**САМОТЕСТ «ОБЩИТЕЛЬНОСТЬ»**

Методика предназначена для изучения уровня общительности учащихся и студентов. Основополагающим методом исследования является тестирование. Исследование проводиткуратор (мастер) учебной (академической) групп, воспитатель1 раз в год. Результаты исследования предназначеныдляпреподавателей, воспитателей, кураторов (мастеров) учебных (академических) группы, педагога-психолога, социального педагога. Методика проводитсяв стандартных условиях учебных заведений (возможна групповая и индивидуальная формы тестирования). Интерпретация результатов проводится в соответствии с ключом оценки и обработки данных исследования.

**Инструкция.** Будьте внимательны! Возьмите лист бумаги, напишите дату самотестирования. Ваша задача - прочитать утверждение, написать его номер в листок и оценить, насколько это утверждение верно для вас. Если верно, то надо напротив его номера поставить знак «+». Если неверно, то напишите знак «-». А если вам трудно ответить, можете поставить знак вопроса. Но это допускается только в крайних случаях.

**Задание.**

1. В свободное время я стараюсь быть среди людей.

2. Доверие к людям чаще приводит к неприятностям.

3. В жизни важнее самостоятельность или независимость, чем умение понимать других людей.

4. Я люблю шумные и веселые компании.

5. Я хорошо запоминаю имена и лица новых знакомых.

6. У меня часто возникает желание помочь другим.

7. Мне трудно вести себя с людьми естественно и непринужденно.

8. Я люблю что-то организовывать для других.

9. Меня раздражает откровенность и многословность некоторых знакомых.

10. Часто я могу понять настроения и желания незнакомых мне людей.

11. Я обычно трудно схожусь и знакомлюсь с новыми людьми.

12. Меня мало интересует личная жизнь моих знакомых.

Еще раз прочтите все утверждения и проверьте свои ответы. Желательно готовые ответы не исправлять. Первая реакция очень точна.

**Обработка результатов.** Напротив, из 12 номеров поставьте после своего ответа значение ключа (правильный ответ для теста). Будьте внимательны: его надо написать в скобках. Значение ключа по каждому утверждению: 1(+), 2(-), 3(-), 4(+), 5(+), 6(+), 7(-), 8(+), 9(-), 10(+), 11(-), 12(-).

Во время обработки старайтесь не исправлять свои ответы. Подсчитайте теперь количество совпадений, то есть варианты, когда ваш ответ совпал со значением ключа. Если у вас в ответе знак вопроса, то совпадения нет. Если вы не все поняли, прочтите порядок обработки результатов еще раз.

Количество совпадений может измениться от 0 до 12.

**Анализ результатов.** Настройтесь быть самокритичным. Принимайте даже что-то неприятное для вас спокойно.

Результат выше 9-ти баллов считается высоким и свидетельствует о достаточно выраженной у вас способности к общению. Вы умеете контактировать с людьми, понимать их. Если вы были точны в самооценке, то у вас развито чувство сопереживания с людьми. Вы скучаете в одиночестве, и вам лучше, уютнее в кругу друзей, знакомых и даже незнакомых людей. Вы готовы к сотрудничеству, заботливы, внимательны и даже в конфликте доброжелательны.

Сумма совпадений меньше 5-ти баллов не считается плохой. Просто вам интереснее и лучше быть одному или только с близкими людьми. В общении вы вежливы, корректны, но в меньшей мере, чем можно было бы, степенны, естественны, свободны. Если есть желание, то вам следует подумать о развитии у себя способности и умения общаться.

При значениях меньше 9 баллов анализ можно провести, выписывая те же утверждения, по которым у вас нет совпадения. Их содержание позволит составить план совершенствования своего умения общаться. В первую очередь надо обратить внимание на развитие способности сопереживать детям и подросткам, понимать их потребности, настроения. В общении важны также находчивость, доброжелательность, сердечность, грамотная речь; хорошая память на лица, имена; здоровое чувство юмора и т.д.

**Шкала депрессии Бека (BDI)**

**Инструкция**. Этот опросник состоит из 21 групп утверждений. Прочтите внимательно и обведите кружком номер (О, 1, 2 или 3) утверждения, наилучшим образом отражающего Ваше самочувствие в течение ПОСЛЕДНЕЙ НЕДЕЛИ, включая СЕГОДНЯШНИЙ ДЕНЬ.

Если подходящими Вам кажутся несколько утверждений в группе, обведите каждое из них. Убедитесь, что Вы прочитали все утверждения в каждой группе, прежде, чем сделать выбор.

**1)**0 Я не чувствую себя расстроенным, печальным.   
1 Я расстроен.   
2 Я все время расстроен и не могу от этого отключиться.   
3 Я настолько расстроен и несчастлив, что не могу это выдержать.

**2)**   
0 Я не тревожусь о своем будущем.   
1 Я чувствую, что озадачен будущим.   
2 Я чувствую, что меня ничего не ждет в будущем.   
3 Моё будущее безнадежно, и ничто не может измениться к лучшему.

**3)**   
0 Я не чувствую себя неудачником.   
1 Я чувствую, что терпел больше неудач, чем другие люди.   
2 Когда я оглядываюсь на свою жизнь, я вижу в ней много неудач.   
3 Я чувствую, что как личность я - полный неудачник.

**4)**   
0 Я получаю столько же удовлетворения от жизни, как раньше.   
1 Я не получаю столько же удовлетворения от жизни, как раньше.   
2 Я больше не получаю удовлетворения ни от чего.   
3 Я полностью не удовлетворен жизнью. и мне всё надоело.

**5)**   
0 Я не чувствую себя в чем-нибудь виноватым.   
1 Достаточно часто я чувствую себя виноватым.   
2 Большую часть времени я чувствую себя виноватым.   
3 Я постоянно испытываю чувство вины.

**6)**   
0 Я не чувствую, что могу быть наказанным за что-либо.   
1 Я чувствую, что могу быть наказан.   
2 Я ожидаю, что могу быть наказан.   
3 Я чувствую себя уже наказанным.

**7)**   
0 Я не разочаровался в себе.   
1 Я разочаровался в себе.   
2 Я себе противен.   
3. Я себя ненавижу.

**8)**   
0 Я знаю, что я не хуже других.   
1 Я критикую себя за ошибки и слабости.   
2 Я все время обвиняю себя за свои поступки.   
3 Я виню себя во всем плохом, что происходит.

**9)**   
0 Я никогда не думал покончить с собой.   
1 Ко мне приходят мысли покончить с собой, но я не буду их осуществлять.   
2 Я хотел бы покончить с собой   
3 Я бы убил себя, если бы представился случай.

**10)**   
0 Я плачу не больше, чем обычно.   
1 Сейчас я плачу чаще, чем раньше.   
2 Теперь я все время плачу.   
3 Раньше я мог плакать, а сейчас не могу, даже если мне хочется.

**11)**   
0 Сейчас я раздражителен не более, чем обычно.   
1 Я более легко раздражаюсь, чем раньше.   
2 Теперь я постоянно чувствую, что раздражен.   
3 Я стал равнодушен к вещам, которые меня раньше раздражали.

**12)**   
0 Я не утратил интереса к другим людям.   
1 Я меньше интересуюсь другими людьми, чем раньше.   
2 Я почти потерял интерес к другим людям.   
3 Я полностью утратил интерес к другим людям.

**13)**0 Я откладываю принятие решения иногда, как и раньше.   
1 Я чаще, чем раньше, откладываю принятие решения.   
2 Мне труднее принимать решения, чем раньше.   
3 Я больше не могу принимать решения.

**14)**0 Я не чувствую, что выгляжу хуже, чем обычно.   
1 Меня тревожит, что я выгляжу старым и непривлекательным.   
2 Я знаю, что в моей внешности произошли существенные изменения, делающие меня непривлекательным.   
3 Я знаю, что выгляжу безобразно.

**15)**0 Я могу работать так же хорошо, как и раньше.   
1 Мне необходимо сделать дополнительное усилие, чтобы начать делать что-нибудь.   
2 Я с трудом заставляю себя делать что-либо.   
3 Я совсем не могу выполнять никакую работу.

**16)**   
0 Я сплю так же хорошо, как и раньше.   
1 Сейчас я сплю хуже, чем раньше.   
2 Я просыпаюсь на 1-2 часа раньше, и мне трудно заснуть опять.   
3 Я просыпаюсь на несколько часов раньше обычного и больше не могу заснуть.

**17)**   
0 Я устаю не больше, чем обычно.   
1 Теперь я устаю быстрее, чем раньше.   
2 Я устаю почти от всего, что я делаю.   
3 Я не могу ничего делать из-за усталости.

**18)**   
0 Мой аппетит не хуже, чем обычно.   
1 Мой аппетит стал хуже, чем раньше.   
2 Мой аппетит теперь значительно хуже.   
3 У меня вообще нет аппетита.

**19)**   
0 В последнее время я не похудел или потеря веса была незначительной.   
1 За последнее время я потерял более 2 кг.   
2 Я потерял более 5 кг.   
3 Я потерял более 7 кr.   
Я намеренно стараюсь похудеть и ем меньше (отметить крестиком).   
**20)**   
0 Я беспокоюсь о своем здоровье не больше, чем обычно.   
1 Меня тревожат проблемы моего физического здоровья, такие, как боли, расстройство желудка, запоры и т д.   
2 Я очень обеспокоен своим физическим состоянием, и мне трудно думать о чем-либо другом.   
3 Я настолько обеспокоен своим физическим состоянием, что больше ни о чем не могу думать.

**21)**   
0 В последнее время я не замечал изменения своего интереса к сексу.   
1 Меня меньше занимают проблемы секса, чем раньше.   
2 Сейчас я значительно меньше интересуюсь сексуальными проблемами, чем раньше.   
3 Я полностью утратил сексуальный интерес.

Сумма баллов\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Опросник суицидального риска (Т.Н. Разуваева)**

Предназначен для диагностики суицидального риска, выявления уровня сформированности суицидальных намерений с целью предупреждения попыток самоубийства.

*Инструкция:* Вам будет предложено оценить 29 утверждений. Если Вы, читая утверждение, соглашаетесь с ним, то поставьте знак «+» в соответствующей графе регистрационного бланка. Если не соглашаетесь – поставьте знак «–».

1. Вы всё чувствуете острее, чем большинство людей.
2. Вас часто одолевают мрачные мысли.
3. Теперь Вы уже не надеетесь добиться желаемого положения в жизни.
4. В случае неудачи Вам трудно начать новое дело.
5. Вам определенно не везёт в жизни.
6. Работать (учиться) Вам стало труднее, чем раньше.
7. Большинство людей довольны жизнью больше, чем Вы.
8. Вы считаете, что смерть является искуплением грехов.
9. Только зрелый человек может принять решение уйти из жизни.

10. Временами у Вас бывают приступы неудержимого смеха или плача.

11. Обычно Вы осторожны с людьми, которые относятся к Вам дружелюбнее, чем вы ожидали.

12. Вы считаете себя обречённым человеком.

13. Мало кто искренне пытается помочь другим, если это связано с неудобствами.

14. У Вас такое впечатление, что Вас никто не понимает.

15. Человек, который водит других в соблазн, оставляя без присмотра ценное имущество, виноват примерно столько же, сколько и тот, кто это имущество похищает.

16. В Вашей жизни не было таких неудач, когда казалось, что всё кончено.

17. Обычно Вы удовлетворены своей судьбой.

18. Вы считаете, что всегда нужно вовремя поставить точку.

19. В Вашей жизни есть люди, привязанность к которым может очень повлиять на Ваше решение и даже изменить его.

20. Когда Вас обижают, Вы стремитесь во что бы то ни стало доказать обидчику, что он поступил несправедливо.

21. Часто Вы так переживаете, что это мешает Вам говорить.

22. Вам часто кажется, что обстоятельства, в которых Вы оказались, отличаются особой

несправедливостью.

23. Иногда Вам кажется, что Вы вдруг сделали что-то скверное или даже очень плохое.

24. Будущее представляется Вам довольно беспросветным.

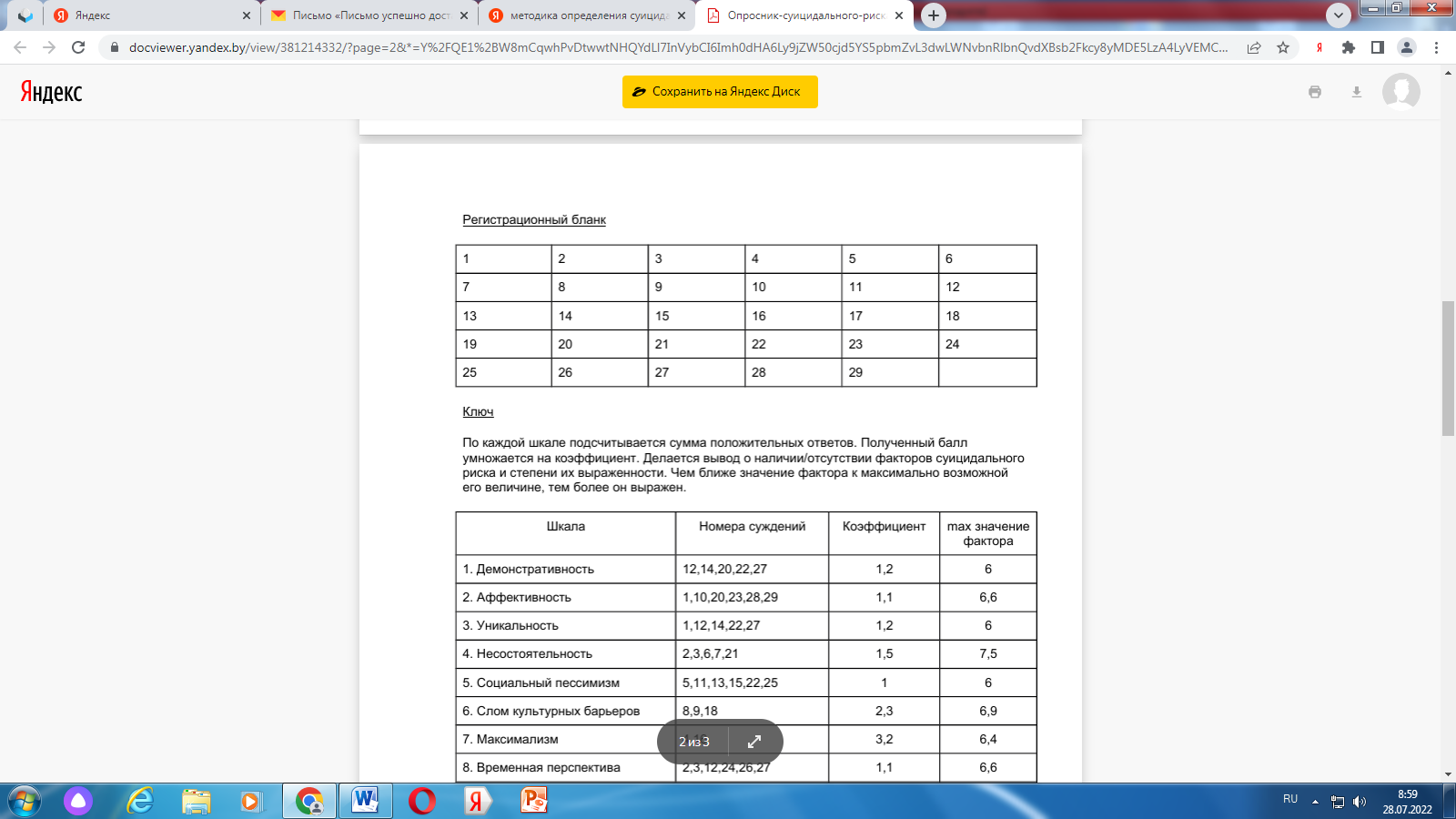
25. Большинство людей способны добиваться выгоды не совсем честным путём.

26. Будущее слишком расплывчато, чтобы строить серьёзные планы.

27. Мало кому в жизни пришлось испытать то, что пережили недавно Вы.

28. Вы склонны так остро переживать неприятности, что не можете выкинуть мысли об этом из головы.

29. Часто Вы действуете необдуманно, повинуясь первому порыву.



**Ключ**

По каждой шкале подсчитывается сумма положительных ответов. Полученный баллу множатся на коэффициент. Делается вывод о наличии/отсутствии факторов суицидального риска и степени их выраженности. Чем ближе значение фактора к максимально возможной его величине, тем более он выражен.



**Интерпретация**

*1 Демонстративность.* Желание привлечь внимание окружающих к своим несчастьям, добиться сочувствия и понимания. Оцениваемое из внешней позиции порой как «шантаж»,«истероидное выпячивание трудностей», демонстративное суицидальное поведение переживается изнутри как «крик о помощи». Наиболее суицидоопасно сочетание с эмоциональной ригидностью, когда «диалог с миром» может зайти очень далеко.

*2 Аффективность.* Доминирование эмоций над интеллектуальным контролем в оценке ситуации. Готовность реагировать на психотравмирующую ситуацию непосредственно эмоционально. В крайнем варианте – аффективная блокада интеллекта.

*3 Уникальность.* Восприятие себя, ситуации и, возможно, собственной жизни в целом как явления исключительного, не похожего на другие, и, следовательно, подразумевающего исключительные варианты выхода, в частности, суицид. Тесно связана с феноменом«непроницаемости» для опыта, т.е. с недостаточным умением использовать свой и чужой опыт.

*4 Несостоятельность.* Отрицательная концепция собственной личности. Представление о своей несостоятельности, некомпетентности, ненужности, «выключенности» из мира. Данная шкала может быть связана с представлениями о физической, интеллектуальной, моральной и прочей несостоятельностью. Несостоятельность выражает интрапунитивный радикал.Формула внешнего монолога – «Я плох».

*5 Социальный пессимизм.* Отрицательная концепция окружающего мира. Восприятие мир акак враждебного, не соответствующего представлениям о нормальных или удовлетворительных для человека отношениях с окружающими. Социальный пессимизм тесно связан с экстрапунитивным стилем каузальной атрибуции. Наблюдается экстрапунитивность по формуле внутреннего монолога – «Вы все недостойны меня».

*6 Слом культурных барьеров*. Культ самоубийства. Поиск культурных ценностей и нормативов, оправдывающих суицидальное поведение или даже делающих его в какой-то мере привлекательным. Заимствование суицидальных моделей поведения из литературы и кино. В крайнем варианте – инверсия ценности смерти и жизни. В отсутствие выраженных пиков по другим шкалам это может говорить только об «экзистенции смерти». Одна из возможных внутренних причин культа смерти – доведенная до патологического максимализма смысловая установка на самодеятельность: «Вершитель собственной судьбы сам определяет конец своего существования».

*7 Максимализм.* Инфантильный максимализм ценностных установок. Распространение на все сферы жизни содержания локального конфликта в какой-то одной жизненной сфере.Невозможность компенсации. Аффективная фиксация на неудачах.

*8 Временная перспектива*. Невозможность конструктивного планирования будущего. Это может быть следствием сильной погруженности в настоящую ситуацию, трансформацией чувства неразрешимости текущей проблемы в глобальный страх неудач и поражений в будущем.

*9 Антисуицидальный фактор.* Даже при высокой выраженности всех остальных факторов есть фактор, который снимает глобальный суицидальный риск. Это глубокое понимание чувства ответственности за близких, чувство долга. Это представление о греховности самоубийства, анти эстетичности его, боязнь боли и физических страданий. В определенном смысле это показатель наличного уровня предпосылок для психокоррекционной работы.

**Методика диагностики склонности к 13 видам зависимостей (Г.В. Лозовая)**

Методика позволяет диагностировать общую склонность к зависимостям.

Инструкция: Вам предлагается тестовый материал, состоящий из 70 вопросов (суждений). Внимательно прочитайте утверждение и, не раздумывая очень долго, выберите один из вариантов ответа.

1. Нет – 1 балл;

2. Скорее нет – 2 балла;

3. Ни да, ни нет – 3 балла;

4. Скорее да – 4 балла;

5. Да – 5 баллов.

*Тестовый материал.*

1. Время от времени мне очень хочется выпить, чтобы расслабиться.

2. В свое свободное время я чаще всего смотрю телевизор.

3. Я считаю, что одиночество – это самое страшное в жизни.

4. Я – человек азартный и люблю азартные игры.

5. Межполовые отношения – это самое большое удовольствие в жизни.

6. Я довольно часто ем не от голода, а для получения удовольствия.

7. Я соблюдаю религиозные ритуалы.

8. Я все время думаю о работе, о том, как сделать ее лучше.

9. Я довольно часто принимаю лекарства.

10. Я провожуочень много времени за компьютером.

11. Не представляю свою жизнь без сигарет.

12. Я активно интересуюсь проблемами здоровья.

13. Я пробовал наркотические вещества.

14. Мне тяжело бороться со своими привычками.

15. Иногда я не помню произошедшего во время опьянения.

16. Я могу долго щелкать пультом в поисках чего-нибудь интересного по телевизору.

17. Главное, чтобы любимый человек всегда был рядом.

18. Время от времени я посещаю игровые автоматы.

19. Я не думаю о межполовых отношениях только когда я сплю.

20. Я постоянно думаю о еде, представляю себе разные вкусности.

21. Я довольно активный член религиозной общины.

22. Я не умею отдыхать, чувствую себя плохо во время выходных.

23. Лекарства – самый простой способ улучшить самочувствие.

24. Компьютер – это реальная возможность жить полной жизнью.

25. Сигареты всегда со мной.

26. На поддержание здоровья не жалею ни сил, ни денег, ни времени.

27. Попробовать наркотик – это получить интересный жизненный урок.

28. Я считаю, что каждый человек от чего-то зависим.

29. Бывает, что я чуть-чуть перебираю, когда выпиваю.

30. Телевизор включен большее время моего пребывания дома.

31. Когда я не вместе с любимым человеком, я постоянно думаю о нем.

32. Игра дает самые острые ощущения в жизни.

33. Я готов идти на «случайные связи», ведь воздержание для меня крайне тяжело.

34. Если кушанье очень вкусное, то я не удержусь от добавки.

35. Считаю, что религия – единственное что может спасти мир.

36. Близкие часто жалуются, что я постоянно работаю.

37. В моем доме много медицинских и подобных препаратов.

38. Иногда, сидя у компьютера, я забываю поесть или о каких-то делах.

39. Сигарета – это самый простой способ расслабиться.

40. Я читаю медицинские журналы и газеты, смотрю передачи о здоровье.

41. Наркотик дает самые сильные ощущения из всех возможных.

42. Привычка – вторая натура, и избавиться от нее глупо.

43. Алкоголь в нашей жизни – основное средство расслабления и повышения настроения.

44. Если сломался телевизор, то я не буду знать, чем себя развлечь вечером.

45. Быть покинутым любимым человеком – самое большое несчастье, которое может произойти.

46. Я понимаю азартных игроков, которые могут в одну ночь вы- играть состояние, а в другую проиграть два.

47. Самое страшное – это получить физическое увечье, которое сделает невозможным удовлетворить партнера в постели.

48. При походе в магазин не могу удержаться, чтобы не купить что-нибудь вкусненькое.

49. Самое главное в жизни – жить наполненной религиозной жизнью.

50. Мера ценности человека заключается в том, насколько он отдает себя работе. 51. Я довольно часто принимаю лекарства.

52. «Виртуальная реальность» более интересна чем обычная жизнь.

53. Я ежедневно курю.

54. Я стараюсь неотступно соблюдать правила здорового образа жизни.

55. Иногда я употребляю средства, считающиеся наркотическими.

56. Человек – существо слабое, нужно быть терпимым к его вредным привычкам.

57. Мне нравится выпить и повеселиться в веселой компании.

58. В наше время почти все можно узнать из телевизора.

59. Любить и быть любимым это главное в жизни.

60. Игра – это реальный шанс сорвать куш, выиграть много денег.

61. Межполовые отношения – это лучшее времяпровождение.

62. Я очень люблю готовить и делаю это так часто, как могу.

63. Я часто посещаю религиозные заведения.

64. Я считаю, что человек должен работать на совесть, ведь деньги – это не главное.

65. Когда я нервничаю, я предпочитаю принять успокоительное.

66. Если бы я мог, то все время занимался бы компьютером.

67. Я – курильщик со стажем.

68. Я беспокоюсь за здоровье близких, стараюсь привлечь их к здоровому образу жизни.

69. По интенсивности ощущений наркотик не может сравниться ни с чем.

70. Глупо пытаться показать свою силу воли и отказаться от раз- личных радостей жизни.

**Ключ к тесту.**

*Обработка результатов теста.*

Суммируйте баллы по отдельным видам склонностей к зависимостям:

1. Зависимость от алкоголя: 1, 15, 29, 43, 57.

2. Телевизионная зависимость: 2, 16, 30, 44, 58.

3. Любовная зависимость: 3, 17, 31, 45, 59.

4. Игровая зависимость: 4, 18, 32, 46, 60.

5. Зависимость от межполовых отношений: 5, 19, 33, 47, 61.

6. Пищевая зависимость: 6, 20, 34, 48, 62.

7. Религиозная зависимость: 7, 21, 35, 49, 63.

8. Трудовая зависимость: 8, 22, 36, 50, 64.

9. Лекарственная зависимость: 9, 23, 37, 51, 65.

10. Зависимость от компьютера (интернета, социальных сетей): 10, 24, 38, 52, 66.

11. Зависимость от курения: 11, 25, 39, 53, 67.

12. Зависимость от здорового образа жизни: 12, 26, 40, 54, 68.

13. Наркотическая зависимость: 13, 27, 41, 55, 69.

14. Общая склонность к зависимостям: 14, 28, 42, 56, 70.

*Интерпретация (расшифровка – условные нормы):* 5–11 баллов – низкая; 12–18 – средняя; 19–25 – высокая степень склонности к зависимостям.

**ДИАГНОСТИКА ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ БАРЬЕРОВ В**

**МЕЖЛИЧНОСТНОМ ОБЩЕНИИ (В.В.БОЙКО)**

**ИНСТРУКЦИЯ***:* Читайте суждения и отвечайте «да» или «нет».

**Опросник**

1. Обычно к концу рабочего дня на моем лице заметна усталость.

2. Случается, что при первом знакомстве эмоции мешают мне произвестиболее благоприятное впечатление на партнеров (теряюсь, волнуюсь,замыкаюсь или, напротив, много говорю, перевозбуждаюсь, веду себянеестественно).

3. В общении мне часто недостает эмоциональности, выразительности.

4. Пожалуй, я кажусь окружающим слишком строгим.

5. Я в принципе, против того, чтобы изображать учтивость, если тебе нехочется.

6. Я обычно умею скрыть от партнеров вспышки эмоций.

7. Часто в общении с коллегами я продолжаю думать о чем-то своем.

8. Бывает, хочу выразить партнеру эмоциональную поддержку (внимание, сочувствие, сопереживание), но он этого не чувствует, невоспринимает.

9. Чаще всего в моих глазах или в выражении лица видна озабоченность.

10. В деловом общении я стараюсь скрывать свои симпатии к партнерам.

11. Все мои неприятные переживания обычно написаны на моем лице.

12. Ели я увлекаюсь разговором, то мимика лица становится излишневыразительной, экспрессивной.

13. Пожалуй, я несколько эмоционально скован, зажат.

14. Я обычно нахожусь в состоянии нервного напряжения.

15. Обычно я чувствую дискомфорт, когда приходится обмениватьсярукопожатиями в деловой обстановке.

16. Иногда близкие люди одергивают меня: расслабь мышцы лица, не кривигубы, не морщи лицо и т.п.

17. Разговаривая, излишне жестикулирую.

18. Обычно в новой ситуации мне трудно быть раскованным, естественным.

19. Пожалуй, мое лицо часто выражает печаль или озабоченность, хотя надуше спокойно.

20. Мне затруднительно смотреть в глаза при общении с малознакомымчеловеком.

21. Если я хочу, то мне всегда удается скрыть вою неприязнь к плохомучеловеку.

22. Мне часто бывает почему-то весело без всякой причины.

23. Мне очень просто сделать по собственному желанию или по заказуразные выражения лица: изобразить печаль, радость, испуг, отчаяние ит.д.

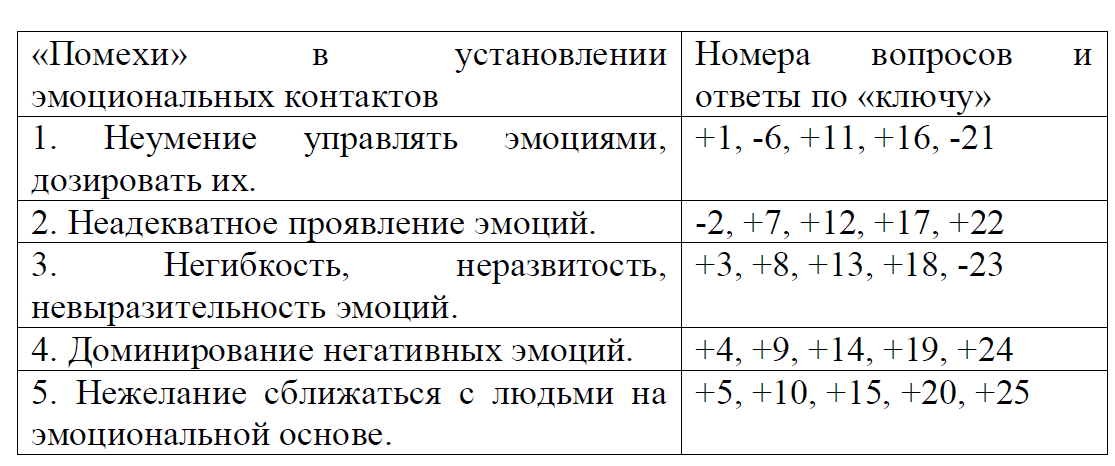
24. Мне говорили, что мой взгляд трудно выдержать.

25. Мне что-то мешает выражать теплоту, симпатию человеку, даже если я

испытываю эти чувства к нему.

**Обработка данных.**

Подведите итоги самооценивания с помощью предложенного ключа.



**Интерпретация.**

Какова сумма набранных вами баллов?

Она может колебаться в пределахот 0 до 25. Чем больше баллов, тем очевиднее ваша эмоциональная проблема вповседневном общении.

Однако не следует обольщаться, если вы набралиочень мало баллов (0-2). Либо вы были неискренни в своих ответах, либоплохо видите себя со стороны.

Если вы набрали не более 5 баллов – эмоцииобычно не мешают вам общаться с партнерами:

6-8 баллов – у вас естьнекоторые эмоциональные проблемы в повседневном общении.

9-12 баллов –свидетельство того, что ваши эмоции «на каждый день» в некоторой степениосложняют взаимодействие с партнерами,

13 балов и больше – эмоция явномешают устанавливать контакты с людьми, возможно, вы подвержены каким-либо дезорганизующим реакциям или состояниям.

Обратите внимание, нет ликонкретных «помех», которые отчетливо возникают у вас – это пункты, покоторым вы набрали 3 и более баллов.

# Мотивация учебной деятельности: уровни и типы разработка Домбровской И.С.

**Инструкция:** «Прочитайте (или прослушайте) 30 высказываний и оцените, насколько регулярно они соответствуют вам по следующей шкале:

4–всегда   
3–почти всегда

2–иногда   
1–очень редко

0 – никогда

В бланке ответов рядом с номером вопроса поставьте свою оценку, соответствующую тому, насколько суждение подходит вам.

1. Мне нравится узнавать новые факты
2. Мне нравится самому искать и находить новые знания
3. Мне нравится заниматься развитием своего мировоззрения
4. Я учусь, так как должен учиться для получения профессии
5. Я учусь, так как хочу добиться уважения в обществе
6. Я учусь, чтобы быть полезным другим людям
7. Мне интересно, когда преподаватель рассказывает что-то неизвестное мне
8. Я читаю дополнительную литературу и ищу ее в интернете
9. Я учусь, так как стремлюсь быть всесторонне развитой личностью
10. Я учусь ради своего будущего
11. Я учусь, так как хочу добиться успеха в карьере
12. Мне нравится рассказывать то, что я знаю, другим
13. Мне нравится, когда преподаватель рассказывает научные закономерности известных мне явлений
14. Я использую разные методы для поиска и подтверждения задач
15. Я стараюсь найти смысл в получаемых знаниях
16. Мне нужно учиться
17. Мне приятно, когда мои ответы на занятиях одобряют
18. Я помогаю другим в обучении
19. Мне интересно понимать закономерности явлений
20. Мне нравится самому объяснять новые факты
21. Мне нужны знания для самосовершенствования
22. Я учусь, так как этого требуют
23. Мне нужно учиться, так как образование ценится в обществе
24. Знания помогают мне наладить контакт с окружающими
25. Мне интересно только то, что было ранее неизвестно для меня
26. Я стараюсь самостоятельно найти способ получения нужных мне знаний
27. Я стремлюсь быть высокообразованным человеком
28. Я учусь из чувства ответственности за свой уровень образованности
29. Мне приятно, когда меня хвалят за вопросы к преподавателю
30. Я считаю, что знания важны для общего социального благополучия и прогресса

**Бланк ответов**

| 1 | 7 | 13 | 19 | 25 |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 2 | 8 | 14 | 20 | 26 |
| 3 | 9 | 15 | 21 | 27 |
| 4 | 10 | 16 | 22 | 28 |
| 5 | 11 | 17 | 23 | 29 |
| 6 | 12 | 18 | 24 | 30 |

**Обработка полученных данных**

      По каждой строчке вычисляют среднее значение.   
      Первые три строчки определяют уровни развития познавательной мотивации, вторые три – социальной мотивации учебной деятельности. Для определения доминирующего типа мотивации также возможен подсчет среднего. Если среднее познавательных мотивов выше среднего социальных мотивов, то можно говорить о доминировании собственно познавательной мотивации над социальной. И наоборот.   
      Среднее по первой строке показывает выраженность уровня широких познавательных мотивов (близких потребности в новых впечатлениях по Л.И. Божович), по второй – узко или собственно познавательных мотивов учения, по третьей – мотива саморазвития или личностных мотивов учебной деятельности.   
      Среднее по четвертой строке показывает выраженность уровня широких социальных мотивов или мотива обязывающего или вынужденного учения, по пятой – узких социальных («позиционных» по А.К. Марковой или «социологических») мотивов, по шестой – сотрудничества или социальности знаний.   
      Если получаемые показатели больше трех, то можно говорить о высокой степени выраженности уровня или типа, если больше двух, но меньше трех – о средней степени, если показатель ниже двух баллов, то можно предполагать, что отдельный учащийся или группа имеют низкий уровень мотивации учебной деятельности в целом, по типу или уровню.

**Методика для диагностики учебной мотивации учащихся**

**(А.А.Реан и В.А.Якунин, модификаци Н.Ц.Бадмаевой)**

***Инструкция:***

Оцените по 5-балльной системе приведенные мотивы учебной деятельности по значимости для Вас: 1 балл соответствует минимальной значимости мотива, 5 баллов – максимальной.

***Тест***

1. Учусь, потому что мне нравится избранная профессия.
2. Чтобы обеспечить успешность будущей профессиональной деятельности.
3. Хочу стать специалистом.
4. Чтобы дать ответы на актуальные вопросы, относящиеся к сфере будущей профессиональной деятельности.
5. Хочу в полной мере использовать имеющиеся у меня задатки, способности и склонности к выбранной профессии.
6. Чтобы не отставать от друзей.
7. Чтобы работать с людьми, надо иметь глубокие и всесторонние знания.
8. Потому что хочу быть в числе лучших учащихся.
9. Потому что хочу, чтобы наша учебная группа стала лучшей в колледже.
10. Чтобы заводить знакомства и общаться с интересными людьми.
11. Потому что полученные знания позволят мне добиться всего необходимого.
12. Необходимо окончить колледж, чтобы у знакомых не изменилось мнение обо мне, как способном, перспективном человеке.
13. Чтобы избежать осуждения и наказания за плохую учебу.
14. Хочу быть уважаемым человеком учебного коллектива.
15. Не хочу отставать от сокурсников, не желаю оказаться среди отстающих.
16. Потому что от успехов в учебе зависит уровень моей материальной обеспеченности в будущем.
17. Успешно учиться, сдавать экзамены на «8» и «9».
18. Просто нравится учиться.
19. Попав в колледж, вынужден учиться, чтобы окончить его.
20. Быть постоянно готовым к очередным занятиям.
21. Успешно продолжить обучение на последующих курсах, чтобы дать ответы на конкретные учебные вопросы.
22. Чтобы приобрести глубокие и прочные знания.
23. Потому что в будущем думаю заняться научной деятельностью по специальности.
24. Любые знания пригодятся в будущей профессии.
25. Потому что хочу принести больше пользы обществу.
26. Стать высококвалифицированным специалистом.
27. Чтобы узнавать новое, заниматься творческой деятельностью.

28.Чтобы дать ответы на проблемы развития общества, жизнедеятельности людей.

1. Быть на хорошем счету у преподавателей.
2. Добиться одобрения родителей и окружающих.
3. Учусь ради исполнения долга перед родителями, школой .
4. Потому что знания придают мне уверенность в себе.
5. Потому что от успехов в учебе зависит мое будущее служебное положение.
6. Хочу получить диплом с хорошими оценками, чтобы иметь преимущество перед другими.

***Обработка и интерпретация результатов теста***

* Шкала 1. Коммуникативные мотивы: 7, 10, 14, 32.
* Шкала 2. Мотивы избегания: 6, 12, 13, 15, 19.
* Шкала 3. Мотивы престижа: 8, 9, 29, 30, 34.
* Шкала 4. Профессиональные мотивы: 1, 2, 3, 4, 5, 26.
* Шкала 5. Мотивы творческой самореализации: 27, 28.
* Шкала 6. Учебно-познавательные мотивы: 17, 18, 20, 21, 22, 23, 24.
* Шкала 7. Социальные мотивы: 11, 16, 25, 31, 33.

***При обработке результатов тестирования необходимо подсчитать средний показатель по каждой шкале опросника.***

**Коммуникативные мотивы** — связаны с потребностями в общении.

**Мотивы избегания неудач** — связаны с осознанием возможных неприятностей, неудобств, наказаний, которые могут последовать в случае невыполнения деятельности.

**Мотивы престижа** — связаны со стремлением получить или поддержать высокий социальный статус.

**Профессиональные мотивы** — связаны с желанием получить необходимые знания и навыки в выбранной профессиональной области, стать квалифицированным специалистом.

**Мотивы творческой самореализации** — связаны со стремлением к более полному выявлению и развитию своих способностей и их реализации, творческим подходом к решению задач.

**Учебно-познавательные мотивы** — связаны с содержанием учебной деятельности и процессом ее выполнения; свидетельствуют об ориентации студента на овладение новыми знаниями, учебными навыками; определяются глубиной интереса к знаниям; также относятся мотивы, свидетельствующие об ориентации студентов на овладение способами добывания знаний: интерес к приемам самостоятельного приобретения знаний, к методам научного познания, к способам саморегуляции учебной работы, рациональной организации собственного учебного труда; отражают стремление студентов к самообразованию, направленность на самостоятельное совершенствование способов добывания знаний.

**Социальные мотивы** — связаны с различными видами социального взаимодействия студента с другими людьми; также к социальным мотивам относятся мотивы, выражающиеся в стремлении занять определенную позицию в отношениях с окружающими, получить их одобрение, заслужить авторитет.

**ДИАГНОСТИКА ПРЕДРАСПОЛОЖЕННОСТИ К КОНФЛИКТНОМУ ПОВЕДЕНИЮ (К.Н. Томас)**

Методика К.Н. Томаса предназначена для изучения предрасположенности личности к конфликтному поведению. Она предназначена для учащихся и преподавателей.

**Инструкция:** "Постарайтесь представить предлагаемую ситуацию и выбрать наиболее типичный для вас способ реагирования. Над ответами долго не задумывайтесь, поскольку правильных или неправильных ответов здесь быть не может, старайтесь писать первое, что приходит и голову".

**Ситуации**

1. а) Иногда я предоставляю возможность другим взять на себя ответственность за решение спорного вопроса. б) Чем обсуждать то, в чем мы расходимся, я стараюсь обратить внимание на то, с чем мы оба согласны.
2. а) Я стараюсь найти компромиссное решение. б) Я пытаюсь уладить спорный вопрос с учетом всех интересов другого человека и моих собственных.
3. а) Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего. б) Иногда я жертвую своими собственными интересами ради интересов другого человека.
4. а) Я стараюсь найти компромиссное решение. б) Я стараюсь не задеть чувств другого человека.
5. а) Улаживая спорную ситуацию, я все время пытаюсь найти поддержку у другого человека. б) Я стараюсь делать все, чтобы избежать бесполезной напряженности.
6. а) Я пытаюсь избежать неприятностей для себя. б) Я стараюсь добиться своего.
7. а) Я стараюсь отложить решение спорного вопроса, с тем чтобы со временем решить его окончательно. б) Я считаю возможным в чем-то уступить, чтобы добиться другого.
8. а) Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего. б) Я первым делом стараюсь определить то, в чем состоят все затронутые интересы и спорные вопросы.
9. а) Думаю, что не всегда стоит волноваться из-за каких-то возникших разногласий. б) Я предпринимаю все усилия, чтобы добиться своего.
10. а) Я твердо стремлюсь добиться своего. б) Я пытаюсь найти компромиссное решение.
11. а) Первым делом я стремлюсь ясно определить то, в чем состоят все затронутые интересы и спорные вопросы. б) Я стараюсь успокоить другого и главным образом сохранить наши отношения.
12. а) Зачастую я избегаю занимать позицию, которая может вызывать споры. б) Я даю возможность другому в чем-то остаться при своем мнении, если он также идет навстречу.
13. а) Я предлагаю среднюю позицию. б) Я настаиваю, чтобы все было сделано по-моему.
14. а) Я сообщаю другому свою точку зрения и спрашиваю о его взглядах. б) Я пытаюсь показать другому логику и преимущество моих взглядов.
15. а) Я стараюсь успокоить другого и сохранить наши отношения. б) Я стараюсь сделать все необходимое, чтобы избежать напряжения.
16. а) Я стараюсь не задеть чувств другого. б) Я обычно пытаюсь убедить другого в преимуществах моей позиции.
17. а) Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего. б) Я стараюсь сделать все, чтобы избежать бесполезной напряженности.
18. а) Если это делает другого счастливым, я дам ему возможность настоять на своем. б) Я дам возможность другому остаться при своем мнении, если он идет мне навстречу.
19. а) Первым делом я пытаюсь определить то, в чем состоят все затронутые интересы и спорные вопросы. б) Я стараюсь отложить спорные вопросы, с тем чтобы со временем решить их окончательно.
20. а) Я пытаюсь немедленно преодолеть наши разногласия. б) Я стараюсь найти наилучшее сочетание выгод и потерь для нас обоих.
21. а.) Ведя переговоры, стараюсь быть внимательным к другому. б) Всегда склоняюсь к прямому обсуждению проблемы.
22. а) Я пытаюсь найти позицию, которая находится посередине между моей и другого человека. б) Я отстаиваю свою позицию.
23. а) Как правило, я озабочен тем, чтобы удовлетворить желание каждого из нас. б) Иногда предоставляю другим взять на себя ответственность за решение спорного вопроса.
24. а) Если позиция другого кажется ему очень важной, стараюсь идти ему навстречу. б) Я стараюсь убедить другого пойти на компромисс.
25. а) Я пытаюсь убедить другого в своей правоте. б) Ведя переговоры, я стараюсь быть внимательным к аргументам другого.
26. а) Я обычно предлагаю свою позицию. б) Я почти всегда стремлюсь удовлетворить интересы каждого из нас.
27. а) Зачастую стремлюсь избежать споров. б) Если это сделает другого человека счастливым, я дам ему возможность настоять на своем.
28. а) Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего. б) Улаживая ситуацию, я обычно стремлюсь найти поддержку у другого.
29. а) Я предлагаю среднюю позицию. б) Думаю, что не всегда стоит волноваться из-за возникших разногласий.
30. а) Я стараюсь не задеть чувств другого. б) Я всегда занимаю такую позицию в споре, чтобы мы могли совместно добиться успеха.

**Ключ**

| **№** | **Стиль поведения в конфликтных ситуациях** | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Соперничест-во** | **Сотрудни-чество** | **Компромисс** | **Избегание** | **Приспособ-ление** |
| 1. |  |  |  | а | б |
| 2. |  | б | а |  |  |
| 3. | а |  |  |  | б |
| 4. |  |  | а |  | б |
| 5. |  | а |  | б |  |
| 6. | б |  |  | а |  |
| 7. |  |  | б | а |  |
| 8. | а | б |  |  |  |
| 9. | б |  |  | а |  |
| 10. | а |  | б |  |  |
| 11. |  | а |  |  | б |
| 12. |  |  | б | а |  |
| 13. | б |  | а |  |  |
| 14. | б | а |  |  |  |
| 15. |  |  |  | б | а |
| 16. | б |  |  |  | а |
| 17. | а |  |  | б |  |
| 18. |  |  | б |  | а |
| 19. |  | а |  | б |  |
| 20. |  | а | б |  |  |
| 21. |  | б |  |  | а |
| 22. | б |  | а |  |  |
| 23. |  | а |  | б |  |
| 24. |  |  | б |  | а |
| 25. | а |  |  |  | б |
| 26. |  | б | а |  |  |
| 27. |  |  |  | а | б |
| 28. | а | б |  |  |  |
| 29. |  |  | а | б |  |
| 30. |  | б |  |  | а |

***Обработка результатов***

По каждому из стилей поведения (соперничество, сотрудничество, компромисс, избегание, приспособление) подсчитывается количество ответов, совпадающих с ключом. Полученные количественные оценки сравниваются между собой для выявления наиболее предпочитаемой формы социального поведения испытуемого в ситуациях конфликта, тенденции его взаимоотношений в сложных условиях. Причем, если количество баллов:

от **0** до **4 баллов** – низкий уровень сформированности стиля поведения;

от **5** до **8 баллов** – средний уровень;

от **9** до **12 баллов** – высокий уровень.

**Методика диагностики девиантного поведения несовершеннолетних (тест СДП – склонности к девиантному поведению Э.В. Леус)**

Методика предназначена для измерения, для оценки степени выраженности дезадаптации у подростков с разными видами девиантного поведения. Определяют показатели выраженности зависимого поведения (ЗП), самоповреждающего поведения (СП), агрессивного поведения (АП), делинквентного поведения (ДП), социально обусловленного поведения (СОП) по содержанию вопросов, каждый из которых оценивают в баллах по шкале опросника.

Испытуемому предлагается выразить свое отношение по каждому из указанных вопросов, которые даны в доступной форме и обращены лично, выбрав один из трех возможных предлагаемых вариантов ответов, который более всего свойственен на настоящее время, и отметить его в бланке.

|  | ВОПРОС | ДА | ИНОГДА | НЕТ |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | Я всегда сдерживаю свои обещания. |  |  |  |
| 2 | У меня бывают мысли, которыми я не хотел бы делиться. |  |  |  |
| 3 | Разозлившись, я нередко выхожу из себя. |  |  |  |
| 4 | Бывает, что я сплетничаю. |  |  |  |
| 5 | Бывает, что я говорю о вещах, в которых ничего не смыслю. |  |  |  |
| 6 | Я всегда говорю только правду. |  |  |  |
| 7 | Я люблю прихвастнуть. |  |  |  |
| 8 | Я никогда не опаздываю. |  |  |  |
| 9 | Все свои привычки я считаю хорошими. |  |  |  |
| 10 | Бывает, спорю и ссорюсь с родителями. |  |  |  |
| 11 | Бывает, я перехожу улицу там, где мне удобно, а не там, где положено. |  |  |  |
| 12 | Я всегда покупаю билет в транспорте. |  |  |  |
| 13 | Бывает, мне хочется выругаться грубыми нецензурными словами. |  |  |  |
| 14 | Среди моих знакомых есть люди, которые мне не нравятся. |  |  |  |
| 15 | Я никогда не нарушаю правил общественного поведения. |  |  |  |
| 16 | Я не хочу учиться и работать. |  |  |  |
| 17 | Я могу уйти из дома жить в другое место. |  |  |  |
| 18 | Меня забирали в полицию за плохое поведение. |  |  |  |
| 19 | Я могу взять чужое, если мне надо или очень хочется. |  |  |  |
| 20 | Состою на учете в подразделении по делам несовершеннолетних. |  |  |  |
| 21 | Меня часто обижают окружающие (обзывают, бьют, отбирают деньги и вещи). |  |  |  |
| 22 | У меня есть судимые родственники и/или знакомые. |  |  |  |
| 23 | У меня бывают сильные желания, которые обязательно надо исполнить. |  |  |  |
| 24 | У меня бывает желание отомстить, восстановить справедливость. |  |  |  |
| 25 | Я не верю окружающим. |  |  |  |
| 26 | Хочу быть великим и всесильным. |  |  |  |
| 27 | Я испытываю отчаяние, обиду, бессильный гнев. |  |  |  |
| 28 | Я завидую своим одноклассникам, другим людям, взрослым. |  |  |  |
| 29 | Если нельзя, но очень хочется – значит можно. |  |  |  |
| 30 | Сильным и богатым людям необязательно соблюдать все правила и законы. |  |  |  |
| 31 | Я курю. |  |  |  |
| 32 | Я употребляю пиво и/или другие спиртные напитки. |  |  |  |
| 33 | Я нюхал клей, растворители, пробовал наркотики, курительные смеси. |  |  |  |
| 34 | Мои родители злоупотребляют спиртным. |  |  |  |
| 35 | Мои друзья курят, употребляют спиртное. |  |  |  |
| 36 | Люди пьют за компанию, для поддержания хорошего настроения |  |  |  |
| 37 | Пить и курить – это признаки взрослости. |  |  |  |
| 38 | Я пью/курю из-за проблем в семье, школе, от одиночества. |  |  |  |
| 39 | Дети и взрослые пьют и курят, потому что это модно и доступно. |  |  |  |
| 40 | Дети пьют и курят из любопытства, по глупости. |  |  |  |
| 41 | Удовольствие — это главное, к чему стоит стремиться в жизни. |  |  |  |
| 42 | Мне необходимы сильные переживания и чувства. |  |  |  |
| 43 | Я хотел бы попробовать спиртное, сигареты, наркотики, если бы этого никто не узнал. |  |  |  |
| 44 | Вредное воздействие на человека алкоголя и табака сильно преувеличивают. |  |  |  |
| 45 | Если в моей компании будет принято, то и я буду курить и пить пиво. |  |  |  |
| 46 | Я редко жалею животных, людей. |  |  |  |
| 47 | Я часто пререкаюсь или ругаюсь с учителями, одноклассниками. |  |  |  |
| 48 | Я часто ссорюсь с родителями. |  |  |  |
| 49 | Я не прощаю обиды. |  |  |  |
| 50 | Если у меня плохое настроение, то я испорчу его еще кому-нибудь. |  |  |  |
| 51 | Люблю посплетничать. |  |  |  |
| 52 | Люблю, чтобы мне подчинялись. |  |  |  |
| 53 | Предпочитаю споры решать дракой, а не словами. |  |  |  |
| 54 | За компанию с друзьями могу что-нибудь сломать, приставать к посторонним. |  |  |  |
| 55 | Часто испытываю раздражение, отвращение, злость, ярость, бешенство. |  |  |  |
| 56 | У меня бывает желание что-то сломать, громко хлопнуть дверью, покричать, поругаться или подраться. |  |  |  |
| 57 | В порыве гнева я могу накричать или ударить кого-то. |  |  |  |
| 58 | Я охотно бы участвовал вкаких-нибудьбоевых действиях. |  |  |  |
| 59 | Могу нарочно испортить чужую вещь, если мне что-то не нравится. |  |  |  |
| 60 | Я хочу быть взрослым и сильным. |  |  |  |
| 61 | Я чувствую, что меня никто не понимает, мной никто не интересуется. |  |  |  |
| 62 | Я чувствую, что от меня ничего не зависит, безнадежность, беспомощность. |  |  |  |
| 63 | Я могу причинить себе боль. |  |  |  |
| 64 | Я бы взялся за опасное для жизни дело, если быза это хорошо заплатили. |  |  |  |
| 65 | Было бы лучше, если бы я умер. |  |  |  |
| 66 | Я испытываю чувство вины перед окружающими, родителями. |  |  |  |
| 67 | Я не люблю решать проблемы сам. |  |  |  |
| 68 | У меня есть желания, которые никак не могут исполниться. |  |  |  |
| 69 | Я не очень хороший человек. |  |  |  |
| 70 | Я не всегда понимаю, что можно делать, а что нельзя. |  |  |  |
| 71 | Я часто не могу решиться на какой-либо поступок. |  |  |  |
| 72 | Когда я стою на мосту, то меня иногда так и тянет прыгнуть вниз. |  |  |  |
| 73 | Я нуждаюсь в теплых, доверительных отношениях. |  |  |  |
| 74 | Терпеть боль назло мне бывает даже приятно. |  |  |  |
| 75 | Я испытываю потребность в острых ощущениях. |  |  |  |

При обработке бланков, каждый ответ оценивается в количестве от 2 до 0 баллов; «да» - 2 балла, «иногда» - 1 балл, «нет» - 0 баллов. Максимально по каждой шкале испытуемый может получить 30 баллов. Интерпретация полученных результатов основана на том, что более высокая суммарная оценка (в баллах) по шкале указывает на более высокую степень социально-психологической дезадаптации: значения от 21 до 30 баллов оцениваются как выраженная социально-психологическая дезадаптация, от 11 до 20 – легкая степень социально-психологической дезадаптации, от 0 до 10 – отсутствие признаков социально-психологической дезадаптации.

Разработанный способ представляет собой опросник, состоящий из 75 вопросов, разбитых на 5 блоков по 15 вопросов в каждом.

| I шкала  социально обусловленное поведение  (СОП) (вопросы с 1 по 15) | 0-10 | отсутствие ориентации на социально обусловленное поведение, преобладает индивидуализация |
| --- | --- | --- |
| 11-20 | обнаружена ориентация на социально обусловленное поведение – подростковая реакция группирования |
| 21-30 | сформированная модель социально обусловленного поведения |
| II шкала  делинквентное поведение  (ДП) (вопросы с 16 по 30 | 0-10 | отсутствие признаков делинквентного поведения |
| 11-20 | обнаружена ситуативная предрасположенность к делинквентному поведению |
| 21-30 | сформированная модель делинквентного поведения |
| III шкала  зависимое (аддиктивное) поведение  (ЗП) (вопросы с 31 по 45) | 0-10 | отсутствие признаков зависимого поведения |
| 11-20 | обнаружена ситуативная предрасположенность к зависимому поведению |
| 21-30 | сформированная модель зависимого поведения |
| IV шкала  агрессивное поведение  (АП) (вопросы с 46 по 60) | 0-10 | отсутствие признаков агрессивного поведения |
| 11-20 | обнаружена ситуативная предрасположенность к агрессивному поведению |
| 21-30 | сформированная модель агрессивное поведения |
| V шкала  суицидальное (аутоагрессивное) поведение  (СП) (вопросы с 61 по 75) | 0-10 | отсутствие признаков аутоагрессивного поведения |
| 11-20 | обнаружена ситуативная предрасположенность к аутоагрессивному поведению |
| 21-30 | сформированная модель аутоагрессивное поведения |

**ЭКСПРЕСС-ДИАГНОСТИКА УРОВНЯ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКУРСНИКА**

**(автор О.Л. Гончарова)**

**Инструкция:** ответьте на вопросы «да» или «нет».

Нравится ли тебе учиться в колледже?

Интересно ли тебе учиться в колледже?

Комфортно ли ты чувствуешь себя в группе?

Дружелюбно ли к тебе относятся в группе?

Не испытываешь ли ты беспокойства?

Чувствуешь ли ты себя скованным?

Ты волнуешься понапрасну?

Чувствуешь ли ты себя в безопасности?

Испытываешь ли ты трудности в общении с одногруппниками?

У тебя появились новые друзья?

Приспособился ли ты внутриколлежному режиму?

**Обработка и интерпретация результатов.** За ответ «да» начисляется 1 балл, за ответ «нет» – 0 баллов. Подсчитывается сумму баллов.

9-11 баллов – высокий уровень адаптации;

5-8 баллов – средний уровень адаптации;

0-4 баллов – низкий уровень адаптации.

**Методика дифференциальной диагностики депрессивных состояний Зунге (адаптация Т. И.Балашовой).**

***Цель:*** дифференциальная диагностика депрессивных состояний и состояний, близких к депрессии.

Может применяться для скрининг-диагностики при массовых исследованиях и в целях предварительной доврачебной диагностики.

## Стимульный материал (список вопросов) к дифференциальнаой диагностике депрессивных состояний Зунге, адапт.Балашовой)

***Инструкция:*** Прочитайте внимательно каждое из приведенных ниже предложений и зачеркните соответствующую цифру справа в зависимости от того, как Вы себя чувствуете в последнее время. Над вопросами долго не задумывайтесь, поскольку правильных или неправильных ответов нет.

**А (1)** – никогда или изредка  
**В (2)** – иногда  
**С (3)** – часто  
**D (4)** – почти всегда или постоянно

1. Я чувствую подавленность.
2. Утром я чувствую себя лучше всего.
3. У меня бывают периоды плача или близости к слезам.
4. У меня плохой ночной сон.
5. Аппетит у меня не хуже обычного.
6. Мне приятно смотреть на привлекательных женщин, разговаривать с ними, находиться рядом.
7. Я замечаю, что теряю вес.
8. Меня беспокоят запоры.
9. Сердце бьется быстрее, чем обычно.
10. Я устаю без всяких причин.
11. Я мыслю так же ясно, как всегда.
12. Мне легко делать то, что я умею.
13. Чувствую беспокойство и не могу усидеть на месте.
14. У меня есть надежды на будущее.
15. Я более раздражителен, чем обычно.
16. Мне легко принимать решения.
17. Я чувствую, что полезен и необходим.
18. Я живу достаточно полной жизнью.
19. Я чувствую, что другим людям сбудет лучше, если я умру.
20. Меня до сих пор радует то, что радовало всегда.

## Ключ обработки

Уровень депрессии (УД) рассчитывается по формуле:

**УД = Σпр. + Σобр.** где

Σпр. – сумма зачеркнутых цифр к "прямым" высказываниям № 1, 3, 4, 7, 8, 9, 10, 13, 15, 19;  
Σобр. – сумма цифр, "обратных" зачеркнутым, к высказываниям № 2, 5, 6, 11, 12, 14, 16, 17, 18, 20.

Например:

у высказывания №2 зачеркнута цифра 1, мы ставим в сумму 4 балла;  
у высказывания №5 зачеркнут ответ 2 – ставим в сумму 3 балла;  
у высказывания №6 зачеркнут ответ 3 – ставим в сумму 2 балла;  
у высказывания №11 зачеркнут ответ 4 – ставим в сумму 1 балл и т.д.

В результате получаем УД, который колеблется от 20 до 80 баллов.

Если УД не более 50 баллов, то диагностируется ***состояние без депрессии.***  
Если УД от 50 до 59 баллов, то делается вывод о ***легкой депрессии ситуативного или невротического генеза.***Показатель УД от 60 до 69 баллов – ***субдепрессивное состояние или маскированная депрессия.***  
***Истинное депрессивное состояние*** диагностируется при УД более 70 баллов.

**Тест-опросник «Определение уровня самооценки» С.В.Ковалёв**

Описание методики

Методика, разработанная С.В. Ковалевым, предназначена для определения уровня самооценки личности. Представляет собой 32 суждения, к которым необходимо выразить свое отношение предложенными вариантами ответов.

Инструкция

«Вам предлагаются 32 суждения и пять возможных вариантов ответов, каждый из которых соответствует определенному количеству баллов. Выражая степень своего согласия с суждениями, вы проставляете баллы:

4 – очень часто;

3 – часто;

2 – иногда;

1 – редко;

0 – никогда.»

Стимульный материал

1. Мне хочется, чтобы мои друзья подбадривали меня.

2. Постоянно чувствую свою ответственность за работу (учебу).

3. Я беспокоюсь о своем будущем.

4. Многие меня ненавидят.

5. Я обладаю меньшей инициативой, нежели другие.

6. Я беспокоюсь за свое психическое состояние.

7. Я боюсь выглядеть глупцом.

8. Внешний вид других куда лучше, чем мой.

9. Я боюсь выступать с речью перед незнаковыми людьми.

10. Я часто допускаю ошибки.

11. Как жаль, что я не умею говорить, как следует с людьми.

12. Как жаль, что мне не хватает уверенности в себе.

13. Мне бы хотелось, чтобы мои действия ободрялись другими чаще.

14. Я слишком скромен.

15. Моя жизнь бесполезна.

16. Многие неправильного мнения обо мне.

17. Мне не с кем поделиться своими мыслями.

18. Люди ждут от меня многого.

19. Люди не особенно интересуются моими достижениями.

20. Я слегка смущаюсь.

21. Я чувствую, что многие люди не понимают меня.

22. Я не чувствую себя в безопасности.

23. Я часто понапрасну волнуюсь.

24. Я чувствую себя неловко, когда вхожу в комнату, где уже сидят люди.

25. Я чувствую себя скованным.

26. Я чувствую, что люди говорят обо мне за моей спиной.

27. Я уверен, что люди почти все принимают легче, чем я.

28. Мне кажется, что со мной должна случиться какая-нибудь неприятность.

29. Меня волнует мысль о том, как люди относятся ко мне.

30. Как жаль, что я не так общителен.

31. В спорах я высказываюсь только тогда, когда уверен в своей правоте.

32. Я думаю о том, чего ждут от меня люди.

Обработка результатов

Обработка результатов проводится суммированием баллов по всем 32 суждениям.

Интерпретация результатов

– сумма баллов **от 0 до 25** говорит о *высоком уровне самооценки*, при котором человек, как правило, не отягощен сомнениями, адекватно реагирует на замечания других и трезво оценивает свои действия;

– сумма баллов **от 26 до 45** свидетельствует о *среднем уровне самооценки*. Человек с таким уровнем самооценки время от времени ощущает необъяснимую неловкость во взаимоотношениях с другими людьми, нередко недооценивает себя и свои способности без достаточных на то оснований.

– сумма баллов **от 46 до 128** указывает на *низкий уровень самооценки*, при котором человек нередко болезненно переносит критические замечания в свой адрес, чаще старается подстроиться под мнение других людей, сильно страдает от избыточной застенчивости.

***ИЛИ***

# Исследование самооценки подростка (опросник Г.Н.Казанцевой)

**ИНСТРУКЦИЯ ДЛЯ ИСПЫТУЕМЫХ**

Вам будут зачитаны некоторые положения. Вам нужно записать номер положения и против него один из трех вариантов ответа: "да" (+), "нет" (–), "не знаю" (?), выбрав тот вариант, который в наибольшей степени соответствует вашему собственному поведению в аналогичной ситуации. Отвечать нужно быстро, не задумываясь.

**ТЕСТОВЫЙ МАТЕРИАЛ**

1. Обычно я рассчитываю на успех в своих делах.

2. Большую часть времени я нахожусь в подавленном настроении.

3. Со мной большинство ребят советуются (считаются).

4. У меня отсутствует уверенность в себе.

5. Я примерно так же способен и находчив, как большинство окружающих меня людей (ребят в классе).

6. Временами я чувствую себя никому не нужным.

7. Я все делаю хорошо (любое дело).

8. Мне кажется, что я ничего не достигну в будущем (после школы).

9. В любом деле я считаю себя правым.

10. Я делаю много такого, о чем впоследствии жалею.

11. Когда я узнаю об успехах кого – нибудь, кого я знаю, то ощущаю это как собственное поражение.

12. Мне кажется, что окружающие смотрят на меня осуждающе.

13. Меня мало беспокоят возможные неудачи.

14. Мне кажется, что успешному выполнению поручений или дел мне мешают различные препятствия, которые мне не преодолеть.

15. Я редко жалею о том, что уже сделал.

16. Окружающие меня люди гораздо более привлекательны, чем я сам.

17. Я думаю, что я постоянно кому – нибудь необходим.

18. Мне кажется, что я занимаюсь гораздо хуже, чем остальные.

19. Мне чаще везет, чем не везет.

20. В жизни я всегда чего – то боюсь.

**ОБРАБОТКА РЕЗУЛЬТАТОВ**

Подсчитывается количество согласий ("да") под нечетными номерами, затем – количество согласий с положениями под четными номерами. Из первого результата вычитается второй. Конечный результат может находиться в интервале от – 10 до +10. Результат:

• от – 10 до –4 свидетельствует о низкой самооценке;

• от –3 до +3 – о средней самооценке;

• от +4 до +10 – о высокой самооценке.

**АНКЕТА**

**"ПРАВОВАЯ КУЛЬТУРА МОЛОДЁЖИ"**

**Дорогой друг! Ответьте, пожалуйста, максимально честно на поставленные вопросы. Варианты ответа обведите кружком (отметьте галочкой). Заранее благодарим.**

**1. Укажите основной источник получения Вами знаний об ответственности за совершённые правонарушения и преступления (хулиганство, безбилетный проезд, управление транспортным средством без прав…) (ВЫБОР НЕ БОЛЕЕ 2 ОТВЕТОВ):**

1. Семья

2. Куратор

3. СМИ (статьи, информационные передачи)

4. Встречи с разными специалистами в колледже или в общежитии (милиция, нарколог, социальный педагог, педагог-психолог, воспитатели общежития)

5. Информационные стенды в колледже

6. Не обладаю такими знаниями

**2. С какого возраста в большинстве случаев наступает уголовная ответственность?**

1. С 14 лет 2. С 16 лет 3.С 18 лет

**3. С какого возраста в большинстве случаев наступает административная ответственность?**

1.С 14 лет 2. С 16 лет 3.С 18 лет

**4. С какого возраста допускается рассмотрение совершённого правонарушения (составление протокола, взятие объяснений) без присутствия родителей (или представителя колледжа)?**

1.С 14 лет 2. С 16 лет 3.С 18 лет

**5. Когда гражданин становится совершеннолетним?**

1. В день 18-летия 2. В день 16-летия 3. На следующий день после 18-летия

**6. К кому из участников будут применяться меры ответственности, если учасниками административного правонарушения (распитие спиртных напитков) были и совершеннолетние, и несовершеннолетние граждане:**

1. Только к совершеннолетним 2. Только к несовершеннолетним 3. Ко всем

**7. Как вы поступите в ситуации, если бы вы узнали, что кто-то из ваших друзей (знакомых) унижает другого человека?**

1.Прилажу все усилия, для того чтобы не дать человека в обиду (поговорю с обидчиком)

2.Ничего предпринимать не буду, т.к. это дело лично каждого

3.Ничего предпринимать не буду, т.к. некоторых нужно «учить»

**8.Нужны ли Вам дополнительные знания в области правовых отношений?**

1. Да 2.Нет

**9. Соблюдаете ли Вы нормы и правила принятые в обществе?**

1.Да 2. Не всегда 3.Нет, считаю это делать не обязательно

**АНКЕТА**

**"МОЛОДЁЖНАЯ СУБКУЛЬТУРА"**

**1. Знаете ли Вы, что такое молодежная субкультура?**

А) Да;

Б) Нет;

В) Примерно представляю

**2. Как Вы относитесь к молодежным субкультурам и неформальным объединениям?**

А) Положительно; Б) Отрицательно; В) Нейтрально;

**3. Относитесь ли Вы к какой-либо молодежной субкультуре? (Если да, то к какой)**

А) Да;

Б) Нет;

В) Хочу вступить

**4. Как Вы считаете, влияют ли субкультуры на развитие современной молодежи?**

А) Да, конечно;

Б) Нет;

В) Затрудняюсь ответить

**5. Если да, то, как это влияние сказывается на современной молодежи?**

А) Положительно;

Б) Отрицательно;

В) Затрудняюсь ответить

**6) Каковы, по вашему мнению, причины вступления**

**подростков/молодежи в неформальные объединения и**

**группировки?**

А) Одиночество

Б) Непонимание родителей

В) Стремление к защищенности

Г) Стремление к самоутверждению

Д) Стремление к свободе

Е) Стремление к самостоятельности

**7. Считаете ли вы, что субкультуры помогают современной**

**молодежи проявить свою гражданскую позицию?**

А) Да;

Б) Нет;

В) Затрудняюсь ответит

**8. Что, по вашему мнению, привлекает молодежь в той или иной субкультуре?**

А) Наличие единомышленников

Б) Возможность выделиться

В) Эмоциональная насыщенность общения

Г) Отвлечение от повседневных проблем

Д) Это модно

Е) Независимость

Ж) Свой вариант

**9. По какому признаку, по Вашему мнению, образуются молодежные субкультуры? (Возможно несколько вариантов):**

А) Музыкальные течения

Б) Манера одеваться

В) Слэнг

Г) Политические взгляды;

Д) Желание не быть как все;

Е) Протест против сложившихся в обществе правил;

Ж) Непонимание в семье

3) Свой вариант

**10. Какая по Вашему мнению самая интересная, популярная субкультура?**

**Анкета «Современная семья»**

**Планируете ли вы в будущем создать семью?**

Да Нет

**2.С кем вы любите проводить свободное время?**

С родителями

С друзьями

Один (одна)

**З.Когда Вы общаетесь с родителями, о чём вы беседуете?**

Об учёбе

О событиях дня

Не беседуем

Другое\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

О друзьях

О будущем

О жизни

О спорте

О фильмах, книгах, известных личностях

**4.Сколько** **времени в день Вы общаетесь с родителями?**

До 30 минут

От 30 минут до часа

Больше часа

**5.В случае острой необходимости, к кому Вы обратитесь?**

Мама Педагога Другое

Отец Друзья

Бабушка, дедушка Брат, сестра

**6.Кто в Вашей семье является для вас авторитетом?**

Мама Бабушка, дедушка Никто

Отец Брат, сестра

**7.Являются ли для Вас примером ваши родители?**

Да Нет

**8.Оцепите** **отношения в Вашей семье:**

Основаны на уважении

Основаны на взаимопонимании

Основаны на подчинении авторитету старших

Конфликтные

**9.Как Вы считаете, подготовила ли Вас семья к встрече с первой любовью, материнством, отцовством, научила ли строить счастливую семью, быть за неё в ответе?**

Да Нет Частично

**10.Чувствуете ли Вы себя счастливым и защищенным в Вашей семье?**

Да

Нет

Не знаю

Другое\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**11.Считаете ли Вы, что в семье должно быть равноправие между родителями и детьми?**

Да Нет

**12.Укажнте основные формы наказания в вашей семье?**

Чтение морали Работа по дому

Физическое наказание Отказ в деньгах

Домашний арест Игнорирование

Крики Наказаний нет

Другое\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**13.За что Вас наказывают?**

Грубость Наказаний нет

Плохие оценки Невыполнение домашних обязанностей

Лень Другое\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**14.Что,** **на Ваш взгляд, является главной ценностью в жизни современного человека.**

*Ваш ответ в баллах: 0 –не важны; 1* - *важны; 2 - очень важны.*

Семья \_

Здоровье \_ Образование \_

Интересная работа\_\_ Деньги \_

Религия \_ Патриотизм \_

Карьера \_ Путешествия \_

Другое \_

**Анкета**

**«Что Вы знаете о ВИЧ-инфекции?»**

1**.Выберите из перечисленных жизненных ценностей одну, наиболее значимую для Вас:**

а ) интересная работа;

б) материально обеспеченная жизнь;  
в) счастливая семейная жизнь;

г) здоровье;

д) свобода в поступках и действиях;

е) (свой вариант)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**2. Допускаете ли Вы для себя возможность заражения ВИЧ-инфекцией?**

а) да;

б) нет;

в) сомневаюсь.

**3. Склонны ли Вы, судить о здоровье человека по внешнему виду?**

а) да;

б) нет;

в) иногда.

**4.** **ВИЧ-инфекцию вызывает**

- вирус - бактерия -грибок

**5. Излечима ли ВИЧ-инфекция**

- да - нет - не знаю

**6. Можно ли заразиться ВИЧ-инфекцией, используя одну и ту же посуду?**

-нет -да - только в том случае, если не мыть посуду

**7. Могут ли переносить ВИЧ-инфекцию насекомые?**

- нет -да -только комары

**8.** **Назовите пути передачи ВИЧ: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**9.** **Какие меры профилактики ВИЧ-инфекции Вы знаете?**

- ватно-марлевая повязка;

- избегать рукопожатия с малознакомыми людьми;

- нанесение татуировки и пирсинга только в специализированных салонах;

- использование презерватива;

- не держаться голыми руками за поручни в транспорте;

- отказ от употребления наркотиков;

- противозачаточные таблетки;

- не посещать общественные туалеты и бани;

- воздержание;

- пользоваться средствами от укусов комаров;

- верность одному партнеру;

- умение сказать «НЕТ» в ситуациях выбора;

- где одним из вариантов является рискованное поведение.

**10. Отметьте вариант возможного заражения ВИЧ-инфекцией:**

а) незащищенный (без презерватива) половой контакт;

б) пользование общей посудой с ВИЧ-инфицированным;

в) укусы животных и насекомых;

г) драка с ВИЧ-инфицированным;

д) уход за больным СПИДом;

е) общее использование не стерильных шприцев, игл;

ж) разговор, чихание, кашель;

**11. Как Вы считаете, может ли ВИЧ-инфекция передаваться через (нужное отметьте):**

а) пот; и) воздух при дыхании, разговоре, кашле;

б) кровь; к) при рукопожатии;

в) слезную железу; л) при поцелуе;

г) слюну; м) укусы насекомых и животных;

д) сперму; н) при использовании не стерильных шприцев, игл

е) мочу;

ж) грудное молоко; о) при посещении бани, бассейна;

з) влагалищную жидкость; п) при пользовании общим туалетом

**12. Через какой промежуток времени пocлe предполагаемого заражения следует обращаться по поводу обследования на ВИЧ-инфекцию?**

- через несколько дней,

- через один год,

- через 3-6 недель,

- через 3-6 месяцев,

- не знаю.

**13. Где можно обследоваться на ВИЧ?**

- в медицинском пункте учебного заведения;

- в поликлинике;

- в отделе профилактики ВИЧ/СПИД;

- в кожно-венерическом диспансере;

- у нас в городе таких мест нет;

- не знаю.

**14. Как необходимо относиться к лицам, зараженным ВИЧ?**

- изолировать в специальных медицинских учреждениях;

- изолировать в специальных местах поселения;

- они должны находиться в обществе при условии соблюдения мер личной гигиены;

- они должны находиться в обществе при условии обеспечения специальными рабочими местами и местами проживания;

- они могут находиться в обществе без вышеперечисленных

**Анкета**

**«Всемирный день без табака»**

**Курите ли вы?**

ДА –

НЕТ –

**С какого возраста вы курите?**

**Знаете ли вы о последствиях курения?**

ДА –

НЕТ –

**Знаете ли вы, на какие органы человека влияет курение?**

ДА –

НЕТ –

**Где вы получаете информацию о вреде курения?**

СМИ –

Колледж –

Родители –

Друзья –

**Хотели бы вы избавиться от вредной привычки?**

Да –

Нет –

Воздержались от ответа –

**Как вы считаете, что может помочь избавиться от пагубной привычки?**

1. Собственное желание, сила воли
2. Лечение
3. Не начинать вообще

4. Спорт

[**Методика "Наша группа"**](http://www.vashpsixolog.ru/psychodiagnostic-school-psychologist/73-diagnosis-of-interpersonal/1344-metodika-qnasha-gruppaq-), разработанная О.И. Мотковым, предназначена для исследования межличностных взаимоотношений в коллективе учебной группы.

*Инструкция*. Вам предлагается ответить на несколько вопросов овашей группе. Возьмите лист бумаги и напишите сверху дату, фамилию, инициалы, группу. Затем запишите колонку номеров от 1 до 8. Я буду читать вопрос, а вы отвечать на него "да" или "нет" (+ или –). В скобках указывая фамилии.

1. Есть ли у Вас в группе настоящие друзья?  
2. Есть ли ребята, умеющие проявлять чуткость, понимание Ваших жизненных трудностей?  
3. Есть ли в группе человек, который умеет организовать общее серьезное дело?  
4. Есть ли ребята, которые могут в трудной ситуации поднять Ваше настроение, приободрить?  
5. Есть ли в группе ребята, с которыми у Вас враждебные отношения?  
6. Считаете ли Вы, что в группе есть учащиеся, которые "болеют" только за себя, никогда не посочувствуют другому?  
7. Есть ли в группе люди, склонные разрушать любое общее дело?  
8. Есть ли ребята, которые своим нытьем или постоянно плохим настроением портят Ваше настроение?

**Ключ**

| Вопрос | Наличие в группе | Начисление баллов | |
| --- | --- | --- | --- |
| + | – |
| 1 | друзей | 1 | 0 |
| 2 | альтруистического лидера | 1 | 0 |
| 3 | делового лидера | 1 | 0 |
| 4 | эмоционального лидера | 1 | 0 |
| 5 | неприятелей | 0 | 1 |
| 6 | эгоистического лидера | 0 | 1 |
| 7 | дезорганизатора дел | 0 | 1 |
| 8 | "нытиков" | 0 | 1 |

*Примечание*. В данном случае понятие "лидер" применяется достаточно условно, как значимая в определенном отношении для отвечающего личность, не обязательно ведущая "массы" за собой.

Анализ ответов позволяет определить лидерскую структуру группы, группировки, степень сплоченности ее членов, степень противоречивости отношений в группе и др. Чем больше положительныхлидеров и меньше отрицательных, тем выше сплоченность и возможности самоорганизации, ниже степень противоречивости отношений, выше значимость и приемлемость группы для ее членов. И наоборот, при наличии нескольких отрицательных лидеров ниже сплоченность и хуже самочувствие членов в группе. Если положительных лидеров больше, то у группы есть шансы к развитию.

**Примерные критерии оценки уровня развития группы**

Если сумма баллов опрашиваемого больше 4, то его группу можно считать высокого уровня развития, если сумма меньше или равна 4, но больше 2, то группа, по его мнению, среднего уровня, если сумма меньше или равна 2 – группа низкого уровня развития. Группа среднего уровня часто имеет противоречивую структуру с наличием положительных и отрицательных группировок.

ФИО\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ группа \_\_\_\_\_\_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_\_\_

| N п/п | "да" или "нет"  (+ или –) | фамилии ребят, о которых спрашивается в вопросе (только по желанию!) |
| --- | --- | --- |
| 1 |  |  |
| 2 |  |  |
| 3 |  |  |
| 4 |  |  |
| 5 |  |  |
| 6 |  |  |
| 7 |  |  |
| 8 |  |  |

ФИО\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ группа \_\_\_\_\_\_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_\_\_

| N п/п | "да" или "нет"  (+ или –) | фамилии ребят, о которых спрашивается в вопросе (только по желанию!) |
| --- | --- | --- |
| 1 |  |  |
| 2 |  |  |
| 3 |  |  |
| 4 |  |  |
| 5 |  |  |
| 6 |  |  |
| 7 |  |  |
| 8 |  |  |

**Определение индекса групповой сплоченности Сишора**

Групповая сплоченность – чрезвычайно важный параметр, показывающий степень интеграции группы, ее сплоченность в единое целое, – можно определить не только путем расчета соответствующих социометрических индексов. Значительно проще сделать это с помощью методики, состоящей из 5 вопросов с несколькими вариантами ответов на каждый. Ответы кодируются в баллах согласно приведенным в скобках значениям (максимальная сумма - 19 баллов, минимальная - 5).

**Инструкция**. Hа каждый вопрос есть несколько вариантов ответа. Вам необходимо выбрать правильный (нужный) ответ и записать его обозначение в бланк.

1. Как бы вы оценили свою принадлежность к группе?   
   - Чувствую себя ее членом, частью коллектива (5)   
   - Участвую в большинстве видов деятельности (4)   
   - Участвую в одних видах деятельности и не участвую в других (3)   
   - Не чувствую, что являюсь членом группы (2)   
   - Живу и существую отдельно от нее (1)   
   - Не знаю, затрудняюсь ответить (1)
2. Перешли бы вы в другую группу, если бы представилась такая возможность (без изменения специальности)?   
   - Да, очень хотел бы перейти (1)   
   - Скорее перешел бы, чем остался (2)   
   - Не вижу никакой разницы (3)   
   - Скорее всего остался бы в своей группе (4)   
   - Очень хотел бы остаться в своей группе (5)   
   - Не знаю, трудно сказать (1)
3. Каковы взаимоотношения между членами вашей группы?   
   - Лучше, чем в большинстве коллективов (3)   
   - Примерно такие же, как и в большинстве коллективов (2)   
   - Хуже, чем в большинстве классов (1)   
   - Не знаю, трудно сказать (1)
4. Каковы у вас взаимоотношения с куратором?   
   - Лучше, чем в большинстве коллективов (3)   
   - Примерно такие же, как и в большинстве коллективов (2)   
   - Хуже, чем в большинстве коллективов (1)   
   - Не знаю. (1)
5. Каково отношение к учебе в вашем коллективе?   
   - Лучше, чем в большинстве коллективов (3)   
   - Примерно такие же, как и в большинстве коллективов (2)   
   - Хуже, чем в большинстве коллективов (1)   
   - Не знаю (1)

**Обработка результатов и интерпретация**

Уровни групповой сплоченности

 15,1 баллов и выше – высокая;

 11,6 – 15 балла – выше средней;

 7- 11,5 – средняя;

 4 – 6,9 – ниже средней;

 4 и ниже – низкая.

**Тест на интернет-зависимость**

**(Кулаков, 2004 г.)**

Ответьте на предложенные вопросы, используя следующую шкалу:

 «очень редко» – 1 балл

 «иногда» – 2 балла

 «часто» – 3 балла

 «очень часто» – 4 балла

 «всегда» – 5 баллов

1. Как часто вы обнаруживаете, что задержались в сети дольше, чем планировали?

2. Как часто вы забрасывали свои домашние обязанности, чтобы провести больше времени в сети?

3. Как часто вы предпочитаете развлечения в Интернете реальному общению со своими сверстниками?

4. Как часто вы строите новые отношения с друзьями по сети?

5. Как часто ваши знакомые жалуются по поводу количества времени, которое вы проводите в сети?

6. Как часто из-за времени, проведённого в сети, страдает ваша учёба?

7. Как часто вы проверяете электронную почту, прежде чем заняться чем-то другим?

8. Как часто страдает ваша успеваемость или успешность в какой-либо деятельности из-за использования Интернета?

9. Как часто вы сопротивляетесь разговору, или скрываете, если вас спрашивают о том, что вы делали в сети?

10. Как часто вы отодвигаете на второй план неприятные мысли о своей жизни, заменяя их мыслями об Интернете?

11. Как часто вы чувствуете приятное предвкушение от предстоящего выхода в сеть?

12. Как часто вы боитесь, что жизнь без Интернета станет скучной, пустой и безынтересной?

13. Как часто вы раздражаетесь, кричите, если что-то отрывает вас, когда вы находитесь в сети?

14. Как часто вы теряете сон, когда поздно находитесь в сети?

15. Как часто вы чувствуете, что поглощены Интернетом, когда не находитесь в сети, или воображаете, что вы там?

16. Как часто вы говорите, что проведёте в сети «ещё пару минут….»?

17. Как часто вы пытаетесь безуспешно урезать время пребывания в сети?

18. Как часто вы пытаетесь скрыть количество времени пребывания в сети?

19. Как часто вы предпочитаете находиться в сети вместо того, чтобы встретиться с людьми?

20. Как часто вы чувствуете подавленность, плохое настроение, нервничаете, когда вы не в сети, что вскоре исчезает, стоит вам выйти в Интернет?

Если набрано 50–79 баллов, стоит учитывать серьёзное влияние Интернета на жизнь испытуемого. Если набрано 80 баллов и больше, можно диагностировать интернет-зависимость с необходимостью помощи специалиста

**Тест Такера на выявление игровой зависимости**

**(модифицированный и адаптированный для несовершеннолетних психологом Коныгиной И.А.)**

Отвечать следует, имея в виду последние 12 месяцев.

1. Играл ли ты за последний год в компьютерные игры так, что не замечал времени?

а) никогда;

б) иногда;

в) чаще всего;

г) почти всегда.

2. За последний год, играя в компьютерные игры, нужно было тебе больше времени для того, чтобы достичь нужной степени азарта (возбуждения)?

а) никогда;

б) иногда;

в) чаще всего;

г) почти всегда.

3. Когда ты играл накануне, возвращался ли на следующий день к той же игре, чтобы пройти незавершѐнные уровни?

а) никогда;

б) иногда;

в) чаще всего;

г) почти всегда.

4. Брал ли ты деньги в долг, чтобы иметь возможность играть?

а) никогда;

б) иногда;

в) чаще всего;

г) почти всегда.

5. Было ли у тебя когда-нибудь чувство, что у тебя могут быть проблемы с зависимостью от компьютерных игр?

а) никогда;

б) иногда;

в) чаще всего;

г) почти всегда.

6. Можно ли так сказать, что компьютерные игры являлись иногда причиной твоих проблем со здоровьем (включая стресс и беспричинное беспокойство)?

а) никогда;

б) иногда;

в) чаще всего;

г) почти всегда.

7. Критиковали тебя когда-нибудь за твоё пристрастие к компьютерным играм, даже если ты считал эти замечания несправедливыми?

а) никогда;

б) иногда;

в) чаще всего;

г) почти всегда.

8. Было ли когда-нибудь твоё пристрастие к компьютерным играм причиной твоих проблем?

а) никогда;

б) иногда;

в) чаще всего;

г) почти всегда.

9. Возникало ли у тебя когда-нибудь чувство вины за то, как ты играешь, или за то, что происходит во время игры?

а) никогда;

б) иногда;

в) чаще всего;

г) почти всегда.

ПОДСЧЁТ БАЛЛОВ

«НИКОГДА» – 0

«ИНОГДА» – 1

«ЧАЩЕ ВСЕГО» – 2

«ПОЧТИ ВСЕГДА» – 3

Баллы за ответы на все 9 вопросов суммируются.

0 баллов – нет никаких негативных последствий от компьютерной игры.

3–7 баллов – человек играет в компьютерные игры на уровне, который может привести к негативным последствиям.

8–21 балл – человек играет на уровне, ведущим к негативным последствиям; возможно, контроль над пристрастием к компьютерным играм уже потерян – чем выше результат, интенсивнее игра, тем серьёзнее могут быть проблемы; высока вероятность патологического гемблинга (формирования зависимости).

**Тест «Ваши суицидальные наклонности» *(3. Королёва)***

\*

***Цель:*** определение суицидальных наклонностей субъекта

***Инструкция.*** Перед вами некая фигура замысловатой формы. Ее сердцевина закрашена черным. Закончите рисунок, придайте фигуре завершенность. Для этого вам нужно закрасить все части фигуры таким образом, чтобы картина вам самим понравилась.



***Интерпретация результатов***

Если на вашем рисунке ОКАЗАЛОСЬ БОЛЬШЕ ЗАКРАШЕННЫХ, ЧЕМ ПУСТЫХ МЕСТ, то это говорит о том, что в данный момент жизни вы пребываете в мрачном настроении, духа. Вас что-то гнетет, вы переживаете из-за каких-то событий или беспокоитесь о чем-то важном для вас, однако это состояние временное и оно обязательно пройдет. Вы не склонны к суициду, вы любите жизнь и искренне не "понимаете тех, кто готов с ней добровольно расстаться.

Если вы НИЧЕГО НЕ ЗАКРАСИЛИ В ЗАДАННОЙ ФИГУРЕ, только ОБВЕЛИ ЕЕ, то это говорит о вашей железной воле и крепких нервах. Вы никогда не позволите себе поддаться слабости и подумать о самоубийстве, вы считаете это преступлением по отношению к самому себе, близким людям и окружающему вас миру. Как бы ни была трудна жизнь, вы будете жить, вы готовы бороться со всеми жизненными невзгодами, преодолевать любые трудности и препятствия.

Если вы ЗАКРАСИЛИ НЕ БОЛЬШЕ ТРЕХ МАЛЕНЬКИХ ЧАСТЕЙ ФИГУРЫ, то это значит, что при определенных обстоятельствах вы могли бы задуматься о самоубийстве, и если бы все обернулось против вас, то, возможно, даже предприняли бы такую попытку. Но, на ваше счастье, вы оптимист по натуре и поэтому обстоятельства крайне редко кажутся вам совсем ужасными, вы всегда видите свет в конце тоннеля.

Если вы ЗАКРАСИЛИ ВСЮ ЛЕВУЮ СТОРОНУ ФИГУРЫ, то это говорит о вашей душевной ранимости и чрезмерной чувствительности, вы остро воспринимаете несправедливость жизни и страдаете от этого. Вы склонны к суициду, и иной раз единственное, что вас останавливает перед решительным шагом, - - это ваша любовь к вашим близким людям. Вы не хотите причинять им боль и поэтому подавляете в себе суицидальные наклонности.

Если вы ЗАКРАСИЛИ ВСЮ ПРАВУЮ СТОРОНУ ФИГУРЫ, то это говорит о том, что вы зачастую используете свои суицидальные наклонности с выгодой для себя: вы шантажируете своих близких своим возможным самоубийством, заставляете их выполнять ваши требования. Вы несправедливы, с вами очень тяжело жить.

Если вы ПРОДОЛЖИЛИ ЗАКРАШИВАНИЕ ЗАДАННОЙ ЧАСТИ ФИГУРЫ, то это говорит о том, что подсознательно вы подумываете о смерти, ваше мортидо развито столь же сильно, как и либидо. Однако внешне ваши суицидальные наклонности не проявляются, они вырвутся наружу только при удобном случае.

**Шкала безнадежности Бека**

предназначена для предсказания возможности самоубийства на основе мыслей о будущем и возлагаемых на него надежд и представляет собой 20 утверждений, которые отражают чувства, состояния, отношение к будущему и прошлому. Испытуемым необходимо отметить ВЕРНО или НЕВЕРНО каждое утверждение по отношению к нему. Методика предъявляется в групповом режиме.

С точки зрения авторов методики безнадежность - это психологический конструкт, который лежит в основе многих психических расстройств.

При разработке шкалы авторы следовали концепции, в рамках которой безнадежность рассматривается как система негативных ожиданий относительно ближайшего и отдаленного будущего. Индивиды с высокими показателями безнадежности верят:

* что все в их жизни будет идти не так;
* что они никогда ни в чем не преуспеют;
* что они не достигнут своих целей;
* что их худшие проблемы никогда не будут разрешены.

Такое описание безнадежности соответствует негативному образ себя, негативному образу своего функционирования в настоящем и негативный образ будущего.

Таким образом, Шкала безнадежности Бека измеряет выраженность негативного отношения субъекта к собственному будущему. Особую ценность данная методика представляет в качестве косвенного индикатора суицидального риска у лиц, страдающих депрессией, а также у людей, ранее уже совершавших попытки самоубийства (Веск, 1991).

| 01  01 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Я жду будущего с надеждой и энтузиазмом |
| --- | --- | --- | --- |
| 02 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Мне пора сдаться, т.к. я ничего не могу изменить к лучшему |
| 03 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Когда дела идут плохо, мне помогает мысль, что так не может продолжаться всегда |
| 04 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Я не могу представить, на что будет похожа моя жизнь через 10 лет |
| 05 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | У меня достаточно времени, чтобы завершить дела, которыми я больше всего хочу заниматься |
| 06 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | В будущем, я надеюсь достичь успеха в том, что мне больше всего нравится |
| 07 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Будущее представляется мне во тьме |
| 08 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Я надеюсь получить в жизни больше хорошего, чем средний человек |
| 09 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | У меня нет никаких просветов и нет причин верить, что они появятся в будущем |
| 10 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Мой прошлый опыт хорошо меня подготовил к будущему |
| 11 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Всё, что я вижу впереди - скорее, неприятности, чем радости |
| 12 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Я не надеюсь достичь того, чего действительно хочу |
| 13 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Когда я заглядываю в будущее, я надеюсь быть счастливее, чем я есть сейчас |
| 14 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Дела идут не так, как мне хочется |
| 15 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Я сильно верю в своё будущее |
| 16 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Я никогда не достигаю того, что хочу, поэтому глупо что-либо хотеть |
| 17 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Весьма маловероятно, что я получу реальное удовлетворение в будущем |
| 18 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Будущее представляется- мне расплывчатым и неопределённым |
| 19 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | В будущем меня ждёт больше хороших дней, чем плохих |
| 20 | ВЕРНО | НЕВЕРНО | Бесполезно пытаться получить то, что я хочу, потому, что, вероятно, я не добьюсь этого |

**Ключ**

| № | Ответ | Балл | № | Ответ | Балл |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 01 | неверно | 1 | И | верно | 1 |
| 02 | верно | 1 | 12 | верно | 1 |
| 03 | неверно | 1 | 13 | неверно | 1 |
| 04 | верно | 1 | 14 | верно | 1 |
| 05 | неверно | 1 | 15 | неверно | 1 |
| 06 | неверно | 1 | 16 | верно | 1 |
| 07 | верно | 1 | 17 | верно | 1 |
| 08 | неверно | 1 | 18 | верно | 1 |
| 09 | верно | 1 | 19 | неверно  *.-* | 1 |
| 10 | неверно | 1 | 20 | Верно | 1 |

**Интерпретация:**

0-3 балла - безнадёжность не выявлена; 4-8 баллов - безнадежность лёгкая; 9-14 баллов - безнадежность умеренная; 15-20 баллов - безнадежность тяжёлая.

При анализе полученных результатов необходимо обратить внимание на учащихся, показавших умеренную и тяжелую безнадежность.

**МЕТОДИКА САМООЦЕНКИ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ**

**(Г. Айзенк)**

**Цель:** изучение степени выраженности психических состояний личности.

**Краткое описание методики:** Текст методики включает описание 40 различных психических состояний.

**Инструкция:** Предлагаем вам описание различных психических состояний. Если это состояние очень подходит вам, то за ответ ставится 2 балла; если подходит, но не очень, то - 1 балл; если совсем не подходит - то 0 баллов.

**Текст методики:**

| № | Психическое состояние | | | | Подходит | Подходит, но не очень | Не подходит | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | Не чувствую в себе уверенности | | | | 2 | 1 | 0 | |
| 2 | Часто из-за пустяков краснею | | | | 2 | 1 | 0 | |
| 3 | Мой сон беспокоен | | | | 2 | 1 | 0 | |
| 4 | Легко впадаю в уныние | | | | 2 | 1 | 0 | |
| 5 | Беспокоюсь о только воображаемых еще неприятностях | | | | 2 | 1 | 0 | |
| 6 | Меня пугают трудности | | | | 2 | 1 | 0 | |
| 7 | Люблю копаться в своих недостатках | | | | 2 | 1 | 0 | |
| 8 | Меня легко убедить | | | | 2 | 1 | 0 | |
| 9 | Я мнительный | | | | 2 | 1 | 0 | |
| 10 | С трудом переношу время ожидания | | | | 2 | 1 | 0 | |
| 11 | Нередко мне кажутся безвыходными положения, из которых можно найти выход | | | | 2 | 1 | 0 | |
| 12 | Неприятности меня сильно расстраивают, я падаю духом | | | | 2 | 1 | 0 | |
| 13 | При больших неприятностях я склонен без достаточных оснований винить себя | | | | 2 | 1 | 0 | |
| 14 | Несчастья и неудачи ничему меня не учат | | | | 2 | 1 | 0 | |
| 15 | Я часто отказываюсь от борьбы, считая ее бесплодной | | | | 2 | 1 | 0 | |
| 16 | Я нередко чувствую себя беззащитным | | | | 2 | 1 | 0 | |
| 17 | Иногда у меня бывает состояние отчаяния | | | | 2 | 1 | 0 | |
| 18 | Чувствую растерянность перед трудностями | | | | 2 | 1 | 0 | |
| 19 | В трудные минуты жизни иногда веду себя по-детски, хочу, чтобы меня пожалели | | | | 2 | 1 | 0 | |
| 20 | Считаю недостатки своего характера неисправимыми | | | | 2 | 1 | 0 | |
| 21 | Оставляю за собой последнее слово | | | | 2 | 1 | 0 | |
| 22 | Нередко в разговоре перебиваю собеседника | | | | 2 | 1 | 0 | |
| 23 | Меня легко рассердить | | | | 2 | 1 | 0 | |
| 24 | Люблю делать замечаний другим | | | | 2 | 1 | 0 | |
| 25 | Хочу быть авторитетом для окружающих | | | | 2 | 1 | 0 | |
| 26 | Не довольствуюсь малым, хочу наибольшего | | | | 2 | 1 | 0 | |
| 27 | Когда разгневаюсь, плохо себя сдерживаю | | | | 2 | 1 | 0 | |
| 28 | Предпочитаю лучше руководить, чем подчинять | | | | 2 | 1 . | 0 | |
| 29 | У меня резкая, грубовата» жестикуляция | | | | 2 | 1 | 0 | |
| 30 | Я мстителен | | | | 2 | 1 | 0 | |
| 31 | Мне трудно менять привычки | | | | 2 | 1 | 0 | |
| 32 | Нелегко переключаю внимание | | | | 2 | 1 | 0 | |
| 33 | Очень настороженно отношусь ко всему новому | | | | 2 | 1 | 0 | |
| 34 | Меня трудно переубедить | | | | 2 | 1 | 0 | |
| 35 | Нередко у меня не выходят из головы мысли, от которых следовало бы освободиться | | | | 2 | 1 | 0 | |
| 36 | Нелегко сближаюсь с людьми | | | | 2 | 1 | 0 | |
| 37 | Меня расстраивают даже незначительные нарушения плана | | | | 2 | 1 | 0 | |
| 38 | Нередко я проявляю упрямство | | | | 2 | 1 | 0 | |
| 39 | Неохотно иду на риск | | | | 2 | 1 | 0 | |
| 40 | Резко переживаю отклонения от принятого мною режима | | | | 2 | 1 | 0 | |
| Обработка и интерпретация результатов:  Подсчитывается сумма баллов за каждую из 4 групп психических состояний. Тревожность (1-10) | | | | | | | |
| 0- | | 7 баллов | | Низкая тревожность | | | |
| 8- | | 14 баллов | | Тревожность средняя, допустимого уровня | | | |
| 15- | | 20 баллов | | Высокая тревожность | | | |
|  | | Фрустрация (11 -20) | | | | | |
| 0- | | 7 баллов | | Вы имеете высокую самооценку, устойчивы к неудачам и не боитесь трудностей | | | |
| 8- | | 14 баллов | | Средний уровень, фрустрация имеет место | | | |
| 15- | | 20 баллов | | У вас низкая самооценка, вы избегаете трудностей, боитесь неудач | | | |
|  | | Агрессивность (21-30) | | | | | |
| 0- | | | 7 баллов | Вы спокойны, выдержанны | | | |
| 8- | | | 14 баллов | Средний уровень | | | |
| 15- | | | 20 баллов | Вы агрессивны, невыдержанны. Есть трудности в общении с людьми | | | |
| Ригидность (31-40) | | | | | | | |
| 0- | | 7 баллов | | Ригидности нет, легкая переключаемость | | | |
| 8- | | 14' баллов | | Средний уровень | | | |
| 15- | | 20 баллов | | Сильно выраженная ригидность. Вам противопоказаны резкие изменения в жизни (учебе, работе, семье) | | | |

**ОПРОСНИК «Анализ семейной тревоги» (Э.Эйдемиллер, В. Юстицкис)**

**БЛАНК (АСТ)**

***Инструкция к тесту***

*Предлагаемый Вам опросник содержит утверждения о Вашем самочувствии дома, в семье. Читайте по очереди утверждения опросника и выберите ответ, соответствующий вашему отношению к данному утверждению.Старайтесь, чтобы ответов «Трудно сказать» было не больше трех. Помните, Вы характеризуете свое самочувствие в семье.В опроснике нет "правильных" и "неправильных"утверждений. Отвечайте так, как чувствуете.*

| №  И/11 | Утверждения | Да, это так | Нет, это не так | Трудно сказать |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1. | Знаю, что члены моей семьи часто бывают недовольны мною. |  |  |  |
| 2. | Чувствую, что, как бы я ни поступил(а). все равно будет не так. |  |  |  |
| 3. | Я многого не успеваю сделать. |  |  |  |
| 4. | Так получается, что именно я чаще всего оказываюсь виноват(а) во всем, что случается в нашей семье. |  |  |  |
| 5. | Часто чувствую себя беспомощным (беспомощной). |  |  |  |
| 6. | Дома мне часто приходится нервничать. |  |  |  |
| 7. | Когда попадаю домой, чувствую себя неуклюжим (неуклюжей) и неловким (неловкой). |  |  |  |
| 8. | Некоторые члены семьи считают меня бестолковым (бестолковой). | • |  |  |
| 9. | Когда я дома, все время из-за чего-нибудь переживаю. |  |  |  |
| 10. | Часто чувствую на себе критические взгляды членов моей семьи. |  |  |  |
| 11. | Иду домой и с тревогой думаю, что еще случилось в мое отсутствие. |  |  |  |
| 12. | Дома у меня постоянно ощущение, что надо еще очень много сделать. |  |  |  |
| 13. | Нередко чувствую себя лишним (лишней) дома. |  |  |  |
| 14. | Дома у меня такое положение, что просто опускаются руки. |  |  |  |
| 15. | Дома мне постоянно приходится сдерживаться. |  |  |  |
| 16. | Мне кажется, если бы я вдруг исчез (исчезла), то никто бы этого не заметил. |  |  |  |
| 17. | Идешь домой, думаешь, что будешь делать одно, но, как правило, приходится делать совсем другое. |  |  |  |
| 18. | Как подумаю о своих семейных делах, начинаю волноваться. |  |  |  |
| 19. | Некоторым членам моей семьи бывает неудобно из-за меня перед друзьями и знакомыми. |  |  |  |
| 20. | Часто бывает так: хочу сделать хорошо, но оказывается, вышло плохо. |  |  |  |
| 21. | Мне многое у нас не нравится, но я этого стараюсь не показывать. |  |  |  |

**ОБРАБОТКА И ИНТЕРПРЕТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ТЕСТА**

**Ключ к тесту**

**Субшкала В** - вина (семейная вина члена семьи) Ответы «Да»: 1,4,7, 10, 13,16, 19.

**Субшкала Т** - тревожность (семейная тревожность члена семьи) Ответы «Да»: *2,* 5, 8, 11, 14, 17, 20 .

**Субшкала Н** — напряженность (семейная напряженность) Ответы «Да»: 3, 6, 9, 12, 15, 18, 21 .

За каждое совпадение ответов с ключом начисляется один балл.

Наличие у респондента каждого параметра констатируется при результатах по данной шкале: 5 и более баллов.

Так же, методика позволяет определить Уровень общей семейной тревожности = вина + тревожность + напряженность.

**Интерпретация результатов теста**

**Субшкала В** вина (семейная вина члена семьи) неадекватное ощущение индивидом ответственности за все отрицательное, что происходит в семье.

**Субшкала Т** -- тревожность (семейная тревожность члена семьи) - ощущение, что ситуация в семье не зависит от собственных усилий обследуемого.

**Субшкала Н** - напряженность (семейная напряженность) ощущение, что выполнение семейных обязанностей представляет собой непосильную задачу для индивида.

## Семейная социограмма

## (Э.Г. Эйдемиллер, В. Юстицкис)

**БЛАНК ТЕСТА «СС»**

**Инструкция:** «Перед Вами на листе изображен круг. Нарисуйте в нем самого себя, членов семьи в форме кружков и подпишите их имена».

