ПРОГРАММА

«Формирование социальных компетенций у детей - сирот и детей, оставшихся без попечения родителей (выпускников организаций для детей – сирот и детей, оставшихся без попечения родителей) в условиях социального сопровождения»

Курск

Пояснительная записка.

Выпускники детских домов часто оказываются неготовыми к самостоятельной жизни. Они неспособны принимать самостоятельные ответственные решения и добиваться поставленных целей, выпускники данных учреждений зачастую не имеют элементарных бытовых навыков, не умеют строить отношения друг с другом и окружающим миром. Это лишь часть проблемы социальной адаптации, выражающейся в неподготовленности выпускников детских домов к дальнейшей самостоятельной жизни.

Современная жизнь все больше ориентируется на подготовку компетентного человека. Основная ставка делается на формирование у подрастающего поколения компетенций, которые позволят в течение жизни управлять собственным образованием, правильно определять направления своей деятельности и результативно заниматься самообразованием.

Актуальность программы определяется необходимостью формирования умения ориентироваться в достаточно сложных жизненных обстоятельствах, социального опыта, который помог бы детям - сиротам и детям, оставшимся без попечения родителей быстрее адаптироваться в обществе, грамотно исполнять свои обязанности и использовать свои законные права.

Доктор психологических наук, профессор И. А. Зимняя рассматривает «компетенции как некоторые внутренние, потенциальные, сокрытые психологические новообразования (знания, представления, программы (алгоритмы) действий, системы ценностей и отношений), которые затем выявляются в компетентностях человека как актуальных, деятельностных проявлениях». Под «компетентностью» она понимает «актуальное, формируемое личностное качество как основывающаяся на знаниях, интеллектуально и личностно-обусловленная социально-профессиональная характеристика человека».

Выделяется три группы компетенций выпускников организаций для

детей – сирот и детей, оставшихся без попечения родителей:

1. Компетенции, относящиеся к самому человеку как личности, как субъекту деятельности, общения. Эта группа включает компетенции:

- здоровье сбережения: знание и соблюдение здорового образа жизни, правил личной гигиены, свобода и ответственность выбора образа жизни;
- ценностно-смысловой ориентации в Мире: ценности бытия, жизни, культуры, науки, производства, страны, религии;
- интеграции: структурирование, актуализация, расширение и приращение накопленных знаний;
- гражданственности: знание и соблюдение прав и обязанностей гражданина, уверенность в себе, знание и гордость за символы государства;
- самосовершенствования, саморегулирования, саморазвития, личностной и предметной рефлексии: смысл жизни, профессиональное, языковое, речевое развитие, овладение культурой родного языка, владение иностранными языками.

2. Компетенции, относящиеся к социальному взаимодействию человека и социальной сферы. Эта группа включает компетенции:

- социального взаимодействия: с обществом, общностью, коллективом, семьей, друзьями;
- в общении: устном и письменном, диалог, монолог, знание и соблюдение традиций, этикета, ритуалов, решение коммуникативных задач.

3. Компетенции, относящиеся к деятельности человека, проявляющиеся во всех ее типах и формах. Эта группа включает компетентности:

- познавательной деятельности: постановка и решение познавательных задач, нестандартные решения, создание и разрешение проблемных задач, исследование и интеллектуальная деятельность;
- деятельности: игра, учение, труд, планирование, проектирование,

моделирование, прогнозирование деятельности;

- информационных технологий: прием, накопление, переработка и передача информации, компьютерная грамотность и владение Internet технологиями.

С точки зрения И. А. Зимней, все компетенции являются социальными в широком смысле этого слова, так как они формируются под воздействием окружающей среды, социальны по своему содержанию и проявляются в социуме. При этом она выделяет и социальные (в узком смысле слова) компетенции, характеризующие взаимодействие личности с обществом, социумом и другими людьми. Это компетенции здоровье сбережения, гражданственности, информационно-технологическая, социального взаимодействия, общения.

Компетенции, связанные с отношением человека к себе как личности, включают готовность к саморазвитию, самопознанию, сохранению собственного психического и физического здоровья, выбор путей личностного и профессионального развития и т.д. Таким образом, личностная (персональная) компетенция – совокупность знаний, умений, навыков и социально-личностных качеств, позволяющих личности сохранять психическое и физическое здоровье, потребность в самопознании, саморазвитии, самоактуализации и самореализации в данной профессии.

Программа построена с учетом особенностей личности детей -сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, структуры их интересов и потребностей, возникающих на определенном возрастном этапе. Именно дети - сироты и дети, оставшиеся без попечения родителей (выпускники интернатных организаций) оказываются наиболее заинтересованными в самопознании, самореализации, осуществлении самостоятельного выбора. При этом они не обладают необходимым социальным опытом и могут оказаться беспомощными даже в довольно простых, с точки зрения социально адаптированного человека, житейских обстоятельствах, не

говоря уже о трудных жизненных ситуациях.

Программа реализуется в условиях службы постинтернатного сопровождения.

Программа имеет медико- психолого социально-педагогическую **направленность.**

Теоретической основой программы является представление об основных характеристиках *социально-компетентного человека.* Он в состоянии:

- принимать решения относительно самого себя и стремиться к пониманию собственных чувств и требований;
- представлять, как следует достигать собственной цели наиболее эффективным социально приемлемым способом;
- правильно понимать желания, ожидания и требования других людей, взвешивать и учитывать их права;
- анализировать область, определяемую различными социальными структурами и учреждениями, роль их представителей и включать эти знания в свое поведение;
- представлять, как, с учетом конкретных обстоятельств и времени, вести себя, принимая во внимание других людей, ограничения социальных структур и собственные требования;
- эффективно преодолевать блокирующие неприятные чувства и собственную неуверенность;
- отдавать себе отчет, что социальная компетентность не имеет ничего общего с агрессивностью и предполагает уважение прав и обязанностей других.

Обладая достаточным уровнем социальной компетентности, человек способен продуктивно адаптироваться во внешнем и социальном мире, обогатить свой внутренний мир.

Цель программы: актуализация, формирование и развитие у детей-сирот и детей, оставшиеся без попечения родителей (выпускников

интернатных организаций) знаний, умений и навыков, способствующих преодолению трудностей социальной адаптации.

Задачи программы:

1. Сформировать у детей - сирот и детей, оставшихся без попечения родителей (выпускников организаций для детей – сирот и детей, оставшихся без попечения родителей) представления об особенностях собственной личности и об адекватных способах решения проблем жизни в социуме.

2. Сформировать у детей - сирот и детей, оставшихся без попечения родителей (выпускников организаций для детей – сирот и детей, оставшихся без попечения родителей) потребность самосовершенствования на основе усвоения общекультурных ценностей.

3. Актуализировать потребность у детей - сирот и детей, оставшихся без попечения родителей (выпускников организаций для детей – сирот и детей, оставшихся без попечения родителей) в сохранении физического и психического здоровья.

4. Обеспечить у детей - сирот и детей, оставшихся без попечения родителей (выпускников организаций для детей – сирот и детей, оставшихся без попечения родителей) формирование навыков продуктивного общения в различных жизненных ситуациях (в том числе конфликтных).

Практическая значимость программы определяется тем, что занятия, предусмотренные программой, являются социальным практикумом, дают возможность получить знания, умения и навыки, представляющие практическую ценность для жизни в социуме.

Технология программы предусматривает сочетание эвристических бесед, дискуссий с активными формами обучения, включающими элементы тренинга, арттерапии и игры.

Данная Программа разработана для специалистов по постинтернатному сопровождению детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, выпускников организаций для детей-сирот, выпускников профессиональных образовательных организаций по

направлению «Формирование и развитие социально-личностных компетенций выпускников интернатных организаций».

Целевая группа: дети - сироты и дети, оставшиеся без попечения родителей (выпускники организаций для детей – сирот и детей, оставшихся без попечения родителей).

Ожидаемые результаты:

- повышение степени сознательности и дисциплинированности;
- развитие способности критически, в соответствии с нормами морали и права, оценивать поступки окружающих, друзей, сверстников;
-владение знаниями о своих правах и обязанностях, социальных институтов и структурах, их представителях в обществе;
-способность самостоятельно принимать решения и преодолевать трудности;
-овладение социально – культурными нормами речевого поведения, внимательным, чутким отношение к окружающим, способностью к сопереживанию**.**

Тематическое планирование

№	Наименование темы	Ответственный	Количество часов	
			Из них	
			Теория	практика
	Диагностика			2
Тема 1	Личность и ее жизненный путь		1	1
Тема 2	Виды информации. Способы управления мимикой, жестами. Барьер на пути информации. Виды барьеров. Барьеры, которые создаю я сам. Каналы обработки информации: зрительные, слуховые, чувственные.		1	2
Тема 3	Практическое занятие: «Визуал, аудиал, кинестетик».			2
Тема 4	Стили общения (примитивный, деловой, манипулятивный, общение-диалог). Стереотипы в общении. Доминантная и недоминантная позиция в общении, общение «на равных».		1	2
Тема 5	Конфликт. Причины, виды. Человек в конфликте. Эмоции. Стили поведения в конфликте.		1	2
Тема 6	Социальные институты, их структура, представители в обществе		2	
Тема 7	Формирование финансовой грамотности		1	2
Тема 8	Человек и его здоровье		1	1
Тема 9	Профессия: поиск работы, трудоустройство, самоопределение		1	1
Тема 10	Организация досуга	Экскурсия		1
ИТОГО				25

Содержание программы

Диагностика.

Диагностика индивидуально - психологических особенностей. Опросники и тесты: тест Айзенка, методика изучения социализированности личности учащегося (Разработана профессором М.И.Рожковым), методика изучения уровня развития социальных навыков, рисунок «Несуществующее животное».

Тема 1. Личность и ее жизненный путь.

Понятие личности. Личность и защитные механизмы. Развитие личности. Работа над собой. Зачем нужно знать себя? Я и мои товарищи. Я и мое имя.

Упражнения: «Нарисуй своё имя», «Кто я? Какой я?»

Тема 2. Виды информации. Способы управления мимикой, жестами. Барьер на пути информации. Виды барьеров. Барьеры, которые создаю я сам. Каналы обработки информации: зрительные, слуховые, чувственные.

Формирование представления о вербальной и невербальной информации в общении. Анализ собственного опыта общения. роль мимики и контакта глаз в общении с людьми. Ознакомление с основным закономерностями «языка жестов». Барьеры в общении. Виды барьеров в общении. Механизмы работы коммуникативных барьеров. Виды каналов приема и передачи информации. Восприятие и обработка.

Тема 3. Практическое занятие: «Визуал, аудиал, кинестетик».

Самодиагностика ведущего канала восприятия и тренировки навыка передачи информации в различных репрезентативных системах.

Тема 4. Стили общения (примитивный, деловой, манипулятивный, общение-диалог). Стереотипы в общении. Доминантная и

недоминантная позиция в общении, общение «на равных». Психологическое содержание.

Виды стилей общения в современном обществе. Анализ различных стилей общения и их эффективности. Тренировка способности обучающихся определять стиль общения, выбранный партнером. Значения стереотипов в общении с людьми. Анализ психологического содержания доминантной и недоминантной позиции в общении, а также самоанализ по выделенным признакам.

Тема 5. Конфликт. Причины, виды. Человек в конфликте. Эмоции. Стили поведения в конфликте.

Понятие конфликта. Создание условий для понимания амбивалентного смысла конфликта (отрицательного и положительного). Анализ собственного опыта конфликтного взаимодействия с точки зрения его конструктивности. Развитие способности анализировать собственное эмоциональное состояние в конфликте.

Тема 6. Социальные институты, их структура, представители в обществе.

Понятие и виды социальных институтов, их роль в удовлетворении потребностей человека.

Тема 7. Формирование финансовой грамотности.

Формирование навыков эффективного использования имеющихся доходов, применение современных финансовых инструментов.

Тема 8. Человек и его здоровье.

Понятие здоровье. Способы соблюдения здорового образа жизни. Профилактика вредных привычек. Поддержание здорового образа жизни (питание, гигиена, сон).

Тема 9. Профессия: поиск работы, трудоустройство, самоопределение.

Выделение профессиональных ближайших целей, как этапов в достижении дальнейших целей. Практическая реализация личной перспективы, корректировка планов.

Тема 10. Организация досуга.

Экскурсия

Список литературы

1. Асадуллина М. Н. Роль семьи в воспитании ребенка // Теория и практика образования в современном мире: материалы междунар. науч. конф. (г. Санкт-Петербург, февраль 2012 г.). — СПб.: Реноме, 2012. — С. 93-95.
2. Бахадова Е.В. Неблагополучная семья как фактор формирования девиантного поведения детей // Вопросы психологии – 2009. - № 1. – С. 37-39.
3. Березин С.В., Лисецкий К.С. Технология формирования социальных навыков: Методическое пособие для психологов и социальных педагогов ИТУ. – Самара, 1999. – 198 с.
4. Борисова Е.М., Валеев Р.Ф. Диагностика нравственно-психологических особенностей трудного подростка // Психологическая наука и образование – 1997. - № 1. – С. 76-81.
5. Боярова Н.А., Особенности подросткового возраста http://nsportal.ru/shkola/materialy-dlya-roditelei/library/2014/03/12/material-dlya-roditelskogo-lektoriya-po-teme
6. Волков Б.С., Волкова Н.В. Возрастная психология: Учебное пособие для вузов.– М.: Издательский центр «Владос», 2005. – 343 с.
7. Гонеев А.Д., Годовникова Л.В. Работа учителя с трудными подростками: учеб. пособие.– М.: Издательский центр «Академия», 2008. – 240 с.
8. Гонеев А.Д. Основы коррекционной педагогики : учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / А.Д. Гонеев, Н.И. Лифинцева, Н.В. Ялпаева; под ред. В.А. Сластенина. – 4-е изд. – М.: Академия, 2007. – 272 с.
9. Горовая М. С. Социально-правовая защита детей в детском саду // Материалы IV международной научной конференции. – Пермь, 2013. - С. 34-36.
10. Желонкина В.С. Роль семьи в профилактике и преодолении девиантного поведения подростков // Актуальные проблемы семейной педагогики – 2012.- № 1.
11. Кашлякова Г., Акулинина Ю. Социально-педагогическое сопровождение подростков девиантного поведения // Технология и практика – 2010. - № 2. – С.44-47.
12. Макаренко А.С. Социология / Под ред. А.С. Макаренко. - М.: Просвещение, 2008. - 359 с
13. Маленкова Л.И. Педагоги, Родители, Дети. М.: Педагогическое общество России, 2000. – 303 с.

14. Мардахаев Л.В. Социальная педагогика: Учебник.- М.: Гардарики, 2006. – 269 с.

15. Мудрик А. В. Социальная педагогика: Учеб. для студ. пед. Вузов. - М.: Издательский центр «Академия», 2000. - 200 с.

16. Мухина В.С. Возрастная психология: Учебник для студентов высших учебных заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 1997.- 456 с.

17. Мухина В.С. Психология детства и отрочества: Учебник. – М.: Институт практической психологии, 1998. – 488 с.

18. Нагавкина Л.С., Крокинская О.К., Косабуцкая С.А. Социальный педагог: введениевдолжность.- СПб.: Издательство «Каро», 2000. – 269 с.

19. Ничишина Т.В. Девиантное поведение несовершеннолетних: формы профилактики. – Брест: БрГУ имени А.С. Пушкина, 2012. – 107 с.

20. Шакурова М.В. Методика и технология работы социального педагога: Учеб.пособие. – М.: Издательский центр «Академия», 2007. – 272 с.

21. Шептенко П.А, Воронина Г.А. Методика и технология работы социального педагога. – М.: Издательский центр «Академия», 2002. – 208 с.

22. Грановская Р.М. Элементы практической психологии. - СПб.: Речь, 2003. - 655 с.

23. Забродин, Ю.М. Мотивационно-смысловые связи в структуре направленности личности / Ю.М. Забродин, Б.А. Сосновский // Вопросы психологии. 1999. - № 6. – С.23-32.

24. Селевко Г.Т. Энциклопедия педагогических технологий .Т. 1. – М.: Народное образование. – 556 с.

Приложение № 1

Тест «Контакт»

Оцените в баллах от 0 до 4 следующие высказывания:

1. Я легко сближаюсь с людьми.
2. У меня много знакомых, с которыми я охотно встречаюсь.
3. Я разговорчивый человек.
4. Я непренужденно чувствую себя с незнакомыми людьми.
5. Мне стало бы неприятно, если бы надолго исчезла возможность общения.
6. Когда мне нужно что-то узнать, я предпочитаю спросить, а не копаться в книгах.
7. Мне удается оживить скучную компанию.
8. Я говорю быстро.
9. Когда я надолго оторван от людей, мне очень хочется поговорить с кем-нибудь.

Посчитайте общее количество баллов.

Результаты тестирования.

1-12 баллов. Обращенный в себя, с трудом вступает в контакты с людьми. Ориентирован в основном на собственные чувства. Сдержан. Застенчив. Общению с людьми предпочитает книги. В решениях серьезен, эмоциям не доверяет, любит порядок.

13-24 балла. Характерны спокойные, ровные отношения с людьми, ответственности за свои поступки.

25-36 баллов. Словоохотливый, общительный оптимист, любит задавать каверзные вопросы, предпочитает острые шутки. Общение с кем бы то ни было не вызывает проблемы. Многое получается легко и непренужденно. Но не менее легко относится он к собственным обязательствам, его трудно назвать хозяином своего слова. Может быть не сдержан, потому что не считает контролировать эмоции и чувства.

Приложение 2

Тест "Несуществующее животное"

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”).

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

- удаление,
- приближение,
- наклон,
- выпрямление,
- подъем,
- падение.

При выполнении рисунка лист бумаги (либо полотно картины) представляет собой модель пространства и, кроме состояния мышц, фиксирует отношение к пространству, т.е. возникающую тенденцию. Пространство, в свою очередь, связано с эмоциональной окраской переживания и временным периодом: настоящим, прошлым, будущим. Связано оно также с действенностью или идеально-мыслительным планом работы психики. Пространство, расположенное сзади и слева от субъекта, связано с прошлым периодом и бездеятельностью (отсутствием активной связи между мыслью-представлением, планированием и его осуществлением). Правая сторона, пространство спереди и вверху связаны с будущим периодом и действенностью. На листе (модели пространства) левая сторона и низ связаны с отрицательно окрашенными и депрессивными эмоциями, с неуверенностью и пассивностью. Правая сторона (соответствующая доминантной правой руке) – с положительно окрашенными эмоциями, энергией, активностью, конкретностью действия.

Помимо общих закономерностей психомоторной связи и отношения к пространству при толковании материала теста используются теоретические

нормы оперирования с символами и символическими геометрическими элементами и фигурами.

По своему характеру тест “Несуществующее животное” относится к числу проективных. Для статистической проверки или стандартизации результат анализа может быть представлен в описательных формах. По составу данный тест – ориентировочный и как единственный метод исследования обычно не используется и требует объединения с другими методами в качестве батарейного инструмента исследования.

Инструкция

Придумайте и нарисуйте НЕСУЩЕСТВУЮЩЕЕ животное и назовите его НЕСУЩЕСТВУЮЩИМ названием.

Показатели 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.

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

Увеличенный (в соответствии с фигурой в целом) размер головы говорит о том, что испытуемой ценит рациональное начало (возможно, и эрудицию) в себе и окружающих.

На голове также бывают расположены дополнительные детали: например, рога – защита, агрессия. Определить по сочетанию с другими признаками – когтями, щетиной, иглами – характер этой агрессии: спонтанная или защитно-ответная. 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 (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, формированияе-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: соединение точно, тщательно или небрежно, слабо соединены или не соединены вовсе – это характер контроля за своими рассуждениями, выводами, решениями. Однотипность и однонаправленность формы ног, лап, любых элементов опорной части – конформность суждений и установок в принятии решений, их стандартность, банальность. Разнообразие в форме и положении этих деталей – своеобразие установок и суждений, самостоятельность и небаналыюсть; иногда даже творческое начало (соответственно необычности формы) или инакомыслие (ближе к патологии).

Части, поднимающиеся над уровнем фигуры

Могут быть функциональными или украшающими:

- крылья, дополнительные ноги, щупальца, 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 султане 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.

Контуры фигуры

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

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).

Оценка характера линии

Здесь следует обратить внимание на дубляж линии, небрежность, неаккуратность соединений, “островки” из находящих 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.

Характер животного

Тематически животные делятся на угрожаемых, угрожающих, нейтральных (подобия льва, бегемота, волка или птицы, улитки, муравья, либо белки, собаки, кошки). Это отношение к собственной персоне и к своему “Я”, представление о своем положении в мире, как бы идентификация себя по значимости (с зайцем, букашкой, слоном, собакой и т.д.). В данном случае рисуемое животное – представитель самого рисующего.Уподобление рисуемого животного человеку, начиная с постановки животного в положение прямохож-дения 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 (и параллелен) аллегорическому значению животных и их характеров в сказках, притчах и т.п.

Разное

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 ластами и т.п. Оригинальность выражается в форме построения фигуры из элементов, а не целых заготовок.

Название

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”, “гратекер” 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-снисходительном отношении к окружающим. Инфантильные названия имеют обычно повторяющиеся элементы (“тру-тру”, лю-лю”, “кускус” и т.п.). Склонность к фантазированию (чаще защитного порядка) выражена обычно удлиненными названиями (“аберосинотиклирон”, “гулобарниклета-миешиния” и т.п.).

Приложение 3

Методика
изучения социализированности личности учащегося
(Разработана профессором М.И.Рожковым)

Цель: выявить уровень социальной адаптированности, автономности, социальной активности и нравственной воспитанности учащихся.

Ход проведения: учащимся предлагается прочитать [прослушать] 20 суждений и оценить степень своего согласия с их содержанием по следующей шкале

4 — всегда;
3 — почти всегда;
2 — иногда;
1 — очень редко;
0 — никогда.

1. Стараюсь слушаться во всем своих учителей и родителей.
2. Считаю, что всегда надо чем-то отличаться от других.
3. За что бы я ни взялся — добиваюсь успеха.
4. Я умею прощать людей.
5. Я стремлюсь поступать так же. как и все мои товарищи.
6. Мне хочется быть впереди других в любом деле.
7. Я становлюсь упрямым, когда уверен, что я прав.
8. Считаю, что делать людям добро — это главное в жизни,
9. Стараюсь поступать так, чтобы меня хвалили окружающие.
10. Общаясь с товарищами, отстаиваю свое мнение.
11. Если я что-то задумал, то обязательно сделаю.
12.` Мне нравится помогать другим.
13. Мне хочется, чтобы со мной все дружили.
14. Если мне не нравятся люди, то я не буду с ними общаться.
15. Стремлюсь всегда побеждать и выигрывать
16. Переживаю неприятности других, как свои.
17. Стремлюсь не ссориться с товарищами.
18. Стараюсь доказать свою правоту, даже если с моим мнением не согласны окружающие.
19. Если я берусь за дело, то обязательно доведу его до конца.
20. Стараюсь защищать тех, кого обижают.

Чтобы быстрее и легче проводить обработку результатов, необходимо изготовить для каждого учащегося бланк, в котором против номера суждения ставится оценка.

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

Обработка полученных данных. Среднюю оценку социальной адаптированности учащихся получают при сложении всех оценок первой строчки и делении этой суммы на пять. Оценка автономности высчитывается на основе аналогичных операций со второй строчкой.
Оценка социальной активности — с третьей строчкой
Оценка приверженности детей гуманистическим нормам жизнедеятельности [нравственности] — в четвертой строчкой.

Если получаемый коэффициент больше трех, то можно констатировать высокую степень социализированности ребенка; если же он больше двух, но меньше трех, то это свидетельствует о средней степени развития социальных качеств. Если коэффициент окажется меньше двух баллов, то можно предположить, что отдельный учащийся [или группа учеников] имеет низкий уровень социальной адаптированности.

Бланк для ответов.

Фамилия _____ Имя_____
Дата _____ Возраст_____
Инструкция: Перед Вами ряд утверждений. Оценить, пожалуйста, степень своего согласия с их содержанием по следующей шкале

4 — всегда;
3 — почти всегда;
2 — иногда;
1 — очень редко;
0 — никогда.
Ответы вписывать в таблицу напротив цифры, соответствующей номеру вопроса

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

1. Стараюсь слушаться во всем своих учителей и родителей.
2. Считаю, что всегда надо чем-то отличаться от других.
3. За что бы я ни взялся — добиваюсь успеха.
4. Я умею прощать людей.
5. Я стремлюсь поступать так же. как и все мои товарищи.
6. Мне хочется быть впереди других в любом деле.
7. Я становлюсь упрямым, когда уверен, что я прав.
8. Считаю, что делать людям добро — это главное в жизни,
9. Стараюсь поступать так, чтобы меня хвалили окружающие.
10. Общаясь с товарищами, отстаиваю свое мнение.
11. Если я что-то задумал, то обязательно сделаю.
12.` Мне нравится помогать другим.
13. Мне хочется, чтобы со мной все дружили.
14. Если мне не нравятся люди, то я не буду с ними общаться.
15. Стремлюсь всегда побеждать и выигрывать
16. Переживаю неприятности других, как свои.
17. Стремлюсь не ссориться с товарищами.
18. Стараюсь доказать свою правоту, даже если с моим мнением не согласны окружающие.
19. Если я берусь за дело, то обязательно доведу его до конца.
20. Стараюсь защищать тех, кого обижают.

Приложение 4

Методика
изучения уровня развития социальных навыков

I. Начальные навыки – некоторые минимальные умения, которые позволяют человеку вступать в контакт другими людьми, участвовать в разговоре.

1. Вступить в разговор с кем-либо.
2. Перейти в разговоре к интересующему Вас вопросу, детально обсудить его и ответить на вопросы собеседника.
3. Дать другому человеку понять, что Вы внимательно выслушали его и затем умело завершить разговор каким-то уместным замечанием.
4. Выслушивать другого человека, быть внимательным к нему, постараться понять его и показать ему свою заинтересованность.

II. Самовыражение в разговоре – умение выразить свои чувства и переживания или пережать информацию другому человеку.

5. Сказать комплемент, сказать собеседнику, что Вам что-то нравится в нем или его действиях.
6. Дать понять другому человеку, что Вы благодарны ему за то, что он сделал для Вас.
7. Поддержать человека, если он сомневается в своих силах.
8. Попросить о помощи: попросить кого-либо помочь Вас квалифицированно справиться со сложной ситуацией, с которой Вы не можете справиться самостоятельно.
9. Доходчиво объяснить кому-либо что и как ему делать.
10. Выразить нежные чувства, дать понять кому-либо, что Вы неравнодушны к нему (к ней).
11. Обратиться с жалобой: дать кому-то понять, что он виноват перед Вами и попытаться найти решение проблемы.
12. Убедить другого человека, что Ваша точка зрения на что-либо более правильная и более продуктивная, чем его.
13. Выразить свое недовольство, выразить свое возмущение прямо и честно.

III. Реакция на мнение другого человека в разговоре или на то, что он переживает.

14. Дать другому человеку понять, что Вам приятна его похвала и что Вы ее цените.
15. Откликнуться на переживания другого человека (эмпатия) – попытаться понять то, что чувствует другой человек и выразить ему свое понимание.

16. Принести извинения = сказать кому-либо, что Вы искренне сожалеете, что причинили ему неприятность.
17. Выполнение указаний – строго следовать инструкции и выполнять соответствующие действия.
18. Реакция на уговоры – учесть предложения другого человека, сравнить их со своими идеями и решить, какой образ действия будет лучше для Вас в конечном счете.
19. Реакция на неудачу – выделить, что в Ваших действиях было неправильно и что можно изменить, чтобы более успешно действовать в будущем.
20. Разобраться в противоречивых заявлениях: выяснить, что в словах другого человека соответствует действительности.
21. Реагировать на жалобу – справедливо реагировать на неудовольствие другого человека в ситуации, виновником которой являетесь Вы.
22. Попытаться понять гнев другого человека и показать ему, что Вы стараетесь понять его.

IV. Навыки планирования предстоящих действий – прежде чем разговаривать с другими людьми или делать что-то, необходимо это спланировать и как следует подготовиться к предстоящему действию.

23. Решить, чего Вы хотите добиться и насколько это реально.
24. Решить, какая специальная информация Вам нужна и обратиться за ней к компетентным людям.
25. Сосредоточиться на выполнении задания, создать такие условия, которые позволят Вам сделать работу эффективно.
26. Оценка собственных способностей – честно и беспристрастно оценить свои способности, чтобы определить, насколько Вы компетентны в соответствующем деле.
27. Приготовиться к нелегкому разговору – заранее обосновать свою позицию в разговоре, который обещает быть трудным.
28. Выделение приоритетных проблем – решить, какая из проблем наиболее важная и какая должна быть решена в первую очередь.
29. Принять решение – оценить, какое из возможных решений является наиболее реалистичным, наметить наиболее реальных образ действий, которые, по Вашему мнению, отвечает Вашим интересам.

V. Альтернативы агрессивному поведению – каким образом избежать конфликта и разрушения отношений или вести себя в конфликтной ситуации наиболее продуктивным способом.

30. Определить, какие именно чувства Вы испытываете.
31. Определить виновного – определить, чьи именно действия (Ваши или кого-то другого) явились причиной того, что произошло.

32. Обращение с просьбой – попросить у соответствующих людей то, что Вам нужно и то, что Вы хотите.
33. Релаксация – успокоиться и расслабиться, когда Вы напряжены.
34. Самоконтроль – овладеть собой, не допуская срыва.
35. Переговоры – прийти к компромиссному решению в споре с другим человеком.
36. Помочь другому человеку, когда он не может сам справиться со своими проблемами.
37. Самоутверждение – отстаивать свою позицию, показав другим, что Вы хотите, испытываете или думаете по поводу чего-либо.

Бланк для ответов.

Фамилия _____ Имя_____

Дата _____ Возраст_____

Инструкция: Вам будет дан список 37 основных навыков, которые каждый человек использует в повседневной жизни. Оцените, пожалуйста, **насколько Вам удается** в жизни этот навык, выбрав 5 вариантов ответа: всегда, часто, иногда, редко или никогда. Отметьте это в своем бланке для ответов в соответствующей графе.

1. **Вступить в разговор с кем-либо.**

всегда	часто	иногда	редко	никогда

2. **Перейти в разговоре к интересующему Вас вопросу, детально обсудить его и ответить на вопросы собеседника.**

всегда	часто	иногда	редко	никогда

3. **Дать другому человеку понять, что Вы внимательно выслушали его и затем умело завершить разговор каким-то уместным замечанием.**

всегда	часто	иногда	редко	никогда

4. **Выслушивать другого человека, быть внимательным к нему, постараться понять его и показать ему свою заинтересованность.**

всегда	часто	иногда	редко	никогда

5. **Сказать комплемент, сказать собеседнику, что Вам что-то нравится в нем или его действиях.**

всегда	часто	иногда	редко	никогда

6. **Дать понять другому человеку, что Вы благодарны ему за то, что он сделал для Вас.**

всегда	часто	иногда	редко	никогда

7. **Поддержать человека, если он сомневается в своих силах.**

всегда	часто	иногда	редко	никогда

8. **Попросить о помощи: попросить кого-либо помочь Вас квалифицированно справиться со сложной ситуацией, с которой Вы не можете справиться самостоятельно.**

всегда	часто	иногда	редко	никогда

9. Доходчиво объяснить кому-либо что и как ему делать.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

10. Выразить нежные чувства, дать понять кому-либо, что Вы неравнодушны к нему (к ней).

всегда	часто	иногда	редко	никогда

11. Обратиться с жалобой: дать кому-то понять, что он виноват перед Вами и попытаться найти решение проблемы.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

12. Убедить другого человека, что Ваша точка зрения на что-либо более правильная и более продуктивная, чем его.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

13. Выразить свое недовольство, выразить свое возмущение прямо и честно.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

14. Дать другому человеку понять, что Вам приятна его похвала и что Вы ее цените.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

15. Откликнуться на переживания другого человека (эмпатия) – попытаться понять то, что чувствует другой человек и выразить ему свое понимание.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

16. Принести извинения = сказать кому-либо, что Вы искренне сожалеете, что причинили ему неприятность.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

17. Выполнение указаний – строго следовать инструкции и выполнять соответствующие действия.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

18. Реакция на уговоры – учесть предложения другого человека, сравнить их со своими идеями и решить, какой образ действия будет лучше для Вас в конечном счете.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

19. Реакция на неудачу – выделить, что в Ваших действиях было неправильно и что можно изменить, чтобы более успешно действовать в будущем.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

20. Разобраться в противоречивых заявлениях: выяснить, что в словах другого человека соответствует действительности.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

21. Реагировать на жалобу – справедливо реагировать на неудовольствие другого человека в ситуации, виновником которой являетесь Вы.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

22. Попытаться понять гнев другого человека и показать ему, что Вы стараетесь понять его.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

23. Решить, чего Вы хотите добиться и насколько это реально.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

24. Решить, какая специальная информация Вам нужна и обратиться за ней к компетентным людям.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

25. Сосредоточиться на выполнении задания, создать такие условия, которые позволят Вам сделать работу эффективно.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

26. Оценка собственных способностей – честно и беспристрастно оценить свои способности, чтобы определить, насколько Вы компетентны в соответствующем деле.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

27. Приготовиться к нелегкому разговору – заранее обосновать свою позицию в разговоре, который обещает быть трудным.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

28. Выделение приоритетных проблем – решить, какая из проблем наиболее важная и какая должна быть решена в первую очередь.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

29. Принять решение – оценить, какое из возможных решений является наиболее реалистичным, наметить наиболее реальных образ действий, которые, по Вашему мнению, отвечает Вашим интересам.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

30. Определить, какие именно чувства Вы испытываете.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

31. Определить виновного – определить, чьи именно действия (Ваши или кого-то другого) явились причиной того, что произошло.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

32. Обращение с просьбой – попросить у соответствующих людей то, что Вам нужно и то, что Вы хотите.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

33. Релаксация – успокоиться и расслабиться, когда Вы напряжены.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

34. Самоконтроль – овладеть собой, не допуская срыва.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

35. Переговоры – прийти к компромиссному решению в споре с другим человеком.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

36. Помочь другому человеку, когда он не может сам справиться со своими проблемами.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

37. Самоутверждение – отстаивать свою позицию, показав другим, что Вы хотите, испытываете или думаете по поводу чего-либо.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

Бланк для ответов.

Фамилия _____ Имя_____

Дата _____ Возраст_____

Инструкция: Вам еще раз будут предложены 37 утверждений, характеризующих основные навыки, которые люди используют в повседневной жизни. Отметьте крестиком в соответствующей графе бланка насколько каждый из этих навыков **удается выполнить вашим сверстникам,** выбрав один из вариантов ответа: всегда, часто, иногда, редко или никогда.

1. **Вступить в разговор с кем-либо.**

всегда	часто	иногда	редко	никогда

2. **Перейти в разговоре к интересующему Вас вопросу, детально обсудить его и ответить на вопросы собеседника.**

всегда	часто	иногда	редко	никогда

3. **Дать другому человеку понять, что Вы внимательно выслушали его и затем умело завершить разговор каким-то уместным замечанием.**

всегда	часто	иногда	редко	никогда

4. **Выслушивать другого человека, быть внимательным к нему, постараться понять его и показать ему свою заинтересованность.**

всегда	часто	иногда	редко	никогда

5. **Сказать комплемент, сказать собеседнику, что Вам что-то нравится в нем или его действиях.**

всегда	часто	иногда	редко	никогда

6. **Дать понять другому человеку, что Вы благодарны ему за то, что он сделал для Вас.**

всегда	часто	иногда	редко	никогда

7. **Поддержать человека, если он сомневается в своих силах.**

всегда	часто	иногда	редко	никогда

8. Попросить о помощи: попросить кого-либо помочь Вас квалифицированно справиться со сложной ситуацией, с которой Вы не можете справиться самостоятельно.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

9. Доходчиво объяснить кому-либо что и как ему делать.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

10. Выразить нежные чувства, дать понять кому-либо, что Вы неравнодушны к нему (к ней).

всегда	часто	иногда	редко	никогда

11. Обратиться с жалобой: дать кому-то понять, что он виноват перед Вами и попытаться найти решение проблемы.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

12. Убедить другого человека, что Ваша точка зрения на что-либо более правильная и более продуктивная, чем его.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

13. Выразить свое недовольство, выразить свое возмущение прямо и честно.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

14. Дать другому человеку понять, что Вам приятна его похвала и что Вы ее цените.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

15. Откликнуться на переживания другого человека (эмпатия) – попытаться понять то, что чувствует другой человек и выразить ему свое понимание.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

16. Принести извинения = сказать кому-либо, что Вы искренне сожалеете, что причинили ему неприятность.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

17. Выполнение указаний – строго следовать инструкции и выполнять соответствующие действия.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

18. Реакция на уговоры – учесть предложения другого человека, сравнить их со своими идеями и решить, какой образ действия будет лучше для Вас в конечном счете.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

19. Реакция на неудачу – выделить, что в Ваших действиях было неправильно и что можно изменить, чтобы более успешно действовать в будущем.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

20. Разобраться в противоречивых заявлениях: выяснить, что в словах другого человека соответствует действительности.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

21. Реагировать на жалобу – справедливо реагировать на неудовольствие другого человека в ситуации, виновником которой являетесь Вы.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

22. Попытаться понять гнев другого человека и показать ему, что Вы стараетесь понять его.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

23. Решить, чего Вы хотите добиться и насколько это реально.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

24. Решить, какая специальная информация Вам нужна и обратиться за ней к компетентным людям.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

25. Сосредоточиться на выполнении задания, создать такие условия, которые позволят Вам сделать работу эффективно.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

26. Оценка собственных способностей – честно и беспристрастно оценить свои способности, чтобы определить, насколько Вы компетентны в соответствующем деле.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

27. Приготовиться к нелегкому разговору – заранее обосновать свою позицию в разговоре, который обещает быть трудным.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

28. Выделение приоритетных проблем – решить, какая из проблем наиболее важная и какая должна быть решена в первую очередь.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

29. Принять решение – оценить, какое из возможных решений является наиболее реалистичным, наметить наиболее реальных образ действий, которые, по Вашему мнению, отвечает Вашим интересам.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

30. Определить, какие именно чувства Вы испытываете.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

31. Определить виновного – определить, чьи именно действия (Ваши или кого-то другого) явились причиной того, что произошло.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

32. Обращение с просьбой – попросить у соответствующих людей то, что Вам нужно и то, что Вы хотите.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

33. Релаксация – успокоиться и расслабиться, когда Вы напряжены.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

34. Самоконтроль – овладеть собой, не допуская срыва.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

35. Переговоры – прийти к компромиссному решению в споре с другим человеком.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

36. Помочь другому человеку, когда он не может сам справиться со своими проблемами.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

37. Самоутверждение – отстаивать свою позицию, показав другим, что Вы хотите, испытываете или думаете по поводу чего-либо.

всегда	часто	иногда	редко	никогда

Бланк для ответов.

Фамилия _____ Имя_____
Дата _____ Возраст_____
Инструкция: Вам будет дан список 37 основных навыков, которые каждый человек использует в повседневной жизни. Оцените, пожалуйста, **насколько Вам удается** в жизни этот навык, выбрав 5 вариантов ответа: всегда, часто, иногда, редко или никогда. Отметьте это в своем бланке для ответов в соответствующей графе.

№	всегда	часто	иногда	редко	никогда

Инструкция: Вам еще раз будут предложены 37 утверждений, характеризующих основные навыки, которые люди используют в повседневной жизни. Отметьте крестиком в соответствующей графе бланка насколько каждый из этих навыков **удается выполнить вашим сверстникам**, выбрав один из вариантов ответа: всегда, часто, иногда, редко или никогда.

№	всегда	часто	иногда	редко	никогда

Обработка полученных данных.
Методика
изучение уровня развития социальных навыков

Обработка и результаты

ВНИМАНИЕ! Не подлежат анализу бланки с произвольно выбранными случайными отметками, а также те, в которых более 9 ВЫСШИХ ИЛИ НИЗШИХ ОЦЕНОК, Так как в этом случае речь может идти о неадекватном восприятии собственного социального поведения или социального поведения окружающих.

Все данные анализа заносятся в специальную карту уровня развития социального поведения (бланк – см. в конце приложения)

Полная проработка опросника социальных навыков включает в себя:

1.Общие показатели:

1.1. средняя оценка своих социальных способностей - это

среднее арифметическое по уровню оценки успешности социальных навыков для себя. Ответам приписывается значение от 1 до 5 баллов (1-никогда, 2-редко, 3-иногда, 4-часто, 5-всегда).

Полученное среднее арифметическое значение по 37 навыкам в норме обычно бывает больше 3,10 и меньше 3,85. Если полученная цифра выше этого диапазона, то можно говорить о завышенной самооценке уровня развития социальных навыков, переоценке своих социальных способностей.

Если полученная цифра ниже указанного диапазона, то можно говорить о заниженной оценке своего социального поведения, занижении своих социальных способностей.

В том случае, если эти показатели ниже 2 или выше 4, можно говорить о неадекватной оценке выпускником своего социального поведения.

1.2. средняя оценка социальных способностей своего сверстника

- это средняя арифметическая по уровню развития социальных навыков у сверстников, которая определяется аналогичным образом, как и предыдущий показатель.

Здесь нормативный диапазон находится между 3,00 и 3,60 среднего значения оценки социальных способностей сверстников. Если полученное среднее арифметическое более 3,60,то можно говорить о завышенной оценке уровня развития социального поведения сверстников, о переоценке их социальных способностей.

При оценке полученных показателей следует отметить, что значения этого показателя выше 4 и ниже 2 свидетельствуют о неадекватной оценке и в этом случае данные опросника являются недостоверными.

По сочетанию этих двух показателей (1.1 и 1.2) выделяются 8 основных типов оценки социальной компетентности:

1.Недооценка уровня развития своих социальных навыков и переоценка социальной эффективности других.

В этом случае выпускник считает себя неловким, некомпетентным, отставшим от остальных. В то же время своих сверстников он оценивает настолько опытными и успешными, что ему практически невозможно достичь такого уровня. В поведении это выражается в пассивной и очень зависимой от других позиции.

2. Завышенная оценка собственных социальных навыков и заниженная оценка уровня развития социальных навыков остальных.

Для такого человека характерна переоценка своих возможностей в области социальной адаптации. Он считает себя умелым, ловким, опытным, в то время как большинство его сверстников, еще незрелые, не умеющие ориентироваться в поведении окружающих. В поведении это проявляется В авторитарной позиции и стремлении к лидерству.

3. Заниженная оценка своих социальных способностей и социальных способностей сверстников. Этой социальной позиции выпускника соответствует страх перед миром взрослых, неуверенность в своих способностях и способностях своих сверстников успешно адаптироваться к нормальной взрослой жизни. Особенно такая позиция характерна для тех, кто только—только вышел в самостоятельную жизнь. В поведении таких выпускников обычно заметно повышен уровень тревожности и стремление находиться в группе сверстников.

4. Завышенная оценка своих социальных способностей и способностей сверстников. Такая переоценка себя и своих сверстников, как правило, соответствует недооценке сложности социальной жизни. В поведении такой человек характеризуется тенденциями к лидерству и объединению сверстников против "плохих” правил и законов окружающего мира.

5. Адекватная оценка себя и заниженная оценка социального поведения окружающих сверстников. При адекватной в целом позиции такой выпускник считает именно себя, в отличие от сверстников, способным включиться во взрослые отношения.

Большинство своих сверстников в этом случае он часто считает недостаточно опытными, еще не выросшими в отличие от себя. В поведении это характеризуется ответственной и взвешенной, хотя иногда и изолированной от остальных людей позицией.

6.Адекватная оценка и завышенная оценка социальных способностей сверстников. Такая позиция отражает подсознательную неудовлетворенность собой и желание достичь большего, быть более успешным. Однако страх снизить само-

оценку вытесняет эту тенденцию. Иначе говоря, выпускник демонстрирует адекватную самооценку, подсознательно ориентируясь на более успешных сверстников.

7. Адекватная оценка других и заниженная оценка своих социальных способностей. При адекватном восприятии социальной ситуации в целом такой человек склонен недооценивать свои возможности. В поведении это характеризуется повышенным уровнем тревожности и настороженности в отношениях со сверстниками. Очень часто эта позиция коррелирует с отставанием в физическом развитии от сверстников.

8.Адекватная оценка уровня своего развития и социального развития сверстников. Реалистическая, взвешенная позиция в основном соответствующая уровню развития взрослого человека. Ответственное отношение к жизни при этом сочетается с адекватной оценкой окружающих.

1.3. Коэффициент компенсации - это разница между средним арифметическим по оценке своих социальных навыков и средним арифметическим по оценке социальных навыков сверстников. В том случае, если эта разница составляет отрицательную величину - можно говорить о тенденции к заниженной оценке своих социальных способностей. Если эта величина величина составляет(- 0,9) и менее, можно говорить о неадекватно заниженной оценке и плохой компенсации дефицитных социальных навыков. В том случае, если эта величина составляет более 0,9

следует говорить о плохо скомпенсированном социальном поведении при неадекватно завышенной оценке своих социальных достижений. В целом этот коэффициент говорит насколько скомпенсированно, приближено к социальному нормативу поведение человека.

1.4. Коэффициент отличия - характеризует насколько (вне зависимости от успешности или неуспешности) уровень развития социальных навыков человека отличается от других людей.При этом по предыдущему показателю эти особенности могут быть скомпенсированы. Для того чтобы рассчитать этот показатель вычисляется абсолютное значение разницы оценки для себя и для других по каждому навыку (например, первая серия,7-ой навык, оценка 1; вторая серия, 7—ой навык, оценка 4 - разница составляет 3 единицы). Затем все эти разницы по абсолютному значению складывают н делят на количество навыков. Полученный коэффициент чаще всего не превышает 1.10. В том случае, если это значение оказывается больше, следует обратить внимание на то, что отличие поведения этого человека от остальных больше нормативного и, следовательно, он либо воспринимает себя как очень отличного от других, либо действительно имеет странное, чудаковатое поведение. В поведении такого выпускника на первый план выходят чувство одиночество и “инакости”, отличия от остальных. Несмотря на то, что он может быть в целом неплохо приспособлен к своей социальной среде такое отличие может привести к изолированной позиции в группе сверстников.

2.качественный анализ:

2.1 Список недостаточно развитых социальных навыков

[крайние отрицательные оценки) - следует определить и выделить те навыки, которые испытуемый оценивает как совершенно не получающиеся у

него (ответ “никогда" – соответствует оценке “1”). Обычно те навыки, которые не удаются, составляют определенный комплекс - дезадаптационный комплекс и бывают связаны между собой. Как правило в этом комплексе один из недостаточно развитых навыков играет ведущую роль, нарушение именно этого навыка больше всего сказывается на коммуникативных неудачах выпускника.

2.2. Определение ведущих нарушений — следует определить, какая из 5 групп навыков (1 - начальные навыки; 2 - самовыражение; 3 - реакция на мнение или поведение другого человека; 4 — навыки планирования; 5 - навыки альтернативы агрессивному поведению) составляет наибольшую проблему для данного человека.

Наиболее серьезным нарушениям соответствуют недостаточно развитые начальные социальные навыки (более 2-х неудовлетворительных оценок). В этом случае в сочетании с выходящей за пределы нормативных границ оценкой своих социальных способностей, можно говорить о значительном отставании в развитии социального поведения. Для того чтобы скомпенсировать у выпускника нарушения такой степени необходимы специальные индивидуальные занятия. В противоположном случае очень велик риск социальной дезадаптации и изоляции в дальнейшем.

В случае значительных нарушений в следующих двух группах навыков – II, III - (более 3-х неудовлетворительных оценок) тоже можно говорить о серьезных нарушениях социальной адаптации, хотя риск социальной изоляции и нарушения связей с группами сверстников не так велик как в первом случае. При нарушении такого уровня выпускник может самостоятельно скомпенсировать дефицит социальных навыков, правда при этом с отставанием в социальном развитии от своих сверстников. Эффективным в данном случае может быть включение его в группы тренинга социальных навыков.

В случае нарушения в следующих по сложности группах навыков, навыков планирования и альтернативы агрессивному поведению — IV, V – (более 4—х неудовлетворительных оценок) наиболее страдают сложные формы социального поведения. В этом случае у человека нарушается в первую очередь эффективность его социального поведения, в не собственно поведение на уровне отдельных элементов. Иначе говоря, такой человек вступает в общение с другими людьми так же как и его сверстники, однако проигрывает в сложных и конфликтных ситуациях и часто не может добиться своего в разговоре. Как правило, этот уровень нарушений может быть скомпенсирован спонтанно, самостоятельно при условии достаточной включенности выпускника в группу сверстников, в которой он может использовать эти формы поведения. В то же время, если такой человек оказывается в течение какого-то времени изолирован от сверстников, например, вследствие тяжелой болезни, дефицит указанных навыков может привести к отставанию в социальном развитии. В этом случае следует

обратить внимание выпускника на точные социальные навыки и попытаться вместе с ним с ним спланировать реальные ситуации, в которых он может поработать с этими социальными умениями.

2.3. Список наиболее развитых навыков (крайне положительные оценки) - составляется аналогичным образом (ответ “всегда" - соответствует оценке "5”). Однако и здесь, если в одной из зон отмечается более 3-х высших показателей, можно говорить о том, что эта зона является для человека зоной гиперкомпенсации, то есть такой зоной, в которой он отыгрывается за неудачи, происходящие с ним в других случаях. Такая гиперкомпенсация опасна тем, что может привести к одностороннему развитию личности и в этом смысле может быть связана с формированием психопатического поведения. При беседе с таким выпускником следует обратить его внимание на другие сильные стороны его поведения или те стороны, которые могут быть и будущем более эффективными. Следует предложить ему придумать ряд ситуаций, в которых эти стороны могут быть проработаны н тренированы.

2.4. Определение зон компенсации - выделение сильных сторон поведения, с помощью которых можно скомпенсировать недостаточно развитые навыки для выработки более адаптивного поведения в различных социальных ситуациях, Для определения зон компенсации необходимо подсчитать количество ответов “часто” (соответствует оценке “4”) в каждой из 5 групп навыков. Для большей наглядности полученные цифры нужно сложить с количеством крайних положительных оценок (“всегда" - соответствует оценке”5”) по каждой группе навыков в отдельности. Группы с максимальным количеством положительных оценок и будут являться зонами компенсации.

2.5. Определение зон дефицита— для этого необходимо подсчитать количество ответов “редко" (соответствует оценке “2”) в каждой из групп навыков. Для большей наглядности к полученным цифрам прибавляют количество крайних отрицательных оценок. Группы навыков ‹: максимальными показателями и являются зонами дефицита, т. е. такими зонами, в которых выпускник не очень силен и которые требуют некоторой коррекции для более успешной социальной адаптации.

3. В заключении по опроснику социальных навыков указывается общий уровень развития социальных навыков - для его определения необходимо внимательно ознакомиться с таблицей внизу. Она разбита на 3 уровня - высокий, средний и низкий. Анализ проводится по всем 10 пунктам. За каждое совпадение результатов опросника с одним из 3-х вариантов (высокий, средний, низкий) присваивается 1 балл тому уровню, с критерием которого результат совпал. Максимально возможное количество баллов - 10. Соответственно, тот уровень, который наберет наибольшее количество баллов, и будет общим уровнем развития социальных навыков испытуемого.

№	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
1	Неадекватная, сильно заниженная или сильно завышенная оценка своих социальных способностей	Завышенная или заниженная оценка своих социальных способностей	Адекватная оценка своих социальных способностей
2	Неадекватная, сильно заниженная или сильно завышенная оценка социальных способностей сверстников	Завышенная или заниженная оценка социальных способностей сверстников	Адекватная оценка социальных способностей сверстников
3	1, 2, 3 или 4 типы оценки социальной компетентности	5 или 6 типы оценки социальной компетентности	7 тип оценки социальной компетентности
4	Коэффициент компенсации и коэффициент отличия в зоне значительных отклонений	Коэффициент компенсации и коэффициент отличия в зоне незначительных отклонений	Коэффициент компенсации и коэффициент отличия в нормативной зоне
5	Более 2-х крайних отрицательных оценок в I группе навыков	1 или 2 крайних отрицательных оценок в I группе навыков	Крайние отрицательные оценки в I группе навыков отсутствуют
6	Более 3-х крайних отрицательных оценок во II и III группах навыков	Менее 3-х крайних отрицательных оценок во II и III группах навыков	Не более 1 крайней отрицательной оценки во II и III группах навыков
7	Более 4-х крайних отрицательных оценок во IV и V группах навыков	Менее 4-х крайних отрицательных оценок во IV и V группах навыков	Не более 2-х крайних отрицательных оценок во IV и V группах навыков
8	Более 3-х крайних положительных оценок хотя бы в одной из групп навыков	Хотя бы в одной из групп навыков есть 3 крайних положительных оценки	Ни в одной из групп навыков нет более 3 крайних положительных оценок
9	Общее количество зон дефицита преобладает над зонами	Общее количество зон компенсации и зон дефицита примерно	Значительное общее преобладание зон компенсации над

	компенсации	совпадает	зонами дефицита
10	Преобладают ответы «Всегда», «Никогда» или «Редко»	Преобладают ответы «Иногда»	Преобладают ответы «Часто»

Зоны цифровых показателей опросника

1) Средняя оценка своих социальных способностей:
3,25 - 3,75 - нормативная зона;
3,00 — 3,25; 3,75 - 4,00 - зоны незначительных отклонений;
2,00 — 3,00; 4,00 - 4,50 - зоны заметных отклонений;
1,00 —.2,00; 4,50 - 5,00 - зоны чрезвычайных отклонений.
2) Средняя оценка социальных способностей сверстников:
3,00 - 3,50 - нормативная зона;
2,50 — 3,00; 3,50 - 4,00 - зоны незначительных отклонений;
2,00 — 2,50; 4,00 - 4,50 - зоны заметных отклонений;
1,00 - 2,00; 4,50 - 5,00 - зоны чрезвычайных отклонений.
3) коэффициент компенсации:
0 - 0,5 - нормативная зона;
0,5 - 1,0 - зона незначительных отклонений;
1,0 — 3,0 - зона значительных отклонений.
4) коэффициент отличия:
0 - 0,75 - нормативная зона;
0,75 – 1,1 зона незначительных отклонений
1,1 – 3,0 – зона значительных отклонений

Приложение 5

Методика Айзенка по определению темперамента

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.

Варианты ответов на вопросы: «да», «нет». Первый ответ, пришедший Вам в голову, является правильным. Ваши ответы – «да» - плюс, «нет» - минус - фиксируйте на листке бумаги.

1)Часто ли Вы испытываете тягу к новым впечатлениям, чтобы испытать сильные ощущения?

2)Часто ли Вы чувствуете, что нуждаетесь в друзьях, которые могут Вас понять, ободрить, выразить сочувствие?

3)Считаете ли Вы себя беспечным человеком?

4)Правда ли, что Вам очень трудно отвечать «нет»?

5)Обдумываете ли Вы свои дела не спеша и предпочитаете ли подождать, прежде чем действовать?

6)Всегда ли Вы сдерживаете свои обещания, даже если Вам это не выгодно?

7)Часто ли у Вас бывают спады и подъемы настроения?

8)Быстро ли Вы обычно действуете и говорите, и не растрачиваете ли много времени на обдумывание?

9)Возникало ли у Вас когда-нибудь чувство, что Вы несчастны, хотя никакой серьезной причины для этого 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, что, разозлившись, Вы выходите из себя?

13)Часто ли Вы действуете под влиянием минутного настроения?

14)Часто ли Вас беспокоят мысли о том, что Вам не следовало бы чего-нибудь делать или говорить?

15)Предпочитаете ли Вы чтение книг встречам с людьми?

16)Вас легко обидеть?

17)Любите ли Вы часто бывать в компании?

18)Бывают ли у Вас иногда такие мысли, которые Вы хотели бы скрыть от других людей?

19)Верно, что иногда Вы настолько полны энергии, что все горит в руках, а иногда чувствуете сильную вялость?

20)Предпочитаете ли Вы иметь друзей поменьше, но особенно близких Вам?

21)Часто ли Вы мечтаете?

22)Когда на Вас кричат, Вы отвечаете тем же?

23)Часто ли Вас тревожит чувство вины?

24)Все ли ваши привычки хороши и желательны?

25)Способны ли Вы дать волю собственным чувствам и вовсю повеселиться в шумной компании?

26)Считаете ли Вы себя человеком возбудимым и чувствительным?

27)Считают ли Вас человеком живым и веселым?

28)После того, как дело сделано, часто ли Вы возвращаетесь к нему мысленно и думает, что могли бы сделать лучше?

29)Вы обычно молчаливый и сдержанный, когда находитесь среди людей?

30)Вы иногда сплетничаете?

31)Бывает ли, что Вам не спиться оттого, что разные мысли лезут в голову?

32)Верно ли, что Вам приятнее и легче прочесть о том, что Вас интересует в книге, хотя можно быстрее и проще узнать об этом у друзей?

33)Бывает ли у Вас сильное сердцебиение?

34)Нравиться ли Вам работа, требующая постоянного внимания?

35)Бывает ли, что Вас "бросает в дрожь"?

36)Верно ли, что Вы всегда говорите о знакомых Вам людях только хорошее, даже тогда, когда уверены, что они об этом не узнают?

37)Верно ли, что Вам не приятно бывать в компании, где постоянно подшучивают друг над другом?

38)Вы раздражительны?

39)Нравиться ли Вам работа, которая требует быстроты действий?

40)Верно ли, что Вам не редко не дают покоя мысли о разных неприятностях и «ужасах», которые могли бы произойти, хотя все кончилось благополучно?

41)Вы ходите медленно и неторопливо?

42)Вы когда-нибудь опаздывали на свидание, работу или учебу?

43)Часто ли Вам снятся кошмары?

44)Верно ли, что Вы такой любитель поговорить, что никогда не упустите удобного случая побеседовать с незнакомым человеком?

45)Беспокоят ли Вас какие-нибудь боли?

46)Огорчились бы Вы, если бы долго не могли видеться со своими друзьями?

47)Можете ли Вы назвать себя нервным человеком?

48)Есть ли среди Ваших знакомых такие, которые Вам явно не нравятся?

49)Можете Вы сказать, что Вы уверенный в себе человек?

50)Легко ли Вас задевает критика Ваших недостатков или Вашей работы?

51)Трудно ли получить настоящее удовольствие от вечеринки?

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)Страдает ли Вы от бессонницы?

Обработка результатов

Ключ

Экстраверсия - интроверсия:

- «да» (+): 1, 3, 8, 10, 13, 17, 22, 25, 27, 39, 44, 46, 49, 53, 56;
- «нет» (-): 5, 15, 20, 29, 32, 34, 37, 41, 51.

Нейротизм (эмоциональная стабильность - эмоциональная нестабильность):

- «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 лжи»:

- «да» (+): 6, 24, 36;
- «нет» (-): 12, 18, 30, 42, 48, 54.

Ответы, совпадающие с ключом, оцениваются в 1 балл.

Интерпретация результатов

При анализе результатов следует придерживаться следующих ориентиров.

Экстраверсия:

- больше 19 - яркий экстраверт,
- больше 15 - экстраверт
- 12 - среднее значение,
- меньше 9 - интроверт,
- меньше 5 - глубокий интроверт.

Нейротизм:

- больше 19 - очень высокий уровень нейротизма,
- больше 14 - высокий уровень нейротизма,
- 9 - 13 - среднее значение,
- меньше 7 - 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

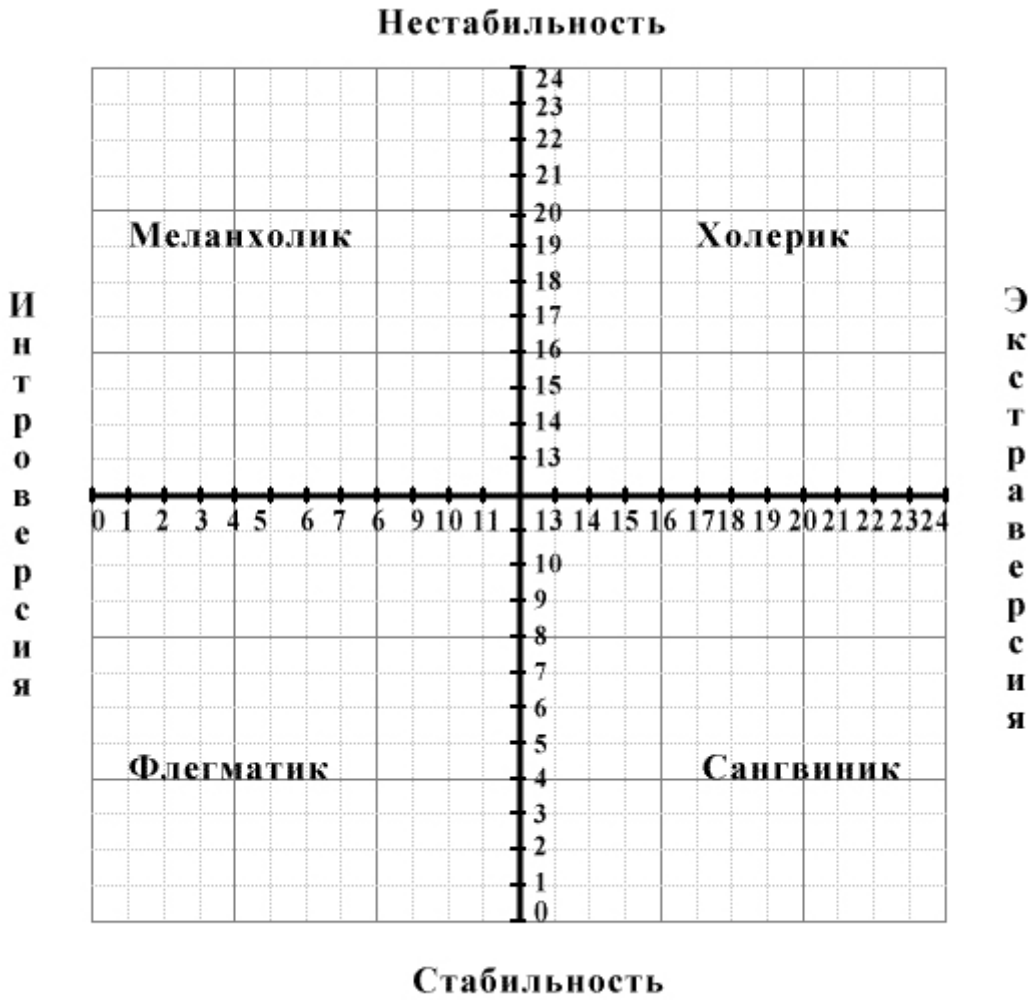
Характеризуя типичного экстраверта, автор отмечает его общительность и обращенность индивида вовне, широкий круг знакомств, необходимость в контактах. Он действует под влиянием момента, ипульсивен, вспыльчив, беззаботен, оптимистичен, добродушен, весел. Предпочитает движение и действие, имеет тенденцию 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 относится 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 развиться невроз.

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** 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 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 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. 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.