

Діагностичний інструментарій для визначення рівня адаптації учнів 5 класу. Включає в себе наступні тести:

1. Соціометрія (оцінка взаємин підлітка з класом);

ОЦІНКА ВЗАЄМИН ПІДЛІТКА З КЛАСОМ

Показником сприйняття людиною групи є роль групи в індивідуальній діяльності індивіда.

Тип 1 — індивідуалістичний

Індивід ставиться до групи нейтрально або сприймає її як перешкоду для своєї діяльності. Група не є окремою цінністю, що проявляється в ухиленні від співпраці із членами групи, в наданні переваги одноосібній роботі, обмеженню контактів.

Тип 2 — прагматичний

Індивід сприймає групу як засіб досягнення тієї чи іншої особистої мети. При цьому група сприймається й оцінюється з позиції «корисності» для індивіда. Перевага надається найкомпетентнішим членам групи, які здатні допомогти, взяти на себе відповідальність за прийняття рішень, дати необхідну інформацію.

Тип 3 — колективістський

Індивід приймає групу як самостійну цінність. На першому плані постають проблеми групи та її окремих членів. Спостерігається зацікавленість як в успіхах кожного, так і групи в цілому, прагнення зробити свій внесок у групову діяльність. Проявляється потреба в колективних формах роботи. На основі трьох вищеописаних типів сприйняття групи була розроблена спеціальна анкета з 14 пунктів-суджень. У кожному пункті альтернативи розміщені в довільному порядку.

Анкета

Мета: виявлення переваги того чи іншого «типу» сприйняття індивідом групи (класного колективу).

Інструкція. Ми проводимо дослідження, щоб покращити організацію діяльності навчального процесу. Ваші відповіді на запитання анкети допоможуть нам у цьому. На кожен пункт анкети є три варіанти відповіді. Виберіть той, який найбільше відповідає вашій точці зору. Пам'ятайте, що «поганих» і «хороших» відповідей немає. На кожен пункт має бути лише одна відповідь.

1. Кращими партнерами у групі я вважаю тих, хто:
 - а) знає більше, ніж я;
 - б) усі питання намагається вирішувати разом;
 - в) не відволікає уваги викладачів.
2. Кращими викладачами є ті, хто:
 - а) використовує індивідуальний підхід;
 - б) створює умови для допомоги з боку інших;
 - в) створює в колективі атмосферу, в якій ніхто не боїться висловлювати свою думку.
3. Я радію, коли мої друзі:
 - а) знають більше, ніж я;
 - б) уміють самостійно, не заважаючи іншим, досягати успіхів;
 - в) допомагають іншим, коли випадає нагода.
4. Найбільше мені подобається, коли у групі:
 - а) не потрібно нікому допомагати;
 - б) не заважають виконувати завдання;
 - в) інші підготовлені гірше, ніж я.
5. Мені здається, що я здатний на більше, коли:
 - а) можу від інших отримати допомогу і підтримку;
 - б) мої зусилля достатньо оцінюються;
 - в) є можливість проявити ініціативу, корисну для всіх.
6. Мені подобаються колективи, в яких:
 - а) кожен зацікавлений у покращенні результатів інших;
 - б) кожен зайнятий своїми справами і не заважає іншим;
 - в) кожен може звертатися до інших для вирішення своїх завдань.
7. Найгірші викладачі ті, хто:
 - а) створює атмосферу змагань між учнями;
 - б) не надає учням достатньо уваги;
 - в) не створює умов для того, щоб група допомагала їм.

8. Найбільше задоволення в житті дає:
 - а) можливість працювати, коли тобі ніхто не заважає;
 - б) можливість отримувати нову інформацію від інших людей;
 - в) можливість бути корисним іншим.
9. Основна роль школи має полягати:
 - а) у вихованні людей із розвинутим почуттям відповідальності перед іншими;
 - б) у підготовці пристосованих до самостійного життя людей;
 - в) у підготовці людей, які вміють отримувати користь від спілкування з іншими людьми.
10. Якщо перед групою стоїть якась проблема, то я:
 - а) надаю перевагу тому, щоб інші вирішували цю проблему;
 - б) надаю перевагу самостійній праці, не покладаюся на інших;
 - в) прагну зробити свій внесок у спільну справу.
11. Я навчався б краще, якби викладачі:
 - а) мали до мене індивідуальний підхід;
 - б) створювали умови для отримання мною допомоги від інших;
 - в) заохочували ініціативу учнів, спрямовану на досягнення спільного успіху.
12. Найгірше, коли ти:
 - а) не можеш самостійно досягти успіху;
 - б) почувашся зайвим у групі;
 - в) не допомагають інші.
13. Найбільше я ціную:
 - а) особистий успіх, в якому є частина заслуги моїх друзів;
 - б) спільний успіх, в якому є й моя заслуга;
 - в) успіх, досягнутий ціною власних зусиль.
14. Я хотів би:
 - а) працювати в колективі, в якому всі готові до співпраці;
 - б) працювати індивідуально з викладачем;
 - в) працювати з компетентними людьми.

Кожне співпадиння з ключем оцінюється в 1 бал. Бали, набрані за всіма 14 судженнями анкети, підсумовуються по кожному типу окремо. При цьому загальна сума балів має дорівнювати 14. Переважає той тип сприйняття, по якому набрано найбільше балів.

Тип сприйняття індивідом групи

Індивідуалістичне

1в, 2а, 3б, 4б, 5б, 6б, 7б, 8а, 9б,
10б, 11а, 12а, 13в, 14в

Колективістське

1б, 2в, 3в, 4а, 5в, 6а, 7а, 8в, 9а,
10в, 11в, 12б, 13б, 14а

Прагматичне

1а, 2б, 3а, 4в, 5а, 6в, 7в, 8б, 9в,
10а, 11б, 12а, 13а, 14в

2. Методика визначення мотивації школяра до навчання в школі (за Н. Г. Лускановою) ;

Анкета для визначення шкільної мотивації (за Н. Г. Лускановою)

1. Тобі подобається в школі?
 - а) Так; б) не дуже; в) ні.
2. Уранці ти завжди з радістю йдеш до школи чи тобі часто хочеться залишитися вдома?
 - а) Іду з радістю; б) буває по-різному; в) частіше хочеться залишитися вдома.
3. Якби вчитель сказав, що завтра до школи не обов'язково приходити всім учням, ти б пішов до школи чи залишився б вдома?
 - а) Пішов би до школи; б) не знаю; в) залишився б удома.
4. Тобі подобається, коли відмінюють уроки?
 - а) Не подобається; б) буває по-різному; в) подобається.

5. Ти хотів би, щоб тобі не задавали ніяких домашніх завдань?
а) Не хотів би; б) не знаю; в) хотів би.
6. Ти хотів би, щоб у школі залишилися лише перерви?
а) Ні; б) не знаю; в) хотів би.
7. Ти часто розповідаєш про школу своїм батькам і друзям? а) Часто; б) рідко; в) не розповідаю.
8. Ти хотів би, щоб у тебе був інший, менш суворий учитель?
а) Мені подобається наш учитель; б) точно не знаю; в) хотів би.
9. У тебе в класі багато друзів?
а) Багато; б) мало; в) немає друзів.
10. Тобі подобаються твої однокласники?
а) Подобаються; б) не дуже; в) не подобаються.

Опрацювання результатів

За кожен варіант «а» — 3 бали, варіант «б» — 1 бал, варіант «в» — 0 балів.

25–30 балів — сформоване ставлення до себе як до школяра, висока навчальна активність.

20–24 бала — ставлення до себе як до школяра практично сформоване.

15–19 балів — позитивне ставлення до школи, але школа більше приваблює поза навчальними сторонами.

10–14 балів — ставлення до себе як до школяра не сформоване.

Менше 10 балів — негативне ставлення до школи.

3. Тест шкільної тривожності Філіпса;

Оцінка рівня Тривожності (тест шкільної тривожності Філіпса)

Для вивчення рівня і характеру тривожності, пов'язаної зі школою, у дітей молодшого та середнього шкільного віку застосовується тест шкільної тривожності Філіпса. Тест складається з 58 питань, які можуть зачитуватися школярами, а можуть і пропонуватися в письмовому вигляді. На кожне питання потрібно однозначно відповісти «так» (ставиться знак "плюс") або "ні" (знак "мінус"). Перед початком роботи дітям пропонується інструкція: "Діти, зараз вам буде запропоновано опитувальник, який складається з питань про гом, як ви себе почуваете в школі. Намагайтеся відповідати щиро і правдиво, тут немає вірних чи невірних, хороших чи поганих відповідей. Над питаннями довго не замислюйтесь. Вгорі на аркуші напишіть свої ім'я, прізвище і клас. Відповідаючи на питання, записуйте його номер і відповідь: "плюс", якщо ви згодні з ним, або "мінус", якщо не згодні".

Тестовий матеріал

1. Чи важко тобі триматися на одному рівні з усім класом?
2. хвилюєшся ти, коли вчитель говорить, що збирається перевірити, наскільки ти знаєш матеріал?
3. Чи важко тобі працювати в класі так, як цього хоче вчитель?
4. Чи сниться тобі часом, що вчитель в люті від того, що ти не знаєш урок?
5. Чи траплялося, що хто - небудь з твого класу бив або бив тебе?
6. Чи часто тобі хочеться, щоб вчитель не поспішав при поясненні нового матеріалу, поки ти не зрозумієш, що він говорить?
7. Чи сильно ти хвилюєшся при відповіді або виконанні завдання?
8. Чи трапляється з тобою, що ти боїшся висловлюватися на уроці, тому що боїшся зробити дурну помилку?
9. Чи тремтять у тебе коліна, коли тебе викликають відповідати?
10. Чи часто твої однокласники сміються над тобою, коли ви граєте в різні ігри?
11. Чи трапляється, що тобі ставлять нижчу оцінку, ніж ти очікував?
12. Чи хвилює тебе питання про те, чи не залишать тебе на другий рік?

13. Намагаєшся чи ти уникати ігор, в яких робиться вибір, тому що тебе, як правило, не вибирають?
14. Чи буває часом, що ти весь тремтиш, коли тебе викликають відповідати?
15. Чи часто у тебе виникає відчуття, що ніхто з твоїх однокласників не хоче робити те, чого хочеш ти?
16. Чи сильно ти хвилюєшся перед тим, як почати виконувати завдання?
17. Чи важко тобі отримувати такі позначки, яких чекають від тебе батьки?
18. Чи боїшся ти часом, що тобі стане дурно в класі?
19. Чи будуть твої однокласники сміятися над тобою, якщо ти зробиш помилку при відповіді?
20. Чи схожий ти на своїх однокласників?
21. Виконавши завдання, турбуєшся літи про те, добре л і з ним впорався?
22. Коли ти працюєш в класі, чи впевнений ти в тому, що все добре запам'ятаєш?
23. Чи сниться тобі іноді, що ти в школі і не можеш відповісти на запитання вчителя?
24. Чи вірно, що більшість хлопців ставляться до тебе по - дружньому?
25. Працюєш ти більш ретельно, якщо знаєш, що результати твоєї роботи будуть порівнюватися в класі з результатами твоїх однокласників?
26. Чи часто ти мрієш про те, щоб поменше хвилюватися, коли тебе запитують?
27. Чи боїшся ти часом вступати в суперечку?
28. Чи відчуваєш ти, що твоє серце починає сильно битися, коли вчитель говорить, що збирається перевірити твою готовність до уроку?
29. Коли ти отримуєш гарні оцінки, чи думає хто - небудь з твоїх друзів, що ти хочеш вислужитися?
30. Чи добре ти себе відчуваєш з тими з твоїх однокласників, до яких хлопці ставляться з особливою увагою?
31. Чи буває, що деякі хлопці в класі говорять що - то, що тебе зачіпає?
32. Як ти думаєш, втрачають чи розташування ті з учнів, які не справляються з навчанням?
33. Чи схоже на те, що більшість твоїх однокласників не звертають на тебе увагу?
34. Чи часто ти боїшся виглядати безглуздо?
35. Чи задоволений ти тим, як до тебе ставляться вчителі?
36. Чи допомагає твоя мама в організації вечорів, як інші мами твоїх однокласників?
37. Чи хвилювало тебе коли - небудь, що думають про тебе оточуючі?
38. сподіваєшся ти в майбутньому вчитися краще, ніж раніше?
39. Чи вважаєш ти, що одягаєшся в школу так само добре, як і твої однокласники?
40. Чи часто ти замислюєшся, відповідаючи на уроці, що думають про тебе в цей час інші?
41. Чи володіють здібні учні якимись - то особливими правами, яких немає у інших хлопців у класі?
42. Зляться чи деякі з твоїх однокласників, коли тобі вдається бути краще за них?
43. Чи задоволений ти тим, як до тебе ставляться однокласники?
44. Чи добре ти себе відчуваєш, коли залишаєшся один на один з учителем?
45. Висміюють чи часом твої однокласники твою зовнішність і поведінку?
46. Чи думаєш ти, що турбуєшся про свої шкільні справи більше, ніж інші хлопці?
47. Якщо ти не можеш відповісти, коли тебе запитують, чи відчуваєш ти, що ось - ось расплачешся?
48. Коли ввечері ти лежиш у ліжку, думаєш ти часом з занепокоєнням про те, що буде завтра в школі?
49. Працюючи над важким завданням, чи відчуваєш ти часом, що зовсім забув речі, які добре знав раніше?
50. Тремтить чи злегка твоя рука, коли ти працюєш над завданням?
51. Чи відчуваєш ти, що починаєш нервувати, коли вчитель говорить, що збирається дати класу завдання?
52. Чи лякає тебе перевірка твоїх знань у школі?
53. Коли вчитель говорить, що збирається дати класу завдання, чи відчуваєш ти страх, що бракує часу з ним?
54. Чи снилося тобі часом, що твої однокласники можуть зробити те, чого не можеш ти?
55. Коли вчитель пояснює матеріал, здається тобі, що твої однокласники розуміють його краще, ніж ти?
56. Чи турбує ти по дорозі в школу, що вчитель може дати класу перевірочну роботу?
57. Коли ти виконуєш завдання, чи відчуваєш ти зазвичай, що робиш це погано?

58. Тремтить чи злегка твоя рука, коли вчитель просить зробити завдання на дошці перед усім класом?

Обробка та інтерпретація результатів

При обробці результатів виділяють питання, відповіді на які не збігаються з ключем тесту.

Наприклад, на 58 - й питання дитина відповіла "так", в той час як в ключі цього питання відповідає "мінус", тобто відповідь "ні". Відповіді, що не збігаються з ключем, - прояв тривожності.

При обробці підраховується:

- загальне число розбіжностей по всьому тесті. Якщо воно більше 50%, можна говорити про підвищену тривожність дитини, якщо більше 75% від загального числа питань тесту - про високу тривожність;
- число збігів по кожному з восьми факторів тривожності, що виділяються в тексті. Рівень тривожності визначається так само, як в першому випадку. Аналізується загальний внутрішній емоційний стан школяра, багато в чому визначається наявністю тих чи інших тривожних синдромів (факторів) і їхньою кількістю.

Фактори	номери питань
1. Загальна тривожність у школі	2, 4, 7, 12, 16, 21, 23, 26, 28, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58 Сума = 22
2. Переживання соціального стресу	5, 10, 15, 20, 24, 30, 33, 36, 39, 42, 44 Сума = 11
3. Фрустрація потреби в досягненні успіху	1, 3, 6, II, 17, 19, 25, 29, 32, 35, 38, 41, 43 Сума = 13
4. Страх самовираження	27, 31, 34, 37, 40, 45 Сума = 6
5. Страх ситуації перевірки знань	2, 7, 12, 16, 21, 26 Сума = 6
6. Страх не відповідати очікуванням оточуючих	3, 8, 13, 17, 22 Сума = 5
7. Низька фізіологічна опірність стресу	9, 14, 18, 23, 28 Сума = 5
8. Проблеми і страхи у відносинах з вчителями	2, 6, 11, 32, 35, 41, 44, 47 Сума = 8

КЛЮЧ ДО ПИТАНЬ

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

Змістовна характеристика кожного синдрому (чинника)

1. **Загальна тривожність у школі** - загальний емоційний стан дитини, пов'язане з різними формами його включення в життя школи.
2. **Переживання соціального стресу** - емоційний стан дитини, на тлі якого розвиваються його соціальні контракти (перш за все з однолітками).
3. **Фрустрація потреби в досягненні успіху** - несприятливий психічний фон, який дозволить дитині розвивати свої потреби в успіху, досягненні високого результату і т.д.
4. **Страх самовираження** - негативні емоційні переживання ситуацій, пов'язаних із необхідністю саморозкриття, пред'явлення себе іншим, демонстрації своїх можливостей.

5. **Страх ситуації перевірки знань** - негативне ставлення і переживання тривоги в ситуаціях перевірки (особливо публічної) знань, досягнень, можливостей.
6. **Страх не відповідати очікуванням оточуючих** - орієнтація на значимість інших в оцінці своїх результатів, вчинків і думок, тривога з приводу оцінок.
7. **Низька фізіологічна опірність стресу** - особливості психофізіологічної організації, що знижують пристосовність дитини до ситуацій стрессогенного характеру, що підвищують вірогідність неадекватного, деструктивного реагування на тривожний фактор середовища.
8. **Проблеми і страхи у відносинах з вчителями** - загальний негативний емоційний фон відносин з дорослими в школі, знижує успішність навчання дитини.

Додаток Д

Тест «Соціометрія» Дж. Морено

ІНСТРУКЦІЯ: «Діти, я хочу розсадити Вас за партами, враховуючи Ваші побажання. Для цього напишіть на листках спочатку прізвище того учня, з ким би Ви хотіли сидіти в першу чергу, потім прізвище того, з ким би Ви хотіли сидіти разом, якщо з першим не вийде, потім прізвище того однокласника, з ким би Ви хотіли сидіти, якщо не вдасться посадити Вас ні з першим, ні з другим. Листки обов'язково підпишіть».

Примітка: Інструкцію можна видозмінювати в залежності від індивідуальних особливостей піддослідних. За одержаними результатами опитування будується соціоматриця. По вертикалі записують прізвища всіх членів групи, які брали участь в дослідженні, по горизонталі - тільки їхні номери. Вибори позначають хрестиком на перетині відповідного рядка з прізвищем того, хто вибирає, і стовпчика з номером вибраного. Взаємні вибори позначають в таблиці кружечком (хрестик в кружечку).

Аналіз результатів

На основі даних соціоматриці по кожному стовпчику підраховують кількість отриманих кожним членом групи виборів, а також кількість взаємних виборів.

На основі даних соціоматриці будується соціограма — карта соціометричних виборів, яка складається із чотирьох концентричних кіл. В першому колі (внутрішньому) наносять символічні позначення піддослідних, які отримали найбільшу кількість виборів (особи жіночої статі позначаються кружечком, чоловічої — трикутником); у другому — які отримали половину і більше половини від найбільшої кількості виборів; у третьому — які отримали менше половини від максимальної к і кількості виборів; у четвертому — які не отримали жодного вибору.

Примітка: Розміри соціограми в діаметрі повинні бути не менші листка із учнівського зошита. Досліджувані, які потрапили до першого (лідери) та другого (ті, кому надають перевагу) кола, займають сприятливе положення в колективі; в третьому (прийняті) і, особливо, в четвертому (ізолювані) колах - несприятливе.

На основі даних соціометричного дослідження можна визначити такі діагностичні показники:

1. РСВ - рівень сприятливих взаємин, який визначається на основі соціограми:
 - високий, якщо в I і II статусних категоріях піддослідних більше, ніж у III та IV, тобто, якщо в групі більшість її членів знаходяться у сприятливому положенні;
 - середній рівень фіксують тоді, коли у I-II і III-IV категоріях кількість піддослідних приблизно однакова;
 - низький РСВ відмічається при переважанні в групі піддослідних із низьким статусом (III-IV категорій).
2. KB — коефіцієнт взаємності чи «Індекс групової згуртованості» визначається за такою формулою:

$$KB = \frac{R1}{K} \cdot 100\%$$
 Де R1 — кількість взаємних виборів, K - загальна кількість виборів.
3. П - індекс ізоляції визначається за формулою:

$$П = 1/n$$
 Де I - кількість ізолюваних в класі, n — загальна кількість учнів в класі.

4. Опитувальник «Мій клас» (методика Боврозера у модифікації Ю. Гільбуха)

Для вивчення особливостей ставлення учнів до свого класу можна використати опитувальник Ю.З.Гільбуха "Мій клас".

Методика складається з 15 питань, поділених на 5 блоків. В кожному блоці – 3 питання, перше з яких виявляє ступінь задоволеності учня шкільним життям, друге – його оцінку рівня конфліктності в класі, і третє – ступінь згуртованості класу.

Питання методики подаються на бланку, що має форму таблиці. Заповнення опитувальника учнем в середньому триває 5 – 10 хвилин.

Правила обчислювання (в колонці “Для вчителя”):

Питання, поряд з якими в "Для вчителя" відсутній символ "0" (зворотній), оцінюються балом "3" при відповіді "Так", і балом "1" при відповіді "Ні". Питання з символом "0" оцінюються в зворотному відношенні - тобто при відповіді "так" – 1 бал, а при відповіді "ні" – 3 бали. Питання, що залишилися без відповіді, або з відповідями, які дані з порушенням правил, оцінюються 2 балами.

Підсумування даних, одержаних при заповненні анкети, здійснюється за такою системою:

-ступінь задоволеності (сумуються бали за питаннями № 1, 4, 7, 10, 13);

-ступінь конфліктності (питання № 2, 5, 8, 11, 14);

-ступінь згуртованості (питання № 3, 6, 9, 12, 15).

В нашому прикладі показник задоволеності класом дорівнює 10 балам, конфліктності – 9, згуртованості – 12.

“Мій клас”

Пам'ятай, що ти характеризуєш свій нинішній клас, яким він є сьогодні	Підкресли свою відповідь	Для вчи-теля (прак-тиканта)	
1. Дітям подобається вчитися в нашому класі	<u>Так</u>	Ні	
2. Діти в класі завжди б'ються один з одним	Так	<u>Ні</u>	
3. В нашому класі кожний учень – мій друг	Так	<u>Ні</u>	
4. Деякі учні нещасливі в нашому класі.	<u>Так</u>	Ні	0
5. Діти в нашому класі сперечаються один з одним	<u>Так</u>	Ні	
6. З деякими учнями нашого класу я не дружу	Так	<u>Ні</u>	0
7. Учні нашого класу із задоволенням ходять до школи	Так	<u>Ні</u>	
8. Багато дітей класу не можуть спокійно спілкуватися з однокласниками	<u>Так</u>	Ні	
9. Всі учні в нашому класі дружать між собою	<u>Так</u>	<u>Ні</u>	
10. Деякі учні не люблять свій клас	Так	<u>Ні</u>	0
11. Окремі учні завжди намагаються настояти на своєму	Так	<u>Ні</u>	
12. Учні нашого класу добре ставляться один до одного	<u>Так</u>	Ні	

13. Наш клас веселий	Так	Ні
14. Діти в нашому класі багато сваряться	Так	<u>Ні</u>
15. Наш клас – дружний	<u>Так</u>	Ні

Соціометричне дослідження

При підготовці психологічної характеристики класу дослідження міжособистісних стосунків в класі молодших школярів за соціометрією є обов'язковим.

Результативність соціометрії багато в чому залежить від психологічної підготовки учнів до опитування. Тому до проведення експерименту необхідно приступати не раніше, ніж через два тижні після початку практики, коли студент-практикант і клас звикнуть один до одного. Щоб уникнути відмови учнів від участі в дослідженні, слід популярно викласти учням завдання опитування і запевнити в повному збереженні його таємниці.

Для проведення експерименту учням роздається папір (соціометричні картки). Якщо є можливість, на дошці записуються прізвища всіх учнів класу і нумеруються за порядком. Спочатку записуються прізвища всіх хлопців, а потім дівчат. Необхідно зробити так, щоб список хлопчиків закінчувався прізвищами учнів із активу класу (школи), або прізвища членів активу класу (хлопців і дівчат) повинні бути записані поряд. Все це робиться для зручності обробки даних.

Кожий учень ставить в правому верхньому кутку соціометричної картки свій номер за списком, записаним на дошці. Потім учням даються питання: "Назви прізвища трьох однокласників, яких би ти запросив до себе на день народження"; "Уяви собі, що ти можеш поїхати в туристичну поїздку за кордон і взяти з собою трьох однокласників. Кого ти вибереш?" Можна задавати й інші питання.

Обов'язкова умова – кожний учень повинен записати на соціометричній картці номери кількох учнів класу за списком.

Після цього картки збираються і опрацьовуються за допомогою соціометричної матриці.

5. МЕТОДИКА «АГРЕСИВНА ПОВЕДІНКА» (За Є. Ільїним та П. Ковальовим)

МЕТОДИКА «АГРЕСИВНА ПОВЕДІНКА» (Є. П. ІЛЬЇН, П. А. КОВАЛЬОВ)

Спрямована на виявлення стриманості-нестриманості і типу агресивної поведінки.

Інструкція. На кожне твердження в матриці потрібно дати відповіді «так» (ставиться знак «+») або «ні» (ставиться знак «-»).

Питання тесту

1. Я не можу втриматися від грубих слів, якщо хтось не згоден зі мною.
2. Іноді я пліткують про людей, яких не люблю.
3. Я ніколи не драгуюся настільки, щоб кидатися предметами.
4. Я рідко даю здачі, якщо мене вдарять.
5. Підчас я вимагаю в різкій формі, щоб поважали мої права.
6. Від злості я часто про себе посилаю прокляття моєму кривднику.
7. Я можу згадати випадки, коли я був настільки злий, що хапав ліпшу під руку річ і ламав її.
8. Якщо я розлючуся, я можу вдарити людину.

9. Якщо хтось дратує мене, я готовий сказати все, що про нього думаю.
10. При виникненні конфлікту на роботі я найчастіше «розряджатися» в розмовах з друзями і близькими.
11. Іноді я висловлюю свій гнів тим, що стукаю по столу кулаком.
12. Якщо я повинен для захисту своїх прав застосувати фізичну силу, то я так і роблю.
13. Коли на мене кричать, я починаю кричати у відповідь.
14. Я часто розповідаю будинку про недоліки по службі, які критикують мене.
15. З досади я можу штовхнути ногою все, що підвернеться.
16. У дитинстві мені подобалося битися.
17. Я часто просто погрожую людям, хоча і не збираюся приводити загрозу у виконання.
18. Я часто про себе обмірковую, що мені треба висловити начальнику, але так і не роблю цього.
19. Я вважаю непристойним стукати по столу, навіть якщо людина дуже сердитий.
20. Якщо той, хто взяв мою річ, не віддає її, я можу застосувати силу.
21. У суперечці я часто починаю сердитися і кричати.
22. Я вважаю, що засуджувати людину «позаочі» не дуже етично.
23. Не було випадку, щоб я зі злості що-небудь зламав.
24. Я ніколи не застосовую фізичну силу для вирішення спірних питань.
25. Навіть якщо я злюся, я не вдаюся до сильних виразів.
26. Я не пліткують про людей, навіть якщо вони мені дуже не подобаються.
27. Я можу так расвірєпєть, що буду трошити все підряд.
28. Я не здатний вдарити людину.
29. Я не вмію «поставити людину на місце», навіть якщо він цього заслуговує.
30. Іноді я про себе обзиваю начальника, якщо залишаюся незадоволений його рішенням.
31. Мені не подобаються люди, які зганяють зло на своїх дітях, роздаючи їм потиличники.
32. Люди, які постійно переводять вас, варті того, щоб їх вдарити.
33. Як би я не був злий, я намагаюся не ображати інших.
34. Після неприємностей на роботі я часто скандалю будинку.
35. Коли я дратуюся, то, йдучи, ляскаю дверима.
36. Я ніколи не любив битися.
37. Я буваю грубуватий з людьми, які мені не подобаються.
38. Якщо в транспорті мені віддали ногу, я про себе лаюся всякими словами.
39. Я завжди засуджую батьків, що б'ють своїх дітей тільки тому, що у самих поганій настрій.
40. Краще переконати людину, ніж примушувати його фізично.

Матриця для відповідей опитуваних

№ п / п	Та	Немає	Мб п / п	Та	Немає	№ п / п	Та	Немає	№ п / п	Та	Немає
1			5			9			13		
2			6			10			14		
3			7			И			15		
4			8			12			16		

Закінчення матриці

№ п / п	Та	Немає	№ п / п	Та	Немає	№ п / п	Та	Немає	Мб п / п	Та	Немає
17			23			29			35		
18			24			30			36		
19			25			31			37		
20			26			32			38		

21			27			33			39		
22			28			34			40		

Для зручності підрахунку набраних балів доцільно мати 4 ключа, які за розмірами і формою точно повинні відповідати опитувальної матриці, а в місці зазначених вище відповідей - вирізані віконечка, де може з'явитися поставлений опитуваним знак («+» або «-»).

Підраховуються як плюси, так і мінуси.

Ключ. Відповіді «так» по позиціях 1,5,9,13,17,21,37 і «ні» по позиціях 25,29,33 свідчать про схильність опитуваного до прямої вербальної агресії; відповіді «так» по позиціях 2, 6,10,14, 18, 30, 34, 38 і «ні» по позиціях 22, 26 - про схильність до непрямой вербальної агресії; відповіді «так» по позиціях 7, 1, 15,27,35 і «ні» по позиціях 3,19,23, 31,39 - 0 схильності до непрямой фізичної агресії; відповіді «так» по позиціях 8,12,16, 20, 32 і «ні» по позиціях 4, 24, 28, 36, 40 - про схильність до прямої фізичної агресії.

За кожний із зазначених відповідей нараховується 1 бал.

Висновки. Чим більша сума набраних балів, тим вище у даної людини схильність до агресії.

Сума балів за пряму і непрямую фізичну агресію і пряму вербальну агресію дозволяє судити про нестриманості, якщо сума 20 балів і більше, або стриманості (витримці), якщо сума 10 балів і менше.

Методика «Самооцінка»

МЕТОДИКА «ВАША САМООЦІНКА»

ОПУБЛІКОВАНО У ПСИХОЛОГІЧНА СЛУЖБА

IT news

Мета: визначити рівень самооцінки. Кожна людина цікавиться своїм внутрішнім світом. У підлітковому віці всі починають замислюватися про власну зовнішність, про свої розумові здібності, про силу характеру. Таким чином і формується система уявлень про себе, тобто самооцінка. Вона визначає взаємини з оточенням, від неї залежить самокритичність, вимогливість до себе, ставлення до своїх досягнень і невдач.

Інструкція:

Перед вами 32 твердження. Оцініть їх:

- таке трапляється зі мною часто – 3б.
- інколи – 2 б.
- рідко – 1 б.
- ніколи – 0 б.

№	Часто	інколи	рідко	ніколи
	3 б	2б	1б	0б
1	Мені постійно хочеться, щоб мене підбадьорювали			

- 2 Завжди відчуваю відповідальність за доручену мені роботу
- 3 Я хвилююся через своє майбутнє
- 4 Багато хто мене ненавидить
- 5 Я менш ініціативний, ніж інші
- 6 Я переймаюся через свій психічний стан
- 7 Я боюся здатися дурним
- 8 Зовнішній вигляд інших кращий, ніж у мене
- 9 Я боюся виступати з промовою перед незнайомими людьми
- 10 Я часто припускаюся помилок у письмових роботах
- 11 На жаль, я не завжди можу викласти свої думки
- 12 Мені часто бракує впевненості у собі
- 13 Мені б хотілося, щоб мене частіше хвалили
- 14 Я занадто скромний
- 15 Моє життя нецікаве
- 16 Багато хто неправильно думки про мене
- 17 Мені ні з ким поділитися своїми думками
- 18 Від мене чекають багато чого
- 19 Батьки не дуже цікавляться моїми досягненнями
- 20 Я трохи бентежуся у спілкуванні з новими людьми
- 21 Я відчуваю, що багато людей не розуміє мене
- 22 Я почуваюся в безпеці
- 23 Я часто марно хвилююся

- 24 Я почуваюся ніяково, коли відповідаю біля дошки
- 25 Я постійно почуваюся скуто
- 26 Я переймаюся тим, що говорять про мене поза очі
- 27 Я впевнений, що інше всі сприймають легше, ніж я
- 28 Мені здається, що зі мною має трапитись якась халепа
- 29 Мене хвилює думка про те, як інші ставляться до мене
- 30 На жаль, я не дуже товариський
- 31 У суперечках я висловлююся лише тоді, коли впевнений у своїй правоті
- 32 Я думаю про те, чого чекають від мене товариші

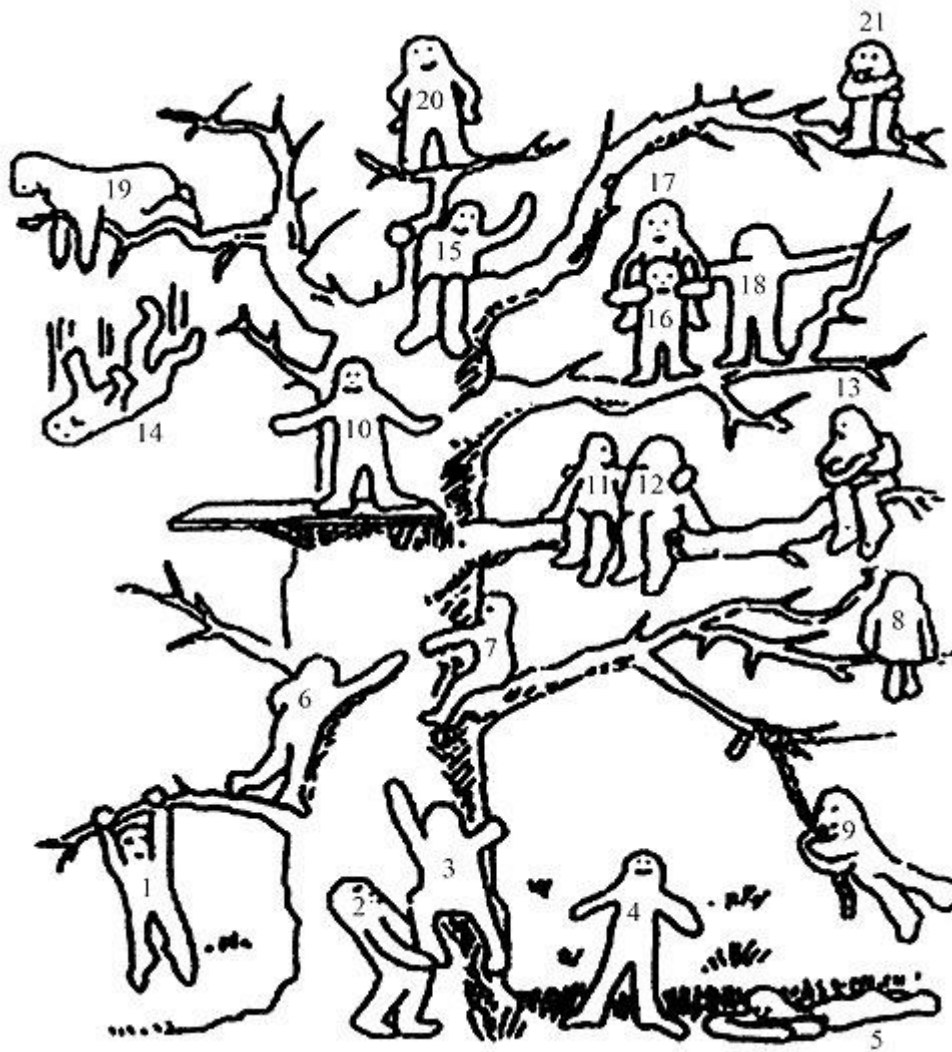
Інтерпретація результатів

Сума балів від **0 до 25** свідчить про високий рівень самооцінки, при якому людина правильно реагує на зауваження інших і рідко сумнівається у своїх діях.

Сума балів від **26 до 45** показує середній рівень самооцінки, при якому людина рідко страждає на комплекс неповноцінності і лише час від часу підлаштовується під думку інших.

Сума балів від **46 до 128** – це низький рівень самооцінки, при якому людина болісно сприймає критичні зауваження, намагається завжди зважати на думку інших і часто страждає на «комплекс неповноцінності».

Щоб наша самооцінка була на високому рівні, ми повинні знати свої плюси і мінуси, слабкі й сильні сторони, реально оцінювати власні сили та здібності



Задля збереження психічного здоров'я Ваших дітей результати тесту може інтерпретувати лише досвідчений психолог!

Методика спрямована на дослідження шкільної мотивації та адаптації. Вона була створена для школярів з метою перевірити, як вони освоїлися в школі за перші три роки. Проте пізніше з'ясувалося, що тест актуальний і для дорослих.

Методика була запропонована на семінарі шкільних психологів в Одесі англійськими психологами Джоном і Дайаной Лампен (1997r) для забезпечення можливості більш повного вивчення особистості учня. Даний тест дітям дуже подобається.

Форма проведення: групова.

Час проведення: 10-15 хвилин.

Обладнання: бланк, червоний і синій олівці.

Інструкція для дітей: Учням пропонуються аркуші з готовим зображенням сюжету: дерево, на якому розташовуються чоловічки. Кожен учень одержує лист із таким зображенням (але без нумерації фігурок). Завдання дається в наступній формі: “Розглянете це дерево. Ви бачите на ньому і поряд з ним безліч чоловічків. У кожного з них – різний настрій і вони займають різне положення. **Візьміть червоний фломастер і обведіть того чоловічка, що нагадує вам себе, схожий на вас, має такий же настрій як у вас.** Ми перевіримо, наскільки ви уважні. Тепер візьміть зелений фломастер і **обведіть того чоловічка, яким ви хотіли б бути і на чьому місці ви хотіли б знаходитися**”.

Інтерпретація результатів: Позичії, які вибирає учень є ототожненням свого реального і ідеального положення, чи є між ними розходження?

Вибір позицій **№ 1, 3, 6, 7** характеризує установку на подолання перешкод;

№ 2, 19, 18, 11, 12 – товариськість, дружню підтримку;

№ 4 – стійкість положення (бажання домагатися успіхів, не переборюючи труднощі);

№ 5 – стомлюваність, загальна слабкість, невеликий запас сил, сором'язливість;

№ 9 – мотивація на розваги,

№ 13, 21 – відстороненість, замкнутість, тривожність;

№ 8 – характеризує відстороненість від навчального процесу, відхід у себе;

№ 10, 15 – комфортний стан, нормальна адаптація;

№ 14 – кризовий стан, “падіння в прірву”.

Позицію **№ 20** часто вибирають як перспективу учні з завищеною самооцінкою й установкою на лідерство.

6. Діагностика тривожності для учнів 5 класів.

Я	Все розумію	спокійний	Не боюся	впевнений	Мені легко	цікаво
Українська мова						
Українська література						
Англ.. мова						
Математика						
Зарубіжна літ.						
Етика						
Історія						
Природа						
Образотворче						
музика						
Фізкультура						
інформатика						