**Методические рекомендации для педагогов и психологов образовательных организаций по вопросам профилактики и коррекции деструктивного**

**поведения несовершеннолетних**

В пособии представлен диагностический инструментарий по основным вопросам профилактики и коррекции деструктивного поведения несовершеннолетних, по коррекции агрессивного и суицидального поведения,. Материалы могут быть использованы в работе психологов, педагогов ОО.

*Примерные методики, рекомендуемые для выявления несовершеннолетних, склонных к деструктивному поведению.*

* + 1. *Анкета для педагогов «Критерии агрессивности ребенка»* (авторы - Г. П. Лаврентьева, Т. М. Титаренко, составлена авторами с целью выявления агрессивности у ребенка). Анкета состоит из 20 вопросов, удобна в применении.
    2. *Карта наблюдений (Д. Стотт)* предназначена для изучения особенностей учеников, дезадаптированных к условиям школы. Может использоваться для испытуемых разного возраста. Карта, оценивающая степень и характер дезадаптации школьника, состоит из 16 комплексов-симптомов – образцов поведения, или симптомокомплексов (СК). СК представлены в виде перечней и пронумерованы I–XVI. В каждом СК образцы поведения имеют свою нумерацию. При заполнении карты наблюдения наличие каждого из указанных в ней образцов поведения у обследуемого отмечается знаком "+", а отсутствие – знаком "–". Суммируются все баллы по каждому СК. Каждая из возможных "сырых" оценок делится на максимально возможную сумму и умножается на 100%.
    3. *Диагностический опросник для выявления склонности к различным*

*формам девиантного поведения «ДАП-П» для учащихся общеобразовательных учреждений.* Опросник «ДАП-П» является модифицированным вариантом опросника «ДАП-В» (СПб., ВМедА, кафедра психиатрии, НИЛ-7, 1999). Опросник ДАП-П направлен на выявление лиц, склонных к различным видам девиантного поведения. Опросник состоит из 3-х блоков: склонность к аддиктивному поведению, склонность к делинквентному поведению, склонность к суициду. Суммирование показателей по всем блокам определяет интегральную оценку склонности к девиантному поведению. Ниже представлен список вопросов для школьников 14-17 лет. Опросник содержит 47 вопросов (утверждений).

* + 1. *Методика диагностики показателей и форм агрессии А.Басса, А.Дарки (адаптация А. К. Осницкого).* Предназначен для исследования уровня проявления основных видов агрессии и враждебности в межличностном взаимодействии дома и в процессе обучения. Деструктивные тенденции, субъектно-объектные отношения, негативные чувства и оценки. Позволяет качественно и количественно охарактеризовать проявления агрессии и враждебности.
    2. *Методика измерения степени агрессивности (опросник Л.Г. Почебут).* Шкалы: вербальная агрессия, физическая агрессия, предметная агрессия, эмоциональная агрессия, самоагрессия.
    3. *Экспресс-опросник "Индекс толерантности" (Г.У.Солдатова, О.А.Кравцова, О.Е. Хухлаев, Л.А.Шайгерова)* Предназначен для диагностики общего уровня толерантности. Стимульный материал опросника составили утверждения, отражающие как общее отношение к окружающему миру и другим людям, так и социальные установки в различных сферах взаимодействия, где проявляются толерантность и интолерантность человека. В методику включены утверждения, выявляющие отношение к некоторым социальным группам (меньшинствам, психически больным людям, нищим), коммуникативные установки (уважение к мнению оппонентов, готовность к конструктивному решению конфликтов и продуктивному сотрудничеству). Специальное внимание уделено этнической толерантности-интолерантности (отношение к людям иной расы и этнической группы, к собственной этнической группе, оценка культурной дистанции). Три субшкалы опросника направлены на диагностику таких аспектов толерантности, как этническая толерантность, социальная толерантность, толерантность как черта личности.
    4. *Методика первичной диагностики и выявления детей «группы риска»*

*(М.И. Рожков, М.А. Ковальчук).* Опросник состоит из 74 вопросов, включает пять шкал: отношение в семье, агрессивность, недоверие к людям, неуверенность в себе, акцентуации характера.

* + 1. *Методика диагностики личностного роста (авторы И.В.Кулешова, П.В.Степанов, Д.В.Григорьев).* Методика позволяет оценить характер отношений школьника к семье, к Отечеству, к миру, к труду, к культуре, к знаниям, к людям, к себе.
    2. *Методика определения уровня депрессии, разработанная В.А.Жмуровым*, выявляет депрессивное состояние (главным образом тоскливой или меланхолической депрессии). Она дает возможность установить тяжесть депрессивного состояния на данный момент.
    3. *Методика «Карта риска суицида» (модификация для подростков Л.Б. Шнейдер)* предназначена для определения степени выраженности факторов риска суицида у подростков.
    4. *Опросник суицидального риска (модификация Т.Н. Разуваевой)* предназначен для экспресс-диагностики суицидального риска; выявления уровня сформированности суицидальных намерений с целью предупреждения серьезных попыток самоубийства. Предназначена для учащихся 8-11 класса. Возможно индивидуальное и групповое тестирование.
    5. *Шкала враждебности Кука – Медлей* представляет собой краткий опросник, предназначенный для диагностики склонности к неявному агрессивному и враждебному поведению.

**Анкета для педагогов «Критерии агрессивности ребенка»**

*(авторы - Г. П. Лаврентьева, Т. М. Титаренко, составлена авторами с целью выявления агрессивности у ребенка в группе детского сада или в классе)*

* 1. Временами кажется, что в него вселяется злой дух.
  2. Он не может промолчать, когда чем-то недоволен.
  3. Когда кто-то причиняет ему зло, он обязательно старается отплатить тем же.
  4. Иногда ему без всякой причины хочется выругаться.
  5. Бывает, что он с удовольствием ломает игрушки, разбивает что-то, потрошит.
  6. Иногда он так настаивает на чем-то, что окружающие теряют терпение.
  7. Он не прочь подразнить животных.
  8. Переспорить его трудно.
  9. Очень сердится, когда ему кажется, что над ним кто-то подшучивает.
  10. Иногда у него вспыхивает желание сделать что-то плохое, шокирующее окружающих.
  11. В ответ на обычные распоряжения стремится сделать все наоборот.
  12. Часто не по возрасту ворчлив.
  13. Воспринимает себя как самостоятельного и решительного.
  14. Любит быть первым, командовать, подчинять себе других.
  15. Неудачи вызывают у него сильное раздражение, желание найти виноватых.
  16. Легко ссорится, вступает в драку.
  17. Старается общаться с младшими и физически более слабыми.
  18. У него нередки приступы мрачной раздражительности.
  19. Не считается со сверстниками, не уступает, не делится.
  20. Уверен, что любое задание выполнит лучше всех.

# Ключ:

Положительный ответ на каждое утверждение оценивается в 1 балл, высокая агрессивность 15-20 баллов,

средняя 7-14,

низкая 0-6.

**КАРТА НАБЛЮДЕНИЙ (Д.Стотта)**

*Е.В.Гурова, Н.Ф.Шляхта, Н.Н. Седова "Диагностика психического развития детей"*

*Учебно - методическое пособие к курсу "Возрастная психология".*

*Москва, Институт молодежи, 1992 г.*

Методика используется для диагностики трудностей адаптация ребенка в школе, анализа характера дезадаптации и степени неприспособленности детей к школе по результатам длительного наблюдения, дает возможность получить картину эмоционального состояния ребенка, не позволяющего ему адекватно приспособиться к требованиям школьной жизни. Карта состоит из 198 «отрезков», сгруппированных в 16 синдромов.

I - недоверие к новым людям, вещам, ситуациям; II - депрессия;

1. - уход в себя;
2. - тревожность по отношению к взрослым; V - враждебность по отношению к взрослым; VI - тревожность по отношению к детям;
3. - недостаток социальной нормативности;
4. - враждебность по отношению к другим детям; IX - неугомонность;

X - эмоциональное напряжение; XI - невротические симптомы;

XII - неблагоприятные условия среды; XIII - умственная отсталость;

1. - сексуальное развитие;
2. - болезни и органические нарушения; XVI - физические дефекты.

Заполняется карта учителем, воспитателем или взрослыми, хорошо знающими ребенка. В регистрационном бланке зачеркиваются те цифры, которые соответствуют формам поведения (синдрому), наиболее характерным для данного ребенка.

Центральная вертикальная черта отделяет более тяжелые нарушения (справа) от менее тяжелых (слева). При подсчете симптом, находящийся слева от вертикальной черты, оценивается одним баллом, справа – двумя. Подсчитывается сумма баллов по каждому синдрому и общий «коэффициент дезадаптированности» по сумме баллов по всем синдромам. Помимо количественной обработки результатов проводится их качественный анализ.

Большое количество зачеркнутых отрезков у ребенка (по сравнению с другими детьми) дает возможность сделать вывод о серьезных нарушениях в развитии его личности и поведения, а также выделить те синдромы, которые в первую очередь определяют нарушения и преодоление которых должно занимать центральное место в работе с ребенком.

* 1. **НД** - недоверие к новым людям, вещам, ситуациям. Это ведет к тому, что любой успех стоит ребенку огромных усилий. **От 1 до 11** - менее явные симптомы; **от 12 до 17** - симптомы явного нарушения.
  2. **Д** - депрессия. В более легкой форме (симптомы **1-6**) время от времени наблюдаются разного рода перепады активности, смена настроения. Наличие симптомов **7 и 8** свидетельствует о склонности к раздражению и

физиологическом истощении. Симптомы **9-20** отражают более острые формы депрессии. Пунктам синдрома «Д» обычно сопутствуют выраженные синдромы «ВВ» и «ТВ», в особенности в крайних формах депрессии. По всей вероятности, они действительно репрезентируют элементы депрессивного истощения.

* 1. **У** - уход в себя. Избегание контакта с людьми, самоустранение. Защитная установка по отношению к любым контактам с людьми, неприятие проявляемого к нему чувства любви.
  2. **ТВ** - тревожность по отношению к взрослым. Беспокойство и неуверенность в том, интересуется ли им взрослые, любят ли его. Симптомы **1-6** - ребенок старается убедиться, «принимают» ли и любят ли его взрослые. Симптомы **7- 10** обращает на себя внимание и преувеличенно добивается любви взрослого. Симптомы **11-16** - проявляет большое беспокойство о том,

«принимают» ли его взрослые.

* 1. **ВВ** - враждебность по отношению ко взрослым. Симптомы **1-4** - ребенок проявляет различные формы неприятия взрослых, которые могут быть началом враждебности или депрессии. Симптомы **5-9** - относится ко взрослым то враждебно, то старается добиться их хорошего отношения. Симптомы **10- 17** - открытая враждебность, проявляющаяся в асоциальном поведении. Симптомы **18-24** - полная, неуправляемая, привычная враждебность.
  2. **ТД** - тревога по отношению к детям. Тревога ребенка за принятие себя другими детьми. Временами она принимает форму открытой враждебности. Все симптомы одинаково важны.
  3. **А** - недостаток социальной нормативности (асоциальность). Неуверенность в одобрении взрослых, которая выражается в различных формах негативизма. Симптомы **1-5** – отсутствие стараний понравиться взрослым. Безразличие и отсутствие заинтересованности в хороших отношениях с ними. Симптомы **5-9** у более старших детей могут указывать на определенную степень независимости. Симптомы **10-18** - отсутствие моральной щепетильности в мелочах. **16** - считает, что взрослые недружелюбны, вмешиваются, не имея на это права.
  4. **ВД** - враждебность к детям (от ревнивого соперничества до открытой враждебности).
  5. **Н** - неугомонность. Неугомонность, нетерпеливость, неспособность к работе, требующей усидчивости, концентрации внимания и размышления. Склонность к кратковременным и легким усилиям. Избегание долговременных усилий.
  6. **ЭН** - эмоциональное напряжение. Симптомы **1-5** свидетельствуют об эмоциональной незрелости. **6-7** - о серьезных страхах. **8-10** – о прогулах и непунктуальности.
  7. **НС** - невротические симптомы. Острота их может зависеть от возраста ребенка, они также могут быть последствиями существовавшего прежде нарушения.

Ориентировочные критерии (по данным В.А.Мурзенко).

Коэффициент дезадаптации основной части выборки составляет **от 8 до 25** баллов. **Свыше 25** баллов свидетельствует о значительной серьезности нарушения механизмов личностной адаптации, эти дети стоят на грани клинических нарушений и нуждаются в специальной помощи, вплоть до вмешательства психоневролога.

# Карта наблюдений

* + 1. **НД - недоверие к новым людям, вещам, ситуациям.**

1. Разговаривает с учителем только тогда, когда находится с ним наедине.
2. Плачет, когда ему делают замечания.
3. Никогда не предлагает никому никакой помощи, но охотно оказывает ее, если его об этом попросят.
4. Ребёнок "подчинённый" (соглашается на "невыигрышные" роли, например, во время игры бегает за мячом, в то время как другие спокойно на это смотрят).
5. Слишком тревожен, чтобы быть непослушным.
6. Лжёт из боязни.
7. Любит, если к нему проявляют симпатию, но не просит о ней.
8. Никогда не приносит учителю цветов или других подарков, хотя его товарищи часто это делают.
9. Никогда не приносит и не показывает учителю найденных им вещей или каких- нибудь моделей, хотя его товарищи часто это делают.
10. Имеет только одного хорошего друга и, как правило, игнорирует остальных мальчиков и девочек в классе.
11. Здоровается с учителем только тогда, когда тот обратит на него внимание. Хочет быть замеченным.
12. Не подходит к учителю по собственной инициативе.
13. Слишком застенчив, чтобы попросить о чём-то (например, о помощи).
14. Легко становится "нервным", плачет, краснеет, если ему задают вопрос.
15. Легко устраняется от активного участия в игре.
16. Говорит невыразительно, бормочет, особенно тогда, когда с ним здороваются.

# Д – депрессия

1. Во время ответа на уроке иногда старателен, иногда ни о чём не заботится.
2. В зависимости от самочувствия либо просит о помощи в выполнении школьных заданий, либо нет.
3. Ведёт себя очень по-разному. Старательность в учебной работе меняется почти ежедневно.
4. В играх иногда активен, иногда апатичен.
5. В свободное время иногда проявляет полное отсутствие интереса к чему бы то ни было.
6. Выполняя ручную работу иногда очень старателен, иногда нет.
7. Нетерпелив, теряет интерес к работе по мере её выполнения.
8. Рассерженный, "впадает в бешенство".
9. Может работать в одиночестве, но быстро устаёт.
10. Для ручной работы не хватает физических сил.
11. Вял, безынициативен (в классе).
12. Апатичен, пассивен, невнимателен.
13. Часто наблюдаются внезапные и резкие спады энергии.
14. Движения замедленны.
15. Слишком апатичен, чтобы из-за чего-нибудь расстраиваться (и, следовательно, ни к кому не обращается за помощью).
16. Взгляд "тупой" и равнодушный.
17. Всегда ленив и апатичен в играх.
18. Часто мечтает наяву.
19. Говорит невыразительно, бормочет.
20. Вызывает жалость (угнетённый, несчастный), редко смеётся.

# У - уход в себя

1. Абсолютно никогда ни с кем не здоровается.
2. Не реагирует на приветствия.
3. Не проявляет дружелюбия и доброжелательности к другим людям.
4. Избегает разговоров ("замкнут в себе").
5. Мечтает и занимается чем-то иным вместо школьных занятий (живет в другом мире).
6. Совершенно не проявляет интереса к ручной работе.
7. Не проявляет интереса к коллективным играм.
8. Избегает других людей.
9. Держится вдали от взрослых, даже тогда, когда чем-то задет иди в чем-то подозревается.
10. Совершенно изолируется от других детей (к нему невозможно приблизиться).
11. Производит такое впечатление, как будто совершенно не замечает других людей.
12. В разговоре беспокоен, сбивается с темы разговора.
13. Ведёт себя, подобно "настороженному животному".

# ТВ - тревожность по отношению к взрослым.

1. Очень охотно выполняет свои обязанности.
2. Проявляет чрезмерное желание здороваться с учителем.
3. Слишком разговорчив (докучает своей болтовнёй).
4. Очень охотно приносит цветы и другие подарки учителю.
5. Очень часто приносит и показывает учителю найденные им предметы, рисунки, модели и т.п.
6. Чрезмерно дружелюбен по отношению к учителю.
7. Преувеличенно много рассказывает учителю о своих занятиях в семье.
8. "Подлизывается", старается понравиться учителю.
9. Всегда находит предлог занять учителя своей особой.
10. Постоянно нуждается в помощи и контроле со стороны учителя.
11. Добивается симпатии учителя. Приходит к нему с различными мелкими делами и жалобами на товарищей.
12. Пытается "монополизировать" учителя (занимать его исключительно собственной особой).
13. Рассказывает фантастические, вымышленные истории.
14. Пытается заинтересовать взрослых своей особой, но не прилагает со своей стороны никаких стараний в этом направлении.
15. Чрезмерно озабочен тем, чтобы заинтересовать собой взрослых и приобрести их симпатии.
16. Полностью "устраняется", если его усилия не увенчиваются успехом.

# ВВ - враждебность по отношению к взрослым.

1. Переменчив в настроениях.
2. Исключительно нетерпелив, кроме тех случаев, когда находится в "хорошем" настроении.
3. Проявляет упорство и настойчивость в ручной работе.
4. Часто бывает в плохом настроении.
5. При соответствующем настроении предлагает свою помощь или услуги.
6. Когда о чем-то просит учителя, то бывает иногда очень сердечным, иногда - равнодушным.
7. Иногда стремится, а иногда избегает здороваться с учителем.
8. В ответ на приветствие может выражать злость или подозрительность.
9. Временами дружелюбен, временами в плохом настроении.
10. Очень переменчив в поведений. Иногда кажется, что он умышленно плохо выполняет работу.
11. Портит общественную и личную собственность (в домах, садах, общественном транспорте).
12. Вульгарный язык, рассказы, стихи, рисунки.
13. Неприятен, в особенности, когда защищается от предъявляемых ему обвинений.
14. "Бормочет под нос", если чем-то недоволен.
15. Негативно относится к замечаниям.
16. Временами лжёт без какого-либо повода и без затруднений.
17. Раз или два был замечен в воровстве денег, сладостей, ценных предметов.
18. Всегда на что-то претендует и считает, что несправедливо наказан.
19. "Дикий" взгляд. Смотрит "исподлобья".
20. Очень непослушен, не соблюдает дисциплину.
21. Агрессивен (кричит, угрожает» употребляет силу).
22. Охотнее всего дружит с так называемыми "подозрительными типами".
23. Часто ворует деньги, сладости, ценные предметы.
24. Ведёт себя непристойно.

# ТД - тревога по отношению к детям.

1. "Играет героя", особенно когда ему делают замечания.
2. Не может удержаться, чтобы не "играть" перед окружающими.
3. Склонен "прикидываться дурачком".
4. Слишком смел (рискует без надобности).
5. Заботится о том, чтобы всегда находиться в согласии с большинством. Навязывается другим; им легко управлять.
6. Любит быть в центре внимания.
7. Играет исключительно (или почти исключительно) с детьми старше себя.
8. Старается занять ответственный пост, но опасается, что не справится с ним.
9. Хвастает перед другими детьми.
10. Паясничает (строит из себя шута).
11. Шумно ведёт себя, когда учителя нет в классе.
12. Одевается вызывающе (брюки, причёска - мальчики: преувеличенность в одежде, косметика - девочки).
13. Co страстью портит общественное имущество.
14. Дурацкие выходки в группе сверстников.
15. Подражает хулиганским проделкам других.

# А - недостаток социальной нормативности (асоциальность)

1. Не заинтересован в учебе.
2. Работает в школе только тогда, когда над ним «стоят» или когда его заставляют работать.
3. Работает вне школы только тогда, когда его контролируют или заставляют работать.
4. Не застенчив, но проявляет безразличие при ответе на вопросы учителя.
5. Не застенчив, но никогда не просит о помощи.
6. Никогда добровольно не берётся ни за какую работу.
7. Не заинтересован в одобрении или в неодобрении взрослых.
8. Сводит к минимуму контакты с учителем, но нормально общается с другими людьми
9. Избегает учителя, но разговаривает с другими людьми.
10. Списывает домашние задания.
11. Берет чужие книги без разрешения.
12. Эгоистичен, любит интриги, портит другим детям игры.
13. В играх с другими детьми проявляет хитрость и непорядочность.
14. "Нечестный игрок" (играет только для личной выгоды, обманывает в играх).
15. Не может смотреть прямо в глаза другому.
16. Скрытен и недоверчив.

# ВД - враждебность по отношению к другим детям.

1. Мешает другим детям в играх, подсмеивается над ними, любит их путать.
2. Временами очень недоброжелателен по отношению к тем детям, которые не принадлежат к тесному кругу его общения.
3. Надоедает другим детям, пристаёт к ним.
4. Ссорится, обижает других детей.
5. Пытается своими замечаниями создать определенные трудности у других детей.
6. Прячет или уничтожает предметы, принадлежащие другим детям.
7. Находится по преимуществу в плохих отношениях с другими детьми.
8. Пристает к более слабым детям.
9. Другие дети его не любят или даже не терпят.
10. Дерётся несоответствующим образом (кусается, царапается и пр.)

# Неугомонность.

1. Очень неряшлив.
2. Отказывается от контактов с другими детьми таким образом, что это для них очень неприятно.
3. Легко примиряется с неудачами в ручном труде.
4. В играх совершенно не владеет собой.
5. Непунктуален, нестарателен. Часто забывает или теряет карандаши, книги, другие предметы.
6. Неровный, безответственный в ручном труде
7. Нестарателен в школьных занятиях,
8. Слишком беспокоен, чтобы работать в одиночку.
9. В классе не может быть внимателен или длительно на чем-либо сосредоточиться.
10. Не знает, что с собой поделать. Ни на чем не может остановиться хотя бы на относительно длительный срок.
11. Слишком беспокоен, чтобы запомнить замечания или указания взрослых.

# ЭН - эмоциональное напряжение.

1. Играет игрушками, слишком детскими для его возраста.
2. Любит игры, но быстро теряет интерес к ним.
3. Слишком инфантилен в речи.
4. Слишком незрел, чтобы прислушиваться и следовать указаниям.
5. Играет исключительно (преимущественно) с более младшими детьми.
6. Слишком тревожен, чтобы решиться на что-либо.
7. Другие дети пристают к нему (он является "козлом отпущения").
8. Его часто подозревают в том, что он прогуливает уроки, хотя на самом деле он пытался это сделать раз или два.
9. Часто опаздывает.
10. Уходит с отдельных уроков.
11. Неорганизован, разболтан, несобран.
12. Ведёт себя в группе (классе) как посторонний, отверженный.

# НС - невротические симптомы.

1. Заикается, запинается. "Трудно вытянуть из него слово".
2. Говорит беспорядочно.
3. Часто моргает.
4. Бесцельно двигает руками. Разнообразные "тики".
5. Грызёт ногти.
6. Ходит, подпрыгивая.
7. Сосёт палец (старше 10 лет).

# С - неблагоприятные условия среды.

1. Часто отсутствует в школе.
2. Не бывает в школе по несколько дней
3. Родители сознательно лгут, оправдывая отсутствие ребёнка в школе.
4. Вынужден оставаться дома, чтобы помогать родителям.
5. Неряшлив, "грязнуля".
6. Выглядит так, как будто очень плохо питается.
7. Значительно некрасивее других детей.

# ХIII. УО - умственная отсталость.

1. Сильно отстаёт в учёбе.
2. "Туп" для своего возраста.
3. Совершенно не умеет читать.
4. Огромные недостатки в знании элементарной математики.
5. Совершенно не понимает математики.
6. Другие дети относятся к нему как к дурачку.
7. Попросту глуп.

# СР - сексуальное развитие.

1. Очень раннее развитие, чувствительность к противоположному полу
2. Задержки полового развития.
3. Проявляет извращённые наклонности.

# Б - болезни и органические нарушения.

1. Неправильное дыхание.
2. Частые простуды.
3. Частые кровотечения из носа.
4. Дышит через рот.
5. Склонность к ушным заболеваниям.
6. Склонность к кожным заболеваниям.
7. Жалуется на частые боли в желудке и тошноту.
8. Частые головные боли.
9. Склонность чрезмерно бледнеть или краснеть.
10. Болезненные, покрасневшие веки.
11. Очень холодные руки.
12. Косоглазие.
13. Плохая координация движений.
14. Неестественные позы тела.

# Ф - физические дефекты.

1. Плохое зрение
2. Слабый слух.
3. Слишком маленький рост.
4. Чрезмерная полнота.
5. Другие ненормальные особенности телосложения.

# Регистрационный лист

Имя, фамилия Возраст

Дата Класс

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Нарушения | Неприспособленность |
| НД | 1,2,3,4,5,6.7,8,9,10,11 | 12,13,14,15,16 |
| Д | 1,2,3,4,5,6.7,9, 10 | 8, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19,20 |
| У | 1,2,3,4,5,6,7 | 8,9, 10, 11, 12, 13 |
| ТВ | 1,2,3,4,5,6,7,9, 11, 13. 15 | 8,10,12.14,16 |
| ВВ | 1,2,3,4,5,6,7,8,9,10 | 11,12,13,14,15,16,17,18,19,20,21,22,23,24 |
| ТД | 2,3,4,.5,6,7,8,9, 10 | 1,11,12,13,14,15 |
| А | 1,2,3,4,5,6,8,9, 10, 11 | 7,12,13,14,15,16 |
| Н | 1,3,4,5,6,7,8,9,10, 11 | 2 |
| ВД | 1,2,3,4,5 | 6,7,8,9,10 |
| ЭН | 1,2,3,4,5,9, 10 | 6,7,8,11,12 |
| НС | 2,3,4 | 1,5,6,7 |
| С | 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 |  |
| СР | 1,2 | 3 |
| УО | 1,2,3,4,5 | 6,7 |
| Б | 1,2,3,4,5,6,7,8,9, 10, 11, 12 | 13 |
| Ф | 1,2,4,5 | 3 |

В регистрационном бланке зачеркиваются те цифры, которые соответствуют формам поведения (фрагментам), наиболее характерным для данного ребенка. Центральная вертикальная черта отделяет более тяжелые нарушения (справа) от менее тяжелых (слева). В бланке номера симптомов не всегда идут по порядку, их расположение зависит от значимости того или иного симптома (фрагмента поведения) для квалификации синдрома. Например, в синдроме Д симптомы 9 и 10 стоят слева, а симптом 8 - справа от вертикальной черты. Это означает, что симптом 8 говорит о более серьезном нарушении в отношении синдрома Д. При подсчете симптом, находящийся слева от вертикальной черты, оценивается одним баллом, справа - двумя. Подсчитываются сумма баллов по каждому синдрому и общий "коэффициент дезадаптированности" по сумме баллов по всем синдромам. Большое число зачеркнутых фрагментов поведения у ребенка (по сравнению с другими детьми) дает возможность сделать вывод о серьезных нарушениях в развитии его личности и поведения, а также определить те синдромы, которые в первую очередь выделяют эти нарушения.

**Диагностический опросник для выявления склонности к различным формам девиантного поведения «ДАП-П»**

Опросник «ДАП-П» является модифицированным вариантом опросника

«ДАП-В» (СПб., ВМедА, кафедра психиатрии, НИЛ-7, 1999). Опросник ДАП-П направлен на выявление лиц, склонных к различным видам девиантного поведения. Опросник состоит из 3-х блоков: склонность к аддиктивному поведению, склонность к делинквентному поведению, склонность к суициду. Суммирование показателей по всем блокам определяет интегральную оценку склонности к девиантному поведению. Ниже представлен список вопросов для школьников 14-17 лет. Опросник содержит 47 вопросов (утверждений), на каждый из которых обследуемому предлагается выбрать один из 4 вариантов ответа: «совершенно верно» (3 балла), «верно» (2 балла), «пожалуй, так» (1 балл), «нет, это совсем не так» (0 баллов).

**Инструкция.** Сейчас вам будут предъявлены вопросы, касающиеся некоторых ваших индивидуальных психологических особенностей. На регистрационном бланке приводится 4 варианта ответов. Вам необходимо внимательно прочитать вопрос и выбрать наиболее подходящий для вас вариант ответа, все ответы должны фиксироваться в регистрационном бланке. Для этого в строке, соответствующей номеру вопроса, вам необходимо отметить одну из четырех клеток, совпадающую с выбранным вами ответом. На каждый вопрос возможен только один вариант ответа.

Вводная инструкция закончена, у кого есть вопросы, поднимите руку – к вам подойдут и помогут. Если вопросов нет, приступайте к работе.

* 1. Я хорошо понял инструкцию к данной методике.
  2. Люди, с которыми я пытаюсь находиться в дружеских отношениях, очень часто причиняют мне боль.
  3. «За компанию» с товарищами я могу принять большое количество алкоголя.
  4. Я считаю, что в некоторых ситуациях жизнь может потерять ценность для человека.
  5. Я бываю излишне груб (а) с окружающими.
  6. Мои друзья рассказывали, что в некоторых ситуациях они испытывали необычные состояния: видели красочные и интересные видения, слышали странные звуки и др.
  7. Думаю, что самым трудным предметом для меня будет — про- изводственное обучение.
  8. Среди моих друзей были такие, которые вели такой образ жизни, что мне приходилось скрывать свою дружбу от родителей.
  9. Мне кажется, окружающие плохо понимают меня, не ценят и недолюбливают.
  10. В последнее время я замечаю, что стал (а) много курить. Это помогает мне отвлечься от проблем и хлопот.
  11. Бывало, что по утрам у меня дрожали руки и голова просто

«раскалывалась».

* 1. Я всегда стремился (лась) к дружбе с ребятами, которые были старше меня по возрасту.
  2. Не могу заставить себя бросить курить, хотя знаю, что это вредно.
  3. В состоянии агрессии я способен (а) на многое.
  4. Среди моих близких родственников (отец, мать, братья, сестры) были судимые лица.
  5. Часто я испытывал чувство невесомости тела, отрешенности от окружающего мира, нереальности происходящего.
  6. На подрастающее поколение влияет так много обстоятельств, что усилия родителей и педагогов по их воспитанию оказываются бесполезными.
  7. Если кто-нибудь виноват в моих неприятностях, я найду способ отплатить ему тем же.
  8. Приятели, с которыми я дружу, не нравятся моим родителям.
  9. Я считаю, что можно оправдать людей, выбравших добровольную смерть.
  10. Я привык (ла) считать, что «око за око, зуб за зуб».
  11. Я всегда раз в неделю выпиваю.
  12. Если кто-то причинил мне зло, я отплачу ему тем же.
  13. Бывало, что я слышал (а) голоса внутри моей головы, звучание собственных мыслей. 25. Смысл жизни не всегда бывает ясен, иногда его можно потерять.

1. У меня есть друзья, которые любят смотреть «мультики**»** после приема разных веществ**.**
2. В районе, где я проживаю, есть молодежные тусовки, которые активно враждуют между собой.
3. В последнее время, чтобы не сорваться, я вынужден (а) принимать успокоительные средства.
4. Я пыталась (лся) освободиться от некоторых пагубных привычек.
5. Я не осуждаю людей, которые совершают попытки уйти из жизни.
6. Употребляя алкоголь, я часто превышал свою норму.
7. Мои родители и родственники высказывали опасения в связи с моими выпивками.
8. В последнее время я часто испытывал (а) стресс, поэтому принимал (а) успокоительные средства.
9. Выбор добровольной смерти человеком в обычной жизни, безусловно, может быть оправдан.
10. В нашей школе был принят «ритуал прописки» новичков, и я активно в нем участвовал.
11. В последнее время у меня подавленное состояние, будущее кажется мне безнадежным.
12. У меня были неприятности во время учебы в связи с употреблением алкоголя.
13. Мне неприятно вспоминать и говорить о некоторых случаях, которые были связаны с употреблением алкоголя.
14. Мои друзья умеют хорошо «расслабиться» и получить удовольствие.
15. Можно согласиться с тем, что я не очень-то склонен выполнять многие законы, считая их неразумными.
16. Среди моих близких друзей были такие, которые часто уходили из дома, бродяжничали и т. д.
17. Я считаю, что мой отец злоупотреблял (злоупотребляет) алкоголем.
18. Я люблю играть в азартные игры. Они дают возможность

«встряхнуться», «поймать свой шанс».

1. Я понимаю людей, которые не хотят жить дальше, если их предают родные и близкие.
2. Я не осуждаю друзей, которые курят «травку».
3. Нет ничего предосудительного в том, что люди пытаются испытать на себе некоторые необычные состояния.
4. В нашей семье были случаи добровольного ухода из жизни (или попытки ухода).
5. С некоторыми своими привычками я уже не смогу справиться, даже если очень захочу.

## Обработка результатов

Обработка результатов обследования производится по каждому блоку в отдельности с помощью специальных «ключей», а также по всей методике в целом, путем суммирования баллов. При этом ответы оцениваются следующим образом:

0 — Нет, это совсем не так 1 — Пожалуй, так

1. — Верно
2. — Совершенно верно

В процессе обработки вначале необходимо обратить внимание на вопрос 1 (хорошо ли понял обследуемый инструкцию к данной методике).

# Стены к методике «ДАП-П»

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименов**  **ание шкал методики** | **Низкие** | | **Стены** | | | | | | **Высокие** | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Шкала  «Аддиктивное поведение» | 38 и  > | 37-31 | 30-  26 | 25-19 | 18-13 | 12-8 | 7-6 | 5-4 | 3-2 | 1 и < |
| Шкала  «Делинквентное поведение» | 33 и> | 32-27 | 26-  23 | 22-18 | 17-15 | 14-11 | 10-  8 | 7-5 | 4-3 | 2 и < |
| Шкала  «Суицидальный риск» | 16 и> | 15-13 | 12-  10 | 9-7 | 6-5 | 4 | 3 | 2 | 1 | 0 |
| Интегральн  ая оценка («Девиантное поведение») | 100  и> | 88-83 | 82-  68 | 67-54 | 53-45 | 44-33 | 32-  26 | 25-19 | 15-18 | 14 и  < |
| Баллы по методике |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

*Примечание.* Показатели, соответствующие 1-2 стенам, говорят о высокой склонности к девиантному поведению; показатели, соответствующие 3-7 стенам, - о значительной предрасположенности; показатели, соответствующие 9-10 стенам, - о низкой склонности (или отсутствии) к девиантному поведению.

Уровень склонности **к аддиктивному поведению** (шкала АДП) оценивается по следующим номерам вопросов: 3, 6, 10, 11,13, 16, 22, 24, 26, 28, 29, 31, 32,33,

37, 38,39, 42, 43, 45, 46,48.

Уровень склонности **к делинквентному поведению** (шкала ДП) оценивается по следующим номерам вопросов: 5,7, 8, 12, 14, 15, 17, 18, 19, 21, 23, 27, 35, 40, 41. Уровень **суицидальной предрасположенности** (шкала СР) оценивается по следующим номерам вопросов: 2, 4, 9, 20, 25, 30, 34, 36, 44, 47. При дальнейшей обработке «сырые» значения по отдельным шкалам суммируются, определяется суммарный балл (склонность к девиантным формам поведения), который затем переводится в 10-балльную шкалу нормального

распределения (стены).

**Методика диагностики показателей и форм агрессии А. Басса И А. Дарки**

*(адаптация А. К. Осницкого)*

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

«ПОЖАЛУЙ, ДА», «ПОЖАЛУЙ, НЕТ», «НЕТ».

1. Временами не могу справиться с желанием навредить кому-либо.
2. Иногда могу посплетничать о людях, которых не люблю.
3. Легко раздражаюсь, но легко и успокаиваюсь.
4. Если меня не попросить по-хорошему, просьбу не выполню.
5. Не всегда получаю то, что мне положено.
6. Знаю, что люди говорят обо мне за моей спиной.
7. Если не одобряю поступки других людей, даю им это почувствовать.
8. Если случается обмануть кого-либо, испытываю угрызения совести.
9. Мне кажется, что я не способен ударить человека.
10. Никогда не раздражаюсь настолько, чтобы разбрасывать вещи.
11. Всегда снисходителен к чужим недостаткам.
12. Когда установленное правило не нравится мне, хочется нарушить его.
13. Другие почти всегда умеют использовать благоприятные обстоятельства.
14. Меня настораживают люди, которые относятся ко мне более дружелюбно, чем я этого ожидаю.
15. Часто бываю не согласен с людьми.
16. Иногда на ум приходят мысли, которых я стыжусь.
17. Если кто-нибудь ударит меня, я не отвечу ему тем же.
18. В раздражении хлопаю дверьми.
19. Я более раздражителен, чем кажется со стороны.
20. Если кто-то корчит из себя начальника, я поступаю ему наперекор.
21. Меня немного огорчает моя судьба.
22. Думаю, что многие люди не любят меня.
23. Не могу удержаться от спора, если люди не согласны со мной.
24. Увиливающие от работы должны испытывать чувство вины.
25. Кто оскорбляет меня или мою семью, напрашивается на драку.
26. Я не способен на грубые шутки.
27. Меня охватывает ярость, когда надо мной насмехаются.
28. Когда люди строят из себя начальников, я делаю все чтобы они не зазнавались.
29. Почти каждую неделю вижу кого-нибудь из тех, кто мне не нравится.
30. Довольно многие завидуют мне.
31. Требую, чтобы люди уважали мои права.
32. Меня огорчает, что я мало делаю для своих родителей.
33. Люди, которые постоянно изводят вас, стоят того, чтобы их щелкнули по носу.
34. От злости иногда бываю мрачным.
35. Если ко мне относятся хуже, чем я того заслуживаю, я не огорчаюсь.
36. Если кто-то пытается вывести меня из себя, я не обращаю на него внимания.
37. Хотя я и не показываю этого, иногда меня гложет зависть.
38. Иногда мне кажется, что надо мной смеются.
39. Даже если злюсь, не прибегаю к сильным выражениям.
40. Хочется, чтобы мои грехи были прощены.
41. Редко даю сдачи, даже если кто-нибудь ударит меня.
42. Обижаюсь, когда иногда получается не по-моему.
43. Иногда люди раздражают меня своим присутствием.
44. Нет людей, которых бы я по-настоящему ненавидел.
45. Мой принцип: «Никогда не доверять чужакам».
46. Если кто-то раздражает меня, готов сказать ему все, что о нем думаю.
47. Делаю много такого, о чем впоследствии сожалею.
48. Если разозлюсь, могу ударить кого-нибудь.
49. С десяти лет у меня не было вспышек гнева.
50. Часто чувствую себя, как пороховая бочка, готовая взорваться.
51. Если бы знали, что я чувствую, меня бы считали человеком, с которым нелегко ладить.
52. Всегда думаю о том, какие тайные причины заставляют людей делать что- нибудь приятное для меня.
53. Когда кричат на меня, кричу в ответ.
54. Неудачи огорчают меня.
55. Дерусь не реже и не чаще других.
56. Могу вспомнить случаи, когда был настолько зол, что хватал первую попавшуюся под руку вещь и ломал ее.
57. Иногда чувствую, что готов первым начать драку.
58. Иногда чувствую, что жизнь со мной поступает несправедливо.
59. Раньше думал, что большинство людей говорит правду, но теперь этому не верю.
60. Ругаюсь только от злости.
61. Когда поступаю неправильно, меня мучает совесть.
62. Если для защиты своих прав нужно применить физическую силу, я применяю ее.
63. Иногда выражаю свой гнев тем, что стучу по столу.
64. Бываю грубоват по отношению к людям, которые мне не нравятся.
65. У меня нет врагов, которые хотели бы мне навредить.
66. Не умею поставить человека на место, даже если он этого заслуживает.
67. Часто думаю, что живу неправильно.
68. Знаю людей, которые способны довести меня до драки.
69. Не огорчаюсь из-за мелочей.
70. Мне редко приходит в голову мысль о том, что люди пытаются разозлить или оскорбить меня.
71. Часто просто угрожаю людям, не собираясь приводить угрозы в исполнение.
72. В последнее время я стал занудой.
73. В споре часто повышаю голос.
74. Стараюсь скрывать плохое отношение к людям.
75. Лучше соглашусь с чем-либо, чем стану спорить.

При обработке данных в обычных условиях ответы «ДА» и «ПОЖАЛУЙ, ДА» объединяются (суммируются как ответы «да»), так же как и ответы «НЕТ» и

«ПОЖАЛУЙ, НЕТ» (суммируются как ответы «нет»).

**КЛЮЧ** для обработки результатов испытания по опроснику

«1». ФИЗИЧЕСКАЯ АГРЕССИЯ (к=11): 1+, 9-, 17-, 25+, 33+, 41+, 48+, 55+, 62+, 68+.

«2». ВЕРБАЛЬНАЯ АГРЕССИЯ (к=8): 7+, 15+, 23+, 31+, 39-, 46+, 53+, 60+, 66-, 71+,

73+, 74-, 75-.

«3». КОСВЕННАЯ АГРЕССИЯ (к=13): 2+, 10+, 18+, 26-, 34+, 42+, 49-, 56+, 63+.

«4». НЕГАТИВИЗМ (к=20): 4+, 12+, 20+, 28+, 36-.

«5». РАЗДРАЖЕНИЕ (к=9): 3+, 11-, 19+, 27+, 35-, 43+, 50+, 57+, 64+, 69-, 72+.

«6». ПОДОЗРИТЕЛЬНОСТЬ (к=11): 6+, 14+, 22+, 30+, 38+, 45+, 52+, 59+, 65-, 70-.

«7». ОБИДА (к=13): 5+, 13+, 21+, 29+, 37+, 44+, 51+, 58+.

«8». ЧУВСТВО ВИНЫ (к=11): 8+, 16+, 24+, 32+, 40+, 47+, 54+, 61+, 67+.

Номера вопросов со знаком «—» требуют и регистрации ответа с противоположным знаком: если был ответ «ДА», то мы его регистрируем как ответ

«Нет», если был ответ «Нет», регистрируем как ответ «ДА». Сумма баллов, умноженная на коэффициент, указанный в скобках при каждом параметре агрессивности, позволяет получить удобные для сопоставления — нормированные

— показатели, характеризующие индивидуальные и групповые результаты (нулевые значения не просчитываются).

Суммарные показатели:

(«1» + «2» + «3») : 3 = ИА - индекс агрессивности; («6» + «7») : 2 = ИВ — индекс враждебности.

А. Басс и А. Дарки предложили опросник для выявления важных, по их мнению, показателей и форм агрессии:

1. Использование физической силы против другого лица - ФИЗИЧЕСКАЯ АГРЕССИЯ.
2. Выражение негативных чувств как через форму (ссора, крик, визг), так и через содержание словесных обращений к другим лицам (угроза, проклятия, ругань) — ВЕРБАЛЬНАЯ АГРЕССИЯ.
3. Использование окольным путем направленных против других лиц сплетен, шуток и проявление ненаправленных, неупорядоченных, взрывов ярости (в крике, топании ногами и т. п.) — КОСВЕННАЯ АГРЕССИЯ.
4. Оппозиционная форма поведения, направленная обычно против авторитета и руководства, которая может нарастать от пассивного сопротивления до активных действий против требований, правил, законов, — НЕГАТИВИЗМ.
5. Склонность к раздражению, готовность при малейшем возбуждении излиться во вспыльчивости, резкости, грубости - РАЗДРАЖЕНИЕ.
6. Склонность к недоверию и осторожному отношению к людям, проистекающим из убеждения, что окружающие намерены причинить вред, — ПОДОЗРИТЕЛЬНОСТЬ.
7. Проявления зависти и ненависти к окружающим, обусловленные чувством гнева, недовольства кем-то именно или всем миром за действительные или мнимые стра- дания, - ОБИДА.
8. Отношение и действия по отношению к себе и окружающим, проистекающие из возможного убеждения самого обследуемого в том, что он является плохим человеком, поступает нехорошо: вредно, злобно или бессовестно, - АУТОАГРЕССИЯ, или ЧУВСТВО ВИНЫ.

# ПРИЛОЖЕНИЕ 7

**Методика измерения степени агрессивности (опросник Л.Г. Почебут) Инструкция к тесту**

«Предполагаемый опросник выявляет ваш обычный стиль поведения в стрессовых ситуациях и особенности приспособления в социальной среде. Вам необходимо однозначно ( «да» или «нет» ) оценить 40 приведенных ниже утверждений».

# Тест

* 1. Во время спора я часто повышаю голос.
  2. Если меня кто-то раздражает, я могу сказать ему все, что о нем думаю.
  3. Если мне необходимо будет прибегнуть к физической силе для защиты своих прав, я, не раздумывая, сделаю это.
  4. Когда я встречаю неприятного мне человека, я могу позволить себе незаметно ущипнуть или толкнуть его.
  5. Увлекшись спором с другим человеком, я могу стукнуть кулаком по столу, чтобы привлечь к себе внимание или доказать свою правоту.
  6. Я постоянно чувствую, что другие не уважают мои права.
  7. Вспоминая прошлое, порой мне бывает обидно за себя.
  8. Хотя я и не подаю вида, иногда меня гложет зависть.
  9. Если я не одобряю поведение своих знакомых, то я прямо говорю им об этом.
  10. В сильном гневе я употребляю крепкие выражения, сквернословлю.
  11. Если кто-нибудь поднимет на меня руку, я постараюсь ударить его первым.
  12. Я бываю настолько взбешен, что швыряю разные предметы.
  13. У меня часто возникает потребность переставить в квартире мебель или полностью сменить ее.
  14. В общении с людьми я часто чувствую себя «пороховой бочкой», которая постоянно готова взорваться.
  15. Порой у меня появляется желание зло пошутить над другим человеком.
  16. Когда я сердит, то обычно мрачнею.
  17. В разговоре с человеком я стараюсь его внимательно выслушать, не перебивая.
  18. В молодости у меня часто «чесались кулаки» и я всегда был готов пустить их в ход.
  19. Если я знаю, что человек намеренно меня толкнул, то дело может дойти до драки.
  20. Творческий беспорядок на моем рабочем столе позволяет мне эффективно работать.
  21. Я помню, что бывал настолько сердитым, что хватал все, что попадало под руку, и ломал.
  22. Иногда люди раздражают меня только одним своим присутствием.
  23. Я часто удивляюсь, какие скрытые причины заставляют другого человека делать мне что-нибудь хорошее.
  24. Если мне нанесут обиду, у меня пропадет желание разговаривать с кем бы то ни было.
  25. Иногда я намеренно говорю гадости о человеке, которого не люблю.
  26. Когда я взбешен, я кричу самое злобное ругательство.
  27. В детстве я избегал драться.
  28. Я знаю, по какой причине и когда можно кого-нибудь ударить.
  29. Когда я взбешен, то могу хлопнуть дверью.
  30. Мне кажется, что окружающие люди меня не любят.
  31. Я постоянно делюсь с другими своими чувствами и переживаниями.
  32. Очень часто своими словами и действиями я сам себе приношу вред.
  33. Когда люди орут на меня, я отвечаю тем же.
  34. Если кто-нибудь ударит меня первым, я в ответ ударю его.
  35. Меня раздражает, когда предметы лежат не на своем месте.
  36. Если мне не удается починить сломавшийся или порвавшийся предмет, то я в гневе ломаю или рву его окончательно.
  37. Другие люди мне всегда кажутся преуспевающими.
  38. Когда я думаю об очень неприятном мне человеке, я могу прийти в возбуждение от желания причинить ему зло.
  39. Иногда мне кажется, что судьба сыграла со мной злую шутку.
  40. Если кто-нибудь обращается со мной не так, как следует, я очень расстраиваюсь по этому поводу.

# Обработка и интерпретация результатов теста

Агрессивное поведение по форме проявления подразделяется на 5 шкал.

* **Вербальная агрессия (ВА)** – человек вербально выражает свое агрессивное отношение к другому человеку, использует словесные оскорбления.
* **Физическая агрессия (ФА)** – человек выражает свою агрессию по отношению к другому человеку с применением физической силы.
* **Предметная агрессия (ПА)** – человек срывает свою агрессию на окружающих его предметах.
* **Эмоциональная агрессия (ЭА)** – у человека возникает эмоциональное отчуждение при общении с другим человеком, сопровождаемое подозрительностью, враждебностью, неприязнью или недоброжелательностью по отношению к нему.
* **Самоагрессия (СА)** – человек не находится в мире и согласии с собой; у него отсутствуют или ослаблены механизмы психологической защиты; он оказывается беззащитным в агрессивной среде.

# Ключ для обработки теста:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Тип агрессии** | **номер утверждения** | |
| **Да** | **Нет** |
| ВА | 1, 2, 9, 10, 25, 26, 33 | 17 |
| ФА | 3, 4, 11,1 8, 19, 28, 34 | 27 |
| ПА | 5, 12, 13, 21, 29, 35, 36 | 20 |
| ЭА | 6, 14, 15, 22, 30, 37, 38 | 23 |
| СА | 7, 8, 16, 24, 32, 39, 40 | 31 |

Математическая обработка. Вначале суммируются баллы по каждой из пяти шкал. **Если сумма баллов выше 5**, это означает высокую степень агрессивности и низкую степень адаптивности по шкале.

**Сумма баллов от 3 до 4** соответствует средней степени агрессии и адаптированности. **Сумма баллов от 0 до 2** означает низкую степень агрессивности и высокую степень адаптированности по данному типу поведения. Затем суммируются баллы по всем шкалам.

**Если сумма превышает 25 баллов**, это означает высокую степень агрессивности человека, его низкие адаптационные возможности.

**Сумма баллов от 11 до 24** соответствует среднему уровню агрессивности и адаптированности.

**Сумма баллов от 0 до 10** означает низкую степень агрессивности и высокую степень адаптированного поведения.

В результате проведенных исследований валидность теста проверена на 483 испытуемых. Внутришкальные коэффициенты корреляции превышают 0,35 и значимы на 5%-ном уровне.

***Источник:*** Платонов Ю.П. Основы этнической психологии. Учеб. пособие. – СПб.: Речь, 2003, с. 383-385.

**Экспресс-опросник "Индекс толерантности"**

*(Г.У.Солдатова, О.А.Кравцова, О.Е. Хухлаев, Л.А.Шайгерова)*

Для диагностики общего уровня толерантности группой психологов центра "Гратис" был разработан экспресс-опросник "Индекс толерантности". В его основу лег отечественный и зарубежный опыт в данной области (Солдатова, Кравцова, Хухлаев, Шайгерова, 2002). Стимульный материал опросника составили утверждения, отражающие как общее отношение к окружающему миру и другим людям, так и социальные установки в различных сферах взаимодействия, где проявляются толерантность и интолерантность человека. В методику включены утверждения, выявляющие отношение к некоторым социальным группам (меньшинствам, психически больным людям, нищим), коммуникативные установки (уважение к мнению оппонентов, готовность к конструктивному решению конфликтов и продуктивному сотрудничеству). Специальное внимание уделено этнической толерантности-интолерантности (отношение к людям иной расы и этнической группы, к собственной этнической группе, оценка культурной дистанции). Три субшкалы опросника направлены на диагностику таких аспектов толерантности, как этническая толерантность, социальная толерантность, толерантность как черта личности.

# Бланк методики

**Инструкция:** *Оцените, пожалуйста, насколько Вы согласны или не согласны с приведенными утверждениями, и в соответствии с этим поставьте галочку или любой другой значок напротив каждого утверждения:*

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | **Утверждение** | *Абсолютн о не* | *Не согласен* | *Скорее не согласен* | *Скорее согласен* | *Согласен* | *Полность ю согласен* |
| 1. | В средствах массовой информации может быть представлено любое мнение |  |  |  |  |  |  |
| 2. | В смешанных браках обычно больше проблем, чем в браках между людьми одной национальности |  |  |  |  |  |  |
| 3. | Если друг предал, надо отомстить ему |  |  |  |  |  |  |
| 4. | К кавказцам станут относиться лучше,  если они изменят свое поведение |  |  |  |  |  |  |
| 5. | В споре может быть правильной только одна точка зрения |  |  |  |  |  |  |
| 6. | Нищие и бродяги сами виноваты в своих проблемах |  |  |  |  |  |  |
| 7. | Нормально считать, что твой народ  лучше, чем все остальные |  |  |  |  |  |  |
| 8. | С неопрятными людьми неприятно общаться |  |  |  |  |  |  |
| 9. | Даже если у меня есть свое мнение, я готов выслушать и другие точки зрения |  |  |  |  |  |  |
| 10  . | Всех психически больных людей  необходимо изолировать от общества |  |  |  |  |  |  |
| 11  . | Я готов принять в качестве члена своей семьи человека любой  национальности |  |  |  |  |  |  |
| 12  . | Беженцам надо помогать не больше, чем всем остальным, так как у  местных проблем не меньше |  |  |  |  |  |  |
| 13  . | Если кто-то поступает со мной грубо, я  отвечаю тем же |  |  |  |  |  |  |
| 14  . | Я хочу, чтобы среди моих друзей были  люди разных национальностей |  |  |  |  |  |  |
| 15  . | Для наведения порядка в стране  необходима "сильная рука" |  |  |  |  |  |  |
| 16  . | Приезжие должны иметь те же права,  что и местные жители |  |  |  |  |  |  |
| 17  . | Человек, который думает не так, как я,  вызывает у меня раздражение |  |  |  |  |  |  |
| 18  . | К некоторым нациям и народам  трудно хорошо относиться |  |  |  |  |  |  |
| 19  . | Беспорядок меня очень раздражает |  |  |  |  |  |  |
| 20  . | Любые религиозные течения имеют  право на существование |  |  |  |  |  |  |
| 21  . | Я могу представить чернокожего  человека своим близким другом |  |  |  |  |  |  |
| 22  . | Я хотел бы стать более терпимым  человеком по отношению к другим |  |  |  |  |  |  |

# Обработка результатов

Для **количественного** анализа подсчитывается общий результат, без деления на субшкалы.

Каждому ответу на прямое утверждение присваивается балл от 1 до 6 ("абсолютно не согласен" – 1 балл, "полностью согласен" – 6 баллов). Ответам на обратные утверждения присваиваются реверсивные баллы ("абсолютно не согласен" – 6 баллов, "полностью согласен" – 1 балл). Затем полученные баллы суммируются.

Номера прямых утверждений: 1, 9, 11, 14, 16, 20, 21, 22.

Номера обратных утверждений: 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 10, 12, 13, 15, 17, 18, 19.

Индивидуальная или групповая оценка выявленного уровня толерантности осуществляется по следующим ступеням:

22-60 – низкий уровень толерантности. Такие результаты свидетельствуют о высокой интолерантности человека и наличии у него выраженных интолерантных установок по отношению к окружающему миру и людям.

61-99 – средний уровень. Такие результаты показывают респонденты, для которых характерно сочетание как толерантных, так и интолерантных черт. В одних социальных ситуациях они ведут себя толерантно, в других могут проявлять интолерантность.

100-132 – высокий уровень толерантности. Представители этой группы обладают выраженными чертами толерантной личности. В то же время необходимо понимать, что результаты, приближающиеся к верхней границе

(больше 115 баллов), могут свидетельствовать о размывании у человека "границ толерантности", связанном, к примеру, с психологическим инфантилизмом, тенденциями к попустительству, снисходительности или безразличию. Также важно учитывать, что респонденты, попавшие в этот диапазон, могут демонстрировать высокую степень социальной желательности (особенно если они имеют представление о взглядах исследователя и целях исследования).

Для **качественного** анализа аспектов толерантности можно использовать разделение на субшкалы:

1. Этническая толерантность: 2, 4, 7, 11, 14, 18, 21.
2. Социальная толерантность: 1, 6, 8, 10, 12, 15, 16, 20.
3. Толерантность как черта личности: 3, 5, 9, 13, 17, 19, 22.

Субшкала "этническая толерантность" выявляет отношение человека к представителям других этнических групп и установки в сфере межкультурного взаимодействия. Субшкала "социальная толерантность" позволяет исследовать толерантные и интолерантные проявления в отношении различных социальных групп (меньшинств, преступников, психически больных людей), а также изучать установки личности по отношению к некоторым социальным процессам. Субшкала "толерантность как черта личности" включает пункты, диагностирующие личностные черты, установки и убеждения, которые в значительной степени определяют отношение человека к окружающему миру.

**Методика первичной диагностики и выявления детей «группы риска» (М.И. Рожков, М.А. Ковальчук)**

# Инструкция

«Вам предлагается ряд вопросов, касающихся различных сторон Вашей жизни и особенностей Вашего поведения! Если Вы честно и обдуманно ответите на каждый вопрос, у Вас будет возможность лучше узнать самого себя. Здесь нет правильных и неправильных ответов. Отвечайте на каждый вопрос следующим образом: если согласны, отвечайте «да», если не согласны – «нет». Работайте как можно быстрее, долго не раздумывайте»

1. Считаешь ли ты, то людям можно доверять?
2. Думаешь ли ты, что единственный способ достичь чего-то в жизни – это заботиться прежде всего о себе?
3. Легко ли ты заводишь друзей?
4. Трудно ли тебе говорить людям «нет»?
5. Часто ли кто-нибудь из родителей несправедливо критикует тебя?
6. Бывает ли так, что твои родители возражают против друзей, с которыми ты встречаешься?
7. Часто ли ты нервничаешь?
8. Бывают ли у тебя беспричинные колебания настроения?
9. Являешься ли ты обычно центром внимания в компании сверстников?
10. Можешь ли ты быть приветливым даже с теми, кого явно не любишь?
11. Ты не любишь, когда тебя критикуют?
12. Можешь ли ты быть откровенным с близкими друзьями?
13. Раздражаешься ли ты иногда настолько, что начинаешь кидаться предметами?
14. Способен ли ты на грубые шутки?
15. Часто ли у тебя возникает чувство, что тебя не понимают?
16. Бывает ли у тебя чувство, что за твоей спиной люди говорят о тебе плохо?
17. Много ли у тебя близких друзей?
18. Стесняешься ли ты обращаться к людям за помощью?
19. Нравится ли тебе нарушать установленные правила?
20. Бывает ли у тебя иногда желание причинять вред другим людям?
21. Раздражают ли тебя родители?
22. Всегда ли дома ты обеспечен всем жизненно необходимым?
23. Ты всегда уверен в себе?
24. Ты обычно вздрагиваешь при необычном звуке?
25. Кажется ли тебе, что твои родители тебя не понимают?
26. Свои неудачи ты переживаешь сам?
27. Бывает ли, что когда ты остаешься один, твое настроение улучшается?
28. Кажется ли тебе, что у твоих друзей более счастливая семья, чем у тебя?
29. Чувствуешь ли ты себя несчастным из-за недостатка денег в семье?
30. Бывает, что ты злишься на всех?
31. Часто ли ты чувствуешь себя беззащитным?
32. Легко ли ты осваиваешься в новом коллективе?
33. Трудно ли тебе отвечать в школе перед всем классом?
34. Есть ли у тебя знакомые, которых ты вообще не можешь переносить?
35. Можешь ли ты ударить человека?
36. Ты иногда угрожаешь людям?
37. Часто ли родители наказывали тебя?
38. Появлялось ли у тебя когда-нибудь сильное желание убежать из дома?
39. Думаешь ли ты, что твои родители часто обходятся с тобой как с ребенком?
40. Часто ли ты чувствуешь себя несчастным?
41. Легко ли ты можешь рассердиться?
42. Рискнул бы ты схватить за уздечку бегущую лошадь?
43. Считаешь ли ты, что есть много глупых моральных норм поведения?
44. Страдаешь ли ты от робости и застенчивости?
45. Испытывал ли ты чувство, что тебя недостаточно любят в семье?
46. Твои родители живут отдельно от тебя?
47. Часто ли ты теряешь уверенность в себе из-за внешнего вида7
48. Часто ли у тебя бывает веселое и беззаботное настроение?
49. Ты подвижный человек?
50. Любят ли тебя твои знакомые, друзья?
51. Бывает ли, что твои родители тебя не понимают и кажутся тебе чужими?
52. При неудачах бывает ли у тебя желание убежать куда-нибудь подальше и не возвращаться?
53. Бывало ли, что кто-то из родителей вызывал у тебя чувство страха?
54. Критикуют ли родители твой внешний вид?
55. Завидуешь ли ты иногда счастью других?
56. Часто ли ты чувствуешь себя одиноким, даже находясь среди людей?
57. Есть ли люди, которых ты ненавидишь по-настоящему?
58. Часто ли ты дерешься?
59. Легко ли ты просишь помощи у другого человека?
60. Легко ли тебе усидеть на месте?
61. Ты охотно отвечаешь у доски в школе?
62. Бывает ли, что ты так расстроен, что долго не можешь уснуть?
63. Часто ли ты обнаруживал, что твой приятель тебя обманул?
64. Часто ли ты ругаешься?
65. Мог бы ты без тренировки управлять парусной лодкой?
66. Часто ли в вашей семье бывают ссоры?
67. Является ли один из твоих родителей очень нервным?
68. Часто ли ты чувствуешь ты себя ничтожным?
69. Беспокоит ли тебя ощущение, что люди могут угадать твои мысли?
70. Ты всегда делаешь все по-своему?
71. Бывают ли твои родители чересчур строги к тебе?
72. Стесняешься ли ты в обществе малознакомых людей?
73. Часто ли тебе кажется, что ты чем-то хуже других?
74. Легко ли тебе удается поднять настроение друзей?

# Ключ

|  |  |
| --- | --- |
| Показатель | № вопроса |
| 1.Отношения в семье | 5+; 6+; 21+;22-; 25+; 28+; 29+; 37+; 38+; 39+; 45+г  46+; 53+; 54+; 66+;67+: 71 + |
| 2. Агрессивность | 13+;14+;19+;20+;35+;36+; 42+; 57+; 58+; 64+; 65+ |
| 3. Недоверие к людям | 1-;2+;3-;4+;15+;16+;17-;18+;34+;43+;44+;.59-;  63+;72+ |
| 4. Неуверенность в себе | 7+;8+;23-;24+;30+;31+;32+;33+;40+;41+;47+;55+;  56+; 68+; 69+; 73+ |
| 5. Акцентуации: гипертимная истероидная шизоидная  эмоционально-лабильная | 48+; 49+; 60-; 74+ 9+; 10+; 50+; 61 + 26+; 27+;  51+; 70+ 11+; 12+; 52+; 62+ |

**Оценка результатов**

|  |  |
| --- | --- |
| Показатель | Высокие баллы (группа риска) |
| 1 . Отношение в семье | 8 и более баллов |
| 2. Агрессивность | 6 и более баллов |
| 3. Недоверие к людям | 7 и более баллов |
| 4, Неуверенность в себе | 8 и более баллов |
| 5. Акцентуации характера | 3-4 балла по каждому типу акцентуации |

# Обработка и интерпретация результатов

Ответы учащихся сверяются с ключом. Подсчитывается количество совпадений ответов с ключом по каждому показателю (шкале), при этом если в ключе после номера вопроса стоит знак «+», это соответствует ответу «да», знак «-» соответствует ответу «нет».

Суммарный балл по каждой из пяти шкал отражает степень ее выраженности. Чем больше суммарный балл, тем сильнее выражен данный психологический показатель и тем выше вероятность отнесения ребенка к группе риска.

* 1. *Отношения в семье.* Высокие баллы по данной шкале опросника свидетельствуют о нарушении внутрисемейных отношений, которое может быть обусловлено:
* Напряженной ситуацией в семье;
* Неприязнью;
* Ограничениям и требованиями дисциплины без чувства родительской любви;
* Страхом перед родителями и т.д.;

Когда напряжение, вызванное неудовлетворенностью отношениями в семье, продолжается слишком долго, оно начинает оказывать сильное разрушающее воздействие на здоровье детей и подростков.

* 1. *Агрессивность.* Высокие баллы по этой шкале свидетельствуют о повышенной враждебности, задиристости, грубости. Агрессия может выражаться и в скрытых формах – недоброжелательности и озлобленности. Повышенная агрессивность часто сопровождается повышенной склонностью к риску и является неотъемлемой чертой характера детей и подростков группы риска.
  2. *Недоверие к людям.* Высокие баллы по этой школе говорят о сильно выраженном недоверии к окружающим людям, подозрительности, враждебности. Такие дети и подростки часто бывают пассивными и застенчивыми в общении со сверстниками из-за боязни быть отвергнутыми. Обычно это сопровождается коммуникативной некомпетентностью, неумением устанавливать дружеские взаимоотношения с другими людьми.
  3. *Неуверенность в себе.* Высокие баллы по этой шкале свидетельствуют о высокой тревожности, неуверенности личности в себе, возможно, о наличии комплекса неполноценности, низкой самооценки. Эти качества личности также являются благодатной почвой для различных расстройств в поведении, дети и подростки, имеющие высокие оценки по этой шкале, могут быть отнесены к группе риска.
  4. *Акцентуации характера.* К группе риска относят следующие типы акцентуации характера.

Гипертимный тип. Отличается почти всегда хорошим настроением, имеет высокий тонус, энергичен, активен, проявляет стремление быть лидером, неустойчив в интересах, недостаточно разборчив в знакомствах, не любит однообразия, дисциплины, монотонной работы, оптимистичен, переоценивает свои возможности, бурно реагирует на события, раздражителен.

Истероидный тип. Проявляет повышенную любовь к самому себе, жажду внимания со стороны, потребность в восхищении, сочувствии со стороны окружающих людей, старается показать себя в лучшем свете, демонстративен в поведении, претендует на исключительное положение среди сверстников, непостоянен и ненадежен в человеческих отношениях.

Шизоидный тип. Характеризуется замкнутостью и неумением понимать состояние других людей, испытывает трудности в установлении нормальных отношений с людьми, часто уходит в себя, в свой недоступный другим людям внутренний мир, в мир фантазий и грез.

Эмоционально-лабильный тип. Характеризуется крайней непредсказуемой изменчивостью настроения. Сон, аппетит, работоспособность и общительность зависят от настроения. Высокочувствителен к отношениям людей.

**Методика диагностики личностного роста**

*(авторы И.В.Кулешова, П.В.Степанов, Д.В.Григорьев)*

# Опросный лист для учащихся 5 - 8-х классов

*Перед тобой несколько разных высказываний. Пожалуйста, прочти их* и

*подумай* - *согласен ты* с *этими высказываниями*

*или нет. Если согласен, то поставь положительную оценку* (+ 1, +2, +3 *или* +4) *в специальном бланке рядом* с *номером этого высказывания. Если ты не согласен* с *каким-нибудь высказыванием, то поставь в бланке отрицательную оценку* (-1, -2, ~3, *или* -4).

«+4" - *несомненно, да (очень сильное согласие);*

«+3" - *да, конечно (сильное согласие);*

«+2» - *в общем, да (среднее согласие);*

«+1" - *скорее да, чем нет (слабое согласие);*

*«О»* - *ни да, ни нет;*

«-1» - *скорее нет, чем да (слабое несогласие);*

«-2" - *в общем, нет (среднее несогласие);*

«-3" - *нет, конечно (сильное несогласие);*

«-4» - *нет, абсолютно неверно (очень сильное несогласие). Постарайся быть честным. Здесь не может быть «правильных»* И *«неправильных» оценок. Важно лишь, чтобы они выражали только твое личное мнение. Спасибо тебе заранее!*

1. Мне нравится, когда вся наша семья идет в гости, отмечает какой-нибудь праздник или просто собирается за общим столом.
2. Те, кто критикуют происходящее в стране, не могут считаться настоящими патриотами.
3. Бродячих собак надо уничтожать, потому что они могут быть опасны.
4. Любые ссоры можно уладить, не прибегая к дракам.
5. Я способен с радостью выполнять разную работу.
6. То, что взрослые называют культурными ценностями прошлого, на самом деле часто оказывается старой рухлядью.
7. Даже если мне что-то непонятно на уроке, я не стану задавать уточняющие вопросы учителю - ведь это не так уж и важно.
8. Человек, совершивший преступление, в будущем никогда не сможет стать хорошим.
9. Глупо рисковать ради другого человека. .
10. Даже самые странные люди с самыми необычными увлечениями должны иметь право защищать себя и свои взгляды.
11. Спортивные занятия - необходимость для здоровья каждого человека.
12. Большинство моих сверстников предпочитает общаться с красивыми людьми.
13. Свои проблемы я стремлюсь решать самостоятельно, собственными силами.
14. Когда я стану взрослым, то смогу прожить счастливо и, не создавая собственной семьи.
15. Мне повезло, что я живу именно в России.
16. За новогодней елкой лучше сходить в лес, потому что там можно выбрать самую пушистую.
17. Люди, выступающие против войны, наверное, просто трусы.
18. Физическим трудом занимаются одни неудачники.
19. Внешний вид - показатель уважения не только к себе, но и к окружающим.
20. Я люблю узнавать значения незнакомых мне слов.
21. Наша страна станет лучше, если мы избавимся от всех психически больных людей.
22. Мне жаль беспомощных людей и хочется им помочь.
23. Есть такие народы, которые не заслужили, чтобы к ним хорошо относились.
24. Я думаю, что курение и алкоголь помогают людям расслабиться, снять напряжение после трудной работы.
25. Я часто недоволен тем, как я живу.
26. Я не боюсь сделать ошибку, когда выбираю что-то в своей жизни.
27. Хорошо, когда у человека нет семьи и детей - так он чувствует себя более свободным.
28. Когда вырасту, я буду стараться защищать свою Родину от врагов.
29. Держать животных в передвижных зверинцах - бесчеловечно.
30. Фильмы-боевики со стрельбой и кровью помогают детям стать смелыми и мужественными.
31. Работа дворника не менее важна, чем любая другая работа.
32. Нецензурные выражения в общении - признак бескультурья.
33. Учеба - занятие для заумных «ботаников».
34. Если ради справедливости надо убить человека - это нормально.
35. Мне нравится дарить подарки своим друзьям, родственникам, знакомым.
36. Большинство преступлений в нашем городе совершают люди, приехавшие к нам из других мест.
37. Я считаю, что от одной дозы наркотиков нельзя стать наркоманом.
38. Я очень сильно переживаю любые свои неудачи, даже самые маленькие.
39. Я готов спорить с учителем, если считаю, что он не прав.
40. Я горжусь своей фамилией.
41. День Победы (9 Мая) - праздник не для всех, а только для ветеранов и пожилых людей.
42. Торговля животными, занесенными в Красную книгу, неплохой способ заработать деньги.
43. К военнопленным можно относиться жестоко, ведь они наши враги.
44. Я *хотел* бы подрабатывать в свободное время, если это не будет мешать учебе.
45. Если ребенок резко перебивает разговор взрослых, в этом нет ничего страшного - ребенок тоже имеет право высказаться.
46. Человек не может всего знать, поэтому я не беспокоюсь по поводу того, что не знаю многих важных вещей.
47. Лучше отпустить на свободу 10 преступников, чем казнить одного невиновного человека.
48. Люди, которые просят милостыню, скорее всего, ленивы и лживы.
49. Судейство в отношении «наших» на международных соревнованиях часто несправедливо, потому что россиян никто не любит.
50. Все известные, прославленные люди стараются поддерживать хорошую физическую форму.
51. Мне тяжело знакомиться с новыми людьми, я часто при этом стесняюсь и смущаюсь.
52. Я хочу знать, зачем и ради чего я живу.
53. Рассматривать старые семейные фотографии – занятие для чудаков.
54. Мне не нравится, когда исполняется наш гимн - это скучно и приходится все время вставать.
55. Убирать чужой мусор на туристических стоянках – глупое занятие.
56. Уступить в споре - значит показать свою слабость.
57. Хорошая учеба - это тоже важный и серьезный труд.
58. На стенах подъезда можно рисовать и писать все, что вздумается.
59. Мне нравится копаться в энциклопедиях, журналах, словарях: там можно найти много интересного.
60. Я плохо себя чувствую, когда окружающие меня люди чем-то расстроены.
61. Я помогу другому человеку, даже если очень занят.
62. Несправедливо ставить людей с темным цветом кожи руководителями над белыми людьми.
63. Я больше люблю подвижные игры, занятие спортом или рыбалкой, чем сидение у компьютера или телевизора.
64. Я неловко себя чувствую в незнакомой компании.
65. Мои поступки чаще зависят не от меня самого, а от других людей.
66. Человеку не обязательно что-то знать о своих предках или родственниках.
67. Бывает, что я испытываю сильное волнение, чувство гордости, когда слышу песни о своей Родине.
68. Нет ничего страшного, если после мытья рук ты не закрыл за собой кран в школьной столовой, ведь в нашей стране самые большие запасы воды в мире.
69. Сильную военную державу, в том числе и Россию, другие страны должны уважать и бояться.
70. Субботник по очистке территории дома или школы - бесполезное занятие.
71. Если взрослый человек ругается матом, в этом нет ничего плохого - ведь он уже взрослый.
72. Я думаю, что и без получения хороших знаний смогу в будущем устроиться на неплохую работу.

7З. Пыток и издевательств не заслуживают даже отъявленные преступники, ведь они тоже люди.

1. Я готов помочь пожилому человеку только за вознаграждение.
2. Надо запретить въезд в нашу страну беженцам из Азии и Африки, так как их приток увеличивает уровень преступности.
3. Я думаю, что здоровье сегодня не самое главное для человека.
4. Я не грущу и не тоскую, когда остаюсь в одиночестве.
5. Я чаще всего соглашаюсь с мнением большинства.
6. Меня огорчает то, что я не делаю для своих родителей всего, что мог бы.
7. Я хотел бы съездить в другие страны, но жить я хочу в своей стране.
8. Я считаю, что нужно обязательно подкармливать бездомных животных и зимующих птиц.
9. Мне кажется, что у нашей страны слишком много оружия и это плохо - его количество можно было бы уменьшить.

8З. Если нужно, то я могу делать даже ту работу, которая мне не нравится.

1. Я могу оскорбить человека, если он мне чем-то не нравится.
2. Телевизор необходим для развлечения и отдыха, а не для того, чтобы узнавать из него что-то новое - на это есть школа.
3. Всех бомжей и попрошаек необходимо вылавливать и силой принуждать к работе.
4. Человек никогда и ничего не будет делать, если ему это не выгодно.
5. Люди другой расы или национальности могут быть нормальными людьми, но в друзья я предпочел бы их не брать.
6. Вкус продуктов питания важнее, чем их полезность.
7. Мне кажется, что во мне больше плохого, чем хорошего.
8. Когда я поступаю плохо, меня мучает совесть.

# Бланк для ответов

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 14 | 27 | 40 | 53 | 66 | 79 |
| 2 | 15 | 28 | 41 | 54 | 67 | 80 |
| 3 | 16 | 29 | 42 | 55 | 68 | 81 |
| 4 | 17 | 30 | 43 | 56 | 69 | 82 |
| 5 | 18 | 31 | 44 | 57 | 70 | 83 |
| 6 | 19 | 32 | 45 | 58 | 71 | 84 |
| 7 | 20 | 33 | 46 | 59 | 72 | 85 |
| 8 | 21 | 34 | 47 | 60 | 73 | 86 |
| 9 | 22 | 35 | 48 | 61 | 74 | 87 |
| 10 | 23 | 36 | 49 | 62 | 75 | 88 |
| 11 | 24 | 37 | 50 | 63 | 76 | 89 |
| 12 | 25 | 38 | 51 | 64 | 77 | 90 |
| 13 | 26 | 39 | 52 | 65 | 78 | 91 |

Фамилия, имя

# Опросный лист для учащихся 9 - 11-х классов

*Вам будет предложен ряд высказываний. Пожалуйста, прочитайте их* и *определите, насколько Вы согласны или не согласны* с *ними. Оценить степень Вашего согласия или несогласия можно в баллах (от* «+4» *до* «-4»):

«+4» - *несомненно, да (очень сильное согласие);*

«+3» - *да, конечно (сильное согласие);*

«+2» - *в общем, да (среднее согласие);*

«+1» - *скорее да, чем нет (слабое согласие);*

*«О»* - *ни да, ни нет;*

«-1» - *скорее нет, чем да (слабое несогласие);*

«-2» - *в общем, нет (среднее несогласие);*

«-3» - *нет, конечно (сильное несогласие);*

«-4» - *нет, абсолютно неверно (очень сильное несогласие).*

*Постарайтесь быть искренними. Здесь* не *может быть "правильных»* И

*«неправильных» оценок. Важно лишь, чтобы они отражали Ваше личное мнение. Свои оценки Вы можете занести в специальный бланк рядом* с *порядковым номером утверждения анкеты. Спасибо!*

* 1. Мне нравится, когда вся наша семья идет в гости, отмечает какой-нибудь праздник или просто собирается за общим столом.
  2. Те, кто критикуют происходящее в стране, не могут считаться настоящими патриотами.
  3. Бродячих собак надо уничтожать, так как они могут быть опасны.
  4. Любой конфликт можно уладить, не прибегая к силе.
  5. Я способен с радостью выполнять разную работу.
  6. То, что многие называют культурными ценностями прошлого, на деле часто оказывается примитивной старой рухлядью.
  7. Не стоит на уроке обращаться к учителю с вопросами: они отвлекают *от*

главного.

* 1. Человек, совершивший преступление, никогда не сможет измениться к лучшему.
  2. Глупо брать на себя риск ради пользы другого человека.
  3. Даже самые странные люди с самыми необычными увлечениями и интересами должны иметь право защищать себя и свои взгляды.
  4. Спортивные занятия - жизненная необходимость для каждого человека.
  5. Большинство моих сверстников предпочитает общаться с красивыми людьми.
  6. Свои проблемы я стремлюсь решать самостоятельно, собственными силами.
  7. Я смогу прожить счастливо и не создавая собственной семьи.
  8. Я многим обязан своей стране.
  9. За новогодней елкой лучше сходить в лес, потому что там можно выбрать самую пушистую.
  10. Люди, выступающие против войны, на самом деле трусоваты.
  11. Физический труд - удел неудачников.
  12. Внешний вид - показатель уважения не только к себе, но и к окружающим. .
  13. Я стремлюсь узнать значения незнакомых мне слов.
  14. Стране станет легче, если мы избавимся *от* психически больных людей.
  15. Мне жаль беспомощных людей и хочется им помочь.
  16. Есть нации и народы, которые не заслужили, чтобы к ним хорошо относились.
  17. Я считаю, что курение или алкоголь способны помочь мне расслабиться, снять напряжение.
  18. Я часто чувствую разочарование *от* жизни.
  19. Выбирая, люди часто ошибаются, но я не боюсь сделать ошибку, совершая выбор.
  20. Без семьи и детей человек чувствует себя более свободным.
  21. Я готов защищать свою Родину в случае серьезной опасности.
  22. Держать животных в передвижных зверинцах - бесчеловечно.
  23. Фильмы-боевики со стрельбой и кровью воспитывают мужество.
  24. Домохозяйка тоже может быть творческим человеком.
  25. Нецензурные выражения в общении - признак бескультурья.
  26. Учеба - занятие для "ботаников».
  27. Если ради справедливости надо убить человека, *то* это нормально.
  28. Я испытываю сильные положительные эмоции, когда делаю кому-то подарок.
  29. Большинство преступлений в нашем городе совершают приезжие.
  30. От одной дозы наркотиков я не стану наркоманом.
  31. Я очень сильно переживаю любые, даже незначительные, неудачи.
  32. Я готов спорить с учителем, если считаю, что он не прав.
  33. Я горжусь своей фамилией.
  34. День Победы (9 Мая) - праздник только для ветеранов и пожилых людей.
  35. Ввоз редких экзотических животных из-за рубежа - нормальный способ заработать деньги.
  36. На военнопленных не должны распространяться права человека.
  37. Я хотел бы подрабатывать в свободное время, если это не будет мешать учебе.
  38. Какое общение без бутылки "Клинского»!
  39. Человек не может всего знать, поэтому я не беспокоюсь по поводу своего незнания некоторых важных вещей.
  40. Лучше оправдать 10 преступников, чем казнить одного невиновного.
  41. Люди, просящие милостыню, скорее всего, ленивы и лживы.
  42. Судейство в отношении «наших» на международных соревнованиях частонесправедливо, потому что россиян никто не любит.
  43. Все состоявшиеся в жизни люди стараются поддерживать хорошую физическую форму.
  44. Мне тяжело заводить знакомства с новыми людьми.
  45. Для меня важно найти смысл собственной жизни.
  46. Рассматривать старые семейные фотографии – занятие для чудаков.
  47. Оказавшись за границей, я постараюсь, чтобы меня не воспринимали как россиянина.
  48. Убирать чужой мусор на туристических стоянках – глупое занятие.
  49. Идти на уступки - значит, проявлять слабость.
  50. Хорошая учеба тоже серьезный труд.
  51. Проявление вандализма - одна из форм протеста молодежи.
  52. Мне нравится копаться в энциклопедиях, журналах, словарях: там можно найти много интересного.
  53. Я не могу хорошо себя чувствовать, когда окружающие меня люди чем-то подавлены.

61 . Я могу пожертвовать своим благополучием ради помощи незнакомому мне человеку.

1. Несправедливо ставить людей с темным цветом кожи руководителями над белыми людьми.
2. Я предпочту активный отдых сидению у телевизора или компьютера.
3. Я неловко себя чувствую в незнакомой компании.
4. Мои поступки часто зависят от внешних обстоятельств.
5. Человеку не обязательно знать свою родословную.
6. Бывает, что я испытываю сильное волнение, когда слышу песни о своей Родине.
7. Если учесть все «за» И «против», то хранение в России иностранных ядерных отходов принесет больше финансовой выгоды, чем экологического вреда.
8. Мы - сильная военная держава, и именно поэтому нас должны уважать.
9. Субботник по очистке территории дома или школы - пережиток прошлого.
10. Я не могу представить русскую разговорную речь без мата.
11. Я думаю, что и без получения хороших знаний смогу в будущем сделать неплохую карьеру.
12. Пыток и издевательств не заслуживают даже отъявленные преступники, ведь они тоже люди.
13. Я готов помочь пожилому человеку только за вознаграждение.
14. Власти должны запретить доступ в нашу страну беженцам из экономически отсталых государств, так как их приток увеличивает уровень преступности.
15. Я думаю, что здоровье сегодня не самое главное в жизни.
16. Меня не угнетает временное одиночество.
17. Я чаще всего следую за мнением большинства.
18. Меня огорчает то, что я не делаю для своих родителей всего, что мог бы.
19. Я хотел бы съездить в другие страны, но жить я предпочитаю в своей.
20. Я считаю, что носить шубы из натурального меха безнравственно.
21. Мне кажется, что в нашей стране слишком много оружия.
22. Я могу заставить себя делать работу, которая мне не нравится.
23. Я могу нахамить человеку, если он мне чем-то не нравится.
24. Телевидение в первую очередь должно быть средством развлечения и отдыха и только во вторую - источником информации о событиях в стране и мире.
25. Всех бомжей необходимо вылавливать и принуждать к работе.
26. Человеку свойственно никогда и ничего не делать без оглядки на собственную выгоду.
27. Истинной религией может быть только одна единственная религия.
28. Вкусовые качества продуктов питания, на мой взгляд, важнее их полезности.
29. В глубине души я знаю, что оцениваю себя низко.
30. Когда я поступаю неправильно, меня мучает совесть.

# Бланк для ответов

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 14 | 27 | 40 | 53 | 66 | 79 |
| 2 | 15 | 28 | 41 | 54 | 67 | 80 |
| 3 | 16 | 29 | 42 | 55 | 68 | 81 |
| 4 | 17 | 30 | 43 | 56 | 69 | 82 |
| 5 | 18 | 31 | 44 | 57 | 70 | 83 |
| 6 | 19 | 32 | 45 | 58 | 71 | 84 |
| 7 | 20 | 33 | 46 | 59 | 72 | 85 |
| 8 | 21 | 34 | 47 | 60 | 73 | 86 |
| 9 | 22 | 35 | 48 | 61 | 74 | 87 |
| 10 | 23 | 36 | 49 | 62 | 75 | 88 |
| 11 | 24 | 37 | 50 | 63 | 76 | 89 |
| 12 | 25 | 38 | 51 | 64 | 77 | 90 |
| 13 | 26 | 39 | 52 | 65 | 78 | 91 |

**Обработка результатов**

Ответы школьников распределяются по 13 шкалам: им соответствуют 13 строк в заполняемом респондентом бланке для ответов. Результаты получаются путем сложения баллов по каждой шкале.

1. Характер отношений школьника к семье показывают его оценки высказываний №№1, 14, 27, 40, 53, 66, 79. При этом в ответах на вопросы

№№ 1, 40, 79 знак не меняется. В ответах же на вопросы 1, 14, 27, 53, 66 знак меняется на противоположный.

1. Характер отношений школьника к Отечеству показывают его оценки высказываний №№ 2, 15, 28, 41, 54, 67, 80. При этом в ответах на вопросы

№№ 15, 28, 67, 80 знак не меняется. В ответах же на вопросы №№ 2, 41, 54 знак меняется на противоположный.

1. Характер отношений школьника к Земле показывают его оценки высказываний №№ 3, 16, 29, 42, 55, 68, 81. При этом в ответах на вопросы

№№ 29,81 знак не меняется. В ответах же на вопросы №№ 3, 16, 42, 55, 68 знак меняется на противоположный.

1. Характер отношений школьника к миру показывают его оценки высказываний

№№ 4, 17, 30,43,56, 69, 82. При этом в ответах на вопросы №№ 4, 82 знак не

меняется. В ответах же на вопросы №№ 17, 30, 43, 56, 69 знак меняется на противоположный.

1. Характер отношений школьника к труду показывают его оценки высказываний №№ 5, 18, 31,44,57,70,83. При этом в ответах на вопросы №№ 5, 31, 44, 57, 83 знак не меняется. В ответах же на вопросы №№ 18, 70 знак меняется на противоположный.
2. Характер отношений школьника к культуре показывают его оценки высказываний №№ 6, 19, 32, 45, 58, 71, 84. При этом в ответах на вопросы

№№ 19, 32 знак не меняется. В ответах же на вопросы №№ 6,45, 58, 71, 84

знак меняется на противоположный. .

1. Характер отношений школьника к знаниям показывают его оценки высказываний №№ 7, 20, 33, 46, 59, 72, 85. При этом в ответах на вопросы

№№ 20, 59 знак не меняется. В ответах же на вопросы №№ 7, 33, 46, 72, 85 знак меняется на противоположный.

1. Характер отношений школьника к человеку как таковому показывают его оценки высказываний №№ 8, 21, 34,47,60, 73, 86. При этом в ответах на вопросы №№ 47, 60, знак не меняется. В ответах же на вопросы №№ 8, 21, 34, 86 знак меняется на противоположный.
2. Характер отношений школьника к человеку как другому показывают его оценки высказываний №№ 9,22,35,48,61,74, 87. При этом в ответах на вопросы №№ 22, 35, 61 знак не меняется. В ответах же на вопросы №№ 9, 48, 74, 87 знак меняется на противоположный. .
3. Характер отношений школьника к человеку как иному, как к представителю иной национальности, иной веры, иной культуры показывают его оценки высказываний №№ 10, 23, 36, 49, 62, 75, 88. При этом в ответе на вопрос

№10 знак не меняется. В ответах же на вопросы №№ 23, 36, 49, 62, 75, 88 знак меняется на противоположный.

1. Характер отношений школьника к своему телесному Я показывают его оценки высказываний №№ 11, 24, 37, 50, 63, 76, 89. При этом в ответах на вопросы №№ 11, 50, 63 знак не меняется. В ответах же на вопросы №№ 24, 37, 76, 89 знак меняется на противоположный.
2. Характер отношений школьника к своему внутреннему миру, своему душевному Я показывают его оценки высказываний №№ 12, 25, 38, 51, 64, 77, 90. При этом в ответе на вопрос № 77 знак не меняется. В ответах же на вопросы №№ 12, 25, 38,51,64,90 знак меняется на противоположный.
3. Характер отношений школьника к своему духовному Я показывают его оценки высказываний №№ 13, 26, 39, 52, 65, 78, 91. При этом в ответах на вопросы №№ 13, 26, 39, 52, 91 знак не меняется. В ответах же на вопросы

№№ 65, 78 знак меняется на противоположный.

# Интерпретация результатов

Предлагаемое Вашему вниманию описание уровней развития отношения ребенка к той или иной ценности дает приблизительную, типизированную картину того, что стоит за ответами школьника на соответствующую группу вопросов. Это не точный диагноз, это тенденция, повод для Вашего педагогического раз- мышления.

В случае групповой диагностики при обобщении результатов не ограничивайтесь констатацией процентного распределения ответов по четырем уровням. Сделайте общую картину многогранной и многоцветной, отметьте для себя особо выдающиеся результаты.

В случае индивидуальной диагностики будьте предельно внимательны к ответам подростка. Осуществляя факторный анализ, обращайте внимание на то, какие его ответы «выпадают» из его же индивидуальной «нормы». Возможно, именно здесь – точка его личностного роста (или регресса).

И в том, и в другом варианте проведения диагностики, даже при наличии отрицательной тенденции, старайтесь подчеркнуть все имеющиеся положительные моменты.

Если Вам необходимо сделать результаты опроса достоянием гласности, будьте, пожалуйста, предельно тактичны. Помните: Вы не судите, Вы размышляете!

# Отношение подростка к семье

***От* + 15 до +28 *баллов (устойчиво-позитивное отношение)*** - ценность семьи высоко значима для подростка. Он дорожит семейными традициями и устоями, помнит о разных мелочах, приятных кому-то из членов семьи. Семейные праздники всегда проходят при его участии и помощи в подготовке. В будущем он хочет создать счастливую семью.

***От* +1 до +14 *баллов (ситуативно-позитивное отношение)*** - семья для подростка представляет определенную ценность, но сам факт наличия семьи, семейных традиций воспринимается им как естественный («а как же иначе?»). Подросток принимает участие в семейных праздниках, но без напоминания не всегда вспомнит о дне рождения кого-то из близких. Заботу родителей воспринимает как само собой разумеющуюся. Он предполагает, что семья, которую он создаст в будущем, будет не слишком похожа на ту, в которой он живет сейчас.

***От* -1 до -14 *баллов (ситуативно-негативное отношение)*** - отношение к семье у подростка, как правило, потребительское. Ему «должны» давать деньги на мелкие расходы и прощать шалости. Но если от родителей нужно что-то серьезное, подросток добьется этого любыми путями - лестью, ложью, послушанием. Сам он, скорее всего, считает, что никому и ничем не обязан.

***От* -15 до -28 *баллов (устойчиво-негативное отношение)*** - семья не представляет для ребенка какой-либо ценности. Такое отношение проявляется в чувстве стыда за свою фамилию, сознательном неприятии принятых в семье норм поведения, представлений о жизни. Все это в будущем может негативно отразится на его способности и желании создать собственную счастливую семью.

# Отношение подростка к Отечеству

***От* +15 до +28 *баллов (устойчиво-позитивное отношение)*** - подростку присущи вполне развитые чувства гражданственности и патриотизма. Родина для него не абстрактная категория, а конкретная страна, где он собирается жить, которой ОН гордится. Он чувствует свою личную ответственность за судьбу страны. При этом подобные чувства вызваны не конъюнктурой, не модой на патриотизм, а являются глубоко личными, пережитыми.

***От* +1 до +14 *баллов (ситуативно-позитивное отношение)*** - подросток переживает чувство Родины как чувство родного дома, деревни, города. Однако, ему кажется, что то, что происходит в стране и на его «малой родине», имеет между собой мало общего. Он встает, когда звучит гимн, скорее, не по душевному порыву, а потому, что так принято. При необходимости подросток не откажется помочь ветеранам, хотя сам своей помощи может и не предложить.

***От* -1 до -14 *баллов (ситуативно-негативное отношение)*** - подросток старается открыто не проявлять свое отношение к стране. К разговорам об ее

«убогости» он в принципе равнодушен. Он может «правильно» выступить на тему гражданственности и патриотизма, но в зависимости от ситуации по-разному расставить акценты. Подросток умеет угадывать, в какой момент что

«патриотично», а что нет. Ему кажется, что то, что происходит со страной и с ним самим, имеет между собой мало общего.

***От* -15 до -28 *баллов (устойчиво-негативное)*** - можно предположить, что подростка отличает обывательское отношение к своей стране. Родина для него просто место, где он живет, и которое легко можно поменять на любое другое. Все успехи - это его собственные успехи, а в неудачах виновата страна («да разве в этой стране...»). Может быть, сам он не будет участвовать в осквернении памятников, но точно не осудит других, ведь память - это не то, за что можно получить дивиденды.

# Отношение подростка к Земле (природе)

***От* +15 до +28 *баллов (устойчиво-позитивное отношение)*** - у подростка вполне развитое экологическое сознание. Для него естественно чувство жалости и сопереживания любым животным; он готов убирать лес и чистить водоемы, находя эти занятия увлекательными и важными лично для себя. И уж точно подберет и накормит брошенного щенка, не забудет полить цветы (совсем не из желания получить похвалу от взрослого, а из потребности ощущать гармонию мира, в котором живет).

***От* +1 до +14 *баллов (ситуативно-позитивное отношение)*** - подросток заботится о животных, цветах, но главным образом о тех, которые принадлежат непосредственно ему. Экологические проблемы воспринимаются им как объективно важные, но при этом не зависящие от него лично. Он не будет сорить в лесу, если этого не делают другие. Примет вместе с классом участие в субботнике, но если есть возможность отказаться, то он ею, скорее всего, воспользуется.

***От* -1 до -14 *баллов (ситуативно-негативное отношение)*** - собственное мнение подростка об экологических проблемах зависит от конъюнктуры. Он предпочитает не обращать внимания на такие мелочи, как брошенный им мусор, подожженную урну. Ломая ветки в лесу, гоняя кошек и собак во дворе, он не задумывается о том, что делает. И уж тем более не отреагирует, если то же самое делают другие. Всех животных он делит на полезных и бесполезных, радующих его взгляд и вызывающих брезгливое отношение.

***От* -15 до -28 *баллов (устойчиво-негативное отношение)*** - природа воспринимается подростком как предмет потребления. Отношение подростка к лесу, животным, водоемам продиктовано потребностью в собственном комфорте, а если получится, то и выгодой для себя. Он способен причинить боль животному ради простой забавы. ОН с насмешкой относится к тем, кто проявляет уважение и любовь к «братьям нашим меньшим».

# Отношение подростка к миру

***От* + 15 ДО +28 *баллов (устойчиво-позитивное отношение)*** - у подростка наличествует четко выраженная пацифистская позиция. Он считает, что к насилию прибегают только слабые люди и государства. К проявлениям грубой силы он отно- сится подчеркнуто отрицательно. Уверен, что всегда есть возможность уладить конфликт, не ущемляя при этом права других людей. Не боится идти на уступки.

***От* +1 до +14 *баллов (ситуативно-позитивное отношение)*** - подросток в целом разделяет идеи мира и ненасилия, но при этом считает, что в отдельных случаях применение силы оправданно. К проявлениям грубой силы он относится со смешанным чувством неприятия и страха. Подросток полагает, что в сложном современном мире надо всегда быть готовым к противостоянию, поэтому, к сожалению, нельзя обойтись без оружия. Он старается не идти на уступки, потому что не хочет показаться слабым в глазах окружающих.

***От* -1 до -14 *баллов (ситуативно-негативное отношение)*** - подросток уверен, что мир можно поддерживать главным образом силой, угрозами, ультиматумами. Он рассматривает войну как один из естественных способов разрешения конфликтов. По его мнению, сильный тот, кого боятся. Считает, что вокруг хватает потенциально враждебных людей и государств. Вряд ли он сам будет инициатором насильственного деяния, но сыграть роль «второго плана», скорее всего, не откажется.

***От* -15 до -28 *баллов (устойчиво-негативное отношение)*** - можно предположить, что для подростка не существует альтернативы: переговоры или военная операция. Война для него может быть ценностью - с помощью нее можно решить проблемы перенаселения и нехватки продуктов на всех. Он целиком и

полностью на стороне силы, а все, кто пытается этому противостоять, для него

«слабаки». Скорее всего, это касается и локальных (класс, двор, школа), и крупных конфликтов, где от него пока ничего не зависит.

# Отношение подростка к труду

***От* + 15 до +28 *баллов (устойчиво-позитивное отношение)*** - подростка отличает трудолюбие во всем: от уборки класса до чтения трудной книги. Он получает удовольствие от сложной, трудоемкой, даже нудной работы. Не считает зазорным помочь родителям по хозяйству, может сам предложить что-либо сделать. Подрабатывает он где-то или пока еще нет - в любом случае подросток этого не стыдится.

***От* +1 до +14 *баллов (ситуативно-позитивное отношение)*** - скорее всего, только престижная работа вызывает уважение подростка. Хотя если все окружающие заняты чем-то непрестижным (например, уборкой территории во время субботника), то может и поучаствовать «за компанию». Он поможет и в домашних делах, но его будет раздражать, что это занимает столько времени.

***ОТ* -1 до -14 *баллов (ситуативно-негативное отношение)*** - подросток по возможности переложит часть своей работы на другого. Если узнает, что кто-то из одноклассников работает после школы, то отреагирует, скорее всего, так: «Тебе что, делать нечего?!». В его представлении «грязная» работа – удел людей второго сорта или тех, кто не сумел устроиться в жизни. Сам-то он уж точно никогда за нее не возьмется.

***От* -15 до -28 *баллов (устойчиво-негативное отношение)*** более-менее сложная работа вызывает у подростка отвращение. Он придумывает себе массу причин, по которым за нее не стоит браться. Подросток с удовольствием воспользуется плодами чужого труда, по возможности выдавая их за свои. Между трудолюбием и жизненным благополучием для него нет никакой связи.

# Отношение подростка к культуре

***ОТ* + 15 до +28 *баллов (устойчиво-позитивное отношение)*** - культурные формы поведения, безусловно, личностно значимы для подростка и деятельно реализуются им в повседневной жизни. Ему чужды хамство, «украшение» речи нецензурными оборотами, он внимателен и тактичен по отношению к другим людям. Он понимает необходимость сбережения того культурного достояния, которое достал ось нам в наследство от прошлого, и категорически не приемлет вандализма.

***От* +1 до +14 *баллов (ситуативно-позитивное отношение)*** - подросток признает объективную ценность культурных форм поведения, но отнюдь не всегда руководствуется ими в своей повседневной жизни. Он наверняка хотел бы выглядеть«культурным человеком», но не готов прикладывать ежедневные усилия к этому. Он находит оправдание эпизодическим проявлениям со своей стороны хамства («я хамлю только в ответ»), неряшливости («ну и пусть встречают по одежке, зато провожают по уму»), нецензурной брани («сильные эмоции трудно выразить по-другому») и т.п. Вандалы антипатичны ему.

***От* -1 до -14 *баллов (ситуативно-негативное отношение)*** - культурные формы поведения рассматриваются подростком как нечто догматичное, идущее от мира взрослых, а потому обременяющее его повседневную жизнь. Он сторонник естественного выражения своих мыслей, чувств, желаний и считает, что культурная огранка только помешает ему быть таким, какой он есть. Слово «культура» наверняка ассоциируется у него с телеканалом «Культура» И навевает непреодолимую скуку. Вряд ли он сам способен на акт вандализма, но и осуждать вандалов сверстников, скорее всего, не станет.

***От* -15 до -28 *баллов (устойчиво-негативное отношение)*** - слово

«культура» во всех своих формах вызывает у подростка неприятие и рассматривается как проявление лживости взрослого мира. Он наверняка знает, что представляют собой культурные формы поведения, но в своей повседневности реализует их с точностью до наоборот. Тактичность кажется ему проявлением слабости, хамство и нецензурная брань - силы, «потягивание пивка» под аккомпанемент матерщины - лучшим времяпрепровождением. Памятники прошлого воспринимаются им, вероятнее всего, как обыкновенная старая рухлядь, поэтому он совсем не против «скинуть их с парохода современности».

# Отношение подростка к знаниям

***От* +15 до +28 *баллов (устойчиво-позитивное отношение)*** - перед вами - любознательный человек, у которого есть устойчивое стремление к познанию нового. Подросток может быть «неудобен» учителю, так как много спрашивает на уроке, сомневается в казалось бы очевидных вещах. Он считает, что успешность профессионального роста, карьеры напрямую связана с глубиной знаний и стремится к их получению.

***От* +1 до +14 *баллов (ситуативно-позитивное отношение)*** - подросток может неплохо учиться, но по своей инициативе вряд ли будет долго копаться в книгах, чтобы найти значение непонятного ему термина или факта. В его сознании знания и будущая карьера, конечно, связаны, но не прикладывать же для этого столько усилий!

***От* -1 до -14 *баллов (ситуативно-негативное отношение)*** - подросток никогда не спросит взрослого, если ему что-то непонятно. Откровенно не понимает, как по телевизору можно смотреть научно-популярные программы. Знания носят для него чисто утилитарный характер (выучил, ответил - значит не нажил неприятностей ).

***От* -15 до -28 *баллов (устойчиво-негативное отношение)*** - очевидно, потребность в получении знаний у подростка практически отсутствует. Он откровенно презирает тех, кто учится, считает их «ботаниками» - людьми, живущими неполноценной жизнью. Он уверен, что уровень и качество его образования не окажут никакого влияния на его дальнейшую жизнь.

# Отношение подростка к человеку как таковому

***От* + 15 до +28 *баллов (устойчиво-позитивное отношение)*** - ценность человека, как он есть во всех своих проявлениях, безусловно, значима для подростка. Человеческая жизнь для него бесценна. Никакие соображения справедливости не могут оправдать «слез невинных». «Лес рубят, щепки летят» - это недопустимо для нашего героя. Он милосерден, способен к сочувствию. состраданию, прощению.

***От* +1 до +14 *баллов (ситуативно-позитивное отношение)*** - ценность человека может быть и осмыслена подростком, но полноценно не прочувствована. Он может продемонстрировать свой гуманизм, но в глубине души отдельные категории людей (например, психически больные, попрошайки, бомжи) представляются ему теми, кто мешает ощущать радость жизни. Подросток допускает смертную казнь за самые тяжкие преступления. Когда на разных чашах весов оказываются торжество справедливости и «милость К падшим», он скорее всего выберет первое.

***От* -1 до -14 *баллов (ситуативно-негативное отношение)*** - скорее всего. подросток склонен делить людей на нормальных и ненормальных. К первым он относится вполне уважительно, может быть даже милосердным к ним; вторых же считает «недочеловеками» и хотел бы как можно реже с ними сталкиваться.

Великой цели, по его мнению, нельзя добиться, не замарав рук. Принцип «лес рубят, щепки летят» вполне приемлем для подростка. При этом он одинаково не хочет быть ни «лесорубом», ни «щепкой». - скорее, «сборщиком» или

«вязальщиком дров».

***От* -15 до -28 *баллов (устойчиво-негативное отношение)*** - человек как ценность, скорее всего, пустой звук для подростка. Он склонен к проявлениям жестокости в отношении других людей, презрительно относится к любым актам милосердия. «Слабаки» и «ненормальные», по его мнению, ухудшают нашу жизнь, тормозят рост благополучия, поэтому должны быть полностью изолированы от общества. Наверняка он считает, что справедливость, порядок, стабильность стоят того, чтобы ликвидировать психически больных, бомжей. Самое опасное, что от слов он может перейти к действиям.

# Отношение подростка к человеку как Другому

***От* +15 до +28 *баллов (устойчиво-позитивное отношение)*** - подросток - подлинный альтруист. Он всегда готов помочь другим людям, даже незнакомым, не ожидая просьбы с их стороны. В своих действиях во благо других бескорыстен. Всегда готов помочь слабым, нуждающимся. Ради подобной помощи готов рисковать собственным благополучием. Любит дарить подарки «просто так».

***От* +1 до +14 *баллов (ситуативно-позитивное отношение)*** - подросток не прочь оказать помощь нуждающимся, но предпочитает делать это тогда, когда его об этом попросят. Он осторожен в своих действиях во благо других, старается не подвергать риску собственное благополучие. Не доверяет искренности просящих милостыню, и если они оказываются поблизости от него, старается сделать вид, что их не замечает. Испытывает удовольствие, делая подарки, но при этом в глубине души рассчитывает на ответный дар. Если этого не случается, рас- страивается.

***От* -1 до -14 *баллов (ситуативно-негативное отношение)*** - подросток лишь изредка думает о потребностях и чувствах других людей. В большинстве своем это те, от кого он в той или иной степени зависит. Бескорыстие кажется ему расточительством, он предпочитает все делать с выгодой для себя, умело это маскируя. Он уверен, что всякое доброе дело должно адекватно вознаграждаться, поэтому прежде, чем сделать что-либо доброе, не стесняется узнать, а «что ему за это будет».

***От* -15 до -28 *баллов (устойчиво-негативное отношение)*** - подросток сосредоточен исключительно на собственной персоне, искренне полагает себя

«центром вселенной». Не то чтобы делать, но даже думать о других не входит в его планы. Во всем он ищет выгоду, не очень-то это и скрывая. Бескорыстие кажется ему нелепостью, несусветной глупостью. Он склонен к злословию, циничному отношению к тем, кто в чем-то нуждается, кому необходима помощь. Все нищие для него лентяи и лжецы. Гораздо больше, чем дарить, ему нравится принимать подарки, желательно дорогие и полезные.

# Отношение подростка к человеку как Иному

***От* +15 до +28 *баллов (устойчиво-позитивное отношение)*** - подросток признает права людей на иной, отличный от его собственного, образ жизни и свободное выражение своих взглядов. Он, безусловно, принимает иные культуры, положительно относится к культурным отличиям, восприимчив к любым проявлениям культурной дискриминации. Он стремится к пониманию, проникновению в суть других культур, способен избегать в их оценке культурных предрассудков и стереотипов. В нем также ощутимо стремление рассматривать иные культуры не со своей «колокольни», но сквозь призму ценностей и при-

оритетов самих этих культур.

***От* +1 до +14 *баллов (ситуативно-позитивное отношение)*** - подросток склонен к признанию и принятию культурного плюрализма, уважению самых разнообразных социокультурных групп, но при этом разделяет (зачастую неосознанно) некоторые культурные предрассудки, использует стереотипы в отно- шении представителей тех или иных культур. Он не может самостоятельно увидеть многие, особенно скрытые, проявления культурной дискриминации в повседневной жизни. Ему трудно представить, с какими проблемами могут сталкиваться культурные меньшинства, мигранты или беженцы. Это объясняется непониманием Другого, неумением увидеть его изнутри, взглянуть на мир с его точки зрения.

***От* -1 до -14 *баллов (ситуативно-негативное отношение)*** - подросток на словах признает права других на культурные отличия, декларирует принцип равенства людей, но при этом испытывает личное неприятие отдельных социокультурных групп. Такой диссонанс между декларируемыми гуманистическими принципами и реальным проявлением нетерпимости подросток пытается оправдать ссылками на общественное мнение (<<все так считают»), аморальное поведение, якобы свойственное представителям этих групп (<<все они такие»), личный неудачный опыт взаимодействия с ними («я встречал таких людей и уверен, что...»). Эта позиция основана на культуроцентризме, ксенофобии, пре- зумпции вины другого. Отрицая такие вопиющие проявления интолерантности, как фашизм, геноцид, сегрегация, человек при этом может легко навешивать на людей других культур ярлыки «недостойных уважения», «опасных».

***От* -15 до -28 *баллов (устойчиво-негативное отношение)*** - подросток

сознательно отказывается признавать, принимать и понимать представителей иных культур. Он склонен характеризовать культурные отличия как девиантность, не желает признавать равные права на существование тех, кто имеет иной физический облик или разделяет иные ценности. Зачастую он демонстративно враждебен и презрителен к таким людям, жаждет «очистить» от них пространство собственной жизни. Подросток не испытывает ни малейшего желания взглянуть на те или иные жизненные ситуации с точки зрения другой культуры.

# Отношение подростка к своему телесному Я

***От* + 15 до +28 *баллов (устойчиво-позитивное отношение)*** - для подростка ценность здоровья является приоритетной. Он понимает, что такое здоровый образ жизни, сознательно культивирует его и связывает с ним свои дальнейшие жизненные успехи. Он способен противостоять попыткам вовлечь его в процесс употребления табака, алкоголя, наркотических веществ и постарается не допустить этого в отношении других.

***От* +1 до +14 *баллов (ситуативно-позитивное отношение)*** - ценность здоровья значима для подростка. Объективно он понимает важность здорового образа жизни, но субъективно ставит его не слишком высоко. Здоровье для него - естественное состояние, само собой разумеющаяся «вещь», а не то, что требует специальных усилий. Пристрастие к вредным привычкам - извинительная слабость, а не проявление безволия. Возможно, в глубине души он полагает, что способен добиться жизненного успеха, не уделяя пристального внимания своей физической форме.

***От* -1 до -14 *баллов (ситуативно-негативное отношение)*** - ценность здоровья невысока в сознании подростка. Размышления и разговоры о здоровье и здоровом образе жизни он считает пустой тратой времени, уделом пенсионеров. Ему хочется хорошо, по-спортивному, выглядеть в глазах окружающих, но что-то делать для этого ему откровенно лень. Вредные привычки не кажутся ему такими уж вредными, наоборот, - в них есть некая приятность, шарм. Он наверняка

одобрительно усмехнется, услышав фразу «кто не курит и не пьет, тот здоровеньким помрет».

***От* -15 до -28 *баллов (устойчиво-негативное отношение)*** - собственное здоровье, тем более здоровье окружающих, не представляет для подростка сколь- нибудь значимой ценности. Ему либо вовсе наплевать на свое физическое состояние, либо он ненавидит все то, что связано с его телесной жизнью (последний случай реален при условии низкого самопринятия подростка). 3аботящихся о своем здоровье он презирает. Свои вредные привычки полагает делом абсолютно естественным и, может быть, даже гордится ими. При случае он не преминет высмеять все, что связано с темой здоровья, физической культуры и спорта.

# Отношение подростка к своему душевному Я

***От* +15 до +28 *баллов (устойчиво-позитивное отношение)*** - подросток принимает себя таким, какой он есть. Он верит в свои силы и возможности, честно относится к себе, искренен в проявлении чувств. Комфортно чувствует себя даже в незнакомой компании. Он не боится одиночества, минуты уединения для него важны и плодотворны. Он стойко переносит личные неурядицы, не боится показаться смешным.

***ОТ* +1 до +14 *баллов (ситуативно-позитивное отношение)*** - принимая себя в целом, подросток все же может испытывать неловкость по поводу некоторых своих особенностей. Он думает о себе как о человеке, который симпатичен для других, но некий червь сомнения и неуверенности все-таки подтачивает его. Ему хотелось бы и сейчас, и в будущем гарантировать себя от попадания в смешные положения и ситуации. Он несколько тяготится уединенным положением и по возможности старается чем-либо (слушанием музыки, просмотром видеофильмов и т.д.) заместить его.

***От* -1 до -14 *баллов (ситуативно-негативное отношение)*** - подросток принимает себя таким, какой он есть, лишь в отдельные моменты своей повседневной жизни. Ему все время хочется «выпрыгнуть» из своей «шкуры», немедленно оказаться красивым, богатым и знаменитым. Его кумиры, как правило, именно такие. В глубине души он надеется на свою привлекательность для других, но уверен, что они в первую очередь видятего недостатки. Одиночество одновременно и тягостно для него, и спасительно. В обществе сверстников он предпочитает быть на вторых ролях.

***От* -15 до -28 *баллов (устойчиво-негативное отношение)*** - подросток не принимает себя, считает себя заурядным и недостойным внимания других. Он ненавидит свое отражение в зеркале (свою речь, свою одежду и т.д.). Любое изменение ситуации воспринимает как потенциально катастрофичное для него по последствиям. Оказавшись в одиночестве, начинает заниматься «мазохистским самокопанием» и «самоедством». Собственная неполноценность является его навязчивой идеей. Он испытывает острое чувство вины за то, что он вообще есть, которое в будущем может обернуться болезненным стремлением доминировать над окружающими.

# Отношение подростка к своему духовному Я

***От* + 15 до +28 *баллов (устойчиво-позитивное отношение)*** - подросток рассматривает себя как автора и распорядителя собственной жизни. Ощущение личной свободы крайне важно для него, и ради этого чувства он готов противостоять внешнему давлению. Он способен на самостоятельный и ответственный выбор. Для него очень важно найти смысл собственной жизни, которую он хочет прожить «по совести».

***От* +1 до +14 *баллов (ситуативно-позитивное отношение)*** - подросток ощущает в себе возможность быть хозяином собственной жизни, однако полагает это реальным только в случае благоприятных внешних обстоятельств. Ему нравится чувствовать себя свободным, но он не готов рисковать собственным благополучием ради свободы. Выбор привлекателен для него, но он идет на него с оглядкой: возможность ошибки и ответственность настораживают его. ОН признает объективную значимость категорий совести и смысла жизни, но в своей по- вседневности предпочитает руководствоваться иными, более прагматичными регуляторами.

## От -1 до -14 баллов (ситуативно-негативное отношение)

подростку более импонирует роль ведомого, нежели автора и распорядителя собственной жизни. Он ищет общества людей, чья духовная сила могла бы «при крыть» его нерешительность и неуверенность в себе. Старается по возможности уйти от выбора; при заметном внешнем давлении готов отказаться от личной свободы в пользу ощущения покоя и душевного комфорта. Склонен объяснять свои неудачи неблагоприятным стечением обстоятельств. Муки совести тяготят его, поэтому предпочитает о своей совести не думать.

***От* -15 до -28 *баллов (устойчиво-негативное отношение)*** - подросток ощущает себя «пешкой» в окружающей его стихии жизни, заложником могущественных и неподвластных ему внешних сил. Он боится и избегает любого свободного действия. Ищет покровительства сильных мира сего и готов им довериться без оглядки. Он предпочитает полную определенность и однозначность во всем и не хочет выбора. Верит в силу и непогрешимость большинства, ибо это спасает его от личной ответственности за себя и свою жизнь. Принцип его жизни - не высовываться.

**Методика определения уровня депрессии (автор В.А.Жмуров)**

Инструкция. Прочитайте внимательно каждую группу показаний (их 44). Подберите вариант ответа, подходящий для вас. — О, 1, 2 или 3. Пометьте выбранный ответ галочкой справа.

**1.**0. Мое настроение сейчас не более подавленное (печальное), чем обычно. 1.Пожалуй, оно более подавленное (печальное), чем обычно.

* 1. Да, оно более подавленное (печальное), чем обычно.
  2. Мое настроение намного более подавленное (печальное), чем обычно.
  3. Я чувствую, что у меня нет тоскливого (траурного) настроения.
     1. У меня иногда бывает такое настроение.
     2. У меня часто бывает такое настроение.
     3. Такое настроение бывает у меня постоянно.
  4. Я не чувствую себя так, будто я остался (лась) без чего-то очень важного для меня.
     1. У меня иногда бывает такое чувство.
     2. У меня часто бывает такое чувство.
     3. Я постоянно чувствую себя так, будто я остался (лась) без чего- очень важного для меня.
     4. 0. У меня не бывает чувства, будто моя жизнь зашла в тупик.
        1. У меня иногда бывает такое чувство.
        2. У меня часто бывает такое чувство.
        3. Я постоянно чувствую себя так, будто моя жизнь зашла в тупик.
  5. У меня не бывает чувства, будто я состарился (лась).
     1. У меня иногда бывает такое чувство.
     2. У меня часто бывает такое чувство.
     3. Я постоянно чувствую, будто я состарился (лась).

1. 0. У меня не бывает состояний, когда на душе тяжело.
   1. У меня иногда бывает такое состояние.
   2. У меня часто бывает такое состояние.
   3. Я постоянно нахожусь в таком состоянии.
   4. Я спокоен за свое будущее, как обычно.
      1. Пожалуй, будущее беспокоит меня несколько больше, чем обычно.
      2. Будущее беспокоит меня значительно больше, чем обычно.
      3. Будущее беспокоит меня намного больше, чем обычно.
   5. В своем прошлом я вижу плохого не больше, чем обычно.
      1. В своем прошлом я вижу плохого несколько больше, чем обычно.
      2. В своем прошлом я вижу плохого значительно больше, чем обычно.
      3. В своем прошлом я вижу намного больше плохого, чем обычно.
   6. Надежд на лучшее у меня не меньше, чем обычно.
      1. Таких надежд у меня несколько меньше, чем обычно.
      2. Таких надежд у меня значительно меньше, чем обычно.
      3. Надежд на лучшее у меня намного меньше, чем обычно.
   7. Я боязлив (а) не более обычного.
      1. Я боязлив (а) несколько более обычного.
      2. Я боязлив (а) значительно более обычного.
      3. Я боязлив (а) намного более обычного.
   8. Хорошее меня радует, как и прежде.
      1. Я чувствую, что оно радует меня несколько меньше прежнего.
      2. Оно радует меня значительно меньше прежнего.
      3. Я чувствую, что оно радует меня намного меньше прежнего.
   9. У меня нет чувства, что моя жизнь бессмысленна.
      1. У меня иногда бывает такое чувство.
      2. У меня часто бывает такое чувство.
      3. Я постоянно чувствую себя так, будто моя жизнь бессмысленна.
   10. Я обидчив (а) не больше, чем обычно.
       1. Пожалуй, я несколько более обидчив (а), чем обычно.

. 2. Я обидчив( а) значительно больше, чем обычно.

. 3.Я обидчив(а) намного больше, чем обычно.

* 1. Я получаю удовольствие от приятного, как и раньше.
     1. Я получаю такого удовольствия несколько меньше, чем раньше.
     2. Я получаю такого удовольствия значительно меньше, чем раньше.
     3. Я не получаю теперь удовольствие от приятного.
  2. Обычно я не чувствую вины, если нет на это причины.
     1. Иногда я чувствую себя так, будто в чем-то виноват(а).
     2. Я часто чувствую себя так, будто в чем-то виноват(а).
     3. Я постоянно чувствую себя так, будто в чем-то виноват(а).
  3. Если что-то у меня не так, я виню себя не больше обычного.
     1. Я виню себя за это несколько больше обычного.
     2. Я виню себя за это значительно больше обычного.
     3. Если что-то у меня не так, я виню себя намного больше обычного.
  4. Обычно у меня не бывает ненависти к себе.
     1. Иногда бывает, что я ненавижу себя.
     2. Часто бывает так, что я себя ненавижу.
     3. Я постоянно чувствую, что ненавижу себя.
  5. У меня не бывает чувства, будто я погряз(ла) в грехах.
     1. У меня иногда теперь бывает это чувство.
     2. У меня часто бывает теперь это чувство.
     3. Это чувство у меня теперь не проходит.
  6. Я виню себя за проступки других не больше обычного.
     1. Я виню себя за них несколько больше обычного.
     2. Я виню себя за них значительно больше обычного.
     3. За проступки других я виню себя намного больше обычного.
  7. Состояние, когда все кажется бессмысленным, у меня обычно не
     1. Иногда у меня бывает такое состояние.
     2. У меня часто бывает теперь такое состояние.
     3. Это состояние у меня теперь не проходит.
  8. Чувства, что я заслужил(а) кару, у меня не бывает.
     1. Теперь иногда бывает.
     2. Оно часто бывает у меня.
     3. Это чувство у меня теперь практически не проходит.
  9. Я вижу в себе не меньше хорошего, чем прежде,
     1. Я вижу в себе несколько меньше хорошего, чем прежде.
     2. Я вижу в себе значительно меньше хорошего, чем прежде.
     3. Я вижу в себе намного меньше хорошего, чем прежде.
  10. Обычно я думаю, что но мне плохого не больше, чем у других.
      1. Иногда я думаю, что во мне плохого больше, чем у других.
      2. Я часто так думаю.
      3. Я постоянно думаю, что плохого во мне больше, чем у других.
  11. Желание умереть у меня не бывает.
      1. Это желание у меня иногда бывает.
      2. Это желание у меня бывает теперь часто.
      3. Это теперь постоянное мое желание.
  12. Я не плачу.
      1. Я иногда плачу.
      2. Я плачу часто.
      3. Я хочу плакать, но слез у меня уже нет.
  13. Я не чувствую, что я раздражителен(на).
      1. Я раздражителен (на) несколько больше обычного.
      2. Я раздражителен(на) значительно больше обычного.
      3. Я раздражителен(на) намного больше обычного. .
  14. У меня не бывает состояний, когда я не чувствую своих эмоций.
      1. Иногда у меня бывает такое состояние.
      2. У меня часто бывает такое состояние.
      3. Это состояние у меня теперь не проходит.

**. 28**.0. Моя умственная активность никак не изменилась.

1. Я чувствую теперь какую-то неясность в своих мыслях.
2. Я чувствую теперь, что я сильно отупел(а), (в голове мало мыслей).
3. Я совсем ни о чем теперь не думаю (голова пустая).
   1. Я не потерял(а) интерес к другим людям.
      1. Я чувствую, что прежний интерес к людям несколько уменьшился.
      2. Я чувствую, что мой интерес к людям намного уменьшился.
      3. У меня совсем пропал интерес к людям (я никого не хочу видеть).
   2. Я принимаю решения, как и обычно.
      1. Мне труднее принимать решения, чем обычно.
      2. Мне намного труднее принимать решения, чем обычно.
      3. Я уже не могу сам(а) принять никаких решений.
   3. Я не менее привлекателен(на), чем обычно.
      1. Пожалуй, я несколько менее привлекателен(на), чем обычно.
      2. Я значительно менее привлекателен(на), чем обычно.
      3. Я чувствую, что я выгляжу просто безобразно.
   4. Я мoгy работать, как и обычно.
      1. Мне несколько труднее работать, чем обычно.
      2. Мне значительно труднее работать, чем обычно.
      3. Я совсем не могу теперь работать (все валится из рук.).
   5. Я сплю не хуже, чем обычно,
      1. Я сплю несколько хуже, чем обычно.
      2. Я сплю значительно хуже, чем обычно.
      3. Теперь я почти совсем не сплю.
   6. Я устаю не больше, чем обычно.
      1. Я устаю несколько больше, чем обычно.
      2. Я устаю значительно больше, чем обычно.
      3. У меня уже нет никаких сил что-то делать.
   7. Мой аппетит нe хуже обычного.
      1. Мой аппетит несколько хуже обычного.
      2. Мой аппетит значительно хуже обычного.
      3. Аппетита у меня теперь совсем нет.
   8. Мой вес остается неизменным.
      1. Я немного похудел(а) в последнее время.
      2. Я заметно похудел(а) в последнее время.
      3. В последнее время я очень похудел(а).
   9. Я дорожу своим здоровьем, как и обычно.
      1. Я дорожу своим здоровьем меньше, чем обычно.
      2. Я дорожу своим здоровьем значительно меньше, чем обычно.
      3. Я совсем не дорожу теперь своим здоровьем.
   10. Я интересуюсь сексом, как и прежде.
       1. Я несколько меньше интересуюсь сексом, чем прежде.
       2. Я интересуюсь сексом значительно меньше, чем прежде.
       3. Я полностью потерял(а) интерес к сексу.
   11. Я не чувствую, что мое Я как-то изменилось.
       1. Теперь я чувствую, что мое Я несколько изменилось.
       2. Теперь я чувствую, что мое Я значительно изменилось.
       3. Мое Я так изменилось, что теперь я не узнаю себя сам(а).
   12. Я чувствую боль, как и обычно.
       1. Я чувствую боль сильнее, чем обычно.
       2. Я чувствую боль слабее, чем обычно.
       3. Я почти не чувствую теперь боли.
   13. Некоторые расстройства (сухость во рту, сердцебиение, запоры, удушье) у меня бывают не чаще, чем обычно.
       1. Эти расстройства бывают у меня несколько чаще обычного.
       2. Некоторые из этих расстройств бывают у меня значительно чаще обычного.
       3. Эти расстройства бывают у меня намного чаще обычного.
   14. Утром мое настроение обычно не хуже, чем к ночи.
       1. Утром оно у меня несколько хуже, чем к ночи.
       2. Утром оно у меня значительно хуже, чем к ночи.
       3. Утром мое настроение намного хуже, чем к ночи.
   15. У меня не бывает спадов настроения весной (осенью).
       1. Такое однажды со мной было.
       2. Со мной такое было два или три раза.
       3. Со мной было такое много раз.
   16. Плохое настроение у меня бывает, но это длится недолго.
       1. Подавленное настроение у меня может длиться по неделе, до месяца.
       2. Подавленное настроение у меня может длиться месяцами.
       3. Подавленное настроение у меня может длиться до года и больше.

# Обработка и интерпретация данных

Определяется сумма отмеченных номеров ответов (они одновременно являются баллами):

1—9 — депрессия отсутствует либо незначительна; 10 — 24 — депрессия минимальна;

25 — 44 — легкая депрессия;

45 — 67 — умеренная депрессия;

68 — 87 — выраженная депрессия; 88 и более — глубокая депрессия.

**Методика «Карта риска суицида» (модификация для подростков Л.Б. Шнейдер)**

Цель: определить степень выраженности факторов риска суицида у подростков. Возраст: дети подросткового возраста.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Фактор риска | Не выявлен | Слабо выражен | Сильно выражен |
| I. Биографические данные | | | |
| 1. Ранее имела место попытка суицида | – 0,5 | +2 | +3 |
| 2. Суицидальные попытки у родственников | – 0,5 | +1 | +2 |
| 3. Развод или смерть одного из родителей | – 0,5 | +1 | +2 |
| 4. Недостаток тепла в семье | – 0,5 | +1 | +2 |
| 5. Полная или частичная безнадзорность | – 0,5 | +0,5 | +1 |
| II. Актуальная конфликтная ситуация | | | |
| А — вид конфликта: | | | |
| 1. Конфликт с взрослым человеком (педагогом, родителем) | – 0,5 | +0,5 | +1 |
| 2. Конфликт со сверстниками, отвержение группой | – 0,5 | +0,5 | +1 |
| 3. Продолжительный конфликт с близкими людьми, друзьями | – 0,5 | +0,5 | +1 |
| 4. Внутриличностный конфликт, высокая внутренняя напряженность | – 0,5 | +0,5 | +1 |
| Б — поведение в конфликтной ситуации: | | | |
| 5. Высказывания с угрозой суицида | – 0,5 | +2 | +3 |
| В — характер конфликтной ситуации: | | | |
| 6. Подобные конфликты имели место ранее | – 0,5 | +0,5 | +1 |
| 7. Конфликт отягощен неприятностями в других сферах жизни (учеба, здоровье, отвергнутая любовь) | — 0,5 | +0,5 | +1 |
| 8. Непредсказуемый исход конфликтной ситуации, ожидание его последствий | – 0,5 | +0,5 | +1 |
| Г — эмоциональная окраска конфликтной ситуации: | | | |
| 9. Чувство обиды, жалости к себе | – 0,5 | +1 | +2 |
| 10. Чувство усталости, бессилия, апатия | – 0.5 | +1 | +2 |
| 11. Чувство непреодолимости конфликтной ситуации, безысходности | – 0.5 | +0,5 | +2 |
| III. Характеристика личности | | | |
| А — волевая сфера личности: | | | |
| 1. Самостоятельность, отсутствие зависимости в принятии решений | – 1 | +0,5 | +1 |
| 2. Решительность | – 0,5 | +0,5 | +1 |
| 3. Настойчивость | – 0,5 | +0,5 | +1 |
| 4. Сильно выраженное желание достичь своей цели | – 1 | +0,5 | +1 |
| Б — эмоциональная сфера личности: | | | |
| 5. Болезненное самолюбие, ранимость | – 0,5 | +0,5 | +2 |
| 6. Доверчивость | – 0,5 | +0,5 | +1 |
| 7. Эмоциональная вязкость («застревание» на своих переживаниях, неумение отвлечься) | – 0,5 | +1 | +2 |
| 8. Эмоциональная неустойчивость | – 0,5 | +2 | +3 |
| 9. Импульсивность | – 0,5 | +0,5 | +2 |
| 10. Эмоциональная зависимость, потребность в близких эмоциональных контактах | – 0,5 | +0,5 | +2 |
| 11. Низкая способность к созданию защитных механизмов | – 0,5 | +0,5 | +1,5 |
| 12. Бескомпромиссность | – 0,5 | +0,5 | +1,5 |

Для определения степени выраженности факторов риска у подростков высчитывается алгебраическая сумма и полученный результат соотносится с приведенной ниже шкалой:

менее 9 баллов — риск суицида незначителен; 9–15,5 баллов — риск суицида присутствует; более 15,5 балла — риск суицида значителен.

Выявив с помощью «карты риска» предрасположенность к попыткам самоубийства, нужно постоянно держать подростка в поле зрения и чутко реагировать на малейшие отклонения в его настроении и поведении. Если итоговая сумма баллов превышает критическое значение или поведенческие особенности (знаки беды) начинают усиленно проявляться, то рекомендуется обратиться к психологу или врачу-психиатру за квалифицированной помощью.

**Опросник суицидального риска (модификация Т.Н. Разуваевой)**

Цель: экспресс-диагностика суицидального риска; выявление уровня сформированности суицидальных намерений с целью предупреждения серьезных попыток самоубийства. Предназначена для учащихся 8-11 класса. Возможно индивидуальное и групповое тестирование.

**Инструкция**: Я буду зачитывать утверждения, а Вы в бланке для ответов ставить в случае согласия с утверждением "+", в случае несогласия с утверждением "-".

1. Вы все чувствуете острее, чем большинство людей.
2. Вас часто одолевают мрачные мысли.
3. Теперь Вы уже не надеетесь добиться желаемого положения в жизни.
4. В случае неудачи Вам трудно начать новое дело.
5. Вам определенно не везет в жизни.
6. Учиться Вам стало труднее, чем раньше.
7. Большинство людей довольны жизнью больше, чем Вы.
8. Вы считаете, что смерть является искуплением грехов.
9. Только зрелый человек может принять решение уйти из жизни.
10. Временами у Вас бывают приступы неудержимого смеха или плача.
11. Обычно Вы осторожны с людьми, которые относятся к Вам дружелюбнее, чем Вы ожидали.
12. Вы считаете себя обреченным человеком.
13. Мало кто искренне пытается помочь другим, если это связано с неудобствами.
14. У Вас такое впечатление, что Вас никто не понимает.
15. Человек, который вводит других в соблазн, оставляя без присмотра ценное имущество, виноват примерно столько же, сколько и тот, кто это имущество похищает.
16. В Вашей жизни не было таких неудач, когда казалось, что все кончено.
17. Обычно Вы удовлетворены своей судьбой.
18. Вы считаете, что всегда нужно вовремя поставить точку.
19. В Вашей жизни есть люди, привязанность к которым может очень повлиять на Ваши решения и даже изменить их.
20. Когда Вас обижают, Вы стремитесь во что бы то ни стало доказать обидчику, что он поступил несправедливо.
21. Часто Вы так переживаете, что это мешает Вам говорить.
22. Вам часто кажется, что обстоятельства, в которых Вы оказались, отличаются особой несправедливостью.
23. Иногда Вам кажется, что Вы вдруг сделали что-то скверное или даже хуже.
24. Будущее представляется Вам довольно беспросветным.
25. Большинство людей способны добиваться выгоды не совсем честным путем.
26. Будущее слишком расплывчато, чтобы строить серьезные планы.
27. Мало кому в жизни пришлось испытать то, что пережили недавно Вы.
28. Вы склонны так остро переживать неприятности, что не можете выкинуть мысли об этом из головы.
29. Часто Вы действуете необдуманно, повинуясь первому порыву.

# Обработка результатов

По каждому субшкальному диагностическому концепту подсчитывается сумма положительных ответов.

# Демонстративность (Д).

**Ответы «ДА» 12, 14, 20, 22, 27**

# При условии 4 – 5

Желание привлечь внимание окружающих к своим несчастьям, добиться сочувствия и понимания. Оцениваемые из внешней позиции порой как «шантаж»,

«истероидное выпячивание трудностей», демонстративное суицидальное поведение переживается изнутри как «крик о помощи». Наиболее суицидоопасно сочетание с эмоциональной ригидностью, когда «диалог с миром» может зайти слишком далеко.

# Аффективность (А).

**Ответы «ДА» 1, 10, 20, 23, 28, 29**

# При условии 4 – 6

Доминирование эмоций над интеллектуальным контролем в оценке ситуации. Готовность реагировать на психотравмирующую ситуацию непосредственно эмоционально. В крайнем варианте (6 баллов) аффективная блокада интеллекта.

# Уникальность (У).

**Ответы «ДА» 1, 12, 14, 22, 27**

# При условии 4 – 5

Восприятие себя, ситуации и, возможно, собственной жизни в целом как явления исключительного, непохожего на другие и, следовательно, подразумевающего исключительные варианты выхода, в частности суицид. Тесно связан с феноменом

«непроницаемости для опыта», т.е. с недостаточным умением использовать свой и чужой жизненный опыт.

# Несостоятельность (Н).

**Ответы «ДА» 2, 3, 6, 7, 17**

# При условии 4 – 5

Отрицательная концепция собственной личности. Представление о своей несостоятельности, некомпетентности, ненужности, «выключенности» из мира. Данная субшкала может быть связана с представлениями о физической, интеллектуальной, моральной и прочей несостоятельности. Несостоятельность выражает интрапунитивный радикал. Формула внутреннего монолога: «Я плох». Возможно наличие «комплекса неполноценности».

# Социальный пессимизм (СП).

**Ответы «ДА» 5, 11, 13, 15, 17, 22, 25**

# При условии 4 – 7

Отрицательная концепция принятия окружающего мира. Восприятие мира как враждебного, не соответствующего представлениям о нормальных или удовлетворительных для человека отношениях с окружением. СП тесно связан с экстрапунитивным стилем каузальной атрибутики. При «Н» = 0 – 3

экстрапунитивность выражается в форме внутреннего диалога: «Вы все недостойны меня !»

# Слом культурных барьеров (КБ). Ответы «ДА» 8, 9, 18

**При условии 3**

Культ самоубийств. Поиск культурных ценностей и нормативов, оправдывающих суицидальное поведение, делающих его привлекательным. Заимствование суицидальных моделей из литературы и кино. В крайнем варианте инверсия ценностей жизни и смерти. В отсутствие выраженных пиков по другим шкалам – «эстетизация смерти» (например, ситуация «вечного самоубийцы в романе Германа Гессе «Степной волк»). Одна из возможных внутренних причин культа смерти – доведенная до патологического максимализма смысловая

установка на самодеятельность «Вершитель собственной судьбы сам определяет конец своего существования».

# Максимализм (М).

**Ответы «ДА» 4, 16**

# При условии 2

Инфантильный максимализм ценностных установок. Максимализация ценностей, значимость малейшей потери с одновременной минимизацией ценностей значимости имеющихся достижений. Распространение на все сферы жизни содержания локального конфликта в какой-то одной жизненной сфере. Невозможность компенсации. Аффективная фиксация на неудачах.

# Временная перспектива (ВП).

**Ответы «ДА» 2, 3, 12, 24, 26, 27**

# При условии 4 – 6

Невозможность конструктивного планирования будущего. Это может быть следствием сильной погруженности в настоящую ситуацию, трансформацией чувства неразрешимости текущей проблемы в глобальной среде неудач и поражений в будущем.

# Антисуицидальный фактор (АФ). Ответы «ДА» 19, 21

**При условии 2**

Даже при высокой выраженности всех остальных факторов, есть факторы, которые снижают глобальный суицидальный риск. Это глубокое понимание чувства ответственности за близких, чувство долга, представление о греховности и не эстетичности самоубийства, боязнь боли и физических страданий.

В определенном смысле это показатели наличия уровня предпосылок для психокоррекционной работы.

**Шкала враждебности Кука – Медлей**

**Инструкция.** Внимательно прочитайте (прослушайте) суждения опросника. Варианты ответов по всем суждениям даны на специальном бланке. Если вы считаете, что суждение верно и соответствует вашему представлению о себе и других людях, то в бланке ответов напротив номера суждения отметьте степень вашего согласия с ним, используя преложенную шкалу:

6 – обычно,

5 – частично,

4 – иногда,

3 – случайно,

2 – редко,

1 – никогда.

1. Я часто встречаю людей, называющих себя экспертами, хотя они таковыми не являются.
2. Мне часто приходилось выполнять указания людей, которые знали меньше, чем я.
3. Многих людей можно обвинить в аморальном поведении.
4. Многие люди преувеличивают тяжесть своих неудач, чтобы получить сочувствие и помощь.
5. Временами мне приходилось грубить людям, которые вели себя невежливо по отношению ко мне и действовали мне на нервы.
6. Большинство людей заводят друзей, потому что друзья могут быть полезны.
7. Часто необходимо затратить много усилий, чтобы убедить других в своей правоте.
8. Люди часто разочаровывали меня.
9. Обычно люди требуют большего уважения своих прав, чем стремятся уважать права других.
10. Большинство людей не нарушают закон, потому что боятся быть пойманными.
11. Зачастую люди прибегают к нечестным способам, чтобы не потерять возможной выгоды.
12. Я считаю, что многие люди используют ложь, для того чтобы двигаться дальше.
13. Существуют люди, которые настолько мне неприятны, что я невольно радуюсь, когда их постигают неудачи.
14. Я часто могу отойти от своих принципов, чтобы превзойти своего противника.
15. Если люди поступают со мной плохо, я обязательно отвечаю им тем же, хотя бы из принципа.
16. Как правило, я отчаянно отстаиваю свою точку зрения.
17. Некоторые члены моей семьи имеют привычки, которые меня раздражают.
18. Я не всегда легко соглашаюсь с другими.
19. Никого никогда не заботит то, что с тобой происходит.
20. Более безопасно некому не верить.
21. Я могу вести себя дружелюбно с людьми, которые, по моему мнению, поступают неверно.
22. Многие люди избегают ситуаций, в которых они должны помогать другим.
23. Я не осуждаю людей за то, что они стремятся присвоить себе все, что только можно.
24. Я не виню человека за то, что он в своих целях использует других людей, позволяющих ему это делать.
25. Меня раздражает, когда другие отрывают меня от дела.
26. Мне бы определенно понравилось, если бы преступника наказали его же преступлением.
27. Я не стремлюсь скрыть плохое мнение о других людях.

# Обработка результатов и интерпретация

**Ключ**

Шкала цинизма: 1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 11, 12, 19, 20, 22

Шкала агрессивности: 5, 14, 15, 16, 21, 23, 24, 26, 27

Шкала враждебности: 8, 13, 17, 18, 25

|  |  |
| --- | --- |
| Варианты ответа | Баллы |
| 1 – обычно | 6 |
| 2 – часто | 5 |
| 3 – иногда | 4 |
| 4 – случайно | 3 |
| 5 – редко | 2 |
| 6 – никогда | 1 |

# Интерпретация результатов для шкалы цинизма:

65 баллов и больше – высокий показатель;

40-65 баллов – средний показатель с тенденцией к высокому; 25-40 баллов – средний показатель с тенденцией к низкому; 25 баллов и меньше – низкий показатель.

# Интерпретация результатов для шкалы агрессивности:

45 баллов и больше – высокий показатель;

30-45 баллов – средний показатель с тенденцией к высокому; 15-30 баллов – средний показатель с тенденцией к низкому; 15 баллов и меньше – низкий показатель.

# Интерпретация результатов для шкалы враждебности:

25 баллов и больше – высокий показатель;

18-25 баллов – средний показатель с тенденцией к высокому; 10-18 баллов – средний показатель с тенденцией к низкому; 10 баллов и меньше – низкий показатель.

**Тренинг профилактики правонарушений с основами правовых знаний (автор Макартычева Г.И.)**

# Занятие 1

**Цель.** Актуализация представлений подростков об их правах и ответственности, знакомство с Законами РФ, определяющими права и ответственность несовершеннолетних.

# Ход занятия

1. Ритуал приветствия.
2. Групповая дискуссия «Для чего нужны законы».
3. Упражнение «Я хочу — я могу».
4. Групповая дискуссия «На что я имею право».
5. Информационно-правовая часть «Конвенция о правах ребенка и Законодательство РФ».
6. Групповая дискуссия «Может ли несовершеннолетний привлекаться к правовой ответственности».
7. Информационно-правовая часть «Правовая ответственность несовершеннолетнего».
8. 8.Упражнение «Отнекивания».
9. 9.Рефлексия.

# Занятие 2

**Цель.** Формирование представлений о сущности конфликтов и способах разрешения конфликтных ситуаций, знакомство с правовыми нормами в отношении ответственности за нанесение морального и физического ущерба.

# Ход занятия

1. Ритуал приветствия.
2. Упражнение «Автобус».
3. Ролевая игра «Конфликт».
4. Групповая дискуссия «Ответственность за исход конфликта».
5. Информационно-правовая часть «Статьи Законодательства, определяющие ответственность за причинение вреда здоровью».
6. Упражнение «Загибание пальцев».
7. Групповая дискуссия «За что несет ответственность родитель».
8. Информационно-правовая часть «Ответственность родителей за несовершеннолетних детей».
9. Упражнение «Катание по полу»
10. Рефлексия.

# Занятие 3

**Цель.** Формирование умения противостоять негативному влиянию, знакомство с ответственностью за групповые правонарушения.

# Ход занятия

1. Ритуал приветствия.
2. Упражнение «Учимся говорить "нет"».
3. Мозговой штурм «Противостояние влиянию».
4. Ролевая игра «Ситуация принуждения».
5. Упражнение «Невольная борьба».
6. Групповая дискуссия «Кто отвечает в толпе».
7. Информационно-правовая часть «Ответственность за групповые правонарушения».
8. Упражнение «Сбить с ног».
9. Рефлексия.

# Занятие 4

**Цель.** Развитие навыков, позволяющих отказаться от предложения попробовать наркотики или токсические вещества, знакомство с правовой ответственностью за хранение, распространение и применение наркотических и психотропных средств.

# Ход занятия

1. Ритуал приветствия.
2. Упражнение «Настроение».
3. Мозговой штурм «Почему люди применяют наркотики».
4. Мозговой штурм «Цепочка: к чему ведет проба наркотика и токсического вещества».
5. Групповая дискуссия «Что люди приобретают и что теряют от применения наркотика».
6. Групповая дискуссия «Употребление наркотика — дело личное».
7. Информационно-правовая часть «Ответственность несовершеннолетних за хранение и сбыт наркотиков и психотропных средств».
8. Упражнение «Частота хватаний».
9. Рефлексия.

# Занятие 5

**Цель.** Формирование умения отказаться от употребления алкоголя, поиск способов общения и повышения настроения без применения алкоголя, знакомство с ответственностью за правонарушения в состоянии алкогольного опьянения.

# Ход занятия

1. Ритуал приветствия.
2. Ролевая игра «Ох, этот праздник...».
3. Групповая дискуссия «С пьяного взятки гладки?».
4. Информационно-правовая часть «Ответственность за правонарушения в состоянии алкогольного опьянения».
5. Мозговой штурм «Кто идет за "Клинским"?»
6. Групповая дискуссия «Альтернатива алкоголю».
7. Упражнение «Выпячивание себя».
8. Рефлексия.

# Занятие 6

**Цель.** Знакомство с понятиями «вандализм» и «вандалы», предоставление информации об ответственности за акты вандализма.

# Ход занятия

1. Ритуал приветствия.
2. Упражнение «Мы строили, строили...».
3. Мозговой штурм «Что такое "вандализм" и кто такие "вандалы"?»
4. Информационная часть «Вандализм и вандалы».
5. Информационно-правовая часть «Ответственность за вандализм».
6. Групповая дискуссия «Создатели граффити — это вандалы или свободные художники?»
7. Упражнение «Настенные рисунки».
8. Рефлексия

# Занятие 7

**Цель.** Осознание чувств, возникающих при угрозе жизни и здоровью в случаях террористических актов; знакомство с ответственностью за терроризм, геноцид и разжигание межнациональной розни.

# Ход занятия

1. Ритуал приветствия.
2. Мозговой штурм «Сообщение о террористическом акте».
3. Информационно-правовая часть «Ответственность за ложное сообщение об акте терроризма».
4. Упражнение «Подскоки от страха».
5. Мозговой штурм «Чем люди отличаются друг от друга? Существует ли в мире равенство всех наций и рас?»
6. Информационно-правовая часть «Ответственность за разжигание межнациональной вражды».
7. Рефлексия.

# Занятие 8

**Цель.** Осознание личной ответственности при выборе возраста вступления в половые отношения, последствий неразборчивых половых связей, знакомство с ответственностью за сексуальное насилие.

# Ход занятия

1. Ритуал приветствия.
2. Групповая дискуссия «Когда мы любим, то...».
3. Информационно-правовая часть «Знакомство с ответственностью за сексуальное насилие».
4. Групповая дискуссия «Как избежать сексуального насилия».
5. Упражнение «Повороты обратно».
6. Групповая дискуссия «Как избежать насилия со стороны незнакомых людей».
7. Упражнение «Набор скорости».
8. Рефлексия.

# Занятие 9

**Цель.** Информирование подростков об ответственности за присвоение чужого имущества.

# Ход занятия

1. Ритуал приветствия.
2. Групповая дискуссия «Чем отличается грабеж от кражи». . Информационно- правовая часть «Ответственность за грабежи, разбои и кражи».
3. Упражнение «С оглядкой».
4. Информационно-правовая часть «Ответственность за причинение ущерба путем обмана, злоупотребления доверием и вымогательство».
5. Упражнение «Хлопки по карманам».
6. Групповая дискуссия «Покатался на чужом автомобиле — преступление или нет?»
7. Информационно-правовая часть «Ответственность за неправомерное завладение транспортным средством».
8. Упражнение «Бег в спокойном темпе».
9. Рефлексия.

# Занятие 10

**Цель.** Информирование подростков о процедуре принятия законов в РФ; актуализация правовых знаний, полученных на занятиях; осознание ответственности

участников судебных заседаний в решении судьбы обвиняемых, завершение занятий правового блока.

# Ход занятия

1. Ритуал приветствия.
2. Упражнение «Сказка за сказкой».
3. Групповая дискуссия «Можно ли жить без установленных правил?»
4. Упражнение «Тяга к родному дому».
5. Информационно-правовая часть «Основные законы РФ, как и кем они устанавливаются».
6. Ролевая игра «Суд идет».
7. Рефлексия.

**Примеры упражнений по коррекции подростковой агрессивности Упражнение «Подростки не понимают… Родители не понимают…»**

Ведущий бросает поочерёдно то синий, то красный мячик. Те, кому попадает в руки синий мяч, заканчивают фразу «Подростки не понимают, что родители…». Те, кому попадает красный мяч – «Родители не понимают, что подростки…».

В результате делается вывод, что необходимо искать точки понимания в семье, учиться договариваться.

**Упражнение «Учимся договариваться»**

Подростки проигрывают различные конфликтные ситуации с родителями, стараются найти пути их разрешения. Примерные ситуации:

*«Мама никуда не отпускает меня одну».*

*«Я не могу покупать ту одежду, которую хочу».*

*«Меня заставляют рано ложиться спать».*

*«Не дают слушать громкую музыку».*

**Работа в тетради**

Подростки с помощью ведущего выделяют и записывают в тетради в две колонки способы конструктивного и неконструктивного поведения на агрессию. Особо подчёркивается, что конструктивно реагирует внутренне сильный человек, а неконструктивно- слабый, неуверенный в себе. Запись может быть примерно такой:

«*Конструктивное реагирование:* договориться, объяснить человеку, что он поступает неверно, попросить у кого-то помощи. *Неконструктивное реагирование:* отвечать агрессией, кричать, найти «козла отпущения», подавить волю человека»*.*

**Упражнение «Моя реакция на агрессию»**

Ведущий просит ребят вспомнить, как они чаще всего реагируют на агрессию, и нарисовать себя. Ведущий спрашивает, кто нарисовал себя в конструктивной позиции. Поскольку большинство обычно рисует себя в неконструктивной позиции, ведущий интересуется, почему так трудно реагировать на агрессию конструктивно? В результате обсуждения этого вопроса делается вывод, что труднее всего сдерживать себя. Обсуждаются различные способы, помогающие сдержаться, например, считать до десяти или постараться внимательно рассмотреть мелкую деталь на одежде противника.

**Упражнение «Как поступить конструктивно?»**

Ведущий предлагает участникам ситуации, часто встречающиеся в классе , и просит подумать, как в этих ситуациях поступить конструктивно. Ситуации могут быть такими:

*«На перемене Вова обидно обозвал Ваню. И тогда Ваня…»*

*«На уроке Лена постоянно толкала локтем Свету. И тогда Света…»*

*«Петя рассказал Саше свой секрет, но Саша передал его другим ребятам.*

*И тогда Петя…»*

*«На перемене Миша нечаянно задел Дениса. Денис тут же развернулся и стукнул его. И тогда Миша…»*

**Упражнение «Рисуем чувства»**

Участники рисуют чувства, которые человек испытывает в ситуациях, когда удалось договориться, и когда не удалось договориться.

**Упражнение «Вырази свое состояние»**

Участники с помощью мимики, жестов, пантомимики изображают своё актуальное состояние. Остальные участники угадывают это состояние.

**Упражнение «Покажи агрессию»**

Участникам предлагаются карточки, на которых написаны определённые действия или слова, с помощью которых они должны будут выразить агрессию. Например, если на карточке написано «нога» или «рука», значит, надо будет сделать агрессивные движения рукой или ногой; если написано «глаза», значит, надо будет так посмотреть, чтобы было понятно по взгляду, что человек настроен агрессивно; если написано слово «здравствуйте» или «мяу», значит, надо будет произнести это слово агрессивно, и т.п.

**Упражнение «Кто из них агрессивный?»**

Ведущий предлагает учащимся случайную подборку фотографий из журналов и газет и предлагает им по выражению лица догадаться, кто из изображённых на фотографиях людей находится в агрессивном состоянии.

**Упражнение «Агрессивный… продавец»**

Участники по очереди вытягивают карточки с названием той или иной социальной роли и изображают агрессивного человека в той роли, которая им досталась: учитель, продавец, шофёр, мать, отец, брат. Остальные участники должны угадать, в какой роли он выступает. Затем игра повторяется с теми же персонажами, но уже в «добром состоянии».

**Упражнение «Отбросить старое, чтобы измениться»**

Ведущий рассказывает участникам о том, что любое развитие, накопление новых качеств предполагает сначала избавление от каких-либо старых. Предлагает подумать, от каких качеств они хотели бы частично или совсем избавиться. Затем подростки записывают эти качества, рисуют вокруг них большой мешок или чемодан с крепким запором. Можно рядом нарисовать какое-либо животное, которое не даст качествам выбраться наружу.

**Методы саморегуляции**

# Физиологическая саморегуляция Упражнение " Расслабление "

Требуется уединение, время на выполнение 10 - 15 мин.

1. Проветрите помещение.
2. Сядьте на стул, что бы спина была прямой.
3. Дышите полным дыханием.
4. С каждым выдохом повторяйте про себя: "лицо расслабляется ""
5. Как только вы почувствуете, что данный сегмент расслабляется, переходите к следующему: " шея расслабляется "
6. Постепенно расслабляйте один за другим все мышечные сегменты.

# Упражнение " Внутренний взор "

1. Сядьте прямо на жестком стуле.
2. Проделайте несколько дыхательных циклов.
3. Сконцентрируйтесь на напряженной группе мышц.
4. Представьте, что вдох вы делаете через напряженные мышцы, вместе с воздухом поступает успокаивающая, расслабляющая энергия.
5. Далее выдыхайте усталость и напряжение.

# Упражнение "Осанка "

* 1. Встаньте прямо, руки висят вдоль туловища.
  2. Расслабьтесь.
  3. Представьте, что к вашему темени прикреплена ниточка, за которую вас тянут вверх.

1. Позвольте голове последовать за направлением силы натяжения. Понемногу вытягивайте шею.
2. Затем начинайте вытягивать позвоночник.
3. Когда почувствуете, что позвоночник выпрямился, встаньте на цыпочки.

# Упражнение " Любимый образ "

Представьте себе какой-нибудь приятный образ, например пейзаж, картину из счастливого детства, любое приятное воспоминание.

* 1. Примите расслабляющую позу, дышите правильно.
  2. Представьте, что образ находится высоко над головой.
  3. Представьте, как он проходит через вашу голову, шею, тело до самых ног, пополняя вас своей энергией.

# Эмоциональная саморегуляция Упражнение " Избавление от негативного образа "

Если вы оказались жертвой агрессивного поведения, когда источник агрессии известен, проделайте следующее:

1. Расслабьтесь, дышите полным дыханием.
2. Представьте что между вами и агрессором воздвигнута стена.
3. Представьте агрессию в виде мячика, который ударяется в нее.
4. Представьте, как он отскакивает от стены, не изменив вашего психологического состояния. Он возвращается к человеку пославшему его.

# Упражнение " Диалог со стрессом "

1. Примите удобную позу, наблюдайте за эмоциями, которые возникают в процессе релаксации.
2. Представьте, что негативные эмоции складываются в образ незнакомого человека.
3. Представьте, что вы сидите друг напротив друга.
4. Дайте ему имя: грусть, усталость, печаль и т.д.
5. Спросите его: " Почему в твоей жизни нет ни отдыха, ни радости?
6. Попробуйте переубедить его.
7. Пронаблюдайте, как наиболее веский ваш аргумент уменьшает вашего человека в размерах.

# Интеллектуальная саморегуляция. Упражнение " Внутренняя тишина "

1. Примите расслабленную позу. Понаблюдайте за потоками мыслей, которые текут в вашем сознании.
2. Обратите внимание, как много хаоса и ненужных мыслей у вас в сознании.
3. Представьте, что эти мысли - громкие слова, мешающие вам сосредоточиться.
4. Мягким усилием воли скажите себе: "Я останавливаю этот поток". Остановите беспокоящие вас мысли. Голова должна быть ясной, свободной от мыслей.
5. Остановив все мысли, слушайте тишину.
6. Представьте себе океан, слушайте его безмолвие, дыхание.
7. Побудьте в этом пространстве тишины.
8. Если возникают, какие либо мысли, мягко убирайте их, возвращайтесь к слушанию тишины.

# Упражнение " Внутреннее убеждение "

Находясь в состоянии внутренней тишины, повторяйте про себя: Я полон сил, я здоров, я спокоен.

Усталость проходит, меня наполняет энергия и радость. Я расслаблен.

Я одобряю себя.

Каждое препятствие - это драгоценный урок. Я полностью контролирую себя.

Вдумывайтесь в каждое слово, в его значение, пытайтесь проникнуть в его смысл.

**Памятка для педагогов «Как вести себя с агрессивным ребёнком»**

Для предупреждения агрессивного поведения детей существует широкий спектр возможностей. Специалистами (психологами, педагогами) разработаны специальные рекомендации для взрослых по работе над агрессивным поведением детей. Эти правила позволяют в конфликтной ситуации с детьми и подростками обеспечить её позитивное разрешение конфликта и установить партнёрские отношения.

# Правило 1. Игнорируйте незначительную агрессию

Когда агрессия детей не опасна и объяснима, взрослому целесообразно реагировать на поведение ребёнка следующим образом:

просто "не замечайте" реакцию ребёнка (подростка);



выражайте понимание чувств ребенка: "Я понимаю, что тебе обидно"; переключайте внимание ребёнка на что-то, например, предложите выполнить

какое-либо задание (поиграть);

 позитивно обозначьте его поведение: "Ты злишься потому, что устал". КОММЕНТАРИИ. Поскольку установлено, что агрессия накапливается у всех людей, то взрослый, видя и понимая ситуацию, может просто внимательно выслушать ребёнка (подростка) и постараться переключить его на что-то другое. Внимание взрослого - необходимость для ребёнка и подростка. Часто именно недостаток такого внимания и ведёт к агрессивному поведению. Помните, что игнорирование агрессии - мощный способ изменения нежелательного поведения.

# Правило 2. Акцентируйте внимание на поступках (поведении), а не на личности ребёнка

В момент агрессии опишите поведение ребёнка при помощи следующих словесных вариантов:

"Ты ведёшь себя агрессивно" (констатация факта); "Ты злишься?" (констатирующий вопрос);



"Ты хочешь меня обидеть?", "Ты демонстрируешь мне силу?" (раскрытие мотивов агрессора);

 "Мне не нравится, когда со мной говорят в таком тоне", "Я напрягаюсь, когда кто-то громко кричит" (раскрытие собственных чувств по отношению к нежелательному поведению);

 "Ты нарушаешь правила поведения" (апелляция к правилам). КОММЕНТАРИИ. Проговаривая одно из высказываний, взрослому нужно проявлять спокойствие, доброжелательность и твёрдость. Акцент делайте только на поступке, чтобы ребёнок (подросток) не услышал в тоне голоса, что вы против него. Ни в коем случае не вспоминайте аналогичное поведение в прошлом. После того как ребёнок успокоится, нужно обсудить с ним его поведение подробно и объяснить, почему его поступок неприемлем. Делайте акцент на том, что агрессия больше вредит ему самому, чем окружающим. Подумайте вместе (без свидетелей) какое поведение в данном случае было бы более приемлемо.

**Правило 3. Контролируйте собственные негативные эмоции** Демонстрируя свою агрессию, ребёнок проявляет негативные эмоции: раздражение, гнев, возмущение, страх, беспомощность. При общении с агрессивно настроенным ребёнком аналогичные эмоции могут возникнуть и у взрослого. Но взрослый, должен уметь сдерживаться. Контролируйте себя, демонстрируя положительный пример в обращении со встречной агрессией, и сохраняйте партнёрские отношения, необходимые для дальнейшего сотрудничества.

Старайтесь:

не повышать голос, не кричать, не устрашать;

не демонстрировать свою власть: "Будет так, как я скажу";

не принимать агрессивные позы и жесты (сжатые челюсти, пальцы в кулаки); не смеяться над ребёнком, не передразнивать его;

не оценивать личность ребёнка или его друзей; не использовать физическую силу, не угрожать; не читать нотации, проповеди;

не оправдываться, не пытаться защищать себя или подкупать ребёнка.

КОММЕНТАРИИ. Зачастую агрессивное поведение детей связано с желанием вызвать гнев взрослого, тем самым показав его слабость. Если взрослые попадаются на эту "удочку" - они теряют свой авторитет в глазах детей и возможность устанавливать партнёрские отношения. Взрослый должен проявить усилия, чтобы снизить напряжение и агрессию.

# Правило 4. Сохраняйте положительную репутацию ребёнка

Ребёнку, как и некоторым взрослым, очень трудно признать свою неправоту. Публичное обсуждение может его больно ранить и, как правило, приведёт только к усилению агрессивного поведения в дальнейшем.

Чтобы сохранить ребёнку положительную репутацию, используйте следующие варианты поведения с ним:

 "Ты, возможно, неважно себя чувствуешь", "Ты не хотел его обидеть" (публично минимизируйте вину ребёнка);

позвольте выполнить ваше требование частично, по-своему; предложите ребёнку договор с взаимными уступками.



КОММЕНТАРИИ. Настаивая на полном подчинении, можно спровоцировать новый взрыв агрессии. Если позволить подчиниться "по-своему", инцидент будет исчерпан скорее.

# Правило 5. Демонстрируйте неагрессивное поведение

В результате конфликта обе стороны теряют контроль. Вы должны помнить, что чем меньше возраст ребёнка, тем более доброжелательным должно быть ваше поведение в ответ на агрессию. Поведение взрослого должно быть противоположно плохому поведению ребёнка (подростка).

Воспользуйтесь следующими приёмами: выдерживайте паузу (выслушивайте молча);

тайм-аут (предоставьте ребёнку возможность успокоиться в одиночестве); внушайте спокойствие жестами, мимикой;

шутите ("Ты сейчас выглядишь круче Шварценегера")

КОММЕНТАРИИ. Дети довольно быстро перенимают неагрессивную модель поведения. Но главное условие - искренность взрослого и соответствие тона его голоса, жестов, мимики, пантомимики высказанной им мысли.

Итак, на начальной стадии агрессивного поведения лучше всего использовать следующие методы борьбы с агрессией:

игнорирование; переключение внимания; "изящный уход".



Изящный уход - это дипломатический манёвр, позволяющий всем участникам спокойно выйти из конфликтной ситуации. Любая оригинальная или нестандартная реакция взрослого на агрессивное поведение ребёнка помогает уладить проблемную ситуацию лучше, чем угрозы и физические меры.

Переключить внимание ребёнка можно на игру. Игра - самый лучший способ весёлого и занимательного времяпрепровождения, а также это лучший способ снять эмоциональное напряжение, тревоги, страх. На смену агрессии в игре приходит уверенность в себе, развивается позитивная самооценка, укрепляется эмоциональная сфера ребёнка.

**Комплекс упражнений для преодоления негативных эмоциональных состояний**

# Упражнение «Автопортрет»

А) Нарисовать свой портрет и описать его с положительной стороны.

Б). Еще раз описать портрет, но от лица другого человека (лучше, от лица обидчика). Например, «На этом портрете нарисован человек, который…)

# Упражнение «Мои эмоции»

Предложить ребенку изобразить негативные эмоции, которые он часто испытывает. К примеру, страх, стыд, неуверенность, обиду, агрессию, гнев, зависть и т.д.

# Упражнение «Свет мой зеркальце…»

Работать с зеркалом: «Свет мой, зеркальце, скажи–Я ль на свете всех…».

Глядя в зеркало, учиться хвалить себя.

# Упражнение «Сердце»

Нарисовать сердце, которое болит. На больном сердце нужно сделать рисунки, показывающие от чего болит сердце.

# Упражнение «Дневник»

Учить записывать свои эмоциональные переживания и события, связанные с ними. Пусть ребенок иногда их перечитывает. Это поможет ему спустя некоторое время убедиться в том, что не все так плохо, а некоторые записанные переживания ему самому покажутся смешными.

# Упражнение «Фильм о моей жизни»

Предложить написать сценарий фильма о своей жизни. Причем, ребенок изображается главным героем фильма. В фильме должны быть кульминация, завязка, развязка (развязка должна быть со счастливым концом)

# Упражнение «Письмо»

Предложить написать письмо своему сверстнику или взрослому, с которым у ребенка не складываются отношения или которого он боится. В этом письме он может высказать все свои отрицательные эмоции и чувства, связанные с этими людьми или сложившейся ситуацией. В конце можно предложить письмо порвать или сжечь.

**Методики для оценки психологической безопасности образовательной среды школы**

**ЭКСПРЕСС-ДИАГНОСТИКА БЕЗОПАСНОСТИ**

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ ДЕТЕЙ, ПОПАВШИХ В ТРУДНУЮ ЖИЗНЕННУЮ СИТУАЦИЮ**

*Г.С. Кожухарь, В.В. Ковров*

**Пояснительная записка**

При оценке психологической безопасности образовательной среды образовательного учреждения для детей, попавших в трудную жизненную ситуацию, в качестве наиболее важных видов взаимодействия нами выделены:

* общение учащихся друг с другом;
* общение педагогов между собой;
* общение педагогов и учащихся.

В экспресс-диагностике мы ограничиваемся исследованием только двух видов взаимодействия: общение учащихся друг с другом и общение педагогов и учащихся. Это связано с тем, что взаимодействие между педагогами хоть и является важным компонентом безопасности образовательной среды образовательного учреждения, однако оно выступает в качестве косвенного фактора, влияющего на безопасность учащихся.

Обозначенные виды общения реализуются в учебной деятельности на уроках, в воспитательном процессе, в досуговой сфере участников образовательного процесса. В этих сферах взаимодействия в качестве наиболее значимых критериев (характеристик) психологической безопасности образовательной среды выделены:

* качество межличностных отношений,
* психологическая защищенность,
* психологический комфорт,
* удовлетворенность образовательной средой.

Именно эти показатели безопасности в системе образования и явились шкалами опросников. При разработке блока диагностического инструментария были использованы и модифицированы некоторые вопросы из следующих методик:

* 1. «Шкала доверия» Розенберга;
  2. «Шкала доброжелательности» Кэмпбелла;
  3. «Шкала враждебности» Кука-Медлей;
  4. «Шкала принятия» Фейя;
  5. Тест «Коммуникативная толерантность» (В. В. Бойко);
  6. «Шкала манипулятивного отношения» Банта;
  7. Опросник «Психологическая диагностика безопасности образовательной среды» (И.А. Баева).

*Опросник 1.*

**Опросник «Качество межличностных отношений в образовательной среде (КМЛО в ОС)» для подростков**

***Уважаемый ученик!***

*Наша лаборатория исследует психологический климат в школах для того, чтобы понять, что можно изменить к лучшему.*

*Мы просим тебя ответить на вопросы нашей анкеты. Вопросы и суждения касаются твоей школы, отношений между ребятами, между учениками и учителями.*

*Отвечая на каждый вопрос, тебе нужно будет выбрать только один вариант ответа. Поставьте знак « + » в той колонке, которая соответствует баллу, отражающему степень твоего согласия с предлагаемым суждением.*

*Твоё мнение и баллы соотносятся так:*

* *полностью согласен – 4;*
* *скорее согласен – 3;*
* *трудно сказать – 2;*
* *скорее не согласен – 1;*
* *совершенно не согласен – 0.*

*В этой анкете нет правильных и неправильных ответов, нам важно знать, что происходит на самом деле. Подписывать анкету не обязательно, а отвечать нужно честно, иначе эта работа потеряет всякий смысл. Ответь, пожалуйста, на следующие вопросы:*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Суждения** | **Баллы** | | | | |
| **Блок 1.** | **0** | **1** | **2** | **3** | **4** |
| Большинству учителей в нашей школе можно доверять. |  |  |  |  |  |
| Ребята нашей школы чаще всего думают только о себе.\* |  |  |  |  |  |
| Педагоги чаще всего стремятся быть полезными для меня и для других учащихся. |  |  |  |  |  |
| Большинство ребят нашей школы ведут себя честно в разных ситуациях. |  |  |  |  |  |
| Во взаимодействии с учителями в нашей школе нужно соблюдать осторожность.\* |  |  |  |  |  |
| Большинству ребят в нашей школе можно дове- рять. |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| **Блок 2.** | **0** | **1** | **2** | **3** | **4** |
| Учителя не стремятся скрыть плохое мнение по  поводу учащихся. |  |  |  |  |  |
| Если кто-то из одноклассников поступает плохо, другие обязательно отвечают им тем же, хотя  бы из принципа. |  |  |  |  |  |
| Учителя могут вести себя дружелюбно с теми ребятами, которые, по их мнению, поступают  неверно.\* |  |  |  |  |  |
| Ребята нашей школы временами грубят тем, кто ведет себя не вежливо по отношению к ним и  действует им на нервы. |  |  |  |  |  |
| Учителя часто обвиняют ребят ни за что. |  |  |  |  |  |
| Во время общения ребята, как правило,  отчаянно отстаивают свою точку зрения. |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| **Блок 3.** | **0** | **1** | **2** | **3** | **4** |
| Я чаще всего могу быть уверен в учителях  нашей школы. |  |  |  |  |  |
| Доверять ребятам в нашем классе небезопасно, так как они могут легко использовать это в  своих интересах.\* |  |  |  |  |  |
| Педагоги и другие работники школы являются  лучшим гарантом безопасности в нашей школе. |  |  |  |  |  |
| Ребята нашей школы скорее будут помогать  друг другу, чем оскорблять друг друга. |  |  |  |  |  |
| В нашей школе необходимо стремиться  угождать всем педагогам независимо от собственных принципов.\* |  |  |  |  |  |
| В отношениях среди ребят нашей школы  преобладает доброжелательность. |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| **Блок 4.** | **0** | **1** | **2** | **3** | **4** |
| С педагогами нашей школы я предпочитаю не  спорить. |  |  |  |  |  |
| Ученики нашего класса готовы прислушиваться  к мнениям друг друга.\* |  |  |  |  |  |
| Учителя нашей школы допускают в общении с ребятами тон, не терпящий возражений и  грубость. |  |  |  |  |  |
| Ребята не уступают друг другу в споре, каждый  хочет добиться победы. |  |  |  |  |  |
| Учителя нашей школы при решении разных вопросов пытаются выяснить, с чем я согласен,  а с чем не согласен.\* |  |  |  |  |  |
| Ребята в нашей школе во время общения не под-  даются провокациям и не заводятся.\* |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| **Блок 5.** | **0** | **1** | **2** | **3** | **4** |
| Учителям нравится проводить время вместе с  нами. |  |  |  |  |  |
| Мне нравятся ребята нашей школы, с которыми  я знаком*\**. |  |  |  |  |  |
| Педагоги и другие работники школы думают  только о себе. |  |  |  |  |  |
| Большинство ребят чувствуют себя комфортно в  школе*\**. |  |  |  |  |  |
| Учителей нашей школы достаточно легко  ввести в заблуждение. |  |  |  |  |  |
| Ребята нашего класса думают о себе только  положительно и редко обращаются к своим отрицательным качеством. |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| **Блок 6.** | **0** | **1** | **2** | **3** | **4** |
| Учителя часто разочаровывали и  разочаровывают меня. |  |  |  |  |  |
| В нашем классе есть учащиеся, которые настолько мне неприятны, что я невольно  радуюсь, когда их постигают неудачи. |  |  |  |  |  |
| Я не всегда легко соглашаюсь с учителями и  другими работниками нашей школы. |  |  |  |  |  |
| Некоторые ребята в нашем классе имеют  привычки, которые действуют мне на нервы. |  |  |  |  |  |
| Некоторые учителя вызывают во мне враждеб-  ность. |  |  |  |  |  |
| Меня раздражает, когда ребята отрывают меня  от дела. |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| **Блок 7.** | **0** | **1** | **2** | **3** | **4** |
| Педагоги и другие работники школы постоянно  делают кому-либо замечания.\* |  |  |  |  |  |
| Меня раздражают ребята школы другой нацио-  нальности.\* |  |  |  |  |  |
| Взрослые раздражаются, если ребята не  соглашаются с их правильным (как они считают) мнением.\* |  |  |  |  |  |
| Мне трудно ладить с ребятами, у которых  плохой характер.\* |  |  |  |  |  |
| Чаще всего я из принципа настаиваю на своем  мнении, даже если понимаю, что партнер прав.\* |  |  |  |  |  |
| Взрослые нашей школы с трудом переносят  шумные детские игры.\* |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| **Блок 8.** | **0** | **1** | **2** | **3** | **4** |
| Наилучший способ поладить со старшими  людьми в нашей школе – говорить им то, что они хотели бы услышать. |  |  |  |  |  |
| Большинство ребят в нашей школе в сущности  хорошие и добрые.\* |  |  |  |  |  |
| Многие педагоги нашей школы любят  похвалиться, когда для этого нет достаточных оснований. |  |  |  |  |  |
| Открывать причину своих действий другим ребятам нужно только в том случае, если это  полезно и для тебя. |  |  |  |  |  |
| Большинство ребят работают в полную силу только в том случае, если старшие заставляют  их это делать. |  |  |  |  |  |
| Ребята нашего класса считают, что полностью доверять однокласснику – это значит  напрашиваться на неприятности. |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |

*Опросник 2.*

**Опросник «Качество межличностных отношений в образовательной среде (КМЛО в ОС)» для педагогов**

**Уважаемый коллега!**

*С целью исследования характеристик образовательной среды школы просим Вас ответить на данные вопросы. Это займёт не боле 20 минут Вашего времени.*

*Ниже приводятся суждения. Оцените их от 0 до 4 баллов, чтобы выразить, насколько они верны по отношению лично к Вам и Вашей школе.*

*Поставьте знак « + » в той колонке, которая соответствует баллу, отражающему степень Вашего согласия с предлагаемым суждением.*

*Ваше мнение и баллы соотносятся так:*

* *полностью согласен – 4;*
* *скорее согласен – 3;*
* *трудно сказать – 2;*
* *скорее не согласен – 1;*
* *совершенно не согласен – 0.*

*Результаты опроса необходимы для новых разработок в сфере безопасности образовательной среды. Спасибо!*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Суждения** | **Баллы** | | | | |
| **Блок 1.** | **0** | **1** | **2** | **3** | **4** |
| Сотрудники нашей школы чаще всего думают только о  себе.\* |  |  |  |  |  |
| Большинству учащихся нашей школы можно доверять. |  |  |  |  |  |
| Сотрудники школы чаще всего стремятся быть  полезными друг для друга и для учащихся. |  |  |  |  |  |
| Большинство учеников нашей школы ведут себя честно  в разных ситуациях. |  |  |  |  |  |
| Большинству педагогов нашей школы можно доверять. |  |  |  |  |  |
| Во взаимодействии с детьми нашей школы нужно  соблюдать осторожность.\* |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| **Блок 2.** | **0** | **1** | **2** | **3** | **4** |
| Педагоги школы открыто выражают отрицательное  мнение по поводу учащихся. |  |  |  |  |  |
| Если кто-то из учащихся поступает плохо, другие  обязательно отвечают им тем же, хотя бы из принципа. |  |  |  |  |  |
| Педагоги могут вести себя дружелюбно с теми ребя-  тами, которые, по их мнению, поступаютневерно.\* |  |  |  |  |  |
| Ребята нашей школы временами грубят тем, кто ведет себя не вежливо по отношению к ним и действует им на  нервы. |  |  |  |  |  |
| Администрация и коллеги часто обвиняют ребят ни за  что. |  |  |  |  |  |
| Во время общения ребята, как правило, отчаянно  отстаивают свою точку зрения. |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| **Блок 3.** | **0** | **1** | **2** | **3** | **4** |
| Я чаще всего могу быть уверен в учителях нашей  школы. |  |  |  |  |  |
| Доверять ребятам в нашей школе небезопасно, так как  они могут легко использовать это в своих интересах.\* |  |  |  |  |  |
| Педагоги и другие работники школы являются лучшим  гарантом безопасности в нашей школе. |  |  |  |  |  |
| Ребята нашей школы скорее будут помогать друг другу,  чем оскорблять друг друга. |  |  |  |  |  |
| В отношениях среди сотрудников нашей школы  преобладает доброжелательность. |  |  |  |  |  |
| В нашей школе учащиеся стремятся угождать педагогам  независимо от собственных принципов.\* |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| **Блок 4.** | **0** | **1** | **2** | **3** | **4** |
| С администрацией и коллегами нашей школы я  предпочитаю не спорить. |  |  |  |  |  |
| Ребята нашей школы готовы прислушиваться к мнениям  друг друга.\* |  |  |  |  |  |
| Педагоги нашей школы допускают в общении с  ребятами тон, не терпящий возражений и грубость. |  |  |  |  |  |
| учащиеся не уступают друг другу в споре, каждый хочет  добиться победы. |  |  |  |  |  |
| Педагоги нашей школы при решении разных вопросов  пытаются выяснить, с чем каждый согласен, а с чем не согласен.\* |  |  |  |  |  |
| Ребята в нашей школе во время общения не поддаются  провокациям и не заводятся.\* |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| **Блок 5.** | **0** | **1** | **2** | **3** | **4** |
| Педагогам нравится совместно проводить время. |  |  |  |  |  |
| Мне нравятся ребята нашей школы. |  |  |  |  |  |
| Педагоги и другие сотрудники школы думают только о  себе.\* |  |  |  |  |  |
| Я и мои коллеги чувствуют себя комфортно в школе. |  |  |  |  |  |
| Педагоги думают о себе только положительно и редко  обращаются к своим отрицательным качеством.\* |  |  |  |  |  |
| Учащихся достаточно легко ввести в заблуждение.\* |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| **Блок 6.** | **0** | **1** | **2** | **3** | **4** |
| В нашей школе есть сотрудники, которые настолько мне неприятны, что я невольно радуюсь, когда их постигают  неудачи. |  |  |  |  |  |
| Учащиеся часто разочаровывали и разочаровывают  меня. |  |  |  |  |  |
| Некоторые педагоги имеют привычки, которые  действуют мне на нервы. |  |  |  |  |  |
| К некоторым учащимся я чувствую внутреннюю  враждебность. |  |  |  |  |  |
| Я не всегда легко соглашаюсь с мнением коллег и  администрации школы. |  |  |  |  |  |
| Меня раздражает, когда ребята отрывают меня от дела.. |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| **Блок 7.** | **0** | **1** | **2** | **3** | **4** |
| Меня раздражают педагоги школы другой нацио-  нальности.\* |  |  |  |  |  |
| Педагогам постоянно приходится делать кому-либо из  детей замечания.\* |  |  |  |  |  |
| Я раздражаюсь, если кто-то из коллег не соглашается с  моим правильным мнением.\* |  |  |  |  |  |
| Мне трудно ладить с учащимися, у которых плохой  характер.\* |  |  |  |  |  |
| Чаще всего я и мои коллеги из принципа настаивают на  своем мнении, даже если понимают, что партнер прав.\* |  |  |  |  |  |
| Сотрудники нашей школы с трудом переносят шумные  детские игры. \* |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| **Блок 8.** | **0** | **1** | **2** | **3** | **4** |
| Наилучший способ поладить с сотрудниками в нашей  школе – говорить им то, что они хотели бы услышать. |  |  |  |  |  |
| Большинство ребят в нашей школе в сущности хорошие  и добрые.\* |  |  |  |  |  |
| Открывать причину своих действий коллегам нужно  только в том случае, если это полезно и для тебя. |  |  |  |  |  |
| Многие ребята в нашей школе любят похвастаться,  когда для этого нет достаточных оснований. |  |  |  |  |  |
| Полностью доверять другому человеку – это значит  напрашиваться на неприятности. |  |  |  |  |  |
| Большинство учащихся работают в полную силу только  в том случае, если педагоги заставляют их это делать. |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |

**Анализ и интерпретация результатов опросников (1, 2)**

«Качество межличностных отношений в образовательной среде (КМЛО в ОС)» (для учащихся и педагогов)

Опросник **«Качество межличностных отношений в образовательной среде»** включает 8 шкал, которые в опросном листе названы для удобства блоками. Это следующие шкалы.

Блок 1. Шкала доверия.

Блок 2. Шкала агрессивности.

Блок 3. Шкала доброжелательности.

Блок 4. Шкала конфликтности.

Блок 5. Шкала принятия.

Блок 6. Шкала враждебности.

Блок 7. Шкала толерантности.

Блок 8. Шкала манипулятивного отношения.

По каждой шкале, как для подростков, так и для педагогов подсчитываются три показателя:

1. выраженность отношения взрослых по шкале, вопросы: 1, 3, 5;
2. выраженность отношения воспитанников по шкале, вопросы: 2, 4, 6; 3) суммарный балл по каждой шкале (блоку).

При подсчете баллов учитываются вопросы с обратным знаком, которые обозначены символом \*. Для этих вопросов подсчёт баллов осуществляется следующим образом:

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Проставленный балл в опросном листе** | **0** | **1** | **2** | **3** | **4** |
| **Балл для замены** | **4** | **3** | **2** | **1** | **0** |

Далее подсчитывается индекс позитивного отношения как среднее значение по четырем шкалам (доверие, доброжелательность, принятие, толерантность), а также индекс негативного отношения как среднее значение по четырем шкалам (агрессивность, конфликтность, враждебность, манипулятивное отношение).

По результатам всех восьми шкал вычерчивается индивидуальный или групповой профиль степени выраженности качества межличностных отношений. Выявляется степень соотношения позитивного и негативного отношения в системе межличностного взаимодействия.

Выраженность отношения по каждой шкале, как взрослых, так и подростков может варьировать в пределах от 0 до 12.

Уровни степени выраженности отношения взрослых или подростков: 0 – 3 балла: низкий уровень;

4 – 8 баллов: средний уровень;

9 – 12 баллов: высокий уровень.

Общий показатель по каждой шкале может варьировать от 0 до 24 баллов.

Уровни степени выраженности отношения:

0 – 7 балла: низкий уровень;

8 – 16 баллов: средний уровень;

17 – 24 баллов: высокий уровень.

*Опросник 3.*

**Опросник «Психологическая безопасность образовательной среды (ПБОС)» для подростков.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Суждения** | **Баллы** | | | | |
| **Блок 1.** | **0** | **1** | **2** | **3** | **4** |
| Я чувствую себя защищённым от унижения и оскорбления со стороны администрации и  педагогов школы. |  |  |  |  |  |
| Среди ребят в нашей школе не принято  высмеивать друг друга и давать обидные прозвища. |  |  |  |  |  |
| От педагогов школы можно услышать угрозы  в свой адрес.\* |  |  |  |  |  |
| Я чувствую к себе недоброжелательное  отношение со стороны других ребят.\* |  |  |  |  |  |
| В школе мне приходится подвергаться  давлению и принуждению со стороны педагогов.\* |  |  |  |  |  |
| Мне кажется, что некоторые ребята школы  меня игнорируют.\* |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| **Блок 2.** | **0** | **1** | **2** | **3** | **4** |
| В школе у меня преобладает хорошее  настроение. |  |  |  |  |  |
| Если у меня случаются неприятности в  школе, я уверен (а), что все разрешится благополучно. |  |  |  |  |  |
| В школе я чувствую себя человеком. |  |  |  |  |  |
| На уроках и во внеурочное время я редко  испытываю чувство дискомфорта. |  |  |  |  |  |
| Большую часть времени я хочу проводить со  своими друзьями из школы. |  |  |  |  |  |
| У меня есть взрослый человек в школе, которому я могу доверить свои секреты и  встречу понимание и сочувствие. |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| **Блок 3.** | **0** | **1** | **2** | **3** | **4** |
| В нашей школе происходит много важных,  интересных и радостных событий. |  |  |  |  |  |
| Наши педагоги всегда окажут помощь и  поддержку в трудную минуту. |  |  |  |  |  |
| В школе я могу свободно высказать свою точку зрения в общении со взрослыми и  сверстниками. |  |  |  |  |  |
| Я считаю, что в нашей школе созданы все условия для удовлетворения моих интересов  и развития моих способностей. |  |  |  |  |  |
| Я думаю, что в школе нас по-настоящему  готовят к самостоятельной жизни. |  |  |  |  |  |
| Наш класс – дружный и сплоченный  коллектив. |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |

*Опросник 4.*

**Опросник «Психологическая безопасность образовательной среды (ПБОС)» для педагогов**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Суждения** | **Баллы** | | | | |
| **Блок 1.** | **0** | **1** | **2** | **3** | **4** |
| 1. Я чувствую себя защищённым от унижения и оскорблений со стороны коллег и  администрации. |  |  |  |  |  |
| 2. Среди учащихся нашей школы не принято  высмеивать старших и произносить обидные реплики в их адрес. |  |  |  |  |  |
| 3. От коллег и администрации можно  услышать угрозы по отношению к себе.\* |  |  |  |  |  |
| 4. Я чувствую к себе недоброжелательное  отношение со стороны некоторых ребят.\* |  |  |  |  |  |
| 5. В профессиональной деятельности мне приходится подвергаться давлению и принуждению со стороны, как  администрации, так и коллег.\* |  |  |  |  |  |
| 6. Мне кажется, что некоторые ребята  игнорируют меня.\* |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| **Блок 2.** | **0** | **1** | **2** | **3** | **4** |
| 1. В школе у меня преобладают  положительные эмоции и чувства. |  |  |  |  |  |
| 2. Если я встречаюсь с профессиональными затруднениями на работе, я уверен (а) в их  конструктивном разрешении. |  |  |  |  |  |
| 3. В школе я чувствую себя личностью и  профессионалом. |  |  |  |  |  |
| 4. На уроках и во внеурочное время я редко  испытываю чувство дискомфорта. |  |  |  |  |  |
| 5. Мне доставляет удовольствие процесс общения с коллегами и детьми в формальной  и неформальной обстановке. |  |  |  |  |  |
| 6. Я знаю, что при необходимости встречу понимание и сочувствие со стороны коллег и  администрации школы. |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| **Блок 3.** |  |  |  |  |  |
| 1. В нашей школе происходит много важных,  интересных и радостных событий. | **0** | **1** | **2** | **3** | **4** |
| 2. Для нашего педагогического коллектива характерна взаимопомощь, поддержка и  сотрудничество. |  |  |  |  |  |
| 3. В профессиональном взаимодействии с коллегами я могу свободно высказать свою  точку зрения |  |  |  |  |  |
| 4. Я считаю, что в нашей школе созданы все условия для развития моих способностей,  профессионального совершенствования и мастерства. |  |  |  |  |  |
| 5. Я думаю, что педагогическая активность и инициатива всех сотрудников школы обеспечивает хорошую подготовку учащихся  к самостоятельной жизни. |  |  |  |  |  |
| 6. Наша школа – дружный и сплоченный  коллектив. |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |

**Анализ и интерпретация результатов опросников (3, 4)**

«Психологическая безопасность образовательной среды «ПБОС»» (для учащихся и педагогов)

Опросник включает три шкалы, обозначенных для удобства в опросном листе как блоки.

Блок 1: психологическая защищенность. Блок 2: психологическая комфортность.

Блок 3: психологическая удовлетворенность образовательной средой. Шкала «Психологическая защищенность проявляется во взаимодействии

взрослых (№ вопросов: 1, 3, 5) и учащихся (№ вопросов: 2, 4, 6). Также вычисляется суммарный балл по этой шкале.

По шкалам психологического комфорта и удовлетворенности подсчитывается общая сумма баллов.

По шкале защищенности выделены уровни степени выраженности отношения взрослых и учащихся:

0 – 3 балла: низкий уровень;

4 – 8 баллов: средний уровень;

9 – 12 баллов: высокий уровень.

Общий показатель по каждой шкале может варьировать от 0 до 24 баллов.

Уровни степени выраженности отношения: 0 – 7 балла: низкий уровень;

8 – 16 баллов: средний уровень;

17 – 24 баллов: высокий уровень.

**Индекс жизненного стиля.**

Методика разработана Санкт-Петербургским психоневрологическим институтом им. В.М.Бехтерева. Лаборатория клинической психологии, отделение наркологии.

Инструкция: прочтите следующие утверждения. Эти утверждения описывают чувства, ко- торые человек ОБЫЧНО испытывает, или действия, которые он ОБЫЧНО совершает. Ес- ли вы согласны с утверждением, поставьте в бланке знак «+», если не согласны - знак «-»

.

1. Я очень легкий человек и со мной легко ужиться.
2. Когда я хочу чего-нибудь, я никак не могу дождаться, когда получу это.
3. Всегда существовал человек, на которого я хотел бы походить.
4. Люди не считают меня эмоциональным человеком.
5. Я выхожу из себя, когда смотрю фильмы непристойного содержания.
6. Я редко помню свои сны.
7. Меня бесят люди, которые всеми вокруг командуют.
8. Иногда у меня появляется сильное желание пробить стенку кулаком.
9. Меня раздражает тот факт, что люди слишком много задаются.
10. В мечтах я всегда в центре внимания.
11. Я человек, который никогда не плачет.
12. Необходимость пользоваться общественным туалетом, заставляет меня совершать над собой усилие.
13. Я всегда готов выслушать обе стороны во время спора.
14. Меня легко вывести из себя.
15. Когда кто-нибудь толкает меня в толпе, я чувствую, что готов толкнуть его в ответ.
16. Многое во мне людей восхищает.
17. Я полагаю, что лучше хорошенько обдумать что-нибудь до конца, чем приходить в ярость.
18. Я много болею.
19. У меня плохая память на лица.
20. Когда меня отвергают, у меня появляются мысли о самоубийстве.
21. Когда я слышу сальности, я очень смущаюсь.
22. Я всегда вижу светлую сторону вещей.
23. Я ненавижу злобных людей.
24. Мне трудно избавиться от чего-либо, что принадлежит мне.
25. Я с трудом запоминаю имена.
26. У меня склонность к излишней импульсивности.
27. Люди, которые добиваются своего криком и воплями, вызывают у меня отвращение.
28. Я свободен от предрассудков.
29. Мне крайне необходимо, чтобы люди говорили мне о своей сексуальной привлека- тельности.
30. Когда я собираюсь в поездку, я планирую каждую деталь заранее.
31. Иногда мне хочется, чтобы атомная бомба разрушила весь мир.
32. Порнография отвратительна.
33. Когда я чем- нибудь расстроен, я много ем.
34. Люди мне никогда не надоедают.
35. Многое из своего детства я не могу вспомнить.
36. Когда я собираюсь в отпуск, я обычно беру с собой работу.
37. В своих фантазиях я совершаю великие поступки.
38. В большинстве своем люди раздражают меня, так как они слишком эгоистичны.
39. Прикосновение к чему-нибудь скользкому, осклизлому вызывает у меня отвращение.
40. Если кто-нибудь надоедает мне, я не говорю это ему, а стремлюсь выразить свое недо- вольство кому-нибудь другому.
41. Я полагаю, что люди обведут вас вокруг пальца, если вы не будете осторожны.
42. Мне требуется много времени, чтобы разглядеть плохие качества в других людях.
43. Я никогда не волнуюсь, когда читаю или слышу о какой-либо трагедии.
44. В споре я обычно более логичен, чем другой человек.
45. Мне совершенно необходимо слышать комплименты.
46. Беспорядочность отвратительна.
47. Когда я веду машину, у меня иногда появляется сильное желание толкнуть машину.
48. Иногда, когда у меня что-нибудь не получается, я злюсь.
49. Когда я вижу кого- нибудь в крови, это меня почти не беспокоит.
50. У меня портится настроение, и я раздражаюсь, когда на меня не обращают внимание.
51. Люди говорят мне, что я всему верю.
52. Я ношу одежду, которая скрывает мои недостатки.
53. Мне очень трудно пользоваться неприличными словами.
54. Мне кажется, я много спорю с людьми.
55. Меня отталкивает от людей то, что они неискренни.
56. Люди говорят мне, что я слишком беспристрастен во всем.
57. Я знаю, что мои моральные стандарты выше, чем у большинства других людей.
58. Когда я не могу справиться с чем-либо, я готов заплакать.
59. Мне кажется, что я не могу выражать свои эмоции.
60. Когда кто-нибудь толкает меня, я прихожу в ярость.
61. ТО, что мне не нравится, я выбрасываю из головы.
62. Я очень редко испытываю чувства привязанности.
63. Я терпеть не могу людей, которые всегда стараются быть в центре внимания.
64. Я много коллекционирую.
65. Я работаю более упорно, чем большинство людей, для того, чтобы добиться результа- тов в области, которая меня интересует.
66. Звуки детского плача не беспокоят меня.
67. Я бываю так сердит, что мне хочется крушить все вокруг.
68. Я всегда оптимистичен.
69. Я много лгу.
70. Я больше привязан к самому процессу работы, чем к отношениям, которые складыва- ются вокруг нее.
71. В основном люди несносны.
72. Я бы ни за что не пошел на фильм, в котором слишком много сексуальных сцен.
73. Меня раздражает то, что людям нельзя доверять.
74. Я буду делать все чтобы произвести хорошее впечатление.
75. Я не понимаю некоторых своих поступков.
76. Я через силу смотрю кинокартины, в которых много насилия.
77. Я думаю, что ситуация в мире намного лучше, чем большинство людей думают.
78. Когда у меня неудача, я не могу сдержать плохого настроения.
79. То, как люди одеваются сейчас на пляже - неприлично.
80. Я не позволяю своим эмоциям захватывать меня.
81. Я всегда планирую наихудшее, с тем, чтобы не быть застигнутым врасплох..
82. Я живу так хорошо, что многие люди хотели бы оказаться в моем положении.
83. Как-то я был так сердит, что сильно саданул по чему-то и случайно поранил себя.
84. Я испытываю отвращение, когда сталкиваюсь с людьми низкого морального уровня.
85. Я почти ничего не помню о своих первых годах в школе.
86. Когда я расстроен, я невольно поступаю как ребенок.
87. Я предпочитаю больше говорить о своих мыслях, чем о своих чувствах.
88. Мне кажется, что я не могу закончить ничего из того, что начал.
89. Когда я слышу о жестокостях, это меня не трогает.
90. В моей семье почти никогда не противоречат друг другу.
91. Я много кричу на людей.
92. Ненавижу людей, которые топчут других, чтобы продвинуться вперед.
93. Когда я расстроен. Я часто напиваюсь.
94. Я счастлив, что у меня меньше проблем, чем у большинства людей.
95. Когда что-нибудь расстраивает меня, я сплю более чем обычно.
96. Я нахожу отвратительным, что большинство людей лгут, для того, чтобы добиться ус- пеха.
97. Я говорю много не приличных слов.

**Бланк для ответов.**

Имя, возраст Дата

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Да | Нет | № | Да | Нет | № | Да | Нет |
| 1 |  |  | 33 |  |  | 65 |  |  |
| 2 |  |  | 34 |  |  | 66 |  |  |
| 3 |  |  | 35 |  |  | 67 |  |  |
| 4 |  |  | 36 |  |  | 68 |  |  |
| 5 |  |  | 37 |  |  | 69 |  |  |
| 6 |  |  | 38 |  |  | 70 |  |  |
| 7 |  |  | 39 |  |  | 71 |  |  |
| 8 |  |  | 40 |  |  | 72 |  |  |
| 9 |  |  | 41 |  |  | 73 |  |  |
| 10 |  |  | 42 |  |  | 74 |  |  |
| 11 |  |  | 43 |  |  | 75 |  |  |
| 12 |  |  | 44 |  |  | 76 |  |  |
| 13 |  |  | 45 |  |  | 77 |  |  |
| 14 |  |  | 46 |  |  | 78 |  |  |
| 15 |  |  | 47 |  |  | 79 |  |  |
| 16 |  |  | 48 |  |  | 80 |  |  |
| 17 |  |  | 49 |  |  | 81 |  |  |
| 18 |  |  | 50 |  |  | 82 |  |  |
| 19 |  |  | 51 |  |  | 83 |  |  |
| 20 |  |  | 52 |  |  | 84 |  |  |
| 21 |  |  | 53 |  |  | 85 |  |  |
| 22 |  |  | 54 |  |  | 86 |  |  |
| 23 |  |  | 55 |  |  | 87 |  |  |
| 24 |  |  | 56 |  |  | 88 |  |  |
| 25 |  |  | 57 |  |  | 89 |  |  |
| 26 |  |  | 58 |  |  | 90 |  |  |
| 27 |  |  | 59 |  |  | 91 |  |  |
| 28 |  |  | 60 |  |  | 92 |  |  |
| 29 |  |  | 61 |  |  | 93 |  |  |
| 30 |  |  | 62 |  |  | 94 |  |  |
| 31 |  |  | 63 |  |  | 95 |  |  |
| 32 |  |  | 64 |  |  | 96 |  |  |
|  | | | | | | 97 |  |  |

**Обработка:**

1. – Отрицание.

«Да»- 1, 16, 22, 28, 34, 42, 51, 61, 68, 77, 82, 90, 94.

Норма - от3-7 баллов.

2 балла и меньше - ранимые, неуверенные.

От 8-13 баллов –общительность; стремление быть в центре внимания; умение внушать до- верие, жалость к себе; художественные способности; самовнушаемость; переоценка своих возможностей.

Тип роли - « Романтик». Акцентуация - демонстративный.

1. Вытеснение .

«Да»- 6, 11, 19, 25, 35, 43, 49, 59, 66, 75, 85, 89.

Норма – от 2-7 баллов.

От 0 –1 балла - неумение сдерживать страх; возможность панических состояний; пере- оценивает неприятности.

От 8 – 13 баллов – покорность; робость; тревожность; конформность. Тип роли - «Невиновный».

Акцентуация - ипохондрическая, тревожная.

1. Регрессия.

« Да»-2, 14, 18, 26, 33, 48, 50, 58, 69, 78, 86, 88, 93, 95.

Норма - от3 –7баллов.

От 8 баллов и выше - податливость влиянию окружающего; смена настроения; повышен- ный аппетит или сонливость в стрессе; непереносимость одиночества; нужда в подбадри- вании; склонность к мистике и суевериям.

Тип роли - «Ребенок». Акцентуация - инфантилизм.

1. Компенсация (уход от проблемы в фантазии или работу)

«Да»- 3, 10, 24, 29, 37, 45, 52, 64, 65, 74.

Норма - от2-5 баллов.

От 0- 1 балла - возможность реактивной депрессии.

От 6 и больше баллов - нахождение исправления недостатков; преодоление трудностей; компенсация комплекса неполноценности при помощи профессии и фантазии.

Тип роли - «Объединяющий». Акцентуация - дистимия.

1. Проекция.

«Да»- 7, 9, 23, 27, 38, 41, 55, 63, 71, 73, 84, 92, 96.

Норма - от 4-8 баллов.

От 0-4 баллов - низкая контактность; легко поддается обману.

От 8 баллов и выше – самолюбие; обостренное чувство несправедливости; упрямство; не- сговорчивость, нетерпимость к возражениям; поиск недостатков у других; требователь- ность к себе и другим; подверженность стрессам, обидчивость; проблемы в межличност- ных отношениях. Риск психосоматических заболеваний(диабет, гипертония).

Тип роли - « Проверяющий». Акцентуация - застревающий.

1. Замещение.

«Да»- 8,15,20,31,40,47,54,60,67,76,83,91,97.

Норма - от3-6 баллов.

От 0-3 - возможность реактивной агрессии,

От 7 баллов и выше - импульсивность, раздражительность, требовательность, склонность к риску, доминирование в сочетании с сентиментальностью, развитие патологической за- висимости, риск травматизма.

Эта шкала часто используется при профотборе охранников, милиционеров. Роль- « Поиск « козла отпущения»».

Акцентуация - эпилептоидность.

1. Интеллектуализация (психологическая защита при помощи слов).

«Да»- 4,13,17,30,36,44,56,62,70,80,81,87.

Норма – от 4-8 баллов.

0- 4 - эмоциональная неустойчивость, склонность к необдуманным и иррациональным поступкам.

8 и более баллов - старательность, добросовестность, склонность к анализу, индивидуа- лизм, навязчивость, подмена действия обсуждением.

Роль- «Философ». Акцентуация - психастеник.

1. Реактивное образование (защита от энергии инстинктов при помощи моральных норм).

«Да»-5,12,21,32,39,46,53,57,72,79.

Норма – от 2-5 баллов.

6 и выше баллов - неприятие всего, что связано с функциями организма и секса, избегание бань, тесного контакта, вежливость, соответствие нормам поведения, подавленная фикса- ция на социально осуждаемых фактах.

Роль-« Пуританин». Акцентуация - сензитивный.

**Методика оценки психологической атмосферы в коллективе (по А.Ф.Фидлеру)**

***Назначение теста***

Методика используется для оценки психологической атмосферы в коллективе. В основе лежит метод семантического дифференциала. Методика интересна тем, что допускает анонимное обследование, а это повышает ее надежность. Надежность увеличивается в со- четании с другими методиками (например, социометрией).

***Инструкция к тесту***

В предложенной таблице приведены противоположные по смыслу пары слов, с помощью которых можно описать атмосферу в вашей группе, коллективе. Чем ближе к правому или левому слову в каждой паре вы поставите знак \*, тем более выражен этот признак в вашем коллективе.

***Тестовый материал***

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** |
| Дружелюбие |  |  |  |  |  |  | Враждебность |
| Согласие |  |  |  |  |  |  | Несогласие |
| Удовлетворенность |  |  |  |  |  |  | Неудовлетворенность |
| Продуктивность |  |  |  |  |  |  | Непродуктивность |
| Теплота |  |  |  |  |  |  | Холодность |
| Сотрудничество |  |  |  |  |  |  | Несогласованность |
| Взаимная поддержка |  |  |  |  |  |  | Недоброжелательность |
| Увлеченность |  |  |  |  |  |  | Равнодушие |
| Занимательность |  |  |  |  |  |  | Скука |
| Успешность |  |  |  |  |  |  | Безуспешность |

***Обработка и анализ результатов теста***

Ответ по каждому из 10 пунктов оценивается слева направо от 1 до 8 баллов. Чем левее расположен знак \*, тем ниже балл, тем благоприятнее психологическая атмосфера в коллективе, по мнению отвечающего. Итоговый показатель колеблется от 10 (наиболее положительная оценка) до 80 (наиболее отрицательная).

На основании индивидуальных профилей создается средний профиль, который и характеризует психологическую атмосферу в коллективе.

**Приложение 5**

**Тест школьной тревожности Филлипса.**

Предназначен для изучения уровня и характера тревожности, связанной со школой у детей младшего и среднего школьного возраста.

**Описание**

Тест состоит из 58 вопросов, которые можно зачитать школьникам, а можно и предло- жить в письменном виде. На каждый вопрос требуется однозначно ответить «Да» или

«Нет».

**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 вер- ных или неверных, хороших или плохих ответов. Над вопросами долго не задумывайтесь.

На листе для ответов вверху запишите свое имя, фамилию и класс. Отвечая на во- прос, записывайте его номер и ответ «Да», если вы согласны с ним, или «Нет», если не со- гласны.

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 мате- риала, 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 бо- ишься 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?

1. Бывает ли временами, что ты весь дрожишь, когда тебя вызывают отвечать?
2. Часто ли у тебя возникает ощущение, что никто из твоих одноклассников не хочет делать то, что хочешь ты?
3. Сильно ли ты волнуешься перед тем, как начать выполнять задание?
4. Трудно ли тебе получать такие отметки, каких ждут от тебя родители?
5. Боишься ли ты временами, что тебе станет дурно в классе?
6. Будут ли твои одноклассники смеяться над тобой, если ты сделаешь ошибку при ответе?
7. Похож ли ты на своих одноклассников?
8. Выполнив задание, беспокоишься ли ты о том, хорошо ли с ним справился?
9. Когда ты работаешь в классе, уверен ли ты в том, что все хорошо запомнишь?
10. Снится ли тебе иногда, что ты в школе и не можешь ответить на вопрос учителя?
11. Верно ли, что большинство ребят относится к тебе по-дружески?
12. Работаешь ли ты более усердно, если знаешь, что результаты такой работы бу-

дут сравнивать в классе с результатами твоих одноклассников?

1. Часто ли ты мечтаешь о том, чтобы поменьше волноваться, когда тебя спрашивают?
2. Боишься ли ты временами вступать в спор?
3. Чувствуешь ли ты, что твое сердце начинает сильно биться, когда учитель гово-

рит, что собирается проверить твою готовность к уроку?

1. Когда ты получаешь хорошие отметки, думает ли кто-нибудь из твоих друзей, что ты хочешь выслужиться?
2. Хорошо ли ты себя чувствуешь с тем из твоих одноклассников, к которым ребя- та относятся с особым вниманием?
3. Бывает ли, что некоторые ребята в классе говорят что-то, что тебя задевает?
4. Как ты думаешь, теряют ли расположение те из учеников, которые не справля- ются с учебой?
5. Похоже ли на то, что большинство твоих одноклассников не обращают на тебя внимание?
6. Часто ли ты боишься выглядеть нелепо?
7. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся учителя?
8. Помогает ли твоя мама в организации вечеров, как другие мамы твоих одно- классников?
9. Волновало ли тебя когда-нибудь, что думают о тебе окружающие?
10. Надеешься ли ты в будущем учиться лучше, чем раньше?
11. Считаешь ли ты, что одеваешься в школу так же хорошо, как и твои одноклассники?
12. Часто ли ты задумываешься, отвечая на уроке, что думают о тебе в это время другие?
13. Обладают ли способные ученики какими-то особыми правами, которых нет у других ребят в классе?
14. Злятся ли некоторые из твоих одноклассников, когда тебе удается быть лучше их?
15. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся одноклассники?
16. Хорошо ли ты себя чувствуешь, когда остаешься один на один с учителем?
17. Высмеивают ли временами твои одноклассники твою внешность и поведение?
18. Думаешь ли ты, что беспокоишься о своих школьных делах больше, чем другие

ребята?

1. Если ты не можешь ответить, когда тебя спрашивают, чувствуешь ли ты, что вот-вот расплачешься?
2. Когда вечером ты лежишь в постели, думаешь ли ты временами с беспокойст- вом о том, что будет завтра в школе?
3. Работая над трудным заданием, чувствуешь ли ты порой, что совершенно забыл веши, которые хорошо знал раньше?
4. Дрожит ли слегка твоя рука, когда ты работаешь над заданием?
5. Чувствуешь ли ты, что начинаешь нервничать, когда учитель говорит, что соби- рается дать классу задание?
6. Пугает ли тебя проверка твоих знаний в школе?
7. Когда учитель говорит, что собирается дать классу задание, чувствуешь ли ты страх, что не справишься с ним?
8. Снилось ли тебе временами, что твои одноклассники могут сделать то, что не можешь ты?
9. Когда учитель объясняет материал, кажется ли тебе, что твои одноклассники понимают его лучше, чем ты?
10. Беспокоишься ли ты по дороге в школу, что учитель может дать классу прове- рочную работу?
11. Когда ты выполняешь задание, чувствуешь ли ты обычно, что делаешь это пло-

хо?

1. Дрожит ли слегка твоя рука, когда учитель просит сделать задание на доске пе-

ред всем классом?

**Обработка и интерпретация результатов**

При обработке результатов выделяют вопросы, ответы на которые не совпадают с ключом теста (табл. 27, 28). Например, на 58-й вопрос ребенок ответил «Да», в то время как в ключе этому вопросу соответствует ответ «Нет». Ответы, не совпадающие с ключом,

— это проявление тревожности. При обработке подсчитывается:

Общее число несовпадений по всему тесту. Если оно больше 50%, можно говорить о повышенной тревожности ребенка, если больше 75% от общего числа вопросов теста — о высокой тревожности.

Число совпадений по каждому из 8 факторов тревожности, выделяемых в тексте. Уровень тревожности определяется так же, как в первом случае. Анализируется общее внутреннее эмоциональное состояние школьника, во многом определяющееся наличием тех или иных тревожных синдромов (факторов) и их количеством.

*Таблица 27*

**Распределение вопросов по факторам**

|  |  |
| --- | --- |
| Фактор | Номера вопросов |
| 1. Общая тревожность в школе | 2, 4, 7, 12, 16, 21, 23, 26, 28, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53,  54, 55, 56, 57, 58  Е = 22 |
| 2.Переживание социального стресса | 5, 10, 15, 20, 24, 30, 33, 36, 39, 42, 44  Е = 11 |
| 3. Фрустрация потребности в достижении успеха | 1, 3, 6, 11, 17,19, 25, 29, 32, 35, 38, 41, 43  Е = 13 |
| 4. Страх самовыражения | 27, 31, 34, 37, 40, 45  Е = 6 |
| 5. Страх ситуации проверки  знаний | 2, 7, 12, 16, 21, 26  Е = 6 |
| 6. Страх не соответствовать ожиданиям окружающих | 38, 13, 17, 22  Е = 5 |
| 7. Низкая физиологическая со- противляемость стрессу | 9, 34, 18, 23, 28  Е = 5 |
| 8. Проблемы и страхи в отноше-  ниях с учителями | 26, 11, 32,35, 41, 44, 47  Е = 8 |

*Таблица 28*

**Ключ к вопросам теста школьной тревожности**

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

Примечание. «+» — Да; «—» — Нет.

**Содержательная характеристика каждого синдрома (фактора)**

1. Общая тревожность в школе — общее эмоциональное состояние ребенка, свя- занное с различными формами его включения в жизнь школы.
2. Переживания социального стресса — эмоциональное состояние ребенка, на фоне которого развиваются его социальные контакты (прежде всего со сверстниками).
3. Фрустрация потребности в достижении успеха— неблагоприятный психический фон, не позволяющий ребенку развивать свои потребности в успехе, достижении высо- кого результата и т. д.
4. Страх самовыражения — негативные эмоциональные переживания ситуаций, со- пряженных с необходимостью самораскрытия, предъявления себя другим, демонстрации своих возможностей.
5. Страх ситуации проверки знаний — негативное отношение и переживание тре- воги в ситуациях проверки (особенно — публичной) знаний, достижений, возможностей.
6. Страх не соответствовать ожиданиям окружающих — ориентация на значимость других в оценке своих результатов, поступков и мыслей, тревога по поводу оценок, да- ваемых окружающим, ожидание негативных оценок.
7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу— особенности психофизио- логической организации, снижающие приспособляемость ребенка к ситуациям стрессо- генного характера, повышающие вероятность неадекватного, деструктивного реагирова- ния на тревожный фактор среды.,
8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями — общий негативный эмоцио- нальный фон отношений со взрослыми в школе, снижающий успешность обучения ребен- ка.

Для интегральной характеристики личности младшего школьника, в целях углуб- ленной диагностики используются многофакторные опросники (например, детский ва- риант теста Кеттела), проективные методики (КАТ, тест Розенцвейга и др.).

Приложение 6

ТРЕНИНГ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ

**Ход занятия:**

**1 часть:**

1. ***Упражнения на знакомство:***

Упражнение «Эхо»

Каждый по кругу называет своѐ имя, сопровождая его жестом или дви- жением всего тела, а группа, как эхо, повторяет это всѐ за ним.

***Упражнение «Наши ожидания»***

Каждый из нас чего-то ожидает от нового дела. Что вы ждѐте от этого занятия? (Каждый участник записывает свои ожидания в правой ко- лонке на листке.)

Что вы готовы вложить в наше занятие? (Каждый участник запи- сывает в правой части листа свой вклад в занятие)

Участники по кругу зачитывают свои ожидания от занятия и вклад.

То, что мы с вами записали, безусловно, может изменяться на протяжении всего занятия. Возможно, вы получите то, чего не ожидали. Многое также будет зависеть от вашей активности. В конце занятия у нас с вами будет возможность проанализировать свои ожидания.

**Упражнение «Карусель общения»**

Участники по кругу продолжают фразу, заданную ведущим.

* Я люблю…
* Меня радует…
* Мне грустно когда…
* Я сержусь, когда…
* Я горжусь собой, когда…

**Упражнение «Мой стиль в профессии».**

Группа учителей садится в круг и психолог предлагает каждому выра- зить приветствие группе, представляя, что перед ними не учителя, а школь- ники. Приветствие может выражаться словами: ―Здравствуйте, ребята!‖ Ре- комендуется при этом подкрепить свою фразу жестом, позой, выражением лица. После того, как все участники группы выразили свои приветствия, про- водится общее обсуждение, на котором учителя высказывают впечатления как бы с позиции детей. Какое из приветствий было наиболее открытым и доброжелательным, чья фраза выступила эффективным стимулом к активно- му действию.

В данном упражнение группа работает на каждого участника, реализуя для него обратную связь в процессе поиска собственного индивидуального стиля деятельности.

Необходимо отметить, что проблема эффективного стиля педагогиче- ской деятельности является актуальной не только для молодых учителей, на- чинающих свою работу в школе. Учителя, имеющие солидный стаж трудо- вой деятельности и оперирующие сформированными навыками и автоматиз- мами в работе, нуждаются в обновлении и расширении своего арсенала про- фессиональных средств. Здесь необходимо идти не по пути подавления соб- ственной индивидуальности, а искать возможность наиболее полного и гар- моничного раскрытия в профессии своих возможностей и своего «Я».

1. **Упражнения на сплочение группы, формирование доверия: Упражнение «Порядковый счѐт»**

Это упражнение помогает установить зрительный контакт со всеми участниками. Все сидят в кругу, один человек говорит «один» и смотрит на любого участника игры. Тот на кого он посмотрел, говорит «два» и смотрит на другого.

**Упражнение «Единый ритм»**

Участники группы один за другим, а потом все вместе в едином темпе исполняют определѐнный ритм, заданный ведущим.

**Упражнение «Путанка»**

Ведущий ставит рядом 2-3 стула и предлагает всем участникам сесть на них по его команде. Когда все сели (можно садиться на колени друг другу) предла-гается поднять вверх левую руку и протянуть еѐ кому-нибудь друго- му. Теперь нужно поднять вверх правую руку и протянуть еѐ кому-нибудь другому. Когда все руки сомкнуты, осторожно, не расцепляя, но и не выво- рачивая рук, встать со стульев, отойти немного в сторону и распутаться. В результате получится один или два круга, либо цепочка.

**Упражнение «Охотничий азарт»**

Это упражнение активизирует участников, придает сил и энергии. Не- обходимо разбиться на пары. В этой игре нужно догнать своего партнѐра и осалить его. Тот, кого осалили, разворачивается на 360 градусов вокруг своей оси, прежде чем начать охоту на партнера – заблаговременно отбежавшего по-дальше. Нельзя: а)бегать, можно только быстро ходить; б) в своем порыве сбивать других; в) забывать обернуться вокруг на 360 градусов. Через 3 ми- нуты можно остановить игру.

**Упражнение «Подчѐркивание общности»**

Упражнение проводится в кругу с мячом. Участник, бросающий мяч друго-му, должен назвать психологическое качество, которое объединяет его с тем человеком, кому он бросает мяч. При этом он начинает свою фразу словами: «Я думаю, нас с тобой объединяет...», и называет это качество, на- пример: «Мы с тобой одинаково общительны»; «Мне кажется, мы оба быва- ем несколько пря-молинейны». Тот, кто получает мяч, отвечает: «Я согла- сен», если он действительно согласен, или: «Я подумаю», если не согласен. Тот, к кому попал мяч, продолжает упражнение, передавая мяч кому-нибудь другому, и так до тех пор, пока каждый не получит мяч.

**Упражнение «Подчѐркивание значимости»**

Упражнение выполняется в кругу с мячом. Участникам предлагается подумать и отыскать у своих коллег качества, вызывающие восхищение, уважение, симпатию. Обращение к своему коллеге начинается со слов: «Та- ня, мне в тебе нравится...» – и называется то личностное качество, которое было найдено. Та-ня, в свою очередь, должна назвать то чувство, которое возникло у неѐ в ответ на эти слова. Затем упражнение продолжает кто-либо другой из участников. И так до тех пор, пока каждый не выскажется.

**Упражнение «Промежуточная рефлексия»**

* Представьте себя каким-нибудь предметом в зависимости от того на- строения, в котором вы находитесь в данный момент. Закрасьте его в любой цвет. Опишите настроение этого предмета. Участники по кругу описывают свои предметы.

1. **Тренинг на снятие эмоционального напряжения**
2. «Не жди подарка от судьбы»

**Задачи:**

ознакомление с формулами психологической устойчивости; развитие самопознания.

**Оснащение:** тексты формул, магнитофон.

**Содержание:**

* *Дыхательное упражнение «Привет солнцу».*

Участники группы настраиваются на работу, делая вдох, затем задерж- ка дыхания, выдох на слог «Ха!».

* *Ритм - игра «Ладушки».*

С помощью игры идет настройка на занятие, активизация внимания.

* *«Стоп кадр».*

Во время исполнения произвольного танца дается команда «Стоп!», здесь необходимо замереть, проанализировать свое мышечное состояние и подумать, какое внутреннее состояние оно могло бы выражать.

* Музыкально-медитативное упражнение «Зеркало»
* Исполнение формул психологической устойчивости «Не жди подарка от судьбы».
* Творчество.

Мелодизация собственного имени.

1. **«Хоровод кошек» Задачи:**

снятие тревожности;

усвоение формул психологической устойчивости.

**Содержание:**

* Дыхательная медитация.

Сосредоточенное внимание на вдохе и выдохе, выполняемых под мыс- ленный счет, совпадающих с ритмом пульса или к нему приближенных ( 4 счета - вдох, 4 - задержка, 4 - выдох, 4 - задержка).

* Ритм движущейся кошки.

Педагоги должны придумать ритмический рисунок, передающий дви- жения животного и представить другим.

* «Крадущаяся кошка».

Участникам предлагается представить себя кошкой, которая крадется за добычей. Движение по кругу, плавно, постепенно.

* Релаксация «Дерево».
* Исполнение формул психологической устойчивости «Твердо по жиз- ни я иду».
* Творчество.

Мелодизация образов животных «Хоровод кошек»

1. **«Цветок» Задачи:**

обучение психокоррекционным техникам, снимающим эмоцио- нальный стресс и экстериоризирующим негативные переживания;

побуждение желания взаимодействовать.

**Оснащение:** краски, карандаши, мел, листы бумаги, магнитофон, тек- сты формул.

**Содержание:**

* Дыхательное упражнение «Засыпающий цветок». На одну четверть - вдох, на три четверти - выдох.
* Ритм человека, подходящего к цветку.
* «Любование цветком».

Участники группы по кругу медленно плавными движениями передают друг другу цветок, любуясь им и наслаждаясь ароматом.

* Восприятие музыки. «Рисование».

Изображение с помощью любых материалов впечатлений от прослу- шанной музыки.

* Исполнение формул защиты от беспокойства и плохих мыслей «Опа- сенья все твои пусты» (см. приложение 3).
* Творчество. Мелодизация природных явлений. Выполнение упражне- ния «Летний дождь»: каждый член группы передает с помощью звуков ощу- щения от летнего дождя.

1. **«Прогулка по лесу» Задачи:**

обучение технике релаксации при воспроизведении ритмообра- зующих движений в музыке;

развитие способности к самоанализу.

**Содержание:**

* Дыхательное упражнение «Недоенная корова».

Участники выполняют упражнение, делая вдох, затем поют (мычат) мелодию на выдохе.

* Ритм звуков, услышанных однажды на прогулке.
* Танец «Прогулка по сказочному лесу»

Участники группы, двигаясь в медленном темпе, представляют себя в сказочном лесу, выражают в движениях великолепие природы.

* Релаксация «Осенний лес».
* Исполнение формул защиты от беспокойства «Постарайся не спе- шить, не торопиться»
* Творчество.

Мелодизация четырех стихий - педагоги должны сочинить «Песню ветра».

* Упражнение «Главное – второстепенное».

–Напишите на листе бумаги 5-8 дел, которые для вас в настоящее вре- мя наиболее важны: на первом месте самое важное и т.д.

* А сейчас закройте глаза и постарайтесь представить себя в конце жизни, как будто вам сейчас лет 75-80. Вы уже не работаете, занимаетесь своими делами, домашним хозяйством, вы часто думаете о своей жизни, вспоминая самые грустные или радостные события. Вообразите, что из этого времени, вы сейчас смотрите в своѐ настоящее и оцениваете, что для вас главное и что второсте-пенное. Например, как много времени и сил отдавали какому-то занятию, которое не имело для вашей жизни большого значения и только казалось вам очень важным.
* А теперь откройте глаза, возьмите новый лист бумаги, и составьте список своих занятий по степени значимости их для вашей жизни, как бы от лица вас, смотрящих на свою жизнь со своих прожитых лет. Сравните два полученных списка. Изменились ли эти списки? Как они изменились, кто хо- чет высказаться?
* Рефлексия
* Сегодняшней целью нашей встречи было знакомство с СЭВ, причи- нами его возникновения и сторонами защиты от него (ресурсы). Давайте по кругу выскажем своѐ мнение о встрече, о своѐм состоянии, желаниях, значи- мости для вас. Раздача флайеров «Упражнения для саморегуляции психиче- ского здоровья».

***Критерии и способы оценки эффективности***

*Приведите критерии и способы, оценки эффективности мероприятия.*

* повышение уровня стрессоустойчивости;
* снятие эмоциональных зажимов;
* повышение уровня профессиональной компетентности;
* позитивно-личностные изменения в личностном развитии всех участ- ников образовательного процесса;
* формирование уверенности в себе, навыков самореализации, самосо- вершенствования.

**КИНО- И ВИДИОМАТЕРИАЛЫ**

1. Х/ф «Вам и не снилось». Драма. СССР, 1980 г. Режиссер: И. Фрез
2. Х/Ф «Мост в терабитию». Фэнтези. США, 2007 г. Режиссер: Г. Ксуно
3. К/Ф «Все умрут, а я останусь. Драма. Россия, 2009 г. Режиссер: В. Гай Германика
4. Х/ф «Крыша». Драма. Россия, 2009 г. Режиссер: Б. Грачевский
5. Х/ф «Республика Шкид». СССР, 1966 г., Режиссер: Г. Полока

**С.А. Пакулина ПСИХОДИАГНОСТИКА СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ** ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

НАБОР ПРИТЧ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ЗАНЯТИЯ

«Жизнь и смерть».

**Притча «Дерево».**

Ехал путник и увидел, как мужчина около дома сажает маленькие веточки.

* Зачем ты сажаешь их? - спросил путник.
* Дерево вырастет и прикроет дом от зноя, - ответил мужчина.
* Ведь ты уже умрешь, когда оно вырастет, - возразил путник.
* Для нас деревья сажали наши деды, а я сажаю деревья для своих внуков,
* ответил мужчина».

Обсуждаются вопросы:

* + *О чем эта притча?*
* *Для чего мужчина посадил дерево около дома?*
* *Что остается от человека после его смерти?*
* *В чем суть выражения «после нас остаются наши дела»?*

**Притча «О жизни и смерти».**

… Когда-то… давным-давно… человек забрался на самую вершину Мира, и прокричал: «Господи, ну почему я всегда кого-то теряю… родных, близких, друзей? Почему нельзя сделать так, чтобы ты не отнимал их у меня? Почему нельзя взять хотя бы одного, и оставить нас дальше радоваться жизни? Я проклинаю тебя за это!»

Услышал тут Бог человека и сказал: «Хорошо, я выполню твою просьбу.

Но, только… кому умереть, ты должен решить сам!» Пришел человек домой, и думает… кого отдать Богу?!

* Семью? Не для того она у меня, чтобы отдавать!
* Себя? Не для того я семью заводил, чтобы умирать!
* Друзья? Не для того они меня от смерти спасали, чтобы их предавать!
* Родных? Не для того мы делили хлеб, чтобы у них отнимать! И поднялся человек обратно на гору. И взмолился он:
* Господи! Мне некого тебе отдать! Я не смог сделать выбор! Не смог!

И ответил Бог: «Запомни! Всегда тяжело терять близких тебе людей! Но, поверь, решать… чью жизнь можно забрать - в сто раз тяжелее! По этому… в следующий раз… подумай… проклинать меня… или поблагодарить! Что я принял это решение за тебя!

 *Что есть человеческая жизнь?*

*Подумайте, и скажите, чем измеряется жизнь? В чьей власти человеческая жизнь?*



*Как бы ты решил вопрос Кому умереть? и почему?*

**Притча «О смерти».**

В бедной семье родилась девушка, получившая имя Алена. Она вышла замуж, но с ней обращались дурно в семье мужа, потому что она была из бедного дома. Когда же она родила сына, ей стали оказывать почѐт. Но однажды мальчик умер. Она не встречалась со смертью, поэтому не подпускала людей, пытавших унести мальчика для сожжения. С мыслью:

* Я попрошу лекарство для моего сына. Она взяла его на руки и стала ходить из дома в дом, спрашивая:
* Не знаете ли вы лекарства для моего сына? Тогда люди ей сказали:
* Ты с ума сошла, дочь? Ты ищешь лекарства для своего мѐртвого сына. Она же говорила сама себе:
* Конечно, я найду кого-нибудь, кто знает лекарство для моего сына. Тогда увидел еѐ один умный человек. Он сказал ей:
* Я не знаю лекарства, но я знаю человека, который знает о нем.
* Кто же знает о таком лекарстве, милый господин?
* Мастер знает о нем. Пойди к нему и спроси у него! Пошла она к Мастеру, поклонилась ему и спросила:
* Знаешь ли ты лекарство для моего сына, господин?
* Да, я знаю такое лекарство.
* Что же я должна делать?
* Возьми щепотку горчичного семени из дома, в котором не умерли ни сын, ни дочь, ни кто-либо другой.

Она сказала:

* Хорошо, господин! Попрощалась с мастером, взяла своего мѐртвого сына и пошла в город. У дверей первого дома попросила она горчичного семени, и когда ей дали, она спросила:
* В этом доме ведь не умер ни сын, ни дочь, ни кто-нибудь другой прежде?
* Что ты говоришь? Живых немного, а мѐртвых много. Тогда она возвратила горчичное семя и пошла ходить по другим домам, но нигде не получила желаемого. Вечером она подумала:
* Ах, это трудная работа. Я полагала, что только мой сын мѐртв, но в целом городе умерших более, чем живых.

Она оставила своего сына в лесу, пошла к Мастеру, поклонилась ему и стала рядом с ним. Мастер спросил еѐ:

* Получила ли ты горчичное семя?
* Я не получила его, господин. В целом городе мѐртвых больше, чем живых. Тогда Мастер сказал ей:
* Ты думала, что только твой сын умер. Это вечный закон для всего живого. Царь смерти уносит, как быстрый поток в море гибели, всех живых существ ранее, чем удовлетворятся их желания.
* *Понравилась ли тебе притча?*
* *Как ты понял, в чем ее смысл?*
* *Найди основную мысль текста.*
* *Кто открыл двери женщине?*
* *Нашла ли она то, что искала? Почему?*
* *Каков вечный закон для всего живого?*

**Ведическая притча «О смерти»**

Крестьянин и его сын пахали вместе поле. Змея укусила юношу, и он умер. Отец не обратил внимания на смерть сына и продолжал работать. Мимо проходил иноземец и спросил:

* Кто этот юноша?
* Мой сын, - ответил крестьянин.
* Что же ты не оплакиваешь его?
* Человек, рождаясь, уже делает первый шаг к смерти… Скорбь и слезы не помогут умершим, - ответил отец.

И никто из семьи не оплакивал умершего. Мать сказала:

* Жизнь - гостиница: сегодня пришел человек, завтра уйдет. Сестра добавила:
* Люди подобны бревнам плота, плывущего по морю: пришла буря, разбила плот, разогнала по морю бревна, и им уже никогда не встретиться; на мгновение люди сходятся, расстаются навсегда.

Жена продолжила:

* Две птички летали вместе целый день и целый вечер. Сев отдохнуть на одну и ту же ветку, утром они вспорхнули: может быть, они встретятся, а может быть и нет.
* *Понравилась ли тебе эта история? Почему?*
* *Найди в тексте слова, отражающие главную мысль притчи?*
* *Придумай положительное (хорошее для тебя) окончание этой истории*

**Притча «Ад и рай»**

Самурай по имени Нобусиге пришел к Хакуину и спросил:

* Правда ли, что есть рай и ад?
* Кто ты? - спросил Хакуин.
* Я – самурай, - ответил воин.
* Ты - солдат! - воскликнул Хакуин.
* Что за начальник держит тебя в своем войске? У тебя лицо, как у нищего.

Нобусиге так рассвирепел, что начал вытаскивать свой меч, но Хакуин продолжал:

* У тебя есть меч! Но, наверное, он слишком туп, чтобы снести мне голову.

Когда Нобусиге вытащил меч, Хакуин заметил:

* Тут открываются двери в ад.

При этих словах самурай понял, что хотел показать ему учитель, вложил меч в ножны и поклонился.

* Здесь открываются врата рая, - сказал Хакуин.
* *Что такое ад?*
* *Что такое рай?*
* *Как нужно прожить жизнь, чтобы о вас помнили люди?*

**Притча «О долголетии»**

В первый день Бог создал корову и сказал ей:

-Ты будешь все дни проводить в поле, давать молоко, кормить своих телят и семью фермера. За это я дарю тебе жизнь длиною в 60 лет.

* За что мне такая адская жизнь на 60 лет!" - возмутилась корова. Мне хватит и двадцати, а остальные сорок оставь себе! И Бог согласился.

Во второй день Бог создал собаку и сказал ей:

* Ты будешь все время сидеть у ворот своего дома и облаивать всех проходящих мимо. Дарю тебе жизнь длиною в 20 лет.
* М-да, многовато для гавканья", - расстроилась собака, мне хватит и десяти лет, а остальные забирай назад..." Бог опять согласился.

И вот на третий день Бог создал человека и сказал ему:

* Ешь, спи, развлекайся и наслаждайся жизнью, но сроку на это даю тебе 20 лет. Человек возмутился:
* Что?! Только 20 лет!! Знаешь что, Бог, я беру свои 20 лет, потом 40 лет, что корова тебе вернула, и еще 10 лет, которые отдала собака. Семидесяти лет мне вполне хватит, договорились?
* Ну, будь по-твоему..." - вздохнул Бог. Вот так и сложилось, что первые 20 лет жизни мы спим, едим и развлекаемся, следующие 40 лет работаем, чтобы прокормить свою семью, а в последние 10 - сидим на крыльце и облаиваем каждого кто проходит мимо...
* *Подумайте, и скажите, чем измеряется жизнь?*
* *В чем, по-твоему, ценность человеческой жизни? Какой вопрос ты задал бы по этой притче своему сверстнику*

**Притча «Смерть и То, что никогда не умирает»**

К священнику пришла женщина, еѐ ребенок умер, а он для нее был всей еѐ любовью и заботой. Она кричала и плакала, так как больше не могла родить ребенка. священник сказал ей:

* Я помогу тебе. Но сначала ты пойди в город и принеси несколько горчичных зѐрен из дома, где никто не умирал. И женщина пошла в город и ходила от дома к дому. И везде, где бы она ни была, люди говорили ей:
* Мы дадим тебе сколько угодно горчичных зерен, но условие не будет выполнено. В нашем доме умирали люди. И так было вновь и вновь. Но она всѐ надеялась:
* Может быть... кто знает? Может быть, есть где-нибудь несколько домов, которые не знают смерти

И она шла дальше и дальше, и так целый день. А вечером великое понимание пришло к ней. Смерть - это часть жизни. Она обратная сторона

жизни и происходит постоянно. Смерть не есть личное горе, которое случилось только с ней. С этим пониманием она пришла к священнику. Тот спросил:

* Ну что, где горчичные зерна? А она тихо улыбнулась, опустилась к его ногам и попросила:
* Я хочу знать То, что никогда не умирает. Я не прошу вернуть мне сына потому, что даже если это произойдѐт, он должен будет умереть вновь. Помоги мне найти То, что никогда не умирает.
* *А что никогда не умирает?*
* *Как ты понял, в чем смысл притчи?*
* *Каков вечный закон для всего живого?*

**Притча «Помни о смерти»**

Однажды один священник сел на корабль, чтобы отправиться в морское путешествие. Увидев его на борту корабля, другие пассажиры, как водится в таких случаях, стали один за другим подходить к нему за напутствиями. Всем им он говорил одно и то же, и, казалось, просто повторял одну из формул.

Он говорил:

* Зная, что твой конец неминуем, помни о смерти.

Почти никто из путешественников не обратил особого внимания на этот совет. Но вот корабль поплыл. Много ли, мало ли он плыл, только вскоре разыгрался свирепый шторм. Матросы, а вместе с ними и все пассажиры в панике повалились на колени и стали молиться Богу. Считая себя почти погибшими, они по очереди возносили к небесам неистовые молитвы, ожидая помощи свыше. Все это время священник без всякого движения сидел в стороне и спокойно о чем-то размышлял. Всеобщая паника словно бы его не касалась. Наконец, ветер утих, море успокоилось и из-за туч выглянуло ясное солнце. Придя в себя, пассажиры обратили внимание на безмятежность священника и вспомнили, какое спокойствие он хранил среди всеобщего ужаса.

* Разве вы не осознавали во время этого шторма, что только одни доски отделяли нас от смерти? - спросил один из них.
* О да, конечно, - ответил священник, - я знал, что на море всегда так, но еще на суше я размышлял над тем, что в обычной жизни, среди самых повседневных событий, нечто еще менее прочное отделяет нас от смерти.
* *Как вы оцениваете свою жизнь?*
* *В чьей власти человеческая жизнь? Что непонятно тебе из этой притчи?*

**Притча «О боли сердечной и головной»**

Жили два брата в большой бедности, и крепкая любовь связывала их сердца, крепкая дружба соединяла дела и помыслы. И были они всегда вместе: и в будни, и в праздники, и в счастье, и в горе. Но вот однажды повезло одному брату: нашел он деньги и не просто несколько звонких монет, а целое состояние.

* И почему я должен делиться с кем-то, если нашел я, подумал разбогатевший в одночасье брат.

И стал он сторониться своего бедного родственника. Но бедняк так любил своего брата, что не заметил никаких перемен. Вот пришел как-то бедный брат к богатому, а тот, спрятавшись, что-то ел, пошутил он над братом и без обиды ушел. Пришел через время и попал на веселый праздник в доме богача. Зашел бедный по привычке в дом брата и увидел хозяина за богато накрытым столом.

* Если у тебя накрыт стол и много света кругом, значит, у тебя праздник в душе, я зашел поздравить тебя. Счастья тебе, мой любимый брат, искренне произнес бедный.

Но богатый не поднял глаз на вошедшего, он сделал вид, что не видит и не слышит, продолжая ковыряться в блюде сладкой еды. И понял вдруг бедный, что пришел не во время, и впервые почувствовал, что ему не только не рады в этом доме, но даже раздосадованы его внезапным непрошеным появлением. Ему стало так неловко и больно, но более за то, что любовь его, чистая и бесхитростная, принимается как дурное явление. В этот момент он не знал, как себя вести и что делать. Потоптавшись, бедняк развернулся и ушел прочь, и больше не появлялся в доме богатого брата. Но с той самой минуты стало болеть у него сердце, не за себя, за мир, в котором властвует зло. И болело оно у него всегда, и переросла эта боль в болезнь сердца, но не ушел он от нее в мир иной, как случается, а жил долго, потому что принимал в свое сердце чужую боль, облегчая жизнь каждого.

А богатый брат, легко отделавшись от надоевшего ему бедного, не унывал, он даже радовался тому, что теперь ему не придется прятаться от бедного брата, с которым надо бы поделиться. С той счастливой для него минуты он сладко ел и сладко пил, имел достаточно богатства и был счастлив. Он постоянно что-то покупал, украшая дом и себя, и в этой погоне за красотой, он чувствовал, как что-то теряет, но некогда было даже задуматься над этим. Искусственная красота ослепила его, и он не замечал уже красоты истинной. Красота человеческая забывалась. Он не помнил уже, что такое добро, бескорыстие, милосердие, человечность. Он жил в довольстве и был счастлив. И одна и та же мысль билась в голове:

* Все мне, все мое, и ни с кем не надо делиться.

Но вдруг появились у него боли в голове и становились они с каждым днем сильнее и сильнее, и стали мучить они его каждодневно. И не было больше счастья, беспрестанная боль была постоянной спутницей его жизни. Не помогли ему ни лекари, ни припарки. И решил он спросить у Мудреца- провидца, как можно избавиться от головной боли. И сказал ему Мудрец:

* Когда жиреет сердце, оно не в состоянии протолкнуть кровь к мозгу, тогда воспаляются мозги и болят.
* Что же делать мне, чем лечиться, чтобы избавить себя от этой мучительной болезни? вопил, изнемогая от боли, богач.
* Похудеть, - ответил Мудрец.
* Но похудеть гораздо тяжелее, чем потолстеть. Чтобы поправиться, сил прикладывать не надо, а чтобы похудеть, огромная сила воли нужна. У таких, как ты, ее обычно не бывает, и умирают подобные тебе не от старости и

дряхлости тела, а в молодости от головной боли, потому что от большой глупости она в основном болит.

Так и случилось, умер богач молодым и от невыносимой головной боли.

Сердце болит от чувств, а голова от низких мыслей.

* *Подумайте и скажите, чем измеряется жизнь?*
* *Что такое человеческие ценности? Для чего они нужны?*
* *Что может ценить человек?*
* *Что (такое) есть счастье?*

**Притча о «Вечной Жизни»**

Король Аноширван, которого народ называл Справедливым, как-то однажды прогуливался по своим владениям.

На залитом солнцем косогоре он заметил почтенного старца, согнувшегося в какой-то работе.

Вместе со своей свитой король подошѐл поближе и увидел, что старик сажает маленькие саженцы-однолетки.

«Что ты делаешь?» – спросил король.

«Я сажаю деревья, – ответил старец, – Ореховые».

Король удивился: «Ты уже так стар. Для чего ты сажаешь эти ростки, чью листву ты никогда не увидишь, в чьей тени ты никогда не сможешь укрыться и чьих плодов ты никогда не попробуешь?».

Старик взглянул на него и сказал: «Те, кто были до нас, посадили, и мы собираем урожай. Мы сажаем теперь, чтобы те, что придут после нас, тоже смогли кормиться».

*В чем смысл вечности жизни?*

*Ты согласен со словами старца? Если нет, Почему? Что ты бы сделал для вечности своей жизни?*

**В руках судьбы**

Великий японский воин, по имени Нобунага решил атаковать противника, хотя врагов было в десять раз больше. Он знал, что победит, но его солдаты сомневались. По дороге: он остановился у святыни и сказал своим людям:

* После того, как я навещу святыню, я брошу монетку. Если выпадет орел, мы победим, если решка - проиграем. Судьба держит нас в руках.

Нобунага вошел в святыню и молча помолился. Выйдя, он бросил монетку. Выпал орел. Ею солдаты так рвались в бой, что легко выиграли битву.

Никто не может изменить судьбу, - сказал ему слуга после битвы Конечно, нет, - ответил Нобунага, показывая ему монетку, у которой с

обеих сторон был орел.

*Воин манипулировал? Так можно делать? В чем смысл притчи?*

**Все в твоих руках**

Давным-давно в старинном городе жил Мастер, окруженный учениками. Самый способный из них однажды задумался: «А есть ли вопрос, на который наш Мастер не смог дать ответа?»

Он пошел на цветущий луг, поймал самую красивую бабочку и спрятал ее между ладонями. Бабочка цеплялась ланками за его руки, и ученику было щекотно. Улыбаясь, он подошел к Мастеру и спросил:

Скажите, какая бабочка у меня в руках: живая или мертвая? Он крепко держал бабочку в сомкнутых ладонях н был готов в любое мгновение сжать их ради своей истины. Не глядя на руки ученика. Мастер ответил:

Все в твоих руках.

*Может ли человек все знать? Все ли в его руках? А когда нет?*

В индивидуальной песочной терапии суицидального риска подростков психологи отделения используют различные истории, например историю Н.И. Сакович «Про петлю»

**Текст истории**

Знаете ли вы о том, что на белом свете живет петля? А она живет и бродит по всему свету в поисках своей новой жертвы, которая, не подозревая об этом, словно бы зовет, зовет ее к себе — не голосом, нет, а как-то иначе. Но как же?

Петля идет по свету и проходит мимо многих людей, словно не видя их. На самом деле она вовсе не может видеть — она слепая, зато до невероятной тонкости развито у нее другое чувство — она чувствует пульсацию даже не крови человеческой, нет, а чувств человека, всей его жизни. В тех людях, мимо которых петля проходит, не замечая их, бьется живая человеческая жизнь. Ее биение похоже на биение здорового человеческого сердца, на спокойное дыхание, на течение жизни в природе. Поэтому для петли эти люди словно не существуют, они сливаются с чем-то большим, что защищает их и скрывает от омута ее пустого взгляда. Нельзя сказать, что жизнь таких людей пульсирует всегда размеренно и гармонично: как и сердце бегущего человека, биение жизни иногда бывает очень частым, а иногда замедленным, как у спящего. Но что-то есть такое в этой пульсации, что сохраняет ее гармонию и делает ее похожей на качели: как бы высоко они ни взлетели, когда-то им придется опус- титься вниз и подняться снова. Они могут раскачиваться очень сильно, но если не раскачивать их, они обязательно замедлят ход и даже могут остановиться, чтобы дать передышку тому, что внутри. Но что это — то, что внутри? Что это за мифический образ — ребенок, взрослый, а, может быть, животное или вооб- ще бесплотный дух, который подчиняет себе пульсацию всей человеческой жизни? Откуда он берется там, внутри? Входит ли он внутрь с первым дыханием человека и живет там всю его жизнь, изменяясь (или не изменяясь?) вместе с ним, или это гость, которого можно пустить туда на время, а затем расстаться с ним или даже выгнать и пригласить другого?

Петля... Она не задается такими вопросами, она просто чувствует, что там

* внутри. И, если качели жизни застревают на полпути вниз или вверх, она с другой стороны Земли поспешит туда, подталкиваемая непреодолимой силой - силой воронки, засасывающей в себя все, что попадется на ее дороге. Когда качели жизни застревают, прекращают свое движение, изменяется и биение жизни - оно замутняется и течет тяжелыми толчками, едва не разрывая ее на части, как будто кровь жизни превращается в нефть, которая густеет, густеет, густеет до тех пор, пока сердце не выбьется из сил, разгоняя ее.

Что движет тогда петлей — этой слепой воронкой, разверстым ртом пустоты? Вы на поверите - она спешит на помощь! Качели, застрявшие качели жизни она вновь хочет раскачать, вернуть им утерянное движение! Она обхватывает их всем своим телом и тянет, тянет изо всех сил, чтобы они жили вновь. Но ей не верят, ее не понимают. Те, чья жизнь пульсирует радостным родничком, попросту не видят ее, а те, кому она пытается помочь, чувствуют только боль, страх и удушье — они тянут в другую сторону, и все сильнее душит их петля. Вообще-то сложно сказать, кто из них прав: кто знает, куда нужно тянуть? Но те, кто сдался и доверился ей, только те и победили: сильный взмах качелей, - только один, дальше они сами, — и петля летит в небо, летит, раскрываясь в полете, и в нем она похожа на птицу, бумажную птицу, полет которой заканчивается, едва начавшись. Она падает на землю и лежит вытянувшись, отдыхая после напряжения и полета. Но вот снова чувствует, как где-то застыли качели, быстро густеет кровь жизни, — нужна ее страшная помощь. Она вновь скручивается в петлю и слепо спешит туда, где сможет заполнить свою пустоту, утолить свою ненасытную жажду — смысла и полета.

Наверное, ради нескольких мгновений полета и наполненности — ветром, солнцем, небом, - ради этих мгновений и бродит петля по свету, ненавидимая теми, кому пытается помочь, незаметная для тех, кому пока не нужна ее помощь. Помощь ее иногда бывает страшной, может, поэтому и ненавидят ее люди. Какое им дело до того, что они сами тянут в другую сторону до тех пор, пока петля не удушит их жизнь насмерть, пока не рухнут на землю застрявшие качели! Винят ее — петлю! Винят за то, что ее никто не звал, что она жестока, что она тянет не туда куда нужно, винят и ненавидят.

Кто знает, может, она и рада была бы бросить свое страшное ремесло, но она устроена так, что пустота внутри нее вечно требует наполнения, смысла, а получить их она может лишь в мгновения, краткие до слез мгновения полета. И этот полет ей могут подарить лишь возвращенные к жизни людские качели. Благодарность ли это, чувствуют ли люди благодарность к петле? Наверное, нет. Ведь многие из них с облегчением сбрасывают петлю с себя и зашвыривают ее так далеко, как только могут, — думают, что тогда она не вернется к ним больше. Вряд ли это благодарность. Но это плата, плата за ремесло.

Таблица 15.

Обзор методик для диагностики непосредственных показателей суицидального поведения детей и подростков

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Показатели**  **диагностики** | **Источник** | **История создания** |
| ***В. Войцех, А.А. Кучер, В.П. Костюкевич* Методика «Психодиагностика суицидальных намерений» у детей (ПСН «В»)**  **Цель:** Исследование аутоагрессивных тенденций и факторов, формирующих суицидальные намерения | | |
| - алкоголь, наркотики  - несчастная любовь  - противоправные действия  - деньги и проблемы с ними  - добровольный уход из  жизни  - семейные неурядицы  - потеря смысла жизни  - чувство неполноценности,  ущербности, уродливости  - школьные проблемы,  проблема выбора жизненного  пути  - отношения с окружающими | Кучер, А. А. Выявление  суицидального риска у  детей / А. А. Кучер, В.П.  Костюкевич | «Создание условий для оказания  Комплексной психолого-Педагогической и  информационной помощи в кризисной ситуации для подростков и молодежи, направленных на профилактику суицидального поведения  несовершеннолетних». |
| ***Шмелев А.Г.* Опросник суицидального риска ОСР**  **Цель:** Диагностика суицидального риска, выявление уровня сформированности суицидальных намерений | | |
| * демонстративность * аффективность. * никальность. * несостоятельность. * социальный пессимизм. * слом культурных барьеров. * максимализм. * временная перспектива. * антисуицидальный фактор | Шмелев А.Г. , Белякова И.Ю. Опросник суицидального риска | Опросник прошел психометрическую адаптацию И.Ю. Беляковой, выполненной под руководством А.Г. Шмелева. Далее он был дополнен вопросами ответы на которые, выражают специфику  суицидентов. Опросник опирается на новую и оригинальную «четырех-  полюсную» концепцию личностных черт, позволяющую существенно сократить артефакт социально-желательного ответа. |
| ***А.Н. Орел* Методика диагностики склонности к отклоняющемуся поведению (СОП) Цель:** Измерение готовности (склонности) подростков к реализации различных форм отклоняющегося поведения. | | |
| * Склонность к преодолению норм и правил * склонность к аддиктивному (зависимому) поведению. * склонность к самоповреждающему и саморазрушающему поведению * склонность к агрессии и насилию * солевой контроль эмоциональных реакций. * склонность к деликвентному поведению | Определение склонности к отклоняющемуся поведению (А.Н. Орел) / Клейберг Ю.А. | Первоначально был разработан мужской вариант методики подростковой популяции, позднее дополнен женским вариантом. |
| ***Погодин И.А.* Методика определения степени риска совершения суицида**  **Цель** - выделение детей группы суицидального риска; сопровождение детей и их семей с целью предупреждения суицида. | | |
| На основании материала, предшествующего изучению личности исследуемого, а также по результатам психодиагностической беседы отмечается наличие выраженности перечисленных в карте факторов:   * данные анамнеза * актуальная конфликтная ситуация   - характеристика личности При этом напротив каждого фактора следует поставить его условный «вес»: отсутствует, слабо выражен, присутствует,  наличие не выявлено | Погодин И.А.  Суицидальное поведение: психологические аспекты | Погодин И.А. работал на телефоне доверия и первыми клиентами были люди, находящиеся в суицидоопасном кризисе. Основу методики составляет специальная карта, в которую включен 31 фактор риска суицида. Сбор информации осуществляется традиционными методами,  которые широко используются психологами: наблюдение, индивидуальная беседа, изучение и анализ документов. |
|  |
| ***Юнацкевич П.И.* Диагностика «СР-45»**  **Цель:** Выявление склонности к суицидальным реакциям и констатация начального уровня развития склонности личности к суициду в период обследования | | |
| Оценочный коэффициент (Sr) выражается отношением количества совпадающих ответов к максимально возможному числу совпадений (40):  Sr = N/35 ±0.07  Где N количество совпадающих с «ключом» ответов. Показатели, могут варьироваться от 0 до 1. Показатели, близкие к 1, свидетельствуют о высоком уровне склонности к суицидальным реакциям, близкие к нулю - о низком уровне. | Юнацкевич П.И. Основы психолого-педагогической диагностики и коррекции суицидального поведения. | Юнацкевич П.И. выделим группы социетальных и социально-психологических факторов, оказывающих влияние на суицидальный риск опираясь на зарубежные исследования |
| ***М.В. Горская* Склонность подростка к суицидальному поведению (СПСП)**  **Цель:** изучить склонности подростков к суицидальному поведению | | |
| * уровень тревожности * уровень фрустрации * уровень агрессии * уровень ригидности. | Горская М.В.  Диагностика суицидального поведения подростка | Авторская разработка |
| ***Ю.Р. Вагин* Суицидальная мотивация**  **Цель:** Выявить и проанализировать мотивационные аспекты суицидального поведения, которые позволяют оценить выраженность суицидальных тенденций. | | |
| * альтруистическая мотивация (смерть ради других). * анемическая (потеря смысла жизни). * анестетическая (невыносимость страдания). * инструментальная (манипуляция другими). * аутопунитическая (самонаказание). * гетеропунитическая (наказание других).   - поствитальная (надежда на что-то лучшее после смерти). | Вагин Ю.Р. Профилактика суицидального и аддиктивного поведения у подростков. | Тест состоит из 35 наиболее типичных утверждений, отобранных во время клинико- психологического исследования лиц с суицидальными тенденциями в период 1996-98 г. |
| ***Ю.Р. Вагин* «Противосуицидальная мотивация»**  **Цель:** выявить и проанализировать противосуицидальные мотивационные комплексы позволяющие оценить сформированность противосуицидальной защиты. | | |
| * провиталъная мотивация (страх смерти). * религиозная мотивация * этическая (чувство долга перед близкими людьми). * моральная (личное негативное отношение к суицидальной модели поведения). * эстетическая * нарциссическая (любовь к себе). * когнитивной надежды (надежда как-то разрешить ситуацию, найти выход). * временной инфляции (ожидание, что со временем что-то может измениться к лучшему). * Финальной   неопределенности (неуверенность, что удастся умереть) | С.Т. Губина, Н.Л. Югова, Р.Р. Камалов, Н.Б. Симакова, Практическая психология в  Деятельности классного руководителя: профилактика суицидального подведения подростков в сети Интерне | Авторская разработка |
| ***Pierc, D.W.* Шкала суицидальных интенций Пирса** | | |
| -обстоятельства совершенного суицида  -самоотчет  -медицинский риск | Профилактика суицидального поведения в учебных заведениях. |  |
| ***Г. А. Мюррей* ТАТ. Тематический апперцептивный тест (4 фотографии)**  **Цель:** Исследование движущих сил личности - внутренних конфликтов, влечений, интересов и [мотивов.](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D0%BE%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%B0%D1%86%D0%B8%D1%8F) | | |
| * Ведущие мотивы, отношения, ценности. Аффективные конфликты и их сферы. * Способы разрешения конфликтов (позиции, механизмы защиты). Индивидуальные особенности аффективной жизни личности. * Самооценка.   Фотографии (4) выявляют депрессивные и суицидальные тенденции, подозрительность и скрытую агрессивность, вплоть до паранойи.  Отношение к смерти близких, собственные страхи смерти, депрессивные тенденции. | Леонтьев  Д. А. Тематический апперцептивный тест. | Проективная методика ТАТ разработана в Гарвардской психологической клинике в 1935г.  Первичное допущение состоит в том, что завершая или структурируя незавершенную или неструктурированную ситуацию, индивид проявляет в этом свои стремления, диспозиции и конфликты. Следующие 5 допущений связаны с определением наиболе диагностически информативных рассказов или их фрагментов. |
| ***З. Королѐва* «Ваши суицидальные наклонности»**  **Цель:** определение суицидальных наклонностей субъекта | | |
| * актуальное настроение * саморегуляция * суицидальные мысли * степень чувствительности * манипулирование суицидальныыми мыслями * подсознательное | З. Королева  Познай себя. 100  графических тестов. | Проективная методика |
| ***Л.Б. Шнейдер* Графический тест «Ваши мысли о смерти»**  Цель: Прояснение отношения к смерти, глубинных мыслей | | |
| * присутствие-отсутствие страха смерти * интерес к смерти * пессимизм-оптимизм по отношению к смерти * философское отношение | Л.Б. Шнейдер Девиантное поведение детей и подростков. | Проективная методика |
| ***Джозеф М. Сакс и С. Леви* Метод незаконченных предложений**  **Цель:** оценка отношений к себе, семье, сверстникам, к взрослым, к переживаемым страхам и опасениям, отношение к прошлому и будущему, к жизненным целям. | | |
| * отношение к отцу * отношение к себе * нереализованные возможности * отношение к подчиненным * отношение к будущему * отношение к вышестоящим лицам * страхи и опасения * отношение к друзьям * отношение к своему прошлому * отношение к лицам противоположного пола * сексуальное отношение * отношение к семье * отношение к сотрудникам * отношение к матери * чувство вины | Проективная психология. Антология. | Тест был разработан Джозефом М. Саксом и С. Леви в 1950 годах, относится к проективной диагностике, является вариацией техники словесных ассоциаций. Методика апробирована Г.Г. Румянцевым (1969), показавшим ее эффективность для проведения реабилитационных мероприятий. (вариант Saks–Sidney).  Он состоит из 64 незавершенных предложений. Они разделяются на 16 групп по 4 предложения; каждая из этих групп  Соответствует определенной сфере отношений человека. |
|  |
| ***Луиза Дюсс*** (адаптация М. Габрунер, В. Соколовская) **Эмоционально-личностный тест**  **«Сказка «Похороны»**  **Цель:** выявление отношения ребенка к смерти, а также агрессивности и стремления к разрешению конфликтов смертью, возможности возникновения спонтанно эмоциональных явлений, которые обычно не проявляются в поведении ребенка, но в то же время действуют в нем. | | |
| - отношение ребенка к смерти  -агрессивности, разрушительности и тесно взаимосвязанному чувству вины и самобичеванию. | Завражин С.А., Жукова Н.В. Исследование отношения к жизни и смерти у подростков с нарушением интеллекта// Вопросы психологии. – 2006, №2. – С. 58-67.  Валиева С.В. Диагностика психических состояний детей дошкольного возраста. – СПб.: Речь, 2007. - 240 с. | Эмоционально-личностный тест  «Сказка» разработан детским психологом, доктором Луизой Дюсс в 1940 году и переведен на английский язык Десперт. Методика, содержит ряд историй-сказок, направленных на выявление глубинных внутренних конфликтов у детей с 6 до 11 лет. |
| **Метод анкетирования**  **Цель:** Получение дополнительной психологической информации, а также вспомогательных социологических и демографических данных о ребенке. | | |
| Социологические данные | Рамендик Д.М. Общая психология и психологический практикум. | Основоположником метода анкетирования в  психологическом исследовании считают [Ф. Гальтона](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%93%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D1%82%D0%BE%D0%BD%2C_%D0%A4%D1%80%D1%8D%D0%BD%D1%81%D0%B8%D1%81), который в своѐм исследовании влияния наследственности и среды на уровень интеллектуальных достижений при помощи анкеты опросил сотню крупнейших британских учѐных. |
| ***Л.Б. Шнейдер* Диагностическая анкета критических ситуаций подростков**  Цель: Определение сфер возникновения критических ситуаций у подростков. | | |
| удаленность критической ситуации в психологическое прошлое подростка и ее ожидание в будущем.  субдепрессивные состояния, состояния фобического круга, состояния нервно- психического напряжения  ситуационные реакции  трудно вербализуемые проблемы и переживаний подростков | Шнейдер Л.Б. Кризисное состояние у детей и подростков: направления работы школьного психолога |  |
| ***И.Н. Лаврикова* Анкета изучения отношения подростков к смерти**  **Цель**: анализа представлений о смерти | | |
| * смысл смерти * оценка смерти * значение своей смерти * мотивация смерти | Лаврикова Н.Н.  Молодежь:отношение к  смерти | Лавриковой Н.Н.показалось  Интересным выяснить,ткак  Современная молодежь,  «фильтруя» воздействие общества, относится к смерти (1997). Был проведен социологический опрос, и выявлено, что отношение к смерти - верный индикатор отношения к жизни как конкретно-единичного человека, так и общества в целом. Опрос проводился по тестам У. Шибла, опубликованным в сборнике И. Т. Фролова. |
| **Метод самоотчета**  **Цель:** более или менее полно выявить: отношение испытуемого к самому себе в различных  жизненных сферах; чувства и мысли, относительно тех или иных событий или обстоятельств в жизни испытуемого; поведенческих проявлений; взаимоотношений с другими людьми. | | |
| Количественные показатели в тестах-самоотчетах рассчитываются по частоте встречаемости ответов определенного типа. |  | Самоотчет представляет собой словесный или письменный отчет о результатах самонаблюдений, описание самого себя в относительной целостности психических проявлений.  Метод самоотчета непосредственно вытекает из метода интроспекции (самонаблюдения), |
| ***Л.Б. Шнейдер* Методика «Карта риска суицида»**  **Цель:** Определить степень выраженности факторов риска суицида у подростков. | | |
| * биографические данные; * актуальная конфликтная ситуация * характеристики личности | Профилактика суицидальных проявлений среди несовершеннолетних: Методические рекомендации | Модификация взрослой карты для подростков осуществлена Л.Б. Шнейдер |
| ***А.Т. Бек* Шкала суицидальной интенции**  **Цель:** оценка риска суицидального поведения | | |
| Учет и оценка: объективных обстоятельств, имеющих отношение к суицидальной попытке (выбор времени, предосторожности против раскрытия, степень запланированности и т.д); данные, полученные при самоотчете исследуемого (объяснение цели попытки, вероятность смерти;  серьезность попытки, позиция  в отношении жизнь/смерть, концепция медицинского спасения; степень готовности  к совершению и т.д.) | Методические рекомендации для педагогов и кураторов методические рекомендации / А.Н. Корнетов, И.Л. Шелехов, А.В. Силаева, Е.С. Толстолес, С.А. Морева, Е.А. Линок – | В 1990-х гг. в Пенсильванском университете А. Бек и Г. Браун инициировали разработку специального протокола лечения, направленного на суицидальное поведение. Было введено понятие суицидального кризиса, который рассматривался как центральная и первичная проблема, а не просто, как симптом психического  расстройства. Безнадежность  была определена важнейшей мишенью в предотвращении смертельного исхода. |
| **Метод психодиагностической беседы**  **Цель**: получение конкретных сведений, фактов по изучаемому, обсуждаемому вопросу. | | |
| **как метод исследования**: разговор, во время которого задающий вопросы делает вывод об изучаемом предмете по речевым, поведенческим и другим реакциям респондента;  **как метод диагностики** разговор в форме интервью, задающий вопросы получает информацию общего  содержанию, которая направлена на изучение свойств личности, характера человека, выяснение его интересов и склонностей, отношения к определенным  людям и т.п. | Горбунова В.В. Экспериментальная психология в схемах и таблицах. | Организуется с целью выяснения индивидуальных особенностей личности - мотивационной и эмоциональной сфер, знаний, убеждений, интересов, отношения к среде, коллективу и пр. |
| ***Юрьева Л С.* Скрининг-тест для выявления суицидального поведения**  **Цель:** выявление суицидального поведения | | |
| * текущие мысли о суициде. * планы или отношения пациента к суициду. * предыдущие эпизоды суицидальных мыслей. * альтернативы суициду | Клиническая суицидология: Монография. | Термин «скрининг» происходит от английского «screen», что значит «отбирать» или  «сортировать».  В психологии используются с середины ХХ века. Скрининговое исследование проводится с целью выявления предрасположенности. |
| **Беседа для оценки риска суицида**  **Цель: социально-психологическое** уточнение и расширение информации для оценки риска суицида | | |
| Оценка отдельных факторов суицидального риска, как средовых, так и внутренних, слагающих целостную поведенческую картину | Профилактика суицидальных проявлений среди несовершеннолетних | Из опыта практической работы (профилактика) |
| Д.С. Исаев **Медицинская схема обследования суицндента**  **Цель:** определение социально-медицинских индикаторов суицидального поведения | | |
| Анамнестические данные Характерологические особенности  Психическое состояние | Исаев Д. С. Шерстнѐв К.В.  Психология суицидального поведения. | Из опыта практической работы (профилактика) |

* + 1. **Опросник суицидального риска (ОСР) Шмелѐва А.Г.**

Вместе с тем, уместно раскрыть содержание субшкальных диагностических концептов с тем, чтобы прояснить концепцию ОСР в целом.

1. **Демонстративность (Д)**. Желание привлечь внимание окружающих к своим несчастьям, добиться сочувствия и понимания. Оценка с внешних позиций, порой как «шантаж», «истероидное выпячивание трудностей», демонстративное суицидальное поведение переживается изнутри как «крик о помощи». Наиболее суицидоопасно сочетание с эмоциональной ригидностью, когда «диалог с миром» может зайти слишком далеко. К этой субшкале относятся пункты № 12, 14, 20, 22, 27 опросника.
2. **Аффективность (А)**. Доминирование эмоций над эмоциональным контролем в оценке ситуации. Готовность реагировать на психотравмирующую ситуацию непосредственно, эмоционально. Крайний вариант — блокада интеллекта. Пункты № 1, 10, 20, 23, 28, 29.
3. **Уникальность (У)**. Восприятие себя, ситуации и, возможно, собственной жизни в целом как явление исключительное, не похожее на другие и, следовательно, подразумевающее исключительные варианты выхода, в частности суицид. Данная шкала тесно связана с феноменом

«непроницаемости» для опыта, т.е. с недостаточным умением использовать свой и чужой жизненный опыт. Пункты № 1, 12, 14, 22, 27.

1. **Несостоятельность (Н)**. Отрицательная концепция собственной личности. Представление о своей несостоятельности, некомпетентности, ненужности, "выключенное" из мира. Данная субшкала может быть связана с представлениями о физической, интеллектуальной, моральной и прочей несостоятельности. Несостоятельность выражает интрапунитивный радикал. Формула внутреннего монолога — «Я плох». Пункты № 2, 3, 6, 7, 17.
2. **Социальный пессимизм (СП)**. Отрицательная концепция окружающего мира. Восприятие мира как враждебного, не соответствующего представлениям о нормальных или удовлетворительных для человека отношениях с окружением. СП тесно связан с экстрапунитивным стилем каузальной атрибуции. Экстрапунитивность определяется по формуле внутреннего монолога «Вы все недостойны меня». Пункты № 5, 11, 13, 15, 17, 22, 25.
3. **Слом культурных барьеров (СКБ)**. Культ самоубийства. Поиск культурных ценностей и нормативов, оправдывающих суицидальное поведение или даже делающих его в какой-то мере привлекательным. Заимствование суицидальных моделей поведения из литературы и кино. Крайний вариант — инверсия ценности жизни и смерти. При отсутствии выраженных пиков по

другим шкалам это может свидетельствовать только об «эстетизации смерти». Одна из возможных внутренних причин культа смерти — доведенная до патологического максимализма смысловая установка на самостоятельность:

«Вершитель собственной судьбы сам определяет конец своего существования». Пункты № 8, 9, 18.

1. **Максимализм (М)**. Инфантильный максимализм ценностных установок. Максимализация ценностей значимости малейшей потери с одновременной минимализацией ценностей значимости имеющихся достижений. Распространение на все сферы жизни содержания локального конфликта из какой-то одной сферы. Невозможность компенсации. Аффективная фиксация на неудачах. Пункты № 4, 16.
2. **Временная перспектива (ВП)**. Невозможность конструктивного планирования будущего. Это может быть следствием сильной погруженности в настоящую ситуацию, трансформацией чувства неразрешимости текущей проблемы, глобального страха неудач и поражений в будущем. Пункты № 2, 3, 12, 24, 25, 27.
3. **Антисуицидальный фактор (АФ)**. Даже при высокой выраженности всех остальных факторов есть фактор, который снижает глобальный суицидальный риск. Это глубокое понимание чувства ответственности за близких, чувство долга. Это представление о греховности самоубийства, антиэстетичности его, боязнь боли и физических страданий. В определенном смысле это показатель наличного уровня предпосылок для психокоррекционной работы. Пункты № 19, 21.

Методика применяется в том случае, когда психолог на основе предшествующего исследования выявил высокую вероятность суицидального поведения. Тестированию должна предшествовать беседа, в ходе которой психолог должен проявить максимум внимания и сочувствия.

**Обработка результатов:**

Баллы подсчитываются отдельно по каждому фактору. Ответу «да» соответствует 1 балл. Количество утверждений по каждому из факторов принимается за 100. Количество баллов переводится в проценты. По процентному соотношению определяется индивидуальный стиль суицидальной динамики.

**Изучаемые критерии:**

1. **Демонстративность.** При условии высоких баллов. Желание привлечь внимание окружающих к своим несчастьям, добиться сочувствия и понимания. Оцениваемые из внешней позиции порой как "шантаж", "истероидное выпячивание трудностей", демонстративное суицидальное поведение переживается изнутри как "крик о помощи". Наиболее суицидоопасно сочетание с эмоциональной ригидностью, когда "диалог с миром" может зайти слишком далеко.
2. **Аффективность**. При условии высоких баллов. Доминирование эмоций над интеллектуальным контролем в оценке ситуации. Готовность реагировать на психотравмирующую ситуацию непосредственно

эмоционально. В крайнем варианте (6 баллов) аффективная блокада интеллекта.

1. **Уникальность**. При условии высоких баллов. В восприятии себя, ситуации и, возможно, собственной жизни в целом как явления исключительного, непохожего на другие и, следовательно, подразумевающего исключительные варианты выхода, в частности суицид. Тесно связан с феноменом "непроницаемости для опыта", т.е. с недостаточным умением использовать свой и чужой жизненный опыт.
2. **Несостоятельность**. При условии высоких баллов. Отрицательная концепция собственной личности. Представление о своей несостоятельности, некомпетентности, ненужности, "выключенности" из мира. Данная субшкала может быть связана с представлениями о физической, интеллектуальной, моральной и прочей несостоятельности. Несостоятельность выражает интрапунитивный радикал. Формула внутреннего монолога: "Я плох". Возможно наличие "комплекса неполноценности".
3. **Социальный пессимизм**. При условии высоких баллов. Отрицательная концепция принятия окружающего мира. Восприятие мира как враждебного, не соответствующего представлениям о нормальных или удовлетворительных для человека отношениях с окружением. Социальный пессимизм тесно связан с экстрапунитивным стилем каузальной атрибутики.

При низких оценках по щкале "Несостоятельность"(0 - 3) экстрапунитивность выражается в форме внутреннего диалога: "Вы все недостойны меня!!!"

1. **Слом культурных барьеров.** Культ самоубийств. При условии низких оценок. Поиск культурных ценностей и нормативов, оправдывающих суицидальное поведение, делающих его привлекательным. Заимствование суицидальных моделей из литературы и кино. В крайнем варианте инверсия ценностей жизни и смерти. В отсутствие выраженных пиков по другим шкалам

* "эстетизация смерти" (например, ситуация "вечного самоубийцы в романе Германа Гессе "Степной волк"). Одна из возможных внутренних причин культа смерти - доведенная до патологического максимализма смысловая установка на самодеятельность "Вершитель собственной судьбы сам определяет конец своего существования".

1. **Максимализм**. При условии низких оценок. Инфантильный максимализм ценностных установок. Максимализация ценностей, значимость малейшей потери с одновременной минимизацией ценностей значимости имеющихся достижений. Распространение на все сферы жизни содержания локального конфликта в какой-то одной жизненной сфере. Невозможность компенсации. Аффективная фиксация на неудачах.
2. **Временная перспектива**. При условии высоких баллов. Невозможность конструктивного планирования будущего. Это может быть следствием сильной погруженности в настоящую ситуацию, трансформацией чувства неразрешимости текущей проблемы в глобальной среде неудач и поражений в будущем.
3. **Антисуицидальный фактор**. При условии низких оценок. Даже при высокой выраженности всех остальных факторов, есть факторы, которые

снижают глобальный суицидальный риск: глубокое понимание чувства ответственности за близких; чувство долга; представление о греховности самоубийства; не эстетичности самоубийства; боязнь боли и физических страданий.

В определенном смысле это показатели наличия уровня предпосылок для психокоррекционной работы.

**Метод незаконченных предложений «Сакса и Леви»**

Обследование приводится в два этапа. На первом испытуемые завершают незаконченные предложения, на втором этапе производят оценку своего эмоционального отношения к содержанию данной концовки предложения.

Я не люблю…………………………………………………………………

Когда идет дождь………………………………………………………….

Завтра я……………………………………………………………………..

Когда я закончу школу……………………………………………………

Наступит день когда………………………………………………………

Я хочу жить, потому что………………………………………………….

Если все против меня, то………………………………………………….

Думаю, что мой отец редко………………………………………………

Моя мать и я……………………………………………………………….

Знаю что глупо, но боюсь………………………………………………..

Когда вижу женщину вместе с мужчиной……………………………….

Сделал бы все, чтобы забыть…………………………………………….

Моим самым живым воспоминанием детства является………………..

Думаю, что настоящий друг………………………………………………

Когда мне начинает невезти, я……………………………………………

Мысль, которая меня постоянно преследует, касается ………………

Моя семья…………………………………………………………………..

Что я для себя решил окончательно, так это……………………………

Мое настроение……………………………………………………………

Вокруг меня ………………………………………………………………..

В этой жизни ……………………………………………………………….

Жизнь - это …………………………………………………………………

Я обязательно ………………………………………………………………

Через некоторое время …………………………………………………….

Жизнь после смерти – это………………………………………………….

Впереди меня ждет …………………………………………………………

Жалко только, что………………………………………………………….

Когда я один………………………………………………………………..

У меня нет……………………………………………………………………

Мое здоровье…………………………………………………………………

**Общая схема получения информации в индивидуальной беседе (С.А. Пакулина)**

**Общие данные**

Паспортные данные Ф.И.О

Пол

Год рождения, возраст

№ истории болезни Семейное положение С кем проживает

Адрес с указанием района

Профессия, квалификация, место работы (учебы), занимаемая должность Дата совершения суицидальной попытки

Дата начала реабилитационной программы Дата завершения реадаптационной программы

**Анамнестические данные**

Наличие психических заболеваний у родственников (каких, у кого) Наличие алкоголизма у родственников

Суициды и суицидальные попытки у родственников (у кого, возраст)

Наследственная отягощенность (конкретно у кого, характер отягощенности, по какой линии)

Состав семьи - полная, неполная, другие варианты Социальное положение родителей

мать - , отец -

Личностные качества родителей. Мать - любящая, отвергающая, доминирующая, стеничная, агрессивная, подчиняющаяся, пассивная; Отец - любящий, отвергающий, доминирующий, стеничный, агрессивный, подчиняющийся, пассивны

Лидерство в семье

Конфликт в семье - есть, нет - характер конфликта

Положение пациента в семье (наличие братьев, сестер, их возраст, отношения с ними)

Неправильные формы семейного воспитания: потворствующая гиперпротекция, доминирующая гиперпротекция, эмоциональное отвержение и (или) жестокое обращение, гипропротекция, повышенная моральная ответственность, неустойчивость стиля воспитания (сочетание различных форм)

Виды наказаний в семье Мотивация при обучении в школе Успеваемость

Положение в классе

Участие в неформальных группировках(конкретно в каких) Правонарушения - были или нет, какие конкретно

С какого возраста начал трудится ,где и кем работал, характер адаптации, конфликты по месту работы (учебы)

Привычные интоксикации - курение, алкоголь, наркотики - частота употребления, мотив употребления, сексуальная жизнь:

Начало менструаций, поллюций, формы самоудовлетворения Возраст первого сексуального контакта

Возраст вступления в брак Мотивы вступления в брак

Половая жизнь вне брака - есть нет, мотивы Социально-бытовые условия

Перенесенные заболевания и др. Вредности, какие конкретно, возраст

Беременности - было - не было, возраст, особенности протекания - роды, аборты осложнения

Выраженность характерологических особенностей личности - в пределах нормы, акцентуированные, психопатические, конформные, астенические, психоастеиические, шизоидные, возбудимые или эпилептоидные, истерические, неустойчивые, типа эмоционально тупых, мозаичные, иные гипертимные, дистимные, циклоидные, возбудимые, эмотивные, демонстративные, тревожные, застревающие, педантичные, экзальтированные

***Характеристики суицидного поведения***

Травмы, несчастные случаи в прошлом - были - не было, когда, какие Непроизвольные самоповреждения.

Сновидения с символикой смерти - да \нет, возраст; с элементами аутоагрессии - да \нет, возраст; какие со сценами нападения, убийства - да \нет, возраст; повторяющиеся сновидения - да \нет, содержание, эмоциональное отношение к содержанию сновидений.

Страх смерти да \нет, обоснованный или нет, возраст.

Интерес к смерти, убийствам, самоубийствам, похоронам, возраст. Фантазирование на тему собственной смерти - возраст, содержание. Отсутствие интереса к жизни – возраст.

Желание собственной смерти, возраст.

Планирование последствий суицида - да \нет, конкретно, когда, содержание.

Борьба мотивов

Моральные рассуждения - самоосуждение, самооправдание. Формулировка цели суицида.

Характеристика личностного смысла суицида - протест, месть, призыв, избежание наказания, страдания, самонаказание, отказ.

Выбор способа суицида - сведения от родственников, знакомых, из книг, др. варианты

Непосредственный повод (провоцирующий фактор) Записки да \нет, содержание

Характеристики постсуицидального периода Актуальность конфпикта

Суицидальные тенденции Отношение к суицидальной попытке

**Исследование психологического состояния суицидента**

***Внешний вид и поведение***

Тоскливое выражение лица (скорбная мимика) Гипомимия

Амимия

Тихий монотонный голос Замедленная речь Краткость ответов Отсутствие ответов

Ускоренная экспрессивная речь Патетические интонации Причитания

Склонность к нытью

Общая двигательная заторможенность Бездеятельность, адинамия Двигательное возбуждение

***Экспрессивно-патетические формы поведения*** (заламывания рук, стоны, стенания, громкие вздохи, рыдания)

Стремление к самоповреждению Неряшливость в одежде Запущенный вид

***Нарушения познавательных процессов* Ощущения, восприятия и представления** Гиперстезия

Гипостезия (снижение болевой и температурной чувствительности) Яркость восприятия

Потеря яркости восприятия Чувство нереальности восприятия Яркость зрительных представлений Ускоренное течение времени

Замедленное представление о времени Потеря представлений о времени Отсутствие зрительных представлений **Память**

Трудность запоминания текущих событий Преобладания воспоминаний прошлого Затруднение в воспроизведении прошлых событий

Избирательная направленность неприятных событий прошлого Навязчивые воспоминания

**Мышление** Заторможенность мышления Ускорение мышления

Преобладание мрачного содержания мыслей Навязчивые мысли о смерти

Навязчивые мысли ипохондрического содержания. Дисморфобии типа навязчивостей. Другие навязчивости в области мышления, эмоционально значимые, тоже эмоционально нейтральные Сверхценные идеи ипохондрического содержания. Дисморфобии типа сверхценных идей.

**Внимание**

Неспособностьсосредоточить внимание на чем либо Истощаемость внимания

Отвлекаемость

Прикованность внимания к чему либо Нарушения деятельности

Снижение активности Снижение интересов, желаний Потеря инициативы Трудности в выборе решений

Чувство неуверенности в правильности своих действий Трудности выполнения обыденных дел

Ощущение навыков в обыденной жизни Ощущение утраты профессиональных навыков Чувство беспомощности

Снижение работоспособности

***Эмоциональные нарушения***

Скука

Грусть Уныние Угнетенность

Мрачная угрюмость Злобность Раздражительность Ворчливость Брюзжание

Неприязненное, враждебное отношение к окружающим Чувство ненависти к благополучию окружающих Чувство физического недовольства

Безразличное отношение к себе, окружающим Чувство бесчувствия

Тревога беспредметная (немотивированная) Тревога предметная (мотивированная) Ожидание непоправимой беды

Страх немотивированный Страх мотивированный

Тоска как постоянный фон настроения

Взрывы тоски с чувством отчаяния, безысходности

Углубление мрачного настроения при радостных событиях вокруг

***Оценка собственной жизни***

Пессимистическая оценка своего прошлого

Избирательное воспоминание неприятных событий прошлого Пессимистическая оценка своего нынешнего состояния Отсутствие перспектив в будущем

***Взаимодействие с окружающим***

Нелюдимость, избегание контактов с окружающими

Стремление к контакту с окружающими, поиски сочувствия, апелляция к врачу за помощью

Склонность к нытью Капризность

Эгоцентрическая направленность на свои страдания

***Вегетативные нарушения***

Слезливость Расширение зрачков

Сухость во рту (―симптомы сухого языка‖) Тахикардия

Повышенное АД

Ощущение стесненного дыхания, нехватки воздуха Ощущение комка в горле

Головные боли Бессонница

Повышенная сонливость Нарушение ритма сна Отсутствие чувства сна

Чувство физической тяжести, душевной боли в груди То же в других частях тела (голове, эпигастрии, животе) Запоры

Снижение веса тела Повышение веса тела Снижение аппетита

Пища принимается безвкусной Снижение либидо

Нарушение менструального цикла (задержка) ***Динамика состояния в течении суток*** Улучшения состояния к вечеру

Ухудшение состояния к вечеру

Стойкое состояние (отсутствие суточных колебаний)

Таблица 16.

**Характеристики психодиагностического комплекса методов и методик в исследовании предрасположенности к суициду в поведении детей и подростков**

**(личностный компонент)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Показатели диагностики** | **Источник** | **История создания** |
| ***Р. Лазарус* Копинг-тест**  **Цель:** Определение копинг-механизмов преодоления трудностей, совладания с негативными жизненными обстоятельствами в различных сферах деятельности | | |
| * конфронтация, * дистанцирование, * самоконтроль * поиск социальной поддержки * принятие ответственности * бегство-избегание, * планирование решение проблемы * положительная переоценка | Водопьянова Н.Е. Психодиагностика стресса. | Данный опросник считается первой стандартной методикой в области измерения копинга. |
| ***Басса - Дарки* Опросник агрессивности**  **Цель:** выявление уровня агрессивности | | |
| * физическая агрессия * косвенная агрессия * раздражение * негативизм * обида * подозрительность * вербальная агрессия * чувство вины. | Большая энциклопедия психологических тестов. | Опросник разработан А. Басс и А. Дарки в 1957 г. А. Басс, разделил понятия агрессия и враждебность и определил последнюю как: «...реакцию, развивающую негативные чувства и негативные оценки  людей и событий». |
| ***Г. Шмишек*** Дичностный опросник  **Цель:** диагностика типа акцентуации личности | | |
| Акцентуации характера:   * демонстративный * педантичный * застревающий * возбудимый   Акцентуации темперамента:   * гипертимический * дистимический * тревожно-боязливый * циклотимический, * экзальтированный * эмотивный. | Энциклопедия психологических тестов | Опубликован Г. Шмишеком в 1970 г.  Оригинальный вариант опросника был разработан Шмишеком на основе классификации акцентуированных личностей Основой опросника является концепция  «акцентуированных личностей» К. Леонгарда. |
| ***Р. Плутчик и соавторы Г. Келлерман и Х. Р. Конте* Методика «Индекс жизненного стиля»**  **Цель** - диагностика механизмов психологической защиты «Я». | | |
| * вытеснение * регрессия * замещение * отрицание * проекция * компенсация * гиперкомпенсация * рационализация | Каменская, В.Г. Психологическая защита и мотивация в структуре конфликта | Методика Life Style Index (LSI), описана в 1979 г. на основе психоэволюционной теории Р. Плутчик и структурной теории личности Х. Келлермана.  Теория эмоций, на которой построена данная методика, опубликована как монография в 1962 году. |
| ***А. Бек* Шкала безнадѐжности**  **Цель:** измерение выраженности негативного отношения по отношению к субъективному будущему у взрослых и подростков. | | |
| * легкий уровень безнадежности * тяжелый уровень безнадежности | Корнетов А.Н., Шелехов И.Л., Силаева А.В., Толстолес Е.С., Морева С.А., Линок Е.А.  Профилактика  суицидального поведения в учебных заведениях.  Методические рекомендации для педагогов и кураторов методические рекомендации. | Шкала была разработана А. Беком и группой его сотрудников Вейсманом,  Лестером и Трекслером в 1974 г. в Центре Когнитивной  Терапии Медицинской Школы Университета Пенсильвании (США)  При разработке шкалы авторы следовали концепции Stotland, в рамках которой безнадежность рассматривается как система когнитивных схем, общим признаком для которых является негативная окраска ожиданий относительно ближайшего и отдаленного будущего. |
|  |
| К. Роджерс, Р. Даймонд **Методика диагностики социально-психологической адаптации**  **Цель:** Изучение уровня сформированности социально-психологической адаптации  личности | | |
| * адаптивност, * дезадаптивность * принятие-непринятие себя * принятие-непринятие других * эмоциональный комфорт- дискомфорт * внутренний-внешний контроль * доминирование-ведомость * эскапизм (уход от проблем) | Никишина В.Б. Василенко Т.Д. Психодиагностика в системе социальной  работы | Опросник социально- психологической адаптации был разработан Карлом Роджерсом и Розалинд Даймонд в США в 1954 году. На русском языке адаптация опросника была опубликована в 1987 году канд. психол. наук Т. В. Снегирѐвой. В 2004 году в журнале «Психология и школа» канд. психол. наук А. К. Осницким была опубликована модифицированная версия опросника, получившая с тех пор заметное  распространение. |
| ***К. Изард* Шкала дифференциальных эмоций (ШДЭ)** Адаптация А. Б. Леоновой.  **Цель:** диагностика доминирующего положительного или отрицательного эмоционального самочувствия | | |
| Самооценка интенсивности и частоты возникновения  10 [основных эмоций](http://psycabi.net/psikhologiya-krasoty-i-zdorovya/kak-borotsya-so-stressom/18-kakie-chuvstva-byvayut-i-chto-oni-oznachayut)   * интерес, * радость * удивление * горе * гнев * отвращение * презрение * страх * стыд * вина | Елисеев О. П. Практикум по психологии личности. - СПб.: Питер, 2001. - С. 226 | К. Изард в 1972 г. опубликовал данные экспериментов, в которых использовал первые варианты шкал дифференциальных эмоций (ШДЭ). В 1974 г. в  «Руководстве к  Использованию ШДЭ»  Приводились данные исследований, подтвердивших надежность, валидность и стандартизированность шкалы. |
| **Методика многомерной оценки детской тревожности** (МОДТ), Е.Е. Малковой, Л.И. Вассермана | | |
| **Цель:** уровневая структурная диагностика тревожного спектра у детей и подростков | | |
| -общая тревожность  -в отношениях со сверстниками  -с оценкой окружающих  -в отношениях с учителями  -в отношениях с родителями  -связана с успешностью обучения  -возникающая в ситуациях самовыражения  -возникающая в ситуации проверки знаний  -снижение психической активности  -повышение вегетативной реактивности | Психодиагностическая методика для многомерной оценки детской тревожности: Пособие для врачей и психологов | Разработан в 2007 году в НИПНИ им. Бехтерева Методика отвечает современным психометрическим критериям, отражает не только уровень и характер тревожности у детей и подростков школьного возраста (8-18 лет), но и максимально возможный спектр ситуаций, в которых она может быть. |
| ***М. Ковач* Опросник на выявление депрессии у детей и подростков (CDL)**  **Цель:** определение количественных и качественных показателей спектра депрессивных симптомов | | |
| -негативное настроение  -неэффективность в школе   * ангедония (истощаемость) * межличностные проблемы   -негативная самооценка | Банников Г. С, Вихрнстюк О. В., Миллер Л. В., Синииына Т. Ю. Методические рекомендации (памятка) психологам образовательных учреждений по  Выявлению и  предупреждению суицидального поведения среди несовершеннолетних. | Разработанный Maria Kovacs в 1992 г. и адаптированный сотрудниками лаборатории клинической психологии и психиатрии А. Подольским, П. Хейманс.  Метод сегодня наиболее широко применяется на Западе в практических (прежде всего скрининговых) целях. |
| ***Э.Г. Эйдемиллер* «РОД» (Родителей оцениваю дети)**  **Цель:** определить, каким образом родители воспитывают ребенка в семье | | |
| * уровень протекции в процессе воспитания   -степень удовлетворения потребностей ребенка   * количество и качество требований к ребенку в семье * строгость санкций (наказание) за нарушение требований ребенком * неустойчивость стиля воспитания * расширение сферы родительских чувств * предпочтение в подростке детских качеств   -воспитательная неуверенность родителя  -фобия утраты ребенка   * неразвитость родительских чувств   -проекция на ребенка собственных нежелательных качеств  -внесение конфликта между супругами в сферу воспитания  -сдвиг в установках родителя  по отношению к ребенку в зависимости от пола ребенка | Олифирович Н. И., Зинкевич-Куземкина Т. А., Велента Т. Ф. Психология семейных кризисов. | Опросник для родителей  «Анали семейных взаимоотношений» (АВС) – в двух вариантах (детском и подростковом создан Эйдемиллером Э.Г. и Юстицкисом В.В в 1987 г., 1990 г. Модификация опросника АСВ под названием РОД («Родителей оценивают дети») И.А. Фурманова и А.А. Аладьина. Обработка и интерпретация производится аналогично методике АСВ. В работе удобно и информативно использование обеих методик (АСВ - для родителей, РОД - для подростков), сравнительный анализ их результатов может стать отправной точкой для работы по коррекции семейного воспитания. |
| ***Эйдемиллер Э. Г., И.М. Никольская* «Семейная социограмма»**  **Цель:** выявить положение субъекта в системе межличностных отношений и характер коммуникаций в семье (прямой или опосредованный) | | |
| * число членов семьи, попавших в площадь круга * величина кружков; * расположение кружков относительно друг друга; * дистанция между ними. | Эйдемиллер Э. Г., Добряков И. В., Никольская И. М. Семейный диагноз и семейная психотерапия. | Рисуночная проективная методика.  Впервые была опубликована Э.Г. Эйдемиллером в 1994 г. |
| ***Копперсмит* Структурная техника «Семейное пространство»**  **Цель:** Изучение внутрисемейной динамики семейного пространства | | |
| - эмоциональные и операциональные ассоциации с  принадлежностью к семье и с исключением из нее, с комфортом и напряженностью, удовольствием и болью, закрытостью и дистанцией,  границами и их запутанностью, силой и слабостью. | Ш. Роберт, Ф. Норман Структурированные техники семейной супружеской терапии: | Социометрическая техника. Территориальность является важной частью личностной и семейной идентичности Первоначально техника  «Семейное пространство», разработанная Копперсмитом в 1980 году (Шерман Р., Фредман Н., 1997), ис-  пользовалась в рамках обучающих терапевтических программ. В дальнейшем техника стала использоваться семейными терапевтами в  работе с реальными семьями. |
|  |
| ***Р. Сильвер* Рисуночный тест**  **Цель:** оценка эмоциональных расстройств (депрессии, агрессии, суицида). | | |
| - пространственное  мышление  - творческие способности,  -эмоциональное состояние  -отношение к себе и другим | Р. Сильвер "Рисуночные  тесты. Как узнать самое  важное о вашем ребенке" | Рисуночный тест, создан  американским арт-терапевтом Р. Сильвер. Имеет два  компонента: эмоциональный и когнитивный. Адаптация теста для России произведена под  Руководством председателя  Арт-терапевтической  ассоциации, кандидата  Медицинских наук А.И. Копытина. |