

Муниципальное автономное учреждение  
дополнительного образования  
центр эстетического воспитания детей "ТЮЗ"

## Методическая разработка

«Работа с трудными подростками с использованием  
методов психодрамы и сказкотерапии»

Автор-составитель:  
педагог-психолог  
Хаустова С.В.

ст.Тбилисская, 2024г.

## **Пояснительная записка.**

Период ранней юности от 14 до 16 лет является, согласно мнению большинства исследователей, наиболее сложным в развитии ребенка. Некоторые исследователи называют этот возраст «ничейная территория». «между детством и взрослостью». В этом возрасте человек уже не ребенок по физиологическому созреванию. но еще и не взрослый по социально-психологическим критериям. Что же характерно для этого периода?

Подводятся итоги детства. Половое созревание приводит к физиологической революции. Перед молодым человеком возникают вопросы: кто я? Как я выгляжу? Как меня воспринимают другие люди? Каково мое призвание? Какие у меня способности?

По мнению Э. Эрикsona, если на предыдущих стадиях кризисы завершились неудачно и выбор сделан неблагоприятный - на этой стадии нужно сделать выбор заново, уже сознательно. Можно изменить свою жизнь и сформировать цельную формулу ЭГО-идентичности. При благоприятном выборе на этой стадии - осознание своего Я при неблагоприятном - диффузное Я. Поэтому основной задачей развития в этом возрасте является поиск самодентичности. При неблагоприятной социальной и психологической обстановке у подростков на данном и предыдущих этапах развития может формироваться синдром социальной патологии идентичности: нежелание становиться взрослым, смутное неустойчивое состояние тревоги, чувство изоляции и опустошенности, ожидание такого, что сможет радикально изменить жизнь, страх перед личностным общением и неспособность эмоционального воздействия на лиц противоположного пола поиск негативной идентичности как стремление стать ничем и как единственный способ самоутверждения.

Для помощи подросткам в решении важнейших задач данного возраста предпочтительной является групповая работа. Это связано с тем, что у многих подростков существует стремление отделиться от родителей, они отрицают авторитет взрослых, объединяются в однополые и смешанные компании, пытаются установить идентичность через принадлежность к определенной группе .

Чтобы благополучно разрешить основные задачи этого возрастного периода необходима «примерка» различных социальных ролей, взгляд на себя со стороны, без оценочная обратная связь. Среди приемов и методов групповой психотерапии и именно в психодраматическом подходе разработаны эффективные средства для работы в этих направлениях.

Еще одним важным приемом взаимодействия с подростками является сказкотерапия. Часто сказочные истории являются лучшим способом передачи ребенку знаний о мире. Обращение к детским сказкам и их психодраматическое представление помогает подростку проститься с детством, взяв оттуда необходимые ресурсы для дальнейшей взрослой жизни. Кроме того, применение сказкотерапии, особенно на начальных

этапах групповой работы, по нашему мнению, создает обстановку максимальной безопасности для участников группы.

По своему характеру методическое пособие создано для работы в психотерапевтической группе подростков. Психотерапевтические группы нацелены на решение серьезных психологических проблем и ставят целью глубокие изменения в личностной сфере и в поведении участников. К этой категории относятся группы подростков с асоциальным поведением или терапевтические группы детей переживших травмирующие жизненные события.

**Цель:** помочь педагогам-психологам в работе с подростками по социальной адаптации и преодолению возрастного кризиса методами сказкотерапии и психодрамы.

**Задачи:**

- создание навыков группового взаимодействия, формирование доверия в терапевтической группе;
- помочь подросткам в отреагировании агрессии социально приемлемыми способами;
- формирование адекватной самооценки и принятия себя;
- помочь в социальной адаптации и принятия нравственных ценностей общества;
- работа с проблемой детско-родительских отношений;
- работа по профилактике зависимостей;
- помочь подросткам в определении планов и сценариев будущей жизни;
- создание навыков взаимодействия с противоположным полом.

Некоторым из указанных задач будут посвящены отдельные сессии, другие задачи будут решаться параллельно при работе с другими проблемами.

**Длительность работы группы:** 12 занятий по 2 часа в течение 3 - 4 месяцев с периодичностью встреч 1 раз в неделю.

**Состав группы:** 8-10 человек обоего пола в возрасте 14-16 лет.

**Методы и приемы работы.**

- Игровая терапия;
- сказкотерапия;
- психодрама ;
- арт-терапия;
- музыкотерапия;
- когнитивно-поведенческая терапия;
- ролевая терапия;
- терапия, ориентированная на формирование адекватной самооценки;
- групповая дискуссия;
- психогимнастика;
- методы релаксации.

**Этапы работы**

- Первичная диагностика;

- психокоррекционный этап;
- этап закрепления полученных знаний и навыков;
- анализ эффективности работы: контрольное тестирование (исследование динамики состояния каждого ребёнка).

Используемые методы – тестирование, беседа (с детьми и их родителями).

### **Психологический мониторинг.**

Во время реализации данной работы необходимо проведение психодиагностических процедур, направленных на выявление эмоциональных, поведенческих изменений, адаптационных возможностей и личностных свойств. Диагностика в полном объёме проводится до начала занятий и в конце года.

### **Тематический план**

<b>№</b>	<b>Наименование тем</b>	<b>Количество часов</b>
1	Первичная диагностика	2ч.
2	Создание навыков группового взаимодействия. Формирование доверия в терапевтической группе	2ч.
3	Формирование доверия в группе	2ч.
4	Самосознание. Принятие себя	2ч.
5	Работа с агрессией	2ч.
6	Работа с агрессией	2ч.
7	Социальная адаптация. Девиантное поведение	2ч.
8	Социальная адаптация	2ч.
9	Работа с зависимостями	2ч.
10	Половая идентификация. Взаимоотношения с противоположным полом	2ч.
11	Пожелания на будущее	2ч.
12	Повторная диагностика	2ч.
	Итого:	24ч.

## **Содержание**

### **Занятие 1 Первичная диагностика (см. приложение А)**

1. Методика диагностики склонности к отклоняющемуся поведению (А. Н. Орел)
2. Тест "Дом. Дерево. Человек.
3. Тест Шмишека
4. Методика «Волшебная страна чувств» автор Т.Д. Зинкевич – Евстигнеева
5. Исследование самооценки по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан

### **Занятие 2 Создание навыков группового взаимодействия. Формирование доверия в терапевтической группе**

#### ***Вводная часть***

Представление ведущего, рассказ о формах и задачах предстоящей работы, правилах работы группы. Представление участников.

#### ***Знакомство***

Участники передают мячик по кругу, по очереди называя своё имя и заканчивая фразу " Я хотел бы узнать..."

#### ***Игра «Цифры от 1 до 100»***

Участники встают в круг. Ведущий просит участников называть по порядку числа от 1 до 100. Если два человека называют число одновременно, всё начинается сначала. Все коммуникации между участниками, в том числе и невербальные, запрещены.

#### ***Игра «Минутная встреча»***

Участники группы ходят по комнате, выбирают партнера, которого знают меньше остальных. Далее в парах по очереди в течение 1 минуты первый участник рассказывает о себе что-то такое, чтобы партнер его запомнил. Потом меняются. Продолжением работы может быть техника дублирования, когда один участник сидит на стуле, другой кладет ему руку на плечи и от своего имени рассказывает о нем. Потом смена. Это упражнение является одновременно тестом на способность чувствовать другого человека, а следовательно, работать в психодраматической группе.

#### ***Игра "Волшебная котомка"***

Из "волшебной котомки" я буду сейчас доставать разные вещи, а вы сможете увидеть их, но не наяву, а только с помощью своего воображения. Для того, чтобы вы смогли понять, что за вещь я достала, я буду показывать, как пользоваться ею.

### **Занятие 3 Формирование доверия в группе**

#### ***Вводная часть***

Отслеживание групповой динамики. Обмен мнениями по поводу прошлой встречи.

#### ***Упражнение "Мое имя - это ..."***

По кругу каждый участник рассказывает о себе, его сосед справа повторяет рассказ.

#### ***Упражнение «Три автобуса» (по Я. Мюллеру)***

Ставятся три стула. Участников группы просят представить, что это три волшебных автобуса, которые могут летать, плавать и ездить везде. Предлагается разделиться по автобусам и решить, куда едет каждый из автобусов. После формирования групп участников просят придумать девиз и дать напутствие другим автобусам.

#### ***Игра «Паровозики»***

Эта живая, веселая игра может продемонстрировать групповую сплоченность или, наоборот, выявить тех, кого не принимают в компанию, а заодно и поразвиться. По команде ведущего игроки начинают с пыхтением перемещаться, бормоча: " Я веселый паровозик, я веселый паровозик!" - " Поезд!" - командует ведущий. Задача: в течение 10 секунд образовать свой "поезд" или присоединиться к другому. Поездом считается паровоз, имеющий не менее двух вагонов. Паровозик, которому удалось организовать за собой поезд, получает призовое очко. Чтобы быть принятым в поезд, необходимо согласие предыдущего вагона. Но если вас не хотят принимать, вы можете остаться "одиноким паровозом".

#### ***Упражнение "Слепой и поводырь"***

Одному из детей по желанию завязывают глаза. Он "слепой". Второй будет его водящим - "поводырем".

Как только зазвучит музыка, "поводырь" бережно поведет "слепого", давая ему потрогать различные вещи. Только ничего нельзя говорить при этом.

### **Занятие 4 Самосознание. Принятие себя**

## **Вводная часть**

Обмен мнениями по поводу прошлой встречи. Вступление ведущего (проблема принятия себя; я в глазах других; я в собственных глазах; мои недостатки и ресурсы).

## **Упражнение «Ассоциации»**

Участники группы ходят по комнате. По команде ведущего, встречаясь с партнером, нужно сказать, с каким предметом мебели, животным, растением, сказочным героем, посудой и т.д. данный человек ассоциируется, и выслушать его ассоциации.

## **Упражнение «Угадай человека»**

Упражнение направлено на развитие представления подростка о том, что о нем думают другие, на развитие рефлексии и понимания в группе.

Участники разделяются на две команды, каждая из которых получает лист с набором эпитетов, недостающие команда может добавить, например: сильный, смелый, ленивый, хитрый, грубый, мудрый, наглый, нежный и т.д.

сильный	трусливый	неряха
смелый	активный	эгоист
весёлый	печальный	ласковый
ленивый	пассивный	галантный
хитрый	преданный	вежливый
прожорливый	грубый	общительный
обаятельный	милый	замкнутый
нежный	красивый	любознательный.
остроумный	рассудительный	безрассудный
подлый	осторожный	непосредственный
жадный	мудрый	чистюля
бесчувственны́й	льстивый	«себе на уме»
безжалостный	наглый	расчетливый
интеллектуальны́й	надежный	эстет
фантазер	подлизা	дебильный
шустрый	щедрый	прикольный
ехидный	справедливый	тиран

По секрету команде сообщается имя человека из другой команды, которого они должны охарактеризовать, использовав всего три слова из предложенного списка, а другая команда должна угадать имя по этой более

чем краткой характеристике. Если не получается, можно запросить еще одно-два слова. Обычно угадывают по трем-четырем.

В конце игры ведущий спрашивает человека, имя которого отгадывали, какие характеристики, данные ему товарищами, оказались для него неожиданными, с чем он согласен, с чем не согласен.

### ***Упражнение "Кто я? Какой я?"***

Продолжите письменно три предложения:  
Я думаю, что я...  
Другие считают, что я...  
Мне хочется быть...

### ***Игра "Волшебный магазин"***

Ведущий предлагает подросткам подумать, какими личными качествами они обладают. Затем он просит представить себе волшебный магазин, где он - продавец, и где в обмен на те свои качества (ум, смелость, честность или лень, занудство, равнодушие), которых, как считают участники, у него в избытке, или те, от которых он хотел бы избавиться, можно получить другие личностные качества, нужные для себя. "Покупатель" сдает свои качества, "продавец" говорит, есть ли то, что требуется, сколько он мог бы дать взамен и т.д. В дискуссии участники группы делятся своими переживаниями от игры, обсуждают, любое ли человеческое качество ценно и т.д.

***Психодраматическое представление сказки "Девочка и зеркальце" (см. приложение Б)***

### ***Игра «Бороться с недостатками? Развивать достоинства?»***

Инструкция ведущего. У всех людей имеются недостатки. Относиться к ним можно по-разному: кто-то изо всех сил борется с ними как со своими злейшими врагами, кто-то принимает их как естественную и гармоничную часть самого себя. Если задуматься над самим слово, «недостатки», то легко увидеть, что оно означает не «отрицательные стороны», «негативные качества», а что-то такое, чего нам недостает. Иными словами, фразу «Я ленивый» можно произнести иначе: «мне недостает трудолюбия». Или: «я робкий, застенчивый» легко переформулировать так: мне не хватает уверенности в себе, решительности». Тогда становится ясно, что именно нужно развивать в себе. Наверное, это продуктивнее, чем бороться с негативными качествами, верно?

Итак, предлагаю всем подумать минуту и выбрать то качество, которое, как вам кажется, развито у вас недостаточно. Произносить вслух это качество совсем не обязательно - просто кивните, когда определитесь с ним.

Участники задумываются. Последняя фраза ведущего предназначена для тех участников кто пока не готов к открытому самопредъявлению. Хотя, как показывает практика, в большинстве случаев участники оказываются способны поделиться с группой представлениями о своих недостатках. После того как ведущий получил от всех невербальные сигналы о сделанном выборе, он продолжает:

- А теперь я прошу вас вспомнить какого-нибудь сказочного героя, который обладает этим качеством в полной мере. может быть даже с избытком. Совсем не обязательно, чтобы это был положительный персонаж. Важно только, чтобы то, чего вам недостает, он имел в достатке и наверняка.

Как показывает опыт: это задание более сложное. В группе иногда обнаруживаются несколько человек, которые оказываются не в состоянии подобрать подходящего героя (может быть, сказки давно перестали читать"). Ведущий может сам назвать наиболее известных сказочных персонажей или, если возник такой вопрос, согласиться на выбор не сказочного, а литературного или киногероя. На наш взгляд, все-таки лучше оставаться в рамках сказочной тематики.

- Итак, все ли выбрали для себя героя? Нет? Кому не удалось? Те, кто пока не сумел этого сделать, желаете вы получить помощь от группы?

Этот вопрос следует задать обязательно, поскольку вначале было обещано, что свой недостаток не нужно произносить вслух, а в этой ситуации это сделать придется. Получив согласие от участника, ведущий предлагает ему назвать качество, которого, по его мнению, ему недостает, а все остальные участники перечисляют сказочных героев, обладающих этим качеством. После того как все сделали выбор, по просьбе ведущего каждый по кругу называет своего персонажа. Разумеется, качество на основании которого именно этому герою было отдано предпочтение, не объявляется. К этому моменту наиболее прозорливые начинают догадываться, для чего все это было сделано. Ведущий может повторить названных героев.

## **Занятие №5 Работа с агрессией**

### ***Вводная часть***

Обмен мнениями по поводу прошлой встречи. Вступление ведущего. Разговор о том, что такое агрессия и формы ее выражения.

### ***Игра "Защита личного пространства"***

Участники объединяются в пары. Ведущий просит их определить некое пространство вокруг себя, некоторое расстояние, на котором комфортно нахождение партнера. ближе какого уровня руки партнера не могут заходить. Затем партнеры сцепляются ладонями. Дается инструкция. что один человек должен охранять свое личное пространство, не пускать туда другого. Второму участнику дается задание преодолеть сопротивление, ворваться во внутреннее пространство (там есть что-то жизненно важное для тебя!). Затем меняются ролями. В заключение - обмен чувствами.

### ***Игра «Тузилка»***

Эта игра позволяет «выпустить пар», освободиться от лишней агрессии. накопившейся за предыдущие сессии. Все участники становятся в круг. Каждый по очереди берет в руки надувной шарик вытянутой формы или надувную «дубинку ».

Участник с дубинкой имеет право стукнуть по голове одного человека из группы, который его больше всего раздражает, бесит. кого он ненавидит. Участник с дубинкой имеет право на два удара по попе участника, который в принципе хороший парень, но есть у него раздражающие качества, либо на каком-то занятии он обидел его.

Затем участник может подойти к члену группы, перед которым виноват, кого обидел, и молча попросить прощения, соединив с ним ладони. Еще одного человека можно погладить по голове или пожать руку, если этот человек тебе сильно помог, был очень нужен, открыл что-то важное для тебя. В конце обмен впечатлениями.

### ***Выбор «агрессивной открытки»***

На полу лежат открытки и картинки самого разного содержания. Участники рассматривают их и выбирают ту, которая наиболее соответствует их представлению об агрессии или наиболее ярко отражает агрессивные чувства к какому-то конкретному человеку (можно не из группы). Затем выбирается protagonista, чью открытку будем представлять. Он объясняет, какую ситуацию, по его мнению, символизирует эта открытка. Его просят представить эту ситуацию либо в виде скульптуры, либо в виде видеоролика на 2-3 мин ты. На роли действующих персонажей protagonista выбирает участников группы. Протагониста спрашивают, где он сам на этой скульптуре, ролике, картине. Возможно повторение с 4-5 участниками.

## **Занятие № 6 Работа с агрессией. Продолжение.**

### ***Вводная часть***

Обмен мнениями по поводу прошлой встречи.

### **Упражнение «Выяснение отношений на тарабарском языке»**

Участники объединяются в пары и инсценируют ссору и ругань на тарабарском языке. Касаться друг друга употреблять известные осмыслиенные слова нельзя. Тот же вариант, но с двумя переводчиками.

### **Упражнение «Скульптура»**

Представить скульптуру, отражающую различные агрессивные чувства и действия: раздражение, злость, ненависть, гнев, подавление, истязание и др.

### **Упражнение "Альтернативы гневу"**

Члены группы индивидуально заполняют лист рабочих материалов к упражнению "Альтернативы гневу". После этого проводится мозговой штурм для поиска ответа на вопрос: "Что ты делаешь, когда злишься?" Каждую реакцию (здоровую и нездоровую) ведущий записывает на доске. В ходе управляемой дискуссии происходит обсуждение листов рабочих материалов.

### **Упражнение "Разыгрывание проблемных ситуаций"**

Психодраматическое представление ссоры в разных ситуациях: дети в песочнице, родители и дети, учитель и ученики, первобытные люди, крутые бизнесмены, утонченные интеллектуалы- искусствоведы.

## **Занятие № 7 Социальная адаптация. Девиантное поведение**

### **Вводная часть**

Обмен мнениями по поводу прошлой встречи.

### **Упражнение "Сказочный герой"**

Упражнение выполняется в движении: при встрече один называет сказочного героя. А другой - какие идеалы общества он нарушил или отстаивал. Потом меняются ролями.

### **Психодраматическое представление игры "Мои глупости"**

Ведущий объявляет, что сейчас состоится конкурс глупостей и просит каждого участника подумать, что бы такое ужасное, порицаемое обществом, нарушающее все правила, ему хотелось сейчас сделать, но он не может в силу социальных запретов. Чья глупость ближе остальным участникам, определяется социометрическим голосованием. Далее происходит психодраматическое представление ситуации.

### **Упражнение "Сказка"**

Участниками выбирается сказка, где главный герой нарушил какие-то важные социальные, семейные, общечеловеческие нормы или запреты и это привело к непредсказуемым последствиям ("Русалочка", "Синяя борода",

"Сестрица Алёнушка и братец Иванушка", "Можжевельник", "Девочка и хлеб").

Возможно представление сценариев и разыгрывание сказки.

## **Занятие №8 Социальная адаптация. Продолжение**

### ***Вводная часть***

Обмен мнениями по поводу прошлой встречи.

### ***Упражнение «Чужая роль»***

Участники группы ходят по комнате и, встречаясь друг с другом, называют разные социальные роли, которые им приходилось или придется в будущем играть в жизни, - ученик, сын покупатель, правонарушитель и др. Затем по команде ведущего участники называют друг другу роли, которые, по мнению участников, менее всего им подходят - «чужие роли».

### ***Упражнение «Парные роли»***

Участники становятся в круг.

**Инструкция.** Мы с вами говорили о парности ролей.

Сейчас давайте поиграем в такую игру: бросая друг другу мяч, будем называть какую-то роль. Тот, кто получает мяч, сначала называет парную ей роль, а затем какую-то свою роль и бросает мяч другому человеку.

После этого упражнения можно провести разыгрывание сценок без слов. Двое участников (добровольцы) выходят из комнаты и загадывают какие-либо парные роли, например: клоун - зритель, продавец - покупатель и т.п. Затем они возвращаются и показывают сценку без слов. Остальные участники должны догадаться, какие роли были задуманы.

Затем сценки разыгрывают другие участники.

Обсуждение:

- Удалось ли отгадать, какие роли были изображены?
- Что помогло (помешало) узнать роли?

**Модификация упражнения.** Участники делятся на две подгруппы - исполнители ролей и наблюдатели. Исполнителей должно быть четное количество. Они выходят за дверь и определяются с ролями причем роли должны быть парными. По одному они заходят в комнату и говорят какую-либо ключевую фразу роли. Наблюдатели должны отгадать, что это за роль. и после того как исполняют свои роли все играющие, попытаться соединить пары (продавца с покупателем, врача с больным и т.д.) После соединения каждая пара может проиграть целую сценку.

### ***Упражнение «Роль-атрибут»***

Социальные роли могут усиливаться определенными вещами - атрибутами и имиджем. Атрибут - то, что сопутствует роли: предметы, вещи (например, у ученика - портфель, форма). Имидж - это ожидаемый внешний

облик и особенности поведения в данной роли (например, учительница - в белой блузке и строгом костюме, серьезная).

Упражнение выполняется по кругу. Один участник называет роль, а следующие за ним трое участников - ее атрибуты, последующий участник опять называет роль и т.д. Проводится несколько кругов, чтобы каждый участник мог назвать хотя бы по одной роли. Например: повар - кастрюля, поварешка белый фартук; милиционер - форма, дубинка, свисток; пассажир - билет, поклажа; мама - сумка, конфеты.

### ***Игра «Королевство»***

В этой игре существуют ясные правила и четкая структура.  
Ведущий осуществляет следующие шаги.

#### ***1. Вступление***

Ведущий объясняет, что это очень простая игра, в которую с удовольствием могут играть люди любого возраста и любых способностей. Она не требует никаких специальных навыков или подготовки. В игре участвует вся группа, но каждый участник сможет сам выбрать и сформировать собственную позицию и попробовать сыграть свою роль. Ведущий должен дать предварительную информацию, а не поддерживать дискуссию о том, чего еще не произошло.

#### ***2. Структурирование группы***

Ведущий предлагает двум добровольцам из группы взять на себя роли Короля или Королевы. Король и Королева выбирают трех или четырех человек из группы и назначают их министрами, генералами, принцессами, принцами слугами и т.д. Каждый из выбранных в свою очередь выбирает одного или двух персонажей и дает им соответствующие роли. Количество участников игры зависит от размера группы: если группа менее 20 человек, то оптимальным количеством выборов для короля будет три (то есть король может назначить трех человек). Соответственно, первые выбранные могут выбрать по два человека, которые, в свою очередь, выбирают по одному человеку. Важно чтобы все участники игры получили роли. После этого следует расположить "королевство" в пространстве и попросить участников самих по очереди назвать принятые ими роли, для того чтобы все поняли первоначальную структуру своего государства. Каждый участник делает определенный жест или приветствие, соответствующее его роли (например, все кланяются королю, придворные преклоняют колено перед королевой и т.д.)

#### ***3. Действие первое***

Каждому участнику игры дается шанс изменить что-то в королевстве по своему усмотрению: повысить или понизить кого-то в государственной иерархии, "убить" или "посадить в тюрьму" одного человека. Это выглядит примерно следующим образом: "Я назначаю первого министра слугой", и человек включается в эту роль.

Очень важно прояснить изменения, произошедшие после каждого такого шага. После того как все игроки сделали свои "ходы", каждый участник снова называет свою новую роль, чтобы стало очевидно как изменилась структура государства.

#### **4. Действие второе**

Каждому игроку дается еще один шанс изтенить свою роль в королевстве, действуя по тем же правилам. После этого структура государства установлена окончательно.

#### **5. Обсуждение**

В последующем обсуждении ведущий обращает внимание участников на то, что некоторые сохранили свою роль другие понизили или возвысили свою позицию или позицию своих партнеров. Затем тренер предлагает соотнести полученный в игре опыт с ситуациями из реальной жизни и поднимает вопрос о возможностях социальных изменений в мире.

#### **6. Заключение**

В данной игре в очень компактной форме вы можете видеть образец естественной групповой динамики. Фактически в этой простой игре моделируются все особенности организации человеческого сообщества. В разных группах подростков могут быть различные сценарии развития "королевства".

### **Занятие № 9 Работа с зависимостями**

#### **Вводная часть**

Обмен мнениями по поводу прошлой встречи.

#### **Упражнение "Наши ценности"**

Попросите детей продолжить следующую фразу: "Для меня самое ценнное - это..." Попробуйте вместе с детьми методом мозгового штурма определить существующие ценности: здоровье, независимость, отношения, переживания и ощущения, ценность личности, жизненных достижений, материальные ценности и т.д.

#### **Упражнение "Потери"**

**Инструкция.** У каждого человека есть свои ценности. Ценности - это то, что люди ценят и берегут. Напишите на трёх листочках 3 ценности, связанные с вашим телом, с материальным миром, ценности общения. Вы их храните и оберегаете. Но как вы думаете: существует ли в жизни что-то, что может отнять у нас наши ценности? Можем ли мы потерять эти ценности из-за своего поведения?

Ведущий отбирает у участников сначала один листочек ("ценность"), потом второй и, наконец, третий и прячет их. По окончании упражнения "ценности" обязательно возвращаются участникам.

- Как вы себя чувствовали, когда у вас отняли все ценности?
- Когда их вернули обратно?
- А какие ценности теряет человек, который начинает курить?

### ***Упражнение "Любопытство, воля, разум"***

**Инструкция.** Сейчас мы разделимся на три группы. 1-я группа - любопытство, 2-я - воля, 3-я - разум. "Воля" встает в центр и образует круг таким образом, чтобы все участники стояли лицом вовне, изображающие "разум" справа сидят в линию, "любопытство" - слева, также в линию. Задача "воли" - выслушать внимательно все аргументы, которые приводят "любопытство" и "разум", и в конце принять решение: пробовать начать курить или нет. Любопытство пытается склонить волю на свою сторону: "попробуй закурить", разум - на свою: "не пробуй ни в коем случае".

"Любопытство" и "разум" закрывают глаза. Каждый из участников, находящихся в роли "воли", самостоятельно принимает решение - переходит на чью либо сторону.

- Почему "воля" приняла такое решение, чем руководствовалась?
- Кто был более убедительным: "разум" или "любопытство"?
- На что опиралось "любопытство", когда выдвигало свои аргументы?
- Какие контраргументы предлагал искать "разум"? Трудно ли было их искать и приводить?

### ***Ролевая игра "Влияние сверстников"***

1. На вечеринку, где все курят, приходит один человек, который не курит. Как может разворачиваться такая ситуация? Добавьте в ситуацию новый элемент: приходят еще несколько человек, которые не курят. И теперь становится поровну курящих и некурящих. Что будет происходить теперь? (Распределите роли и проиграйте такую ситуацию.)

2. Разделите группу на две команды. Выберите капитана одной из них и попросите покинуть группу, снабдив предварительно следующей инструкцией: "Когда ты вновь войдёшь в группу, представь себе, что находишься на вечеринке с друзьями. Недавно ты решил бросить курить. Попытайся не закурить, когда вернешься в группу". После того как выбранный учащийся покинет группу, сообщите его команде, что действие происходит на вечеринке: все собравшиеся - заядлые курильщики, которые должны приложить максимум усилий и не дать капитану "отклониться" от их компании. Задача же второй команды - послать представителей на вечеринку. Они некурящие и должны постараться убедить капитана не курить.

- Кто и какую тактику использовал при убеждении партнера в игре?
- Что они оба при этом чувствовали?
- Как сверстники влияют на решения друг друга?
- Почему важно противостоять такому влиянию?
- Какие были эффективные способы отказа от курения?

## Занятие № 10 Половая идентификация. Взаимоотношения с противоположным полом

### **Вводная часть**

Обмен мнениями по поводу прошлой встречи.

#### **Игра "Войди в круг"**

Девушки берутся за руки. Молодые люди по очереди пытаются войти в круг, уговаривая девушек их впустить. Войти можно только в том случае, если удалось уговорить обеих соседок. Применять силу нельзя. ПОТОМ юноши образуют круг. В обсуждении отмечается, кому легче всего удалось войти в круг, почему?

#### **Упражнение «Два мира»**

Группа делится на две части - мужскую и женскую.

Подгруппы встают друг напротив друга «стеной» и по очереди говорят друг другу:

Мне нравится быть женщиной/мужчиной, потому что...

Мне хочется быть мужчиной/женщиной, потому что...

Мне трудно быть женщиной/мужчиной, потому что...

Я горжусь, что я мужчина/женщина, потому что ...

Я завидую мужчинам/женщинам потому что ...

Мне не нравится в мужчинах/женщинах ...

Хорошо быть женщиной/мужчиной, потому что ...

#### **Упражнение «Доска объявлений»**

Для этого упражнения подбираются рекламные издания, в которых есть брачные объявления. Эти объявления рассматриваются вместе с группой, обсуждаются качества, которые упоминаются в объявлениях. Какие объявления понравились? "Состоятельный, но интеллигентный мужчина...", "Познакомятся с двумя симпатичными ласточками два симпатичных ... ласта", "Прикольные девчонки

познакомятся с прикольными мальчишками, чтобы прикольно приколоться".

#### **Обсуждение:**

- Какие свои качества вы упомянули бы в объявлении как ценные?
- Какие свои качества для вас являются важными?
- Какие внешние данные?

Можно попрактиковаться в составлении объявлений, описании своих качеств и качеств, которые хотелось бы видеть партнера.

#### **Упражнение "Два в одном"**

Это упражнение позволяет подросткам осознать особенности "мужского" и "женского" культурных миров, определиться в рамках собственного мира.

Ведущему надо приготовить разнообразные предметы, которые традиционно связываются в нашей культуре с мужским или женским миром интересов. Детям должны быть предоставлены также бумага, мелки карандаши, большие куски ткани для изображения тех предметов и тех сфер жизни, которые не обеспечены реальными предметами. Девочкам предлагается создать "женский мир" а мальчикам - "мужской мир". На наш взгляд, комната должна быть разделена на две половины условно, то есть участники могут наблюдать, как создается другой мир. Если мальчикам понадобятся "женские" предметы, их можно предоставить им, и наоборот. Это позволяет подросткам свободно проявлять свою фантазию в представлении о «мужском», а стереотипы общества (в виде набора предметов) лишь предлагаются.

Обсуждение:

- Кто как себя чувствует в обустроенном пространстве?
- Кто что-нибудь хочет рассказать о своем мире?
- Как проходит жизнь в вашем мире?

После рассказов о своих мирах, если что-то показалось интересным или необычным, ведущий или участники могут уточнить что-то для себя с помощью вопросов. Затем девочки делятся впечатлениями, что они узнали нового о "мужском мире", а мальчики - "о женском мире". Можно предложить каждой группе лист ватмана и мелки, чтобы они изобразили мир противоположного пола, и снова поделиться впечатлениями.

В продолжение игры можно походить друг к другу в гости или объединить оба мира и создать новый, если у участников будет такое желание.

При проведении этого упражнения большое значение имеет уровень сплоченности группы. Зачастую участники строят не один "мужской (женский) мир", а делятся на подгруппы и создают несколько миров. Девочки часто используют такие "мужские" предметы, как банки из-под пива, бутылки, оружие. Бывает, что мальчики наряжаются женщинами - надевают шляпки украшения, красят губы и щеголяют на своей или чужой половине.

## **Занятие 11 Пожелания на будущее**

### ***Вводная часть***

Обмен мнениями по поводу прошлой встречи.

### ***Профориентационная игра "День из жизни"***

Сейчас мы совместными усилиями постараемся составить рассказ о типичном трудовом дне нашего работника - фотомодели. Это будет рассказ только из существенных. Например, рассказ о трудовом дне учителя мог бы быть таким: звонок - завтрак - звонок - урок - двоечники - вопрос - ответ - тройка - учительская - директор - скандал - урок - отличники - звонок - дом - постель.

В этой игре мы посмотрим, насколько хорошо мы представляем себе работу фотомодели, а также, выясним, способны ли мы к коллективному творчеству. Важное условие: прежде чем назвать новое существительное, каждый игрок обязательно должен повторить все, что было названо до него. Тогда наш рассказ будет восприниматься как целостное произведение.

### ***Упражнение "Профессионально важные качества"***

Предлагается выбрать 5-7 наиболее интересующих учащихся профессий, разбиться на микрогруппы и составить список профессионально важных качеств. После 7-10 минут представители каждой группы зачитывают свои списки, остальные - дополняют, ведущий уточняет, при необходимости - переформулирует и акцентирует некоторые важные моменты.

### ***Игра "Мои личные и профессиональные планы"***

Каждый участник получает лист бумаги, на котором записывает анонимно свои личные планы на будущее. Затем ведущий собирает листы и перемешивает их, после этого раздает в случайном порядке. На другой стороне листа участники пишут о своих профессиональных планах. После чего полученные результаты зачитываются вслух.

### ***Психодраматическая игра «Предсказание будущего»***

Группа делится на две команды. Участникам группы дается время подумать, пофантазировать, что с ним будет через 5, 10, 15 лет (группа выбирает срок). Каждый участник решает, кем и каким он станет. Затем членам каждой команды предлагается придумать и разыграть небольшую историю с участием всех персонажей, где участники играют самих себя в будущем. Каждая команда показывает свой спектакль. После представления проводится обсуждение, кто из участников наиболее естественно или, наоборот, странно выглядел в своих ролях из будущего.

## **Занятие № 12 Повторная диагностика (см. приложение А)**

1. Методика диагностики склонности к отклоняющемуся поведению (А. Н. Орел)
2. Тест "Дом. Дерево. Человек"
3. Тест Шмишека
4. Методика «Волшебная страна чувств» автор Т.Д. Зинкевич – Евстигнеева
5. Исследование самооценки по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан

## **Заключение**

Используя нашу систему психологической помощи подросткам с асоциальным поведением или переживших травмирующие жизненные события, вы сможете решить серьезные психологические проблемы личностной сфере и в поведении.

Такие занятия помогают подросткам в формирование адекватной самооценки и принятия себя, в отреагировании агрессии социально приемлемыми способами, в социальной адаптации и принятии нравственных ценностей общества, в определении планов и сценарий будущей жизни.

## **Список используемой литературы**

1. Алиева М.А., Гришанович ГВ; Лобанова ПВ. Траеникова НГ, Трошихи/Ш Е.Г "Я сам строю свою жизнь". СПб.: ечъ,2002.
2. Кон И.С. Психология ранней юности. М., 1989
3. Ковалев С.В. Подготовка старшеклассников к семейной жизни. М., 1991
4. Кэррел С. Групповая психотерапия подростков - СПб.: Питер, 2002
5. Прутченков А.С Социально-психологический тренинг в школе. - М.: Эксмо-пресс, 2001.
6. Психология современного подростка / Под ред. Д. И. Фельдштейна. М., 1987/
7. Свенцицкий А. Л. Методы опроса // Методы социальной психологии / Под ред. Е.С. Кузьмина, В.Е. Семенова. Л., 1977 /
8. Толстых А. В. Возрасты жизни. М.,1988
9. Формирование личности в переходный период от подросткового к юношескому возрасту / Под ред. И.В. Дубровиной. М., 1987
10. Формирование личности старшеклассника / Под ред. И. В. Дубровиной. М., 1989

## **Приложение А**

### **Методика диагностики склонности к отклоняющемуся поведению (А. Н. Орел)**

**Инструкция.** Перед вами — ряд утверждений. Они касаются некоторых сторон вашей жизни, вашего характера, привычек. Прочтите первое утверждение и решите, верно ли данное утверждение по отношению к вам. Если верно, то на бланке ответов рядом с номером, соответствующим утверждению, в квадратике под обозначением «Да» поставьте крестик или галочку. Если оно неверно, то поставьте крестик или галочку в квадратике под обозначением «Нет». Если вы затрудняетесь с ответом, то постараитесь выбрать вариант ответа, который все-таки больше соответствует вашему мнению. Затем таким же образом отвечайте на все пункты опросника. Если ошибаетесь, то зачеркните ошибочный ответ и поставьте тот, который считаете нужным. Помните, что вы высказываете собственное мнение о себе в настоящий момент. Здесь не может быть плохих или хороших, правильных или неправильных ответов. Очень долго не обдумывайте, важна ваша первая реакция на содержание утверждений. Отнеситесь к работе внимательно и серьезно. Небрежность, а также стремление улучшить или ухудшить ответы приводят к недостоверным результатам. В случае затруднений еще раз прочтайте эту инструкцию или обратитесь к тому, кто проводит тестирование. Не делайте никаких пометок в тексте опросника.

#### **Текст опросника. Вариант М (мужской)**

1. Я предпочитаю одежду неярких, приглушенных тонов.
2. Бывает, что я откладываю на завтра то, что должен сделать сегодня.
3. Я охотно записался бы добровольцем для участия в каких-либо боевых действиях.
4. Бывает, что иногда яссорюсь с родителями.
5. Тот, кто в детстве не дрался, вырастает маменькиным сынком и ничего не может добиться в жизни.
6. Я бы взялся за опасную для жизни работу, если бы за нее хорошо заплатили.
7. Иногда я ощущаю такое сильное беспокойство, что просто не могу усидеть на месте.
8. Иногда бывает, что я немного хвастаюсь.

- 9 Если бы мне пришлось стать военным, то я хотел бы быть летчиком-истребителем.
10. Я ценю в людях осторожность и осмотрительность.
11. Только слабые и трусливые люди выполняют все правила и законы.
12. Я предпочел бы работу, связанную с переменами и путешествиями, даже если она опасна для жизни.
13. Я всегда говорю только правду.
14. Если человек в меру и без вредных последствий употребляет возбуждающие и влияющие на психику вещества — это вполне нормально.
15. Даже если я злюсь, то стараюсь не прибегать к ругательствам.
16. Я думаю, что мне бы понравилось охотиться на львов.
17. Если меня обидели, то я обязательно должен отомстить.
18. Человек должен иметь право выпивать столько, сколько он хочет.
19. Если мой приятель опаздывает к назенненному времени, то я обычно сохраняю спокойствие.
20. Мне обычно затрудняет работу требование сделать ее к определенному сроку.
21. Иногда я перехожу улицу там, где мне удобно, а не там, где положено.
22. Некоторые правила и запреты можно отбросить, если испытываешь сильное сексуальное (половое) влечение.
23. Я иногда не слушаюсь родителей.
24. Если при покупке автомобиля мне придется выбирать между скоростью и безопасностью, то я выберу безопасность.
25. Я думаю, что мне бы понравилось заниматься боксом.
26. Если бы я мог свободно выбирать профессию, то стал бы дегустатором вин.
27. Я часто испытываю потребность в острых ощущениях.
28. Иногда мне так и хочется сделать себе больно.

29. Мое отношение к жизни хорошо описывает пословица: «Семь раз отмерь – один раз отрежь».
30. Я всегда покупаю билеты в общественном транспорте.
31. Среди моих знакомых есть люди, которые пробовали одурманивающие токсические вещества.
32. Я всегда выполняю обещания, даже если мне это невыгодно.
33. Бывает, что мне так и хочется выругаться.
34. Правы люди, которые в жизни следуют пословице: «Если нельзя, но очень хочется, то можно».
35. Бывало, что я случайно попадал в драку после употребления спиртных напитков.
36. Мне редко удается заставить себя продолжать работу после ряда обидных неудач.
37. Если бы в наше время проводились бои гладиаторов, то я бы обязательно в них поучаствовал.
38. Бывает, что иногда я говорю неправду.
39. Терпеть боль назло всем бывает даже приятно.
40. Я лучше соглашусь с человеком, чем стану спорить.
41. Если бы я родился в давние времена, то стал бы благородным разбойником.
42. Если нет другого выхода, то спор можно разрешить и дракой.
43. Бывали случаи, когда мои родители, другие взрослые выказывали беспокойство по поводу того, что я немного выпил.
44. Одежда должна с первого взгляда выделять человека среди других в толпе.
45. Если в кинофильме нет ни одной приличной драки – это плохое кино.
46. Иногда я скучаю на уроках.
47. Если меня кто-то случайно задел в толпе, то я обязательно потребую от него извинений.

48. Если человек раздражает меня, то я готов высказать ему все, что я о нем думаю.
49. Во время путешествий и поездок я люблю отклоняться от обычных маршрутов.
50. Мне бы понравилась профессия дрессировщика хищных зверей.
51. Если уж сел за руль мотоцикла, то стоит ехать только очень быстро.
52. Когда я читаю детектив, то мне часто хочется, чтобы преступник ушел от преследования.
53. Иногда я просто не могу удержаться от смеха, когда слышу неприличную шутку.
54. Я стараюсь избегать в разговоре выражений, которые могут смутить окружающих.
55. Я часто огорчаюсь из-за мелочей.
56. Когда мне возражают, я часто взрываюсь и отвечаю резко.
57. Мне больше нравится читать о приключениях, чем о любовных историях.
58. Чтобы получить удовольствие, стоит нарушить некоторые правила и запреты.
59. Мне нравится бывать в компаниях, где в меру выпивают и веселятся.
60. Меня раздражает, когда девушки курят.
61. Мне нравится состояние, которое наступает, когда в меру и в хорошей компании выпьешь.
62. Бывало, что у меня возникало желание выпить, хотя я понимал, что сейчас не время и не место.
63. Сигарета в трудную минуту меня успокаивает.
64. Мне легко заставить других людей бояться меня, и иногда ради забавы я это делаю.
65. Я смог бы своей рукой казнить преступника, справедливо приговоренного к высшей мере наказания.
66. Удовольствие — это главное, к чему стоит стремиться в жизни.

67. Я хотел бы поучаствовать в автомобильных гонках.
68. Когда у меня плохое настроение, ко мне лучше не подходить.
69. Иногда у меня бывает такое настроение, что я готов первым начать драку.
70. Я могу вспомнить случаи, когда я был таким злым, что хватал первую попавшуюся под руку вещь и ломал ее.
71. Я всегда требую, чтобы окружающие уважали мои права.
72. Мне понравилось бы прыгать с парашютом.
73. Вредное воздействие на человека алкоголя и табака сильно преувеличивают.
74. Я редко даю сдачи, даже если кто-то ударит меня.
75. Я не получаю удовольствия от ощущения риска.
76. Когда человек в пылу спора прибегает к сильным выражениям — это нормально.
77. Я часто не могу сдержать свои чувства.
78. Бывало, что я опаздывал на уроки.
79. Мне нравятся компании, где все подшучивают друг над другом.
80. Секс должен занимать в жизни молодежи одно из главных мест.
81. Часто я не могу удержаться от спора, если кто-то не согласен со мной.
82. Иногда случалось, что я не выполнял школьное домашнее задание.
83. Я часто совершаю поступки под влиянием сиюминутного настроения.
84. Мне кажется, что я не способен ударить человека.
85. Люди справедливо возмущаются, когда узнают, что преступник остался безнаказанным.
86. Бывает, что мне приходится скрывать о взрослых некоторые свои поступки.
87. Наивные простаки сами заслуживают того, чтобы их обманывали.

88. Иногда я бываю так раздражен, что стучу по столу кулаком.
89. Только неожиданные обстоятельства и чувство опасности позволяют мне по-настоящему проявить себя.
90. Я бы попробовал какое-нибудь одурманивающее вещество, если бы твердо знал, что это не повредит моему здоровью и не повлечет наказания.
91. Когда я стою на мосту, то меня иногда так и тянет прыгнуть вниз.
92. Всякая грязь меня пугает или вызывает сильное отвращение.
93. Когда я злюсь, то мне хочется кого-нибудь ударить.
94. Я считаю, что люди должны отказаться от всякого употребления спиртных напитков.
95. Я мог бы на спор влезть на высокую фабричную трубу.
96. Временами я не могу справиться с желанием причинить боль другим людям.
97. Я мог бы после небольших предварительных объяснений управлять вертолетом.

### **Текст опросника. Вариант Ж (женский)**

1. Я стремлюсь в одежде следовать самой современной моде или даже опережать ее.
2. Бывает, что я откладываю на завтра то, что должна сделать сегодня.
3. Если бы была такая возможность, то я бы с удовольствием пошла служить в армию.
4. Бывает, что иногда я ссорюсь с родителями.
5. Чтобы добиться своего, девушка иногда может и подраться.
6. Я бы взялась за опасную для здоровья работу, если бы за нее хорошо платили.
7. Иногда я ощущаю такое сильное беспокойство, что просто не могу усидеть на месте.
8. Я иногда люблю немного посплетничать.
9. Мне нравятся профессии, связанные с риском для жизни.

10. Мне нравится, когда моя одежда и внешний вид раздражают людей старшего поколения.
11. Только глупые и трусливые люди выполняют все правила и законы.
12. Я предпочла бы работу, связанную с переменами и путешествиями, даже если она и опасна для жизни.
13. Я всегда говорю только правду.
14. Если человек в меру и без вредных последствий употребляет возбуждающие и влияющие на психику вещества — это нормально.
15. Даже если я злюсь, то стараюсь никого не ругать.
16. Я с удовольствием смотрю боевики.
17. Если меня обидели, то я обязательно должна отомстить.
18. Человек должен иметь право выпивать, сколько он хочет и где он хочет.
19. Если моя подруга опаздывает к назенненному времени, то я обычно сохраняю спокойствие.
20. Мне часто бывает трудно сделать работу к точно определенному сроку.
21. Иногда я перехожу улицу там, где мне удобнее, а не там, где положено.
22. Некоторые правила и запреты можно отбросить, если чего-нибудь сильно захочешь.
23. Бывало, что я не слушалась родителей.
24. В автомобиле я больше ценю безопасность, чем скорость.
25. Я думаю, что мне бы понравилось заниматься каратэ или похожим видом спорта.
26. Мне бы понравилась работа официантки в ресторане.
27. Я часто испытываю потребность в острых ощущениях.
28. Иногда мне так и хочется сделать себе больно.
29. Мое отношение к жизни хорошо описывает пословица: «Семь раз отмерь — один раз отрежь».

30. Я всегда плачу за проезд в общественном транспорте.
31. Среди моих знакомых есть люди, которые пробовали одурманивающие токсические вещества.
32. Я всегда выполняю обещания, даже если мне это невыгодно.
33. Бывает, что мне так и хочется мысленно выругаться.
34. Правы люди, которые в жизни следуют пословице: «Если нельзя, но историю после употребления спиртных напитков.
36. Я часто не могу заставить себя продолжать какое-либо занятие после обидной неудачи.
37. Многие запреты в области секса старомодны, и их можно отбросить.<sup>38.</sup>
- Бывает, что иногда я говорю неправду.
39. Терпеть боль назло всем бывает даже приятно.
40. Я лучше соглашусь с человеком, чем стану спорить.
41. Если бы я родилась в давние времена, то стала бы благородной разбойницей.
42. Добиваться победы в споре нужно любой ценой.
43. Бывали случаи, когда мои родители, другие люди выказывали беспокойство по поводу того, что я немного выпила.
44. Одежда должна с первого взгляда выделять человека среди других в толпе.
45. Если в кинофильме нет ни одной приличной драки — это плохое кино.
46. Бывает, что я скучаю на уроках.
47. Если меня кто-то случайно задел в толпе, то я обязательно потребую от него извинений.
48. Если человек раздражает меня, то готова высказать ему все, что я о нем думаю.
49. Во время путешествий и поездок я люблю отклоняться от обычных маршрутов.

50. Мне бы понравилась профессия дрессировщицы хищных зверей.
51. Мне нравится ощущать скорость при быстрой езде на автомобиле и мотоцикле.
52. Когда я читаю детектив, то мне часто хочется, чтобы преступник ушел от преследования.
53. Бывает, что я с интересом слушаю неприличный, но смешной анекдот.
54. Мне нравится иногда смущать и ставить в неловкое положение окружающих.
55. Я часто огорчаюсь из-за мелочей.
56. Когда мне возражают, я часто взрываюсь и отвечаю резко.
57. Мне нравится слушать или читать о кровавых преступлениях или о катастрофах.
58. Чтобы получить удовольствие, стоит нарушить некоторые правила и запреты.
59. Мне нравится бывать в компаниях, где в меру выпивают и веселятся.
60. Я считаю вполне нормальным, если девушка курит.
61. Мне нравится состояние, которое наступает, когда в меру и в хорошей компании выпьешь.
62. Бывало, что у меня возникало желание выпить, хотя я понимала, что сейчас не время и не место.
63. Сигарета в трудную минуту меня успокаивает.
64. Некоторые люди побаиваются меня.
65. Я бы хотела присутствовать при казни преступника, справедливо приговоренного к высшей мере наказания.
66. Удовольствие — это главное, к чему стоит стремиться в жизни.
67. Если бы я могла, то с удовольствием поучаствовала бы в автомобильных гонках.
68. Когда у меня плохое настроение, ко мне лучше не подходить.

69. Иногда у меня бывает такое настроение, что я готова первой начать драку.

70. Я могу вспомнить случай, когда я настолько разозлилась, что схватила первую попавшуюся под руку вещь и сломала ее.

71. Я всегда требую, чтобы окружающие уважали мои права.

72. Мне бы хотелось из любопытства прыгнуть с парашютом.

73. Вредное воздействие на человека алкоголя и табака сильно преувеличивают.

74. Счастливы те, кто умирают молодыми.

75. Я получаю удовольствие, когда немного рисую.

76. Когда человек в пылу спора прибегает к ругательствам — это допустимо.

77. Я часто не могу сдержать свои чувства.

78. Бывало, что я опаздывала на уроки.

79. Мне нравятся компании, где все подшучивают друг над другом.

80. Секс должен занимать в жизни молодежи одно из главных мест.

81. Часто я не могу удержаться от спора, если кто-то не согласен со мной.

82. Иногда случалось, что я не выполняла школьное домашнее задание.

83. Я часто совершаю поступки под влиянием сиюминутного настроения.

84. Бывают случаи, когда я могу ударить человека.

85. Люди справедливо возмущаются, когда узнают, что преступник остался безнаказанным.

86. Бывает, что мне приходится скрывать от взрослых некоторые свои поступки.

87. Наивные простаки сами заслуживают того, чтобы их обманывали.

88. Иногда я бываю так раздражена, что громко кричу.

89. Только неожиданные и опасные обстоятельства позволяют мне по-настоящему проявить себя.
90. Я бы попробовала какое-нибудь одурманивающее вещество, если бы твердо знала, что это не повредит моему здоровью и не повлечет наказания.
91. Когда я стою на мосту, то меня так и тянет прыгнуть вниз.
92. Всякая грязь меня пугает или вызывает сильное отвращение.
93. Когда я злюсь, то мне хочется громко обругать виновника моих неприятностей.
94. Я считаю, что люди должны отказаться от всякого употребления спиртных напитков.
95. Я бы с удовольствием покаталась на горных лыжах с крутого склона.
96. Иногда, если кто-то причиняет мне боль, то это бывает даже приятно.
97. Я бы с удовольствием занималась в бассейне прыжками с вышки.
98. Мне иногда не хочется жить.
99. Чтобы добиться успеха в жизни, девушка должна быть сильной и уметь постоять за себя.
100. По-настоящему уважают только тех людей, кто вызывает у окружающих страх.
101. Я люблю смотреть выступления боксеров.
102. Я могу ударить человека, если решу, что он серьезно оскорбил меня.
103. Я считаю, что уступить в споре — значит показать себя со слабой стороны.
104. Мне нравится готовить, заниматься домашним хозяйством.
105. Если бы я могла прожить жизнь заново, то я бы хотела стать мужчиной, а не женщиной.
106. В детстве мне хотелось стать актрисой или певицей.
107. В детстве я была всегда равнодушна к игре в куклы.
108. В детстве я была равнодушна к игре в куклы.

### **Бланк ответов**

| ДА НЕТ |
|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| 1      | 19     | 37     | 55     | 73     | 91     |
| 2      | 20     | 38     | 56     | 74     | 92     |
| 3      | 21     | 39     | 57     | 75     | 93     |
| 4      | 22     | 40     | 58     | 76     | 94     |
| 5      | 23     | 41     | 59     | 77     | 95     |
| 6      | 24     | 42     | 60     | 78     | 96     |
| 7      | 25     | 43     | 61     | 79     | 97     |
| 8      | 26     | 44     | 62     | 80     | 98     |
| 9      | 27     | 45     | 63     | 81     | 99     |
| 10     | 28     | 46     | 64     | 82     | 100    |
| И      | 29     | 47     | 65     | 83     | 101    |
| 12     | 30     | 48     | 66     | 84     | 102    |
| 13     | 31     | 49     | 67     | 85     | 103    |
| 14     | 32     | 50     | 68     | 86     | 104    |
| 15     | 33     | 51     | 69     | 87     | 105    |
| 16     | 34     | 52     | 70     | 88     | 106    |
| 17     | 35     | 53     | 71     | 89     | 107    |
| 18     | 36     | 54     | 72     | 90     | 108    |

### Ключи для подсчета первичных «сырых» баллов

## **Вариант М**

- 1.Шкала установки на социально желательные ответы.** «Да» — 13, 30, 32. «Нет» - 2,4, 6, 21, 23, 33, 38,47, 54, 79, 83, 97.
- 2.Шкала склонности к преодолению норм и правил.**«Да» — 11, 22, 34, 41, 44, 50, 53, 55, 59, 80, 86, 91. «Нет» - 1, 10, 55, 61, 66, 93.
- 3.Шкала склонности к аддиктивному поведению.**«Да» — 14,18,22, 26, 27,31, 34, 35,43,46,59, 60, 62, 63, 64, 67, 74, 61, 91. «Нет»-95.
- 4.Шкала склонности к самоповреждающему и саморазрушающему поведению.**«Да» — 3, 6, 9, 12, 16, 27, 28, 37, 39, 51, 52, 58, 68, 73, 90, 91, 92, 96, 98. «Нет» - 24, 76.
- 5.Шкала склонности к агрессии и насилию.** «Да» — 3, 5, 16, 17,25, 37, 42,45,48,49, 51, 65, 66, 70, 71, 72, 77, 82, 89,94, 97. «Нет» - 15, 40, 75, 85.
- 6.Шкала волевого контроля эмоциональных реакций.** «Да» - 7, 19, 20, 29, 36, 49, 56, 57, 69, 70, 71, 78, 84, 89, 94. «Нет» — 29.
- 7.Шкала склонности к делинквентному поведению.** «Да» — 18, 26, 31, 34, 35, 42, 43, 44, 48, 52, 62, 63, 64, 67, 74, 91, 94. «Нет»-55, 61, 86.

## **Вариант Ж**

- 1. Шкала установки на социально желательные ответы.**  
«Да» - 30, 32. «Нет» - 2, 4, 8, 21, 33, 38, 54, 79, 83, 87.
- 2.Шкала склонности к преодолению норм и правил.** «Да» — 1, 11, 22, 34, 37, 41, 44, 50, 53, 55, 59, 61, 80, 88, 91. «Нет» -10, 86, 93.
- 3. Шкала склонности к аддиктивному поведению.** «Да» — 14,18, 22, 26,27, 31, 34, 35,43, 59,60, 62, 63, 64, 67, 74, 81, 91. «Нет» — 95.
- 4. Шкала склонности к самоповреждающему и саморазрушающему поведению.**«Да» — 3, 6, 9, 12, 27, 28, 39, 51, 52, 58, 68, 73, 75, 76, 90, 91, 92, 96, 97, 98, 99. «Нет» - 24.
- 5. Шкала склонности к агрессии и насилию.** «Да» — 3, 5, 16, 17, 25, 42, 45, 48, 49, 51, 65, 66, 71, 77, 82, 85, 89, 94, 101, 102, 103, 104. «Нет» - 15, 40.
- 6. Шкала волевого контроля эмоциональных реакций.** «Да» — 7, 19, 20, 36, 49, 56, 57, 69, 70, 71, 78, 84, 89, 94. «Нет» - 29.
- 7. Шкала склонности к делинквентному поведению.** «Да» — 1, 3, 7, 11, 25,28, 31, 35,43,48, 53, 58, 61,63,64, 66, 79, 98,99, 102. «Нет»-93.
- 8. Шкала принятия женской социальной роли.** «Да» — 93, 95, 105, 107, 108. «Нет»-3,5, 9, 16, 18,25,41,45,51,58,61, 68,73,85,96,106.

**Примечание.**Пункты 23,46,47, 72, 100 являются маскировочными и

содержательно не интерпретируются. Некоторые пункты опросника входят одновременно в несколько шкал.

### **Таблица округленных значений коэффициентов коррекции**

Мужской вариант							Женский вариант				
«Сырые » баллы по шкале №1	Коэффициенты коррекции						«Сырые » баллы по шкале №1	Коэффициенты коррекции			
	0,2	0,3	0,4	0,5	0,6	0,7		0,2	0,3	0,4	0,5
1	0	0		1			0	0	0	0	0
2	0	1		1			1	0	0	0	1
3		1		2			2	0	1	1	1
4		1		2			3		1	1	2
5		2		3			4		1	2	2
6		2		3			5		2	2	3
7		2	3	4	4	5	6		2	2	3
8	2	2	3	4	5	6	7		2	3	4
9	2	3	4 ■	5	5	6	8	2	2	3	4
10	2	3	4	5	6	7	9	2	3	4	5
11	2	3	4	6	7	8	10	2	3	4	5
							11	2	3	4	6

							12	2	4	5	6
--	--	--	--	--	--	--	----	---	---	---	---

## Таблицы норм

«Сырой » балл								
	7Л6аллы							
	Шкалы							
	1	2	3	4	5	6	7	
0	35		26					30
1	44	27	28	24	24	26	32	
2	50	31	30	26	27	30	34	
3	55	34	33	29	29	33	37	
4	58	37	35	32	31	37	39	
5	62	40	37	35	34	40	41	
6	65	43	39	37	36	44	43	
7	67	46	42	40	39	48	46	
8	70	50	44	43	41	51	48	
9	74	53	46	45	43	55	50	
10	85	56	48	48	46	58	53	
11	89	59	50	51	48	62	55	
12		63	53	54	51	65	57	
13		66	55	56	53	69	59	

14		69	57	59	55	73	62
15		72	59	62	58	77	64
16		75	62	64	60	81	66
17		78	64	67	62	85	68
18		81	66	70	65		71
19		84	68	72	67		73
20		87	70	75	70		75
21		90	72	78	72		77
22			74	81	74		79
23			76	84	77		81
24			78	87	79		83
25			80	90	81		85
26			82		83		87
27			84		85		
28					87		
29					89		

«Сырой» балл			Женский вариант (и =	374)		
	Г-баллы					
	Шкалы					

	1	2	3	4	5	6	7	8
0	36		30	27				
1	44	27	32	29	28	24		
2	50	30	34	32	30	29	30	
3	54	33	36	34	32	33	32	28
4	55	36	38	36	34	36	35	30
5	62	39	40	38	36	37	37	33
6	65	42	43	41	38	41	40	36
7	67	45	45	43	40	43	43	39
8	70	48	47	45	42	46	45	42
9	72	51	49	47	44	48	48	44
10	74	54	51	50	47	51	50	47
11	75	57	53	52	49	55	53	50
12	78	60	55	54	51	58	55	53
13		63	57	57	53	62	58	56
14		66	60	59	55	67	60	58
15		69	62	61	57	73	63	61
16		72	64	63	59	77	65	64
17		75	66	66	61	81	68	67
18		78	68	70	64	85	70	70
19		81	70	73	66	89	73	72

20		84	72	75	68	93	76	75
21		87	74	76	70	97	78	
22			77	77	72		81	
23			79		74		83	
24			81		76		85	
25					78		86	
26					80			
27					82			
28					84			

### Тест " Дом. Дерево. Человек".

Инструкция:

- Нарисуйте дом: положение листа вдоль. Вопросы по рисунку:
  1. Из чего он сделан?
  2. Сколько ему лет?
  3. Кто его строил?
  4. Сколько в нем комнат?
  5. Какая комната самая красивая и почему?
  6. Какая комната самая плохая и почему?
  7. Дом прочный или ветхий?
  8. Кто живет в этом доме? Они веселые или грустные?
  9. Почему именно этот дом Вы нарисовали?

Дополнительные вопросы по рисунку: почему здесь то-то и то-то, особенно если есть лишние детали.

- Нарисуйте какое-нибудь дерево, кроме елки; положение листа поперек. Если одно дерево, то лучше взять квадратный лист. Вопросы:
  1. Какое это дерево.
  2. Сколько ему лет?
  3. Как оно растет: диким или в саду?

4. Его посадили или оно само выросло?
  5. Сколько лет оно будет жить?
  6. Климат хороший или плохой?
  7. Дерево больное или здоровое?
  8. Видели ли Вы это дерево раньше? Почему решили нарисовать именно его?
- Рисунок человека; положение листа - поперек.
    1. Сколько ему лет?
    2. Как его зовут?
    3. Он здоров или нет?

## АНАЛИЗ ЦВЕТА

- **Цвет черный**
- - депрессивный фон настроения. Застенчивость, пугливость, сильные оппозиционные тенденции с потенциальной агрессивностью. Агрессивность может быть направлена, так и не направлена вовне.
- **Цвет синий**- определенный депрессивный фон настроения, улавливается потребность к самоконтролю и его тренировке.
- **Черно-синий комбинированный**- шизо-аффективный тип реакции.
- **Цвет коричневый** - если штрихование коричневым цветом не применяется конвенциально (например, ствол дерева, стены дома, волосы человека), то он указывает на осторожность и несозревшую, недостаточно развитую реакцию на эмоциональные стимулы.
- **Цвет зеленый**- потребность иметь чувство безопасности, оградить себя от опасности. Это положение является маловажным при использовании зеленого цвета для ветвей дерева, крыши дома, травы.
- **Оранжевый**- патоморфная комбинация чувствительности и враждебности (если употреблен не конвенциально).
- **Пурпурный**- сильная потребность власти, нигде не применяется конвенциально.
- **Красный**- наибольшая чувствительность, потребность теплоты из окружения, некоторые называют этот цвет эротическим.
- **Желтый**- сильный признак враждебности. Конвенциональное использование этого цвета в основном ограничивается изображением внутри дома. В этом случае обозначается ночь или ее приближение, желтый цвет выражает переживание враждебности среды и необходимости скрывать свои действия от окружающих. Желтый цвет во всем рисунке - очень сильное чувство враждебности по всем социальным связям и отношениям.
- **Выбор цвета**- чем дольше, неувереннее и тяжелее субъект подбирает цвета, тем более вероятны какие-то нарушения личности.
- **Смешивание, сливание цветов, оттенки**- более совершенное использование цвета.

- Цвет, штрихование (тени), интенсивнее на переднем плане и на фоне - тревога, но в рамках реальности.
- Цвет, штрихование 3\4 листа - нехватка контроля над выражением эмоций.
- Штриховка, выходящая за пределы контура - тенденция к импульсивному ответу на дополнительную стимуляцию.
- Хотя все эти интерпретации в каталоге предъявлены в догматической форме, многие еще требуют опытного подтверждения в условиях различных выборок, поэтому все они должны исходить из совокупности данных различных тестов, предварительной информации о личности испытуемого и наличной картины его состояния. Эти положения надо иметь в виду после каждого суждения, данного в каталоге.
- Вместе с этим нецелесообразно придавать большое значение той позиции, которая, судя по комментариям субъекта, пропорциям, качеству контура, штрихованию рисунка не является для него лично значимой. Надо избегать и слишком большой приверженности к общим позициям, потому что они могут иметь иногда специфическое значение для субъекта.
- Как и любая другая методика, связанная с проекцией личности, этот тест не заменит хорошей практической подготовки. Прежде чем начать пользоваться каталогом, лучше всего прочесть весь материал. Это сэкономит время и поможет выработать нужную ориентировку в поисках позиций. Каталог состоит из двух разделов: общего для всех трех рисунков и раздела, предназначенного для интерпретации отдельных рисунков. Например, если линия основы сходна во всех 3-х рисунках, то интерпретацию скорее всего следует искать в общем разделе. Но иногда ту же позицию можно найти и в двух разделах. В этом случае для более совершенной ее интерпретации нужно учесть оба варианта.

## ДЕТАЛИ

Здесь важно их значение, способность оперировать ими и приспособиться к конкретным условиям жизни. Исследователь должен заметить степень заинтересованности субъекта и следующие моменты: степень реализма, с которой он их воспринимает, относительную значимость, которую он им придает и способность соединения этих деталей в совокупность.

Детали существенные - их отсутствие в рисунке испытуемого, который, по предварительной информации, сейчас или в недавнем прошлом, характеризовался средним или высоким интеллектом, часто указывает на интеллектуальную деградацию или серьезное эмоциональное нарушение.

Избыток деталей - "неизбежность телесности" (неумение ограничивать себя) указывает на вынужденную потребность сориентировать всю ситуацию на чрезмерную заботу об окружении. Характер деталей (существенные, несущественные, странные) может послужить для более точного определения специфики чувствительности.

Лишнее дублирование деталей - субъект скорее всего не умеет входить в тактичные и пластичные контакты с людьми.

Организация деталей - если трудности организации обнаруживаются в каждом рисунке, можно подозревать более сильное эмоциональное или органическое нарушение (или оба вместе).

Если сложности организации встречаются лишь в одном рисунке, то очень может быть, что нарушение функционального порядка и связано с ситуацией, изображенной в рисунке. Если во всех 3-х рисунках организация деталей удовлетворительна, то личностная структура субъекта достаточно устойчива (даже при большом количестве патофизиологических знаков). В случае более удачной организации деталей в цветных рисунках по сравнению с одноцветными, прогноз более благоприятен.

Стирание или перерисовка - если перерисовка более удачна, то это хороший знак. Стирание с последующим ухудшением рисунка указывает на:

- наличие сильной эмоциональной реакции на рисуемый объект или на то, что он символизирует для субъекта.
- наличие злокачественного органического фактора.
- наличие обоих вариантов.

Стирание без попыток перерисовки и исправления может означать внутреннюю тревогу, конфликт субъекта с собственно этой деталью или с тем, что она символизирует. Можно также предположить депрессивное состояние с возможными сопровождениями снижающей работоспособность фактора.

Линия основы (земли) - незащищенность. Представляет собой необходимую точку опоры для конструирования, целостности рисунка. Придает рисунку стабильность. Значение этой линии зависит иногда от придаваемого ей субъектом качества, например: "Мальчик катается на тонком льду". Основу часто рисуют под домом, деревом, реже под человеком. Специально нарисованные, "вымышенные" контуры земли менее значимы, чем нарисованные спонтанно.

Контур земли очень жирный, толстый – чувство тревоги, беспокойство в рамках реальности.

Контур земли, опускающийся от центра рисунка в стороны и вниз – чувство изоляции и незащищенности, зависимость от матери. Потребность к эксгибиционизму (зависит от размеров рисунка и комментариев).

Контур земли, опускающийся направо вниз - ожидание неясного и опасного будущего, тревожность (ее интенсивность зависит от крутизны наклона).

Контур земли, поднимающийся направо вверх - присутствие в будущем вынужденных усилий и борьбы.

Идентификация с собой – интерпретация зависит от степени субъективности и может варьировать от предпочтительного суждения психологического горизонта субъекта до явного эгоцентризма, чрезмерного интереса к себе и озабоченность собой, склонности все соотносить с собой.

Контур кривой, изогнутый - обычно хороший признак, но может означать отвращение к ограничениям и конвенциям при сильной выраженности. Контур неясно очерченный в отдельных деталях - нежелание субъекта выставлять эту деталь из-за ее актуальности или символической значимости.

Жирный контур в целом - генерализованное чувство неадекватности вместе с нерешительностью, колебанием и страхом проигрыша. Если контур от "дома" к "человеку" становится все тоньше - генерализированная тревога или депрессия.

Контур жирный только по бокам - субъект стремится сохранить личностное равновесие. Стремление это осознается как неприятное и сопровождается физическим напряжением.

Контур толстый в отдельных деталях - фиксация на данном объекте (детали). Скрытая или явная враждебность к таким образом нарисованному объекту или тому, что он символизирует, в сопровождении тревоги.

Контур толстый во всех рисунках – можно подозревать органическое заболевание.

Контур толстый в одном из рисунков - генерализованное напряжение.

Контуры обрывистые и не соединяющиеся - предчувствие надвигающейся катастрофы.

Контуры очень прямые - ригидность.

Контур эскизный, применяемый постоянно – в лучшем случае мелочность, стремление к точности, в худшем случае - патоморфный знак, указывающий на неспособность к четкой позиции.

## **РАСПОЛОЖЕНИЕ РИСУНКА НА ЛИСТЕ**

Чем большая часть рисунка оказывается за нижним пределом листа, тем вероятнее, что субъект совершил патоформную супрессию с целью сохранить целостность личности. Можно предположить наличие сильной экспонозивности.

Рисунок выходит за левый край листа - фиксация на прошлом и страх перед будущим. Чрезмерная озабоченность свободными откровенными эмоциональными проявлениями. Склонность к компульсивному поведению.

Выход в правый край листа – желание убежать в будущее, чтобы избавиться от прошлого. Страх перед открытыми, переживаниями. Стремление сохранить жесткий контроль.

Выход за верхний край листа – ограничение пространства с вытекающей из этого повышенной чувствительностью. Подразумеваются сильные агрессивно-реактивные тенденции (скрываемые и нескрываемые).

Помещение рисунка в верхней части листа - склонность к фиксации на мышлении и фантазиях, как на источнике наслаждения (которые таким образом могут быть получены или не получены).

Поворачивание листа – агрессивные и негативные тенденции. Патоформные, если поворачивание повторяется, персеверация, если лист поворачивается все время в одну сторону.

Перспектива - по тому, как субъект ее строит, можно узнать много ценного об его установках, взглядах, чувствах субъекта; о более широких и сложных его отношениях с действительностью, с другими людьми, о его способе оперировать этими отношениями.

Перспектива, профиль в обратном направлении обычному - указывает на обнаружение у себя субъектом противоречивых импульсов и сознательное стремление подавить их или сублимировать.

Перспектива, рисунки абсолютно в профиль - (дом, повернутый боком к зрителю, дверей, человека, изображенного только с одной рукой или ногой). Нежелание прямо, непосредственно принимать окружение (например, смотреть в глаза). Определенное желание отрешиться, скрыть свое "я". Стремление обращаться по собственному стилю.

Перспектива, абсолютно беспрофильные рисунки (в анфас) - если все рисунки исполнены в анфас, это характеризует субъекта как прямого, бескомпромиссного, стойкого. Такая установка может оказаться формированием акции на глубинное чувство незащищенности.

Перспектива, рисунок изображен вдали – желание отрешиться, уйти от конвенционального общения. Чувство изоляции, отверженности, забытости.

Помещение рисунка над центром листа – чем выше рисунок над центром, тем больше вероятность того, что:

- Субъект чувствует безнадежность своей борьбы и относительную недоступность цели;
- Субъект склонен искать удовлетворение в фантазиях (внутренняя напряженность);
- Субъект склонен держаться в стороне.

Помещение рисунка в центре листа - незащищенность и ригидность (прямолинейность). Потребность в заботливом контроле ради сохранения психического равновесия.

Помещение рисунка в левом верхнем углу листа - субъект склонен избегать новых переживаний, явно тревожен, регрессирует (если только нет рожденной умственной отсталости). Желание уйти в прошлое или углубиться в фантазии.

Помещение рисунка на правой стороне листа - субъект склонен искать наслаждение в интеллектуальных сферах. Контролируемое поведение. Акцентирование будущего. Возможен излишек мужской идентификации.

## **ПРОПОРЦИИ И ПРОЧИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ РИСУНКА**

Пропорция - реалистичность и соотношение деталей в рисунке раскрывает ценности, приписываемые субъектом объектам, ситуациям, людям, которые презентуют их изображениями актуально и символически.

Пропорции, интеллектуальные аспекты - ее решение показывает стиль мышления или планирования – в основном в связи с непредвиденными, конкретными особенностями объектов.

Пропорция, использование минимума деталей - возможно, что субъект ориентируется в пространственно-ориентационных отношениях, но использованием минимума деталей имеет тенденцию:

- Держаться стороны, сторониться, отрешаться;
- Неуважение нормальных конвенциональных ценностей.

Субъект, демонстрирующий неполноценное понимание этих отношений и использующий при этом минимум деталей, может оказаться:

- Умственно неполноценным;
- Страдать от значительного интеллектуального ослабления (обратимого или необратимого).

Постоянно пониженная психомоторика - подозрение о наличии органического фактора, угнетающей тревоги или тяжелой депрессии.

Ровно повышенная психомоторика - чрезмерное волнение наряду с ослаблением торможения.

Перерисовка без предыдущего стирания незавершенного рисунка - негативистическая реакция субъекта.

Дополнение общего плана - необузданная тревога, страх перед потерей контроля.

Дополнение специфическое - фиксация на дополнительном объекте (отражает актуально или символически). Часто сопровождается тревогой.

Рисование неуверенное - (возникающее из-за неумения представить себе весь рисунок в целом) отсутствие, потеря чувства равновесия. Свойственно органикам и в состоянии сильной тревоги.

Солнце - символ авторитарной фигуры. Часто воспринимается как источник тепла и силы, уподобляется отцу или матери.

Прозрачность - игнорирование реальности. Показывает степень повреждения общей структуры личности органическими или патоэмоциональными факторами. Эта степень (патологичность) может быть изменена:

- числом прозрачностей;
- их величиной (например, прозрачность рукавов одежды в этом случае гораздо менее значима, чем прозрачность стен дома).

В случае умственной отсталости субъекта - прозрачность менее важна, чем при интеллекте среднем или выше среднего.

Погода - отражает связанные со средой переживания субъекта в целом. Скорее всего, чем хуже, неприятнее погода, тем вероятнее, что субъект воспринимает среду как враждебную, сковывающую. Прежде чем интерпретировать, надо выяснить отношение субъекта к изображаемой погоде.

Ограничение рисунка в целом – чувство несоответствия или неадекватности.

Перспектива, рисунок изображен вдали – желание уйти от конвенциального общества. Чувство изоляции, отверженности. Явная тенденция ограничиться от окружения. Желание отвергнуть, не признать этот рисунок или то, что он символизирует.

## ДОМ

**Ванна** выполняется санитарная функция. Если манера изображения ванны значима, возможно, нарушение этих функций.

**Спальня** - это место интимных отношений личности. Графическое или вербальное изображение собственной спальни может помочь выяснить степень сексуальной приспособленности субъекта, а также может раскрыть отношение субъекта к отдыху и расслаблению и потребность в них.

**Труба-** фалический символ. Если субъект показывает ценную значимость этого символа. Эмоциональная зрелость и равновесие. Признак теплоты в интимных отношениях.

Отсутствие трубы – субъект чувствует нехватку психологической теплоты дома. Субъект испытывает трудности при столкновении с символом мужского пола.

Труба почти невидима (спрятана) нежелание иметь дело с эмоциональными воздействиями.

Труба, ее акцентированность - сосредоточение внимания на признаках мужского пола. Чрезмерное беспокойство о тепле.

Труба слишком большая - чрезмерное беспокойство насчет сексуальных проблем и потребность демонстрировать мужскую силу. Экспибиционистские тенденции.

Видно отверстие трубы – нарушение сексуальной роли. Сексуальная импотенция.

Труба нарисована косо по отношению к крыше - норма для ребенка. Слабоумие или значительная регрессия, если обнаруживается у взрослых.

Труба прозрачная или без глубины - отрицание фаллоса, что может означать импотенцию.

Труба видна через прозрачную крышу – плохо скрываемые эксгибиционистские тенденции, субъект чувствует, что его встревоженность фаллосом и интерес к нему очевидны.

Множество труб – стиль рисунка показывает, что это для субъекта значимая вещь, можно предполагать его чрезмерный интерес и беспокойство, связанные с фаллосом.

**Цвет**, то есть раскрашенные детали - исследователь должен постараться узнать причину этого.

Цвет, конвенциально, обычное его использование – зеленый для крыши, коричневый для стен. Желтый, если употребляется только для изображения света внутри дома, тем самым изображая ночь или ее приближение, выражение чувств субъекта, что:

- Среда ему враждебна;
- Его действия должны быть скрыты от посторонних глаз.

Количество используемых цветов - хорошо адаптированный, не застенчивый субъект обычно использует не менее 2 не более 5 цветов.

Субъект, раскрашивающий дом 7-8 цветами, в лучшем случае является очень лабильным. Использующий только один цвет боится эмоционального возбуждения.

**Детали**, их искажение - обычно символизируют агрессивную враждебность, иногда частично интернализированную. Враждебность направлена против целого рисунка или искаженных деталей (актуально или символично воспринимаемых).

Детали необходимые, существенные - не меньше одной двери, одно окно, стена, крыша, труба или другие посторонние для выхода дыма (если это не постройка в тропиках). Отсутствие трубы может оправдать то, что дом нарисован полуразрушенным.

Лишние детали - горизонтальная линия, отделяющая первый этаж от второго, указывает на крайнюю корректность с возможной органикой или концентрированием внимания над соматикой. Могут подозреваться психологические заболевания.

**Столовая (гостиная)** - функция этой комнаты утоление оральных пищевых потребностей. Если манера рисунка указывает на значимость этого субъекта, можно подозревать нарушение этих функций.

**Двери**, их отсутствие - субъект испытывает патоморфные трудности при стремлении раскрыться перед другими (особенно в домашнем кругу).

Двери, одни или несколько, задние или боковые - отступление, отрешенность, избегание.

Двери, одна или несколько, парадные - первый признак откровенности, достижимости.

Дверь, нарисованная последней по очереди деталью – антипатия к межперсональным контактам. Тенденция уединения от реальности.

Дверь открытая - если дом жилой, то сильная потребность в тепле из вне и стремление демонстрировать доступность (откровенность).

Двери боковые, одна или несколько - отчуждение, уединение, избегание реальности. Значительная неприступность.

Двери очень большие - чрезмерная зависимость от других или стремление удивить своей социальной коммуникабельностью.

Двери очень маленькие – нежелание впускать в свое "я". Чувство несоответствия, неадекватности, нерешительности в социальных ситуациях.

Двери с огромным замком - враждебность, мнительность, скрытность, защитные тенденции. Двери с большими шарнирами - тоже .

**Карниз крыши** - (ее акцентирование ярким контуром или продлением за стену) усиленно защитная (обычно с мнительностью) установка.

Задняя стена, изображенная в другой стороне, чем обычно - выявляет сознательные попытки самоконтроля, приспособление к конвенциям, но вместе с тем есть сильная враждебная тенденция.

Контур задней стены толще (ярче) по сравнению с другими деталями - субъект стремится сохранить (не потерять) контакт с реальностью.

**Камин**, непосредственно его акцентировка (виден сквозь стены) - фиксация на непосредственной функции камина (источник тепла) или на его символике (гениталии).

Камин, косвенная акцентация - конфликт с постоянным жильцом. Невротическая привязанность к этому лицу или какой-нибудь эмоционально связанной с ним ситуацией.

**План дома (проекция сверху) вместо самого дома**- серьезный конфликт. Если план хорошо изображен, можно подозревать наличие паранояльных идей. Если план неудачный - возможна органика.

Цветы (тюльпаны или похожие на ромашки) - обычно рисуют шизоиды или малолетние нормальные дети.

Опора фундамента (колонны) необычно высоки – подозревается органика.

Печь, косвенная акцентуация - приятное или открытая враждебность по отношению к ситуации дома.

Водопроводные трубы (усиленные защитные установки) и обычно повышенная мнительность.

Дом грозный, старый, развалившийся - иногда субъект может таким образом выразить отношение к самому себе.

Дом вдали - чувство стремления или отвергнутости (отверженности). Субъект не в состоянии уладить ситуацию дома. Недоступность. Если нарисованное отношение совершенно противоположно высказанному, может иметь место серьезный дефект оценки реальности.

Дом вблизи - изображение комнаты, в которой готовят еду, при наличии особой манеры рисования у субъекта сигнализирует об оральном эротизме. Это может быть связано с сильной потребностью в привязанности людей, в любви.

Жилая комната - социальное общение.

Движение - скорее всего патологический, по меньшей мере, патоморфный симптом. Этим субъект символизирует травмирующее чувство потери контроля ЭГО.

Разные пристройки - агрессия, направленная против фактического хозяина дома или бунт против того, что субъект считает искусственными культурными стандартами. Если субъект рисует туалет около дома, можно предполагать наличие уротального или/и анального интереса.

Помещение рисунка внизу листа - генерализованное чувство неуверенности, не безопасности. Часто сопряжено с временным значением:

- правая сторона - будущее, левая - прошлое;
- связанным с предназначением так помещенной комнаты или с ее жильцом (постоянным);

- указывающим на специфику переживаний: левая сторона - в эмоциональные, правая - в интеллектуальные.

Помещение в верхней части листа – редко встречается в рисунке дома. Указывает на какое-то хаотическое бегство от реальности.

Перспектива "над субъектом" (взгляд снизу вверх) – чувство отверженности, отстраненности, не признанности дома. Или субъект испытывает потребность к домашнему очагу, который считает недоступным. Склонность к ограниченным контактам с окружающими.

Перспектива "под субъектом (взгляд с птичьего полета) - отрицание, непризнание нарисованного дома. Непризнание свойственного многим людям поклонения домашнему очагу. Субъект чувствует себя поднявшимся над домашними делами, но часто это сопровождается депрессиями.

Перспектива (признаки потери перспективы) – субъект правильно изобразил один конец дома, но в другом месте рисует вертикальную линию крыши и стены - не умеет изобразить глубину. Страх перед будущим (если искажение - справа, или желание забыть прошлое, если слева).

Перспектива тройная (трехмерная) – субъект рисует по меньшей мере четыре отдельные стороны (стены), из которых даже 2-х нет в том же плане. Чрезмерная озабоченность мнением окружающих о себе. Стремление иметь ввиду (узнать) все свои связи, даже незначительные, все черты.

Профиль абсолютный – можно предположить наличие острой параноидной реакции по отношению к дому (или к интимным интерперсональным отношениям).

Водосточные трубы – усиленная защита, возможен уротальный эротизм или оральная преокупация.

### **Крыша - сфера фантазии.**

Крыша и труба, сорванные ветром - Символически выражают чувства субъекта, что им повелевают независимые от собственной воли силы.

Крыша, жирный контур, не свойственный рисунку - фиксация на фантазиях как источнике удовольствия, обычно сопровождаемая тревогой.

Вместо дома только крыша и забор – патологически скучный контакт с реальностью. Указание на возможную диструкцию ЭГО.

Крыша, тонкий контур края - чрезмерный контроль над фантазией.

Крыша, плохо сочетаемая с нижним этажом - плохая личностная организация.

Крыша слишком большая - поиск наслаждения в фантазии.

Крыша, покрывающая подобие стены - предположение, что субъект живет больше в мире фантазии..

**Комната-** ассоциации могут возникнуть в связи с:

- человеком, проживающим в комнате;
- интерперсональными отношениями в комнате;
- предназначением этой комнаты (реальным или приписываемым).

Комнаты, не поместившиеся на листе – нежелание субъекта изображать определенные комнаты из-за неприятных ассоциаций с ними или их жильцами.

Комната - субъект выбирает верхнюю спальню комнату. Незначительная тенденция к отчуждению. Если есть больше признаков отчужденности, изоляции, тенденция более значима.

Ближайшая комната - мнимость.

Кусты иногда символизируют людей. Если тесно окружают дом - может иметь место сильное стремление оградить себя защитными барьерами.

Кусты хаотично разбросаны или по обе стороны дорожки – указывает на незначительную тревогу в рамках реальности и сознательное стремление контролировать ее.

Ставни закрыты – субъект не в состоянии субтильно приспособиться в интерперсональных ситуациях.

**Дым** - валит то влево, то вправо - патологический дефект оценки окружающего.

Дым валит влево- пессимистический взгляд в будущее.

Дым очень густой - значительное напряжение (интенсивность по густоте дыма).

Дым тоненькой струйкой - уротальный эротизм. Чувство недостатка эмоциональной теплоты дома.

Ступеньки, ведущие в глухую стену (без дверей) - отражают конфликтную ситуацию, нарушающую правильную оценку реальности. Неприступность

субъекта (хотя он может страстно желать свободного сердечного общения). Можно подозревать органику.

Прозрачный стеклянный ящик – символизирует переживания выставления себя при всех на обозрение. Его сопровождает желание демонстрировать себя, но ограничиваясь лишь визуальным контактом.

Деревья – часто символизируют различные лица. Если они как будто "прячут" дом, может иметь место сильная потребность зависимости или доминировании родителей.

Вентиляционная труба над крышей – фаллическая преокупация. Отмечается значимая корреляция между признаком и энурезом и\или уротальный эротизм.

Дорожка, хорошие пропорции, легко нарисована - показывает, что индивид в контактах с другими обнаруживает такт и самоконтроль.

Дорожка очень широкая вначале и сильно сужающаяся у дома – попытка замаскировать желание быть одиноким, сочетающаяся с поверхностным дружелюбием.

Стена и крыша вместе – границы ЭГО. Силу ЭГО показывает стиль изображения.

Стена, отсутствие ее основы - слабый контакт с реальностью.

Стены не соединены – подозреваемая органика с вероятной потерей контроля над примитивными инстинктами.

Стены, двумерная перспектива, узкие дальние стены – нормально для детей. По отношению ко взрослым - возможны слабоумие и регрессия, а также органика.

Широкие дальние стены – нормально для детей. Для взрослых возможна шизофрения (особенно если центральная стена - глухая без окон, без дверей).

Стена с акцентированным горизонтальным измерением - плохая ориентация во времени (доминирование прошлого над будущим).

Стена и крыша - их границы – границы личности. Их характер показывает силу и пластичность этих границ.

Стена - контурные линии слишком акцентированы - сознательное стремление сохранять контроль.

Стена - одномерная перспектива - изображена всего одна стена - если это боковая стена - имеются серьезные тенденции к отчуждению и оппозиции, если передняя:

- нормально для маленьких детей.
- у взрослых - выражена сильная потребность сохранить приятный "фасад" в межперсональных отношениях.

Прозрачные стены - компульсивное влечение, потребность влиять (владеть, организовывать) на ситуацию, насколько это возможно.

Умственно неполноценный субъект, изображающий больше невидимых внутренних деталей, чем видимых, демонстрирует этим чувством неадекватность в опасных для него ситуациях. В случае нормального интеллекта – серьезный дефект к критическим соображениям и оценке реальности.

Стена с акцентированным вертикальным измерением - субъект получает наслаждение в первую очередь в фантазиях и обладает меньшим количеством контактов с реальностью, чем желательно.

**Окно-** способы контактировать, признак доступности, открытости.

Отсутствие окон - враждебность, отчужденность.

Окна – нет на нижнем этаже, но имеются на верхнем - пропасть между реальной жизнью и жизнью в фантазиях.

Окна с занавесками - отчужденность, резервная доступность. Если занавески или ставни не закрыты – имеет место сознательно контролируемое взаимодействие, сопровождающееся тревогой.

Акцентирование окон путем дополнения, без излишней детализации – озабоченность взаимодействием. Частичная причина озабоченности - фиксация.

Окна: первый этаж нарисован в конце - отвращение к межперсональным отношениям. Тенденция ограничения от действительности.

Окна: закрыты (занавешены) - Озабоченность взаимодействием со средой.

Окна: сильно открытые – субъект ведет себя несколько развязано и прямолинейно.

Множество окон показывает готовность к контактам, а отсутствие занавесок - отсутствие стремления скрывать свои чувства.

Окна распахнутые, если в доме кто-нибудь живет – большая доступность или желание ее. Если в доме никто не живет - слабость самозащиты ЭГО. В некоторых случаях недостаточность контроля может достигнуть патоморфного уровня.

Окно(а), стекла символизирует одна разделяющая окно вертикаль - можно ожидать фиксацию на женских половых органах.

Окна без стекол - враждебность, отчужденность, оральный или ональный эротизм.

Окно, положение, трудности согласования стен и этажей – можно подозревать раннюю шизофрению, если подобного рода трудности имеют место при неплохой общей композиции.

Окна, искажение пропорций - излишняя озабоченность женскими органами, если изображение окна значимо.

Окна с замками - враждебность, замкнутость.

## **ДЕРЕВО**

Животное, выглядывающее из дупла в дереве – наличие в личности патоморфной, не подчиняющейся контролю части, имеющей разрушительные тенденции, навязчивое чувство вины.

Яблоня - обычно рисуют сильно зависимые от родителей дети.

**Кора**(извилистые вертикальные линии) - возможность шизоидных черт.

Кора - легко нарисована - равновесие во взаимоотношениях.

Кора изображена мелочно, щепетильно - компульсивность и сильная и сильная озабоченность взаимоотношениями со средой.

**Ветви-** степень их гибкости, число, величина и степень их сплетения отражает взгляд субъекта на приспособление, доступность и способность к получению удовлетворения от среды.

Ветви, абсолютная асимметрия - отражает амбивалентные чувства, неспособность к свободному доминированию любого действия.

Ветви, обломанные, наклоненные или неживые - значимая для субъекта физическая или духовная травма.

Ветви неживые – субъект не чувствует удовлетворения от развлечений.

Ветви изображены штрихованием или закрашиванием - если они нарисованы легко и быстро - тактичное, но скорее всего поверхностное взаимодействие со средой.

Ветви, двумерное изображение с "незакрытыми" кончиками. Субъект мало приспособлен управлять своими впечатлениями.

Ветви: молодой росток из скудного ствола – отказ от прежнего травмирующего убеждения, что нет смысла искать удовлетворения в своей среде. Возвращение сексуальных сил.

Ветви, обращенные влево - отсутствие личностного равновесия из-за тенденции немедленно получить чувственное наслаждение.

Ветви, обращенные вправо - отсутствие личностного равновесия из-за тенденции отсрочить или избегать чувственных наслаждений, стремясь найти их в умственных усилиях.

Ветви похожи на шипы (колючки) - мазохистские тенденции.

Ветви двумерные, слабо организованные, похожие на пальцы или на палки. Сильно выраженная враждебность.

Ветви двумерные, со сравнительно хорошей системой листвы - означает способность достаточно хорошо справляться с делами, касающимися межперсональных отношений.

Структура веток – степень удовлетворения действительностью. Сфера контакта субъекта со средой.

Структура веток: узкая и длинная - боязнь в поисках удовлетворения в среде.

Цвет: конвенциональное его употребление – зеленый для веток, листьев, коричневый для ствола.

Цвет: комбинация черного и зеленого - шизоаффектный тип реакции.

Детали существенные: ствол не менее одной ветки (за исключением рисунка пня).

**Земля**, ее прозрачность, изображение невидимых корней - патоморфная оторванность от реальности (исключение - детские рисунки). Подозревается у взрослых органика - при интеллекте среднем или выше среднего).

Контур земли в форме горы – так помещенное дерево отражает оральную фиксацию, часто связанную с потребностью в материнской опеке. Если дерево небольшое- потребность в доминировании и эксгибиционизме.

**Листья** - двумерные, частично большие для веток - Обсессивно-компульсивные черты. Стремление под поверхностью приспособляемостью спрятать глубинные ощущения неадекватности. Гиперкомпенсационные усилия уйти с головой в действительность.

Перспектива "под субъектом" – позиция сдаться без сопротивления. Тенденция к конкретности, отвержение человека, который для субъекта символизирует дерево.

Перспектива: частично с горки – переживание усилий и борьбы за автономность, независимость. Часто отражает напряжение при стремлении к далекой, возможно недостижимой цели.

**Корни** мертвые - отсутствие или потеря внутреннего равновесия, что указывает на патоморфные изъяны в восприятии действительности и в потребностях. Обессиcвные чувства, связанные с ранним опытом.

Корни, уходящие в землю, ярко выражены – сильное стремление сохранить имеющееся восприятие действительности. Незащищенность.

Корни тонкие, слабый контакт с землей - слабый контакт с реальностью.

Повреждение дерева – технический или физический опыт, травматичный для субъекта.

**Тень** - фактор, способствующий укреплению тревоги на сознательном уровне. Недостаточные условия, неудовлетворительные отношения для субъекта в прошлом, которые отражаются в настоящем.

**Солнце:** туча между ним и деревом - отражает тревожные, неудовлетворительные отношения между субъектом и каким-то лицом.

Солнце большое - острое переживание отношений с каким-то авторитарным лицом.

Солнце за деревом - иногда субъект может интерпретировать дерево как какого-то человека из своего окружения, препятствующего его отношениям с ценным для него человеком, или кого-то охраняющего субъекта от нежелательного лица.

Солнце, его положение – отношение между деревом и источником тепла (или средой). Часто отражает переживание субъектом отношений с доминирующим в его окружении лицом.

Солнце, его лучи падают на дерево – потребность доминировать или чувство другого.

Солнце заходящее – чувство депрессии.

Солнце: дерево, уклоняющееся от него - склонность избегать доминирования кого-то, кто способствует травмирующему переживанию неадекватности.

Дерево как неосознаваемый портрет - не осознанная картина развития субъекта, включающая его обычную чувствительность к воздействиям и способы реагирования на них. Отношение субъекта к определенному лицу. Ассоциация с жизненной ролью субъекта, его способностью получать удовлетворение от своей среды.

Дерево: одно или группа - "одно" - чувство изоляции (или потребность в общении), "группа" может иметь дополнительные значения к переживанию доминирования других.

Дерево мертвое – редко встречается в рисунках неплохо приспособленных субъектов. Показатель переживаний физической неполноценности, психологической неадекватности, пустоты, вины.

Дерево, погибшее от паразитов, червей, болезней, бури - субъект считает среду виновной в его трудностях (экстрапунктивность).

Дерево, погибшее из-за лишения корней, ветвей, ствола – чувство разрушенности, растерянности, собственной неприемлемости.

Дерево изображено фасадом -(если оно символизирует человека) - взгляд субъекта на позицию подразумеваемого лица.

Дерево, изображенное как два одномерных дерева - серьезная патологическая расколотость аффекта и интеллекта.

Дерево, после его гибели прошло некоторое время – относительная длительность плохого приспособления или беспомощности.

Дерево - замочная скважина – сильная враждебность, частичная ригидность.

Дерево большое, не помещающееся на листе - субъект остро чувствует взаимоотношения со средой. Склонен искать наслаждение больше в деятельности, чем в воображении.

Дерево, наклоненное влево - отсутствие равновесия из-за стремления к острому откровенному эмоциональному наслаждению и из-за импульсивного поведения. По отношению к времени – привязанность к прошлому. Страх перед будущим.

Дерево, наклоненное вправо - отсутствие равновесия из-за страха перед открытым выражением сильных эмоций вместе с переоценкой интеллекта.

Дерево, предъявленное только как карандаш или кусочек мела - ригидность, конкретность мышления.

Дерево, его размеры – понимание человеком своего положения или представления желаемого положения.

Дерево маленькое – чувство неполноценности, неадекватности. Желание уйти от себя, отрешиться.

Дерево, его твердость - несоответствие комментариев рисунку. Непостоянный взгляд на символизируемое лицо. Патоформная невнимательность.

**Ствол**- понимание субъектом своих возможностей.

Ствол сломанный - (верхушка касается земли) выражает чувство субъекта, что он был полностью внутренними или внешними неконтролируемыми силами.

Ствол мертвый – чувство травмирующей потери ЭГО-контроля.

Ствол, тонкий контур – чувство неадекватности, нерешительности ЭГО.

Ствол большой – с маленькой листвой - неустойчивое личностное равновесие из-за фruстрации, возникшей в связи с неспособностью удовлетворить базовые потребности.

Ствол узкий обоснования – сильное стремление (борьба), не соответствующие силам субъекта.

Ствол одномерный с одномерными ветвями (нет системы) - возможна сильно выраженная органика, переживания импотенции.

Ствол необычно большой – чувство стеснения средой с тенденциями агрессивности.

Ствол с акцентированным периферическим контуром - сознательное стремление сохранить контроль. Неустойчивое равновесие из-за чрезмерного стремления к наслаждению.

Ствол мелкий - базовое чувство неадекватности и нелепости.

Ветер дует в сторону субъекта от дерева - нарциссические тенденции.

## **ЧЕЛОВЕК**

**Руки** - базовое стремление к борьбе, орудия управления и измерения среды.

**Широкие руки (размах)** - интенсивное стремление к действию.

Руки шире у ладони или у плеча – недостаточный контроль действительности, импульсивность.

Руки, изображенные не слитно с туловищем, а отдельно или поперек спины, вытянутые в стороны – субъект ловит себя иногда на действиях или поступках, которые вышли у него из-под контроля.

**Руки скрещены на груди** - враждебно-мнительная установка.

**Руки за спиной** – нежелание уступать, идти на компромисс, склонность контролировать проявление агрессивных, враждебных влечений.

**Руки длинные, мускулистые** – субъект нуждается в физической силе, Ловкости, храбрости (компенсация).

**Руки слишком длинные** – чрезмерно амбициозные стремления.

**Руки расслабленные и гибкие** – хорошая приспособляемость в межперсональных отношениях.

**Руки напряженные и прижатые к телу** - неповоротливость, ригидность.

**Руки тонкие** – переживание слабости и тщетности усилий.

**Руки очень короткие** - отсутствие стремлений вместе с чувством неадекватности.

**Руки, похожие на крылья** - иногда встречаются в рисунках шизоидов.

**Борода** - заместитель фаллоса, признак потребности демонстрировать мужественность.

**Ремень, пояс, часто штрихованный** – сильный конфликт между выражением сексуальных и др. влечений и их контролем.

**Груди очень подчеркнутые** - психосексуальные отношения и фиксации, незрелость, зависимость от матери.

**Бедра очень подчеркнуты** - психосексуальные отношения и фиксации, незрелость, склонность к гомосексуализму (у мужчин).

**Соски** – регрессия или фиксация на оральном уровне зависимости.

**Подбородок** слишком подчеркнут - потребность доминировать.

Деформация какой-нибудь части - отражает подобные или истинные деформации у субъекта или приспособительные реакции на них.

Детали существенные - голова, туловище, две руки, две ноги (исключение - профиль), два глаза, два уха, нос, рот.

**Уши** подчеркнуты, при этом лицо не закончено - возможны слуховые галлюцинации. Иногда встречаются у хорошо приспособленных умственно отсталых и у маленьких нормальных детей.

Уши слишком подчеркнуты - возможны слуховые галлюцинации, встречаются у особенно чувствительных к критике.

Уши маленькие - стремление не принимать никакой критики, заглушить ее.

**Глаза** закрыты под полями шляпы - сильное стремление избегать неприятных визуальных воздействий.

Глаза изображены как пустые глазницы - значимое стремление избегать визуальных стимулов, враждебность.

Глаза не прорисованы - возможны зрительные галлюцинации.

Черты лица - рецепторы внешних стимулов, сенсорный контакт с действительностью

Лицо подчеркнуто – сильная озабоченность отношениями с другими, своим внешним видом.

Черты лица изображены - стремление игнорировать рецепторы внешних воздействий. Тяготение как можно больше отсрочить идентификацию личности.

**Ступни** признак неподвижности в межперсональных отношениях.

Ступни непропорционально длинные – потребность в безопасности, в демонстрации мужественности.

Ступни непропорционально мелкие - субтильное, рафинированное восприятие реальности.

Ступни слишком детализированы - обессивные черты с ярко выраженным женским компонентом.

Ступни обращены в разные стороны - сильно амбивалентные чувства.

**Пальцы** прорисованы в последнюю очередь - то же, что руки.

Пальцы крупные, похожи на гвозди (шипы) - враждебность.

Пальцы одномерные, обведены петлей - сознательные усилия против агрессивных чувств.

**Волосы-** сильно заштрихованы : тревога, связанная с мышлением или воображением.

Волосы заштрихованы, не закрашены, обрамляют голову как клещи – субъектом управляют враждебные чувства.

Руки, нарисованы в последнюю очередь - значимая нежелательность к поспешным, близким, откровенным связям со средой.

Руки заштрихованы – чувство вины из-за какого-нибудь реального или представляемого действия руками.

Руки в карманах - отвилливание, импульсивное действие мастурбации.

Руки слишком крупные - склонность к приспособлению в социальных отношениях.

**Голова** - сфера интеллекта, воображения.

Голова большая- подчеркивание значения мышления, воображения как источника наслаждения.

Голова маленькая - обессибирьство, компульсивность.

**Ноги**, их отсутствие - патологическое переживание скованности.

Ноги широко расставлены – откровенное пренебрежение.

Ноги слишком короткие - чувство неловкости, неуверенности..

Ноги чуть сдвинуты - ригидность, напряженность, возможно плохая сексуальная адаптация.

**Рот** подчеркнут - психосексуальные отношения, фиксации.

Рот слишком велик - оральный эротизм.

**Мышцы** акцентированы (мало прикрыты одеждой) - телесный нарциссизм, стремление стать шизоидным, углубленным в себя.

**Усы** - символ заменителя фаллоса.

**Шея** длинная и тонкая - шизоидные черты.

Шея пропущена – субъект находится под властью своих впечатлений.

Шея изображена не в порядке очереди - конфликт между контролем и выражением эмоций.

**Человек**. Точка зрения субъекта на свою собственную персону. Идеальный образ субъекта. Подход субъекта к межперсональным отношениям.

**Фобии**. Лицо неприятное субъекту из его окружения.

Человек из палочек - психопатия, общение с людьми в тягость.

Человек в плавном , легком шаге - хорошая приспособляемость.

Человек-профиль - отрешенность, замкнутость.

Плечи угловатые - осторожность, защита.

Плечи мелкие - ощущение малоценностей, жестокости.

Зубы, выдающиеся вперед - агрессия (в речевом плане).

Галстук подчеркнут – озабоченность фаллосом с переживанием импотенции.

**Туловище**- место нахождения базовых потребностей и влечений.

Туловище длинное и узкое – шизоидные черты.

Туловище слишком крупное – наличие большого числа неудовлетворенных, остро сознаваемых субъектом потребностей.

Туловище ненормально мелкое - отрицание телесных влечений, чувство унижения, малоценностей.

Линия талии - выражение координации между влечениями к власти (вверх) и сексуальными влечениями (вниз).

Маска - осторожность, скрытность, возможность деперсонализации и отчужденности.

Прозрачные брюки (видны ноги) – боязливая тревога из-за гомосексуализма.

Трубка во рту - сложный, вычурный оральный эротизм.

Карман – аффективная депривация, зависимость от матери.

Несколько карманов – мужская фигура у пациента мужчины, пассивная гомосексуальная тенденция.

Развевающиеся брюки – озабоченность мастурбацией.

Униформа солдата (ковбоя) – у пациента мужчины – потребность в более высоком статусе в сравнении с имеющимся.

Оружие - агрессивность.

Тучи - тревога, опасения, депрессия.

Фигура человека на ветру – потребность в любви, привязанности.

Обрывчатые линии - тревога, незащищенность.

Несоединенные линии, перемещение частей тела - склонность к психозу.

## **Тест Шмишека**

**Инструкция:** Опросник состоит из 88 вопросов, 10 шкал, соответствующих определенным акцентуациям характера (акцентуациями личности).

Доминирующий тип акцентуированного характера определяется по максимальному числу баллов, которые наберет испытуемый в результате тестирования с помощью опросника Шмишека, по количеству баллов можно судить о степени развитости у взрослого человека или ребенка разных акцентуаций характера.

Сумма «сырых» баллов умноженная на соответствующий коэффициент дает показатель типа акцентуации. Максимальный показатель по каждому типу акцентуации — 24 балла. Признаком акцентуации считается величина, превосходящая 12 баллов. Полученные данные представлены в виде профиля личностной акцентуации (акцентуации характера).

Тест предназначен для выявления акцентуированных свойств характера и темперамента лиц подросткового, юношеского возраста и взрослых. Тест Шмишека подходит для учета акцентуаций характера в процессе обучения, профессионального отбора, психологического консультирования, профориентации.

### **Текстовый материал**

1. Ты обычно спокоен, весел?

2. Легко ли ты обижаешься, огорчаешься?
3. Легко ли ты плачешь?
4. Много ли раз ты проверяешь, нет ли ошибок в твоей работе?
5. Такой ли ты умный (сильный), как твои одноклассники?
6. Легко ли ты переходишь от радости к грусти и наоборот?
7. Любишь ли ты быть главным в игре?
8. Бывают ли дни, когда ты без всякой причины на всех сердишься?
9. Серьезный ли ты человек?
10. Бывает ли, что-то тебе ужасно нравится?
11. Умеешь ли ты выдумывать новую игру?
12. Скоро ли ты забываешь, если ты кого-то обидел?
13. Считаешь ли ты себя добрым, умеешь ли сочувствовать?
14. Бросив письмо в почтовый ящик, проверяешь ли ты рукой, не застряло ли оно?
15. Стараешься ли ты быть лучшим в школе, в кружке, спортивной секции?
16. Когда ты был маленьким, боялся ли ты грозы, собак?
17. Считают ли тебя ребята чересчур аккуратным и старательным?
18. Зависит ли твое настроение от школьных и домашних дел?
19. Любят ли тебя все твои знакомые?
20. Бывает ли у тебя неспокойно на душе?
21. Тебе обычно немножко грустно?
22. Переживал ли ты горе, случалось ли тебе рыдать?
23. Тебе трудно оставаться на одном месте?
24. Борешься ли ты против несправедливости по отношению к тебе?
25. Стрелял ли ты когда-нибудь из рогатки в собак и кошек?
26. Раздражает ли тебя, если занавес или скатерть висят неровно? Стараешься ли ты её поправить?
27. Когда ты был маленький, ты боялся оставаться дома один?
28. Бывает ли так, что тебе весело или грустно без причины?
29. Ты один из лучших учеников в классе?
30. Легко ли ты сердишься?
31. Часто ли ты веселишься, дурачишься?
32. Чувствуешь ли ты себя иногда очень счастливым?
33. Умеешь ли ты развеселить ребят?
34. Можешь ли ты прямо сказать кому-нибудь то, что ты о нем думаешь?
35. Боишься ли ты крови?
36. Охотно ли ты выполняешь школьные поручения?
37. Заступаешься ли ты за тех, с кем поступили несправедливо?
38. Тебе неприятно войти в темную комнату?
39. Ты больше любишь медленную и точную работу, чем быструю и не такую точную?
40. Легко ли ты знакомишься с людьми?
41. Охотно ли ты выступаешь на утренниках или вечерах в школе?
42. Ты когда-нибудь убегал из дома?
43. Кажется ли тебе жизнь тяжелой?

44. Ты когда-нибудь расстраивался из-за ссоры с учителями или ребятами настолько, что не мог пойти в школу?
45. Можешь ли ты даже при неудаче посмеяться над собой?
46. Стараешься ли ты помириться, если кого-то обидел?
47. Любишь ли ты животных?
48. Бывало ли с тобой, что ты, уходя из дома, возвращался проверить, не случилось ли чего-нибудь?
49. Кажется ли тебе иногда, что с тобой или твоими родителями должно что-то случиться?
50. Твое настроение иногда зависит от погоды, как ты думаешь?
51. Трудно ли тебе отвечать в классе?
52. Можешь ли ты, если сердишься на кого-то, начать драться?
53. Нравится ли тебе быть среди ребят?
54. Если что-то тебе не удается, можешь ли ты отчаяться?
55. Можешь ли ты организовать игру, работу?
56. Упрямо (упорно) ли ты добиваешься цели, даже если встречаешь трудности?
57. Плакал ли ты когда-нибудь из-за грустного фильма или книги?
58. Бывает ли тебе трудно уснуть из-за каких-нибудь забот?
59. Подсказываешь ли ты, и даешь ли списывать?
60. Боишься ли ты пройти вечером один по темной улице?
61. Следишь ли ты за тем, чтобы каждая вещь на своем месте?
62. Бывает ли с тобой так, что ты ложишься спать с хорошим настроением, а просыпаешься с плохим?
63. Свободно ли ты чувствуешь себя с незнакомыми ребятами (в новом классе, лагере)?
64. Бывает ли у тебя головная боль?
65. Часто ли ты смеешься?
66. Если ты не уважаешь человека, можешь ли ты вести себя так, чтобы он этого не замечал?
67. Можешь ли ты сделать много разных дел за один день?
68. Бывают ли с тобой несправедливы?
69. Любишь ли ты природу?
70. Уходя из дома или ложась спать, проверяешь ли ты, заперта ли дверь, выключен ли свет?
71. Боязлив ли ты? Как ты считаешь?
72. Меняется ли твое настроение за праздничным столом?
73. Участвуешь ли ты в драматическом кружке (любишь ли ты читать со сцены стихи)?
74. Мечтаешь ли ты?
75. Бывает ли, что ты думаешь о будущем с грустью?
76. Бывает ли у тебя неожиданные переходы от радости к тоске?
77. Умеешь ли ты развлечь гостей?
78. Подолгу ли ты сердишься, обижаяешься?
79. Сильно ли ты переживаешь, если горе у твоих близких друзей?

80. Можешь ли ты из-за ошибки, помарки переписать страницу в тетради?
81. Считаешь ли ты себя недоверчивым?
82. Часто ли тебе снятся страшные сны?
83. Не бывало ли у тебя желания прыгнуть в окно или броситься под машину?
84. Становится ли тебе весело, если все вокруг веселые?
85. Если у тебя неприятности, можешь ли ты на время забыть о них, не думать о них постоянно?
86. Совершаешь ли ты неожиданные для себя поступки?
87. Чаще ты говоришь мало, чем много? Молчалив ли ты?
88. Мог бы ты, участвуя в драматическом кружке, настолько войти в роль, что при этом забыть, что ты не такой, как на сцене?

### Обработка результатов

#### Описание акцентуаций характера (К. Леонгард)

При совпадении ответа на вопрос с «ключом», ответу присваивается 1 балл. Максимальная сумма баллов после умножения – 24 балла. В случае превышения 19 баллов черта характера является акцентуированной. 19-24 балла – выраженная акцентуация по данному типу. Менее 12 баллов – отсутствие акцентуации по данному типу.

Тест Шмишека исследует типы характера, раскладывая его по акцентуированным характерам, описанным далее.

#### ***Демонстративный тип (демонстративность)***

Плюс: 7. 19. 22. 29. 41. 44. 63. 66. 73. 85. 88

Минус: 51

Сумму ответов умножить на 2

Этому типу акцентуации характера присуща легкость установления контактов, стремлением к лидерству, жаждой власти и похвалы. Он демонстрирует высокую приспособляемость к людям и вместе с тем склонность к интригам (при внешней мягкости манеры общения). Такие люди раздражают окружающих самоуверенностью и высокими притязаниями, систематически сами провоцируют конфликты, но при этом активно защищаются.

Характеризуется: демонстративностью поведения, живостью, легкостью в установлении контактов. Склонен к фантазерству, лживости и притворству, направленным на приукрашивание себя, авантюризму, артистизму. Стремится к лидерству, испытывает потребность в признании, жажду власти и постоянного внимания к себе. Хорошо приспосабливается к людям, склонен к легкой смене настроений при отсутствии действительно глубоких чувств. Отличается беспредельным эгоцентризмом (крайняя степень эгоизма). Не выносит похвалы в адрес других людей. Имеет неадекватную самооценку. Самоуверен, обладает высокими притязаниями, часто

проваоцирует конфликты, но при этом активно защищается. Способен полностью забывать то, что о чём он не желает помнить (патологическая способность к вытеснению). Лжив, но, по-видимому, внутренне не осознает свою ложь; поэтому выглядит искренне. Способен увлечь других неординарностью мышления и поступков.

Привлекательные черты для партнеров по общению: обходительность, артистичность, способность увлечь других, неординарность мышления и поступков. Их отрицательные черты: эгоизм, лицемерие, хвастовство, отлынивание от работы.

## ***2. Застревающий тип (застрение)***

Плюс: 2. 15. 24. 34. 37. 56. 68. 78. 81.

Минус: 12. 46. 59.

Сумму ответов умножить на 2

Его характеризует умеренная общительность, занудливость, склонность к нравоучениям, неразговорчивость. В конфликтах обычно выступает инициатором, активной стороной. Стремится добиться высоких показателей в любом деле, за которое берется, предъявляет повышенные требования к себе.

Его характеризует умеренная общительность, занудливость, склонность к нравоучениям, неразговорчивость. Часто страдает от мнимой несправедливости по отношению к нему. В связи с этим проявляет настороженность и недоверчивость по отношению к людям, чувствителен к обидам и огорчениям, уязвим, подозрителен, отличается мстительностью, долго переживает прошедшее, не способен легко забывать обиды. Заносчив, часто выступает инициатором конфликтов. Самонадеянность, жесткость установок и взглядов, сильно развитое честолюбие часто приводят к настойчивому утверждению своих интересов. Стремиться добиваться высоких показателей в любом деле, за которое берется, проявляет упорство. Основной чертой является склонность к аффектам (правдолюбие, обидчивость, ревность, подозрительность), инертность в проявлении аффектов, в мышлении, в моторике (в движениях).

Особо чувствителен этот тип акцентуации характера к социальной справедливости, вместе с тем обидчив, уязвим, подозрителен, мстителен. Иногда чрезмерно самонадеян, честолюбив, ревнив, предъявляет непомерные требования к близким и к подчиненным на работе.

## ***3. Педантичный тип (педантичность)***

(акцентуация характера)

Плюс: 4. 14. 17. 26. 39. 48. 58. 61. 70. 80. 83.

Минус: 36

Сумму ответов умножить на 2

В конфликты вступает редко, выступая в них скорее пассивной, чем активной стороной. На службе — бюрократ, предъявляет окружающим много формальных требований, но охотно уступает лидерство другим людям.

Данному типу акцентуации характера свойственно изводить домашних чрезмерными претензиями на аккуратность.

Характеризуется инертностью (риgidностью) психических процессов. Тяжел на подъем, долго переживает травмирующие события. В конфликты вступает редко, обычно в них пассивен. Очень сильно реагирует на любое проявление нарушения порядка. На службе ведет себя как бюрократ, предъявляя окружающим много формальных требований. Пунктуален, аккуратен, чистоплотен, скрупулезен, организован, жестко следует плану. В выполнении действий не тороплив, усидчив, ориентирован на высокое качество работы. Склонен к частым самопроверкам. С охотой уступает лидерство другим людям.

Привлекательные черты: добросовестность, аккуратность, серьезность, надежность в делах. Отрицательные и способствующие возникновению конфликтов черты — формализм, занудливость, брюзжание.

### ***Возбудимый тип (возбудимость)***

Плюс: 8. 20. 30. 42. 52. 64. 74. 86.

Сумму ответов умножить на 3

Данному типу присуща низкая контактность в общении, замедленность верbalных и невербальных реакций. Люди этого типа нередко занудливы, склонны к хамству и брани, к конфликтам, в которых сами являются активной, провоцирующей стороной. Они неуживчивы в коллективе, властны в семье.

Характеризуется недостаточной управляемостью, слабым контролем над влечениями и побуждениями. Его отличает повышенная импульсивность, грубость, занудство, угрюмость, гневливость, склонность к хамству и брани, к трениям и конфликтам, которые он сам и провоцирует. Раздражителен, вспыльчив, неуживчив с людьми. Отмечается низкая контактность в общении, замедленность вербальных и невербальных реакций. Не любит трудиться и учиться. Живет только настоящим, нацелен на развлечения. Повышенная импульсивность или возникающая реакция возбуждения гасятся с трудом и могут быть опасными для окружающих. Он может быть властным, выбирая для общения наиболее слабых.

В эмоционально спокойном состоянии эти люди с этим типом акцентуации характера, часто добросовестны, аккуратны, любят животных и маленьких детей. Однако в состоянии эмоционального возбуждения они бывают раздражительными, вспыльчивыми, плохо контролируют свое поведение.

### ***Гипертимный тип (гипертимность)***

Плюс: 1. 11. 23. 33. 45. 55. 67. 77.

Сумму ответов умножить на 3

Характеризуется хорошим, слегка повышенным настроением, контактностью, словоохотливостью, оптимизмом. У него высокий тонус, он

энергичен, активен и проявляет стремление быть лидером, легко адаптируется в незнакомой обстановке.

Характеризуется большой подвижностью, общительностью, болтливостью, выразительностью жестов, мимики, чрезмерной самостоятельностью, склонностью к озорству, недостаточным чувством дистанции в отношениях с другими людьми. Везде вносит много шума, любит компании сверстников, стремиться ими командовать. Почти всегда имеет хорошее настроение и самочувствие, высокий жизненный тонус, хороший аппетит, здоровый сон, склонность к получению удовольствий. Обладает завышенной самооценкой, весел, легкомыслен, но способен к деловитости, изобретательности, энергичной деятельности, обладает умением развлекать других, быть блестящим собеседником. Большое стремление к самостоятельности может служить источником конфликтов. Для него характерны вспышки гнева и раздражения, если он встречает сильное противодействие. Склонен к аморальным поступкам, недостаточно ответственен, плохо переносит необходимость подчиняться жесткому порядку, монотонную деятельность, вынужденной одиночеству.

Однако он неустойчив по интересам, недостаточно разборчив в знакомствах, плохо переносит одиночество, не любит однообразие, дисциплину, вынужденное безделье, монотонную работу, часто переоценивает свои возможности, может являться инициатором конфликтов, бурно реагируя на события, отличается повышенной раздражительностью.

### ***Дистимический тип (дистимность)***

Плюс: 9. 21. 43. 75. 87.

Сумму ответов умножить на 3

Мало контактен, немногословен, с доминирующим пессимистическим настроением. Он обычно домосед, тяготится шумным обществом, редко вступает в конфликты с окружающими, ведет замкнутый образ жизни.

Характеризуется серьезностью, даже подавленностью настроения, медлительностью в мышлении и действиях, слабостью волевых усилий. Отличается пессимистическим отношением к будущему, заниженной самооценкой, низкой контактностью, молчаливостью. Домосед, индивидуалист, не любит шумные компании. Часто угрюм, заторможен. Отличается добросовестностью, ценит тех людей, кто с них дружит, готов им подчиняться

Люди с такой акцентуацией характера высоко ценят тех, кто с ними дружит, и готовы им подчиниться. Черты личности, привлекательные для партнеров по общению: серьезность, добросовестность, обостренное чувство справедливости. Отрицательные черты — пассивность, замедленность мышления, неповоротливость, индивидуализм.

### ***Тревожно-боязливый тип (тревожность)***

Плюс: 16. 27. 38. 49. 60. 71. 82.

Минус: 5

Сумму ответов умножить на 3

Нерешителен, мало контактен, робок, неуверен в себе, склонен к минорному настроению. Он редко вступает в конфликты с окружающими, играя в них в основном пассивную роль, в конфликтных ситуациях ищет поддержки и опоры. Склонен к углубленному самоанализу и появлению навязчивых состояний.

Характеризуется низкой контактностью, минорным настроением, робостью, пугливостью, неуверенностью в себе. Ребенок тревожного типа часто боится темноты, животных, страшиться оставаться один. Он сторониться бойких сверстников, не любит шумных игр, тяжело переживает контрольные, экзамены, проверки, стесняется отвечать перед классом. Он охотно подчиняется опеке старших, нотации взрослых могут вызвать у него угрызение совести, чувство вины, слезы, отчаяние. У него рано формируется чувство долга, ответственности, высокие моральные требования. Обладают чувством собственной неполноценности, которое стремятся замаскировать в самоутверждении через те виды деятельности, к которым обладают способностями. Свойственная им с детства обидчивость, чувствительность, застенчивость мешает сблизиться с теми, с кем хочется, остро реагируют на отношение к ним окружающих людей. Не переносят насмешек, подозрение, не умеет постоять за себя, отстоять правду при несправедливых обвинениях. Редко вступают в конфликты с окружающими людьми, играя в них пассивную роль. В конфликтных ситуациях ищут поддержки. Обладают дружелюбием, исполнительностью, самокритичностью. Беззащитны, поэтому могут служить «козлами отпущения», мишенью для шуток.

Человек с этим типом акцентуации характера, нередко располагает привлекательными чертами: дружелюбием, самокритичностью, исполнительностью. Вследствие своей беззащитности нередко служит "козлом отпущения", мишенью для шуток.

## ***8. Аффективно - экзальтированный тип (экзальтированность)***

Плюс: 10. 32. 54. 76.

Сумму ответов умножить на 6

Человека данного типа акцентуации характера можно узнать по свойственной ему высокой контактности, словоохотливости, влюбчивости. Такие люди часто спорят, но не доводят дело до открытых конфликтов. В конфликтных ситуациях они бывают как активной, так и пассивной стороной. Вместе с тем привязаны и внимательны к друзьям и близким.

Характеризуется способностью восторгаться, восхищаться. Ему свойственны ощущения счастья, радости, наслаждения, улыбчивость. Легко приходят в восторг от радостных событий и в полное отчаяние – от печальных. Отличаются высокой контактностью, словоохотливостью, влюбчивостью. Привязан к друзьям и близким, альтруистичны, имеет чувство сострадания,

проявляет яркость и искренность чувств. Может быть паникером, подвержен сиюминутным настроениям.

Они альтруистичны, имеют чувство сострадания, хороший вкус, проявляют яркость и искренность чувств. Отрицательные черты: паникерство, подверженность сиюминутным настроениям.

### **9. Эмотивный тип (эмотивность)**

Плюс: 3. 13. 35. 47. 57. 69. 79

Минус: 25

Сумму ответов умножить на 3

Имея выраженную акцентуацию характера по данному типу, люди предпочитают общение в узком кругу избранных, с которыми устанавливаются хорошие контакты, которых они понимают "с полуслова". Редко сами вступают в конфликты, играя в них пассивную роль. Обиды носят в себе, "не выплескивают" наружу.

Этот тип родственен экзальтированному, но проявления его не столь бурны. Характеризуется эмоциональностью, чувствительностью, тревожностью, болтливостью. Сильно выражена гуманность, сопереживание другим людям или животным, отзывчивость, сердечность, способность радоваться чужим успехам. Впечатителен, слезлив, серьезнее, чем окружающие реагирует на любые жизненные события. Редко вступает в конфликты, обиды носит в себе, внешне не проявляя. Ему свойственно обостренное чувство долга, исполнительность. Бережно относится к природе, любит выращивать растения, ухаживать за животными.

Привлекательные черты: доброта, сострадательность, радуются чужим успехам, обостренное чувство долга, исполнительность. Отрицательные черты: чрезмерная чувствительность, слезливость.

### **10. Циклотимический тип (циклотимный)**

Плюс: 6. 18. 28. 40. 50. 62. 72. 84.

Сумму ответов умножить на 3

Склонен к частой смене настроения, перемене манеры общения с окружающими людьми. У него периодически падает работоспособность, утрачивается интерес к работе и к окружающим людям. Более того, люди циклотимического типа акцентуации характера, тяжело переживают неудачи, часто думают о собственных недостатках, ненужности, испытывают чувство одиночества, становятся замкнутыми.

Характеризуется сменой гипертимных и дистимных состояний. Ему свойственны частые периодические смены настроения, а также зависимость от внешних событий. Радостные события вызывают к нему состояние гипертимии: жажда деятельности, повышенная говорливость, поток идей; печальные – подавленность, замедленность реакций и мышления. В подростковом возрасте встречается 2 варианта: типичные и лабильные

(подвижные) циклоиды. Типичные циклоиды: в детстве производят впечатление гипертических, но затем проявляется вялость, упадок сил, падение аппетита. На замечания реагируют раздражением, даже грубостью и гневом, но в глубине души впадают в уныние.

У лабильных циклоидов фазы смены настроения обычно короче, чем у типичных. Неблагоприятные дни отличаются плохим настроением, в период подъема выражено желание иметь друзей, быть в компании. Настроение влияет на самооценку.

В периоды депрессии, поведение человека с циклометрическим типом акцентуации характера, сходно с дистимной акцентуацией характера, которая сменяется активностью, свойственной гипертимическому типу

**Методика «Волшебная страна чувств» автор Т.Д. Зинкевич – Евстигнеева**

Цель этой методики — исследование психоэмоционального состояния.

Перед ребенком (или детьми) ведущий раскладывает восемь карандашей (красный, желтый, синий, зеленый, фиолетовый, коричневый, серый и черный) и бланк методики

**Инструкция 1:** «Далеко-далеко, а может быть, и близко, есть волшебная страна, и живут в ней Чувства; Радость, Удовольствие, Страх, Вина, Обида, Грусть, Злость и Интерес. Живут они в маленьких цветных домиках. Причем каждое Чувство живет в домике определенного цвета. Кто-то живет в красном домике, кто-то в синем, кто-то в черном, кто-то в зеленом... Каждый день, как только встает солнце, жители волшебной страны занимаются своими делами.

Но однажды случилась беда. На страну налетел страшный ураган. Порывы ветра были настолько сильными, что срывали крыши с домов и ломали ветви деревьев. Жители успели спрятаться, но домики спасти не удалось.

И вот ураган закончился, ветер стих. Жители вышли из укрытий и увидели свои домики разрушенными. Конечно, они были очень расстроены, но слезами, как известно, горю не поможешь. Взяв необходимые инструменты, жители вскоре восстановили свои домики. Но вот беда — всю краску унес ветер.

У тебя есть цветные карандаши. Пожалуйста, помоги жителям и раскрась домики».

Таким образом, детям предлагается поработать с первой колонкой, где изображены домики.

**Инструкция 2:** «Спасибо тебе от лица всех жителей. Ты восстановил страну. Настоящий волшебник! Но дело в том, что во время урагана жители были так напуганы, что совсем забыли, в домике какого цвета жил каждый из них. Пожалуйста, помоги каждому жителю найти свой домик. Закрась или подчеркни название чувства цветом, соответствующим цвету его домика».

Здесь ведущий предлагает ребятам поработать со второй колонкой, в которой перечислены названия чувств.

В результате мы узнаём, с каким цветом ассоциируется у ребенка определенное чувство.

**Инструкция 3:** «Спасибо! Ты не только восстановил страну, но и помог жителям найти свои домики. Теперь им хорошо, ведь очень важно знать, где твой дом. Но как же мы будем путешествовать по этой стране без карты? Ведь каждая страна имеет свою территорию и границы. Территория страны наносится на карту. Посмотри — вот карта страны чувств (ведущий показывает силуэт человека). Но она пуста. После восстановления страны карта еще не исправлена.

Только ты, как человек, восстановивший страну, можешь раскрасить карту. Для этого возьми, пожалуйста, свои волшебные карандаши. Они уже помогли тебе восстановить страну, теперь помогут и раскрасить карту».

Если, рассматривая карту страны, ребенок скажет, что это — человек, можно объяснить ему, что на карте очертание разных стран может быть похоже на что угодно. Например, очертание Италии похоже на сапог (при этом хорошо иметь под рукой атлас и подкрепить свои слова рассматриванием карт).

Когда карта будет раскрашена, ведущий благодарит ребят и говорит, что в следующий раз они начнут ближе знакомиться с этой страной и узнают много интересных историй.

Итак, первое занятие окончено.

На последнем занятии ведущий вновь предлагает им это задание и сравнивает результаты.

### ***Обработка результатов.***

При обработке результатов важно обращать внимание на следующее.

1. На то, все ли цвета были задействованы при раскрашивании домиков.

2. На адекватность подбора цвета при «заселении» чувств в домики. Например, неадекватным может считаться соответствие «радости» и «удовольствия» черному, коричневому или серому цветам. Однако несмотря на то, что данный выбор может считаться неадекватным, тем не менее он является диагностичным.

3. На распределение цветов, обозначающих чувства, внутри силуэта человека. Причем целесообразно символически разделить силуэт на 5 зон:

- голова и шея (symbolizируют ментальную деятельность);
- туловище до линии талии, исключая руки (symbolизируют эмоциональную деятельность);
- руки до плеч (symbolизируют коммуникативные функции);
- тазобедренная область (symbolизирует область сексуальных, а также творческих переживаний);
- ноги (symbolизируют чувство «опоры», уверенность, а также возможность «заземления» негативных переживаний).

Исследуя «карту», мы узнаём, какие чувства «живут» в разных частях тела. Например, чувства, «живущие в голове», окрашивают мысли. Если в голове «живет» страх, наверное, осуществлять мыслительную деятельность будет непросто. В руках «живут» чувства, испытываемые и контактах с окружающими. В ногах находятся чувства, которые дают человеку психологическую уверенность, или же (если в ногах поселились «негативные» чувства) человек имеет стремление «заземлить», избавиться от них.

Последующие занятия носят комбинированный характер (на занятии сочетаются различные виды деятельности и методы). Используются элементы песочной терапии, театрализованных игр с куклами (и без них), психодинамические медитации, релаксационный практикум, элементы арт и игротерапии, риторики и пр.

## **Исследование самооценки по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан**

Данная методика основана на непосредственном оценивании (шкалировании) школьниками ряда личных качеств, таких как здоровье, способности, характер и т. д. Обследуемым предлагается на вертикальных линиях отметить определенными знаками уровень развития у них этих качеств (показатель самооценки) и уровень притязаний, т. е. уровень развития этих же качеств, который бы удовлетворял их. Каждому испытуемому предлагается бланк методики, содержащий инструкцию и задание.

### **Проведение исследования**

**Инструкция.** “Любой человек оценивает свои способности, возможности, характер и др. Уровень развития каждого качества, стороны человеческой личности можно условно изобразить вертикальной линией, нижняя точка которой будет символизировать самое низкое развитие, а верхняя — наивысшее. Вам предлагаются семь таких линий. Они обозначают:

1. здоровье;
2. ум, способности;
3. характер;
4. авторитет у сверстников;
5. умение многое делать своими руками, умелые руки;
6. внешность;
7. уверенность в себе.

На каждой линии чертой (-) отметьте, как вы оцениваете развитие у себя этого качества, стороны вашей личности в данный момент времени. После этого крестиком (x) отметьте, при каком уровне развития этих качеств,

сторон вы были бы удовлетворены собой или почувствовали гордость за себя”.

Испытуемому выдается бланк, на котором изображено семь линий, высота каждой — 100 мм, с указанием верхней, нижней точек и середины шкалы. При этом верхняя и нижняя точки отмечаются заметными чертами, середина — едва заметной точкой.

Методика может проводиться как фронтально — с целым классом (или группой), так и индивидуально. При фронтальной работе необходимо проверить, как каждый ученик заполнил первую шкалу. Надо убедиться, правильно ли применяются предложенные значки, ответить на вопросы. После этого испытуемый работает самостоятельно. Время, отводимое на заполнение шкалы вместе с чтением инструкции, 10—12 мин.

## **Обработка и интерпретация результатов**

Обработка проводится по шести шкалам (первая, тренировочная — «здоровье» — не учитывается). Каждый ответ выражается в баллах. Как уже отмечалось ранее, длина каждой шкалы 100мм, в соответствии с этим ответы школьников получают количественную характеристику (например, 54мм = 54 баллам).

*По каждой из шести шкал определить:*

- уровень притязаний — расстояние в мм от нижней точки шкалы («0») до знака «х»;
- высоту самооценки — от «о» до знака «—»;
- значение расхождения между уровнем притязаний и самооценкой — расстояние от знака «х» до знака «-», если уровень притязаний ниже самооценки, он выражается отрицательным числом.

Рассчитать среднюю величину каждого показателя уровня притязаний и самооценки по всем шести шкалам.

## **Уровень притязаний**

Норму, реалистический уровень притязаний, характеризует результат от 60 до 89 баллов. Оптимальный — сравнительно высокий уровень — от 75 до 89 баллов, подтверждающий оптимальное представление о своих возможностях, что является важным фактором личностного развития. Результат от 90 до 100 баллов обычно удостоверяет нереалистическое, некритическое отношение детей к собственным возможностям. Результат менее 60 баллов свидетельствует о заниженном уровне притязаний, он — индикатор неблагоприятного развития личности.

## **Высота самооценки**

Количество баллов от 45 до 74 («средняя» и «высокая» самооценка) удостоверяют реалистическую (адекватную) самооценку.

Количество баллов от 75 до 100 и выше свидетельствует о завышенной самооценке и указывает на определенные отклонения в формировании личности. Завышенная самооценка может подтверждать личностную незрелость, неумение правильно оценить результаты своей деятельности, сравнивать себя с другими; такая самооценка может указывать на существенные искажения в формировании личности — «закрытости для опыта», нечувствительности к своим ошибкам, неудачам, замечаниям и оценкам окружающих. Количество баллов ниже 45 указывает на заниженную самооценку (недооценку себя) и свидетельствует о крайнем неблагополучии в развитии личности. Эти ученики составляют «группу риска», их, как правило, мало. За низкой самооценкой могут скрываться два совершенно разных психологических явления: подлинная неуверенность в себе и «защитная», когда декларирование (самому себе) собственного неумения, отсутствия способности и тому подобного позволяет не прилагать никаких усилий.

В табл. даны количественные характеристики уровня притязаний и самооценки, полученные для учащихся 7-10 классов городских школ (около 900 чел.).

Таблица. Количественные характеристики уровня притязаний и самооценки учащихся 7-10 классов городских школ.

Параметр	Количественная характеристика (балл)			
	низкий	средний	высокий	Очень высокий
Уровень притязаний	Менее 60	60-74	75-89	90-100
Уровень самооценки	Менее 45	45-59	60-74	75-100

## **Приложение Б**

### **Сказка про девочку и зеркальце**

Жил-был доктор, весьма добрый, он лечил детей. И среди прочих детей он лечил одну девочку. Эта девочка была очень некрасивая, почти что уродина. Да, она была уродиной. И каждое утро она доставала свое зеркальце и смотрела в него, не стала ли она хоть чуточку получше, Доктор делал ей самые разные примочки, давал специальные таблетки, заставлял пить кучу пилюль, пробовал массаж, но ничего не помогало. Но он не терял надежды.

Как-то раз ясным погожим утром девочка пошла прогуляться в лес и сама не заметила, как забрела в самую чащу, однако не растерял ась, потому что внезапно открылась опушка леса и перед ее взором предстал удивительный домик, очень похожий на те, в которых живут колдуны. Дверь домика распахнулась. и девочка увидела старую женщину. Это была колдунья. И надо сказать, что эта колдунья была доброй и уж. конечно же, не собиралась обижать маленькую девочку, к тому же такую несчастную на вид.

Да, колдунья пригласила девочку зайти внутрь. Она так и сказала:

- Проходи в дом, раз пришла, Ты можешь выбрать себе самое удобное кресло, какое только найдешь. А после этого расскажи мне все-все, что ты можешь про себя рассказать такой старой и гудрой женщине как я.

И девочка поступила точно так, как велела ей колдунья.

Она выбрала самое мягкое кресло и погрузилась в него так глубоко что едва могла разглядеть кончики своих ботинок. И конечно же, девочка рассказала колдунье все - все про себя. А колдунья слушала внимательно, изредка кивая головой.

Когда же история девочки подошла к концу старая женщина сказала девочке:

- Я знаю. как тебе помочь. для этого тебе придется выполнить одно небольшое условие. - С этими словами она протянула бедняжке корзинку в которой белели ромашки. - Ты должна будешь, ни разу не заглянув в корзинку, донести ее до окраины леса, и как только ты из него выйдешь, там под ромашками ты найдешь то, что искала,

И девочка побежала что есть силы туда, где, как она думала, заканчивался лес успев конечно поблагодарить старушку за ее доброту.

Девочка бежала и бежала, а лес все не кончался; и ей ничего не оставалось делать как только продолжать свои поиски. пока не пришла ночь. Ей пришлось прилечь, постелив свежий лапник, чтобы не замерзнуть. А когда наступило утро ее словно что-то повело. и она довольно скоро нашла просвет, а вслед за ним и выход из порядком надоевшего ей леса.