

Психодіагностичний інструментарій для вивчення особливостей підлітків в умовах інтернатного закладу / Ревіталізація дітей з особливими потребами: монографія / За заг. ред. проф. Гошовського Я.О. – Луцьк: ПП Іванюк В.П., 2013. – С.181-236.

6.1. ПСИХОДІАГНОСТИЧНИЙ ІНСТРУМЕНТАРІЙ ДЛЯ ВИВЧЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ІНТЕРНАТНОГО ЗАКЛАДУ

(укладач: проф. Ярослав Олександрович Гошовський)

В онтогенезі особистості підлітковий вік має загальновизнані «больові вузли», характеризується особливою складністю й бурхливістю змін, що відбуваються на цьому віковому етапі її розвитку.

Сучасна виховна система, намагаючись відшукати нові стратегії і тактики оптимізації психічного й особистісного розвитку дітей, неминуче стикається з проблемою специфіки того переломного вікового етапу, коли ще не відбулося прощання з дитинством, але вже серйозно заявляє про себе дорослість. Усе надзвичайно ускладнюється, коли об'єктом вивчення виступають діти, позбавлені батьківського тепла, ласки і впливу, тобто вони мають гіркий досвід депривації внутрісімейних стосунків, виховуючись у школах-інтернатах та інших закладах закритого типу.

Тривала депривація зумовлює відставання у психічному розвитку особистості за багатьма параметрами. Вона негативно позначається на самосвідомості, призводить до гальмування адекватного самосприймання, служить причиною численних розладів і дисгармоній, шкодить психічному здоров'ю підлітка. Нагромадження різних видів депривації веде до нівелювання індивідуально-неповторної психоструктури особистості.

Надзвичайно пильної уваги вчителя, шкільного психолога потребує вивчення психологічних особливостей особистісного розвитку підлітків, зумовлених їх перебуванням у школі-інтернаті. По-перше, змістові характеристики образу Я підлітка значною мірою визначаються його включеністю – невключеністю в систему реальних батьківсько-дитячих (сімейних) стосунків. Якість, міра і частота цих

взаємин (або їх відсутність) істотно позначаються на становленні духовного світу дитини. Від включеності підлітка в мікроклімат сім'ї залежать специфіка його соціалізації, її швидкість і успішність. Відомо, що навіть референтні для підлітка особи чи групи неспроможні компенсувати відсутність соціально-духовного контакту з батьками.

По-друге, депривація, спричинивши до перерваності внутрішньосімейної взаємодії, негативно позначається на становленні статеворольових орієнтацій підлітка. Обмеженість орієнтирів, брак «позитивних домінант» – причина частих відхилень у межах вікової популяції. Це штовхає дитину в затяжний і болісний хаос невизначеності або до розвитку (в певній системі взаємин, у конкретному закладі) за переважаючим типом маскулінності – фемінінності.

По-третє, від тривалості перебування підлітка в депривованих умовах залежить як змістове наповнення образу Я, так і міра його деформації. А дефіцит образу Я, виступаючи у формі комплексу неповноцінності (почуття власної непотрібності, самотності, провини перед іншими), часто виявляється в емоціях горя та гримасах болю.

По-четверте, внаслідок регламентованого характеру життєдіяльності, що вступає в суперечність з віковою потребою в динамічній самореалізації, підліток неминуче опиняється перед необхідністю «протестувального стилю» поведінки-відповіді.

По-п'яте, депривація притупляє (або хворобливо загострює) у підлітка рефлексію, що викликає перепади в самооцінці та веде до розмитого, дифузного самосприймання. Це стає причиною слабого малоефективного психічного захисту від шкільних стресових ситуацій.

Нарешті, потреба підлітка в позитивному соціальному статусі, а також «сповідальний вакуум» внаслідок перерваної (чи взагалі відсутньої) внутрішньосімейної взаємодії викликають у нього бажання пізнати повною мірою людське тепло, співчуття і пораду. Це проектується на оточення, виявляється у підвищеному інтересі до проблем і болю однолітків, у зростанні емпатійності.

Ці психологічні особливості підлітка школи-інтернату не фатальні за своїм «негативним» потенціалом. Проте, вивчаючи особистість

депривованого підлітка, треба пам'ятати про специфічну детермінацію його розвитку.

Одним із способів вивчення загального психічного стану є методика, за допомогою якої можна визначити його настрій, і самопочуття. Вона дає змогу певною мірою окреслити коло факторів, що безпосередньо впливають на життєвий тонус особистості. Знижена активність, різні перепади настрою, немотивоване самопочуття – ось лише основні, характерні риси підлітка, що перебуває в дитячому закладі закритого типу.

Аналіз даних, отриманих за допомогою методики САН (самопочуття, активність, настрої) [16], дає можливість не лише пізнати «загальне обличчя» підлітка, але й накреслити шляхи його корекції.

Методика САН (самопочуття, активність, настрої)

Інструкція: Перед тобою шкала протилежних якостей. Оціни, будь ласка, свій стан протягом дня (з ранку до моменту перевірки), вибравши бал, який найбільшою мірою відображає співвідношення між двома протилежними якостями:

1. Добре самопочуття	5	4	3	2	1	погане самопочуття
2. Сильний	5	4	3	2	1	слабкий
3. Активний	5	4	3	2	1	пасивний
4. Рухливий	5	4	3	2	1	малорухливий
5. Веселий	5	4	3	2	1	сумний
6. Гарний настрій	5	4	3	2	1	поганий настрій
7. Працездатний	5	4	3	2	1	непрацездатний
8. Повний сил	5	4	3	2	1	знесилений
9. Швидкий	5	4	3	2	1	повільний
10. Діяльний	5	4	3	2	1	бездіяльний
11. Щасливий	5	4	3	2	1	нешасний
12. Життєрадісний	5	4	3	2	1	похмурий
13. Напружений	5	4	3	2	1	розслаблений
14. Здоровий	5	4	3	2	1	хворий
15. Захоплений	5	4	3	2	1	байдужий
16. Схвильований	5	4	3	2	1	спокійний
17. Піднесений	5	4	3	2	1	похнюплений
18. Радісний	5	4	3	2	1	зажурений
19. Відпочилий	5	4	3	2	1	стомлений
20. Свіжий	5	4	3	2	1	виснажений

21. Збуджений	5	4	3	2	1	сонливий
22. Бажання діяти	5	4	3	2	1	бажання відпочити
23. Безтурботний	5	4	3	2	1	заклопотаний
24. Оптимістичний	5	4	3	2	1	песимістичний
25. Витривалий	5	4	3	2	1	кволий
26. Бадьорий	5	4	3	2	1	млявий
27. Міркую без напруження	5	4	3	2	1	міркувати можу лише через силу
28. Уважний	5	4	3	2	1	неуважний
29. Сповнений надій	5	4	3	2	1	розчарований
30. Задоволений	5	4	3	2	1	незадоволений

Оцінка результатів. Показник самопочуття визначається за середнім балом на основі номерів шкали — 1, 2, 7, 8, 13, 14, 19, 20, 25, 26;

активності — 3, 4, 9, 10, 15, 16, 21, 22, 27, 28;

настрою — 5, 6, 11, 12, 17, 18, 23, 24, 29, 30.

Умови депривації спричинюють недорозвиненість емоційно-вольової сфери, що виявляється в зниженій емоційності, пасивності, скутості підлітка. Специфічність і вузькість контактів, їх обмеженість призводять до вимушеної поверхневості почуттів, емоційної недостатності і стандартизованих емоцій, зокрема принагідних емоцій-спалахів. Низька емоційно-вольова рівноваженість і підвищена сензитивність стають причиною дратівливості, конфліктності й кволості депривованих підлітків. Емоційна замкненість, як і навмисні захисні «емоційні бурі», руйнують комунікативні канали міжособистісної взаємодії, симпатію та рружбу. Дослідження показали, що в інтернатах набагато менша кількість постійних діад і триад (у дітей обох статей), які до того ж мають тимчасовий, ситуативний характер і відзначаються низькою стабільністю.

Стійкість і пожвавлення емоційних зв'язків досить часто торпедуються жорсткою регламентацією, де основний акцент робиться на дисциплінарних, а не гуманістичних аспектах. Тому деформоване з дитинства уявлення про можливість вільного й відвертого емоційного реагування на природні ситуації, потреби і прагнення в майбутньому переростає в дезадаптацію до середовища.

Обов'язкове щоденне спілкування з досить вузьким і обмеженим колом однолітків і старших збіднює спектральність емоційних проявів, скорочує тривалість позитивних емоцій.

Діагностику емоційної спрямованості підлітка шкільний психолог може здійснити за допомогою «Тесту ЗЕС» Б.І. Додонова [4].

Тест ЗЕС (загальна емоційна спрямованість)

Мета: визначити рівень загальної емоційної спрямованості особистості підлітка.

Інструкція: "Перед тобою лежить бланк із записаними на ньому різними переживаннями, притаманними людині.

1. Уважно прочитай нижче наведені переживання і запиши номер того з них, яке найбільше тобі подобається. Якщо цілком упевнений у правильності своєї відповіді, то обведи кружечком відповідний номер.

2. Інші номери розташуй справа в рядок (за порядком надання переваги) — від найбільшого до найменшого. Треба включити в перелік усі номери.

3. Відокрем вертикальною лінією номери тих емоцій, яким ти надаєш перевагу над іншими".

Зразок протоколу: 9 8 7 4 6 5 2 / 1 10 3.

Примітка: Дуже зручний такий варіант цієї методики, коли кожне переживання описане на окремій карточці, а учневі треба їх посортувати.

Перелік переживань

1. Відчуття незвичного, таємничого, незвіданого, що проявляється в незнайомій місцевості, обстановці.

2. Радісне хвилювання, нетерпіння під час придбання нових речей, предметів колекціонування, задоволення від думки, що незабаром їх стане ще більше.

3. Радісне збудження, піднесеність, захоплення, якщо робота йде добре, коли досягаєш успішних результатів.

4. Задоволення, гордість, піднесеність, коли можеш довести свою цінність як особистості або перевагу над суперником, якщо тобою відверто захоплюються.

5. Веселість, безтурботність, добре фізичне самопочуття, коли дістаєш насолоду від смачної їжі, втіху від вдалого відпочинку, невимушеної обстановки.

6. Почуття радості, задоволення, коли вдається зробити щось добре для любих тобі людей.

7. Жвава зацікавленість під час пізнання нового, вражаючих наукових фактів. Радість і глибоке задоволення від осягнення суті явищ, підтвердження своїх здогадок і передбачень.

8. Бойове, запальне збудження, почуття ризику, захоплення ним, азарт, гострі відчуття в момент боротьби, небезпеки.

9. Радість, хороший настрій, симпатія, вдячність під час спілкування з шанованими людьми, приязне ставлення і взаєморозуміння з тими, кого любиш, задоволення, коли дістаєш схвалення з боку інших.

10. Своєрідна насолода під час сприймання природи або музики, віршів, інших творів мистецтва.

Характеристика груп емоцій (за Б.І. Додоновим)

1. Романтичні — потяг до всього незвичайного, таємничого.

2. Акзитивні — переживання, пов'язані з прагненням до нагромадження і колекціонування речей, що виходить за межі практичної потреби в них.

3. Практичні — переживання, викликані діяльністю, зміною її під час роботи, успішністю або невдалістю її здійснення та завершення.

4. Глоричні — переживання, зумовлені потребою в самоствердженні, в прославленні. Типова для них емоційна ситуація — реальне чи уявне "пожинання лаврів".

5. Гедоністичні — емоції, пов'язані із задоволенням потреби в тілесному і духовному комфорті.

6. Альтруїстичні — переживання, що виникають на основі потреби в допомозі, сприянні, протегуванні іншим людям.

7. Гностичні — емоції, пов'язані з потребою не просто отримати будь-яку інформацію, а досягти "когнітивної гармонії". Суть останньої полягає в тому, щоб у новому, невідомому відшукати знайоме, звичне, зрозуміле, зводячи таким чином усю наявну інформацію до "спільного знаменника".

8. Пугнічні — емоції, зумовлені потребою в подоланні небезпеки, внаслідок чого виникає інтерес до боротьби.

9. Комунікативні — емоції, що з'являються в результаті потреби в спілкуванні.

10. Естетичні — емоції, що зумовлюють почуття прекрасного.

Складність і напруженість психологічного клімату в дитячому закладі закритого типу позначаються на особливостях вольової регуляції підлітка. Специфіка розвитку підлітка в умовах госпіталізму значно утруднює його свідому саморегуляцію діяльності й поведінки. Численні перешкоди на шляху подолання труднощів у досягненні підлітком цілей лише збільшуються внаслідок режиму депривації. За умови авторитарної спонукальності у формі постійних вимог вихователів гальмуються самостійність, рішучість, наполегливість учня.

Депривовані підлітки різняться також за особливостями локуса контролю, тобто за схильністю приписувати відповідальність за наслідки своєї діяльності собі, завдячувати власним зусиллям і здібностям або зовнішнім обставинам і силам. Спостерігається полярність самовіднесення з помітною тенденцією до переживання останнього — екстернальності.

У напружених ситуаціях депривовані підлітки схильні до неусвідомлюваного і невиправданого ризику або й просто до ризику задля ризику. Однак така імпульсивність може співіснувати з швидким переходом до нерішучості.

Розуміння й корекція цих та інших явищ можливі лише за умови врахування складних механізмів вольової діяльності підлітка, зокрема особливостей вольової регуляції. Розв'язанню цієї проблеми сприятиме «Методика вимірювання імпульсивності-керованості (особливостей вольової регуляції)» [5].

Вимірювання імпульсивності — керованості

Мета: визначити особливості вольової регуляції, імпульсивності-керованості собистості підлітка.

Інструкція: "Тобі потрібно відповісти на ряд запитань за допомогою 5 варіантів відповіді на кожне з них.

Намагайся не використовувати проміжну відповідь (варіант "щось середнє"). Слід вибирати її лише тоді, коли не можна відповісти інакше. Відповідай швидко.

Не намагайся справити своїми відповідями сприятливе враження, оскільки поганих чи добрих відповідей у даному опитувальнику немає. Слід вільно, відверто й щиро висловлювати свою думку".

Варіанти відповіді: 1 — ні, 2 — скоріше ні, 3 — щось середнє, 4 — скоріше так, 5 — безсумнівно.

Запитання:

1. Чи стійкі твої інтереси в галузі мистецтва, спорту, науки?
2. Чи усвідомлюєш певну поспішність у прийнятті рішення?
3. Чи вважаєш себе нервовою людиною, яка легко збуджується?
4. Чи терпляча ти людина?
5. Чи піддаєшся частим змінам настрою?
6. Чи легко можеш змусити себе працювати на уроках, коли в тебе "неробочий" настрій?
7. Чи розважлива ти людина?
8. Чи схильний діяти в повсякденному житті під впливом моменту, не замислюючись про ймовірні наслідки?
9. Чи керуєшся в своїй діяльності правилом: "Сім раз відмір — один раз відріж"?
10. Чи виявляєш, як правило, послідовність і наполегливість у здійсненні своїх планів?
11. Чи маєш схильність говорити, не думаючи?
12. Чи твої взаємини з іншими людьми постійні й рівноправні?
13. Коли ти рухаєшся, йдеш, розмовляєш, чи справляєш враження людини, що діє виважено, методично?
14. Чи швидко згасає в тебе інтерес до різних занять, розваг?
15. Чи легко переносиш певну одноманітність у роботі, обстановці?
16. Чи краще тобі мати менше відразу, ніж більше пізніше?
17. Чи схильний до прискіпливого попереднього обмірковування справи — навіть не дуже важливої?
18. Чи притаманне тобі прагнення чинити наперекір своїм добрим намірам, під впливом почуттів?
19. Чи приваблює тебе копітка робота, що потребує пильної уваги?
20. Чи відчуваєш, як правило, сильне роздратування, стоячи черзі?
21. Чи вважаєш себе спокійною, врівноваженою людиною?
22. Чи імпульсивна ти людина?

23. Чи схильний доводити розпочату справу до завершення, навіть коли ти втратив до неї інтерес?

24. Чи відзначаєшся безпосередністю?

Обробка результатів.

Прямі запитання: №№ 2, 3, 5, 8, 11, 14, 16, 18, 20, 22, 24.

Зворотні запитання: №№ 1, 4, 6, 7, 9, 10, 12, 13, 15, 17, 19, 21, 23.

Оцінка імпульсивності в балах:

відповіді 1 2 3 4 5.

Бали за прямі запитання:

1 варіант 1 2 3 4 5

2 варіант +2 +1 0 -1 -2.

Бали за зворотні запитання:

1 варіант 5 4 3 2 1

2 варіант -2 -1 0 +1 +2.

Вікова особливість підлітка — це чітка тенденція до самоусвідомлення не лише за допомогою власних механізмів автопізнання, але й через засвоєння обистісних рис інших. Активно взаємодіючи зі світом, підліток дістає соціальний досвід, лише проникнувши крізь призму "особистісного потенціалу" кожного з членів мікросередовища. Складність внутрішньої структури найближчого оточення депривованого підлітка зумовлена відсутністю такої життєво необхідної ланки, як батьки. Не драматизуючи ролі та значення біологічних чинників і наслідків депривації, наголосимо, що перерваність (відсутність) соціально-духовного контакту з сім'єю надзвичайно ускладнює процес становлення особистості підлітка. Адже його зростання детермінується як умовами життєдіяльності, так і сферою найближчого, переважно референтного, оточення, яке задає тон і вектор усього розвитку. Лише в єдності з мікросередовищем можлива переорієнтація підлітка з інтимно-особистісних і стихійно-групових форм спілкування на соціально орієнтовані.

Психічна депривація формує в особистості зміщені ціннісні орієнтації стосовно себе та навколишнього світу, що призводить до деструктивних змін у самосвідомості. До того ж зміщення зазнають насамперед ті ціннісні орієнтації, в яких структуровані негативні переживання й уявлення підлітка про вагомі для нього цінності як тепер, так

і в минулому та майбутньому. Зокрема, орієнтація депривованого підлітка на пристосування пояснюється тим, що підставою для свого оцінювання він вважає не критерії власної незалежної самооцінки, а думки, характеристики і висловлювання інших.

Розібратись у складній мережі ціннісних орієнтацій допоможе «Методика ЦОЄ (ціннісно-орієнтаційна єдність)» [30].

Методика ЦОЄ

Мета: визначити ціннісні орієнтації особистості підлітка.

Інструкція: "Вибери з 35 якостей лише 5, які, на твою думку, є найпотрібнішими та найважливішими для успішного виконання спільної діяльності. Номери вибраних якостей запиши на окремому аркуші паперу".

Якості особистості

1. Дисциплінованість
2. Ерудованість
3. Усвідомлення громадського обов'язку
4. Кмітливість
5. Начитаність
6. Працелюбність
7. Ідейна переконаність
8. Уміння контролювати роботу
9. Моральна вихованість
10. Самокритичність
11. Чуйність
12. Громадська активність
13. Уміння планувати роботу
14. Допитливість
15. Уміння працювати з книжкою
16. Цілеспрямованість
17. Колективізм
18. Старанність
19. Вимогливість до себе
20. Критичність
21. Духовне багатство
22. Уміння пояснити завдання
23. Чесність
24. Ініціативність
25. Уважність

26. Відповідальність
27. Принциповість
28. Самостійність
29. Комунікативність
30. Розсудливість
31. Скромність
32. Обізнаність
33. Справедливість
34. Оригінальність
35. Впевненість у собі

Коефіцієнти ЦОЄ:

$$ЦОЄ = \frac{\bar{a} - \bar{в}}{B}, \text{ де}$$

\bar{a} — середнє число виборів, які припадають на одну з 5 якостей, що отримали максимальну кількість виборів;

$\bar{в}$ — середнє число виборів, які припадають на одну з решти якостей;

B — кількість тих, хто брав участь в експерименті;

$$ЦОЄ = \frac{1,4a - B}{6B}$$

a — сума виборів, які припадають на 5 найпопулярніших якостей;

B — кількість учасників експерименту.

Нормативи для другої формули:

$ЦОЄ \geq 0,5$ — високий показник розвитку;

$0,5 \geq ЦОЄ \geq 0,3$ — проміжний рівень розвитку;

$ЦОЄ \leq 0,3$ — низький рівень розвитку.

Ключ:

Ставлення до навчання — 1, 6, 16, 18, 25.

Моральні якості 3, 7, 9, 12, 27.

Знання — 2, 5, 14, 21, 32.

Якості розуму — 4, 20, 24, 30, 34.

Навчально-організаційні вміння — 8, 13, 15, 22, 26.

Ставлення до товаришів — 11, 17, 23, 29, 33.

Ставлення до себе — 10, 19, 28, 31, 35.

Аналізуючи результати вивчення, слід звернути особливу увагу на специфіку вияву окремих рис феномена «ми», притаманного дітям, які переживають стан депривації. Треба враховувати і значну групову

залежність підлітка школи-інтернату, який ділить світ за принципом «ми» (свої) — «інші» (чужі). Деприваційна стіна відокремлює його від широких соціально-перцептивних зв'язків, зациклюючи на інтересах мікрогрупи, її ціннісних установках і орієнтаціях. Спеціальна психологопедагогічна корекція дасть змогу запобігти орієнтирам делінквентного (злочинного) характеру.

Не можна ігнорувати і таку можливу тенденцію в розвитку підлітків школи-інтернату, як загострена (або гіпертрофована) потреба в досягненні: від романтизованого статусу супермена до теплішого місця біля радіатора опалення в спальній кімнаті. До речі, трапляється й навпаки — значна частина підлітків має занижений рівень домагань, несуттєву гаму потреб, але пояснювати це лише байдужістю було б неправильно. Гадаємо, в умовах депривації основних життєвих потреб і запитів актуалізація саме потреби в досягненні набирає компенсаторного характеру та спрямування. Враховуючи певну схильність депривованого підлітка до споживацького трактування реалій буття («Світ винен у всьому»), можна правильно інтерпретувати його егоїстичні чи агресивні прояви. Вчасна порада кваліфікованого спеціаліста сприятиме запобіганню майбутнім розладам уже на рівні глибинних психічних механізмів особистості.

Істотно допоможе в означенні та вивченні цього явища **"Методика вивчення потреби в досягненні" [16].**

Інструкція: Будь ласка, дай відповідь "Так" чи "Ні" на запитання:

1. Вважаю, що успіх у житті скоріше залежить від випадку, ніж від розрахунку.
2. Якщо мене позбавлять улюбленого заняття, то життя для мене втратить сенс.
3. Для мене в будь-якій справі найважливішим є не її виконання, а кінцевий результат.
4. Вважаю, що люди більше страждають від невдач на роботі, ніж від поганих взаємин з близькими.
5. На мою думку, більшість людей живе далекими, а не близькими цілями.
6. У житті в мене було більше успіхів, ніж невдач.

7. Емоційні люди мені подобаються більше, ніж діяльні.
8. Навіть у звичній роботі я намагаюся вдосконалити деякі її елементи.
9. Поглинений думками про успіх, я можу забути про заходи безпеки.
10. Мої близькі вважають, що я ледачий.
11. Вважаю, що в моїх невдачах винні радше обставини, ніж я сам.
12. Терпіння в мені більше, ніж здібностей.
13. Мої батьки занадто суворо контролювали мене.
14. Лінощі, а не сумніви в успіху, змушують мене часто відмовлятися від своїх намірів.
15. Гадаю, що я впевнена в собі людина.
16. Заради успіху я можу ризикувати, навіть якщо шанси не на мою користь.
17. Я старанна людина.
18. Коли все йде рівно, то моя енергія посилюється.
19. Якби я був журналістом, то писав би радше про оригінальні винаходи, ніж про події.
20. Мої близькі здебільшого не поділяють моїх планів.
21. Рівень моїх вимог до життя нижчий, ніж у моїх товаришів.
22. Гадаю, що наполегливості маю більше, ніж здібностей.

Обробка результатів.

Ключ:

"Так" — 2, 6, 7, 8, 14, 16, 18, 19, 21, 22;

"Ні" — 1, 3, 4, 3, 9, 10, 11, 12, 13, 15, 17, 20.

Рівень потреби в досягненні оцінюється за такими параметрами:

від 0 до 11 — низький,

від 12 до 15 — середній,

від 16 до 21 — високий.

Підвищена психічна тривожність — той чинник, що неминуче впливає на ще хистку психоструктуру підлітка школи-інтернату. Вчені виділяють три групи тривожності: особистісна, ситуаційна і патологічна.

Особистісна тривожність — це стійка і водночас динамічна характеристика, що відображає схильність людини до сприймання широкого кола ситуацій і проблем, як загрозливих. Вона свідчить про

підвищений внутрішній неспокій і впливає на особливості сприймання та емоційно-інтелектуальну поведінку підлітка.

Ситуаційна тривожність — своєрідні тимчасові (транзисторні) стани, що виникають у незвичайних умовах і породжують відчуття невпевненості, страху, загрози.

Патологічна тривожність — відносно стабільний і тривалий стан, характерними компонентами якого є гнітюче переживання невизначеного страху і неприємне передбачення загрозової небезпеки.

Амплітуда прояву тривожності в депривованих умовах коливається в межах, окреслених цими трьома визначеннями, набуваючи актуальності й модальності залежно від індивідуальних особливостей підлітка та специфіки певного виховного закладу. Якщо в школі-інтернаті часто застосовують авторитарні методи виховання, то у дітей підвищується загальна тривожність, що супроводжується сильними афективними переживаннями — такими, як пригніченість, смуток, невпевненість у собі, образа і переляк. Крайнім проявом особистісної тривожності дитини є посилена депресивність психічного стану, яка, утворивши психосоматичне кільце, може викликати цілий ряд серйозних захворювань.

Рівень тривожності суттєво впливає на якість і характер міжособистісних взаємин, позначається на ефективності навчального процесу, розвитку підлітка в цілому.

Докладне вивчення цього складного явища потребує виваженого підходу і спеціальних методик. Однією з таких методик (наведена у розділі) є визначення рівня особистісної тривожності за допомогою шкали самооцінки Ч.Д. Спілбергера [16].

Шкала самооцінки

Запропонована шкала налічує 20 запитань, на кожне з яких учень повинен відповісти, поставивши знак (+) в одній з чотирьох граф — "майже ніколи", "інколи", "часто", "майже завжди". Кожна з цих граф оцінюється відповідно 1, 2, 3, 4 балами.

Інструкція: Будь ласка, уважно прочитай речення і постав знак (+) проти кожного з них у графі, що найбільшою мірою відповідає

твоєму самопочуттю. Над запитанням довго не розмірковуй, оскільки правильних чи неправильних відповідей не існує.

Таблиця І

№	Судження	Майже ніколи	Інколи	Часто	Майже завжди
		1	2	3	4
1.	Я відчуваю задоволення.				
2.	Я швидко стомлююся.				
3.	Я легко можу заплакати.				
4.	Я хотів би почуватися так само щасливим, як і інші.				
5.	Трапляється, я програю через те, що не досить швидко приймаю рішення.				
6.	Я відчуваю себе бадьорим.				
7.	Я спокійний, холоднокровний, зібраний.				
8.	Очікування труднощів викликає у мене сильне занепокоєння.				
9.	Я надто переживаю через дрібниці.				
10.	Я щаслива людина.				
11.	Я беру все близько до серця. Мені не вистачає впевненості в собі.				
12.	Я відчуваю себе в безпеці.				
13.	Я намагаюсь уникати критичних ситуацій, труднощів.				
14.	Іноді я нудьгую.				
15.	Трапляється, що я задоволений.				
16.	Всілякі дрібниці непокоять і відволікають увагу.				
17.	Я так сильно переймаюсь своїми переживаннями, що довго потім не можу про них забути.				
18.	Я врівноважена людина.				
19.	Мене охоплює сильне хвилювання, коли я думаю про свої справи і турботи.				
20.					

Оцінка результатів.

Підрахунок кількості балів здійснюється таким чином: від суми відповідей на запитання 2, 3, 4, 5, 8, 9, 11, 12, 14, 15, 17, 18, 20 віднімається сума відповідей на запитання 1, 6, 7, 10, 13, 16, 19, а до одержаної різниці додається число 35.

Сумарний показник свідчить:

про низький рівень тривожності — до 30 балів,

про середній рівень тривожності — 31—45 балів,

про високий рівень тривожності — 45 і більше балів.

Методика “Вивчення рівня самооцінки”

Мета: виявити рівень загальної самооцінки підлітків.

Інструкція: Потрібно заповнити опитувальник, що містить 32 судження, з приводу яких можливі п'ять варіантів відповідей. Кожна відповідь кодується балами за схемою:

Дуже часто - 4,

Часто - 3,

Іноді - 2,

Рідко - 1,

Ніколи - 0.

Судження

1. Мені хочеться, щоб мої друзі підбадьорювали мене.
2. Постійно відчуваю свою відповідальність за навчання.
3. Мене хвилює моє майбутнє.
4. Багато хто ненавидить мене
5. Я менш ініціативний, ніж інші.
6. Мене хвилює мій психічний стан.
7. Я боюся видатися невігласом.
8. Зовнішність інших набагато привабливіша, ніж моя.
9. Я боюся виступати з промовою перед незнайомими людьми.
10. Я часто роблю помилки.
11. Шкода, що я не вмію розмовляти з людьми так, як слід.
12. Шкода, що мені не вистачає впевненості в собі.
13. Я волів би, щоб інші люди частіше схвалювали мої дії.
14. Я занадто скромний.
15. Моє життя марне.
16. Багато хто неправильно думає про мене.
17. Мені ні з ким поділитися своїми думками.
18. Люди чекають від мене забагато.
19. Люди не цікавляться моїми досягненнями.
20. Я трохи соромлюся.
21. Я відчуваю, що багато людей не розуміє мене.
22. Я не відчуваю себе в безпеці.
23. Я часто хвилююся, та даремно.
24. Я почуваю себе ніяково, коли входжу до кімнати, де вже сидять люди.

25. Я почуваю себе скуто.
26. Я відуваю, що люди говорять про мене за мою спиною.
27. Я впевнений, що люди майже все сприймають легше, ніж я.
28. Мені здається, що зі мною має статись якась прикрість.
29. Мене непокоїть думка про те, як люди ставляться до мене.
30. Шкода, що я не вельми комунікабельний.
31. У суперечках я висловлююся лише тоді, коли впевнений у своїй правоті.
32. Я думаю про те, чого від мене чекає клас.

Обробка результатів: Для виявлення рівня самооцінки потрібно підсумувати бали за всіма 32 судженнями.

Сума балів:

Від **0** до **25** - свідчить про високий рівень самооцінки, за якого людина, як правило, не обтяжена “комплексом неповноцінності”, правильно реагує на зауваження і рідко піддає сумніву власні дії.

Від **26** до **45** - свідчить про середній рівень самооцінки, коли людина рідко страждає від “комплексу неповноцінності” й лише іноді намагається підлаштуватися під думку інших.

Від **46** до **128** - вказує на низький рівень самооцінки, за якого людина болісно сприймає критичні зауваження на свою адресу, намагається завжди зважати на думку інших і часто страждає від “комплексу неповноцінності”.

Методика "Тест двадцяти суджень"

(Хто я такий?)

Мета: визначити соціальну підсистему особистості, в якій відображені сприймання, оцінка та переживання особистістю самої себе - носія певних соціальних рис і відносин (або встановити так звану "соціальну ідентичність", за Ф.Патакі).

Хід проведення. Досліджуваним пропонують за 15 хвилин написати двадцять суджень-відповідей на запитання: "Хто я такий?" (лише визначення). Далі слід оцінити суб'єктивну важливість кожного з суджень за п'ятибальною шкалою. Треба також позначити ті судження, які учні вважають небажаними для себе.

Наприкінці тестування досліджуваним пропонують проілюструвати свої відповіді: пригадати конкретні ситуації, описати їх.

Обробка даних.

Судження поділяють на вісім груп:

- 1) судження-найменування (ім'я, вік, етнічна належність тощо);
- 2) соціально-рольові судження;
- 3) оцінні судження;
- 4) форми активності й схильності;
- 5) "фізичне Я";
- 6) компетентність-самовизначення;
- 7) особистісні характеристики;
- 8) інші судження.

На підставі виконання другого і третього завдань можна визначити індекс самоприйняття, що показує, яку частину висловлених суджень особистість вважає негативною, небажаною. Для цього слід підрахувати судження, позначені як небажані.

Індекс самоприйняття може бути в межах від 0 до 1, де 0 - негативні судження відсутні, 1 - усі судження оцінюються як негативні.

Виконання останнього завдання можна проаналізувати за такими параметрами:

- міра обґрунтованості суджень (кількість наведених прикладів);
- відповідність прикладу особистісним характеристикам;
- кількість посилань на конкретних людей і невизначені посилання ("кажуть", "усі" тощо);
- наявність значущих особливостей і референтних груп (з якими підліток порівнює себе як з еталоном і на норми, думки, цінності та оцінки яких орієнтується у своїй поведінці й самооцінці).

Шкала для вимірювання рівня самоповаги (за Розенбергом)

Мета: виявити глобальне ставлення особистості до себе.

Хід проведення. Досліджувані мають уважно прочитати опитувальник, що складається з десяти суджень. На кожне з них пропонується чотири градації відповідей, поданих у таблиці.

Відповіді	Судження (в балах)	
	Прямі	Зворотні
Повністю згоден	4	1
Згоден	3	2
Не згоден	2	3
Зовсім не згоден	1	4

Судження

1. Я відчуваю, що я гідна людина - принаймні не меншою мірою, ніж інші.
2. Я схильний відчувати себе невдахою.
3. Мені здається, що я маю й хороші якості.
4. Я здатний робити дещо не гірше, ніж інші.
5. Гадаю, мені немає чим особливо пишатися.
6. Я добре ставлюсь до себе.
7. Загалом, я задоволений собою.
8. Мені б хотілося більше поважати себе.
9. Я іноді ясно відчуваю свою непотрібність.
10. Часом думаю, що я в усьому поганий.

Обробка даних.

Код опитувальника: прямі запитання - 1, 3, 4, 6, 8;
зворотні запитання - 2, 5, 7, 9, 10.

Максимально можлива сума - 40 балів, мінімальна - 10 балів.

Глобальне ставлення особистості до себе виявляється у тривожності, депресивності, психосоматичних захворюваннях (чим воно нижче, тим більше останнє), а також в активності під час спілкування, прагненні до лідерства, почутті міжособистісної безпеки (чим вищий показник глобального самоствавлення, тим сильніші інші почуття).

Тест "Автопортрет"

Мета: вивчення особливостей самосвідомості, самоствавлення, самооцінки особистості.

Хід проведення: пропонують на аркуші паперу (ручкою чи олівцем) намалювати свій портрет. Час не обмежується.

Обробка даних.

Відомо, що автопортрет - це зображення людини, створене нею самою. Для психодіагностичних цілей важливо, якою мірою автопортрет як зображення його творця вичерпує свою модель і обмежується нею, а також за якими типологічними ознаками його можна відрізнити від інших зображень людей.

Автори тесту пропонують для аналізу такі показники:

1. Зображення лише обличчя.
2. Зображення у вигляді погруддя.
3. Зображення на повний зріст.
4. Зображення у вигляді профілю.
5. Зображення в анфас.
6. Схематичне зображення (вважається, що до такого типу зображення тяжіють особи інтелектуального складу, яким важливо дістати загальне уявлення про явище).
7. Реалістичне зображення (як правило, так малюють особи, яким притаманні педантичність, схильність до деталізації).
8. Метафоричне зображення (таке зображення виконують, звичайно, особи художнього складу з розвинутою фантазією, творчими здібностями).
9. Автопортрет в інтер'єрі (вважається, що такі малюнки властиві особам зі схильністю до сюжетних описів, а також із спрямованістю на зовнішнє предметне оточення).
10. Більш як одне зображення - 2, 3 тощо.
11. Автопортрет на фоні пейзажу.
12. Автопортрет в емоційному стані (до таких малюнків схильні особи з підвищеною емоційністю і рефлексією власного стану. До того ж емоція, що переживається, часто буває протилежною зображуваній).
13. Автопортрет у формі літературного персонажу.
14. Автопортрет, виконаний у вигляді рухомого зображення (такий тип малюнка характерний для осіб з виразними рухами, що захоплюються танцями, спортом тощо).
15. Розмір зображення.
16. Міра подібності до оригіналу за шкалою 1, 2, 3.
17. Міра натискування, товщина лінії - 1, 2, 3.
18. Наявність штрихування - 1, 2, 3 (звичайно, за графічними методиками, штрихування є показником тривожності).
19. Емоційна виразність зображення - 1, 2, 3.
20. Міра довершеності у змалюванні обличчя (наявність очей, носа, рота, брів, вії тощо).

Одержаний у результаті тестування матеріал можна також упорядкувати за схемою Ріда, в якій співвідносяться малюнки з типологією індивідів за К-Г.Юнгом:

- перелічувальний малюнок (зображення кількох автопортретів при інструкції намалювати один) - мислительний екстраверт;
- органічний малюнок (зображення на фоні живої природи, серед рослин, тварин) - мислительний інтроверт;
- гаптичний малюнок (зображення себе у певному стані, приміром у стані хвороби) - сенсорний інтроверт;
- декоративний малюнок (зображення портрета в явно прикрашеному вигляді: у гарній рамочці, з наявністю квітів та іншого декору) - емоційний екстраверт;
- емфатичний малюнок (зображення себе у певному стані, в емоційній атмосфері, створюваній зовні) - сенсорний екстраверт;
- імажинарний малюнок (зображення себе у вигляді якогось персонажу, взятого з літературно-художнього твору чи створеного власною уявою)
- емоційний інтроверт;
- ритмічний малюнок (зображення, де підкреслюється рух) - інтуїтивний екстраверт;
- структурний малюнок (зображення себе "як є", тобто у природному вигляді: голова, руки, ноги тощо) - інтуїтивний інтроверт.

Методика "Дім - Дерево - Людина" (за Буком)

Мета: вияв симптомкомплексів емоційної сфери особистості - незалежності, тривожності, недовіри до себе, почуття неповноцінності, ворожості, конфліктності, труднощів у спілкуванні, депресивності.

Обладнання - аркуш паперу для малювання, олівець 2М.

Для виконання завдання школяр отримує стандартний (для малювання) аркуш паперу, складений удвічі. На першій сторінці (горизонтальне положення) зверху написано "Дім", на другій і третій сторінках (вертикальне положення) - "Дерево", "Людина", на четвертій - прізвище школяра і дата. Для малювання використовується простий олівець, оскільки він дає чітке зображення лінії та натискування.

Інструкція: "Намалюй, будь ласка, якомога краще дім, дерево і людину". (На будь-які запитання школяра стосовно малюнка слід відповідати, що можна малювати так, як він бажає).

У таблиці наведено симптомокомплекси. Про вираженість кожного з них свідчить сума балів усіх показників того чи іншого симптомокомплексу.

Психологічно коректна інтерпретація будинку, дерева і людини можлива за умови виконання малюнків дитиною у вищеописаній стандартній текстовій ситуації. Як видно з таблиці, кожний симптомокомплекс містить бальне вираження ознак. Якщо ознака відсутня на всіх малюнках, то ставиться 0. Залежно від ступеня вираженості та чи інша ознака оцінюється одним, двома і трьома балами: наприклад, малюнок надто маленький і зображення вміщено на одному аркуші - 1 бал, на двох - 2, на трьох - 3 бали (симптомокомплекс "почуття неповноцінності"). В окремих випадках бальна оцінка (один чи два бали) ставиться залежно від значущості як одного, так і всіх трьох малюнків. Так, ставиться 2 бали за ознаку "очі - порожні очні ямки" симптомокомплексу - ворожість. Сума балів усіх ознак того чи іншого симптомокомплексу показує міру його вираженості.

Симптомокомплекси тесту "Дім. Дерево. Людина"

Симптомо-комплекс	№	Симптом	Бал
Незахищеність	1	Малюнок у центрі аркуша	0,1,2,3
	2	Малюнок у верхньому куті	0,1,2,3
	3	Дім, дерево - з самого краю	0,1,2
	4	Малюнок внизу аркуша	0,1,2,3
	5	Багато другорядних деталей	0,1,2,3
	6	Дерево на горі	0,1
	7	Надто підкреслене коріння	0,1
	8	Непропорційно довгі руки	0,1
	9	Широко поставлені ноги	0,1
	10	Інші можливі ознаки	
Тривожність	1	Хмари	0,1,2,3
	2	Відокремлення певних деталей	0,1

	3	Обмеження простору	0,1,2,3
	4	Штрихування	0,1,2,3
	5	Місця з сильним натискуванням	0,1
	6	Багато стертих деталей	0,1,2
	7	Мертве дерево, хвора людина	0,2
	8	Підкреслена лінія основи	0,1,2,3
	9	Товста лінія фундаменту будинку.	0,2
	10	Інтенсивно ретушоване волосся	0,1
	11	Інші можливі ознаки	
Недовіра до себе	1	Дуже слабка лінія малюнка	0,2
	2	Будинок скраю аркуша	0,1
	3	Слабка лінія стовбура	0,1
	4	Одномірне дерево	0,1
	5	Дуже маленькі двері	0,1
	6	Самовиправдовувальні застереження під час малювання, а також закривання малюнка	0,1
	7	рукою Інші можливі ознаки	
Почуття неповноцінності	1	Малюнок дуже маленький	0,1,2,3
	2	У людини відсутні руки, ноги	0,2
	3	Руки за спиною	0,1
	4	Непропорційно короткі руки	0,1
	5	Непропорційно вузькі плечі	0,1
	6	Непропорційно велике, дво-мірне листя	0,1
	7	Непропорційно велика система гілок	0,1
	8	Дерево, що вмерло від гниття	0,1
	9	Інші можливі ознаки	
Ворожість	1	Відсутність вікон	0,2
	2	Двері - шпарка для ключа	0,1
	3	Дуже велике дерево	0,1
	4	Дерево скраю аркуша	0,1
	5	Зворотний профіль	

	6	дерева, людини Гілки двох вимірів - такі, як пальці	0,1 0,1
	7	Очі - порожні очні ямки	0,2
	8	Довгі гострі пальці	0,2
	9	Оскал, видно зуби	0,1
	10	Агресивна позиція людини	0,2
	11	Інші можливі ознаки	
Конфлікт ність (фрустрація)	1	Обмеження простору	0,1,2,3
	2	Перспектива знизу (погляд черв'ячка)	0,1,2,3
	3	Перемальовування об'єкта	0,2
	4	Відмова малювати будь- який об'єкт	0,2
	5	Дерево, як два дерева	0,2
	6	Явна невідповідність якості одного з малюнків	0,2
	7	Суперечності між малюнком і	0,1
	8	висловлюванням	0,1
	9	Підкреслена талія Відсутність димаря на	0,1
	10	даху Інші можливі ознаки	
Труднощі спілкування	1	Відсутність дверей	0,2
	2	Дуже маленькі двері	0,1
	3	Відсутність вікон	0,2
	4	Вікна - отвір без рам	0,1
	5	Наглухо закриті вікна	0,1
	6	Підкреслене обличчя	0,1
	7	Обличчя намальовано в останню чергу	0,1
	8	Відсутність основних деталей обличчя	0,2
	9	Схематичне зображення людини (з паличок)	0,2
	10	Дім, людина у профіль	0,1
	11	Двері без ручки	0,1
	12	Руки в оборонній позиції	0,1
	13	Висловлювання про намальованого як про самотню людину, що не має друзів	0,1
	14	Інші можливі ознаки	

Депресивність	1	Розміщення малюнків у самому низу аркуша	0,1,2,3
	2	Вигляд дерева чи будинку зверху	0,1
	3	Лінію основи спрямовано донизу	0,1
	4	Лінія, що поглиблюється у процесі малювання	0,2
	5	Велика стомлюваність	0,2
	6	Дуже маленькі малюнки	0,2
	7	Інші можливі ознаки	

Завдання на оцінку мотивації схвалення (за Марлоу-Крауном)

Мета: визначити рівень мотивації схвалення у досліджуваних.

Інструкція: "Уважно прочитай наведені нижче судження. Біля тих, з якими погоджуєшся, постав "Так", якщо не погоджуєшся з судженням, познач "Ні".

Схвалення - це прагнення особистості заслужити позитивну оцінку значущих дорослих - батьків, учителя, друзів".

Шкала оцінки мотивації схвалення.

1. Я уважно читаю книжку перед тим, як повернути її до бібліотеки.
2. Я не вагаюсь, коли комусь потрібна допомога в біді.
3. Я завжди уважно стежу за тим, як я вдягнений.
4. Вдома я поводжу себе за столом так само, як я і в їдальні.
5. Я ніколи ні до кого не відчуваю антипатії.
6. Був (ли) випадок (ки), коли я облишив (ла) якусь роботу, бо не був (ла) впевнений (а) у своїх діях.
7. Іноді я люблю лихословити про відсутніх.
8. Я завжди уважно слухаю співрозмовника, хто б це не був.
9. Траплялося, що я вигадував "суттєву причину", щоб виправдатися.
10. Іноді я використовував людську необачність.
11. Я завжди охоче визнаю свої помилки.
12. Замість того, щоб вибачити людину за завдані мені прикрощі, я іноді намагаюсь відплатити їй тим самим.
13. Траплялося, що я наполягав, щоб вчинили по-моєму.
14. У мене не виникає внутрішнього протесту, коли мене просять зробити послугу.
15. Я ніколи не дратуюсь, коли висловлюють протилежну моїй думку
16. Збираючись у тривалу подорож, я завжди ретельно слідкую, що з собою взяти.

17. Траплялось, що я заздрив успіху інших.
18. Іноді мене дратують люди, які звертаються до мене з проханням.
19. Коли у людей неприємності, я іноді думаю, що вони на них заслуговують.
20. Я ніколи не говорив неприємних речей з усмішкою.

Шкала відповідей має два варіанти - "Так" і "Ні". Відповідь, яка збігається з відповіддю ключа, оцінюється в 1 бал.

Ключ:

відповіді "Так" - на запитання 1, 2, 3, 4, 5, 8, 11, 14, 15, 16, 20.

відповіді "Ні" - на запитання 6, 7, 9, 10, 12, 13, 17, 18, 19.

Загальна сума (від 0 до 20) вказує на рівень вираженості мотивації схвалення.

Рівні мотивації схвалення:

низький - від 0 до 6 балів;

середній - від 7 до 13 балів;

високий - від 14 до 20 балів.

Тест “Тактика поведінки в конфлікті”

Мета: дослідити поведінкові тактики під час конфлікту.

Інструкція: тест складається з двох частин: “Уникаючий конфлікту” і “Діючий напролом”. Обидві частини тесту містять по 10 суджень. Кожне з них потребує відповіді “так” або “ні”. Ви повинні будете зробити свій вибір. За відповідь “так” нараховується 1 бал, за відповідь “ні” – 0 балів.

“Уникаючий конфлікту”

- | | |
|--|-----|
| 1. Завжди програє в конфлікті | Так |
| Ні | |
| 2. Вважає, що конфлікту треба уникнути | Так |
| Ні | |
| 3. Висловлює свою думку вибачливим тоном | Так |
| Ні | |
| 4. Вважає, що програє, якщо висловить свою незгоду | Так |
| Ні | |
| 5. Дивується, чому інші його не розуміють | Так |
| Ні | |

- | | |
|---|-----|
| 6. Говорить про конфлікт на боці опонента | Так |
| Ні | |
| 7. Сприймає конфлікт надто емоційно | Так |
| Ні | |
| 8. Вважає, що в конфлікті не слід демонструвати свої емоції | Так |
| Ні | |
| 9. Відчуває, що слід поступитись, щоб вирішити конфлікт | Так |
| Ні | |
| 10. Вважає, що люди завжди важко виходять із конфлікту | Так |
| Ні | |

Обробка результатів:

8 – 10 балів означають, що у Вашій поведінці виражена тенденція до конфліктності,

4 – 7 балів - середньо виражена тенденція до конфліктної поведінки,

1 – 3 бали - тенденція не виражена.

Діючий напролом”

- | | |
|---|-----|
| 1. Часто підтасовує факти | Так |
| Ні | |
| 2. Діє напролом | Так |
| Ні | |
| 3. Шукає слабке місце в позиції опонента | Так |
| Ні | |
| 4. Вважає, що відступ призводить до “втрати обличчя” | Так |
| Ні | |
| 5. Використовує тактику “затуляння” рота опонентів | Так |
| Ні | |
| 6. Вважає себе знавцем | Так |
| Ні | |
| 7. Нападає на людину, а не на проблему | Так |
| Ні | |
| 8. Використовує тактику маскування (голосом, манерами) | Так |
| Ні | |
| 9. Вважає, що виграш в аргументах дуже важливий | Так |
| Ні | |
| 10. Відмовляється від дискусії, якщо вона не збігається з його задумами | Так |
| Ні | |

Обробка результатів:

8 – 10 балів свідчать про явну тенденцію діяти напролом,
4 - 7 балів – показник того, що має місце середньо виражена
тенденція діяти напролом,
1 – 3 бали означають, що тенденція діяти напролом не
виражена.

Самооцінка скромності

Мета: самоаналіз скромності

Інструкція: “Читаючи анкету за пунктами, потрібно оцінити міру вираженості у себе тої чи іншої якості й оцінити за шестибальною шкалою (5, 4, 3, 2, 1, 0)”.

1. Правильно оцінюю та реагую на свій успіх.
2. Вимогливий до себе.
3. Відчуваю неприязнь до тих, хто “рекламує” свої успіхи.
4. Не прагну кимось командувати.
5. Не вихвалюю себе, не розповідаю про себе, не розмальовую свої успіхи.
6. Володію почуттям власної гідності.
7. Упевнений у собі.
8. Умію зважати на думку про себе друзів.
9. Дотримуюсь правил поведінки.
10. Правильно оцінюю свої недоліки.
11. Простий, природній у поведінці.
12. Не намагаюсь бути в центрі уваги.
13. Невибагливий, поміркований у запитах.
14. Визнаю скромність своїх внесків у загальну справу.
15. Не зосереджений на собі.
16. Хочу самовдосконалитися.
17. Можу в присутності інших дати собі заслужено низьку оцінку.
18. Умію бачити в своїх успіхах заслуги інших.
19. Стараюсь не ображати інших.
20. Не прагну яскраво одягатися.

Обробка результатів: Слід просумувати всі 20 оцінок і вирахувати коефіцієнт самооцінки скромності за формулою

$$K = \frac{n \times 100\%}{20}, \text{ де}$$

K – коефіцієнт самооцінки скромності, n – кількість набраних балів.

Методика діагностики рівня суб'єктивного відчуття самотності (за Д. Расселом, М. Фергюсоном)

Мета: Встановити рівень суб'єктивного відчуття самотності.

Інструкція: Потрібно оцінити кожне твердження з погляду частоти їхнього прояву стосовно Вашого життя за допомогою чотирьох варіантів відповідей:

“часто”, “іноді”, “зрідка”, “ніколи”. Вибраний варіант відзначне “+”.

Твердження: часто - іноді - зрідка - ніколи

1. Я не щасливий, займаючись стількома справами наодинці
2. Я немає з ким поговорити
3. Мені нестерпно бути таким самотнім
4. Мені не вистачає спілкування
5. Я відчуваю нібито ніхто по-справжньому не розуміє мене
6. Я застаю себе за очікуванням, що люди зателефонують чи напишуть мені
7. Немає нікого, до кого я б міг звернутися
8. Я зараз більше ні з ким не близький
9. Ті, хто довкола мене, не поділяють мої інтереси й ідеї
10. Я відчуваю себе покинутим
11. Я не спроможний розслаблюватися і спілкуватися з навколишніми
12. Я відчуваю себе зовсім самотнім
13. Мої соціальні зв'язки і взаємини є поверхневими
14. Я помираю за компанією
15. Насправді ніхто як слід не знає мене
16. Я відчуваю себе ізольованим від інших
17. Я нещасний, будучи таким знехтуваним
18. Мені важко знаходити друзів

19. Я відчуваю себе виключеним та ізольованим іншими
 20. Люди довкола мене, але не зі мною.

Обробка результатів: Підраховується кількість кожного з варіантів відповідей. Сума відповідей “часто” множиться на три, “інколи”- на два, “зрідка” –на один і “ніколи” – на нуль. Отримані результати додаються. Максимально можливий показник самотності – 60 балів.

Рівень самотності:

- Високий - від 40 до 60 балів
 Середній - від 20 до 40 балів
 Низький - від 0 до 20 балів

**Методика оцінки рівня домагань
 (модифікація методики Ф. Хоппе)**

Мета. Вивчення рівня домагань школярів за показниками складності обраної мети.

Структура методики. Для проведення дослідження необхідно 11 карток з написаними в них номерами – від 1 до 11. Кожний рівень труднощів може мати кілька варіантів. Експериментатор власноруч збільшує або зменшує час для розв’язання завдань та довільно оцінює їх виконання – як правильне або неправильне. Лише після оцінювання учень може вибрати наступне завдання. Кількість виборів – до 5.

Інструкція. Перед Вами знаходяться картки, на звороті яких вказані завдання із зростаючою мірою складності. Номери карток позначають цю міру. На розв’язання кожного завдання відводиться певний час, Вам невідомий. Я стежу за часом з допомогою секундоміра. Якщо Ви не вкладаєтеся у відведений час, то завдання, Вами самостійно обране, вважається не розв’язаним.

Завдання для дослідження рівня домагань

Картка	Складність	Написати
1	I	три слова на букву "Н"
2	II	назви трьох фруктів на букву "А"
3	III	шість імен на букву "П"
4	IV	назви шести держав на букву "Г"

5	V	двадцять слів на букву "С"
6	VI	Які материки починаються на букву "А"
7	VII	назви п'яти держав на букву "М"
8	VIII	назви п'яти фільмів на букву "М"
9	IX	прізвища п'яти відомих кіноакторів на букву "Л"
10	X	прізвища п'яти відомих художників на букву "К"
11	XI	прізвища композиторів і письменників на букву "К"

Обробка результатів. Питання кожного рівня оцінюються відповідною кількістю балів: I складності – 1 бал, II складності – 2 бали тощо.

Для оцінки рівня домагань треба взяти суму набраних балів. Наприклад, якщо оптант має 5 виборів і він першого разу вибрав 4-у, вдруге – 5-у, втретє – 4-у, четвертий раз – 7-у, вп'яте – 8-у картки, то рівень його домагань визначатиметься як сума: $4 + 5 + 4 + 7 + 8 = 28$ балів.

Після успіху або невдачі (які експериментатор може довільно інтерпретувати) відбуваються позитивні або негативні зрушення. Після успіху середні значення поодиноких зрушень розглядаються як міра зрушень після успіхів. Якщо після невдачі оптант обирає простіше завдання, ніж попереднє, то це засвідчує зниження рівня домагань; якщо він обирає складніше завдання, то середні значення поодиноких зрушень після невдачі розглядаються як міра зрушень після невдач.

Методика експрес-діагностики неврозу

(за К. Хеком – Х. Хессом)

Мета: здійснити експрес-діагностику неврозу

Інструкція: Ознайомившись із питаннями та судженнями, слід відповісти:

“так” або “ні”

1. Чи вважаєте Ви, що внутрішньо напружені?
2. Я часто так сильно у щось заглиблений, що не можу заснути.
3. Я відчуваю себе легкоранимим.
4. Мені важко заговорити з незнайомими людьми

5. Чи часто у Вас виникає без особливих причин відчуття непричетності й утоми
6. У мене часто виникає відчуття, що люди мене критично розглядають
7. Чи часто Вас переслідують марні думки, які не виходять з голови, хоч Ви стараєтеся позбавитись від них
8. Я досить нервовий
9. Мені здається, що мене ніхто не розуміє
10. Я досить дратівливий
11. Якщо б проти мене не були налаштовані, то мої справи йшли б значно успішніше
12. Я надто близько і надовго беру до серця неприємності
13. Навіть думка про можливу невдачу мене турбує
14. У мене були дуже дивні і незвичні переживання
15. Чи буває Вам то радісно, то сумно без певних причин?
16. Упродовж усього дня я мрію і фантазую більше, ніж слід
17. Чи легко змінити Ваш настрій?
18. Я часто борюсь сам із собою, щоб не проявити власну сором'язливість
19. Я хотів би бути таким же щасливим, якими мені видаються інші люди
20. Іноді я дрижу чи відчуваю припадки тремтіння
21. Чи часто змінюється Ваш настрій у залежності від серйозної причини або й без неї?
22. Чи відчуваєте Ви іноді страх навіть за відсутності реальної небезпеки?
23. Критика чи догана мені дуже дошкуляють
24. Іноді я буваю таким неспокійним, що навіть не можу всидіти на одному місці.
25. Чи турбуєтесь Ви іноді надто сильно через несуттєві речі?
26. Я часто відчуваю незадоволення
27. Мені важко сконцентруватися під час виконання якогось завдання чи роботи
28. Я роблю багато такого, про що потім доводиться жалкувати
29. Здебільшого я щасливий

30. Я недостатньо впевнений у собі
31. Іноді я здаюся собі справді нікчемним
32. Часто я відчуваю себе просто кепсько
33. Я багато копирсаюся в собі
34. Я страждаю від відчуття неповноцінності
35. Іноді в мене все болить
36. У мене буває гнітючий стан
37. У мене щось із нервами
38. Мені важко підтримувати розмову під час знайомства
39. Найважча боротьба для мене – це боротьба із самим собою
40. Чи відчуваєте Ви іноді, що труднощі великі і нездоланні?

Обробка результатів: Потрібно підрахувати кількість ствердних відповідей: якщо отримано понад 24 бали – це свідчить про високу ймовірність неврозу. Однак слід зауважити, що експрес-методика дає лише попередню й узагальнену інформацію. Остаточні висновки можна робити лише після детального вивчення особистості депривованого підлітка.

Методика діагностики рівня невротизації (за Л. Вассерманом)

Мета: визначити рівень невротизації

Інструкція: ознайомтеся з наведеними судженнями і ситуаціями, вибираючи відповіді “так” чи “ні”. Наведені запитання для визначення рівня невротизації мають орієнтувальний характер

1. У різних частинах свого тіла я часто відчуваю поколювання, відчуття мурашок, оніміння
2. Я рідко задихаюся, й у мене не буває сильного серцебиття
3. Раз у тиждень або частіше я буваю дуже збудженим чи схвильованим
4. Голова у мене болить часто
5. Два-три рази в тиждень ночами мене мучать жахи
6. Останнім часом я відчуваю себе гірше, ніж будь-коли
7. Майже кожного дня відбувається щось таке, що лякає мене

8. У мене бували періоди, коли через хвилювання я втрачав сон
9. Здебільшого робота коштує мені великої напруги
10. Іноді я буваю таким схвилюваним, що це заважає мені заснути
11. Більшу частину часу я відчуваю невдоволеність життям
12. Мене постійно щось тривожить
13. Я стараюся все рідше зустрічатися зі своїми знайомими і друзями
14. Життя для мене майже завжди пов'язане з напруженням
15. Мені важко зосередитися на якомусь завданні чи роботі
16. Я дуже стомлююсь за день
17. Я вірю в майбутнє
18. Я часто впадаю в сумні роздуми
19. Іноді мені здається, що моя голова працює повільніше, ніж завжди
20. Найважча для мене боротьба – це боротьба із самим собою
21. Я майже завжди про щось чи про когось тривожуся
22. У мене мало впевненості в собі
23. Я часто відчуваю невпевненість у собі
24. Декілька разів у тиждень мене непокоять неприємні відчуття у верхній частині живота
25. Іноді в мене виникає таке відчуття, що перед мною постало стільки труднощів, що здолати їх просто неможливо
26. Раз на тиждень або частіше я без суттєвої причини відчуваю жар у всьому тілі
27. Часом я виснажую себе тим, що надто багато на себе беру
28. Я дуже уважно ставлюся до того, як я одягаюся
29. Останнім часом мій зір погіршився
30. У взаєминах між людьми найчастіше торжествує несправедливість
31. У мене бувають періоди такого сильного неспокою, що я навіть не можу всидіти на місці
32. Я залюбки танцюю, якщо трапляється нагода
33. За змогою я стараюся уникати великого скупчення людей
34. Мій шлунок мене дуже турбує
35. Мушу зізнатися, що іноду я хвилююся через дрібниці
36. Часто сам засмучуюся через власну дратівливість і буркотливість

37. Декілька разів на тиждень у мене буває таке відчуття, що повинно трапитися щось страшне

38. Мені здається, що близькі мене погано розуміють

39. У мене часто бувають болі біля серця чи в грудях

40. У гостях я переважно сиджу збоку чи розмовляю з кимось одним

Обробка результатів: Слід підрахувати кількість позитивних відповідей. Чим більшим є отриманий результат, тим вищий рівень невротизації.

Інтерпретація рівнів.

Високий рівень невротизації свідчить: про виражену емоційну збудливість, у результаті чого появляються негативні переживання (тривожність, напруженість, неспокій, розгубленість, роздратованість), про безініціативність, яка формує переживання, пов'язані з незадоволенням бажань, про егоцентричну особистісну спрямованість, що призводить до іпохондрійної фіксації на соматичних відчуттях і особистісних недоліках, про труднощі в спілкуванні, про соціальну боязкість і залежність.

Низький рівень невротизації свідчить: про емоційну стійкість, про позитивний фон переживань (спокій, оптимізм), про ініціативність, про почуття власної гідності, про незалежність, соціальну сміливість, про легкість у спілкуванні.

Тест «Малюнок сім'ї»

(В. Хьюлс, А. Захарова, Н. Карман)

Мета. Вивчення особливостей сімейних стосунків за допомогою аналізу малюнку та особливостей відповідей дитини на питання.

Інструкція 1. Намалюй свою сім'ю.

Вказівки для психолога. Не доцільно пояснювати дитині, що таке "сім'я". Якщо виникне питання "що намалювати?" слід ще раз повторити інструкцію.

Індивідуальне обстеження триває 30 хвилин, групове – 15 – 30 хвилин.

Інструкція 2. Намалюй свою сім'ю, де всі займаються своїми звичайними справами.

Інструкція 3. Намалюй свою сім'ю, як ти її уявляєш.

Інструкція 4. Намалюй свою сім'ю, де кожен зображений у вигляді фантастичної тварини.

Інструкція 5. Намалюй свою сім'ю у вигляді метафори, символу, який відображає особливості вашої сім'ї.

Вказівки для психолога. Під час індивідуального тестування слід відмітити у протоколі: 1) послідовність малювання деталей; 2) паузи (більше 15 секунд); 3) витирання деталей; 4) спонтанні коментарі дитини; 5) емоційні реакції та їх зв'язок з зображенням.

Після закінчення малюнку слід докласти максимум зусиль для отримання додаткової інформації від дитини через спілкування з нею.

Перелік можливих питань для бесіди.

1. Скажи, хто тут намальований?
2. Де вони знаходяться?
3. Що роблять? Хто це вигадав?
4. Їм весело чи сумно? Чому?
5. Хто з намальованих людей самий щасливий? Чому?

Останні два питання спонукають дитину до відвертого обговорення її почуттів, тому, якщо вона не відповідає, не слід наполягати на цьому.

Під час бесіди психолог повинен з'ясувати зміст почуттів, які закладені у сюжет малюнку: почуття до окремої людини в родині; якщо дитина когось з сім'ї не намальувала, то чому тощо. Слід запобігати прямих питань, не наполягати на відповідях, тому що це може викликати тривогу та захисні реакції.

Часто продуктивними є проєктивні питання ("Якщо б замість пташки була намальована людина, хто б це міг бути?", "Хто б виграв у змаганнях між братом і тобою?" тощо).

Дитині можна запропонувати вибрати з 6 можливих ситуацій: 3 з них виявляють негативні почуття до членів сім'ї, а решта 3 – позитивні.

1. Уяви, що ти маєш 2 білета до цирку. Кого б ти запросив?
2. Уяви, що вся ваша сім'я іде в гості, але один з вас захворів і повинен залишитися вдома. Хто він?
3. Ти будуєш будиночок з конструктора і у тебе не виходить. Кого ти покличеш на допомогу?

4. У тебе ... білетів на цікавий фільм (на один менше, ніж членів сім'ї). Хто залишиться вдома?

5. Уяви, що ти потрапив на пустинний острів, де нікого не має. З ким би ти хотів там жити?

6. Тобі подарували цікаве лото. Вся сім'я зібралася грати, але гравців повинно бути на одного менше, ніж членів вашої родини. Хто не буде грати?

Схема обробки даних тесту "Малюнок сім'ї"

№ з/п	Виділені ознаки	Позначки про наявність даних ознак
1.	Загальний розмір малюнка	
2.	Кількість членів сім'ї	
3.	Відповідність розмірів членів сім'ї: мати батько сестра брат дідуся бабуся тощо	
4.	Відстань між членами родини Наявність спільних ознак між ними	
5.	Наявність тварин	
6.	Вид зображення: схематичне зображення реалістичне естетичне в інтер'єрі, на фоні пейзажу тощо метафоричне зображення в русі, під час дії Міра прояву позитивних емоцій (у балах 1, 2, 3 ...)	
7.	Міра охайності у виконанні	

Інтерпретація тесту

Шляхом аналізу особливостей зображення можна визначити:

1) культуру зображення, стадію образотворчої діяльності дитини (примітивність зображення, його чіткість і виразність, витонченість ліній, емоційну виразність);

2) особливості стану дитини під час малювання: сильна штриховка, маленькі розміри часто свідчать про несприятливий

фізичний стан дитини, міру її напруженості, скутості; великі розміри, яскраві кольори свідчать про хороший настрій, розкутість, відсутність напруги та втоми;

3) особливості сімейних стосунків та емоційне самопочуття дитини: через міру прояву позитивних емоцій у членів сім'ї, міру їх близькості (стоять поряд, взяли за руки, щось спільно роблять або, навпаки, хаотично зображені, на відстані один від одного, яскраво виражені негативні емоції тощо);

За Л. Карманом малюнки аналізують за такими параметрами:

1) якість графіки (характер ліній, пропорційність фігур, використання простору, охайність);

2) формальна структура (динамічність малюнку, розташування членів сім'ї), зміст (аналіз змісту малюнку).

Паралельно з традиційним проведенням обстеження пропонуються спеціальні питання, які спонукають дитину до обговорення теми стосунків у сім'ї (наприклад, "Хто у сім'ї гірший за всіх?"), передбачають прямі позитивні або негативні вибори (наприклад, "Батько вирішив їхати на автомобілі подорожувати, але не вистачає місця для всіх. Хто залишиться вдома?"), а також питання, які дозволяють уточнити зміст зображеної дитиною ситуації.

Тест можна використовувати у дослідженнях дітей із зниженими показниками інтелектуального розвитку.

Тест для визначення потреби у спілкуванні (ПС)

(за Орловим)

Мета: виявити рівень потреби у спілкуванні

Інструкція: Дайте відповіді "так" або "ні" на твердження

1. Я одержую задоволення, беручи участь у різних святах.
2. Я можу вгамувати свої бажання, якщо вони суперечать бажанням моїх товаришів.
3. Мені подобається висловлювати комусь симпатію.
4. Я більше зосереджений на тому, щоб справляти вплив, ніж мати друзів.
5. Я відчуваю, що у мене чомусь більше прав стосовно своїх друзів, ніж обов'язків.

6. Коли я дізнаюся про успіхи свого друга, у мене чомусь погіршується настрій.
7. Щоб бути задоволеним собою, я повинен комусь у чомусь допомагати.
8. Мої турботи зникають, коли я перебуваю серед друзів на роботі.
9. Мої друзі мені дуже набридли.
10. Коли я роблю неприємну роботу, присутність людей мене дуже дратує.
11. Притиснутий до стіни, я говорю лише ту частину правди, яка, на мою думку, не зашкодить моїм друзям і знайомим.
12. У скрутній ситуації я більше думаю не стільки про себе, скільки про близьку мені людину.
13. Неприємності в друзів викликають у мене стан, близький до хвороби.
14. Мені прємно допомагати іншим, навіть якщо це додасть мені значних труднощів.
15. З поваги до друга я можу погодитися з його думкою, навіть якщо він немає рації.
16. Мені більше подобаються пригодницькі оповідання, ніж про кохання.
17. Сцени насильства в кіно навіюють мені відразу.
18. Коли я сам, то відчиваю тривогу і напруженість більше, ніж коли перебуваю серед людей.
19. Я вважаю, що головною радістю в житті є спілкування.
20. Мені шкода покинутих собак та кішок.
21. Я вважаю, що краще мати менше друзів, але близьких.
22. Я люблю бувати серед людей.
23. Я довго переживаю після сварки з близькими.
24. У мене більше близьких людей, ніж у багатьох інших.
25. У мене більше прагнення до досягнень, ніж до дружби.
26. У судженнях про інших людей я здебільшого довіряю власній інтуїції й уяві, ніж судженням про них з боку інших людей.
27. Я надаю більшого значення матеріальному добробуту і престижу, ніж радості спілкування з приємними мені людьми.
28. Я співчуваю людям, у яких немає близьких друзів.

29. Стосовно мене люди часто були невдячними.
30. Я люблю оповідання про безкорисливе кхання і дружбу.
31. Заради друга я можу піти на жертву.
32. У дитинстві я входив до компанії, яка завжди трималася разом.
33. Якби я був журналістом, то писав би про силу дружби.

Обробка результатів: Досліджуваний отримує по 1 балу, якщо відповів “так” на твердження 1,2, 7, 8, 11, 12, 13, 14, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 26., 28, 30, 31, 32, 33 і “ні” - на 3, 4, 5, 6, 9, 10, 15, 16, 25, 27, 29.

Сума балів свідчить про рівень ПС:

- до 22 балів – низький
- 23 – 25 - нижче середнього
- 26 – 27 – середній
- 28 – 29 – вище середнього
- 30 – 33 – високий

Методика визначення тривожності (за Ж. Тейлором)

Мета: виявити рівень тривожності

Інструкція: Потрібно дати відповіді на всі твердження, які містить опитувальник. Якщо вони відповідають Вашому уявленню про себе, напишіть “так”, у протилежному випадку – “ні”. Якщо ж Вам важко дати певну відповідь, напишіть “не знаю”.

Працювати бажано швидко, не пропускати запитань, ніяких додаткових записів не робити.

1. Часто я працюю з великим напруженням.
2. Вночі мені важко заснути.
3. Для мене приємні несподівані зміни у звичній обстановці.
4. Мені часто сняться страшні сни.
5. Мені важко зосередитися на якомусь завданні чи роботі.
6. У мене дуже неспокійний і переривчатий сон.
7. Я хотів би бути таким щасливим, як, на мій погляд, щасливі інші.
8. Безперечно мені не вистачає спевненості в собі.
9. Моє здоров'я дуже турбує мене

10. Часом я відчуваю себе нікому не потрібним.
11. Я часто плачу, в мене “очі на мокрому місці”.
12. Я помічаю, що мої руки починають тремити, коли я намагаюся зробити щось важке чи небезпечне.
13. Часом, коли я збентежений, у мене з’являється сильна пітливість і це дуже бентежить мене.
14. Я часто ловлю себе на думці, що мене щось тривожить.
15. Нерідко я думаю про такі речі, про які не хотілося б говорити.
16. Навіть у холодні дні я легко рітнію.
17. У мене бувають періоди такого занепокоєння, що я не можу всидіти на місці.
18. Життя для мене майже завжди пов’язане з незвичайною напруженістю.
19. Я чутливіший, ніж більшість людей.
20. Я легко бентежусь.
21. Моє місце серед оточуючих дуже мене турбує.
22. Мені дуже важко зосередитися на чомусь.
23. Майже весь час я відчуваю тривогу через когось або через щось.
24. Часом я стаю надто збудженим і мені важко заснути.
25. Мені доводилося відчувати страх навіть тоді, коли я точно знав, що мені нічого не загрожує.
26. Я схильний сприймати все дуже серйозно.
27. Мені часом здається, що переді мною нагромаджені такі труднощі, які я не здолаю.
28. Я майже завжди відчуваю невпевненість у своїх силах.
29. Мене дуже тривожать можливі невдачі.
30. Очікування завжди нервує мене.
31. Часом мені здається, що я ні на що не здатний.
32. Бували періоди, коли через тривогу я не міг заснути.
33. Інколи я засмучуюся через дрібниці.
34. Я легко збудлива людина.
35. Я часто боюся, що ось-ось почервонію.
36. У мене не вистачає духу пережити всі майбутні труднощі.
37. Часом мені здається, що моя нервова система розхитана, і я ось-ось втрачу розум.

38. Найчастіше за все мої руки і ноги досить теплі.
39. У мене рівний і добрий настрій.
40. Я майже завжди відчуваю себе зовсім щасливим.
41. Коли потрібно на щось чекати, я можу бути спокійним.
42. у мене рідко бувають головні болі через пережиті хвилювання або неприємності.
43. У мене не буває серцебиття під час очікування на щось нове або важке.
44. Мої нерви розхитані не більше, ніж в інших людей.
45. Я впевнений у собі.
46. Порівняно з іншими людьми я вважаю себе сміливим.
47. Я сором'язливий не більше, ніж інші.
48. Часто я спокійний і вивести мене з рівноваги нелегко.
49. Практично я ніколи не червонію.
50. Я можу спокійно спати після будь-яких неприємностей.

Обробка результатів: У запитаннях 1 – 37 підраховується кількість відповідей “так”, у запитаннях 38 – 50 - кількість відповідей “ні”. Відповіді “не знаю” підраховуються в усіх твердженнях і кількість їх ділиться на 2. Рівень тривожності визначається сумою цих трьох показників.

До 15 балів – низький рівень.

16-20 – нижче середнього.

21-23 – середній.

24-27 – вище середнього.

28-50 – високий.

Діагностика дезадаптації

Карта спостережень Д. Скотта

1. **НД – недовір'я до нових людей, речей, ситуацій.** Кожний успіх вартий дитині багатьох зусиль. 1 – 11: мало виявлені симптоми; 12 – 17: симптоми явного порушення.

1. Розмовляє з учителем лише наодинці.

2. Реагуючи на зауваження, плаче.

3. Ніколи не пропонує допомогти, але, якщо попросять, із задоволенням допомагає.

4. Дитина "підлегла" (погоджується виконувати другорядні ролі, наприклад, під час гри бігає по полю за м'ячем, тоді як інші спокійно на це дивляться).

5. Надто тривожна, щоб бути неслухняною.

6. Каже неправду тому, бо боїться.

7. Подобається, якщо їй симпатизують, але цього не просить.

8. На відміну від інших, ніколи не приносить вчителю квітів або інших подарунків.

9. На відміну від інших, ніколи не приносить і не показує вчителю знайдених речей.

10. Має лише одного справжнього товариша і, як правило, ігнорує інших учнів класу.

11. Вітається з вчителем, коли той звертає на неї увагу. Хочє бути непоміченою.

12. Не контактує з вчителем за власною ініціативою.

13. Надто сором'язлива, аби просити вчителя про щось (наприклад, про допомогу).

14. Нервує, плаче, червоніє, якщо запитують.

15. Уникає брати активну участь у грі.

16. Говорить невиразно, бурмоче, особливо тоді, коли з нею вітаються.

II. Д – депресія. У легкій формі (симптоми 1 – 6) спостерігаються перепади настрою, зміна активності. Симптоми 7 і 8 засвідчують схильність до роздратованості та фізіологічного виснаження. Симптоми 9 – 20: більш гострі форми депресії.

Пунктам синдрому Д, як правило, відповідають виявлені синдроми **ВВ** і **ТВ** (див. IV та V), особливо у крайніх формах депресії. Ймовірно, вони дійсно репрезентують елементи депресивного виснаження.

1. Інколи старанно відповідає на уроці, інколи ні про що не турбується.

2. У залежності від самопочуття може просити допомоги у виконанні домашнього завдання, або ні.

3. Поводиться по-різному. Старанність у навчанні змінюється майже щодня.
4. Інколи активна у грі, інколи апатична.
5. Маючи вільний час, інколи не виявляє ніяких інтересів.
6. Інколи дуже старанна під час виконання ручної роботи, інколи ні.
7. Нетерпляча, виконуючи роботу, втрачає до неї інтерес.
8. Сердита, "шаленіє".
9. Може працювати сама, але швидко втомлюється.
10. Бракує сил для ручної роботи.
11. В'яла, безініціативна (у класі).
12. Апатична, пасивна, неуважна.
13. Характерні раптові та різкі спади енергії.
14. Рухи уповільнені.
15. Надто апатична, щоб розстроюватися (ні до кого не звертається по допомогу).
16. Погляд "тупий" і байдужий.
17. В іграх апатична і лінива.
18. Часто мріє наяву.
19. Говорить невиразно, бурмоче.
20. Викликає жалість (пригнічений, нещасний), рідко сміється.

III. У – "в собі". Уникає контактів. Захисна настанова у будь-яких контактах з людьми, неприйняття любові, спрямованої на неї.

1. Ніколи ні з ким не вітається.
2. Не реагує на привітання.
3. Недружелюбна та недобррозичлива до інших.
4. Уникає розмов ("замкнена в собі").
5. Мріє і займається чимось іншим замість шкільних занять (живе в іншому світі).
6. Не виявляє ніякого інтересу до ручної праці.
7. Не виявляє інтересу до колективних ігор.
8. Уникає контактів з іншими.
9. Тримається осторонь від дорослих, навіть тоді, коли у чомусь підозрюється.

10. Абсолютно ізолюється від інших дітей (до неї неможливо наблизитися).
11. Складається враження, ніби зовсім не помічає інших.
12. У розмові стурбована, плутається.
13. Поведінка "настороженої тварини".

IV. ТВ – тривожність у ставленні до дорослих. Неспокій та невпевненість дитини з приводу того, чи цікавить вона дорослих, чи люблять її. Симптоми 1 – 6: хоче зрозуміти, наскільки дорослі її "приймають" та люблять. Симптоми 7 – 10: звертає на себе увагу та прагне любові дорослих. Симптоми 11 – 16: дуже неспокійна з приводу того, чи "приймають" її дорослі.

1. Із задоволенням виконує свої обов'язки.
2. Яскраво виявлене бажання вітатися з учителем.
3. Надто багатослівна.
4. Із задоволенням приносить учителю квіти та інші подарунки.
5. Часто приносить і показує учителю знайдені предмети, малюнки, моделі тощо.
6. У стосунках з учителем виявляє надмірну дружелюбність.
7. Надто багато розповідає учителю про свої сімейні справи.
8. "Підлизується", прагне сподобатися учителю.
9. Завжди знаходить привід, щоб звернути на себе увагу учителя.
10. Постійно потребує допомоги та контролю від дорослих.
11. В учителя прагне отримати симпатію. Приходить до нього з різними неважливими справами та скаргами на товаришів.
12. Робить спроби "монополізувати" вчителя (займати його винятково собою).
13. Розповідає фантастичні, вигадані історії.
14. Прагне зацікавити дорослих собою, не докладаючи до цього старань.
15. Надто стурбована, щоб зацікавити собою дорослих та отримати їхню симпатію.
16. Ізолюється, якщо її зусилля безуспішні.

V. ВД – ворожість до дорослих. Симптоми 1 – 4: дитина проявляє різні форми неприйняття дорослих, які можуть бути початком ворожості або депресії. Симптоми 5 – 9: ставиться до дорослих або ворожо, або прагне їхньої прихильності. Симптоми 10 – 17: відверта ворожість, яка виявляється в асоціальній поведінці. Симптоми 18 – 24: повна, некерована, постійна ворожість.

1. Настрій швидко змінюється.
2. Дуже нетерпляча, окрім випадків, коли в ”гарному“ настрої.
3. Вперта та наполеглива у виконанні ручної роботи.
4. Часто має поганий настрій.
5. Пропонує свою допомогу та послуги тільки у певному настрої.
6. Коли про щось просить вчителя, то інколи дуже щира, інколи – байдужа.
7. Коли прагне, а коли уникає вітатися з учителем.
8. У відповідь на привітання може стати злою або підозрілою.
9. Іноді дружелюбна, іноді у поганому настрої.
10. Поведінка мінлива. Інколи здається, що навмисно погано виконує роботу.
11. Псує суспільну та особисту власність (у домі, громадському транспорті тощо).
12. Вульгарне мовлення, малюнки, вірші, оповідання.
13. Неприємна, особливо тоді, коли захищається від звинувачень.
14. ”Бурмоче під ніс“, якщо чимось невдоволена.
15. Негативно ставиться до зауважень.
16. Іноді бреше, без серйозних підстав.
17. Раз або двічі була помічена у крадіжках грошей, солодошів, цінних предметів.
18. Завжди на щось претендує і вважає, що несправедливо покарана.
19. ”Дикий“ погляд. Дивиться ”з-під лоба“.
20. Дуже неслухняна, не дотримується дисципліни.
21. Агресивна (кричить, погрожує, використовує силу).
22. Охоче товаришує з ”підозрілими типами“.
23. Часто краде гроші, солодоші, цінні предмети.
24. Непростойно поводитьься.

VI. ТД – тривога у стосунках з дітьми. Тривога дитини з приводу прийняття її іншими дітьми. Іноді це набуває форму відкритої ворожості. Всі симптоми однаково важливі.

1. ”Грає героя“, особливо тоді, коли їй зауважують.
2. Не може втриматися, щоб не ”грати“ перед оточенням.
3. Схильна ”прикидатися дурнем“.
4. Надто смілива (ризикуює без потреби).
5. Хочє завжди бути в злагоді з більшістю. Нав’язує себе іншим.

Легко керована.

6. Любить бути в центрі уваги.
7. Грається переважно з старшими дітьми.
8. Прагне зайняти відповідальну посаду, але боїться, що не

впорається з нею.

9. Вихваляється перед іншими дітьми.
10. Поводиться як блазень.
11. Шумить, якщо в класі не має вчителя.
12. Зухвало одягається.
13. Пристрасно псує суспільне майно.
14. У групах однолітків скоює непристойні вчинки.
15. Наслідує хуліганські вчинки інших.

VII. А – недоліки у соціальній нормативності (асоціальність).

Невпевненість у схваленні дорослих, що виявляється в різних формах негативізму. Симптоми 1 – 5: відсутнє прагнення подобатися дорослим. Байдужість і відсутність зацікавленості у гарних стосунках з ними. Симптоми 5 – 9: у старших дітей можуть вказувати на певну міру незалежності. Симптоми 10 – 16: відсутність моральної пунктуальності у дрібницях. Вважають, що дорослі недобррозичливі, безпідставно втручаються.

1. Не зацікавлена у навчанні.
2. Працює в школі лише тоді, коли контролюють, або коли заставляють працювати.
3. Працює за школою лише тоді, коли контролюють або заставляють працювати.

4. Несором'язлива, байдужа у відповідях на питання вчителя.
5. Несором'язлива, але ніколи не просить про допомогу.
6. Ніколи добровільно не береться за будь-яку справу.
7. Не зацікавлена як у схваленні, так і в доріканнях дорослих.
8. Мінімізує контакти з учителем, але нормально спілкується з іншими людьми.
9. Уникає учителя, але спілкується з іншими людьми.
10. Списує домашні завдання.
11. Бере без дозволу чужі книги.
12. Егоїстична, любить інтриги, псує речі інших дітей.
13. В іграх з іншими дітьми хитра та непорядна.
14. "Нечесний гравець" (грається лише для власного зиску, обманює інших).
15. Не дивиться іншому прямо в очі.
16. Скритна та недовірлива.

VIII. ВД – ворожість до дітей (на основі ревнощів: від суперництва – до неприхованої ворожості).

1. Заважає іншим дітям під час ігор, насміхається з них, любить їх лякати.
2. Іноді дуже недоброзичлива по відношенню до тих дітей, які не входять в тісне коло її спілкування.
3. Нав'язлива, набридає дітям.
4. Ображає інших дітей, свариться з ними.
5. Своїми зауваженнями прагне створити певні труднощі іншим дітям.
6. Ховає або псує предмети інших дітей.
7. Як правило, має погані стосунки з іншими дітьми.
8. Чіпляється до слабших дітей.
9. Інші діти її не люблять і, навіть, не терплять.
10. Б'ється негідним чином (кусається, дряпається тощо).

IX. Н – невгомний. Невгомність, нетерплячість, нездатність виконувати роботу, яка вимагає посидючості, концентрації уваги та роздумів. Схильність до короткочасних та поверхових зусиль.

1. Дуже неохайна.
2. Відмовляється контактувати з іншими дітьми, вчиняє їм неприємно.
3. Легко сприймає невдачі у ручній праці.
4. Не володіє собою в іграх.
5. Не пунктуальна, нестаранна. Часто забуває або губить олівці, гумки, книги та інші предмети.
6. Нерівна, безвідповідальна у ручній праці.
7. Нестаранна на шкільних заняттях.
8. Надто неспокійна, щоб працювати самій.
9. У класі неуважна або не може тривалий час на чомусь зосередитися.
10. Не знає, що робити з собою. Ні на чому не може зупинитися хоча б на відносно короткий час.
11. Надто неспокійна, щоб запам'ятати зауваження та вказівки дорослих.

Х. ЕН – емоційна напруга. Симптоми 1 – 5: вказують на емоційну незрілість, 6 – 7: серйозні страхи, 8 – 10: прогули та непунктуальність.

1. Грається з надто дитячими, для її віку, іграшками.
2. Любить ігри, але швидко втрачає до них інтерес.
3. Виявлене інфантильне мовлення.
4. Надто незріла, щоб прислухатися та керуватися вказівками.
5. Грається винятково (здебільшого) з меншими дітьми.
6. Надто тривожна, щоб на щось зважитися.
7. Інші діти чіпляються до неї ("козел відпущення").
8. Її часто підозрюють у прогулах уроків, хоча насправді це було раз або двічі.
9. Часто запізнюється.
10. Не з'являється на окремі уроки.
11. Неорганізована, розбовтана, незібрана.
12. У групі (класі) поводить як стороння, відсторонена.

XI. НС – невротичні симптоми. Їх гострота може залежати від віку дитини; також це може бути наслідком попередніх порушень.

1. Запинається. ”Важко витягти слово“.
2. Висловлюється непослідовно.
3. Часто моргає.
4. Хаотично рухає руками. Страждає ”тіками“.
5. Гризе нігті.
6. Ходить, підстрибуючи.
7. Ссе палець (старше 10 років).

XII. С – несприятливі середовищні умови.

1. Часто відсутня у школі.
2. Не буває в школі кілька днів.
3. Батьки свідомо обманюють, виправдовуючи відсутність дитини у школі.
4. Змушена залишатися вдома, щоб допомагати батькам.
5. Неохайна, ”гязнуля“.
6. Виглядає так, ніби недостатньо харчується.
7. Має значно гіршу зовнішність, ніж інші діти.

XIII. СР – сексуальний розвиток.

1. Дуже ранній розвиток, чутливість до протилежної статі.
2. Затримка статевого розвитку.
3. Є збочення у поведінці.

XIV. РВ – розумова відсталість.

1. Дуже відстає в навчанні.
2. ”Тупа“ для свого віку.
3. Абсолютно не вміє читати.
4. Значні недоліки в елементарній математиці.
5. Абсолютно не розуміє математики.
6. Інші діти ставляться до неї, як до дурня.
7. Недалека.

XV. Х – хвороби та органічні порушення.

1. Неправильне дихання.
2. Часті застуди.
3. Часті кровотечі з носу.
4. Дихає ротом.
5. Схильна до захворювань вуха.
6. Схильна до шкіряних захворювань.
7. Скаржиться на часті болі в шлунку та нудоту.
8. Часті головні болі.
9. Схильність бліднути або червоніти.
10. Хворобливі, червоні повіки.
11. Дуже холодні руки.
12. Косоокість.
13. Погана координація рухів.
14. Неприродні пози тіла.

XVI. Ф – фізичні дефекти.

1. Слабкий зір.
2. Слабкий слух.
3. Дуже малий ріст.
4. Надмірна повнота.
5. Інші ненормальні особливості будови тіла.

На реєстраційному бланку підкреслюють фрагменти поведінки, характерні для конкретної дитини. КС заповнюється педагогом, вихователем, людиною, яка добре її знає, але в інтерпретуванні даних та постановці діагнозу шкільної дезадаптації потрібна спеціальна психологічна підготовка.

Треба зазначити, що суб'єктивне уявлення педагога про дитину може не співпадати з діагнозом психолога (на основі заповненої педагогом КС). Використання КС дозволяє уникнути зайвого суб'єктивізму, оцінювання педагогічної характеристики і дає більш детальну, об'єктивну картину особливостей розвитку особистості та її поведінки.

Структура заповненої КС може бути різною:

1. Підкреслена значна кількість фрагментів поведінки, які, водночас, відносяться лише до кількох синдромів.

2. Значна кількість підкреслених фрагментів може супроводжуватися відсутністю домінуючого синдрому.

3. Невелика кількість підкреслених фрагментів, які, однак, свідчать про серйозні порушення.

4. Ізольовані підкреслені фрагменти.

Аналіз структури КС, домінуючих синдромів (якщо вони є), особливостей підкреслених фрагментів поведінки дозволяє зрозуміти зміст та прояви дезадаптації у школяра, виокреслити шляхи її корекції.

Методика ”Завчена (прищеплена) безпорадність“

(М. Селігман)

Феномен ”завченої (прищепленої) безпорадності“ полягає у зниженні здатності до розв’язання задач, якщо людина попередньо переживала невдачі у схожих ситуаціях. За М. Селігманом, зниження продуктивності в роботі має три витоки: 1) якщо невдачі повторюються, то з’являється сприйняття об’єктивно підконтрольної ситуації як непідконтрольної суб’єкту (когнітивний дефіцит); 2) у розв’язанні нових задач знижується показник очікування позитивного результату власних дій (мотиваційний дефіцит як центральне джерело); ситуація сприймається як контрольована, що призводить до виникнення емоції пригніченості (емоційний дефіцит).

Основні параметри генези завченої безпорадності: 1) суб’єктивна оцінка можливості розв’язання задачі; 2) атрибуція успіху або невдач під час розв’язання задач; 3) розуміння власних можливостей у розв’язанні ситуації.

Стадії феномена ”завченої (прищепленої) безпорадності“ (Х. Хекхаузен).

1. Рішення здається можливим. Успіх або невдача пояснюються внутрішніми нестабільними причинами (зусилля). Ситуація контролюється. Формування безпомічності відсутнє.

2. Рішення недосягнуте, завдання виявилось складнішим, ніж передбачалося. Успіх пояснюється зовнішніми нестабільними причинами (випадковість), невдача – зовнішніми стабільними

причинами (складність задачі). Є сумніви, що ситуація контролюється. Безпомічність не формується, нові тестові задачі покращують досягнення.

3. Завдання здається надто складним, мета – недосяжною. Відсутня причина, яка пояснює успіх, невдача пояснюється внутрішніми стабільними факторами (здібності). Контроль ситуації відсутній. Формується безпомічність.

4. Завдання здається таким, яке в принципі розв'язати не можливо. Зворотній зв'язок з приводу розв'язання задач вважається свавіллям експериментатора. Контроль ситуації втрачений.

Процедура експерименту

Матеріалом для експерименту можуть бути інтелектуальні задачі типу "розв'язання анаграм" або "встановлення закономірностей" тощо. Важливо, щоб схожою була складність задач та їх формалізованість. Суб'єктивна складність задач повинна бути середньою.

Експеримент проводиться з трьома групами оптантів. Першій групі пропонується однорідне завдання, тобто тестове завдання має бути тематично схожим на завдання підготовчої серії. Завдання у другій групі, у тренувальній та тестовій серіях, відрізняються. Третя група – контрольна.

Для отримання "чистих" результатів стан оптанта має знаходитися на рівні тренувальної серії (третья стадія). У розв'язанні задач перехід оптанта до певної стадії контролюється показниками його вербальних та невербальних проявів. Ситуація неуспіху може створюватися різними способами, де розповсюдженим є надання неправдивої інформації про відсутність успіху у розв'язанні задач.

План експерименту

Кількість умов: 3 ("однорідна", неоднорідна", "контрольна").

Кількість задач: 10, з них – 9 "Анаграми", 1 – встановлення закономірностей.

"Однорідна" умова: 4 тренувальні задачі – "Анаграми", які не розв'язуються, тестова задача "Анаграми", яку можна розв'язати. На

розв'язання кожної тренувальної задачі відводиться 5 спроб, максимальний час розв'язання – 2 хвилини.

”Неоднорідна“ умова: 4 тренувальні задачі – ”Анаграми“, які не можна розв'язати; тестова задача на визначення закономірностей, яка розв'язується. На розв'язання кожної тренувальної задачі відводиться 5 спроб, максимальний час розв'язання – 2 хвилини. На розв'язання тестової задачі дається до 10 спроб, максимальний час розв'язання – 2 хвилини.

Контрольна умова: 4 тренувальні задачі – ”Анаграми“, які можна розв'язати, 2 тестові задачі ”Встановлення закономірностей“ та ”Анаграма“, які також розв'язуються. На розв'язання кожної тренувальної задачі відводиться до 5 спроб, максимальний час на кожну спробу – 2 хвилини. На розв'язання кожної з тестових задач відводиться до 10 спроб, максимальний час кожної – 2 хвилини.

Перерва між тренувальними і тестовими задачами – 10 хвилин.

Максимальна кількість оптантів на одну умову – 12.

Для висновків про вплив завченої безпомічності на продуктивність розв'язання задач достатньо отримати інформацію про значущість впливу експериментального фактору (”експериментальна умова“) на залежну змінну (поведінка оптанта). Якщо, у порівнянні з контрольним завданням, зниження у продуктивності тестового завдання буде спостерігатися лише за ”однорідної умови“, то результати можна пояснити мотиваційним дефіцитом. Якщо дефіцит спостерігається за ”однорідної“ та ”неоднорідної“ умов, то тут порушений процес контролю дії (когнітивний дефіцит).

Загалом, проблема психологічних особливостей депривованих підлітків складна і малодосліджена. Її вивчення потребує застосування системного підходу, що дасть змогу всебічно проаналізувати особистість підлітка. Багатопланові соціальні й психологічні елементи його психоструктури в умовах життєдіяльності школи-інтернату зазнають істотної деформації, що вимагає постійної психолого-педагогічної уваги. Наведені вище методичні прийоми вивчення особистості депривованого підлітка допоможуть у проведенні поглибленої психологічної корекції з метою його повноцінного включення в соціально-духовне життя суспільства.

Список літератури до методик:

1. Блага К., Шебек М. Я — твой ученик, ты — мой учитель. — М.: Просвещение, 1991 — 143 с.
2. Вопросы психологии познавательной деятельности учащихся средней школы и студентов. — М.: Изд-во МГПИ. — 1981. — 163 с.
3. Диагностическая и коррекционная работа школьного психолога / Под ред. Г.В. Дубровиной. — М., 1987. — 178 с.
4. Додонов Б.И. Эмоция как ценность. — М.: Политиздат, 1978. - 272 с.
5. Изучение личностных особенностей учащихся в целях профконсультации // Методические рекомендации. — М.: НИИ трудового обучения и профессиональной ориентации, 1985. — 101 с.
6. Индивидуальная работа с трудновоспитуемыми учащимися // Методические рекомендации. — К.: Рад. шк., 1981. — 63 с.
7. Ковалев С.В. Подготовка старшеклассников к семейной жизни. — М.: Просвещение, 1991. — 143 с.
8. Козленко В.Н. Произвольная креативность личности и социальная инициативность / Организация внеклассной воспитательной работы в школе. — Тамбов, 1977. — С.29—35.
9. Коломинский Я.Л. Человек: Психология. — М.: Просвещение, 1986. - 233 с.
10. Кон И.С. Психология ранней юности. — М.: Просвещение, 1989.— 254 с.
11. Костюк Г.С. Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості. — К.: Рад. шк., 1989. — 608 с.
12. Лангмейер Й., Матейчек З. Психическая депривация в детском возрасте. — Прага, 1984. — 264 с.
13. Левін В.Л. Нестандартна дитина. — К.: Рад. шк., 1991. — 256 с.
14. Маркова А.К., Матис Т.А., Орлов А.Б. Формирование мотивации учения. — М.: Просвещение, 1990. - 192 с.
15. Матейчек З. Родители и дети: Книга для учителя. — М.: Просвещение, 1991. — 320 с.
16. Методики психодиагностики в спорте.— М.: Просвещение, 1990.— 256 с.
17. Миславский Ю.А. Саморегуляция и активность личности в юношеском возрасте. — М.: Педагогика, 1991. — 152 с.

18. Никифоров Г.С. Самоконтроль человека. — Л.: Изд-во Ленингр. ун-та. 1989. — 192 с.
19. Осницкий А.К. Саморегуляция деятельности школьника и формирование активной личности. — М.: Знание, 1986. — 80 с.
20. Патаки Ф. Некоторые когнитивные аспекты Я—образа. // Психологические исследования познавательных процессов и личности. — М.: Наука, 1983. — С. 45—51.
21. Пекеліс В. Як знайти себе. — К.: Веселка, 1991. — 270 с.
22. Петрасинський З. Пізнай себе. — К.; Рад. шк., 1988. — 192 с.
23. Практикум по общей психологии / Под ред. А.И. Щербакова. — М.: Просвещение, 1990. — С.251 — 253.
24. Прыгин Г.С. Проявление феномена "автономности — зависимости" в учебной деятельности // Новые исследования в психологии . — М.: Педагогика, 1984. - № 2. — С. 48 — 52.
25. Психическая саморегуляция в педагогическом процессе // Респ. сб. — Пермь: Пермский ГПИ, 1977. — С. 3—8.
26. Радзиховский Л.А. Психологические методы изучения личности школьника. // Методические разработки. — М., 1985. — 9с.
27. Развитие и диагностика способностей / Отв. ред. В.Н. Дружинин и В.Д. Шадриков. — М.: Наука, 1991. — 181 с.
28. Романова Е.С., Потемкина О.Ф. Графические методы в психологической диагностике. — М.: Дидакт, 1992. — 256 с.
29. Сергиенко Е.А. Проблемы психического развития: некоторые острые вопросы и пути их решения // Психол. журнал. — 1990. — Т. 11. — С. 150 — 160.
30. Фридман Л.М., Пушкина Т.А., Каплунович И.Я. Изучение личности учащегося и ученических коллективов. - М.: Просвещение, 1988. — 207 с.
31. Чамата П.Р. Самосвидомысть та ъ розвиток у дѣтей. — К.: Знання, 1965. — 48 с.
32. Guilford J.P. The nature of humane intelligence. — New York: McGraw-Hill. — 1967.
33. Torrance E.P. Torrance tests of creative thinking. — Lexington, Mass: Ginn and compani — 1974.

