеет право на место - вырази его безопасно и попроси поддержку, если это необходимо, здесь и сейчас.»

Правила стенда:

1. Все чувства допустимы-не смеемся над чужими смайликами и выбором
2. Чужой смайлик трогаем только с разрешения автора.
3. В конце дня возвращаем смайлик на его место

Утренний чек-ин (1мин)

Утром с началом нового учебного дня, предложите всем «отметится» на стенде «Мое настроение»

Цель: быстро понять свое чувство и при желании получить помощь. Стенд «Мое настроение» учащиеся легко учатся замечать и экологично выразить свои эмоции, а учитель получает простой «барометр» класса (группы) А так же это помощь развивать эмпатию и навыки саморегуляции.

Зеркальце – «Посмотри на себя» помогает осознавать выражение лица.

Выбери смайлик «Сегодня я чувствую»

- Радость – когда чувствуешь тепло, интерес, энергию. (мне весело, интересно, хочется делиться)
- Грусть – когда хочется тишины, поддержки объятий (хочется плакать, молчать, уединения)
- Злость – когда что то, мешает или кажется несправедливым. (меня трясет, хочу кричать)

Прикрепи свой смайлик

- Посмотри в зеркало, что ты чувствуешь?
- Приклей к своей эмоции, свой смайлик

Замечай изменения, если чувство сменилось.

- Перемести свой смайлик

Подсказка, что делать дальше.

Радость: поделись своей радостью, хорошей новостью с другом.

Грусть: 3 глубоких вдоха +попроси «обнимашку» у товарища

Злость: сожми кулачки 10 раз, и скажи учителю, подумай, что тебе помогает.

Обратите внимание на общий эмоциональный фон.

Сигнал тревоги: если у ребенка «Злость» или часто меняется смайлик -тихо спросите: «Что тревожит, что тебе может помочь?» при необходимости направьте к психологу.

Рефлексия в конце дня: попросите детей вернуть смайлики на место, и рассказать, что изменилось и почему.

Безопасность и уважение.

У стенда нет критики-все чувства допустимы.

Обсуждаем поведение, а не личность: «Ты злишься давай вместе найдем способ помочь тебе»

Смайлики хранятся в классе, каждую пятницу педагог (мастер чистоты) дезинфицирует карточки.

Инструкция для психолога

Ежедневный мониторинг (скрытая от детей) психолог школы заносит общее количество каждого смайлика: что помогает видеть тенденции класса (группы)

Время	Действия психолога
8:15-8:30 (5-й минутный коридор)	Зайдите в класс, напомните ученикам прикрепить/обновить смайлик. Наблюдайте: кого затрудняет выбор смайлика, кто отказывается
10:30 (большая перемена)	Сделайте фото -срез (хранится конфиденциально)
12:30-13:00 (конец уроков)	Попросите детей снять смайлик, коротко обсудите изменения, если группа настроена.

Критерии вмешательства

Сигнал	Действия
Ученику +_ 2 дня подряд «злость» или «грусть»	Индивидуальная беседа (5-10 минут) в тот же день.
Резкая смена «радость-злость(грусть) во время урока.	Сообщите педагогу, предложите ребенку короткую технику саморегуляции (дыхания итд)

Учет и аналитика

Период	Что фиксировать
Ежедневно	Наблюдение (запись индивидуальной беседы)
Ежеквартально	Диаграмма динамики по классам

Коммуникация с педагогами и родителями.

- Педагоги получают памятку «Как действовать, что говорить, увидев злость или грусть
- Родители информируются только при систематических сигналах (через классного руководителя или звонком)

Этические нормы

1. Не озвучивайте фамилии детей при обсуждении стенда в группе.
2. Фото-записи, хранятся на защищенном устройстве, удаляются в конце учебного года
3. Ученик в праве отказаться размещать смайлик, предлагайте альтернативу (бумажный дневник чувств) под наблюдением школьного психолога

Обновление стенда

- Раз в месяц добавляйте новые техники по саморегуляции
- Проверяйте состояние смайликов, магнитов, липучек, чистоту поверхностей.
- Проведите «неделю эмоций» тематические классные часы по одной из эмоций.

Подчеркивайте, что стенд -не оценка поведения, а способ попросить помощи. Фотоотчеты и таблица хранится только у психолога.

«Этот стенд создан с душой и заботой о каждом ребенке. Пусть каждый день начинается с улыбки, а знания и добрые мысли помогают расти и развиваться».



Список использованной литературы

1. Закон Республики Узбекистан «Об Образовании», от 23.09.2020 г. № ЗРУ-637.
2. Закон Республики Узбекистан «Об оказании психологической помощи населению», от 05.11.2024 г. № ЗРУ-989.
3. Материалы международной научно-практической онлайн-конференции «Психология фан и ва ёшларнинг ривожланиши», Ташкент, 27-28 июля 2020 года.
4. Выготский Л.С. (Антология гуманной педагогики). - Переиздание. М: Издательский Дом Ш. Амонашвили, - 2002. - с. 80.
5. Л.П. Пономаренко. Психологическая профилактика дезадаптации учащихся в начале обучения в средней школе. Методические рекомендации для школьных психологов. — Одесса: Астра-Принт, 1999.
6. Битянова М.Р., Азарова Т.В., Афанасьева Е.И., Васильева Н.Л. Работа психолога в начальной школе. – М: Изд-во “Совершенство”, 1998.
7. Диагностика школьной дезадаптации. Под ред. Беличевой С.А. Консорциум “Социальное здоровье России”, М.,1995.
8. Орехова О.А. Цветовая диагностика эмоций ребенка. СПб., 2002.
9. Панфилова М.А. Игротерапия общения. – М.: 2001, с. 54 – 59.
10. Панфилова М.А. Графическая методика «Кактус» //Обруч, № 5, 2002, с. 12-13.

