

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ИНГУШСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ФАКУЛЬТЕТ
Кафедра психологии и педагогики**

СОГЛАСОВАНО

Руководитель образовательной программы

_____/зав.кафедрой М.М. Точиева

« 03 » 02 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

И.о. декана педагогического факультета

_____/к.пед.н.,доцент М.Р. Бекова

« 04 » 02 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Б1.В.ДВ.02.01 Практикум по возрастной психологии

Направление подготовки (*бакалавриат*)

37 03 01 Психология

Направленность (профиль подготовки)

Практическая психология и конфликтология

Квалификация выпускника – *бакалавр*

Форма обучения очная

Магас, 2025

1. Цели освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины (модуля) Б1.В.ДВ.02.01 «Практикум по возрастной психологии» предполагает овладение студентами системой знаний о возрастной психологии, ее предмете, целях, задачах, методах, о влиянии возраста на человека.

Для дисциплин, формирующих профессиональные компетенции: формируемые дисциплиной знания и умения готовят выпускника данной образовательной программы к выполнению следующих обобщенных трудовых функций (трудовых функций):

- научить технике и приемам эффективного общения в профессиональной деятельности;
- научить приемам саморегуляции поведения в процессе межличностного общения.

Профстандарт: 37.03.01 «Психология» подразумевает формирование у обучающихся:

- квалификации, необходимой для успешного осуществления профессиональной деятельности в соответствии с требованием ФГОС ВО;
- целеустремленности, организованности, коммуникативности, толерантности;
- духовно богатой, интеллектуально оснащенной, социально-ответственной личности, способной к саморазвитию и самосовершенствованию.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП бакалавриата:

Дисциплина «Практикум по возрастной психологии» относится к дисциплинам по выбору вариативной части Блока 1 «Дисциплины (модули)» учебного плана.

В соответствии с учебным планом период обучения по дисциплине – 5-й семестр.

Дисциплина «Практикум по возрастной психологии» в силу занимаемого ей места в ФГОС ВО, ОПОП ВО и учебном плане по направлению подготовки 37.03.01 «Психология» предполагает взаимосвязь с другими изучаемыми дисциплинами.

В качестве «входных» знаний дисциплины «Практикум по возрастной психологии» используются знания и умения, полученные обучающимися при изучении дисциплин: Общая и Социальная психология.

Дисциплина «Практикум по возрастной психологии» может являться предшествующей при прохождении Производственной практики.

3. Результаты освоения дисциплины (модуля) «Практикум по возрастной психологии»:

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО по данному направлению:

Код компетенции	Наименование компетенции	Индикатор достижения компетенции (закрепленный за дисциплиной)	В результате освоения дисциплины обучающийся должен:
УК-3	Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	<i>УК – 3.1. Определяет свою роль в социальном взаимодействии и командной работе, исходя из стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели</i>	<i>Знать:</i> основные принципы командной работы; <i>Уметь:</i> критически анализировать проблемные ситуации на основе системного подхода
		<i>УК – 3.2. При реализации своей роли в социальном взаимодействии и командной работе учитывает особенности поведения и интересы других участников</i>	<i>Знать:</i> основы стратегического планирования; <i>уметь:</i> выявлять системные связи и отношения между изучаемыми явлениями, процессами и/или объектами
УК-6.	Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки и образования в течение всей жизни	<i>УК – 6.1. Использует инструменты и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей</i>	<i>Знать:</i> способы совершенствования своей профессиональной деятельности на основе самооценки; <i>Уметь:</i> использовать инструменты непрерывного образования и возможности развития профессиональных и социальных навыков <i>Владеет:</i> приемами формирования профессиональной карьеры и определяет стратегию профессионального развития, определяет приоритеты собственной деятельности, личностного развития и профессионального роста
		<i>УК – 6.2. Определяет приоритеты собственной деятельности, личностного развития и профессионального роста</i>	<i>Знать:</i> свои ресурсы и их пределы (личностные, ситуативные, временные), а также методы их целесообразного использования. <i>Уметь:</i> выстроить гибкую профессиональную траекторию с учетом накопленного опыта профессиональной деятельности, динамично изменяющихся требований рынка труда и стратегии личного развития.

ОПК-2	Способность осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся	ОПК-2.3: объясняет социальные явления и процессы на основе концепций и объяснительных моделей психологии	Уметь: вырабатывать и осуществлять стратегию действий; Владеть: способностью предлагать варианты решения поставленной задачи и оценивать их достоинства и недостатки.
		ОПК-2.4: способен выявлять естественнонаучную сущность проблем, возникающих в ходе профессиональной деятельности	Знать: основные процедуры теоретического анализа проблем человека, социализации индивида, профессиональной и образовательной деятельности; Владеть: спецификой психического функционирования человека с учётом особенностей возрастных этапов и кризисов развития, его принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим группам
ОПК – 6	Способность оценивать и удовлетворять потребности и запросы целевой аудитории для стимулирования интереса к психологическим знаниям, практике и услугам	ОПК -6.1. Планирует взаимодействие с различными категориями населения с целью повышения психологической культуры общества, решения социально- и индивидуально значимых задач.	Знать: основные задачи и принципы психологического просвещения Уметь: оценивать потребности и запросы целевой аудитории в психологических знаниях и услугах Владеть: приемами стимулирования интереса аудитории к психологическим знаниям, практике и услугам

4. Структура и содержание дисциплины (модуля) «Практикум по возрастной психологии»:

4.1. Структура дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единиц, 72 часов.

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины (модуля)	семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)								Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра)							
			Контактная работа					Самостоятель-ная работа			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)							
			Всего	Лекции	Практические занятия	Лабораторные занятия	Контакт. работа	Всего	Курсовая работа(проект)	Подготовка к зачету	Самостоятельная работа	Собеседование	Коллоквиум	Проверка тестов	Проверка контрол. работ	Проверка реферата	Проверка эссе и иных творческих работ	курсовая работа (проект)
1.	Раздел 1. Методы и процедуры диагностики развития психики.																	
1.1.	Тема 1.1. Наблюдение как метод исследования. Основные требования к наблюдению как к научному методу. Беседа как метод получения информации о человеке. Тестирование как метод диагностики личностных качеств.Стандартизированные тесты, проективные тесты и тесты достижений.	III		4	4					4	2					2		
1.2.	Тема 1.2. Диагностика когнитивного развития в дошкольном возрасте. Исследование произвольного и непроизвольного запоминания, слуховой и наглядно-образной памяти. Исследование устойчивости и концентрации внимания. Исследование вербального мышления.	III		2	4					4		2			2			
2.	Раздел 2. Диагностика эмоционально-нравственного развития личности.																	
2.1.	Тема 2.1. Методы диагностики эмоциональной сферы дошкольника. Исследование страхов «Страхи у детей» (А.И.Захаров). Тест тревожности (Р.Тэммл	III		4	2					4		2			2			

2.2.	Тема 2.2. Методики исследования нравственной сферы личности дошкольника. Стандартизированная беседа (Г.А. Урунтаева, Ю.А. Афонькина), методика «Оцени поведение» (А.Л. Венгер, модификация Е.В. Никифоровой)	III		2	2							2					
2.3	Тема. 2.3. Методики изучения эмоциональной сферы школьника. Шкала личностной тревожности (А.М. Прихожан). Тест школьной тревожности Филлипса. Опросник на изучение агрессивности (А. Басса-А Дарки). Тест Розенцвейга (детский вариант).	III		2	2												
2.4	Тема 2.4. Методы исследования эмоциональной сферы взрослого. Опросник САН, «Шкала самооценки тревожности» (Ч.Д. Спилбергер), методика определения уровня депрессии (В.А. Жмуров).	III		2	2							2			2		
2.5	Тема 2.5. Сфера межличностных отношений школьников. Цветовой тест отношений (А.М.Эткинд), опросник социализации для школьников «Моя семья». Тест незаконченных предложений Сакса-Леви.			2	2												
	<i>Курсовая работа (проект)</i>							*	*								
	<i>Подготовка к зачету</i>																
	Общая трудоемкость, в часах		36	18	18						12	Промежуточная аттестация					
												Форма					
												Зачет					
												Зачет с оценкой					
												Экзамен					+

4.2. Содержание дисциплины (модуля)

Раздел 1. Методы и процедуры диагностики развития психики.

Наблюдение как метод исследования. Основные требования к наблюдению как к научному методу. Возрастные аспекты применения метода наблюдения.

Общая процедура наблюдения.

Беседа как метод получения информации о человеке. Показания и условия использования беседы Основные требования к проведению беседы.

Тестирование как метод диагностики личностных качеств с помощью тестов.

Стандартизированные тесты, проективные тесты и тесты достижений. Методики возрастного соответствия.

Диагностика когнитивного развития в дошкольном возрасте. Исследование произвольного и непроизвольного запоминания, слуховой и наглядно-образной памяти.

Исследование устойчивости и концентрации внимания. Исследование вербального мышления. Диагностика интеллекта Детский вариант методики Векслера (адаптированный А.Ю. Панасюк).

Диагностика когнитивного развития в школьном возрасте. Изучение кратковременной и долговременной вербальной памяти. Оценка устойчивости внимания. Оценка переключения внимания. Изучение вербально-логического мышления. Оценка образного мышления. Школьный тест умственного развития (ШТУР)

Диагностика когнитивного развития в период взрослости. Диагностика избирательности и концентрации внимания (тест Мюстенберга). Метод исследования кратковременной памяти. Диагностика образного и логического мышления. Методики «Сложная закономерность» и «Найти закономерность». Тест структуры интеллекта Амтхауэра.

Раздел 2. Диагностика эмоционально-нравственного развития личности.

Методы диагностики эмоциональной сферы дошкольника. Оценочная шкала эмоциональных проявлений ребенка Й. Шванцара. Исследование страхов «Страхи у детей» (А.И.Захаров). Тест тревожности (Р.Тэмпл, М Дорки, В. Амен). Тест»Уровень агрессивности ребенка»(Г.П.Лаврентьева, Т.М, Титаренко) и графическая методика «Кактус»(М.А. Панфилова).

Методики исследования нравственной сферы личности дошкольника.

Стандартизированная беседа (Г.А. Урунтаева, Ю.А. Афонькина), методика »Оцени поведение» (А.Л. Венгер, модификация Е.В. Никифоровой)

Методики изучения эмоциональной сферы школьника. Шкала личностной тревожности (А.М. Прихожан). Тест школьной тревожности Филлипса. Опросник на изучение агрессивности (А .Басса-А Дарки). Тест Розенцвейга (детский вариант).

Методики исследования нравственной сферы школьника. Методики: «Закончи

предложение», «Что мы ценим в людях», «Что такое хорошо и что такое плохо».

Методы исследования эмоциональной сферы взрослого. Опросник САН, «Шкала самооценки тревожности» (Ч.Д. Спилбергер), методика определения уровня депрессии (В.А. Жмуров).

Тема 4. Методики психодиагностического исследования личности.

Исследование личности дошкольника. Изучение самооценки: методика «Лесенка» (В.Г. Щур), методика «Нарисуй себя» (А.М. Прихожан, З. Василяускайте). Методика исследования детского самосознания и полоролевой идентификации (Н.Л. Белопольская) Изучение самооценки личности школьника. Методика Дембо-Рубинштейн

(модификация А.М. Прихожан), Многофакторный личностный опросник Кеттелла (детский и юношеский варианты). Выявление акцентуаций характера (тест-опросник Шмишека).

Тема 5. Методики изучения социального взаимодействия личности

Методики исследования микросоциума дошкольника. Методика «Личностные ожидания ребенка в общении со взрослым» (В.Котырло). Выявление социометрического статуса ребенка в группе «Два домика» (И.Вандвик, П. Эклабад), диагностическая методика «Секрет» (Т. А. Репина). Сфера межличностных отношений школьников.

Образовательные технологии

Для осуществления образовательного процесса по дисциплине необходимы следующие программное обеспечение и информационные справочные системы:

1. Информационно-правовая система Гарант <http://www.garant.ru/>
2. Справочная правовая система Консультант Плюс <http://www.consultant.ru/>

На рабочих местах используется операционная система Microsoft Windows, пакет Microsoft Office, а также другое специализированное программное обеспечение. В вузе есть два компьютерных класса, оснащенных лицензионным программным обеспечением – MS office, MS Project, Консультант + агент, 1С 8.2, Visual Studio, Adobe Finereader, Project Expert. Большинство аудиторий оборудовано современной мультимедийной техникой.

6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины.

6.1. План самостоятельной работы студентов

№ нед.	Тема	Вид самостоятельной работы	Задание	Рекомендуемая литература	Количество часов

2-3	Тема 1.1. Методики изучения эмоциональной сферы школьника. Шкала личностной тревожности (А.М. Прихожан). Тест школьной тревожности Филлипса. Опросник на изучение агрессивности (А. Басса-А Дарки).	Реферат, презентация.	Подготовка к практическим занятиям по вопросам, предложенным преподавателем	1,3,6	2
-----	---	-----------------------	---	-------	---

6.2. Методические указания по организации самостоятельной работы студентов

Реферат по психологии является одним из видов самостоятельной работы студентов колледжа по изучению социальной психологии. Данный вид работы способствует повышению качества усвоения программного материала, углубленному пониманию наиболее сложных вопросов дисциплины, расширению круга рассматриваемых проблем, овладению научными методами анализа социально-психологических проблем.

Выполнение реферата является формой научной самостоятельной работой студента.

Работая с литературными источниками, не следует ограничиваться простым пересказом содержания прочитанного. Необходимо выделить наиболее важные теоретические положения и обосновать их, раскрыть особенности различных точек зрения на один и тот же вопрос, оценить практическое и теоретическое значение результатов реферируемой работы, а также выразить собственное отношение к идеям и выводам автора, подкрепив его определенными аргументами (личным опытом, высказываниями других исследователей и пр.).

Реферируемый источник, списки использованной литературы, а так же все ссылки на литературные работы должны быть оформлены по алфавиту с указанием фамилии и инициалов автора, название источника, места и года издания; для журнальных статей необходимо указать фамилию и инициалы автора, название статьи, журнала, год издания и номер.

Написание текста реферата. Реферат пишется на основе тщательно проработанных литературных источников. Характеризуя содержание реферата, необходимо отметить следующее.

Во введении на одной странице должна быть показана цель написания реферата, указаны задачи, которые ставит перед собой студент. Кратко следует коснуться содержания отдельных разделов работы, охарактеризовать в общих чертах основные источники, которые

нашли свое отражение в работе.

В текстовой части рассматриваются основные вопросы реферата. Основная часть может состоять из двух или более параграфов; в конце каждого параграфа делаются краткие выводы.

Изложение материала должно быть последовательным и логичным. Оно также должно быть конкретным и полностью оправданным. При этом важно не просто переписывать первоисточники, а излагать основные позиции по рассматриваемым вопросам.

В заключении следует сделать общие выводы и кратко изложить изученные положения (представить содержание реферата в тезисной форме).

После заключения необходимо привести список литературы.

Методические требования написания эссе.

Эссе (essay, англ. очерк, попытка, проба) представляет собой сжатое изложение какого-либо вопроса, отражающее индивидуальную позицию автора.

Цели эссе:

1. Развитие навыков самостоятельного творческого мышления.
2. Выработка навыков аргументирования, противопоставления при анализе ситуаций.
3. Обучение краткости и последовательности изложения своих мыслей.

Выполнение данного вида работы требует от студентов умения анализировать материал, размышлять на заданные темы и в краткой форме излагать свои мысли. В эссе студент должен определить свое отношение к рассматриваемой проблеме, дать свое собственное решение поставленной задачи.

В зависимости от специфики дисциплины формы эссе могут значительно дифференцироваться. В форме эссе может быть представлен анализ имеющихся статистических данных по изучаемой проблеме, анализ материалов из средств массовой информации, подробный разбор предложенной задачи с развернутыми пояснениями, подбор и детальный анализ примеров, иллюстрирующих изучаемую проблему и др.

Критерии оценки эссе:

- соответствие содержания теме;
- обоснованность, четкость, лаконичность;
- самостоятельность выполнения работы (наличие индивидуальной позиции автора);
- соответствие формальным требованиям.

Предлагаемый порядок работы

1. Найти 3-5 источников по теме эссе (в библиотеках, Internet).
2. Прочитать и обобщить изученный материал.
3. Выбрать наиболее важные с вашей точки зрения моменты и составить набросок эссе (общие положения, цитаты, графики, схемы и др.).

4. Оценить, соответствует ли ваш предварительный вариант теме эссе.
5. Сделать акцент на тех положениях, которые отражают ваш индивидуальный подход (представить «изюминку» работы).
6. Проконсультироваться при необходимости с преподавателем.
7. Оформить работу и сдать ее.

Рекомендации по структуре эссе

Любая письменная работа, в том числе эссе, содержит минимум три части.

Введение, в котором в зависимости от темы раскрывается актуальность работы или кратко перечисляются основные моменты, формулируется цель написания работы. Объем введения для эссе составляет 3-5 предложений. Основная часть, в которой непосредственно раскрывается заданная тема. Объем определяется требованиями преподавателя в рамках 2-4 страниц.

При написании текста эссе следует выражать свои мысли кратко, лаконично, логично.

Одно предложение должно содержать не более одного нового блока информации. Желательно, чтобы в одном абзаце обсуждалась или рассматривалась одна тема. Следует избегать длинных предложений, неизвестных слов и понятий. Необходимо обращать внимание на соединительные слова, которые помогают облегчить понимание информации, придают вашей работе слитность и законченность (примерами таких слов могут служить: в дополнение, кроме того, также, помимо этого, более того, другими словами, примером этого, однако, напротив, тем не менее, и др.).

Использование графического материала, табличных данных, диаграмм должно быть согласовано с преподавателем и отвечать теме эссе. За излишнее количество информации оценка может быть снижена.

Цитирование в эссе не запрещается. Объем цитаты не должен превышать двух предложений. Ссылка на первоисточник обязательна.

Заключение, в котором подводится итог проделанной работе. Объем заключения составляет 3-4 предложения и может содержать слова: в заключение, таким образом, следовательно, значит, по этой причине, в результате, как показано выше и др.

Хорошо написанные эссе должны читаться легко и свободно. Авторы хороших письменных работ выражают свои мысли и знания четко и понятно, что позволяет преподавателям прочитывать их без затруднений. Избегайте вычурных, витиеватых выражений и предложений. Цель эссе – передать, как вы понимаете концепции предмета, а не показать преподавателю, как длинно вы можете писать или что вы умеете переписывать из первоисточника.

Внимательно читайте тему эссе. Если сомневаетесь в ее понимании, спросите у преподавателя, так как вы можете блестяще ответить на вопрос, который не был поставлен в задании, но оценка будет снижена за отклонение от темы. Обратите внимание на требования

к количеству источников, наличию диаграмм и графиков, использованию конкретных терминов и концепций.

Ваши выводы должны быть объективны и аналитичны. Старайтесь избегать фраз: «дела компании улучшились...», «данное изменение негативно повлияет на общество...» и т.д.

Хорошая письменная работа представляет собой синтез теории, практики и здравого смысла. Она имеет продуманную, четкую структуру.

Прежде чем сдавать эссе на проверку, ответьте на следующие вопросы:

- соответствует ли моя работа теме (отвечает ли она на поставленный вопрос)?
- использованы ли мной концепции курса?..
- соответствует ли оформление моей работы предъявляемым требованиям?

6.3. Материалы для проведения текущего и промежуточного контроля знаний студентов

Контроль освоения компетенций

Материалы для проведения текущего контроля знаний и промежуточной аттестации составляют отдельный документ – Фонд оценочных средств по дисциплине Практикум по возрастной психологии.

7. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля) «Практикум по возрастной психологии»:

7.1. Учебная литература:

Основная литература:

1. Гарусев А. В. Основные методы сбора данных в психологии [Электронный ресурс] / А. В. Гарусев, Я. Дубовска [и др.]. - Москва : Аспект Пресс, 2012. - 158 с. - Режим доступа: ЭБС "Айбукс". - Неогранич. доступ. – ISBN 978-5-7567-0653-6
2. Носс И.Н. Качественные и количественные методы исследований в психологии [Электронный ресурс] : учеб. для бакалавриата и магистратуры : для студ. вузов, обуч. по психол.-педагог. напр. и спец. / И. Н. Носс. - ЭБК. - М. : Юрайт, 2014. - 362 с. - (Бакалавр и магистр. Академический курс). - Режим доступа: ЭЧЗ "Библиотех". - Неогранич. доступ. - ISBN 978-5-9916-3681-0
3. Психология развития [Электронный ресурс] : учеб. для вузов по напр. подгот. "Психология". - ЭБК. - М.: Академия, 2014. - Режим доступа: доступов - ISBN 978-5-4468-0749-9
4. Шаповаленко И.В. Психология развития и возрастная психология [Электронный ресурс] : учеб. для бакалавров, учеб. для студ. вузов, обуч. по напр. и спец. психологии / И. В. Шаповаленко. - 2-е изд., перераб. и доп. - ЭБК. - М. : Юрайт, 2012. - Режим доступа: ЭЧЗ "Библиотех". - Неогранич. доступ. - ISBN 978-5-9916-1748-2

5. Ридецкая, О.Г. Практикум по возрастной психологии : хрестоматия / О.Г. Ридецкая. - Москва : Директ-Медиа, 2012. - 681 с. - ISBN 978-5-4458-0348-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=11786>.
6. Практикум по возрастной психологии. Энциклопедический словарь / ред. А.А. Бодалева. - Москва : Когито-Центр, 2011. - 600 с. - ISBN 978-5-89353-335-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=86251>.

Периодические издания

1. Вестник Российского университета дружбы народов. Серия «Психология и педагогика»
2. Вопросы психологии
3. Психологическая наука и образование
4. Психологический журнал
5. Российский психологический журнал

7.2. Интернет-ресурсы

1. e-Library.ru [Электронный ресурс]: Научная электронная библиотека. – URL: <http://elibrary.ru/> (дата обращения 11.07.2022).
2. Научная электронная библиотека «КиберЛенинка» [Электронный ресурс]. – URL: <http://cyberleninka.ru/> (дата обращения 09.07.2022).
3. Портал психологических изданий PsyJournals.ru <http://psyjournals.ru/index.shtml>
4. Электронный психологический журнал «Психологические исследования» <http://psystudy.ru/>
5. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека онлайн» [Электронный ресурс]. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php> – Доступ к системе согласно правилам ЭБС и договором университета с ЭБС.
6. Электронно-библиотечная система IPRbooks [Электронный ресурс]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/> – Доступ к системе согласно правилам ЭБС и договором университета с ЭБС.

7.3. Программное обеспечение

Для подготовки презентаций и их демонстрации необходима программа Impress из свободного пакета офисных приложений OpenOffice (или иной аналог с коммерческой или свободной лицензией).

7.4. Материально-техническое обеспечение

Материально-техническое обеспечение учебного процесса по дисциплине определено нормативными требованиями, регламентируемыми приказом Министерства образования и науки РФ № 986 от 4 октября 2010 г. «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части минимальной оснащенности учебного процесса и

оборудования учебных помещений», Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки.

Для проведения всех видов учебных занятий по дисциплине и обеспечения интерактивных методов обучения, необходимы столы, стулья (на группу по количеству посадочных мест с возможностью расстановки для круглых столов, дискуссий, прочее); доска интерактивная с рабочим местом (мультимедийный проектор с экраном и рабочим местом); желателен доступ в информационно-коммуникационную сеть «Интернет».

В соответствие с требованиями ФГОС ВО при реализации настоящей дисциплины ОПОП ВО необходимо также учитывать образовательные потребности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, обеспечивать условия для их эффективной реализации, а также возможности беспрепятственного доступа обучающихся с ограниченными возможностями здоровья к объектам инфраструктуры образовательного учреждения.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Б1.В.ДВ.02.01 Практикум по возрастной психологии

Возрастная психология изучает закономерности психического развития человека в онтогенезе, основные стадии развития, критические и сензитивные периоды развития. В возрастной психологии выделяются такие разделы, как психология детства, психология подросткового возраста, психология юности, психология взрослости (акмеология), психология старения и старости (геронтопсихология).

Каждый возраст прекрасен по-своему. Надо только постараться увидеть его красоту, понять значение каждого возрастного периода.

Социально-культурные и экономические изменения, происходящие в нашей стране и в обществе в целом, обогащают знания о развитии человека новыми сведениями, позволяющими понять его и по-иному строить межличностные отношения на основе взаимодействия в различных видах деятельности.

Целью данной дисциплины является формирование способности студентов-психологов ориентироваться в методологических проблемах возрастной психологии, а также в проблемах психического развития современного человека на различных этапах онтогенеза. Это необходимо для научного обоснования возрастных норм психического развития как в детском, так и во взрослом и пожилом возрасте; для определения эталонов зрелости индивида и личности; выявления актуальных и потенциальных возможностей человека в разные периоды его жизни, для научно обоснованного прогнозирования развития личности.

Основные задачи пособия:

1. Закрепление знаний об отечественных и зарубежных концепциях психического развития.
2. Развитие умения студентов-психологов систематизировать, обобщать собственный багаж знаний по возрастной психологии.
3. Конкретизация знаний о современных условиях развития личности ребенка и взрослого человека.

Практикум по возрастной психологии личности разработан в соответствии с требованиями, предъявляемыми государственным образовательным стандартом.

Каждая тема снабжена списком рекомендуемой литературы. Кроме того, пособие содержит тестовый материал, соответствующий каждому возрастному периоду

Период дошкольного детства

Практикум по возрастной психологии

Задания

Ознакомьтесь и проанализируйте Таблицу «Основные психологические новообразования детей дошкольного возраста»

1. Определите возраст ребенка с учетом характеристик его восприятия. Ребенок умеет работать по образцу, выделяя при этом цвет, форму, величину, материал и другие свойства предметов, а также некоторые пространственные отношения между ними.

2. Определите возраст ребенка с учетом характеристик его мышления.

На основе образного мышления начинает формироваться словесно-логическое мышление, которое дает возможность усваивать элементарные научные знания.

в Определите возраст ребенка с учетом характеристик его памяти.

Постепенно увеличивается объем запоминаемого материала. Ребенок удерживает в памяти 5–6 предметов или картинок.

4. Определите возраст ребенка с учетом характеристик его воображения.

Может сочинить сказку или историю на заданную тему и наполняет сюжет интересными и порой оригинальными деталями.

5. Определите возраст ребенка с учетом характеристик его игры. Процессуальные игровые действия заменяются цепочкой действий. Здесь еще нет сюжета и не отражаются взаимоотношения людей.

6. Определите возраст ребенка с учетом характеристик его внимания.

Может заниматься, не отрываясь от увлекательной для него деятельностью в течение 5 минут.

7. Определите возраст ребенка с учетом характеристик его продуктивной деятельности.

Сюжет, замысел опережает изображение, появляются элементы композиции.

8. Определите возраст ребенка с учетом характеристик его речи.

Речь активно включается в усвоение знаний, развитие мышления, в сенсорное развитие, в нравственное, эстетическое воспитание ребенка, в формирование его деятельности и личности.

Список рекомендуемой литературы

1. Абрамова, Г. С. Возрастная психология : учебник для студентов вузов / Г. С. Абрамова. – Екатеринбург : Деловая книга, 1999. – 624 с.
2. Бродская, С. Л. Возрастная психология в вопросах и ответах : учеб. пособие / С. Л. Бродская. – М. : КНОРУС, 2006. – 256 с.

3. Выготский, Л. С. Кризис первого года жизни / Л. С. Выготский // Собр. соч. : в 6 т. – М. : Педагогика, 1984. – Т. 4.
4. Выготский, Л. С. Младенческий возраст / Л. С. Выготский // Собр. соч. : в 6 т. – М. : Педагогика, 1984. – Т. 4. – С. 269–317.
5. Немов, Р. С. Психология. Психология образования / Р. С. Немов. – Кн. 2. – М., 1994.
6. Трофимова, Н. М. Возрастная психология / Н. М. Трофимова, Т. Ф. Пушкина, Н. В. Кози-на. – СПб. : Питер, 2005. – 240 с.
7. Сорокоумова, Е. А. Возрастная психология : краткий курс лекций / Е. А. Сорокоумова. – СПб. : Питер, 2006. – 208 с.
8. Мухина, В. С. Возрастная психология. Феноменология развития : учебник для студентов высш. учеб. заведений / В. С. Мухина. – 10-е изд., перераб. и доп. – М. : издательский центр «Академия», 2006. – 608 с.
9. Хилько, М. Е. Возрастная психология : конспект лекций / М. Е. Хилько, М. С. Ткачева. – М. : Высшее образование, 2007. – 191 с.

Вопросы для обсуждения

1. Какова роль общения со взрослым в психическом развитии младенца?
2. Каковы основные проявления и значение для психического развития ребенка кризиса первого года?
3. В чем сущность незрелости новорожденного?
2. Какую роль играет активная речь ребенка и процесс сотрудничества со взрослыми в овладении предметным действием?
3. В чем проявляется обобщенное знание о себе у ребенка раннего возраста?
4. Как проявляется развитие произвольности в раннем детстве?
5. Дайте характеристику личностных новообразований, возникающих у детей в период кризиса трех лет.

Тесты с дошкольниками:

1. «Несуществующее животное».
2. «Моя семья».

Интерпретация тестов полностью приводится (см. далее), после интерпретации будет указана строка – результаты методик, там необходимо описать показатели методик с приложением вклеивания или скрепления проведенных рисунков.

ТЕСТ «Несуществующее животное»

Это одна из самых информативных рисуночных методик, ее рекомендуется использовать начиная с 5–6 лет.

Материал для проведения методики: лист бумаги (А 4), карандаш. Ручки и фломастеры использовать нельзя.

Инструкция: «Придумайте и нарисуйте несуществующее животное, которого никогда не было и которого до вас никто не придумал – ни в сказках, ни в мультфильмах, ни в компьютерах».

Если испытуемый говорит, что не знает, как рисовать, не умеет, то его надо ободрить, сказать, что требуется животное, которого на самом деле нет, и все равно, каким оно получится.

После выполнения задания испытуемого просят придумать имя несуществующему животному и записать на обратной стороне листа. Выяснив название животного, испытуемого просят рассказать, где это животное живет, чем питается, есть ли у него враги, друзья и т. д.

Интерпретация методики

Положение рисунка на листе. Норма – рисунок расположен **по центру листа**. Положение рисунка **ближе к верхнему краю листа** – высокая самооценка, недовольство своим положением в социуме, недостаточное признание со стороны окружающих, претензия на продвижение и признание, тенденция к самоутверждению.

Положение рисунка **в нижней части** – неуверенность в себе, низкая самооценка, подавленность, нерешительность, незаинтересованность в своем положении в социуме, отсутствие тенденции к самоутверждению.

Центральная смысловая часть фигуры – ГОЛОВА. Голова повернута **вправо** – устойчивая тенденция к деятельности, действенности. Испытуемый активно переходит к реализации своих планов, наклонностей. Голова повернута влево – тенденция к рефлексии, к размышлениям. Это не человек действия. Нередко боязнь перед активным действием и нерешительность. Положение **«анфас»**, т. е. голова направлена на рисующего – эгоцентризм. На голове расположены детали, соответствующие органам чувств, – уши, рот, глаза. Деталь **«уши»** – заинтересованность в информации, значимость мнения окружающих о себе. **Приоткрытый рот**

в сочетании с языком при отсутствии прорисовки губ – большая речевая активность (болтливость), в сочетании с прорисовкой губ – чувственность; иногда и то, и другое вместе. **Открытый рот без прорисовки языка и губ, особенно зачерченный** – легкость возникновения опасений и страхов, недоверия. **Рот с зубами** – вербальная агрессивность, 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).

ГЛАЗА. Это символ присущего человеку переживания страха: подчеркивается **резкой прорисовкой радужки**. Обратит внимание на наличие или отсутствие ресниц. **Ресницы** – истероидно-демонстративные манеры поведения, для мужчин: женственные черты характера с прорисовкой зрачка и радужки совпадают редко. **Ресницы** – также заинтересованность в восхищении окружающих внешней красотой и манерой одеваться, придание этому большого значения. **Увеличенный** (относительно фигуры в целом) **размер головы** говорит о том, что испытуемый ценит рациональное начало (возможно, и эрудицию) в себе и окружающих.

На голове также иногда располагаются дополнительные детали: **рога** – защита, агрессия. Определить по сочетанию с другими признаками – **когтями, щетиной, иглами** – характер этой агрессии: спонтанная или защитно-ответная. **Перья** – тенденция к самоукрашению и самооправданию, к демонстративности. **Грива, шерсть, подобие прически** – чувственность, подчеркивание своего пола и иногда ориентировка на свою сексуальную роль.

Несущая, опорная часть фигуры (ноги, лапы, иногда – постамент). Рассматривается основательность этой части по отношению к размерам всей фигуры и по форме: а) основательность, обдуманность, рациональность принятия решения, пути к выводам, формирование суждения, опора на существенные положения и значимую информацию; б) поверхностность суждений, легкомыслие в выводах и неосновательность суждений, иногда импульсивность принятия решения (особенно при отсутствии или почти отсутствии ног). Обратить внимание на **характер соединения ног с корпусом**: точно, тщательно или небрежно, слабо соединены или не соединены вовсе – это характер контроля за рассуждениями, выводами, решениями.

Однотипность и однонаправленность формы лап, любых элементов опорной части – конформность суждений и установок в принятии решений, их стандартность, банальность. Разнообразие в форме и положении этих деталей – своеобразие установок и суждений, самостоятельность и небанальность; иногда даже творческое начало (соответственно необычности формы) или инакомыслие (ближе к патологии).

Части, поднимающиеся над уровнем фигуры, 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 в как можно 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 со-бой, 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, «апачкивание» контурной линии; с опасением, подозрительностью – если выставлены щиты, «заслоны», линия удвоена. Направленность такой защиты – соответственно пространственному расположению: верхний контур фигуры – против вышестоящих, против лиц, имеющих возможность наложить запрет, ограничение, осуществить принуждение, т. е. против старших по воз-расту, 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 и 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 (дубляж линии, небрежность, неаккуратность соединений, «островки» из находящихся друг на друга линий, зачернение частей рисунка, «запачкивание», отклонение от вертикальной оси, стереотипности линий и т. д.). Оценка осуществляется так же, как и при анализе пиктограммы. То же – фрагментарность линий и форм, незаконченность, оборванность рисунка. Тематически животные делятся на угрожаемых и нейтральных (подобия льва, бегемота, волка или птицы, улитки, муравья либо белки, собаки, кошки). Это отношение к собственной персоне и к своему «Я», представление о собственном положении в мире, как бы идентификация себя по значимости (с зайцем, букашкой, слоном, собакой и т. д.). В данном случае рисуемое животное – представитель самого рисующего.

Уподобление рисуемого животного человеку, начиная с постановки животного в положение прямохождения на две лапы вместо четырех или более и заканчивая одеванием животного в человеческую одежду (штаны, юбки, банты, пояса, платье), включая похожесть морды на лицо, ног и лап – на руки, свидетельствует об инфантильности, эмоциональной незрелости, соответственно степени выраженности «очеловечивания» животного. Механизм сходен аллегорическому значению животных и их характеров в сказках, притчах и т. п. Степень агрессивности выражена количеством, расположением и характером углов в рисунке, независимо от их связи с той или иной деталью изображения. Особенно весомы в этом отношении прямые символы агрессии – когти, зубы, клювы. Следует обратить внимание также на акцентировку сексуальных признаков – вымени, сосков, груди при человекоподобной фигуре и др. Это отношение к полу, вплоть до фиксации на проблеме секса.

Фигура круга (особенно – ничем не заполненного) символизирует и выражает тенденцию

к скрытности, замкнутость, закрытость своего внутреннего мира, нежелание давать сведения о себе окружающим, наконец, нежелание подвергаться тестированию. Такие рисунки обычно дают очень ограниченное количество данных для анализа.

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

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

Название может выражать рациональное соединение смысловых частей («летающий заяц», «бегекот», «мухожер» и т. п.). Другой вариант – словообразование с книжно-научным, иногда латинским суффиксом или окончанием («ратолетиус» и т. п.). Первое – рациональность, конкретная установка при ориентировке и адаптации; второе – демонстративность, направленная главным образом на демонстрацию собственного разума, эрудиции, знаний. Встречаются названия поверхностно-звуковые без всякого осмысления («лялие», «лиошана», «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», «люлю», «кус-кус» и т. п.). **Склонность к фантазированию** (чаще защитного порядка) выражена обычно удлинёнными названиями («аберосинотиклирон», «гулобарниклетамиешина» и т. п.).

Результаты проведенного теста «Несуществующее животное»

Тест «Моя семья»

Дайте вашему ребенку лист бумаги и набор цветных карандашей (черный, синий, коричневый, красный, желтый, зеленый). Набор карандашей может содержать больше шести цветов.

Предложите вашему ребенку нарисовать вашу семью и сделайте вид, что вы заняты чем-то другим и вам не до рисунка. Пусть ребенок ощутит хотя бы иллюзию свободы. Ваш пристальный взгляд невольно заставляет ребенка все «взвесить» на рисунке в пользу вас. Позвольте ребенку рисовать, пребывая лишь наедине с самим собой. Тем временем, «работая», вам надо незаметно для ребенка наблюдать за тем, как он рисует, что рисует, где рисует.

После окончания рисования уточните некоторые детали наводящими вопросами. Затем проанализируйте данные рисуночной пробы по нижеприведенной нами схеме. И если вы научитесь правильно трактовать эти данные, то сможете не только выявить нюансы, но и оттенки их, всю гамму чувств, переживаемых ребенком в своей семье. Все то, что ваш ребенок тщательно скрывает, все то, что прячет где-то в глубине и не способен высказать вам вслух, все то, что

в нем «бурлит» и «закипает», все то, что мучает и беспокоит его ежедневно, вдруг неожиданно, подобно джинну из бутылки, «вырывается» наружу и застывает с «немым криком» на бумаге. И, застывая, молча крича, молит вас о помощи. И этот «крик» должен слышать каждый из родителей. Ведь нам, родителям, вряд ли придет в голову, что очень часто мы – виновники всех бед ребенка.

Анализируя рисунок, необходимо обратить внимание на ряд деталей: последовательность выполнения задания, сюжет рисунка, на то, как расположены, сгруппированы члены семьи, на степень близости и степень отдаленности их друг от друга, на место нахождения ребенка среди них, на то, с кого ребенок начинает рисовать семью, на ком заканчивает, кого «забыл» изобразить, кого «добавил», кто выше ростом и кто ниже, кто как одет, кто нарисован контуром, кто вырисован до деталей, на цветовую гамму.

Остановимся на некоторых особенностях анализа рисунка.

1. Последовательность выполнения задания. Как правило, после получения установки ребенок сразу же начинает рисовать всех членов семьи и только потом дополняющие рисунок детали. Если же вдруг художник по непонятной причине акцентирует свое внимание на чем угодно, кроме семьи, «забывая» нарисовать своих родственников и себя, или рисует людей после изображения второстепенных объектов и предметов, необходимо задуматься, почему он так поступает и что кроется за всем этим. В чем причина его равнодушия к своим близким? Для чего он оттягивает время изображения их? Чаще всего «ларчик» открывают наводящие вопросы и уточняющие оттенки семейных взаимоотношений, другие методики. Как правило, отсутствие членов семьи на рисунке или оттягивание времени их изображения – один из симптомов психического дискомфорта ребенка в семье и признак конфликтных семейных взаимоотношений, в которые вовлечен и художник.

2. Сюжет рисунка. Чаще всего сюжет предельно прост. Ребенок изображает свою семью в виде групповой фотографии, на которой присутствуют все члены семьи или кого-то нет. Все присутствующие находятся на земле, стоят на полу или, почему-то лишившись опоры, висят

в воздухе. Иногда на рисунке, помимо людей, расцветают цветы, зеленеет трава, растут кустики и деревья. Некоторые дети размещают своих родных в собственном доме среди мебели и знакомых вещей. Нередки случаи, когда кто-то находится дома, а кто-то на улице. Помимо застывше-монументальных групповых портретов встречаются и рисунки, на которых все члены семьи заняты делом и, безусловно, самым важным – ребенком. Эти рисунки, как правило, переполнены экспрессией и динамизмом.

Как уже было сказано выше, иногда дети просто отказываются от рисования или ограничиваются каким-нибудь, особенно кажущимся на первый взгляд, отвлеченным сюжетом, где нет никакой семьи (см. ниже рис. 1). Но это только на первый взгляд. Рисунок семьи «без семьи» – крик протеста ребенка и подаваемый им таким образом сигнал бедствия – SOS. На предлагаемом нами рисунке десятилетняя девочка, ревнуя родных к младшим детям в семье, всех членов семьи спрятала в доме за толстыми стенами. Себя же, как Карлсона, она разместила где-то на крыше (подробная трактовка рисунка будет приведена ниже). Когда ваш ребенок рисует семью «без семьи», забросьте дела и решите шараду. Задумайтесь – почему? Наведите мосты. Иначе вы можете «прозевать» что-то существенное в вашем ребенке и потеряете «ключ» от него.

Если рисунок семьи у ребенка ассоциирует с чем-то приятным, с теплыми, нежными воспоминаниями, он освещает всех членов семьи или кого-то из них ярким солнцем – символом ласки, добра и любви. Если над групповым портретом семьи темные тучи или льет дождь, то, вероятнее всего, это связано с дискомфортом ребенка.

3. Последовательность расположения членов семьи. Обычно первым ребенок изображает или самого любимого им члена семьи, или, по его мнению, самого значительного и авторитетного в доме. Если самым значительным ребенок считает себя, он, не скрывая это, рисует свою фигуру первой. Последовательность расположения других членов семьи и их порядковые номера указывают на отношение к ним ребенка, вернее, на их роль в семье в глазах ребенка или на отношение их, по мнению рисующего, к нему. Чем выше порядковый номер у изображенного члена семьи, тем ниже его авторитет у ребенка. Обычно самый последний нарисованный родственник имеет самый низкий авторитет. Поэтому, если ребенок интуитивно ощущает себя отвергнутым и ненужным родителям, то он изображает себя после всех.

4. Размеры фигур членов семьи. Чем более авторитетным в глазах ребенка является изображаемый им член семьи, тем выше его фигура и значительнее размеры. Довольно часто у маленьких детей не хватает даже листа, чтобы разместить всю фигуру полностью, целиком. При низком авторитете родственника величина фигуры его, как правило, гораздо меньше реальной по сравнению с остальными членами семьи. Поэтому безнадзорные и отвергнутые дети изображают себя обычно едва приметными, низкорослыми, крошечными мальчиками-с-пальчик или дюймовочками (см. ниже рис. 2), подчеркивая всем этим свою ненужность и незначительность. В противовес «отвергнутым» кумиры семьи не жалеют места для изображения своих фигур, рисуя себя вровень с мамой или папой и даже выше их (см. ниже рис. 3).

5. Величина пространства. И ее размеры между изображением отдельных членов семьи свидетельствуют или об их эмоциональной разобщенности, или об их эмоциональной близости. Чем дальше фигуры расположены друг от друга, тем больше их эмоциональная разобщенность, как правило, отражающая конфликтную ситуацию в семье. На некоторых рисунках дети подчеркивают ощущаемую ими разобщенность близких включением в свободное пространство между членами семьи каких-то посторонних, еще более разъединяющих людей предметов. Чтобы уменьшить разобщенность, ребенок часто заполняет промежутки, по его мнению, объединяющими близких родственников вещами и предметами или рисует среди членов семьи малознакомых ему лиц.

При эмоциональной близости все родственники в семье нарисованы почти вплотную друг

к другу и практически не разобщены. Чем ближе ребенок изображает себя по отношению к какому-либо члену семьи, тем выше его степень привязанности к этому родственнику. Чем дальше ребенок находится от какого-то члена семьи, тем меньше его привязанность к этому члену. Когда ребенок считает себя отвергнутым, он отделен значительным пространством от других.

6. Место расположения ребенка на рисунке – источник важной информации о положении его в семье. Когда он в центре, между мамой и папой, или рисует себя первым во главе семьи, то это значит, что он ощущает себя нужным и необходимым в доме. Как правило, ребенок помещает себя рядом с тем, к кому больше всего привязан. Если мы видим на рисунке, что ребенок изобразил себя после всех своих братьев и сестер, подальше от родителей, то это чаще всего просто признак ревности его к другим живущим в семье детям, по отношению к любимым маме или папе, а может быть, обоим вместе, и, отдаляя себя от всех остальных, художник сообщает нам, что он считает себя лишним и ненужным в доме.

7. Когда ребенок почему-то «забывает» вдруг нарисовать себя. Ищите вескую причину в своих семейных отношениях. Они обычно не совсем примерные и, очевидно,

тягостны ребенку. Изображение ребенком семьи без себя – сигнал конфликта между ним и кем-то в вашем доме или семьей всей в целом, и у ребенка в связи с этим нет чувства общности с другими близкими ему людьми. Своим рисунком таким способом художник выражает реакцию протеста против неприятия его в семье. Интуитивно догадавшись, что он давно отвергнут вами, что вы его почти «забыли», заботясь о других в семье, ребенок «мстит» вам на бумаге, не понимая, что отказом от рисования себя он выдает свои секреты, невольно выплеснув наружу клокочущий в нем дискомфорт.

8. Когда ребенок почему-то «забывает» вдруг нарисовать кого-то из родителей или других реальных членов своей семьи. Вероятнее всего, не кто иной, а именно «забытый» родственник ребенка и есть источник его дискомфорта, переживаний и мучений. Умышленно «забыв» включить такого близкого в состав своей семьи, ребенок как бы указывает нам путь на выход из конфликтной ситуации и на разрядку негативной семейной атмосферы. Довольно часто этим способом художник «устраняет» конкурентов, пытаясь погасить хоть на мгновение кипящую в нем ревность к другим детям или к родителям своего пола. Особенно упорно «мстит» ребенок и не рисует на бумаге того члена семьи, который постоянно подавляет и унижает его в доме. Поэтому обычно на вопрос: «Где этот член семьи?» – ребенок, продолжая «мстить» ему, несет в ответ сплошные небылицы, нелепости и несуразности, вроде того, что этот родственник выносит мусор, моет пол, стоит в углу. Таким путем ребенок, пусть наивно, но мечтает взять реванш, хотя бы мысленно унизив близкого, который постоянно унижает его реально каждый день.

9. Когда ребенок почему-то «дополняет» вдруг свою семью несуществующими родственниками или посторонними, то этим он пытается заполнить вакуум в чувствах, недополученных в семье, или использовать их вместо буфера, смягчающего ощущение своей неполноценности в кругу родных. Нередко дети заполняют этот вакуум теми лицами, которые способны, по их мнению, наладить близкие контакты с ними и дать возможность им хоть как-то удовлетворить свои потребности в общении. Поэтому ребенок, «моделируя» состав своей семьи, невольно предлагает нам ее улучшенный, усовершенствованный и выбранный им, а не кем-нибудь другим вариант.

Помимо посторонних лиц, художник часто «дополняет» свою семью животным миром: мы видим птиц, зверей, но больше всего преданных и нужных человеку кошек и собак. И если

в этих «дополнениях» нет никакой идентификации с реальным членом семьи ребенка, и если кошки и собаки... просто выдуманные, их нет на самом деле у художника, но он мечтает, чтобы они были и заменили ему родственников и друзей, то это значит, что ребенок жаждет быть кому-то нужным. Ему с рождения необходимо, чтобы его любили и чтобы он ответно тоже кого-то горячо любил. И если вы не удовлетворили его своей любовью, то он интуитивно ищет любовь на стороне. Поэтому задумайтесь серьезнее над тем, с какой целью ваш ребенок, который будто бы ничем не обделен, упрямо каждый раз на всех рисунках своей семьи штампует призраки несуществующих и не живущих в доме кошек и собак, которых даже вы не обещали ему приобрести. Задумайтесь серьезно. И расцените это как симптом, говорящий вам о дефиците нужного общения и дефиците нежности и ласки, который ощущает ваш ребенок. Задумайтесь: не вы ли виноваты в этом дефиците?

10. Когда ребенок почему-то вместо семьи рисует только одного себя, «забыв» нарисовать всех остальных, то это чаще всего говорит о том, что он не ощущает себя полноценным членом своей семьи и чувствует, что для него в ней просто не хватает места.

Довольно часто на рисунках одного себя неприятие ребенка членами семьи видно через эмоциональный фон и сумрачную цветовую гамму. Одиночество отвергнутого в возрасте, когда еще дети не способны обходиться без родителей, – грозный признак

неблагополучной ситуации в семье для вашего ребенка. Иногда художник при изображении семьи специально выделяет только одного себя, чтобы подчеркнуть свою значительность для остальных. Это чаще всего делают кумиры семьи или дети, не скрывающие свой эгоцентризм. От отвергнутых такой ребенок отличается невольным любованием собой, что обычно видно по окраске и детализации одежды или по второстепенным фоновым предметам, создающим праздничный настрой.

11. Чтобы провести более подробный анализ, детально рассмотрите, **как ребенок вырисовывает лица и другие части тела**. Особенно информативен рисунок головы. Когда вы видите, что автор почему-то пропускает на рисунке известные ему части лица или вообще изображает лицо «безлица», то есть помимо контура лица на нем ничего нет (ни глаз, ни рта, ни носа), то это чаще всего – выражение протеста художника по отношению к изображенному им этим способом члену семьи, из-за которого ребенок, очевидно, постоянно переполнен негативными эмоциями.

Когда художник так изображает свое лицо, лицо без глаз, без рта, без носа, то это признак отчужденности его в семье и нарушения общения со многими людьми.

Когда из всех частей лица заметны на рисунке только одни глаза, то, вероятнее всего, ребенок вас осведомляет, что этот член семьи все время наблюдает и следит за ним, не допуская никаких его проступков, ребячьих шалостей и баловства. И этот родственник «все вижу» – источник большинства конфликтных ситуаций для ребенка. Аналогичным может быть рисунок близкого «все слышу», на котором автор поглощен изображением ушей, превышающих размеры ушей Чебурашки. Когда из всех частей ребенок выделяет лишь рот, то, вероятнее всего, «хозяин рта», как прессом, давит на художника, «воспитывая» его бесконечными нотациями, нравоучениями в рамках собственной морали, и культивирует в нем страх.

Когда вы видите, что на рисунке художник больше всего акцентирует внимание на голове и досконально вырисовывает все части лица, предпочитая лицо всему остальному, то, очевиднее всего, ребенок лишний раз показывает вам, как для него значителен изображенный им таким путем ближайший родственник. А если ваш ребенок так изображает самого себя, то это просто любование собою или один из признаков, свидетельствующий, как он серьезно озабочен своей внешностью. Нередко этим способом художник скрашивает собственный физический «дефект». А если так свое лицо рисует девочка, то чаще всего она просто подражает своей матери, которая из-за кокетства постоянно на ее глазах подкрашивает губы, припудривает нос, приглаживает волосы.

Помимо головы, большую информацию вам могут дать и нарисованные руки. Когда длина их сразу же бросается в глаза, то, вероятнее всего, они принадлежат тому из близких членов семьи ребенка, который агрессивно относится к нему. Такого родственника автор иногда изображает вообще без рук, пытаясь хотя бы символически, но погасить агрессию.

Когда безруким на рисунке мы видим самого ребенка, то, вероятнее всего, таким путем художник хочет нас осведомить о том, что он совсем бессилен и не имеет права голоса в семье.

Когда ребенок на рисунке подчеркивает длину не чужих, а своих рук или рисует их приподнятыми вверх, то этим он показывает свою агрессивность или свое желание быть агрессивным, чтобы хоть как-то утвердить себя в семье.

12. **Цветовая гамма рисунка.** Это своеобразный индикатор палитры чувств, излучаемых ребенком при воспоминании о близких, которых он изображает. Особенности и нюансы эмоционального отношения детей к отдельным членам своей семьи или к семье всей в целом, романтика привязанностей их и тщательно скрываемая нелюбовь, сомнения, тревоги и надежды как будто «закодированы» в цвете, которым разукрашен каждый персонаж. И вам, родителям, необходимо найти шифр к коду, чтобы

вовремя прийти на помощь, великодушно протянув всю руку отчаянно хватающемуся за тонкую соломинку, по той или иной причине сникшему под прессом жестких будней и житейских неурядиц, вашему ребенку.

Как правило, все, что любимо и что нравится ребенку, рисуется им в теплых, ласковых тонах. Свою привязанность и романтические чувства к кому-то из присутствующих на рисунке дети, об этом не догадываясь сами, «выпячивают» ярким, сочным цветом, невольно привлекающим ваш взор. Обычно тот, кто нравится ребенку, наряжен им в особый праздничный наряд, который по своей расцветке напоминает радугу или одежду сказочной принцессы, приснившейся в волшебном сне.

И если даже ваш ребенок не использует всю гамму красок, имеющихся у него, он все равно, желая того или не желая, но выделяет хоть одним неординарным, бросающимся вам в глаза мазком любимого им родственника среди всех остальных.

Особенно нарядны мамы. Свою любовь к ним дети выражают конструированием для них та-ких моделей фантастической одежды, патенты на которые, наверно бы, закупили у них модные журналы. Помимо платьев, юбок, блузок, где рюшки, вышивки, воланы, у многих мам в ушах сережки, на шеях бусы и заколки в волосах. Почти все мамы в модной обуви и с необычными прическами. А если вы взглянете в цвет волос их, то чаще всего скажете: так не бывает – с каких пор волосы оранжевые, желтые и даже синие. Так не бывает в жизни, но бывает на рисунке, когда ребенок в половодье нежных чувств, выплескивающих этим способом наружу.

Любимым папам тоже есть во что одеться. И очень часто их наряды практически не уступа-ют маминым. Ребенок также ярко наряжает и всех других небезразличных ему родственников, рисуя самые мельчайшие детали их одежды. Когда ребенку в семье хорошо, он также празднично наряжен и излучает теплые тона.

Холодные тона, изображенные ребенком, – как красный цвет на светофоре, сигнализирующий «стоп». Остановитесь на минутку. Задумайтесь, что это значит. Спросите себя мысленно: «Почему?» Холодные тона, как правило, – свидетели конфликтных отношений между ребенком и рисуемым им этими тонами членом его семьи. Особенно информативен черный цвет, обычный черный цвет, чаще всего несущий информацию об эмоциональном неприятии ребенком того из родственников на рисунке, кого он им изобразил. И это неприятие бывает явным или скрытым. О явном неприятии вам, кроме цвета, подскажет еще ряд деталей. О скрытом вам придется догадаться, распутывая лабиринты чувств ребенка. И если черным цветом почему-то вдруг раскрасшен родственник, которого ребенок любит, то, вероятнее всего, таким путем произвольно рисуящий выплескивает на бумагу все то, что тайно беспокоит, волнует, мучает его по отношению к изображенному им члену своей семьи. И как бы только в этих случаях художник ни пытался уверить вас, что рисовал по памяти, почти с натуры, и у его отца действительно любимая рубашка – «черная», и мама тоже всем цветам предпочитает «черный цвет», а у сестры и вправду косы «черные», вам надо тщательно проверить и понять причину его «реализма». Особенно когда на этом же рисунке другие родственники сказочно одеты и волосы их сказочно раскрашены.

Как правило, причина реализма в том, что, обожая маму или папу, ребенок как бы ни хотел, но вот не может и не в состоянии смириться с тем, что папа выпивает, дебоширит, является источником скандалов, а мама, занятая бесконечными делами, не замечает преданной любви ребенка. Сестра же просто вызывает ревность. А вдруг ей больше достается нежности и ласки...

Сигналом бедствия и неблагополучия для вашего ребенка может служить и контурное рисование им отдельных членов своей семьи или семьи всей в целом даже тогда, когда художник изображает контуры различными цветами, а не простым карандашом.

Давайте посмотрим, какими средствами, деталями, нюансами художник сообщает вам о своей роли в собственной семье и о сложившихся в ней отношениях между другими членами семьи.

1. Эмоциональная привязанность ребенка к одному из родителей, как правило, изображается так, что ребенок находится вплотную к этому родителю или же рядом с ним. Величина пространства между ними минимальна. Нередко руки их протянуты друг к другу, подчеркивая полное согласие между родителем и обожающим его ребенком. Почти всегда художник пытается нарисовать любимого родителя одним из первых на рисунке. Фигура этого родителя обычно выше всех других фигур или хотя бы превышает рост ребенка, тем самым как бы придавая юному художнику своеобразную, понятную ему лишь одному, необходимую для жизни защищенность. Чтобы родитель выглядел еще внушительнее, нередко дети помещают его на специально выдуманный ими пьедестал. Родитель, обожаемый ребенком, не только тщательно им вырисовывается, но и наряжен в самые волшебные наряды, которые по яркости цветов гораздо ярче самых ярких одежд художника. Бывают случаи, когда наряды художника и самой лучшей для него на свете мамы или самого прекрасного на свете папы идентичны. В период первой романтической любви к родителям обычно девочки рисуют себя рядом с папами, а мальчики – поближе к мамам. В период подражания ребенка родителям своего пола закономерность эта изменяется и девочки уже находятся вплотную к мамам, а мальчики – вплотную

к папам. Причем родитель, обожаемый ребенком, не нарисован контурами и штрихами, а вырисовывается буквально до деталей.

Когда ребенок почему-то, вдруг рисуя себя рядом с обожаемым родителем, невольно между этим «рядом» оставляет пустой промежуток, то, вероятнее всего, этот промежуток – отражение невидимого нам барьера между двумя любящими людьми. Чаще всего этот барьер – черты

характера родителя, отталкивающие от себя ребенка и заставляющие юного художника придерживаться при общении с родителем определенной, как на поводке, дистанции.

Свое неудовлетворение ребенок обычно выражает черным цветом или хотя бы одним сум-рачным мазком. Взгляните на рисунок девочки-подростка (см. ниже рис. 4). Здесь черный цвет брюк обожаемого папы свидетельствует о волнениях ребенка по поводу того, что папа стал употреблять спиртное. Когда привязанность ребенка обоюдна, он счастлив, достигая всех вершин блаженства.

Когда любовь ребенка безответна, она является нетлеющим источником психического дискомфорта юного художника. Поэтому, анализируя рисунок и «разгадав», кто больше всех необходим ребенку, вы постарайтесь сделать шаг ему навстречу. Пусть он почувствует, как он необходим.

2. Отверженность ребенка в семье (эмоциональное неприятие). Когда ребенок ощущает себя лишним и ненужным, отверженным в своей семье, он или просто не желает и не хочет рисовать свою семью, или рисует ее, позабыв нарисовать себя. В отдельных случаях художник размещает свою маленькую и невзрачную фигурку вдали от всех, подчеркивая этим свое одиночество среди родных. Довольно часто между отдаленным от всех ребенком и членами его семьи находятся какие-то ненужные предметы, усиливающие разобщенность нарисованных людей. Нередко дети пустой промежуток вдруг заполняют теми родственниками, которых нет, или ре-ально существующими, но весьма далекими. Роль буфера играют часто также кошки и собаки.

Когда ребенок ощущает себя лишним и ненужным в своей семье, его фигура меньше всех, одежда мрачная и незаметная. Такой ребенок часто просто изображает себя контурами и штрихами, не останавливаясь на деталях, рисуя себя в завершение сюжета.

В тех случаях, когда ребенок, вопреки всему, привязан все-таки к кому-то из родителей или к обоим сразу, он их рисует теплыми тонами, не скупясь на ласковые краски. И эти теплые тона в контрасте с теми холодными тонами, которыми изображен художник, – свидетели уже образовавшейся или начавшей образовываться пропасти взаимоотношений между ребенком и его семьей.

На рисунке 5 (см. ниже) шестилетняя девочка, обиженная холодностью своих родителей и считающая себя ненужной им, нарисовала их празднично и красиво, преднамеренно «позабыв» нарисовать рядом с ними себя. По просьбе экспериментатора она потом все-таки дорисовала свою фигурку, изобразив ее контуром и черным карандашом, уменьшив реальные размеры. Затем, поразмыслив минутку, она вдруг радостно осветила себя солнцем, нарисовала траву. И весь ее внешний вид на рисунке теперь говорил всем: смотрите, смотрите, какая я маленькая. Мне так еще надо, чтобы любили меня. И если родители не понимают этого, пускай хотя бы солнышко заменит их.

Как правило, отверженные дети обычно «забывают» нарисовать того из членов своей семьи, который, по их мнению, их отвергает.

3. Конфликтная ситуация в семье. Известно, что чем младше и чувствительней ребенок, тем чаще он считает себя виновником конфликтов в своей семье, расценивая их в виде расплаты за баловство, непослушание и детские грехи. Ребенок, чувствуя себя виновным, отвержен в собственных глазах, поэтому его рисунки почти всегда напоминают аналогичные рисунки при эмоциональном неприятии детей в семье. Чаще всего художник «забывает» нарисовать того из близких, из-за кого, как он считает, возник конфликт. А если все-таки ребенок рисует того человека, он, чтобы привлечь к нему внимание, изображает его выше или ниже всех стоящих рядом в холодных, траурных тонах. Нередко при конфликтной ситуации в семье все родственники нарисованы лишь контурами, а разобщенность их видна в том, что они отдалены все друг от друга ненужными предметами, пустыми промежутками, как будто существуют не все вместе, а каждый сам с собой.

Когда ребенок при конфликтах «забывает» вдруг нарисовать себя, то этим как бы он наказывает самого себя. Когда ребенок неожиданно для вас изображает себя рядом с теми родственниками, к которым не питает теплых чувств, то этим способом он чаще всего хочет уменьшить, нейтрализовать, а может быть, и полностью замять конфликт.

4. Ревность к одному из родителей в семье. Когда ребенок ощущает ревность к кому-то из родителей, то он пытается ее завуалировать тем, что внезапно «забывает» вдруг нарисовать «ненужного» родителя или, рисуя его, оттесняет всеми способами на задний план. Как правило, «мешающий» родитель намного ниже всех, невзрачен и неряшливо одет. Нередко у ребенка хватает терпения лишь на то, чтобы изобразить его хотя бы контурами. «Мешающий» родитель на рисунке чаще всего «бездействует», в то время как любимый занят с ребенком общим делом.

5. Ревность к братьям и сестрам. Чем тяжелее справиться ребенку с нахлынувшим вдруг на него чувством соперничества к другим детям в семье, тем явственнее выдает он это чувство, несмотря на маскировку. Обычно младший ревнует к старшему, а старший – к младшему ребенку в доме. Но тяжелее всего среднему: его любовь к родителям с ним делят сразу двое – и самый младший, и самый старший. Еще труднее маленьким ревнивцам в многодетных семьях. Нередко брат ревнует маму с папой к своей сестре, сестра ревнует к брату. В любой семье, где несколько детей, всегда есть почва, на которой вырастает ревность. И вы, родители, об этом должны помнить, чтобы вырвать с корнем даже ее первые ростки.

Обычно тот ребенок, к которому ревнуют, рисуется вблизи с родителями или вплотную к ним. Нередко с этого ребенка и начинается рисунок, чтобы привлечь ваше внимание к «любимчику»; ревнивец или тщательно, буквально до деталей, вырисовывает всю его

фигуру, увеличивая рост и наряжая в броские одежды, лишний раз подчеркивая этим, как «любимчику» живется хорошо в семье, или же, забыв о всех предосторожностях и «расправляясь» со своим «мучителем» хотя бы на бумаге, изображает его контурами в траурных тонах, чтобы дать понять вам, как «любимчик» неприятен самому художнику. Если ревность так сильна, что ваш ребенок сам не в силах справиться с собою, он нечаянно вдруг «забывает» включить в круг своей семьи то брата, то сестру, а то обоих сразу, хотя помнит о существовании их в доме. Есть еще один вариант. Чтобы привлечь к себе внимание родителей, ревнивец, тщательно рисуя братьев и сестер, не оставляет себе места на рисунке или же изображает свою хрупкую фигурку в отдалении от всех, подчеркивая этим, что он – лишний.

Если в вашей семье несколько детей и один из них во время пробы на рисунке лишь изображает рядом с вами братьев и сестер, «забыв» нарисовать себя, или же рисует себя в отдалении от всех, задумайтесь, в чем все-таки причина дискомфорта юного художника и нет ли вашей вины в этом.

6. Неполная семья. Наверное, особенно тяжелой травмой в детском возрасте является развод родителей. Ребенку просто не понять, как это могут его любимый папа (чаще всего уходит папа) или мама, без которой вообще невозможно жить, уйти из дома, причем надолго, навсегда. И где-то в глубине души, считая именно себя виновником событий, он хочет и мечтает вернуть былое, расставив все по старым, прежним, таким удобным для него местам.

Кроме того, ребенок хочет скрыть конфликт от посторонних, особенно тогда, когда рисуночную пробу проводите не вы. Поэтому обычно на рисунке присутствуют все члены семьи, если даже они уже бывшие. Причем родитель, не живущий в доме, изображается последним, после длительных раздумий, пауз, грызения карандашей. Ребенок, словно Гамлет, должен сделать выбор: «быть или не быть»... нарисовать... или не стоит... И если выбор сделан, чтобы все-таки нарисовать, отсутствующий член семьи рисуется, как будто он реальный, и очень часто даже имеет много сходства с самим художником. Нередко такой член семьи изображается неясным контуром, а между ним и всеми остальными присутствуют различные предметы, домашние животные, соседи, родственники и друзья или приветливые незнакомцы – явления волшебных грёз ребенка, короче говоря, все те, кто сможет смягчить участь юного художника.

Когда ребенок уже привыкает и по-своему смиряется, что у него неполная семья, он все рисует так, как есть на самом деле. И чтобы лишний раз нам показать, что ему это безразлично, он компенсирует отсутствие родителя какими-то другими, важными в данный момент для него деталями. Как правило, неполная семья, изображенная ребенком, почти всегда имеет буферную зону на рисунке, зону надежды, зону домысла и грёз ребенка, поэтому в любой момент неполная семья способна превратиться в полную.

7. Единственный ребенок очень часто рисует себя между мамой и папой. Когда в семье нет никаких конфликтов, он – главное звено объединения родителей. Чем меньше расстояние между ребенком и родителями, тем ближе члены всей семьи друг к другу, тем крепче родственные чувства, связывающие их. Когда в семье не все благополучно или в период романтической любви к родителям семейная идиллия в виде триады «мама – ваш ребенок – папа» или «папа – ваш ребенок – мама» претерпевает крах. И на рисунке юного художника последовательность расположения всех членов семьи может иметь множество вариантов. А при хронической конфликтной ситуации, при резко выраженном дефиците общения в семье ребенок, словно инопланетянин, ищет новые контакты вне семьи и «дополняет» свою семью теми, кто никогда не жил в их доме, но с кем он сможет в трудную минуту отвести хотя бы душу. Чаще всего единственный ребенок, рассказывая о семье, изображает тип родительского воспитания.

Распознавание типов воспитания в семье по рисункам.

Приведем примеры наиболее часто встречающихся вариантов рисунков различных типов воспитания детей. Прочитать о типах воспитания детей в семье вы можете здесь.

1. Кумир семьи. При этом типе воспитания ребенок чаще всего начинает рисовать семью с изображения себя, причем его фигура в центре листа бумаги. Родители находятся чуть поодаль, любуясь им. Величина фигур их ниже или вровень с величиной фигуры их кумира. Художник выделяет себя яркими нарядами, на голове его нередко красуется корона. А маленькие девочки-кумиры почти всегда отождествляют себя с юными принцессами. Наряд родителей гораздо прозаичнее и служит серым фоном для сравнения. На этом фоне кумир выглядит, как будто праздник среди будней (см. ниже рис. 3).

2. Гиперопека. Ребенок начинает рисовать семью с того, кто больше всего его опекает. Затем рисует рядом с ним себя. Обычно гиперопекаемые дети находятся вплотную к маме с папой или, по крайней мере, крепко держат их за руки. Вернее, крепко держат за руки ребенка сами мама с папой. Когда ребенок на рисунке что-то делает, родители любуются им, не спуская с него восхищенный взгляд. При этом типе воспитания ребенок ниже ростом, чем родители, лишь иногда бывая вровень с ними. Его одежда очень схожа по расцветке с нарядом мамы или папы, а иногда обоих сразу: он не стремится, как кумир, быть праздником на фоне будней, пре-красно понимая, что гиперопека для него – своеобразная китайская стена, вселяющая лишний раз уверенность в себе.

3. Гипоопека. При этом типе воспитания ребенок чаще всего выражает свое отношение к происходящему различными вариантами рисунков. Нередки случаи, когда он, тщательно изображая всю свою семью, вдруг «забывает» среди всех нарисовать себя. А на вопросы: «Где ты?», «Почему забыл?» – придумывает самые обыденные версии, оправдывающие в данный миг его отсутствие: «В детском саду», «Гуляю во дворе», «Учительница задержала в школе».

Полярный этому варианту вариант, когда ребенок почему-то из всех членов семьи предпочитает рисовать лишь только самого себя, при этом утверждая, что никого нет дома: родители ушли в кино, к кому-то в гости, не пришли с работы...

Когда ребенок все-таки рисует полностью свою семью, он лишний раз подчеркивает разобщенность ее членов большими промежутками пространства между ними, невольно наводящими на мысль, что каждый член семьи здесь существует только сам по себе, ему нет никакого дела до других, тем более до юного художника. Рисуя полностью свою семью, себя ребенок размещает в отдалении от всех, довольно обособленно и одиноко. И это создает иллюзию одновременного присутствия-отсутствия его среди других.

Довольно часто при гипоопеке дети изображают себя лишь только контурами. Фигуры их намного ниже фигур других даже тогда, когда эти «другие» реально ниже юного художника. Как правило, рисунок при гипоопеке вмещает в себя и холодные, и теплые тона, их разные нюансы и оттенки. Когда художник, несмотря на этот метод воспитания, боготворит своих родителей, он не жалеет на них самых ярких красок. Себя же ребенок, даже наряжая, не видит празднично одетым. В его нарядах обязательно найдется хоть одна деталь, но выкрашенная в холодные тона, причем из всех этих тонов преобладает черный цвет.

4. Безнадзорность. Безнадзорные дети чаще всего отказываются от рисования. Они про-сто не знают, что такое семья. После долгих раздумий, поддавшись на уговоры, согласившись участвовать в пробе, ребенок рисует себя в виде маленького, крохотного человека в огромном пространстве. Совершенно один, человечек, которого можно рассматривать под микроскопом, наряжен в одежду холодных тонов. Траурный цвет этих тонов – словно душа его, вывернутая наизнанку, переполненная одиночеством. Безысходностью и ненужностью веет от этой души.

5. Воспитание по типу «Золушки». При этом типе воспитания ребенок начинает рисовать семью обычно с того брата или с той сестры, которому или которой его противопоставляют в доме. За братом или за сестрой рисуются родители, а сам художник оставляет себе место где-то в отдалении от всех или вообще не оставляет, подчеркивая этим, что он лишний и ненужный в собственной семье. Все на рисунке сфокусировано на сопернике ребенка. Его фигура выше ростом, чем рисуемого, монументальнее, значительнее. Он – или в центре, в окружении родных, или же – первый среди всех. Им восхищаются, любят... особенно когда он что-то делает (см. ниже рис. 6). И если даже «Золушка» во сто крат лучше его делает какие-то задания, родители не придают «ее» заданиям особого значения. При этом типе воспитания ребенок не умеет и не в силах скрыть его подтачивающую ревность. Поэтому рисунок переполнен холодными тонами. И, мстя сопернику, художник часто наряжает его прозаичнее и будничнее, чем себя, нередко этим затрудняя ваш анализ и трактовку данного рисунка.

6. «Ежовые рукавицы». При этом типе воспитания ребенку очень тяжело нарисовать семью всю в целом. Боясь кого-то из родителей или обоих сразу, он хочет «нейтрализовать» свой страх хотя бы на бумаге. Поэтому обычно на рисунке нет именно того из членов всей его семьи, кто держит его в этих «рукавицах». Зато себя ребенок окружает любыми родственниками, кроме своих родителей, и даже дальними знакомыми, теми людьми, кто хоть в какой-то мере, но способен, пускай даже на время, смягчить его участь, уменьшив степень дискомфорта. Когда ребенку на рисунке приходится изобразить родителей, тогда обычно он в своем сюжете не оставляет места для себя, во всяком случае не раскрывает истинной причины.

При этом типе воспитания размер фигуры у ребенка на рисунке намного ниже, чем размер фигур его родителей, причем не просто ниже, а умышленно занижен.

Как правило, тот член семьи, который держит юного художника в «ежовых рукавицах», изображен им с необычно большим ртом, чаще всего раскрытым, или с огромными когтистыми руками.

Когда ребенок таким типом воспитания родителями буквально доведен до белого каления и так боится их, что хоть и хочет, но никак не смеет «позабыть» нарисовать «мучителя», то он рисует его чаще всего без какого-либо рта вообще или совсем без рук, чтоб хотя бы таким наивным способом уменьшить пленивший его страх.

Как правило, рисунок переполнен холодными тонами. Все теплые тона принадлежат лишь тем, кто дарит ласку и жалеет юного художника, хотя бы на каплю облегчая этим его жизнь.

7. Воспитание по типу повышенной моральной ответственности. На первый взгляд обычно кажется, что все рисунки таких детей – всего лишь навсего одна из многих копий типичного рисунка при гиперопеке. Но это только на первый взгляд. На самом деле при повышенной ответственности художник точно так же, как и при гиперопеке, мечтает показать себя нам в выгодном для него свете, то чем-то занятым, то что-то делающим, чтоб обратить хотя бы на это часть нашего внимания.

Однако, сам того не сознавая, как правило, ребенок высветляет в таких рисунках все нюансы и оттенки родительского воспитания в семье. И если при гиперопеке родители действительно не в силах отвести свой восхищенный взгляд от действий юного художника, при этом типе воспитания их взгляд совсем не восхищенный, скорее оценочный и даже чуть предвзятый. И цветовая гамма на рисунке бывает самой разной. Однако чаще всего член семьи, который заложил фундамент повышенной ответственности у ребенка, окрашен им намного холоднее, чем другие. По крайней мере, на нем есть всегда хотя бы один темный мазок, скорее всего чер-ный – своеобразный индикатор подлинного отношения ребенка к изображенному им члену своей семьи. Простой, обычный индикатор, срывающий все маски.

Взгляните на рисунок 7 (см. ниже). Вы видите своеобразный третейский суд. Суд над ребенком, первый раз принесшим домой тройку. Глаза родителей, как дула пистолетов, готовы выстрелить в одну мишень. И эта мишень – первоклассник, съездившийся в кресле, мечтающий с ним слиться воедино, исчезнуть, раствориться в нем, чтоб только не видеть этот разъяренный взгляд своих родителей. Взгляд-пытку и взгляд-наказание. Взгляд, говорящий больше, чем слова. Сюжет пропитан черным цветом. Все люди выглядят, как негры. И только ваза с яркими цветами на столе да вспыхнувший «огонь» ковра вселяют в нас какую-то надежду. Ребенок справится когда-нибудь, чуть позже, с возложенной внезапно на него тяжелой миссией повышенной ответственности. Он выстоит, он выдержит, он победит.

8. Воспитание «в культе болезни». И на рисунке культ всегда есть культ, какой бы он ни был. Пусть даже несмотря на то, что это – всего-навсего лишь культ болезни. При этом типе воспитания рисунок будто бы пронизан всепоглощающим эгоцентризмом. Над всеми властвует ребенок.

И вы невольно концентрируете на его фигуре свое внимание. Как кумир или как при гиперопеке – ребенок на таком рисунке чаще всего в центре. Вокруг него те, кто ухаживает постоянно за ним в доме. Обычно это мама или бабушка. На долю других членов семьи редко остается место на бумаге. Довольно часто дети даже на рисунке изображают, как они болеют, а рядом с ними те, кто опекает их вседенно и всюнощно, вернее – постоянно. Но как бы ни казался нам печальным иногда такой сюжет, «больной» предпочитает его все-таки раскрасить теплыми тонами.

9. Воспитание по типу «кронпринца». «Кронпринцы» первыми рисуют вещи. Мир вещизма окружает их со всех сторон буквально с самого рождения, мир вещизма, а не мир людей. Затем «кронпринц» обычно на рисунке изображает самого себя, играющего с этими вещами. Родителей он вспоминает редко. Гораздо чаще он помещает рядом с собой своих друзей, которые способны разделить с ним одиночество, играя вместе с маленьким «кронпринцем» его заморскими, бесценными игрушками. Нередки случаи, когда «кронпринцы» «заменяют» рисунок собственной семьи рисунком комнаты с вещами.

10. Противоречивое воспитание. Такой тип воспитания довольно трудно уловить по одному рисунку. Ребенок чаще всего «группирует» отдельных членов семьи в маленькие группы. Себя он помещает рядом с тем, к кому больше всего привязан. А тех из родственников, кто ему «мешает», обычно размещает в отдалении. Нередки случаи, когда художник в виде «буфера» рисует своих бабушек и дедушек даже тогда, когда их нет уже в живых.

11. Смена образцов воспитания Рисунок чаще всего выявляет причину смены типа воспитания ребенка, а не сам тип, собственно, которого и нет.

Результаты методики «Моя семья»

Выводы по двум проведенным методикам

Младший школьный возраст

Список рекомендуемой литературы

1. Абрамова, Г. С. Возрастная психология : учебник для студентов вузов / Г. С. Абрамова. – Екатеринбург : Деловая книга, 1999. – 624 с.
2. Бродская, С. Л. Возрастная психология в вопросах и ответах : учеб. пособие / С. Л. Бродская. – М. : КНОРУС, 2006. – 256 с.
3. Немов, Р. С. Психология. Психология образования / Р. С. Немов. – Кн. 2. – М., 1994.
4. Трофимова, Н. М. Возрастная психология / Н. М. Трофимова, Т. Ф. Пушкина, Н. В. Козина. – СПб. : Питер, 2005. – 240 с.
5. Сорокоумова, Е. А. Возрастная психология : краткий курс / Е. А. Сорокоумова. – СПб. : Питер, 2006. – 208 с.
6. Мухина, В. С. Возрастная психология. Феноменология развития : учебник для студентов высш. учеб. заведений / В. С. Мухина. – 10-е изд., перераб. и доп. – М. : издательский центр «Академия», 2006. – 608 с.
7. Хилько, М. Е. Возрастная психология : конспект лекций / М. Е. Хилько, М. С. Ткачева. – М. : Высшее образование, 2007. – 191 с.
8. Дубровина, И. В. Психология : учебник для студ. сред. пед. учеб. заведений / И. В. Дубровина, Е. Е. Данилова, А. М. Прихожан / под ред. И. В. Дубровиной. – М. : издательский центр «Академия», 1999. – 464 с.
9. Кулагина, И. Ю. Возрастная психология (развитие ребенка от рождения до 17 лет) / И. Ю. Кулагина. – М., 1998. – 456 с.
10. Эльконин, Д. Б. Психологические вопросы формирования учебной деятельности в младшем школьном возрасте / Д. Б. Эльконин // Хрестоматия по возрастной психологии. – М. : ИПи, 1996. – С. 159–160.

Тесты:

1. Тест школьной тревожности Филлипса.

2. «Незаконченные предложения».

Методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса

Тест предназначен для изучения уровня и характера тревожности, связанной со школой, у детей младшего и среднего школьного возраста. Тест состоит из 58 вопросов, которые могут зачитываться школьникам, а могут и предлагаться в письменном виде. На каждый вопрос требуется однозначно ответить «да» или «нет». Очень хорошо дополняет данный тест проективная методика «Рисунок несуществующего животного» (см. интерпретацию данного теста в дошкольном возрасте), при наличии свободного времени и возможности желательно также провести тест «Рисунок несуществующего животного».

Инструкция: «Ребята, сейчас вам будет предложен опросник, который состоит из вопросов о том, как вы себя чувствуете в школе. Старайтесь отвечать искренне и правдиво, здесь нет верных или неверных, хороших или плохих ответов. Над вопросами долго не задумывайтесь. На листе для ответов вверху запишите свои имя, фамилию и класс. Отвечая на вопрос, записывайте его номер и ответ «+», если вы согласны с ним, или «-» – если не согласны».

Тест опросника филлипса

1. Трудно ли тебе держаться на одном уровне со всем классом?
2. Волнуешься ли ты, когда учитель говорит, что собирается проверить, насколько ты знаешь материал?
3. Трудно ли тебе работать в классе так, как этого хочет учитель?
4. Снится ли тебе временами, что учитель в ярости от того, что ты не знаешь урок?
5. Случалось ли, что кто-нибудь из твоего класса бил или ударял тебя?
6. Часто ли тебе хочется, чтобы учитель не торопился при объяснении нового материала, пока ты не поймешь, что он говорит?
7. Сильно ли ты волнуешься при ответе или выполнении задания?
8. Случается ли с тобой, что ты боишься высказываться на уроке, потому что боишься сделать глупую ошибку?
9. Дрожат ли у тебя колени, когда тебя вызывают отвечать?
10. Часто ли твои одноклассники смеются над тобой, когда вы играете в разные игры?
11. Случается ли, что тебе ставят более низкую оценку, чем ты ожидал?
12. Волнует ли тебя вопрос о том, не оставят ли тебя на второй год?
13. Стараешься ли ты избегать игр, в которых делается выбор, потому что тебя, как правило, не выбирают?
14. Бывает ли временами, что ты весь дрожишь, когда тебя вызывают отвечать?
15. Часто ли у тебя возникает ощущение, что никто из этих одноклассников не хочет делать то, что хочешь ты?
16. Сильно ли ты волнуешься перед тем, как начать выполнять задание?
17. Трудно ли тебе получать такие отметки, каких ждут от тебя родители?
18. Боишься ли ты временами, что тебе станет дурно в классе?
19. Будут ли твои одноклассники смеяться над тобой, если ты сделаешь ошибку при ответе?
20. Похож ли ты на своих одноклассников?
21. Выполнив задание, беспокоишься ли ты о том, хорошо ли с ним справился?

22. Когда ты работаешь в классе, уверен ли ты в том, что все хорошо запомнишь?
23. Снится ли тебе иногда, что ты в школе и не можешь ответить на вопрос учителя?
24. Верно ли, что большинство ребят относится к тебе по-дружески?
25. Работаешь ли ты более усердно, если знаешь, что результаты твоей работы будут сравниваться в классе с результатами твоих одноклассников?
26. Часто ли ты мечтаешь о том, чтобы поменьше волноваться, когда тебя спрашивают?
27. Боишься ли ты временами вступать в спор?
28. Чувствуешь ли ты, что твое сердце начинает сильно биться, когда учитель говорит, что собирается проверить твою готовность к уроку?
29. Когда ты получаешь хорошие отметки, думает ли кто-нибудь из твоих друзей, что ты хочешь выслужиться?
30. Хорошо ли ты себя чувствуешь с теми из твоих одноклассников, к которым ребята относятся с особым вниманием?
31. Бывает ли, что некоторые ребята в классе говорят что-то, что тебя задевает?
32. Как ты думаешь, теряют ли расположение те из учеников, которые не справляются с учебной работой?
33. Похоже ли на то, что большинство твоих одноклассников не обращают на тебя внимание?
34. Часто ли ты боишься выглядеть нелепо?
35. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся учителя?
36. Помогает ли твоя мама в организации вечеров, как другие мамы твоих одноклассников?
37. Волновало ли тебя когда-нибудь, что думают о тебе окружающие?
38. Надеешься ли ты в будущем учиться лучше, чем раньше?
39. Считаешь ли ты, что одеваешься в школу так же хорошо, как и твои одноклассники?
40. Часто ли ты задумываешься, отвечая на уроке, что думают о тебе в это время другие?
41. Обладают ли способные ученики какими-то особыми правами, которых нет у других ребят в классе?
42. Злятся ли некоторые из твоих одноклассников, когда тебе удастся быть лучше их?
43. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся одноклассники?
44. Хорошо ли ты себя чувствуешь, когда остаешься один на один с учителем?
45. Высмеивают ли временами твои одноклассники твою внешность и поведение?
46. Думаешь ли ты, что беспокоишься о своих школьных делах больше, чем другие ребята?
47. Если ты не можешь ответить, когда тебя спрашивают, чувствуешь ли ты, что вот-вот расплачешься?
48. Когда вечером ты лежишь в постели, думаешь ли ты временами с беспокойством о том, что будет завтра в школе?
49. Работая над трудным заданием, чувствуешь ли ты порой, что совершенно забыл вещи, которые хорошо знал раньше?
50. Дрожит ли слегка твоя рука, когда ты работаешь над заданием?
51. Чувствуешь ли ты, что начинаешь нервничать, когда учитель говорит, что собирается дать классу задание?
52. Пугает ли тебя проверка твоих знаний в школе?

53. Когда учитель говорит, что собирается дать классу задание, чувствуешь ли ты страх, что не справишься с ним?
54. Снилось ли тебе временами, что твои одноклассники могут сделать то, что не можешь ты?
55. Когда учитель объясняет материал, кажется ли тебе, что твои одноклассники понимают его лучше, чем ты?
56. Беспокоишься ли ты по дороге в школу, что учитель может дать классу проверочную работу?
57. Когда ты выполняешь задание, чувствуешь ли ты однозначно, что делаешь это плохо?
58. Дрожит ли слегка твоя рука, когда учитель просит сделать задание на доске перед всем классом?

Обработка и интерпретация результатов

При обработке результатов выделяют вопросы, ответы на которые не совпадают с ключом теста. Например, на 58-й вопрос ребенок ответил «да», в то время как в ключе этому вопросу соответствует «–», то есть ответ «нет». Ответы, не совпадающие с ключом, – это проявления тревожности. При обработке подсчитывается:

1. Общее число несовпадений по всему тексту. Если оно больше 50 %, можно говорить о повышенной тревожности ребенка, если больше 75 % от общего числа вопросов теста – о высокой тревожности.
2. Число совпадений по каждому из 8 факторов тревожности, выделяемых в тексте. Уровень тревожности выделяется так же, как и в первом случае. Анализируется общее внутреннее эмоциональное состояние школьника, во многом определяющееся наличием тех или иных тревожных синдромов (факторов) и их количеством.

Факторы	№ вопросов
1.Общая тревожность в школе	2, 3, 7, 12, 16, 21, 23, 26, 28, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58 $\Sigma=22$
2.Переживание социального стресса	5, 10, 15, 20, 24, 30, 33, 36, 39, 42, 44 $\Sigma=11$

Факторы	№ вопросов
3. Фрустрация потребности в достижении успеха	1, 3, 6, 11, 17, 19, 25, 29, 32, 35, 38, 41, 43 $\Sigma=13$
4. Страх самовыражения	27, 31, 34, 37, 40, 45 $\Sigma = 6$
5. Страх ситуации проверки знаний	2, 7, 12, 16, 21, 26 $\Sigma = 6$
6. Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	3, 8, 13, 17, 22 $\Sigma = 5$
7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	9, 14, 18, 23, 28 $\Sigma = 5$
8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями	2, 6, 11, 32, 35, 41, 44, 47 $\Sigma = 8$

Ключ к вопросам

«+» – да

«-» – нет

1	–	19	–	37	–	55	–
2	–	20	+	38	+	56	–
3	–	21	–	39	+	57	–
4	–	22	+	40	–	58	–
5	–	23	–	41	+		
6	–	24	+	42	–		
7	–	25	+	43	+		
8	–	26	–	44	+		
9	–	27	–	45	–		
10	–	28	–	46	–		
11	+	29	–	47	–		
12	–	30	+	48	–		
13	–	31	–	49	–		
14	–	32	–	50	–		
15	–	33	–	51	–		
16	–	34	–	52	–		
17	–	35	+	53	–		
18	–	36	+	54	–		

Результаты

1. Число несовпадений знаков («+» – да, «-» – нет) по каждому фактору (– абсолютное число несовпадений в процентах: < 50 %; ≥ 50 %; ≥ 75 %).

Для каждого респондента.

2. Представление этих данных в виде индивидуальных диаграмм.
3. Число несовпадений по каждому измерению для всего класса: – абсолютное значение – $< 50\%$; $\geq 50\%$; $\geq 75\%$.
4. Представление этих данных в виде диаграммы.
5. Количество учащихся, имеющих несовпадений по деленному фактору $\geq 50\%$ и $\geq 75\%$ (для всех факторов).
6. Представление сравнительных результатов при повторных замерах.
7. Полная информация о каждом учащемся (по результатам теста).

Содержательная характеристика каждого синдрома (фактора)

2. Общая тревожность в школе – общее эмоциональное состояние ребенка, связанное с различными формами его включения в жизнь школы.
3. Переживания социального стресса – эмоциональное состояние ребенка, на фоне которого развиваются его социальные контакты (прежде всего – со сверстниками).
4. Фрустрация потребности в достижении успеха – неблагоприятный психический фон, не позволяющий ребенку развивать свои потребности в успехе, достижении высокого результата и т. д.
5. Страх самовыражения – негативные эмоциональные переживания ситуаций, сопряженных с необходимостью раскрытия, предъявления себя другим, демонстрации возможностей.
6. Страх ситуации проверки знаний – негативное отношение и переживание тревоги в ситуациях проверки (особенно – публичной) знаний, достижений, возможностей.
7. Страх не соответствовать ожиданиям окружающих – ориентация на значимость других в оценке своих результатов, поступков и мыслей, тревога по поводу оценок.
8. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу – особенности психофизиологической организации, снижающие приспособляемость ребенка к ситуациям стрессогенного характера, повышающие вероятность неадекватного, деструктивного реагирования на тревожный фактор среды.
9. Проблемы и страхи в отношении с учителями – общий негативный эмоциональный фон отношений со взрослыми в школе, снижающий успешность обучения ребенка.

Тест «незаконченные предложения»

Тест относится к ассоциативным методикам и направлен на диагностику отношения ребенка к родителям, братьям, сестрам, детским неформальным и формальным группам, а также на выявление целей, ценностей, конфликтов и значимых предложений. Все ответы ребенка следует записывать дословно.

Инструкция

Я могу предложить тебе вот какую игру. Я буду начинать предложение, а ты – заканчивать его. Теперь – внимание! Отвечать нужно быстро и каждый раз то, что придет в голову первым, но так, чтобы получилось законченное предложение, прежде чем начнем игру, можно немного потренироваться. Например, я говорю начало предложения:

Каждое утро...

Похвалите ребенка, скажите, что он все правильно понял, а если вам показалось, что он назвал не первое окончание предложения, которое пришло ему в голову, напомните ему инструкцию еще раз. Можно предложить еще один пример:

Многое я отдал бы за то, чтобы...

Тест необходимо проводить индивидуально и только в устной форме. В представленном списке предложения сгруппированы по диагностической направленности на изучение отношения ребенка к разным лицам и проблемам: к матери, отцу, братьям, сестрам, сверстникам,

к школе, учителям, планам на будущее и т. п. Порядковый номер перед началом каждого предложения соответствует его месту в списке, предлагаемом нами для диагностического применения. Порядок можно менять так, чтобы предложения на одну тему распределялись равномерно, а не группировались вместе.

3. Мы любим маму, а...

15. Я думал, что мама чаще всего...

7. Отцы иногда...

9. Чтобы наш папа ...

5. Мой брат (сестра)...

11. Если бы мой брат (сестра)...

2. Ребенок в семье...

10. Мои близкие думают обо мне, что я...

4. Бываем среди детей, но...

8. Дети, с которыми я играю...

12. Мои друзья меня часто...

23. Мой учитель (учительница, учителя)...

16. Если бы не было школы...

18. Когда думаю о школе, то...

1. Я думаю, что людей больше...

6. Я достаточно ловкий, чтобы...

21. Я самый слабый...

13. Я хочу, чтобы у меня не было...

17. Я весь трясусь, когда...

19. Если бы все ребята знали, как я боюсь...

20. Был бы очень счастлив, если бы я...

24. Всегда мечтаю...

14. Больной ребенок...

22. Каким ты видишь свое будущее?

Интерпретация теста

Основу интерпретации составляют содержательный анализ ответов, частота дополнительной части предложения, время ответа, а также высказывания ребенка по поводу того, насколько предложенные фразы соответствуют реальности. Социальную позицию ребенка исследуют по предложениям, направленным на изучение его отношения к группе сверстников, учителям, родителям и членам семьи. Следует отметить, что случаи, когда во всех окончаниях фраз этой группы имеются признаки напряженности, конфликта, должны привлекать особое внимание педагога-психолога, поскольку дезадаптация во всех сферах межличностных отношений является симптомом аномального развития личности. Автор методики рекомендует следующие баллы по ответам: 2 балла – серьезные нарушения, 1 балл – умеренные нарушения. Само понимание ребенка изучается с помощью предложений, направленных на исследование значимых переживаний, оценку своих возможностей, а также рефлексивную самооценку, формирующуюся к началу подросткового возраста. Так, ответ 12-летнего ребенка: «Я не знаю, что думаю о себе» на предложение «Мои близкие

думают обо мне, что я» указывает на запаздыва-ние формирования рефлексивной оценки, но может быть и проявлением психологической за-щиты. В этом случае предложения о членах семьи будут иметь нейтральную эмоциональную окраску или содержать признаки конфликта. Приведенный пример показывает, как, во-первых, один и тот же ответ в различном контексте может означать разные особенности личности ребенка и, во-вторых, как предположение может быть подтверждено или опровергнуто на основе данных того же теста незаконченных предложений.

Для интерпретации отдельных предложений они сгруппированы по следующим категориям:

- а) отношение к матери – 3, 15;
 - б) отношение к отцу – 7, 9;
 - в) отношение к братьям, сестрам – 5, 11;
 - г) отношение к семье – 2, 10;
 - д) отношение к ровесникам – 4, 8, 12;
 - е) отношение к учителям и школе – 23, 16, 18;
 - ж) отношение к людям в целом – 1;
-
- з) отношение к собственным способностям – 6, 21;
 - и) негативные переживания, страхи – 13, 17, 19;
 - к) отношение к болезни – 14;
 - л) мечты и планы на будущее – 20, 22, 24.

После проведения обследования и анализа результатов можно сделать выводы о наличии особенностей, помогающих или мешающих данному ребенку адаптироваться к школе, что является основой для построения коррекционных программ работы с этим ребенком.

Результаты тестов и выводы по младшему школьному возрасту

Подростковый возраст

Список рекомендуемой литературы

1. Абрамова, Г. С. Возрастная психология : учебник для студентов вузов / Г. С. Абрамова. – Екатеринбург : Деловая книга, 1999. – 624 с.
2. Аверин, В. А. Психология детей и подростков / В. А. Аверин. – СПб., 1994. – 324 с.
3. Бродская, С. Л. Возрастная психология в вопросах и ответах : учеб. пособие / С. Л. Бродская. – М. : КНОРУС, 2006. – 256 с.
4. Байярд, Р. Наш беспокойный подросток / Р. Байярд, Ж. Байярд. – М. : Просвещение, 1991. – 254 с.
5. Немов, Р. С. Психология. Психология образования / Р. С. Немов. – Кн. 2. – М., 1994.
6. Трофимова, Н. М. Возрастная психология / Н. М. Трофимова, Т. Ф. Пушкина, Н. В. Козина. – СПб. : Питер, 2005. – 240 с.
7. Сорокоумова, Е. А. Возрастная психология. Краткий курс / Е. А. Сорокоумова. – СПб. : Питер, 2006. – 208 с.
8. Мухина, В. С. Возрастная психология. Феноменология развития : учебник для студентов высш. учеб. заведений / В. С. Мухина. – 10-е изд., перераб. и доп. – М. : издательский центр «Академия», 2006. – 608 с.
9. Хилько, М. Е. Возрастная психология : конспект лекций / М. Е. Хилько, М. С. Ткачева. – М. : Высшее образование, 2007. – 191 с.

10. Дубровина, И. В. Психология : учебник для студ. сред. пед. учеб. заведений / И. В. Дубровина, Е. Е. Данилова, А. М. Прихожан / под ред. И. В. Дубровиной. – М. : издательский центр «Академия», 1999. – 464 с.
11. Кулагина, И. Ю. Возрастная психология (развитие ребенка от рождения до 17 лет) / И. Ю. Кулагина. – М., 1998. – 456 с.
12. Райс, Ф. Психология подросткового и юношеского возраста / Ф. Райс. – СПб. : Питер, 1999. – 236 с.
13. Фельдштейн, Д. И. Психология развивающейся личности / Д. И. Фельдштейн. – М. ; Во-ронеж : НПО «МОДЭК», 1996. – 543 с.
14. Эльконин, Д. Б. Психологические вопросы формирования учебной деятельности в млад-шем школьном возрасте / Д. Б. Эльконин // Хрестоматия по возрастной психологии. – М. : ИПи, 1996. – С. 313–320.

Вопросы для обсуждения

1. Почему подростковый возраст называют переходным и кризисным?
2. В чем состоят основные проблемы подросткового возраста?
3. Каковы причины конфликтов подростков с окружающими?
4. В чем проявляется потребность «быть личностью» в подростковом возрасте?

Провести следующие тесты:

1. «Свойства темперамента» Г. Айзенка.
2. «Акцентуация характера» К. Леонгарда – Шмишека.

1. «Свойства темперамента». Тест Г. Айзенка

Вам предлагается ответить на ряд вопросов, касающихся различных сторон вашей личности. На вопросы следует отвечать быстро, долго не раздумывая: «да» или «нет».

Бланк опросника теста Г. Айзенка

1. ЧАСТО ли вы ИСПЫТЫВАЕТЕ ТЯГУ К НОВЫМ ВПЕЧАТЛЕНИЯМ, К ТОМУ, ЧТОБЫ-ВСТРЯХНУТЬСЯ, ИСПЫТАТЬ ВОЗБУЖДЕНИЕ?
2. ЧАСТО ли вы ЧУВСТВУЕТЕ, ЧТО НУЖДАЕТЕСЬ В ДРУЗЬЯХ, КОТОРЫЕ ВАС ПОНИ-МАЮТ, МОГУТ ОБОДРИТЬ ИЛИ УТЕШИТЬ?
3. СЧИТАЕТЕ ли вы себя ЧЕЛОВЕКОМ БЕЗОБИДНЫМ?
4. ОЧЕНЬ ли ТРУДНО ВАМ ОТКАЗАТЬСЯ ОТ СВОИХ НАМЕРЕНИЙ?
5. вы ОБДУМЫВАЕТЕ СВОИ ДЕЛА НЕ СПЕША, ПРЕДПОЧИТАЕТЕ ПОДОЖДАТЬ, ПРЕ-ЖДЕ ЧЕМ ДЕЙСТВОВАТЬ?
6. вы ВСЕГДА СДЕРЖИВАЕТЕ СВОИ ОБЕЩАНИЯ, НЕ СЧИТАЯСЬ С ТЕМ, ЧТО ВАМ ЭТО НЕ ВЫГОДНО?
7. ЧАСТО ли у вас БЫВАЮТ СПАДЫ И ПОДЪЕМЫ НАСТРОЕНИЯ?
8. ВООБЩЕ, вы ДЕЙСТВУЕТЕ и ГОВОРите БЫСТРО, НЕ ЗАДЕРЖИВАЯСЬ для ОБДУ-МЫВАНИЯ?
9. ВОЗНИКАЛО ли у вас КОГДА-НИБУДЬ ЧУВСТВО, ЧТО вы НЕСЧАСТНЫЙ ЧЕЛО-ВЕК, ХОТЯ НИКАКОЙ СЕРЬЕЗНОЙ ПРИЧИНЫ для ЭТОГО НЕ БЫЛО?

10. ВЕРНО ЛИ, ЧТО ВЫ ПОЧТИ НА ВСЕ МОГЛИ БЫ РЕШИТЬСЯ, ЕСЛИ ДЕЛО ПОШЛО НА СПОР?
11. ВЫ СМУЩАЕТЕСЬ, КОГДА ХОТИТЕ ЗАВЯЗАТЬ РАЗГОВОР С СИМПАТИЧНОЙ (СИМПАТИЧНЫМ) НЕЗНАКОМКОЙ (НЕЗНАКОМЦЕМ)?
12. БЫВАЕТ ЛИ КОГДА-НИБУДЬ, ЧТО, РАЗОЗЛИВШИСЬ, ВЫ ВЫХОДИТЕ ИЗ СЕБЯ?
13. ЧАСТО ЛИ БЫВАЕТ, ЧТО ВЫ ДЕЙСТВУЕТЕ ПОД ВЛИЯНИЕМ МИНУТЫ?
14. ЧАСТО ЛИ ВАС ТЕРЗАЮТ МЫСЛИ О ТОМ, ЧТО ВАМ НЕ СЛЕДОВАЛО ЧЕГО--ТО ДЕ-ЛАТЬ ИЛИ ГОВОРИТЬ?
15. ПРЕДПОЧИТАЕТЕ ЛИ ВЫ КНИГИ ВСТРЕЧАМ С ЛЮДЬМИ?
16. ВЕРНО ЛИ, ЧТО ВАС ЛЕГКО ЗАДЕТЬ?
17. ЛЮБИТЕ ЛИ ВЫ ЧАСТО БЫВАТЬ В КОМПАНИИ?
18. БЫВАЮТ ЛИ У ВАС ИНОГДА ТАКИЕ МЫСЛИ, ЧТО ВЫ НЕ ХОТЕЛИ БЫ, ЧТОБЫ О НИХ ЗНАЛИ ДРУГИЕ?
19. ВЕРНО ЛИ, ЧТО ВЫ ИНОГДА ПОЛНЫ ЭНЕРГИИ ТАК, ЧТО ВСЕ ГОРИТ В РУКАХ, А ИНОГДА СОВСЕМ ВЯЛЫ?
20. ПРЕДПОЧИТАЕТЕ ЛИ ВЫ ИМЕТЬ ПОМЕНЬШЕ ПРИЯТЕЛЕЙ, НО ЗАТО ОСОБЕННО-БЛИЗКИХ ВАМ?
21. ВЫ ЧАСТО МЕЧТАЕТЕ?
22. КОГДА НА ВАС КРИЧАТ, ВЫ ОТВЕЧАЕТЕ ТЕМ ЖЕ?
23. ЧАСТО ЛИ ВАС ТЕРЗАЕТ ЧУВСТВО ВИНЫ?
24. ВСЕ ЛИ ВАШИ ПРИВЫЧКИ ХОРОШИ И ЖЕЛАТЕЛЬНЫ?
25. СПОСОБНЫ ЛИ ВЫ ДАТЬ ВОЛЮ СВОИМ ЧУВСТВАМ И ВОВСЮ ПОВЕСЕЛИТЬСЯ- В ШУМНОЙ КОМПАНИИ?
26. МОЖНО ЛИ СКАЗАТЬ ПРО ВАС, ЧТО НЕРВЫ У ВАС ЧАСТО БЫВАЮТ НАТЯНУТЫ- ДО ПРЕДЕЛА?
27. ВЫ СЛЫВЕТЕ ЧЕЛОВЕКОМ ВЕСЕЛЫМ И ЖИВЫМ?
28. ПОСЛЕ ТОГО, КАК ДЕЛО СДЕЛАНО, ЧАСТО ЛИ ВЫ МЫСЛЕННО ВОЗВРАЩАЕТЕСЬ К НЕМУ И ДУМАЕТЕ, ЧТО МОГЛИ БЫ СДЕЛАТЬ И ЛУЧШЕ?
29. ВЫ ОБЫЧНО ЧУВСТВУЕТЕ СЕБЯ СПОКОЙНЫМ, КОГДА НАХОДИТЕСЬ В КОМНА-НИИ?
30. БЫВАЕТ ЛИ, ЧТО ВЫ ПЕРЕДАЕТЕ СЛУХИ? БЫВАЕТ ЛИ, ЧТО ВАМ НЕ СПИТСЯ ИЗ-ЗА ТОГО, ЧТО РАЗНЫЕ МЫСЛИ ЛЕЗУТ В ГОЛОВУ?
31. КОГДА ВЫ ХОТИТЕ УЗНАТЬ О ЧЕМ-НИБУДЬ, ТО ПРЕДПОЧИТАЕТЕ ПРОЧИТАТЬ- ОБ ЭТОМ В КНИГЕ или СПРОСИТЬ У ДРУЗЕЙ?
32. БЫВАЕТ ЛИ У ВАС СИЛЬНОЕ СЕРДЦЕБИЕНИЕ?
33. НРАВИТСЯ ЛИ ВАМ РАБОТА, КОТОРАЯ ТРЕБУЕТ ПРИСТАЛЬНОГО ВНИМАНИЯ?
34. БЫВАЮТ ЛИ У ВАС ПРИСТУПЫ ДРОЖИ?
35. Верно ли, что Вы всегда говорите о знакомых людях только хоро-шее, даже тогда, когда уверены, что они об этом не узнают?
36. ВАМ НЕПРИЯТНО БЫВАТЬ В КОМПАНИИ, ГДЕ ПОДШУЧИВАЮТ ДРУГ НАД ДРУГОМ?

38. ВЫ РАЗДРАЖИТЕЛЬНЫ?

39. Нравится ли Вам работа, которая требует быстроты действия?

40. ВЕРНО ЛИ, ЧТО ВАМ НЕРЕДКО НЕ ДАЮТ ПОКОЯ МЫСЛИ О РАЗНЫХ НЕПРИЯТНОСТЯХ И УЖАСАХ, КОТОРЫЕ МОГЛИ БЫ ПРОИЗОЙТИ, ХОТЯ ВСЕ КОНЧИЛОСЬ БЛАГОПОЛУЧНО?

41. ВЫ МЕДЛИТЕЛЬНЫ И НЕТОРОПЛИВЫ В ДВИЖЕНИЯХ?

42. ВЫ КОГДА-НИБУДЬ ОПАЗДЫВАЛИ НА СВИДАНИЕ ИЛИ НА РАБОТУ?

43. ЧАСТО ЛИ ВАМ СНЯТСЯ КОШМАРЫ?

44. ВЕРНО ЛИ, ЧТО ВЫ ТАК ЛЮБИТЕ ПОГОВОРИТЬ, ЧТО НИКОГДА НЕ УПУСТИТЕ УДОБНЫЙ СЛУЧАЙ ПОБЕСЕДОВАТЬ С НЕЗНАКОМЫМ ЧЕЛОВЕКОМ ?

45. БЕСПОКОЯТ ЛИ ВАС КАКИЕ-ЛИБО БОЛИ?

46. ЧУВСТВОВАЛИ БЫ ВЫ СЕБЯ НЕСЧАСТНЫМ, ЕСЛИ БЫ ДОЛГО НЕ МОГЛИ ВИДЕТЬСЯ СО СВОИМИ ЗНАКОМЫМИ?

47. МОЖЕТЕ ЛИ ВЫ НАЗВАТЬ СЕБЯ НЕРВНЫМ ЧЕЛОВЕКОМ?

48. СРЕДИ ЛЮДЕЙ, КОТОРЫХ ВЫ ЗНАЕТЕ, ЕСТЬ ли ТАКИЕ, КОТОРЫЕ ВАМ ЯВНО НЕ НРАВЯТСЯ?

49. МОЖЕТЕ ЛИ ВЫ СКАЗАТЬ О СЕБЕ, ЧТО ВЫ УВЕРЕННЫЙ В СЕБЕ ЧЕЛОВЕК?

50. ЛЕГКО ли ВАС ЗАДЕТЬ, ЕСЛИ ПОКРИТИКОВАТЬ ВАШИ НЕДОСТАТКИ ИЛИ НЕДОСТАТКИ ВАШЕЙ РАБОТЫ?

51. СЧИТАЕТЕ ли ВЫ, ЧТО ТРУДНО 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 ПОДШУЧИВАТЬ НАД ДРУГИМИ?

57. СТРАДАЕТЕ ли ВЫ ОТ БЕССОННИЦЫ?

В начале интерпретации теста подсчитывается обязательно показатель лжи, а потом остальные показатели. Если показатель лжи набирает более 5 баллов, то выявить истинный темперамент будет невозможно, необходимо заново проходить тест.

В **Шкала лжи** – при наборе баллов по этой шкале ≥ 5 результаты тестирования можно признать недействительными.

За ответы «да»: 6, 24, 36 – плюс 1 балл.

За ответы «нет»: 12, 18, 30, 42, 48, 54 – плюс 1 балл.

Далее подсчитывается показатель экстраверсии–интроверсии.

Шкала «Интроверсия – экстраверсия»

За ответы «да»: 1, 3, 8, 10, 13, 17, 22, 25, 27, 34, 39, 44, 46, 49, 53, 56 – плюс 1 балл.

За ответы «нет»: 5, 15, 20, 29, 32, 37, 41, 51 – плюс 1 балл.

При значениях суммы от 0 до 10 – можно говорить об интроверсии обследуемого, если сумма баллов 11–14 – то он амбиверт, средний уровень общительности, а если сумма от 15 до 24 – о его экстравертированности.

Следующий показатель: подсчитывается эмоциональная стабильность – эмоциональная нестабильность.

Шкала «Эмоциональная стабильность – эмоциональная нестабильность»

За ответы «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 –

плюс 1 балл.

При значениях суммы от 0 до 10 – можно говорить об эмоциональной стабильности испытуемого, если сумма 11–16 – это говорит об эмоциональной впечатлительности, а если сумма 17–22 – о «расшатанности нервной системы», если 23–24 – то имеет место нейро-тизм, граничащий с патологией, возможен срыв, невроз. Средние показатели по шкале «Интроверсия – экстраверсия» 7–15 баллов.

Средние показатели по шкале «Эмоциональная стабильность – эмоциональная нестабильность» – 8–16 баллов.

Далее делается график, показывающий с помощью вышеуказанных показателей темперамент:

Сангвиник – стабильная личность, социален, направлен к внешнему миру, общителен, по-

рой болтлив, беззаботный, веселый, любит лидерство, много друзей, жизнерадостен.

Холерик – нестабильная личность, обидчив, возбужден, несдержан, агрессивен, импуль-

сивен, активен, но работоспособность и настроение не стабильны, цикличны. В ситуациях стресса – склонность к истерико-психопатологическим реакциям.

Флегматик – стабильная личность, медлителен, спокоен, пассивен, невозмутим, осторожен, задумчив, мирный, сдержанный, надежный, спокойный в отношениях, способен выдержать длительные невзгоды без срывов здоровья и настроения.

Меланхолик – нестабильная личность, тревожен, пессимистичен, очень сдержан внешне, но чувствителен и эмоционален внутри, интеллектуальный, склонен к размышлениям. В ситуации стресса – склонен к внутренней тревоге, депрессии, срыву или ухудшению результатов деятельности.

2.

«Акцентуация характера». Тест К. Леонгарда–Шмишека

Согласно теории «акцентуированных личностей» существуют черты личности, которые сами по себе еще не являются патологическими, однако могут при определенных условиях развиваться в положительном или отрицательном направлении. Черты эти являются как бы заострением некоторых присущих каждому человеку индивидуальных свойств. У психопатов эти черты достигают особо большой выраженности.

Выделяют десять основных типов акцентуации (классификация К. Леонгарда).

1. Гипертимные – личности со склонностью к повышенному настроению.
2. Застревающие – со склонностью к «застреванию аффекта» и бредовым реакциям.
3. Эмотивные, аффективно лабильные – изменчивость настроения.

4. Педантичные, с преобладанием черт ригидности, педантизма.
5. Тревожные – преобладание личностной тревожности.
6. Циклотимные, со склонностью к депрессивному реагированию.
7. Демонстративные, с истерическими чертами характера.
8. Возбудимые, со склонностью к повышенной, импульсивной реактивности в сфере влечений.
9. Дистимичные, с наклонностью к расстройствам настроения.
10. Экзальтированные, склонные к аффективной экзальтации.

Все эти группы «акцентуированных личностей» объединяются по принципу акцентуации свойств характера или темперамента. К акцентуации свойств характера относятся:

- демонстративность (в патологии: психопатия истерического круга);
- педантичность (в патологии: ананкастическая психопатия);
- возбудимость (в патологии: epileptoидные психопаты);
- застревание (в патологии: паранояльные психопаты).

Остальные виды акцентуации относятся к особенностям темперамента и отражают темп и глубину эффективных реакций.

Признаком актуальной акцентуации является показатель свыше 18 баллов.

Акцентуации

1. Гипертимность. Люди, склонные к повышенному настроению, оптимисты, быстро переключаются с одного дела на другое, не доводят начатого до конца, недисциплинированные, легко попадают под влияние неблагоприятных компаний. Подростки склонны к приключениям, романтике. Не терпят власти над собой, не любят, когда их опекают. Тенденция к доминированию, лидерованию. Чрезмерно повышенное настроение может приводить к неадекватности поведения – «патологический счастливчик». В патологии – невроз навязчивых состояний.

2. Застревание – склонность к «застреванию аффекта», к бредовым реакциям. Люди педантичные, злопамятные, долго помнят обиды, сердятся, обижаются. Нередко на этой почве могут появиться навязчивые идеи. Сильно одержимы одной идеей. Слишком устремленные, «упер-тые в одно», «зашкаленные». В эмоциональном отношении ригидны. Иногда могут давать аф-фективные вспышки, могут проявлять агрессию. В патологии – паранояльный психопат.

3. Эмотивность. Люди, у которых преувеличенно проявляется эмоциональная чувствительность, резко меняется настроение по незначительному для окружающих поводу. От настроения зависит все: и работоспособность, и самочувствие. Тонко организована эмоциональная сфера: способны глубоко чувствовать и переживать. Склонны к добрым отношениям с окружающими. В любви ранимы, как никто другой. Крайне болезненно воспринимают грубость, хамство, приходят в отчаяние, депрессию, если происходит разрыв или ухудшение отношений с близкими людьми.

4. Педантичность. Преобладание черт ригидности и педантизма. Люди ригидны, им трудно переключаться с одной эмоции на другую. Любят, чтобы все было на своих местах, чтобы люди четко оформляли свои мысли – крайний педантизм. Идея порядка и аккуратности становится главным смыслом жизни. Периоды злобно-тоскливого настроения, все их раздражает. В патологии – epileptoидная психопатия. Могут проявлять агрессию.

5. Тревожность. Люди меланхолического (либо холерического) склада с очень высоким уровнем конституционной тревожности, не уверены в себе. Недооценивают, преуменьшают свои способности. Пугаются ответственности, опасаются всевозможных неприятностей для себя и своих родных, не могут унять свои страхи и тревогу, «притягивая» к себе и близким реализацию своих страхов и опасений.

6. Циклотимность. Резкие перепады настроения. Хорошее настроение коротко, плохое длительно. При депрессии ведут себя как тревожные, быстро утомляются, приходят в отчаяние от неприятностей, вплоть до попыток самоубийства. При хорошем настроении ведут себя как гипертимные.
7. Демонстративность. В патологии – психопатия истерического типа. Люди, у которых сильно выражен эгоцентризм, стремление быть постоянно в центре внимания («пусть ненавидят, лишь бы не были равнодушными»). Таких людей много среди артистов. Если нет способностей, чтобы выделиться, тогда они привлекают внимание антисоциальными поступками. Патологическая лживость – чтобы приукрасить свою особу. Склонны носить яркую, экстравагантную одежду – могут быть определены чисто внешне.
8. Возбудимость, склонность к повышенной импульсивной реактивности в сфере влечения. Преобладает возбудимость, раздражительность, импульсивность. В патологии – эпилептоидная психопатия.
9. Дистимичность. Склонность к расстройствам настроения. Противоположность гипертимности. Настроение пониженное, пессимизм, мрачный взгляд на вещи, утомляемость. Быстро истощается в контактах и предпочитает одиночество.
10. Экзальтированность. Склонность к аффективной экзальтации (близко к демонстративности). Здесь идут проявления на уровне эмоций (все идет от темперамента).

Вопросы

1. Ваше настроение, как правило, бывает ясным, неомраченным?
2. Восприимчивы ли вы к оскорблениям, обидам?
3. Легко ли вы плачете?
4. Возникают ли у вас по окончании какой-либо работы сомнения в качестве ее исполнения
- и прибегаете ли вы к проверке – правильно ли все было сделано?
5. Были ли вы в детстве таким же смелым, как ваши сверстники?
6. Часто ли у вас бывают резкие смены настроения (только что парили в облаках от счастья,
- и вдруг становится очень грустно)?
7. Бываете ли вы обычно во время веселья в центре внимания?
8. Бывают ли у вас дни, когда вы без особых причин ворчливы и раздражительны и все считают, что вас лучше не трогать?
9. Всегда ли вы отвечаете на письма сразу после прочтения?
10. Вы человек серьезный?
11. Способны ли вы на время так сильно увлечься чем-нибудь, что все остальное перестает быть значимым для вас?
12. Предприимчивы ли вы?
13. Быстро ли вы забываете обиды и оскорбления?
14. Мягкосердечны ли вы?
15. Когда вы бросаете письмо в почтовый ящик, проверяете ли вы, опустилось оно туда или нет?
16. Требуется ли ваше честолюбие того, чтобы в работе (учебе) вы были одним из первых?
17. Боялись ли вы в детские годы грозы и собак?
18. Смеетесь ли вы иногда над неприличными шутками?
19. Есть ли среди ваших знакомых люди, которые считают вас педантичным?

20. Очень ли зависит ваше настроение от внешних обстоятельств и событий?
21. Любят ли вас ваши знакомые?
22. Часто ли вы находитесь во власти сильных внутренних порывов и побуждений?
23. Ваше настроение обычно несколько подавлено?
24. Случалось вам рыдать, переживая тяжелое нервное потрясение?
25. Трудно ли вам долго сидеть на одном месте?
26. Отстаиваете ли вы свои интересы, когда по отношению к вам допускается несправедливость?
27. Хвастаетесь ли вы иногда?
28. Смогли бы вы в случае надобности зарезать домашнее животное или птицу?
29. Раздражает ли вас, если штора или скатерть висит неровно, стараетесь ли вы это поправить?
30. Боялись ли вы в детстве оставаться дома один?
31. Часто ли портится ваше настроение без видимых причин?
32. Случалось ли вам быть одним из лучших в вашей профессиональной или учебной деятельности?
33. Легко ли вы впадаете в гнев?
34. Способны ли вы быть шаловливо-веселым?
35. Бывают ли у вас состояния, когда вы переполнены счастьем?
36. Смогли бы вы играть роль конферансье в веселых представлениях?
37. Лгали ли вы когда-нибудь в своей жизни?
38. Говорите ли вы людям свое мнение о них прямо в глаза?
39. Можете ли вы спокойно смотреть на кровь?
40. Нравится ли вам работа, когда только вы один ответственны за нее?
41. Заступаетесь ли вы за людей, по отношению к которым допущена несправедливость?
42. Беспокоит ли вас необходимость спуститься в темный погреб, войти в пустую, темную комнату?
43. Предпочитаете ли вы деятельность, которую нужно выполнять долго и точно, той, которая не требует большой кропотливости и делается быстро?
44. Вы очень общительный человек?
45. Охотно ли вы в школе декламировали стихи?
46. Сбегали ли вы в детстве из дома?
47. Обычно вы без колебаний уступаете место в автобусе престарелым пассажирам?
48. Часто ли вам жизнь кажется тяжелой?
49. Случалось ли вам так расстраиваться из-за какого-нибудь конфликта, что после этого вы чувствовали себя не в состоянии пойти на работу?
50. Можно ли сказать, что при неудаче вы сохраняете чувство юмора?
51. Стараетесь ли вы помириться, если кого-нибудь обидели? Предпринимаете ли вы первым шаги к примирению?
52. Очень ли вы любите животных?
53. Случалось ли вам, уходя из дома, возвратиться, чтобы проверить: не произошло ли чего-нибудь?
54. Беспокоили ли вас когда-нибудь мысли, что с вами или с вашими родственниками должно что-либо случиться?
55. Существенно ли зависит ваше настроение от погоды?
56. Трудно ли вам выступать перед большой аудиторией?
57. Можете ли вы, рассердясь на кого-либо, пустить в ход руки?
58. Очень ли вы любите веселиться?

59. Вы всегда говорите то, что думаете?
60. Можете ли вы под влиянием разочарования впасть в отчаяние?
61. Привлекает ли вас роль организатора в каком-нибудь деле?
62. Упорствуете ли вы на пути к достижению цели, если встречается какое-либо препятствие?
63. Чувствовали ли вы когда-нибудь удовлетворение при неудачах людей, которые вам неприятны?
64. Может ли трагический фильм взволновать вас так, что у вас на глазах выступят слезы?
65. Часто ли вам мешают уснуть мысли о проблемах прошлого или о будущем дне?
66. Свойственно ли было вам в школьные годы подсказывать или давать списывать товарищам?
67. Смогли бы вы пройти в темноте один через кладбище?
68. Вы, не раздумывая, вернули бы лишние деньги в кассу, если бы обнаружили, что получили их слишком много?
69. Большое ли значение вы придаете тому, что каждая вещь в вашем доме должна находиться на своем месте?
70. Случается ли так, что, ложась спать в отличном настроении, следующим утром вы встаете в плохом расположении духа, которое длится несколько часов?
71. Легко ли вы приспосабливаетесь к новой ситуации?
72. Часто ли у вас бывают головокружения?
73. Часто ли вы смеетесь?
74. Можете ли вы относиться к человеку, о котором вы плохого мнения, так приветливо, что никто не догадается о вашем действительном отношении к нему?
75. Вы человек живой и подвижный?
76. Сильно ли вы страдаете, когда совершается несправедливость?
77. Вы страстный любитель природы?
78. Уходя из дома или ложась спать, проверяете ли вы, закрыты ли краны, погашен ли везде свет, заперты ли двери?
79. Пугливы ли вы?
80. Может ли принятие алкоголя изменить ваше настроение?
81. Охотно ли вы принимаете участие в кружках художественной самодеятельности?
82. Тянет ли вас иногда уехать далеко от дома?
83. Смотрите ли вы на будущее немного пессимистично?
84. Бывают ли у вас переходы от веселого настроения к тоскливому?
85. Можете ли вы развлекать общество, быть душой компании?
86. Долго ли вы храните чувство гнева, досады?
87. Переживаете ли вы длительное время горести других людей?
88. Всегда ли вы соглашаетесь с замечаниями в свой адрес, правильность которых сознаете?
89. Могли ли бы вы в школьные годы переписать из-за помарок страницу в тетради?
90. Вы по отношению к людям больше осторожны и недоверчивы, чем доверчивы?
91. Часто ли у вас бывают страшные сновидения?
92. Бывают ли у вас иногда такие навязчивые мысли, что если вы стоите на перроне, то можете против своей воли броситься под приближающийся поезд или можете кинуться из окна верхнего этажа большого дома?
93. Становитесь ли вы веселее в обществе веселых людей?
94. Вы – человек, который не думает о сложных проблемах, а если и занимается ими, то недолго?
95. Совершаете ли вы под влиянием алкоголя внезапные импульсивные поступки?
96. В беседах вы больше молчите, чем говорите?
97. Могли бы вы, изображая кого-нибудь, так увлечься, чтобы на время забыть, какой вы на самом деле?

Обработка результатов

В начале интерпретации в первую очередь необходимо подсчитать показатель лжи и только потом – остальные показатели. При наборе 5 баллов лжи или больше 5 следует отметить, что выявленные данные акцентуации, возможно, будут неверны. Тест желательно провести заново. Количество совпадающих с ключом ответов умножается на значение коэффициента соответствующего типа акцентуации; если полученная величина превышает 18–19 баллов, то это свидетельствует о выраженности данного типа акцентуации. Сумма 11–12 говорит о том, что при неблагоприятных условиях данный тип акцентуации может проявиться. Если сумма набирается 23–24 балла, то это говорит о ярко выраженной данной акцентуации характера.

Свойства характера	Коэффициент	«ДА»	«НЕТ»
		№ вопросов	№ вопросов
Гипертимность	3	1, 12, 25, 36, 50, 61, 75, 85	–
Дистимичность	3	10, 23, 48, 83, 96	34, 58, 73
Циклотимность	3	6, 20, 31, 44, 55, 70, 80, 93	–
Эмоциональность	3	3, 14, 52, 64, 77, 87	28, 39
Демонстративность	2	7, 21, 24, 32, 45, 49, 71, 74, 81, 94, 97	56
Застреваемость	2	2, 16, 26, 38, 41, 62, 76, 86, 90	13, 51
Педантичность	2	4, 15, 19, 29, 43, 53, 65, 69, 78, 89, 92	40

Свойства характера	Коэффициент	«ДА»	«НЕТ»
		№ вопросов	№ вопросов
Тревожность	3	17, 30, 42, 54, 79, 91	5, 67
Возбудимость	3	8, 22, 33, 46, 57, 72, 82, 95	–
Экзальтированность	6	11, 35, 60, 84	–
Ложь	1	9, 47, 59, 68, 83	18, 27, 37, 63

Описание результатов и выводы по подростковому возрасту

Юношеский возраст

Список рекомендуемой литературы

1. Абрамова, Г. С. Возрастная психология : учебник для студентов вузов / Г. С. Абрамова. – Екатеринбург : Деловая книга, 1999. – 624 с.
2. Бродская, С. Л. Возрастная психология в вопросах и ответах : учеб. пособие / С. Л. Бродская. – М. : КНОРУС, 2006. – 256 с.
3. Немов, Р. С. Психология. Психология образования / Р. С. Немов. – Кн. 2. – М., 1994.
4. Трофимова, Н. М. Возрастная психология / Н. М. Трофимова, Т. Ф. Пушкина, Н. В. Кози-на. – СПб. : Питер, 2005. – 240 с.

5. Сорокоумова, Е. А. Возрастная психология. Краткий курс / Е. А. Сорокоумова. – СПб. : Питер, 2006. – 208 с.
6. Мухина, В. С. Возрастная психология. Феноменология развития : учебник для студентов высш. учеб. заведений / В. С. Мухина. – 10-е изд., перераб. и доп. – М. : издательский центр «Академия», 2006. – 608 с.
7. Хилько, М. Е. Возрастная психология : конспект лекций / М. Е. Хилько, М. С. Ткачева. – М. : Высшее образование, 2007. – 191 с.
8. Дубровина, И. В. Психология : учебник для студ. сред. пед. учеб. заведений / И. В. Дубровина, Е. Е. Данилова, А. М. Прихожан / под ред. И. В. Дубровиной. – М. : издательский центр «Академия», 1999. – 464 с.
9. Кулагина, И. Ю. Возрастная психология (развитие ребенка от рождения до 17 лет) / И. Ю. Кулагина. – М., 1998. – 456 с.
10. Кон, И. С. Психология юности / И. С. Кон. – М., 1999. – 356 с.
11. Райс, Ф. Психология подросткового и юношеского возраста / Ф. Райс. – СПб. : Питер, 1999. – 236 с.
12. Фельдштейн, Д. И. Психология развивающейся личности / Д. И. Фельдштейн. – М. ; Воронеж : НПО «МОДЭК», 1996. – 543 с.

Вопросы для обсуждения

1. Каковы задачи развития в ранней юности?
2. Каковы особенности расширения сферы общения в ранней юности?
3. Что характеризует новую структуру личности юноши?

Провести следующие тесты:

1. Самооценка.
2. Тест ДДО Е. А. Климова.

Методика «Определение уровня самооценки»

Цель. Выявить количественное выражение уровня самооценки: аккуратность, беспечность, вдумчивость, вспыльчивость, восприимчивость, гордость, грусть, жизнерадостность, заботливость, завистливость, застенчивость, злопамятность, искренность, изысканность, капризность, легкоеверие, медлительность, мнительность, мстительность, настойчивость, нежность, непринужденность, нервозность, нерешительность, несдержанность, обаяние, обидчивость, осторожность, отзывчивость, педантичность, подвижность, подозрительность, принципиальность, поэтичность, презрительность, радушие, решительность, сдержанность, сострадание, стыдливость, терпеливость, трусость, упорство, уступчивость, холодность, энтузиазм.

Порядок исследования. Испытуемый внимательно просматривает слова и составляет из них два ряда (от 10 до 20 слов в каждом).

В первый ряд он выписывает слова, которые, по его мнению, характеризуют положительные черты его субъективного идеала. Во второй ряд выписывает слова, которыми его идеал обладать не должен.

Первый ряд составляет «положительное множество», второй ряд – «отрицательное множество». Они будут эталонами.

Затем испытуемый должен выбрать из «положительного» и «отрицательного» множеств те черты, которыми он, по его мнению, обладает. Причем он должен ориентироваться не на степень выраженности данной черты, а только на ее присутствие и отсутствие.

Обработка и анализ результатов. Для каждого множества подсчитывается количество черт, которые выбрал испытуемый, и делится на общее количество слов в соответствующем эталонном ряду.

Коэффициент по положительному множеству: 0–0,4 – показатель заниженной самооценки; 0,45–0,6 – показатель адекватной самооценки; 0,65–1 – показатель завышенной самооценки.

Коэффициент по отрицательному множеству: 0–0,4 – показатель завышенной самооценки; 0,45–0,6 – показатель адекватной самооценки; 0,65–1 – показатель заниженной самооценки.

Показатель заниженной самооценки говорит о недооценке своей личности, о повышенной критичности испытуемого. Показатель завышенной самооценки – испытуемый, скорее всего, переоценивает себя, некритично относится к себе.

Тест

ДДО Е. А. Климова – изучение профессиональных склонностей

С помощью методики ДДО можно определить, к какой из перечисленных групп профессии у вас есть склонность. Из множества предлагаемых пар суждений необходимо выбрать и отметить

в каждой паре одно из двух. За каждый выбор испытуемый получает по 1 баллу. Максимальное число баллов, которое можно набрать по одной группе профессий, равно 8. Относительная степень склонности человека к тому или иному виду профессий определяется по общему числу набранных баллов. В опроснике по каждой строке необходимо выбрать одно из суждений.

Опросник Е. А. Климова – ДДО

1а	Ухаживать за животными	или	1б	Обслуживать машины, приборы
2а	Помогать больным людям, лечить их	или	2б	Составлять таблицы, схемы, программы вычислительных машин
3а	Следить за качеством книжных иллюстраций, плакатов, художественных открыток	или	3б	Следить за состоянием, развитием растений
4а	Обрабатывать материалы (дерево, ткань)	или	4б	Доводить товары до потребителя (рекламировать, продавать)
5а	Обсуждать научно-популярные книги, статьи	или	5б	Обсуждать художественные книги (пьесы)
6а	Выращивать животных		6б	Тренировать товарищей или младших в выполнении каких-либо действий
7а	Копировать рисунки, изображения		7б	Управлять каким-либо грузовым средством
8а	Сообщать, разъяснять людям нужные им сведения		8б	Художественно оформлять выставки, витрины

9а	Ремонтировать вещи, изделия		9б	Искать и исправлять ошибки в текстах, таблицах, рисунках
10а	Лечить животных		10б	Выполнять вычисления, расчеты
11а	Выводить новые сорта растений		11б	Конструировать, проектировать новые виды промышленных изделий ит.п.
12а	Разбирать ссоры, споры между людьми, убеждать		12б	Разбираться в чертежах, схемах, таблицах
13а	Наблюдать, изучать работу кружков художественной самодеятельности		13б	Наблюдать, изучать жизнь микробов
14а	Обслуживать, налаживать медицинские приборы, аппараты		14б	Оказывать людям медицинскую помощь при ушибах, ожогах
15а	Составлять точные описания-отчеты о наблюдаемых явлениях, событиях		15б	Художественно описывать, изображать события
16а	Делать лабораторные анализы в больнице		16б	Принимать, осматривать больных, беседовать с ними
17а	Красить, расписывать стены помещений		17б	Осуществлять монтаж зданий, сборку машин, приборов
18а	Организовывать культпоходы сверстников или младших		18б	Играть на сцене, принимать участие в концертах
19а	Изготавливать по чертежам детали изделия		19б	Заниматься черчением, копировать чертежи, карты
20а	Вести борьбу с болезнями растений		20б	Работать на клавишных машинах

Бланк для ответов

Ч-П	Ч-Т	Ч-Ч	Ч-З	Ч-О
1а	1б	2а	2б	3а
3б	4а	4б	5а	5б
6а		6б		7а
	7б	8а		8б
	9а		9б	
10а			10б	
11а	11б	12а	12б	13а
13б	14а	14б	15а	15б
16а		16б		17а
	17б	18а		18б
	19а		19б	
20а			20б	

По каждому столбцу подсчитывается сумма, и самые наибольшие показатели будут свидетельствовать о склонности к той или иной профессии.

Результаты тестов и выводы по юношескому возрасту

Период молодости

Список рекомендуемой литературы

1. Абрамова, Г. С. Возрастная психология : учебник для студентов вузов / Г. С. Абрамова. – Екатеринбург : Деловая книга, 1999. – 624 с.
2. Ананьев, Б. Г. Человек как предмет познания / Б. Г. Ананьев. – СПб., 2002.
3. Бродская, С. Л. Возрастная психология в вопросах и ответах : учеб. пособие / С. Л. Бродская. – М. : КНОРУС, 2006. – 256 с.
4. Деркач, А. А. Акмеология как учебная и научная дисциплина / А. А. Деркач, Н. В. Кузьмина. – М., 1993.
5. Климов, Е. А. Психология: воспитание и обучение / Е. А. Климов. – М., 2000.
6. Крайг, Г. Психология развития / Г. Крайг. – СПб. : Питер, 2000.
7. Немов, Р. С. Психология. Психология образования / Р. С. Немов. – Кн. 2. – М., 1994.
8. Трофимова, Н. М. Возрастная психология / Н. М. Трофимова, Т. Ф. Пушкина, Н. В. Козина. – СПб. : Питер, 2005. – 240 с.
9. Сорокоумова, Е. А. Возрастная психология. Краткий курс / Е. А. Сорокоумова. – СПб. : Питер, 2006. – 208 с.
10. Мухина, В. С. Возрастная психология. Феноменология развития : учебник для студентов высш. учеб. заведений / В. С. Мухина. – 10-е изд., перераб. и доп. – М. : издательский центр «Академия», 2006. – 608 с.
11. Хилько, М. Е. Возрастная психология : конспект лекций / М. Е. Хилько, М. С. Ткачева. – М. : Высшее образование, 2007. – 191 с.
12. Дубровина, И. В. Психология : учебник для студ. сред. пед. учеб. заведений / И. В. Дубровина, Е. Е. Данилова, А. М. Прихожан / под ред. И. В. Дубровиной. – М. : издательский центр «Академия», 1999. – 464 с.
13. Фельдштейн, Д. И. Психология развивающейся личности / Д. И. Фельдштейн. – М. ; Воронеж : НПО «МОДЭК», 1996. – 543 с.
14. Фельдштейн, Д. И. Психология взросления / Д. И. Фельдштейн. – М. : МПСИ, Флинта, 1999.

Вопросы для обсуждения

1. Что понимается под процессом профессионального самоопределения?
2. Каково основное содержание кризиса встречи со взрослостью?
3. Как определить возрастные границы молодости и основания для их выделения?

4. Какова специфика общения с друзьями в молодости?
5. Как изменяется идентичность женщин и мужчин с рождением ребенка?

В данной работе следует провести тесты:

1. «Локус контроля».
2. «Неоконченные предложения».
3. Написать эссе – размышление о том, легко ли быть молодым? Собственная точка зрения на период молодости, представление о молодости, творческая работа, возможно написание эссе по следующей схеме, используя структуру самосознания доктора психологических наук В. С. Мухиной: имя, психологическое время, притязание на признание, права и обязанности, общение.

Тест «Локус контроля»

Цель – выявление **локуса контроля** респондентов.

Инструкция к тесту

Прочтите каждое высказывание в паре и решите, с каким из них вы согласны в большей степени. На бланке ответов обведите кружком одну из букв – «а» или «б».

Тестовый материал

№	Вариант «а»	Вариант «б»
1	Дети попадают в беду потому, что родители слишком часто их наказывают.	В наше время неприятности происходят с детьми чаще всего потому, что родители слишком мягко относятся к ним.
2	Многие неудачи происходят от невезения.	Неудачи людей являются результатом их собственных ошибок.
3	Одна из главных причин, почему совершаются аморальные поступки, состоит в том, что окружающие мирятся с ними.	Аморальные поступки будут происходить всегда, независимо от того, насколько усердно окружающие пытаются их предотвратить.
4	В конце концов к людям приходит заслуженное признание.	К сожалению, заслуги человека часто остаются непризнанными.
5	Мнение, что преподаватели несправедливы к учащимся, неверно.	Многие учащиеся не понимают, что их отметки могут зависеть от случайных обстоятельств.
6	Успех руководителя во многом зависит от удачного стечения обстоятельств.	Способные люди, которые не стали руководителями, сами не использовали свои возможности.
7	Как бы вы ни старались, некоторые люди все равно не будут симпатизировать вам.	Тот, кто не сумел завоевать симпатии окружающих, просто не умеет ладить с другими.
8	Наследственность играет главную роль в формировании характера и поведения человека.	Только жизненный опыт определяет характер и поведение.
9	Я часто замечал справедливость поговорок.	По-моему, лучше принять решение и дей-

	ки: «Чему быть – того не миновать».	ствовать, чем надеяться на судьбу.
10	Для хорошего специалиста даже проверка с пристрастием не представляет затруднений.	Даже хорошо подготовленный специалист обычно не выдерживает проверки с пристрастием.
11	Успех является результатом усердной работы и мало зависит от везения.	Чтобы добиться успеха, нужно не упустить удобный случай.
12	Каждый гражданин может оказывать влияние на важные государственные решения.	Обществом управляют люди, которые выдвинуты на общественные посты, а рядовой человек мало что может сделать.
13	Когда я строю планы, то я вообще убежден, что смогу осуществить их.	Не всегда благоразумно планировать далеко вперед, потому что многое зависит от того, как сложатся обстоятельства.
14	Есть люди, о которых можно смело сказать, что они нехорошие.	В каждом человеке есть что-то хорошее.
15	Осуществление моих желаний не связано с везением.	Когда не знают, как быть, подбрасывают монету. По-моему, в жизни можно часто прибегать к этому.
16	Руководителем нередко становятся благодаря счастливому стечению обстоятельств.	Чтобы стать руководителем, нужно уметь управлять людьми. Везение здесь ни при чем.

№	Вариант «а»	Вариант «б»
17	Большинство из нас не может влиять сколько-нибудь серьезно на мировые события.	Принимая активное участие в общественной жизни, люди могут управлять событиями в мире.
18	Большинство людей не понимают, насколько их жизнь зависит от случайных обстоятельств.	На самом деле такая вещь, как везение, не существует.
19	Всегда нужно уметь признавать свои ошибки.	Как правило, лучше не подчеркивать своих ошибок.
20	Трудно узнать, действительно ли вы нравитесь человеку или нет.	Число ваших друзей зависит от того, насколько вы располагаете к себе других.
21	В конце концов неприятности, которые случаются с нами, уравниваются приятными событиями.	Большинство неудач является результатом отсутствия способностей, незнания, лени или всех трех причин вместе взятых.
22	Если приложить достаточно усилий, то формализм и бездушие можно искоренить.	Есть вещи, с которыми трудно бороться, поэтому формализм и бездушие не искоренить.
23	Иногда трудно понять, на чем основываются руководители, когда они выдвигают	Поощрения зависят от того, насколько

	человека на поощрение.	усердно человек трудится.
24	Хороший руководитель ожидает от подчиненных, чтобы они сами решали, что они должны делать.	Хороший руководитель ясно дает понять, в чем состоит работа каждого подчиненного.
25	Я часто чувствую, что мало влияю на то, что происходит со мной.	Не верю, что случай или судьба могут играть важную роль в моей жизни.
26	Люди одиноки из-за того, что не проявляют дружелюбия к окружающим.	Бесполезно слишком стараться расположить к себе людей: если ты им нравишься, то нравишься.
27	Характер человека зависит главным образом от его силы воли.	Характер человека формируется в основном в коллективе.
28	То, что со мной случается – это дело моих собственных рук.	Иногда я чувствую, что моя жизнь развивается в направлении, не зависящем от моей силы воли.
29	Я часто не могу понять, почему руководители поступают именно так, а не иначе.	В конце концов, за плохое управление организацией ответственны сами люди, которые в ней работают.

Ключ к тесту

• *Экстернальность*: 2а, 3б, 4б, 5б, 6а, 7а, 9а, 10б, 11б, 12б, 13б, 15б, 16а, 17а, 18а, 20а, 21а, 22б, 23а, 25а, 26б, 28б, 29а.

• *Интернальность*: 2б, 3а, 4а, 5а, 6б, 7б, 9б, 10а, 11а, 12а, 13а, 15а, 16б, 17б, 18б, 20б, 21б, 22а, 23б, 25б, 26а, 28а, 29б.

Общая и максимальная сумма баллов по интернальности и экстернальности составляет 23, поскольку 6 из 29 вопросов являются фоновыми.

О направленности локуса контроля следует судить по относительному превышению результатов одного измерения над другим.

Интерпретация результатов теста

В практике психодиагностики по локусу контроля судят о *когнитивном стиле*, проявляющемся в сфере обучения, в том числе и профессионального. Поскольку когнитивные компоненты психики присутствуют во всех ее явлениях, то представления о локусе контроля распространяются и на характеристики личности в ее деятельности.

Для **экстерналов** свойственно внешне направленное защитное поведение, в качестве атрибуции ситуации они предпочитают иметь шанс на успех. В общем плане это указывает на то, что любая ситуация экстерналу желательна как внешне стимулируемая, причем в случаях успеха происходит демонстрация способностей.

Экстернал убежден, что его неудачи являются результатом невезения, случайностей, отрицательного влияния других людей. Одобрение и поддержка таким людям весьма необходимы, иначе они работают все хуже. Однако особой признательности за сочувствие от экстерналов не приходится ожидать.

Интерналы имеют атрибуцией ситуации чаще всего убеждение в неслучайности их успехов или неудач, зависящих от компетентности, целеустремленности, уровня способностей и являющихся закономерным результатом целенаправленной деятельности и самостоятельности. В структурировании процесса целеобразования и его стратегий ведущей мотивацией для интерналов является поиск эго-идентичности, независимо и ортогонально по отношению к экстравертированности или интровертированности. Вследствие большей когнитивной активности интерналы имеют более широкие временные перспективы, охватывающие значительное множество событий как будущего, так и прошлого. При этом их поведение направлено на последовательное достижение успеха путем развития навыков и более глубокой обработки информации, постановки все возрастающих по своей сложности задач. Потребность в достижении, таким образом, имеет тенденцию к повышению, связанную с увеличением значений личностной и реактивной тревожности, что является предпосылкой для возможно большей фрустрированности и меньшей стрессоустойчивости в случаях серьезных неудач. Однако в целом в реальном, внешне наблюдаемом поведении интерналы производят впечатление достаточно уверенных в себе людей, тем более что в жизни они чаще занимают более высокое общественное положение, чем экстерналы, – как считают Дж. Дигман, Р. Кеттелл и Дж. Роттер.

Для **экстерналов** обнаруживается связь с эмоциональной нестабильностью и практическим, непосредственным мышлением, для **интерналов** отмечается эмоциональная стабильность и склонность к теоретическому мышлению, абстрагированию и синтезу представлений.

В целом в соответствии с отношением параметров активности и реактивности (и в связи с мотивацией достижения и отношения) вектор экстернальности – интернальности совпадает

с вектором рефлексии.

Тест «Неоконченные предложения»

Процедура. Психолог зачитывает испытуемому начало предложений и просит закончить их так, как придет ему в голову – быстро, не задумываясь. Психолог записывает ответы на бумагу или на диктофон. Если испытуемый делает перед ответом большие паузы, следует напомнить

о необходимости отвечать быстро, не задумываясь. Список неоконченных предложений:

1. Моя специальность (или: Моя учеба)...
2. Моя семья...
3. Боюсь...
4. Деньги...
5. Моя мечта...
6. Работа...
7. Мои сны...
8. Бороться...
9. Больше всего я люблю...
10. Дома...
11. Моя голова...
12. Дети...
13. Меня беспокоит...
14. Смерть...
15. Мой вид...
16. Друзья...
17. Если бы я мог...
18. Мои планы...
19. Скрываю...
20. Когда мыслю...

Список можно дополнить началами предложений по темам, значимых для конкретного испытуемого.

Принципы анализа. Основная задача анализа – выявление тем, проблем и конфликтов, значимых для испытуемого. Не существует жесткой схемы анализа, «работающей» в любых ситуациях; возможны лишь общие подходы.

Некоторые ответы столь открыты, что не нуждаются в анализе или комментарии, что можно добавить к ответу «Моя специальность... дрянная» или «Работа... осточертела» (женщина, пятьдесят один год, инженер)?

Показателем значимости какой-либо темы (скорее всего осознаваемой хотя бы частично) является ее упоминание в нескольких ответах. Особенно если начало предложения с данной темой не связано по содержанию. Так, весьма красноречив и в комментариях не нуждается комплекс ответов тридцатидвухлетнего мужчины (высшее образование, работает мастером на строительстве): «Деньги... работа»; «Работа... деньги»; «Меня беспокоит... зарплата».

Иногда по противоречивости ответов, связанных с двумя темами, можно определить конфликт. Например, в ответах двадцатилетней студентки четко прослеживается конфликт между темами «Работа» и «Лень, усталость». К первой можно отнести ответы: «Работа (пауза)...

усидчивость»; «Мои планы... хорошо учиться». Ко второй теме можно отнести ответы «Моя мечта... отдых» (обратите внимание на разрыв между мечтой и планом); «Бороться... с ленью»; «Если бы я мог... посмотреть мир, поездить, путешествовать»; возможно, с этой темой также связан ответ «Моя голова... болит».

Нередко большинство ответов испытуемого условно «разделяются» на относящиеся к нескольким значимым темам. Так, около половины ответов тридцатитрехлетнего мужчины, сотрудника иностранной компании, можно условно отнести к двум тесно взаимосвязанным темам. Первую из них назовем «Зависимость; невозможность перемен»: «Моя специальность...

какая моя специальность... хочется перемен»; «Боюсь... ситуации, в которой от меня ничего не зависит»; «Работа... работа, в которой хочется, чтобы от меня зависело многое»; «Бороться...

нет, не хочется мне бороться»; «Мои планы... нет у меня никаких планов». Вторая условная тема – «Мечты»: «Мечта... дом, лужайка, бассейн, а с другой стороны, хочется на другую планету»; «Сны... в снах я прыгаю и долго лечу»; «Меня беспокоит... моя голова, отсутствие дома с лужайкой и другой планеты»; «Если бы я мог... прыгал бы, летал и плавал». В ответах четко прослеживается сущность конфликта, вероятно, осознаваемого испытуемым, но неразрешимого для него.

Показателем значимости темы или проблемы, которая скорее всего плохо осознается или не осознается совсем, являются длительные паузы, отказы от ответов или ответы «нет», «не знаю». Если после паузы и колебаний ответ все же дается, зачастую он содержит штамп – известное изречение, поговорку или цитату. Например, «Бороться... и искать, найти и не сдаваться» или «Мысли... следовательно, существуют».

Показателем того, что испытуемый успешно защищается от вторжения в свой внутренний мир, служит краткость ответов, большое количество штампов, а также общих малоинформативных и, как правило, социально одобряемых ответов: «Скрываю... иногда что-нибудь»; «Друзья... хорошие»; «Мой вид... опрятный». Такие результаты достаточно трудно анализировать, но чаще всего и они содержат важную информацию.

Комментарий. Методика неоконченных предложений, по сравнению с другими проективными методами, достаточно проста по замыслу и открыта; идея проекции почти не замаскирована. Поэтому обычно психологу удается получить информацию, которая является новой в большей степени для него, чем для испытуемого. Однако достаточно редко, но бывают ситуации, когда в ходе проведения методики испытуемый подступает к пониманию болезненной и плохо осознанной проблемы. В этом случае возможны сильные

эмоциональные реакции, часто неожиданные как для испытуемого, так и для психолога. В подобной ситуации целесообразно перевести проведение исследования в психокоррекционную беседу или хотя бы дать возможность испытуемому успокоиться и выговориться, если он того захочет.

Другая «опасность» состоит в том, что испытуемый может дать о себе больше информации, чем он того хотел бы. Вдумчивый психолог с хорошей интуицией догадается о тех чувствах или событиях, которые испытуемый стремится скрыть. Так, мужчина с легкостью заканчивает все предложения. В конце списка он дважды подряд отказывается заканчивать фразы, начинающиеся со слов «Мои планы...» и «Скрываю...», а на дополнительное начало предложения «Женщи-на...» дает ответ: «Секс». В данном случае вероятность внебрачной связи (реальной или плани-руемой) достаточно высока.

Иногда испытуемому и без комментариев психолога становится ясно: он раскрылся больше, чем хотел бы; это смущает и вызывает дискомфорт. Поэтому к сообщению результатов испытуемому в данном задании следует подходить с особой деликатностью и осторожностью.

Механизм проекции универсален, и элементы проекции могут иметь место при выполнении любого задания, где испытуемый самостоятельно дает ответы, а не выбирает их из готового набора, в частности, при изучении познавательных процессов.

Описание результатов и выводы по периоду молодости

Период переходного возраста

Список рекомендуемой литературы

1. Абрамова, Г. С. Возрастная психология : учебник для студентов вузов / Г. С. Абрамова. – Екатеринбург : Деловая книга, 1999. – 624 с.
2. Ананьев, Б. Г. Человек как предмет познания / Б. Г. Ананьев. – СПб., 2002.
3. Бродская, С. Л. Возрастная психология в вопросах и ответах : учеб. пособие / С. Л. Бродская. – М. : КНОРУС, 2006. – 256 с.
4. Деркач, А. А. Акмеология как учебная и научная дисциплина / А. А. Деркач, Н. В. Кузьми-на. – М., 1993.
5. Климов, Е. А. Психология: воспитание и обучение / Е. А. Климов. – М., 2000.
6. Крайг, Г. Психология развития / Г. Крайг. – СПб. : Питер, 2000.
7. Немов, Р. С. Психология. Психология образования / Р. С. Немов. – Кн. 2. – М., 1994.
8. Трофимова, Н. М. Возрастная психология / Н. М. Трофимова, Т. Ф. Пушкина, Н. В. Кози-на. – СПб. : Питер, 2005. – 240 с.
9. Сорокоумова, Е. А. Возрастная психология. Краткий курс / Е. А. Сорокоумова. – СПб. : Питер, 2006. – 208 с.
10. Мухина, В. С. Возрастная психология. Феноменология развития : учебник для студентов высш. учеб. заведений / В. С. Мухина. – 10-е изд., перераб. и доп. – М. : издательский центр «Академия», 2006. – 608 с.

11. Хилько, М. Е. Возрастная психология : конспект лекций / М. Е. Хилько, М. С. Ткачева.

—

М. : Высшее образование, 2007. – 191 с.

12. Дубровина, И. В. Психология : учебник для студ. сред. пед. учеб. заведений / И. В. Дубровина, Е. Е. Данилова, А. М. Прихожан / под ред. И. В. Дубровиной. – М. : издательский центр «Академия», 1999. – 464 с.

13. Фельдштейн, Д. И. Психология развивающейся личности / Д. И. Фельдштейн. – М. ; Воронеж : НПО «МОДЭК», 1996. – 543 с.

14. Учебное пособие по возрастной психологии. Для факультетов: психологии, педагогики и социальной работы. – Самара : издательский дом БАХРАХ. – М., 2003. – 768 с.

15. Фельдштейн, Д. И. Психология взросления / Д. И. Фельдштейн. – М. : МПСИ, Флинта, 1999.

Вопросы для обсуждения

1. В чем состоит специфика кризиса 30 лет?
2. Как вы полагаете, есть ли половые различия в переживании кризиса середины жизни?
3. В чем суть проблемы лидерства в семье?
4. Как с течением времени меняется общение в семье? От чего это зависит?

В данной работе провести:

0. Тест «САН», испытуемых должно быть двое мужчин и две женщины (сравни показатели теста).

1. Поразмышляйте на тему «Кризис середины жизни. Что это такое? Как помочь человеку при остром его переживании?»

Тест «САН»

Этот бланковый тест предназначен для оперативной оценки самочувствия, активности и настроения (по первым буквам этих функциональных состояний и назван опросник).

Сущность оценивания заключается в том, что испытуемых просят соотнести свое состояние с рядом признаков по многоступенчатой шкале. Шкала эта состоит из индексов (3 2 1 0 1 2 3) и расположена между тридцатью парами слов противоположного значения, отражающих подвижность, скорость и темп протекания функций (активность), силу, здоровье, утомление (самочувствие), а также характеристики эмоционального состояния (настроение). Испытуемый должен выбрать и отметить цифру, наиболее точно отражающую его состояние в момент обследования. Достоинством методики является ее повторяемость, то есть допустимо неоднократное использование теста с одним и тем же испытуемым.

При обработке эти цифры перекодируются следующим образом: индекс 3, соответствующий неудовлетворительному самочувствию, низкой активности и плохому настроению, принимается за 1 балл; следующий за ним индекс 2 – за 2; индекс 1 – за 3 балла и так до индекса 3

с противоположной стороны шкалы, который соответственно принимается за 7 баллов (учтите, что полюса шкалы постоянно меняются).

Итак, положительные состояния всегда получают высокие баллы, а отрицательные – низкие. По этим «приведенным» баллам и рассчитывается среднее арифметическое как в целом, так

и отдельно по активности, самочувствию и настроению. Например, средние оценки для выборки из студентов Москвы равны: самочувствие – 5,4; активность – 5,0; настроение – 5,1.

Следует упомянуть, что при анализе функционального состояния важны не только значения отдельных его показателей, но и их соотношение. Дело в том, что у отдохнувшего человека оценки активности, настроения и самочувствия обычно примерно равны. А по мере нарастания усталости соотношение между ними изменяется за счет относительного снижения самочувствия и активности по сравнению с настроением.

Код опросника

Вопросы на самочувствие – 1, 2, 7, 8, 13, 14, 19, 20, 25, 26.

Вопросы на активность – 3, 4, 9, 10, 15, 16, 21, 22, 27, 28.

Вопросы на настроение – 5, 6, 11, 12, 17, 18, 23, 24, 29, 30.

Типовая карта методики САН

Фамилия, инициалы _____

Пол _____ Возраст _____

Дата _____ Время _____

1. Самочувствие хорошее	3	2	1	0	1	2	3	Самочувствие плохое
2. Чувствую себя сильным	3	2	1	0	1	2	3	Чувствую себя слабым
3. Пассивный	3	2	1	0	1	2	3	Активный
4. Малоподвижный	3	2	1	0	1	2	3	Подвижный
5. Веселый	3	2	1	0	1	2	3	Грустный
6. Хорошее настроение	3	2	1	0	1	2	3	Плохое настроение
7. Работоспособный	3	2	1	0	1	2	3	Разбитый
8. Полный сил	3	2	1	0	1	2	3	Обессиленный
9. Медлительный	3	2	1	0	1	2	3	Быстрый
10. Бездеятельный	3	2	1	0	1	2	3	Деятельный
11. Счастливый	3	2	1	0	1	2	3	Несчастный
12. Жизнерадостный	3	2	1	0	1	2	3	Мрачный
13. Напряженный	3	2	1	0	1	2	3	Расслабленный
14. Здоровый	3	2	1	0	1	2	3	Больной
15. Безучастный	3	2	1	0	1	2	3	Увлеченный
16. Равнодушный	3	2	1	0	1	2	3	Взволнованный
17. Восторженный	3	2	1	0	1	2	3	Унылый
18. Радостный	3	2	1	0	1	2	3	Печальный
19. Отдохнувший	3	2	1	0	1	2	3	Усталый
20. Свежий	3	2	1	0	1	2	3	Изнуренный
21. Сонливый	3	2	1	0	1	2	3	Возбужденный
22. Желание отдохнуть	3	2	1	0	1	2	3	Желание работать

23.Спокойный	3	2	1	0	1	2	3	Озабоченный
24.Оптимистичный	3	2	1	0	1	2	3	Пессимистичный
25.Выносливый	3	2	1	0	1	2	3	Утомляемый
26.Бодрый	3	2	1	0	1	2	3	Вялый
27.Соображать трудно	3	2	1	0	1	2	3	Соображать легко
28.Рассеянный	3	2	1	0	1	2	3	Внимательный
29.Полный надежд	3	2	1	0	1	2	3	Разочарованный
30.Довольный	3	2	1	0	1	2	3	Недовольный

Описание результатов и выводы по переходному периоду

Зрелый возраст

Список рекомендуемой литературы

1. Абрамова, Г. С. Возрастная психология : учебник для студентов вузов / Г. С. Абрамова. – Екатеринбург : Деловая книга, 1999. – 624 с.
2. Ананьев, Б. Г. Человек как предмет познания / Б. Г. Ананьев. – СПб., 2002.
3. Бродская, С. Л. Возрастная психология в вопросах и ответах : учеб. пособие / С. Л. Брод-ская. – М. : КНОРУС, 2006. – 256 с.
4. Деркач, А. А. Акмеология как учебная и научная дисциплина / А. А. Деркач, Н. В. Кузьми-на. – М., 1993.
5. Ермолаева, М. В. Психология зрелого и позднего возрастов в вопросах и ответах : учебное пособие / М. В. Ермолаева. – М. : изд-во Московского психолого-социального ин-ститута ; Воронеж : изд-во НПО «МОДЭК», 2004. – 280 с.
6. Климов, Е. А. Психология: воспитание и обучение / Е. А. Климов. – М., 2000.
7. Крайг, Г. Психология развития / Г. Крайг. – СПб. : Питер, 2000.
8. Немов, Р. С. Психология. Психология образования / Р. С. Немов. – Кн. 2. – М., 1994.
9. Трофимова, Н. М. Возрастная психология / Н. М. Трофимова, Т. Ф. Пушкина, Н. В. Кози-на. – СПб. : Питер, 2005. – 240 с.
10. Сорокоумова, Е. А. Возрастная психология. Краткий курс / Е. А. Сорокоумова. – СПб. : Питер, 2006. – 208 с.
11. Мухина, В. С. Возрастная психология. Феноменология развития : учебник для студентов высш. учеб. заведений / В. С. Мухина. – 10-е изд., перераб. и доп. – М. : издательский центр «Академия», 2006. – 608 с.
12. Хилько, М. Е. Возрастная психология : конспект лекций / М. Е. Хилько, М. С. Ткачева. – М. : Высшее образование, 2007. – 191 с.

13. Дубровина, И. В. Психология : учебник для студ. сред. пед. учеб. заведений / И. В. Дубровина, Е. Е. Данилова, А. М. Прихожан / под ред. И. В. Дубровиной. – М. : издательский центр «Академия», 1999. – 464 с.
14. Фельдштейн, Д. И. Психология развивающейся личности / Д. И. Фельдштейн. – М. ; Воронеж : НПО «МОДЭК», 1996. – 543 с.
15. Учебное пособие по возрастной психологии. Для факультетов: психологии, педагогики и социальной работы. – Самара : издательский дом БАХРАХ. – М., 2003. – 768 с.
16. Фельдштейн, Д. И. Психология взросления / Д. И. Фельдштейн. – М. : МПСИ, Флинта, 1999.

Вопросы для обсуждения

1. Каковы основные задачи развития в зрелости?
2. Как может повлиять на человека потеря работы?
3. Каковы основные источники профессионального стресса?
4. Что такое профессиональная деформация и профессиональное сгорание? В чем их общность и различие?

Провести с испытуемыми зрелого возраста тесты:

1. «САТ».
2. Ориентировочная анкета.

Тест «САТ»

Основные тенденции развития современной педагогики как в нашей стране, так и за рубежом направлены на гуманизацию сферы образования, всестороннее развитие творческого потенциала обучающихся, формирование равноправных, партнерских отношений, духа сотрудничества между педагогами и обучающимися. Данные тенденции в той или иной степени характерны для различных областей и уровней системы образования (начальное, среднее, высшее). Поэтому для описания эталонной модели личности как педагога (учителя, преподавателя высшего учебного заведения), так и обучающегося (школьника, студента) педагогическая психология все чаще обращается к теориям, развивавшимся в русле экзистенциально-гуманистического направления в психологии (К. Роджерс, Ф. Перл, В. Франкл и др.).

Одной из наиболее широко известных теорий в рамках данного подхода является концепция самоактуализирующейся личности А. Маслоу. Популярность этой теории связана, с одной стороны, с эвристичностью понятия самоактуализации и возможностью его операционализации

и использования в эмпирических исследованиях. С другой стороны, данная модель личности, подчеркивая положительные проявления человеческой природы, такие как творчество, альтруизм, любовь, дружба и т. д., служит эталоном в процессе воспитания, формирования личности обучающегося, построения системы взаимоотношений педагога и ученика.

Понятие самоактуализации синтетично, оно включает в себя всестороннее и непрерывное развитие творческого и духовного потенциала человека, максимальную реализацию всех его возможностей, адекватное восприятие окружающих, мира и своего места в нем, богатство эмоциональной сферы и духовной жизни, высокий уровень психического здоровья и нравственности. В одной из своих работ А. Маслоу определяет самоактуализацию как «...стремление к самоосуществлению, точнее, тенденцию актуализировать то, что содержится в качестве потенций. Эту тенденцию можно назвать стремлением человека стать все более и более тем, кем он способен стать».

Изучение степени и характера самоактуализации требует разработки специальных психодиагностических средств, так как большая часть существующего методического инструментария для исследования личности была создана либо для измерения различных патохарактерологических проявлений, акцентуаций личности и форм психопатологии, либо для оценки параметров «обычной» усредненной психически здоровой личности, ее структуры (ММПИ, тесты Г. Айзенка, С. Шмишека, Г. Роршаха, Р. Кеттелла, ТАТ и др.). Таким образом, задача создания методики, позволяющей регистрировать количественные и качественные параметры уровня самоактуализации у субъекта, являлась весьма актуальной.

Возможность одномерного описания феномена самоактуализации, сведения ее к одному показателю вызывает у исследователей серьезные возражения, связанные прежде всего с многозначностью и противоречивостью этого конструкта. В связи с этим за рубежом получил широкую известность опросник личностных ориентаций Э. Шострома (Personal Orientation Inventory – POI), измеряющий самоактуализацию как многомерную величину [11, 12]. POI был создан в 1963 году в Институте терапевтической психологии (Санта-Анна, Калифорния). Его автор, американский психолог и психотерапевт Эверетт Шостром, известен российскому читателю в первую очередь по книге «АнтиКарнеги, или Человек-манипулятор».

POI разрабатывался на основе теории самоактуализации А. Маслоу, концепций психологического восприятия времени и временной ориентации субъекта Ф. Перла и Р. Мэя, идей К. Роджерса и других теоретиков экзистенциально-гуманистического направления в психологии. Конкретные вопросы POI были отобраны из большого набора критических, в первую очередь поведенческих и ценностных индикаторов, отличающих здорового самоактуализирующегося человека от невротика. Для выявления этих индикаторов Э. Шостром опросил ряд практикующих психологов, работающих в русле экзистенциально-гуманистического подхода в психотерапии, и обобщил их опыт. Работа по анализу и отбору суждений, вошедших в тест, проводилась в течение пяти лет.

POI состоит из 150 пунктов, построенных по принципу вынужденного выбора, и позволяет зарегистрировать два базовых и десять дополнительных параметров самоактуализации. Сами шкалы или, иначе говоря, составляющие самоактуализации аналогично пунктам теста были подобраны на основе опроса психотерапевтов и характеризуют основные жизненные сферы самоактуализирующейся личности.

Первая попытка адаптации теста POI в России была осуществлена в Ленинграде Е. Б. Лисовской, однако широкого распространения эта методика не получила. В 1981–1984 годах на кафедре социальной психологии МГУ имени М. В. Ломоносова Ю. Е. Алешина, Л. Я. Гозман, М. В. Загика и М. В. Кроз предприняли еще одну попытку адаптировать этот тест. В процессе работы методика Э. Шострома претерпела существенные изменения, фактически авторами был создан оригинальный психодиагностический инструмент, который получил название «Самоактуализационный тест» (САТ).

Самоактуализационный тест построен по тому же принципу, что и POI, и состоит из пунктов, каждый из которых включает два суждения ценностного или поведенческого характера. Суждения не обязательно являются строго альтернативными. Тем не менее испытуемому предлагается выбрать то из них, которое в большей степени соответствует его представлениям или привычному способу поведения.

САТ измеряет самоактуализацию по двум базовым и ряду дополнительных шкал.

Тест «измерение уровня самоактуализации»

Э. Шострома (адаптация Н. Ф. Калины). Вопросник «Самоал»

Инструкция

Из двух вариантов утверждений выберите тот, который вам больше нравится или лучше согласуется с вашими представлениями, точнее отражает ваши мнения. Здесь нет хороших или плохих, правильных или неправильных ответов, самым лучшим будет тот, который дается по первому побуждению.

1. а) придет время, когда я заживу по-настоящему, не так как сейчас; б) я уверен, что живу по-настоящему уже сейчас;
2. а) я очень увлечен своим профессиональным делом; б) не могу сказать, что мне нравится моя работа и то, чем я занимаюсь;
3. а) если незнакомый человек окажет мне услугу, я чувствую себя ему обязанным; б) принимая услугу незнакомого человека, я не чувствую себя обязанным;
4. а) мне бывает трудно разобраться в своих чувствах; б) я всегда могу разобраться в собственных чувствах;
5. а) я часто задумываюсь над тем, правильно ли я вел себя в той или иной ситуации; б) я редко задумываюсь над тем, насколько правильно мое поведение;
6. а) я внутренне смущаюсь, когда мне говорят комплименты; б) я редко смущаюсь, когда мне говорят комплименты;
7. а) способность к творчеству – природное свойство человека; б) далеко не все люди одарены способностью к творчеству;
8. а) у меня не всегда хватает времени на то, чтобы следить за новостями литературы и искусства; б) я прилагаю силы, стараясь следить за новостями литературы и искусства;
9. а) я часто принимаю рискованные решения; б) мне трудно принимать рискованные решения;
10. а) иногда я могу дать собеседнику понять, что он кажется мне глупым и неинтересным; б) я считаю недопустимым дать понять человеку, что он мне кажется глупым и неинтересным;
11. а) я люблю оставлять приятное «на потом»; б) я не оставляю приятное «на потом»;
12. а) я считаю невежливым прерывать разговор, если он интересен только моему собеседнику; б) я могу быстро и непринужденно прервать разговор, интересный только одной стороне;
13. а) я стремлюсь к достижению внутренней гармонии; б) состояние внутренней гармонии скорее всего недостижимо;
14. а) не могу сказать, что я себе нравлюсь; б) я себе нравлюсь;
15. а) я думаю, что большинству людей можно доверять; б) думаю, что без крайней необходимости людям доверять не стоит;
16. а) плохо оплачиваемая работа не может приносить удовлетворения; б) интересное, творческое содержание работы – само по себе награда;

17. а) довольно часто мне скучно; б) мне никогда не бывает скучно;
18. а) я не стану отступать от своих принципов даже ради полезных дел, которые могли бы рассчитывать на людскую благодарность; б) я бы предпочел отступить от своих принципов ради дел, за которые люди были бы мне благодарны;
19. а) иногда мне трудно быть искренним; б) мне всегда удается быть искренним;
20. а) когда я нравлюсь себе, мне кажется, что я нравлюсь и окружающим; б) даже когда я себе нравлюсь, я понимаю, что есть люди, которым я неприятен;
21. а) я доверяю своим внезапно возникшим желаниям; б) свои внезапные желания я всегда стараюсь обдумать;
22. а) я должен добиваться совершенства во всем, что я делаю; б) я не слишком расстраиваюсь, если мне этого не удастся;
23. а) эгоизм – естественное свойство любого человека; б) большинству людей эгоизм не свойствен;
24. а) если я не сразу нахожу ответ на вопрос, то могу отложить его на определенное время; б) я буду искать ответ на интересующий меня вопрос, не считаясь с затратами времени;
25. а) я люблю перечитывать понравившиеся мне книги; б) лучше прочесть новую книгу, чем возвращаться к уже прочитанной;
26. а) я стараюсь поступать так, как ожидают окружающие; б) я не склонен задумываться о том, чего ждут от меня окружающие;
27. а) прошлое, настоящее и будущее представляются мне единым целым; б) думаю, мое настоящее не очень-то связано с прошлым или будущим;
28. а) большая часть того, что я делаю, доставляет мне удовольствие; б) лишь немногие из моих занятий по-настоящему меня радуют;
29. а) стремясь разобраться в характере и чувствах окружающих, люди часто бывают бестактны; б) стремление разобраться в окружающих людях вполне естественно и оправдывает некоторую бестактность;
30. а) я хорошо знаю, какие чувства я способен испытывать, а какие нет; б) я еще не понял до конца, какие чувства я способен испытывать;
31. а) я чувствую угрызения совести, если сержусь на тех, кого люблю; б) я не чувствую угрызений совести, когда сержусь на тех, кого люблю;
32. а) человек должен спокойно относиться к тому, что он может услышать о себе от других; б) вполне естественно обидеться, услышав неприятное мнение о себе;
33. а) усилия, которых требует познание истины, стоят того, ибо приносят пользу; б) усилия, которых требует познание истины, стоят того, ибо доставляют удовольствие;
34. а) в сложных ситуациях надо действовать испытанными способами – это гарантирует успех; б) в сложных ситуациях надо находить принципиально новые решения;
35. а) люди редко раздражают меня; б) люди часто меня раздражают;
36. а) если бы была возможность вернуть прошлое, я бы там многое изменил; б) я доволен своим прошлым и не хочу в нем ничего менять;

37. а) главное в жизни – приносить пользу и нравиться людям; б) главное в жизни – делать добро и служить истине;
38. а) иногда я боюсь показаться слишком нежным; б) я никогда не боюсь показаться слишком нежным;
39. а) я считаю, что выразить свои чувства обычно важнее, чем обдумывать ситуацию; б) не стоит необдуманно выражать свои чувства, не взвесив ситуацию;
40. а) я верю в себя, когда чувствую, что способен справиться с задачами, стоящими передо мной; б) я верю в себя даже тогда, когда не способен справиться со своими проблемами;
41. а) совершая поступки, люди руководствуются взаимными интересами; б) по своей природе люди склонны заботиться лишь о собственных интересах;
42. а) меня интересуют все новшества в моей профессиональной сфере; б) я скептически отношусь к большинству нововведений в своей профессиональной области;
43. а) я думаю, что творчество должно приносить пользу людям; б) я полагаю, что творчество должно приносить человеку удовольствие;
44. а) у меня всегда есть своя собственная точка зрения по важным вопросам; б) формируя свою точку зрения, я склонен прислушиваться к мнениям уважаемых и авторитетных людей;
45. а) секс без любви не является ценностью; б) даже без любви секс – очень значимая ценность;
46. а) я чувствую себя ответственным за настроение собеседника; б) я не чувствую себя ответственным за это;
47. а) я легко мирюсь со своими слабостями; б) смириться со своими слабостями мне нелегко;
48. а) успех в общении зависит от того, насколько человек способен раскрыть себя другому; б) успех в общении зависит от умения подчеркнуть свои достоинства и скрыть недостатки;
49. а) мое чувство самоуважения зависит от того, чего я достиг; б) мое самоуважение не зависит от моих достижений;
50. а) большинство людей привыкли действовать «по линии наименьшего сопротивления»; б) думаю, что большинство людей к этому не склонны;
51. а) узкая специализация необходима для настоящего ученого; б) углубление в узкую специализацию делает человека ограниченным;
52. а) очень важно, есть ли у человека в жизни радость познания и творчества; б) в жизни очень важно приносить пользу людям;
53. а) мне нравится участвовать в жарких спорах; б) я не люблю споров;
54. а) я интересуюсь предсказаниями, гороскопами, астрологическими прогнозами; б) подобные вещи меня не интересуют;
55. а) человек должен трудиться ради удовлетворения своих потребностей и блага своей семьи; б) человек должен трудиться, чтобы реализовать свои способности и желания;
56. а) в решении личных проблем я руководствуюсь общепринятыми представлениями; б) свои проблемы я решаю так, как считаю нужным;

57. а) воля нужна для того, чтобы сдерживать желания и контролировать чувства; б) главное назначение воли – подхлестывать усилия и увеличивать энергию человека;
58. а) я не стесняюсь своих слабостей перед своими друзьями; б) мне нелегко обнаруживать свои слабости даже перед друзьями;
59. а) человеку свойственно стремиться к новому; б) люди стремятся к новому лишь по необходимости;
60. а) я думаю, что неверно выражение «век живи – век учись»; б) выражение «век живи – век учись» я считаю правильным;
61. а) я думаю, что смысл жизни заключается в творчестве; б) вряд ли в творчестве можно найти смысл жизни;
62. а) мне бывает непросто познакомиться с человеком, который мне симпатичен; б) я не испытываю трудностей, знакомясь с людьми;
63. а) меня огорчает, что значительная часть моей жизни проходит впустую; б) не могу сказать, что какая-то часть моей жизни проходит впустую;
64. а) одаренному человеку непростительно пренебрегать своим долгом; б) талант и способности значат больше, чем долг;
65. а) мне хорошо удается манипулировать людьми; б) я полагаю, что манипулировать людьми не этично;
66. а) я стараюсь избегать огорчений; б) я делаю то, что полагаю нужным, не считаясь с возможными огорчениями;
67. а) в большинстве ситуаций я не могу позволить себе дурачиться; б) существует множество ситуаций, где я могу позволить себе дурачиться;
68. а) критика в мой адрес снижает мою самооценку; б) критика практически не влияет на мою самооценку;
69. а) зависть свойственна только неудачникам, которые считают, что их обошли; б) большинство людей завистливы, хотя и пытаются это скрыть;
71. а) выбирая себе занятие, человек должен учитывать его общественную значимость; б) человек должен заниматься прежде всего тем, что ему интересно; а) я думаю, что для творчества необходимы знания в избранной области; б) я думаю, что знания для этого совсем не обязательны;
72. а) пожалуй, я могу сказать, что живу с ощущением счастья; б) я не могу сказать, что живу с ощущением счастья;
73. а) я думаю, что люди должны анализировать себя и свою жизнь; б) я считаю, что самоанализ приносит больше вреда, чем пользы;
74. а) я пытаюсь найти основания даже для тех своих поступков, которые совершаю просто потому, что мне этого хочется; б) я не ищу оснований для своих действий и поступков;

75. а) я уверен, что любой может прожить свою жизнь так, как ему хочется; б) я думаю, что у человека мало шансов прожить свою жизнь так, как хотелось бы;
76. а) о человеке никогда нельзя сказать с уверенностью, добрый он или злой; б) обычно оценить человека очень легко;
77. а) для творчества нужно очень много свободного времени; б) мне кажется, что в жизни всегда можно найти время для творчества;
78. а) обычно мне легко убедить собеседника в своей правоте; б) в споре я пытаюсь понять точку зрения собеседника, а не переубедить его;
79. а) если я делаю что-либо исключительно для себя, мне бывает неловко; б) я не испытываю неловкости в такой ситуации;
80. а) я считаю себя творцом своего будущего; б) вряд ли я сильно влияю на собственное будущее;
81. а) выражение «добро должно быть с кулаками» я считаю правильным; б) вряд ли верно выражение «добро должно быть с кулаками»;
82. а) по-моему, недостатки людей гораздо заметнее, чем их достоинства; б) достоинства человека увидеть гораздо легче, чем его недостатки;
83. а) иногда я боюсь быть самим собой; б) я никогда не боюсь быть самим собой;
84. а) я стараюсь не вспоминать о своих былых неприятностях; б) время от времени я склонен возвращаться к воспоминаниям о прошлых неудачах;
85. а) считаю, что целью жизни должно быть нечто значительное; б) я вовсе не считаю, что целью жизни непременно должно быть что-то значительное;
86. а) люди стремятся к тому, чтобы понимать и доверять друг другу; б) замыкаясь в кругу собственных интересов, люди не понимают окружающих;
87. а) я стараюсь не быть «белой вороной»; б) я позволяю себе быть «белой вороной»;
88. а) в доверительной беседе люди обычно искренни; б) даже в доверительной беседе человеку трудно быть искренним;
89. а) бывает, что я стыжусь проявлять свои чувства; б) я никогда этого не стыжусь;
90. а) я могу делать что-либо для других, не требуя, чтобы они это оценили; б) я вправе ожидать от людей, что они оценят то, что я для них делаю;
91. а) я проявляю свое расположение к человеку независимо от того, взаимно ли оно; б) я редко проявляю свое расположение к людям, не будучи уверенным, что оно взаимно;
92. а) я думаю, что в общении нужно открыто проявлять свое недовольство другими; б) мне кажется, что в общении люди должны скрывать взаимное недовольство;
93. а) я мирюсь с противоречиями в самом себе; б) внутренние противоречия снижают самооценку;
94. а) я стремлюсь открыто выражать свои чувства; б) думаю, что в открытом выражении чувств всегда есть элемент несдержанности;
95. а) я уверен в себе; б) не могу сказать, что я уверен в себе;

96. а) достижение счастья не может быть главной целью человеческих отношений; б) достижение счастья – главная цель человеческих отношений;

97. а) меня любят, потому что я этого заслуживаю; б) меня любят, потому что я сам способен любить;

98. а) неразделенная любовь способна сделать жизнь невыносимой; б) жизнь без любви хуже, чем неразделенная любовь в жизни;

99. а) если разговор не удался, я пробую выстроить его по-иному; б) обычно в том, что разговор не сложился, виновна невнимательность собеседника;

100. а) я стараюсь производить на людей хорошее впечатление; б) люди видят меня таким, каков я на самом деле.

Стремление к самоактуализации выражается следующими пунктами теста:

Интерпретация теста

1. Ориентировка во времени: 1б, 11а, 17б, 24б, 27а, 36б, 54б, 63б, 73а, 80а.
2. Ценности: 2а, 16б, 18а, 25а, 28а, 37б, 45а, 55б, 61а, 64б, 72а, 81б, 85а, 96б, 98б.
3. Взгляд на природу человека: 7а, 15а, 23б, 41а, 50б, 59а, 69а, 76а, 82б, 86а.
4. Потребность в познании: 8б, 24б, 29б, 33б, 42а, 51б, 53а, 54б, 60б, 70б.
5. Креативность: 9а, 13а, 16б, 25а, 28а, 33б, 34б, 43б, 52а, 55б, 61а, 64б, 70б, 71б, 77б.
6. Автономность: 5б, 9а, 10а, 26б, 31б, 32а, 37б, 44а, 56б, 66б, 68б, 74б, 75а, 87б, 92а.
7. Спонтанность: 5б, 21а, 31б, 38б, 39а, 48а, 57б, 67б, 74б, 83б, 87б, 89б, 91а, 92а, 94а.
8. Самопонимание: 4б, 13а, 20б, 31б, 38б, 47а, 66б, 79б, 93а.
9. Аутосимпатия: 6б, 14б, 21а, 22б, 32а, 40б, 49б, 58а, 67б, 68б, 79б, 84а, 89б, 95а, 97б.
10. Контактность: 10а, 29б, 35а, 46б, 48а, 53а, 62б, 78б, 90а, 92а.
11. Гибкость в общении: 3б, 10а, 12б, 19б, 29б, 32а, 46б, 48а, 65б, 99а.

Примечание

Шкалы № 1, 3, 4, 8, 10 и 11 содержат по 10 пунктов, в то время как остальные – по 15. Для получения сопоставимых результатов количество баллов по указанным шкалам следует умножить на 1,5. Можно получить результаты в процентах, решив следующую пропорцию: 15 баллов (максимум по каждой шкале) составляют 100 %, а число набранных баллов – х %.

ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ КАТЕГОРИИ –

ШКАЛЫ ТЕСТА

1. *Шкала «Компетентности во времени», «ориентации во времени».* Высокий балл по этой шкале свидетельствует, во-первых, о способности субъекта жить настоящим, то есть переживать настоящий момент своей жизни во всей его полноте, а не просто как фатальное следствие прошлого или подготовку к будущей «настоящей жизни»; во-вторых, ощущать неразрывность прошлого, настоящего и будущего, то есть видеть свою жизнь целостной. Именно такое мироощущение, психологическое восприятие времени субъектом свидетельствует о высоком уровне самоактуализации личности.

Низкий балл по шкале означает ориентацию человека лишь на один из отрезков временной шкалы (прошлое, настоящее или будущее) и (или) дискретное восприятие своего жизненного пути. Теоретическое основание для включения этой шкалы в тест содержится в работах Ф. Перла и Р. Мэя. Ряд эмпирических исследований также свидетельствует о непосредственной связи ориентации во времени с уровнем личностного развития.

2. *Шкала ценностей.* Высокий балл по этой шкале свидетельствует, что человек разделяет ценности самоактуализирующейся личности, к числу которых А. Маслоу относил такие, как истина, добро, красота, целостность, отсутствие раздвоенности, жизненность, уникальность, совершенство, свершения, справедливость, порядок, простота, легкость без усилия, игра,

самодо-статочность. Предпочтение этих ценностей указывает на стремление к гармоничному бытию и здоровым отношениям с людьми, далекое от желания манипулировать ими в своих интересах.

3. Взгляд на природу человека может быть положительным (высокая оценка) или негативным (низкая). Эта шкала описывает веру в людей, в могущество человеческих возможностей. Высокий показатель может интерпретироваться как устойчивое основание для искренних и гармоничных межличностных отношений, естественная симпатия и доверие к людям, честность, непредвзятость, доброжелательность.

4. Высокая потребность в познании характерна для самоактуализирующейся личности, всегда открытой новым впечатлениям. Эта шкала описывает способность к бытийному познанию – бескорыстную жажду нового, интерес к объектам, не связанный прямо с удовлетворением каких-либо потребностей. Такое познание, считает Маслоу, более точно и эффективно, поскольку его процесс не искажается желаниями и влечениями, человек при этом не склонен судить, оценивать и сравнивать. Он просто видит то, что есть, и ценит это.

5. Стремление к творчеству или креативность – неперенный атрибут самоактуализации, которую попросту можно назвать творческим отношением к жизни.

6. *Автономность*, по мнению большинства гуманистических психологов, является главным критерием психического здоровья личности, ее целостности и полноты. Это понятие тяготеет к таким чертам, как жизненность и самоподдержка, направляемость, зрелость. Самоактуализирующаяся личность автономна, независима и свободна, однако это не означает отчуждения и одиночества.

7. *Спонтанность* – это качество, вытекающее из уверенности в себе и доверия к окружающему миру, свойственных самоактуализирующимся людям. Высокий показатель по шкале спонтанности свидетельствует о том, что самоактуализация стала образом жизни, а не является мечтой или стремлением. Способность к спонтанному поведению фрустрируется культурными нормами, в естественном виде ее можно наблюдать разве что у маленьких детей. Спонтанность соотносится с такими ценностями, как свобода, естественность, игра, легкость, без усилия.

8. *Самопонимание*. Высокий показатель по этой шкале свидетельствует о чувствительности, сензитивности человека к своим желаниям и потребностям. Такие люди свободны от психологической защиты, отделяющей личность от собственной сущности, они не склонны подменять собственные вкусы и оценки внешними социальными стандартами. Показатели по шкалам самопонимания, спонтанности и аутосимпатии, как правило, связаны между собой. Низкий балл по шкале самопонимания свойствен людям неуверенным, ориентирующимся на мнение окружающих.

9. *Аутосимпатия* – естественная основа психического здоровья и цельности личности. Низкие показатели имеют люди невротичные, тревожные, неуверенные в себе. Аутосимпатия вовсе не означает тупого самодовольства или некритичного самовосприятия, это просто хорошо осознаваемая позитивная Я-концепция, служащая источником устойчивой адекватной самооценки.

10. *Шкала контактности* измеряет общительность личности, ее способность к установлению прочных и доброжелательных отношений с окружающими. В вопроснике САМОАЛ контактность понимается не как уровень коммуникативных способностей личности или навыки эффективного общения, но как общая предрасположенность ко взаимопользным и приятным контактам с другими людьми, необходимая основа синергической установки личности.

11. *Шкала гибкости в общении* соотносится с наличием или отсутствием социальных стереотипов, способностью к адекватному самовыражению в общении. Высокие показатели свидетельствуют об аутентичном взаимодействии с окружающими, способности к самораскрытию. Люди с высокой оценкой по этой шкале ориентированы на личностные контакты, не склонны прибегать к фальши или манипулированию, не смешивают самораскрытие личности само-предъявлением – стратегией и тактикой управления производимым впечатлением. Низкие показатели характерны для людей ригидных, не уверенных в своей привлекательности, в том, что они интересны собеседнику и общение с ними может приносить удовольствие.

Оrientировочная анкета (ОА) В. Смекала и М. Кучера

Для определения социально-психологических предпосылок избирательного предпочтения того или иного стиля педагогической деятельности использовался чешский вариант «ориентировочной анкеты» жизненных ориентаций В. Басса. Способ реагирования обследуемого на требования, предъявляемые будущей работой, и на требования, предъявляемые к коллегам, зависит от того, какие виды удовлетворения (вознаграждения) он ожидает от работы. С другой стороны, в зависимости от того, что дает ему чувство удовлетворения в работе, различают три вида ожиданий, в большинстве случаев исключая друг друга:

1. Сделать и закончить работу.
2. Установить взаимопонимание с коллегами.
3. Получить самоудовлетворение.

По ориентировочной анкете обследуемый получает три балльных оценки:

«S» – направленность на себя (self-orientation). Она отражает, в какой мере обследуемый описывает самого себя как человека, ожидающего непосредственного удовлетворения (вознаграждения) только для себя вне зависимости от работы, которую он выполняет, или вне зависимости от коллег. Для него рабочая группа буквально является «театром», в котором можно удовлетворять свои (личные) потребности. Остальные члены группы являются для него лишь зрителями, перед которыми обследуемый может демонстрировать свои личные трудности, потребность в признании (уважении), желание властвовать и т. п. Человека с большим количеством баллов по субшкале «S», как правило, презируют коллеги, так как он бывает интроспективен, властен, не реагирует на потребности окружающих его людей.

«I» – направленность на взаимные действия (interaction-orientation). Эта направленность отражает интенсивность, с которой обследуемый стремится поддерживать хорошие, гармоничные отношения, что зачастую затрудняет выполнение определенных рабочих задач. Человек с такой направленностью проявляет большой интерес к коллективной деятельности, но при этом никоим образом не способствует успешному выполнению группой учебной задачи.

«T» – направленность на задачу (task-orientation). Такая направленность отражает интенсивность, с которой человек посвящает себя выполнению своих задач, решению проблем, и его интерес к тому, чтобы выполнить работу как можно добросовестнее. Несмотря на свой интерес к работе, человек, относящийся к этой категории, желает сотрудничать с коллективом так, чтобы группа была как можно продуктивнее. В коллективе человек этой направленности стремится изо всех сил доказать свою точку зрения, которую он считает правильной, полезной для выполнения задачи.

Результаты обследований студентов средней и высшей педагогической школы показали, что лица, сильно направленные на себя, имели тенденцию характеризоваться с помощью балльной оценки нескольких анкет, как люди: неприятные, агрессивные, догматичные, чувствительные, интровертированные, подозрительные, ревнивые, возбудимые, с

недостатком самоконтроля, незрелые, нестабильные, консервативные, неуверенные в себе и т. п.

Напротив, лица, направленные на взаимные действия, имели тенденцию характеризовать-ся с помощью балльной оценки как дружелюбные, зависимые от группы, нечестолюбивые, мечтающие о заботе, ласке, тепле и т. п.

Наконец, лица, согласно ОА сильно направленные на задачу, описывались как самостоятельные и изобретательные, с твердой волей, стойкие, сдержанные и необщительные, трезвые, ин-тровертированные, радикальные, агрессивные, уверенные в себе, зрелые и спокойные. Черта на-правленности на задачу положительно и значимо коррелировала с данными теста на интеллект.

Кроме того, получены данные о связи «жизненных ориентаций» студентов средней и высшей педагогической школы с будущей специализацией. При выраженной направленности на задачу студенты чаще выбирали специализацию «учитель средней школы» (учитель-предметник); при выраженной направленности на взаимодействие – специализацию начальной подготовительной школы. Студенты с выраженной направленностью на себя предпочитали специализацию «учитель специальной (эстетического цикла) школы» или принимали твердое решение отказаться от профессии учителя.

Содержание тестового материала и порядок работы

ОА содержит 30 пунктов. На каждый пункт предложены три варианта ответа: А, В, С. Из ответов на каждый пункт обследуемый должен выбирать тот единственный вариант ответа, который в большей степени выражает его точку зрения и который для него наиболее ценен (или же более всего соответствует истине). Далее при ответах на похожий вопрос в тесте обследуемый снова должен выбрать тот вариант, который в наибольшей степени соответствует его точке зрения, имеет для него ценность.

Инструкция: Над вопросами не думайте слишком долго, первый выбор бывает обычно самым лучшим. Ответив на все вопросы ориентировочной анкеты, вы получите информацию о некоторых особенностях вашего характера.

1. Больше всего удовлетворение в жизни дает: а) оценка работы;
б) сознание того, что работа выполнена хорошо; с) сознание того, что находишься среди друзей.
2. Если бы я играл в футбол, то хотел бы быть:
а) тренером, который разрабатывает тактику игры;
б) известным игроком;
с) выбранным капитаном команды.
3. Лучшими преподавателями являются те, кто: а) имеют индивидуальный подход;
б) увлечены своим предметом и вызывают интерес к нему;
с) создают в коллективе атмосферу, в которой никто не боится высказывать свою точку зрения.
4. Учащиеся оценивают как самых плохих таких преподавателей, которые: а) не скрывают того, что некоторые люди им не симпатичны;
б) вызывают у других дух соревнования;
с) производят впечатление, что предмет, который они преподают, их не интересует.
5. Я рад, что мои друзья:
а) помогают другим, когда для этого предоставляется случай;
б) всегда верны и надежны;

с) интеллигентны и у них широкие интересы.

6. Лучшими друзьями я считаю тех:

- а) с кем хорошо складываются взаимные отношения;
- б) которые могут больше, чем я;
- с) на которых можно надеяться.

7. Я хотел бы быть известным, как те: а) кто добился жизненного успеха; б) кто может сильно любить;

с) кто отличается дружелюбием и доброжелательностью.

8. Если бы я мог выбирать, я хотел бы быть:

- а) научным работником;
- б) опытным летчиком;
- с) начальником отдела.

9. Когда я был ребенком, то, по-видимому, я любил: а) игры с друзьями;

б) успехи в делах;

с) когда меня хвалили.

10. Больше всего мне не нравится:

- а) когда я встречаю препятствие при выполнении возложенной на меня задачи;
- б) когда в коллективе ухудшаются товарищеские отношения;
- с) когда меня критикует мой начальник.

11. Основная роль школ должна заключаться в:

- а) подготовке учеников к работе по специальности;
- б) развитию индивидуальных способностей и самостоятельности;
- с) воспитании в учениках качеств, благодаря которым они могли бы уживаться с людьми.

12. Мне не нравятся коллективы, в которых: а) недемократическая система;

б) человек теряет индивидуальность в общей массе; с) невозможно проявление собственной инициативы.

13. Если бы у меня было больше свободного времени, я бы использовал его: а) для общения с друзьями;

б) для любимых дел и самообразования; с) для беспечного отдыха.

14. Мне кажется, что я готов на максимальное, когда:

- а) работаю с симпатичными людьми;
- б) у меня работа, которая меня удовлетворяет;
- с) мои усилия достаточно вознаграждены.

15. Я люблю, когда: а) другие меня ценят;

б) чувствую удовлетворение от выполненной работы; с) приятно провожу время с друзьями.

16. Если бы обо мне писали газеты, то хотелось бы, чтобы: а) отметили дело, которое я выполнил;

б) похвалили меня за мою работу;

с) сообщили о том, что выбрали в комитет или бюро.

17. Лучше всего я учился бы, если бы преподаватель:

- a) имел ко мне индивидуальный подход;
- b) стимулировал бы к более интенсивному труду;
- c) вызывал дискуссию по разбираемым вопросам.

18. Нет ничего хуже, чем:

- a) оскорбление личного достоинства;
- b) неуспех при выполнении важной задачи;
- c) потеря друзей.

19. Больше всего я ценю: a) личный успех;

- b) общую работу;
- c) практические результаты.

20. Очень мало людей:

- a) действительно радуются выполненной работе;
- b) с удовольствием работают в коллективе;
- c) выполняют работу действительно хорошо.

21. Я не переносу: a) ссоры и споры;

- b) отметание всего нового;
- c) людей, ставящих себя выше других.

22. Я хотел бы:

- a) чтобы окружающие считали меня своим другом;
- b) помогать другим в общем деле;
- c) вызывать восхищение других.

23. Я люблю начальство, когда оно: a) требовательно;

- b) пользуется авторитетом; c) доступно.

24. На работе я хотел бы:

- a) чтобы решения принимались коллективно;
- b) самостоятельно работать над решением проблем;
- c) чтобы начальник признал мои достоинства.

25. Я хотел бы прочесть книгу:

- a) об искусстве хорошо уживаться с людьми;
- b) о жизни известного человека;
- c) типа «сделай сам».

26. Если бы у меня были музыкальные способности, я хотел бы быть: a) дирижером;

- b) солистом;
- c) композитором.

27. Свободное время с удовольствием провожу:

- a) смотря детективные фильмы;
- b) в развлечениях с друзьями;
- c) занимаясь своим увлечением (хобби).

28. При условии одинакового финансового успеха я бы с удовольствием: a) придумал интересный конкурс;

- b) выиграл бы конкурс;
- c) организовал бы конкурс и руководил им.

29. Для меня важнее всего знать:
- что я хочу сделать;
 - как достичь цели;
 - как привлечь других к достижению моей цели.
30. Человек должен вести себя так, чтобы:
- другие были довольны им;
 - выполнить прежде всего свою задачу;
 - не нужно было укорять его за работу.

Обработка результатов

Для определения социально-психологических детерминаций предпочтений необходимо подсчитать количество совпадений ответов обследуемого с ключами субшкал теста ОА по каждому пункту анкеты. Ключи субшкал S (направленности на себя), I (направленности на взаимодействие), Т (направленности на задачу) теста Смекалова и Кучера:

НС		ВД		НЗ	
1. А	16. В	1. С	16. С	1. В	16. А
2. В	17. А	2. С	17. С	2. А	17. В
3. А	18. А	3. С	18. С	3. В	18. В
4. А	19. А	4. В	19. В	4. С	19. С
5. В	20. С	5. А	20. В	5. С	20. А
6. С	21. С	6. А	21. А	6. В	21. В
7. А	22. С	7. С	22. А	7. В	22. В
8. С	23. В	8. В	23. С	8. А	23. А
9. С	24. С	9. А	24. А	9. В	24. В
10. С	25. В	10. В	25. А	10. А	25. С
11. В	26. В	11. С	26. А	11. А	26. С
12. В	27. А	12. А	27. В	12. С	27. С
13. С	28. В	13. А	28. С	13. В	28. А
14. С	29. А	14. А	29. С	14. В	29. В
15. А	30. С	15. С	30. А	15. В	30. В

Интерпретация результатов: Чем больше набрано баллов по одному из видов направленности, тем более доминирующей она является (описание шкал см. выше).

Описание результатов тестов и выводы по периоду зрелости

Период пожилого человека

Список рекомендуемой литературы

- Абрамова, Г. С. Возрастная психология : учебник для студентов вузов / Г. С. Абрамова. – Екатеринбург : Деловая книга, 1999. – 624 с.
- Ананьев, Б. Г. Человек как предмет познания / Б. Г. Ананьев. – СПб., 2002.

3. Бродская, С. Л. Возрастная психология в вопросах и ответах : учеб. пособие / С. Л. Бродская. – М. : КНОРУС, 2006. – 256 с.
4. Деркач, А. А. Акмеология как учебная и научная дисциплина / А. А. Деркач, Н. В. Кузьмина. – М., 1993.
5. Ермолаева, М. В. Психология зрелого и позднего возрастов в вопросах и ответах : учеб. пособие / М. В. Ермолаева. – М. : изд-во Московского психолого-социального института ; Воронеж : изд-во НПО «МОДЭК», 2004. – 280 с.
6. Климов, Е. А. Психология: воспитание и обучение / Е. А. Климов. – М., 2000.
7. Крайг, Г. Психология развития / Г. Крайг. – СПб. : Питер, 2000.
8. Немов, Р. С. Психология. Психология образования / Р. С. Немов. – Кн. 2. – М., 1994.
9. Трофимова, Н. М. Возрастная психология / Н. М. Трофимова, Т. Ф. Пушкина, Н. В. Козина. – СПб. : Питер, 2005. – 240 с.
10. Сорокоумова, Е. А. Возрастная психология : краткий курс / Е. А. Сорокоумова. – СПб. : Питер, 2006. – 208 с.
11. Мухина, В. С. Возрастная психология. Феноменология развития : учебник для студентов высш. учеб. заведений / В. С. Мухина. – 10-е изд., перераб. и доп. – М. : издательский центр «Академия», 2006. – 608 с.
12. Хилько, М. Е. Возрастная психология : конспект лекций / М. Е. Хилько, М. С. Ткачева. – М. : Высшее образование, 2007. – 191 с.
13. Дубровина, И. В. Психология : учебник для студ. сред. пед. учеб. заведений / И. В. Дубровина, Е. Е. Данилова, А. М. Прихожан / под ред. И. В. Дубровиной. – М. : издательский центр «Академия», 1999. – 464 с.
14. Фельдштейн, Д. И. Психология развивающейся личности / Д. И. Фельдштейн. – М. ; Воронеж : НПО «МОДЭК», 1996. – 543 с.
15. Учебное пособие по возрастной психологии. Для факультетов: психологии, педагогики и социальной работы. – Самара : издательский дом БАХРАХ. – М., 2003. – 768 с.
16. Фельдштейн, Д. И. Психология взросления / Д. И. Фельдштейн. – М. : МПСИ, Флинта, 1999.

Вопросы для обсуждения

1. Как изменяются с возрастом познавательные процессы?
2. В чем специфика психосоматических заболеваний в период пожилого человека?
3. Как взаимосвязаны здоровье и социальные контакты пожилых?
4. В каком случае возможно возрастание внутрисемейных конфликтов в период пожилого человека?

Подготовить в данной лабораторной работе письменно ответы на следующие вопросы:

1. Как вы полагаете, должна ли проводиться подготовка к старости, если да, то в каком возрасте? Как?

2. Вспомните ваших знакомых стариков с конструктивной и деструктивной стратегией старения. Кто из них вам более симпатичен?
3. Как вы реагируете на различного рода несправедливое ворчанье стариков с деструктивной стратегией старения? Удается ли вам их понять или они вызывают у вас чувство гнева?
4. Вызывают ли у вас интерес незнакомые пожилые люди, к примеру, в транспорте, или вы их не замечаете?
5. Как вы общаетесь со своими бабушками и дедушками? Применяете ли для этого знания, полученные в рамках изучения курса возрастной психологии?
6. Как вы полагаете, показателем чего является умение человека бесконфликтно общаться с пожилыми людьми ?
7. И как должны вести себя молодые люди в отношении пожилых людей?

Ответы на поставленные вопросы

Период старости

Список рекомендуемой литературы

1. Абрамова, Г. С. Возрастная психология : учебник для студентов вузов / Г. С. Абрамова. – Екатеринбург : Деловая книга, 1999. – 624 с.
2. Ананьев, Б. Г. Человек как предмет познания / Б. Г. Ананьев. – СПб., 2002.
3. Бродская, С. Л. Возрастная психология в вопросах и ответах : учеб. пособие / С. Л. Бродская. – М. : КНОРУС, 2006. – 256 с.
4. Деркач, А. А. Акмеология как учебная и научная дисциплина / А. А. Деркач, Н. В. Кузьмина. – М., 1993.
5. Ермолаева, М. В. Психология зрелого и позднего возрастов в вопросах и ответах : учеб. пособие / М. В. Ермолаева. – М. : изд-во Московского психолого-социального института ; Воронеж : изд-во НПО «МОДЭК», 2004. – 280 с.
6. Климов, Е. А. Психология: воспитание и обучение / Е. А. Климов. – М., 2000.
7. Крайг, Г. Психология развития / Г. Крайг. – СПб. : Питер, 2000.
8. Немов, Р. С. Психология. Психология образования / Р. С. Немов. – Кн. 2. – М., 1994.
9. Трофимова, Н. М. Возрастная психология / Н. М. Трофимова, Т. Ф. Пушкина, Н. В. Козина. – СПб. : Питер, 2005. – 240 с.
10. Сорокоумова, Е. А. Возрастная психология. Краткий курс / Е. А. Сорокоумова. – СПб. : Питер, 2006. – 208 с.
11. Мухина, В. С. Возрастная психология. Феноменология развития : учебник для студентов высш. учеб. заведений / В. С. Мухина. – 10-е изд., перераб. и доп. – М. : издательский центр «Академия», 2006. – 608 с.

12. Хилько, М. Е. Возрастная психология : конспект лекций / М. Е. Хилько, М. С. Ткачева.

—

М. : Высшее образование, 2007. – 191 с.

13. Дубровина, И. В. Психология : учебник для студ. сред. пед. учеб. заведений / И. В. Дубровина, Е. Е. Данилова, А. М. Прихожан ; под ред. И. В. Дубровиной. – М. : издательский центр «Академия», 1999. – 464 с.

14. Фельдштейн, Д. И. Психология развивающейся личности / Д. И. Фельдштейн. – М. ; Воронеж : НПО «МОДЭК», 1996. – 543 с.

15. Учебное пособие по возрастной психологии. Для факультетов: психологии, педагогики и социальной работы. – Самара : издательский дом БАХРАХ. – М., 2003. – 768 с.

16. Фельдштейн, Д. И. Психология взросления / Д. И. Фельдштейн. – М. : МПСИ, Флинта, 1999.

Вопросы для обсуждения

1. Как формулируются основные задачи развития в старости?
2. В чем сущность кризиса встречи со старостью?
3. Что такое адаптация к старости и от чего зависит ее успешность?
4. В чем состоит проблема утраты?

Творческое задание: поразмышляйте письменно на тему «Счастливая старость – что это такое?»

Рабочая программа дисциплины Практикум по возрастной психологии составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 37.03.01 Психология, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «29» июля 2020 г. №839.

Программу составила: канд. психол. наук, доцент кафедры психологии Нальгиева И.А.

Программа одобрена на заседании кафедры «Психология и педагогика»
Протокол № 4 от «03» февраля 2025 года

Программа одобрена Учебно-методическим советом педагогического факультета
Протокол № 4 от «06» февраля 2025 года

Сведения о переутверждении программы на очередной учебный год и регистрации изменений

Учебный год	Решение кафедры (№ протокола, дата)	Внесенные изменения	Подпись зав. кафедрой