

Министерство образования и науки Республики Тыва  
Государственное бюджетное учреждение  
Республиканский Центр психолого-медико-социального сопровождения  
«Сайзырал»

**СБОРНИК МЕТОДИК,  
ПРИМЕНЯЕМЫХ ПРИ МОНИТОРИНГЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО  
ЗДОРОВЬЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ**  
методические материалы

*Составитель: Сартыыл С.С.,  
педагог-психолог высшей квалификационной категории*



Кызыл - 2019

Печатается по решению экспертного совета ГБУ Республиканского Центра психолого-медико-социального сопровождения «Сайзырал»

Методики, применяемые при мониторинге психологического здоровья обучающихся– г. Кызыл.: 2019 г – 80 с.

Предоставленный пакет методик может применяться для проведения комплексной оценки качества образования в дошкольных образовательных организациях Республики Тыва.

Стилистика, орфография и пунктуация  
оставлены в авторском варианте

**Содержание:**

	стр
Рецензия	3
1. Диагностика определения общего психологического состояния и психоэмоционального неблагополучия – Проективная методика «Дом Дерево Человек».....	7
2. Диагностика, направленная на определение уровня развития мелкой моторики – «Домик» Н.Н.Гуткиной.....	11
3. Диагностика изучения свойств внимания (концентрации, устойчивости, переключаемости) и психомоторного темпа, волевую регуляции, личностные характеристики работоспособности информации и динамику работоспособности во времени – Тест Тулуз-Пьерона.....	12
4. Диагностика изучения уровня и характера тревожности, связанной со школой, у детей младшего и среднего школьного возраста – Тест школьной тревожности Филиппса .....	22
5. Диагностика определения психологической комфортности учащихся на разных уроках – Методика «Цветные письма».....	25
6. Диагностика определения мотивационно-потребностной сферы личности, а именно выявление уровней агрессивности и враждебности – Диагностика состояния агрессии (опросник Басса-Дарки).....	26
7. Диагностика определения самооценки психических состояний – Тест «Самооценка психического состояния» Г. Айзенка.....	31
8. Диагностика выявления личностной и ситуативной тревожности – Методика на выявление личностной и ситуативной тревожности Ч.Спилбергера, адаптированная Ю. Ханиным.....	33
9. Диагностика определения типа акцентуации характера, реакции эмансипации в самооценке и психологическую склонность к делинквентности – Патохарактерологический диагностический опросник А.Е.Личко.....	38
10. Диагностика выявления предрасположенности к реализации различных форм виктимного поведения – Методика «Склонность к виктимному поведению» О.О.Андронникова.....	56
11. Диагностика для первичного выявления детей «группы риска» - Методика диагностики и выявления детей «группы риска» М.И.Рожкова, М.А. Ковальчука.....	65
12. Диагностика определения степени одиночества – Методика диагностики уровня субъективного ощущения одиночества Д.Рассела, М. Фергюсона.....	69
13. Диагностика выявления патологического пристрастия к интернету (вне зависимости от формы этого пристрастия) – Методика обследования на интернет зависимости Кимберли Янга.	70
14. Методика определения выбора для учащихся подходящего типа профессии – Определение типа будущей профессии Е.А.Климова	74



**РЕЦЕНЗИЯ**

**на пакет методик, используемых в мониторинге здоровья  
несовершеннолетних с 1 по 11 классы общеобразовательных  
организаций Республики Тыва**

Коллективом кафедры психологии Кызылского педагогического института им. А.А. Даржая (в лице и.о. зав. каф. психологии Монгуш Ч.Н.) изучены методики, применяемых для мониторинга психологического здоровья обучающихся в общеобразовательных учреждениях Республики Тыва.

В целях создания условий по обеспечению психологической безопасности учебно-воспитательного процесса и профилактики дезадаптивного поведения среди обучающихся общеобразовательных организаций Республики Тыва ежегодно в 2 этапа (октябрь и март) проводится мониторинг психологического здоровья несовершеннолетних (далее - Мониторинг).

Цель мониторинга: выявление психологического здоровья обучающихся с 1 по 11 классы общеобразовательных организаций республики.

Основные задачи мониторинга:

- выявление учащихся, имеющих повышенный уровень показателей эмоционально-волевой сферы, для организации с данной категорией учащихся коррекционно-развивающей работы;
- выявление «проблемных зон» в процессе обучения и воспитания;
- выявление возможных причин школьной дезадаптации и профилактики проблем в развитии обучающихся;
- организация индивидуально-дифференцированного подхода к решению вопросов обучения и воспитания.

В мониторинге используются методики по выявлению уровня адаптации первоклассников, аутоагрессивного поведения, употребления психоактивных веществ, жестокого обращения с детьми, предотвращению в подростковой среде формирования криминальных субкультур, патологического пристрастия к интернету и склонности к виктимному поведению:

№	Название методики	Контингенты	Цель проведения
1.	«Дом-Дерево-Человек»	Учащиеся с 1 по 11 классы	Определение общего психологического состояния и психоэмоционального

			неблагополучия
2.	«Домик», Тест Тулуз-Пьерона	Учащиеся 1-х классов	Определение психологической готовности ребенка к обучению в школе и выявление уровня адаптации первоклассников
3.	Опросник Филлипса, «Цветные письма»	Учащиеся 5-х классов	Определение психологической комфортности пятиклассников
4.	Опросник «Басса-Дарки»	Учащиеся с 7 по 11 классы	Определение мотивационно-потребностной сферы личности, а именно выявление уровней агрессивности и враждебности
5.	Тест «Самооценка психического состояния» Г. Айзенка	Учащиеся с 7 по 11 классы	Определение самооценки психических состояний
6.	Методика на выявление личностной и ситуационной тревожности (Спилбергера-Ханина)	Учащиеся с 7 по 11 классы	Выявление личностной и ситуативной тревожности
7.	Патохарактерологический диагностический опросник (ПДО) А.Е. Личко	Учащиеся с 7 по 11 классы	Определение типа акцентуации характера, реакции эмансипации в самооценке и психологическую склонность к делинквентности.
8.	Методика «Склонность к виктимному поведению» О.О. Андроникова	Учащиеся с 7 по 11 классы	Выявление предрасположенности к реализации различных форм виктимного поведения
9.	Методика первичной диагностики и выявления детей «группы риска» (М. И. Рожкова, М. А. Ковальчука).	Учащиеся с 9 по 11 классы	Первичное выявление детей «группы риска»

10.	Методика субъективного ощущения одиночества Д. Рассела и М. Фергюсона.	Учащиеся с 9 по 11 классы	Определения степени одиночества.
11.	Методика обследования на интернет зависимость Кимберли-Янга	Учащиеся с 7 по 11 классы	Выявления патологического пристрастия к интернету (вне зависимости от формы этого пристрастия)
12.	Методика «Определение типа будущей профессии» Е.А. Климова	Учащиеся с 9 по 11 классы	Определение выбора для учащихся подходящего типа профессии
13.	Социально-психологическое тестирование на ранее выявление незаконного потребления наркотических средств и психотропных веществ: - анкета «Исходная оценка наркотизации» В.Г. Латышева и др.; - Опросник группы риска наркозависимости Хасана Б.И.	Учащиеся с 7 по 11 классы	Изучение осведомленности обучающихся о психоактивных веществах и выявление обучающихся, употребляющих психоактивные вещества

Предоставленный пакет методик может применяться для проведения для мониторинга психологического здоровья обучающихся в общеобразовательных учреждениях Республики Тыва.

**Рецензент:**

к.психол.н., доцент кафедры  
психологии ФГБОУ ВО  
«Тувинский государственный университет»

/ Монгуш Ч.Н.

## 1. Проективная методика «Дом Дерево Человек»

Тест разработан американским психологом Дж. Бук. Он позволяет выявить следующие симптомокомплексы: чувство незащищенности, тревожность, неуверенность в себе, чувство неполноценности, враждебность к окружающим, наличие конфликтной (фрустрирующей) ситуации в жизни ребенка, трудности в общении и установлении контактов, депрессивные тенденции.

Этот тест относится к проективным, поскольку при неопределенности предъявляемого стимула испытуемый проецирует свое представление о доме (дереве, человеке) и отношении к тому, что данный объект символизирует для него. Такие знакомые всем слова, как дом, дерево, человек, специфичны тем, что они являются не просто названиями объектов, но и несут эмоциональную нагрузку. Поэтому эмоциональная реакция ребенка на предъявленное задание (непосредственно сразу же, во время рисования, а также в беседе после рисования) обычно отражает личностно значимое отношение к тому, что символично присутствует в рисунке.

Техника проведения теста очень проста. Ребенку предлагают стандартный лист бумаги А4 и простой карандаш (мягкость 2М). Предварительно лист для рисования складывают пополам. На первой странице в горизонтальном положении наверху печатными буквами пишут «ДОМ», на второй и третьей странице в вертикальном положении сверху на каждом листе пишут соответственно «ДЕРЕВО», «ЧЕЛОВЕК». Ребенку говорят следующее: «Нарисуй, пожалуйста, как можно лучше дом, дерево и человека». На все уточняющие вопросы испытуемого следует отвечать, что он может рисовать так, как ему хочется. После окончания рисования с ребенком проводят беседу. Много информации даст также наблюдение за ребенком в процессе рисования – отмечают его мимику, спонтанные высказывания, жесты либо необычные движения и т. п. Затем проводится качественный и количественный анализ полученных показателей (см. таблицу).

Симптомокомплекс	№	Симптомы	Балл
1	2	3	4
Незащищенность	1	Рисунок в верхнем углу листа	0, 1, 2, 3
	2	Рисунок в самом центре листа	0, 1, 2, 3
	3	Дом, дерево – с самого края	0, 1, 2, 3
	4	Рисунок внизу листа	0, 1, 2

	5	Много второстепенных деталей	0, 1, 2, 3
	6	Дерево на горе	0, 1
	7	Очень подчеркнутые корни	0, 1
	8	Непропорционально длинные руки	0, 1
	9	Широко расставленные ноги	0, 1
	10	Другие возможные признаки	
Тревожность	1	Облака	0, 1
	2	Выделение отдельных деталей	0, 1
	3	Ограничение пространства	0, 1, 2, 3
	4	Штриховка	0, 1, 2, 3
	5	Линия с сильным нажимом	0, 1
	6	Много стирания	0, 1, 2
	7	Мертвое дерево, больной человек	0, 2
	8	Подчеркнутая линия основания	0, 1, 2, 3
	9	Толстая линия фундамента дома	0, 2
	10	Интенсивно затушеванные волосы	0, 1
	11	Другие возможные признаки	
Недоверие	1	Очень слабая линия рисунка	0, 2
	2	Дом с краю листа	0, 1
	3	Слабая линия ствола	0, 1
	4	Одномерное дерево	0, 1

	5	Очень маленькая дверь	0, 1
	6	Самооправдывающие оговорки во время рисования, прикрывание рисунка рукой	0, 1
	7	Другие возможные признаки	...
Чувство неполноценности	1	Рисунок очень маленький	0, 1, 2, 3
	2	Отсутствуют руки, ноги	0, 2
	3	Руки за спиной	0, 1
	4	Непропорционально короткие руки	0,1
	5	Непропорционально узкие плечи	0, 1
	6	Большая система веток	0, 1
	7	Крупные двумерные листья	0, 1
	8	Дерево, умершее от гниения	0, 1
	9	Другие возможные признаки	0, 1
Враждебность	1	Отсутствие окон	0, 2
	2	Дверь – замочная скважина	0, 1
	3	Очень большое дерево	0, 1
	4	Дерево с краю листа	0, 1
	5	Обратный профиль дерева, человека	0, 1
	6	Ветки двух измерений, как пальцы	0, 1
	7	Глаза – пустые глазницы	0, 2
	8	Длинные острые пальцы	0, 2
	9	Оскал, видны зубы	0, 1

	10	Агрессивная позиция человека	0, 2
	11	Другие возможные признаки	0, 2
Конфликтность (фрустрация)	1	Ограничение пространства	0, 1, 2, 3
	2	Перспектива снизу (взгляд червя)	0, 1, 2, 3
	3	Перерисовывание объекта	0, 2
	4	Отказ рисовать какой-либо объект	0, 2
	5	Дерево как два дерева	0, 2
	6	Явное несоответствие качества одного из рисунков	0, 2
	7	Противоречивость рисунков и высказывания	0, 1
	8	Подчеркнутая талия	0, 1
	9	Отсутствие трубы на крыше	0, 1
	10	Другие возможные признаки	...
Трудности общения	1	Отсутствие двери	0, 2
	2	Очень маленькая дверь	0, 1
	3	Отсутствие окон	0, 2
	4	Окна – отверстия без рам	0, 1
	5	Излишне закрытые окна	0, 1
	6	Выделенное лицо	0, 1
	7	Лицо, нарисованное последним	0, 1
	8	Отсутствие деталей лица (основных)	0, 2

	9	Человек, нарисованный схематично, из папочек	0, 2
	10	Дом, человек в профиль	0, 1
	11	Дверь без ручки	0, 1
	12	Руки в оборонительной позиции	0, 1
	13	Высказывания о нарисованном человеке как об одиноком, без друзей	0, 1
	14	Другие возможные признаки	0, 1
Депрессивность	1	Помещение рисунка в самый низ листа	0, 1, 2, 3
	2	Вид дерева или дома сверху	0, 1
	3	Линия основания, идущая вниз	0, 1
	4	Линия, слабеющая в процессе рисования	0, 2
	5	Сильная усталость после рисования	0, 2
	6	Очень маленькие рисунки	0, 2
	7	Другие возможные признаки	...

## 2. Методика «Домик» Н.Н.Гуткиной

Методика представляет собой задание на срисовывание картинки, изображающую домик, отдельные детали которого составлены из прописных букв. Задание позволяет выявить умение ребенка ориентироваться в своей работе на образец, умение точно скопировать его, выявляет особенности развития произвольного внимания, пространственного восприятия, сенсомоторной координации и тонкой моторики руки. Методика рассчитана на детей 5,5–10 лет.

**Материал.** Картинка, изображающая домик, отдельные детали которого составлены из элементов прописных букв.

**Ход работы.** Взрослый кладет перед ребенком картинку и предлагает ему точно срисовать домик.

**Инструкция испытуемому:** «Перед тобой лежит лист бумаги и карандаш. На этом листе я прошу тебя нарисовать точно такую картинку, которую ты видишь на этом рисунке (перед испытуемым кладут листок с «Домиком») Не торопись, будь внимательным, постарайся, как чтобы твой рисунок был точно такой же, как этот на образце. Если ты что-то не так нарисуешь, то стирать резинкой или пальцем ничего нельзя, а надо поверх неправильного или рядом нарисовать правильно. Тебе понятно задание? Тогда приступай к работе».

По ходу работы ребенка необходимо зафиксировать: какой рукой он рисует – правой или левой; как он работает с образцом: часто ли смотрит на него, проводит ли воздушные линии над рисунком-образцом, повторяющие контуры картинки, сверяет ли сделанное с образцом или, мельком взглянув на него, рисует по памяти; быстро или медленно проводит линии; отвлекаемость во время работы; высказывания и вопросы во время рисования; сверяет ли испытуемый после окончания работы свой рисунок с образцом.

По окончании работы взрослый предлагает ребенку проверить, все ли у него верно. Ребенок может исправить неточности (это необходимо отметить психологу).

**Обработка экспериментального материала** производится путем подсчета баллов, начисляемых за ошибки.

**Безошибочное копирование рисунка оценивается 0 баллов.**

**Ошибками считаются:**

**Оцениваемые детали:** правая половина забора, левая половина забора, дым, труба на крыше, крыша, штриховка на крыше, окно, линия, изображающая основание домика;

б) 3 балла - за каждую увеличенную деталь  
увеличение отдельных деталей рисунка более чем в 2 раза при относительно произвольном сохранении размера всего рисунка.

в) 2 балла - неправильно изображенный элемент рисунка  
Неверно воспроизведенное количество элементов в детали рисунка не считается за ошибку, то есть неважно сколько будет палочек в заборе, колечек дыма или линий в штриховке крыши

г) 1 балл - неправильное расположение деталей в пространстве рисунка  
расположение **забор** не на одной общей с основанием дома линии, а как бы в подвешенном в воздухе или ниже основания домика;

смещение **трубы** к левому углу крыши; существенное смещение окна в какую-либо сторону от центра;

расположение **дыма** более чем на 30 градусов отклоняется от горизонтальной линии; основание крыши по размеру соответствует основанию домика, а не превышает его

д) 1 балл - прямые линии отклонение прямых линий более чем на 30 градусов от заданного направления

е) 1 балл - разрывы между линиями  
**разрывы между линиями** в тех местах где они должны быть соединены (1балл за каждый разрыв).

Если линии штриховки крыши **не доходят до линии крыши**, 1 балл ставится **за штриховку в целом**, а не за каждую линию штриховки отдельно

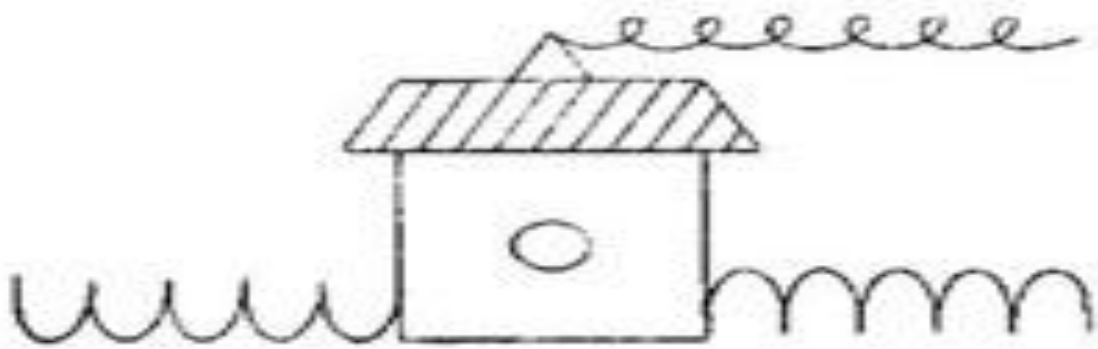
ж) 1 балл - за каждое залезание  
залезание линий одна на другую

При анализе рисунка следует обратить внимание на характер линий, которые могут говорить как о развитии мелкой моторики, так и о личностных особенностях ребенка.

При интерпретации результатов эксперимента необходимо учитывать возраст испытуемого.

Ребёнок - **5 лет** - почти не получают оценку «0».

Ребёнок - **10 лет**. Если же ребенок получает **более 1 балла** – это свидетельствует о неблагополучии в развитии одной или нескольких исследуемых методикой психологических сфер.



### 3. Тест Тулуз-Пьерона

Цель: изучение свойств внимания (концентрации, устойчивости, переключаемости) и психомоторного темпа, вторично - оценивает точность и надежность переработки информации, волевую регуляцию, личностные характеристики работоспособности и динамику работоспособности во времени.

Оцениваемые универсальные учебные действия: регулятивные действия – волевая саморегуляция, личностные характеристики работоспособности и динамику работоспособности во времени.

Возраст: от 6 до 17 лет.

*Форма и ситуация оценивания:* групповое тестирование.

Тест Тулуз-Пьерона является одним из вариантов «корректирующей пробы», общий принцип которой был разработан Бурдоном еще в 1895 году. Суть задания состоит в дифференцировании стимулов, близких по форме и содержанию, в течение длительного, точно определенного времени.

«Классический» вариант теста Тулуз-Пьерона (30 строчек) применим для широкого возрастного диапазона, начиная с 15 лет. Укороченный вариант (10 строчек) можно использовать, начиная с 3 класса. Для детей 6-8 лет (1-2 класс) предлагается упрощенный вариант методики. Он был разработан с учетом еще не полного сенсомоторного развития детей этого возраста и меньшего объема их оперативной памяти. Использовать тест (даже в упрощенном варианте) на детях более младшего возраста не рекомендуется, так как он перестает быть валидным.

#### *Материал.*

В тесте Тулуз-Пьерона стимульным материалом являются 8 типов квадратиков, различающихся тем, к какой грани или к какому из углов добавлены черные полукруг или четверть круга. Тестовый бланк состоит из 10 строчек, на которых в случайном порядке расположены все типы используемых квадратиков. В верхнем левом углу бланка изображены квадратики-образцы (два - на бланках для дошкольников и учащихся 1-2 классов). В расположенных ниже строчках обследуемый должен находить и зачеркивать квадратики, аналогичные образцам, а остальные - подчеркивать. Время работы с каждой строчкой ограничено. Дети от 6 лет до 6 класса работают с каждой строчкой 1 минуту. Когда отведенное время истекает, обследуемый должен переходить к следующей строчке, независимо от того, смог он обработать предыдущую до конца или нет.

К преимуществам теста относится его независимость от культурной принадлежности, уровня вербального и социального интеллекта обследуемого, даже существенные речевые и слуховые дефекты не влияют на результативность его выполнения. Задания простые, решаются наглядно, посредством сравнения с образцами. По своему характеру работа с тестом - монотонная, несложная деятельность, требующая постоянного напряжения внимания и волевого усилия. Согласно Колларику и Черны, тест стандартизован на нескольких выборках. Распределение результатов является нормальным. Валидность доказана по множественным корреляциям с родственными тестами. Прогностическая валидность установлена для оценки успеваемости, технического рисования и способностей к технике. При использовании факторного анализа тест попадает в фактор, объединяющий тесты на перцепцию, внимание, память, воображение, общую остроту ума и сообразительность.

Результаты, полученные на детях, отражают их возрастное психофизиологическое развитие. Скорость выполнения теста связана с возрастным созреванием нервной системы и своих максимальных значений с последующей стабилизацией достигает к 15-18-летнему возрасту.

Еще одно преимущество методики состоит в том, что она фактически является экспресс-методом (занимает не более 15 минут) и пригодна для массовых обследований.

Для более полной оценки возможных осложнений в развитии ребенка тест Тулуз-Пьерона необходимо использовать в комплексе с интеллектуальными и личностными психодиагностическими методиками. В этом случае при тестировании дошкольников и учащихся 1-2 классов процедуру тестирования необходимо начинать с теста Тулуз-Пьерона, чтобы определить особенности работоспособности.

### *Описание задания.*

Обследование с помощью теста Тулуз-Пьерона может проводиться как групповым способом, так и индивидуально. Однако следует помнить, что результаты индивидуального и группового тестирования детей до 12 лет могут не совпадать. Ситуации самостоятельной работы в группе и диалогового взаимодействия со взрослым оказываются неидентичными для детей этого возраста из-за того, что произвольность, волевое самоуправление у них еще развиты недостаточно. Когда ребенок находится один на один со взрослым, он как бы попадает в его «волевое поле» и действует намного более четко, собранно, чем ему это обычно свойственно. Для того, чтобы выяснить, как он будет работать в классе, тестирование должно проводиться групповым способом, воспроизводя типичную обстановку урока. Индивидуальное обследование показывает возможности ребенка при наличии внешнего контроля (родителей, репетитора), т. е. зону его ближайшего развития.

При групповом тестировании группа должна быть не менее 6-10 человек (для дошкольников и школьников соответственно). В условиях школы удобнее работать сразу со всем классом. Общее время работы для детей – 15-20 минут (чем младше дети, тем больше времени уходит на объяснение и проверку понимания инструкции).

При групповом тестировании дети сначала подписывают бланки, а потом слушают инструкцию, сопровождаемую демонстрацией. Для демонстрации на классной доске рисуются квадратики-образцы и часть тренировочной строчки (не менее 10 квадратов), обязательно содержащая все возможные виды квадратов.

### *Инструкция*

«Внимание! Слева в верхней части Ваших ответных бланков нарисованы три (два) квадратика. Это - квадратики-образцы. С ними надо будет сравнивать все остальные квадратики, нарисованные на бланке. Строчка, находящаяся сразу под образцами и не имеющая номера - тренировочная строчка (или черновик). На ней Вы сейчас попробуете, как надо выполнять задание. Необходимо последовательно сравнивать каждый квадратик тренировочной строчки (не изменяя его пространственной ориентации) с образцами. В том случае, если квадратик тренировочной строчки точно-точно похож на какой-либо из образцов, его следует зачеркнуть одной вертикальной черточкой. Если точно такого квадратика среди образцов нет, то его следует подчеркнуть (проговаривание инструкции необходимо сопровождать демонстрацией соответствующих действий). Сейчас Вы должны будете, таким образом, последовательно обработать все квадратики тренировочной строчки, зачеркивая совпадающие с образцами и подчеркивая несовпадающие. Работать необходимо строго по инструкции.

### *Нельзя:*

1. Сначала вычеркнуть все квадратики, совпадающие с образцами, а потом подчеркнуть оставшиеся.
2. Ограничиться только вычеркиванием квадратиков.
3. Подчеркивать сплошной чертой, если подряд встречаются

несовпадающие с образцами квадратики.

4. Выполнять инструкцию наоборот: подчеркивать совпадающие и вычеркивать несовпадающие с образцами квадратики».

ИМАТОН  
ТЕСТ ТУЛУЗ-ПЬЕРОНА  
БЛАНК ОТВЕТОВ

1

Обследуемый

**П Р О Б А**

ЖДИТЕ УКАЗАНИЙ!

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

+

**С П А С И Б О**

Продолжите инструкцию: «Теперь будем работать все вместе и точно по времени. На каждую строчку будет даваться 1 минута. Как только время пройдет, я буду говорить: «Стоп! Следующая строчка». И в каком бы месте строки ни застал Вас этот сигнал, надо сразу перенести руку на следующую

строчку и без перерыва продолжать работу. Работать надо как можно быстрее и как можно внимательнее».

К выполнению основной части работы дети приступают по команде: «Все поставили ручки на первую строчку! Начали!».

По истечении времени, отведенного на последнюю строчку, надо сказать: «Стоп! Все работу закончили».

В процессе тестирования необходимо следить за тем, чтобы обследуемые точно по сигналу, не задерживаясь, переходили к новой строчке и вовремя, по команде «Стоп», заканчивали работу. Школьники обычно продолжают обрабатывать последнюю строчку и после сигнала об окончании. В связи с этим при проведении расчетов ее следует «укоротить» по предшествующей. Необходимо периодически напоминать обследуемым, чтобы они работали внимательнее, а также хвалить и подбадривать их.

### **Обработка результатов**

Обработка результатов тестирования осуществляется с помощью наложения на бланк ключа, изготовленного из прозрачного материала. На ключе маркером выделены места, внутри которых должны оказаться зачеркнутые квадратики. Вне маркеров все квадратики должны быть подчеркнуты.

Для каждой строчки подсчитывается:

- 1) Общее количество обработанных квадратиков (включая и ошибки);
- 2) Количество ошибок.

За ошибку считается: неверная обработка (когда внутри маркера квадратик подчеркнут, а вне - зачеркнут), любые исправления и пропуски (когда квадратик вообще не обработан). Соответствующие две цифры проставляются справа против каждой строчки и затем переносятся в соответствующую таблицу на Бланке фиксации результатов.

Утомляемость, вработываемость, а также цикличность в колебаниях внимания хорошо прослеживаются по падению или нарастанию количества обработанных знаков в строчке и по динамике ошибок. При желании они могут быть оценены и количественно, посредством сравнения скорости и точности обработки первых двух строчек с соответствующими показателями по двум последним строчкам (как это обычно делается в корректурных пробах).

### **Основные расчетные показатели:**

1. Скорость выполнения теста:

$$V = \frac{\sum_{i=1}^n x_i}{n}, \text{ где}$$

1. Скорость выполнения теста:

2.

$n$  - число рабочих строчек;  $x_1$  - количество обработанных знаков в строке. Таким образом, общая сумма обработанных знаков делится на количество рабочих строчек.

2. Коэффициент точности выполнения теста (или показатель концентрации внимания):

$$K = \frac{V-\alpha}{V} \quad \alpha = \frac{\sum_{i=1}^n y_i}{n}, \text{ где}$$

V - скорость;

$\alpha$  - среднее количество ошибок в строке;

n - количество рабочих строчек;

$y_i$  - количество ошибок в строке.

Таким образом, находится отношение правильно обработанных знаков к общему числу обработанных знаков.

### Интерпретация результатов

Основным показателем является коэффициент точности выполнения теста Тулуз-Пьерона, характеризующий развитость произвольного внимания и, в особенности, способность к произвольной концентрации. Именно этот показатель (K) необходимо анализировать в первую очередь, сравнивая полученное числовое значение с нормативами, приведенными в Таблице 1.

Если расчетное значение показателя точности выполнения теста попадает в зону патологии (или находится на границе с зоной слабого уровня выраженности), то в этом случае необходимо обязательно направить ребенка к невропатологу. Если расчетный показатель оказывается в зоне слабого развития точности внимания, то необходимо дополнительно проанализировать скорость выполнения теста Тулуз-Пьерона (Таблица 2).

Таблица 1

Возрастные нормативы точности выполнения теста Тулуз-Пьерона

Возрастные группы	Точность выполнения (K)				
	Очень низкая	Низкая	Средняя	Высокая	Очень высокая
Дошкольники (6-7 лет) - 1 классы	0,89 и менее	0,9 -0,91	0,92-0,95	0,96-0,97	0,98-1

Таблица 2

Возрастные нормативы скорости выполнения теста Тулуз-Пьерона

Возрастные группы	Скорость выполнения (V)				
	Очень низкая	Низкая	Средняя	Высокая	Очень высокая
Дошкольники (6-7 лет)	0-14	15-17	18-29	30-39	40 и более
1 класс	0-19	20-27	28-36	37-44	45 и более

## **Общая интерпретация основных показателей теста**

Скорость выполнения теста (V) является интегральным показателем, суммарно характеризующим:

1. Особенности нейродинамики;
2. Оперативную память;
3. Визуальное мышление;
4. Личностные установки.

Ее нельзя рассматривать, как это принято, только в качестве характеристики динамики (скорости возникновения, распространения, смены) нервных процессов, которая определяет динамические особенности психической деятельности (восприятия, переработки информации, формирования и осуществления двигательного ответа).

Можно выделить пять качественно различных способов выполнения теста, и в четырех из них скорость значительно связана с уровнем развития оперативной памяти и визуального мышления, а не только с особенностями нейродинамики:

1. Оперативная память и визуальное мышление почти отсутствуют. Ребенок улавливает только общий смысл инструкции: надо работать в соответствии с тем, как показано на доске. В связи с этим, для каждого квадратика на бланке он ищет аналог на доске и смотрит, как он обработан. Затем, то же самое делает у себя на бланке. Образцы не учитывает никак. Работа продвигается исключительно медленно даже у нейродинамически нормальных (или даже «быстрых») детей.

2. Визуальное мышление почти отсутствует, а объема оперативной памяти хватает только на то, чтобы запомнить операциональный смысл инструкции: квадратики, совпадающие с образцами, надо зачеркивать, остальные - подчеркивать. Сами образцы ребенок запомнить не может. Задание выполняется в плане восприятия, путем непосредственного сравнения каждого встречающегося квадратика с образцами. Скорость работы низкая, особенности нейродинамики также могут маскироваться.

3. Объем оперативной памяти также еще недостаточен, но визуальное мышление в некоторой степени развито. В этом случае ребенок мысленно исключает из оперативного анализа определенные типы квадратиков, явно несхожие с образцами. В связи с этим происходит некоторое увеличение скорости по сравнению с предыдущим способом.

4. Когда оперативная память и визуальное мышление соответствуют норме, то происходит запоминание инструкции, операций, образцов, а также мысленное разделение квадратиков на категории по степени близости к образцам. Сравнение с образцами производится в уме, по памяти. В этом случае скорость определяется в основном особенностями нейродинамики.

5. При высокоразвитом визуальном интеллекте (который обычно имеют учащиеся физико-математических классов) происходит мысленное преобразование всего зрительного поля, выделяется единый обобщающий признак, который связывается (обычно) с движением вычеркивания, все остальное - подчеркивается. Фактически вся работа сводится к узнаванию

одного-единственного признака. Исключительно быстро работают даже те школьники, которые характеризуются как ригидные по теппинг-тесту.

Чтобы адекватно проинтерпретировать результаты тестирования, необходимо понять, каким способом действовал ребенок. Если группа небольшая (до 10-15 человек), то выявить детей с недостатками оперативной памяти довольно легко простым наблюдением. Они выделяются тем, что либо постоянно смотрят на доску, либо все время сверяются с образцами на бланках. У всех остальных взгляд совпадает с движением руки по рабочей строчке, и зрительных отвлечений не происходит (или они очень редки). Если ребенок достаточно взрослый, то стратегию его работы можно попытаться выяснить в беседе с ним.

Влияние личностных установок на скоростные характеристики в большей степени сказывается при групповом тестировании, которое вносит элемент соперничества, побуждает к соревнованию. Честолюбивые, склонные к лидерству дети в группе могут показывать более высокие результаты, нежели при индивидуальном тестировании, при этом у них может страдать качество работы.

Точность выполнения теста (К), прежде всего, связана с концентрацией внимания, однако может зависеть и от следующих характеристик:

1. Переключение внимания;
2. Объем внимания;
3. Оперативная память;
4. Визуальное мышление;
5. Личностные особенности (исполнительность, ответственность, тревожность или, напротив, беспечность, расслабленность, инфантильность).

Несистематичность ошибок, когда невозможно обнаружить какую-либо закономерность, в соответствии с которой происходит значительное отклонение от инструкции, свидетельствует о нарушении концентрации внимания.

Можно выделить и ряд систематических ошибок:

1. Преобладание ошибок в начале и в конце строки свидетельствует о нарушении переключения внимания. Об этом же говорят ошибки «запаздывания» в переключении движения, когда как бы на один шаг сдвигается, продлевается предыдущая операция.

2. Если ошибки возрастают пропорционально расстоянию от образцов, т. е. по мере продвижения вправо и вниз на ответном бланке, то нарушены объемные характеристики внимания, сужено поле внимания.

3. Выпадение или подмена образцов типичны при ослабленной оперативной памяти. Выпадение характеризуется тем, что один из квадратиков-образцов систематически подчеркивается, переставая тем самым выступать в качестве образца. Количество образцов, которое удерживается в памяти, в связи с этим сокращается до одного или двух. Подмена заключается в том, что систематически вместо одного или двух образцов вычеркиваются сходные с ними, но имеющие зеркальную право-левую ориентацию.

4. Ошибки, связанные с одновременным вычеркиванием квадратиков, как соответствующих образцам, так и тех, которые им зеркальны или симметричны

относительно вертикальной оси, свидетельствуют о недостатках визуального мышления (прежде всего, визуального анализа), а у детей 6-8 лет - о неустоявшемся разделении право-левой ориентации. Для переученных левшей также характерны такие ошибки.

Исполнительность, ответственность, тревожность способствуют повышению точности работы. Беспечность, расслабленность, напротив, могут снижать надежность, качество переработки информации даже в том случае, когда сам по себе процесс внимания развит достаточно хорошо. Нужно проявлять определенную осторожность в выводах, если ребенок левша или переученный левша. У переученных левшей точность в работе может страдать долго, и качество выполнения теста Тулуз-Пьерона при этом будет постоянно низким (иногда на уровне патологии).

#### Приложение 1

##### Возрастные нормативы скорости выполнения теста Тулуз-Пьерона

Возрастные группы	Скорость выполнения (V)				
	патология	слабая	средняя или возрастная норма	хорошая	высокая
дошкольники (6-7 лет)	0-14	15-17	18-29	30-39	40 и >
1 класс	0-19	20-27	28-36	37-44	45 и >
2 класс	0-22	23-32	33-41	42-57	58 и >
3-4 класс	0-15	16-25	26-31	38-48	49 и >
5 класс	0-19	20-29	30-39	40-50	51 и >
6 класс	0-24	25-31	32-41	42-55	56 и >
7 класс		36 и <	37-45	46-57	58 и >
8 класс		38 и <	39-48	49-59	60 и >
9 класс		40 и <	41-50	51-64	65 и >
10 класс		44 и <	45-54	55-69	70 и >
11 класс		49 и <	50-62	63-77	78 и >

#### Приложение 2

##### Возрастные нормативы точности выполнения теста Тулуз-Пьерона

Возрастные группы	Точность выполнения (K)				
	патология	слабая	средняя или возрастная норма	хорошая	высокая
дошкольники (6-7 лет) 1 классы	0,89 и <	0,9-0,91	0,92-0,95	0,96-0,97	0,98-1
2 классы	0,9 и <	0,91-0,92	0,93-0,96	0,97	0,98-1
3-5 классы	0,89 и <	0,9-0,91	0,92-0,94	0,95-0,96	0,97-1
6-8 классы	0,9 и <	0,91	0,92-0,95	0,96-0,97	0,98-1
9-11 классы	0,9 и <	0,91-0,92	0,93-0,95	0,96-0,97	0,98-1

#### 4.Тест (опросник) школьной тревожности Филиппса

*Цель методики.* Опросник позволяет изучить уровень и характер тревожности, связанной со школой, у детей младшего и среднего школьного возраста.

*Возрастные ограничения.* Опросник предназначен для работы с детьми младшего и среднего школьного возраста. Оптимально его применение в 3-7 классах средней школы.

*Процедура диагностики.* Диагностика может проводиться как в индивидуальной, так и групповой форме. Вопросы предъявляются либо письменно, либо на слух. Присутствие учителя или классного руководителя в помещении, где проводится опрос, крайне нежелательно.

*Необходимые материалы.* Для проведения исследования необходим текст опросника, а также листы бумаги по числу учащихся.

*Инструкция.* «Ребята, сейчас вам будет предложен опросник, который состоит из вопросов о том, как вы чувствуете себя в школе. Старайтесь отвечать искренне и правдиво, Здесь нет правильных или неправильных, хороших или плохих ответов. Но листе для ответов сверху напишите свое имя, фамилию и класс. Отвечая на вопрос, записывайте его номер и ответ «+», если вы согласны с ним, и «-», если не согласны».

*Текст методики,*

##### **Опросник:**

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

19. Будут ли твои одноклассники смеяться над тобой, если ты совершишь ошибку?
20. Похож ли ты на своих одноклассников?
21. Выполнив задание, беспокоишься ли ты о том, хорошо ли ты с ним справился?
22. Когда ты работаешь в классе, уверен ли ты в том, что все хорошо запомнил?
23. Снится ли тебе иногда, что ты в школе и не можешь ответить на вопрос учителя?
24. Верно ли, что большинство ребят относятся к тебе по-дружески?
25. Работаешь ли ты более усердно, если знаешь, что результаты твоей работы будут сравниваться в классе с результатами твоих одноклассников?
26. Часто ли ты мечтаешь о том, чтобы поменьше волноваться, когда тебя опрашивают?
27. Боишься ли ты временами вступать в спор?
28. Чувствуешь ли ты, что твое сердце начинает сильно биться, когда учитель говорит, что собирается проверить твою готовность к уроку?
29. Когда ты получаешь хорошие отметки, думает ли кто-нибудь из твоих друзей, что ты хочешь выслужиться?
30. Хорошо ли ты чувствуешь себя с теми из твоих одноклассников, к которым ребята относятся с особым вниманием?
31. Бывает ли, что твои одноклассники говорят обидные для тебя вещи?
32. Как ты думаешь, теряют ли расположение те из учеников, кто не справляется с учебой?
33. Похоже ли на то, что большинство твоих одноклассников не обращают на тебя внимания?
34. Часто ли ты боишься выглядеть смешно?
35. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся учителя?
36. Помогает ли твоя мама в организации вечеров, как другие мамы твоих одноклассников?
37. Волновало ли тебя когда-нибудь, что думают о тебе окружающие?
38. Надеешься ли ты в будущем учиться лучше, чем сейчас?
39. Считаешь ли ты, что одеваешься в школу так же хорошо, как и твои одноклассники?
40. Часто ли ты, отвечая на уроке, задумываешься о том, как выглядишь со стороны?
41. Обладают ли способные ученики какими-то особыми правами, которых нет у других ребят в классе?
42. Злятся ли некоторые из твоих одноклассников, когда тебе удастся быть лучше их?
43. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся твои одноклассники?
44. Хорошо ли ты себя чувствуешь, когда остаешься один на один с учителем?
45. Высмеивают ли временами одноклассники твою внешность и твое поведение?
46. Думаешь ли ты, что беспокоишься о своих школьных делах больше, чем другие ребята?

47. Если ты не можешь ответить на вопрос учителя, чувствуешь ли ты, что вот-вот расплачешься?
48. Бывает ли так, что ты долго не можешь заснуть, думая о том, что будет завтра в школе?
49. Работая над трудным заданием, чувствуешь ли ты порой, что забыл вещи, которые раньше хорошо знал?
50. Дрожит ли слегка твоя рука, когда ты пишешь самостоятельную работу?
51. Чувствуешь ли ты, что начинаешь нервничать, когда учитель говорит, что собирается дать классу задание?
52. Пугает ли тебя проверка твоих знаний в школе?
53. Когда учитель дает самостоятельную работу, чувствуешь ли ты страх, что не справишься с ней?
54. Снилось ли тебе временами, что у тебя не получается такое задание, которое могут сделать все твои одноклассники?
55. Когда учитель объясняет материал, кажется ли тебе, что твои одноклассники понимают его лучше, чем ты?
56. Беспokoишься ли ты по дороге в школу, что учитель может спросить тебя или дать проверочную работу?
57. Когда ты выполняешь задание, бывает ли так, что ты чувствуешь, что получишь за него «2»?
58. Дрожит ли слегка твоя рука, когда ты выполняешь задание на доске перед всем классом?

#### **Обработка результатов.**

По окончании заполнения опросника подсчитывается количество несовпадений с каждой шкалой опросника и с опросником в целом. Ключ: ответы:

«да» — 11, 20, 22, 24, 25,30,35, 36,38,39,41,43,44;

ответы «нет» - 1-10, 12-19, 21, 23, 26-29, 31-34, 37, 40, 42, 45-58.

1. Общая школьная тревожность: 2, 3, 7, 12, 16, 21, 23, 26, 28, 46-58 (n = 22).
2. Переживание социального стресса: 5, 10, 15, 20, 24, 30, 33, 36, 39, 42, 44 (n =11).
3. Фрустрация потребности в достижении успеха: 1, 3, 6, 11, 17, 19,25, 29, 32, 35, 38, 41, 43 (n = 13).
4. Страх самовыражения: 27, 31, 34, 37, 40, 45 (n = 6).
5. Страх ситуации проверки знаний: 2, 7, 12, 16, 21, 26 (n = 6).
6. Страх несоответствия ожиданиям окружающих: 3, 8, 13, 17, 22(n = 5).
7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу: 9, 14, 18, 23, 28 (n = 5).
8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями: 2, 6, 11, 32, 35, 41, 44, 47 (n =8).

#### **Интерпретация результатов.**

Значения показателей тревожности, превышающие 50-типроцентный рубеж, позволяют говорить о повышенной тревожности, а превышающие 75 % — о высокой тревожности ребенка.

Расшифровка значений шкал данного опросника позволяет сделать выводы о качественном своеобразии переживания школьной тревожности каждым учащимся.

1. **Общая тревожность в школе** — общее эмоциональное состояние ребенка, связанное с различными формами его включения в жизнь школы.

2. **Переживание социального стресса** — эмоциональное состояние ребенка, на фоне которого развиваются его социальные контакты (прежде всего — со сверстниками).

3. **Фрустрация потребности в достижении успеха** — неблагоприятный психологический фон, не позволяющий ребенку удовлетворять свои потребности в успехе, достижении высокого результата и т. д.

4. **Страх самовыражения** — негативное эмоциональное переживание ситуаций, сопряженных с необходимостью самораскрытия, предъявления себя другим, демонстрации своих возможностей.

5. **Страх ситуации проверки знаний** — негативное отношение и переживание тревоги в ситуациях проверки (особенно — публичной) знаний, достижений, возможностей.

6. **Страх не соответствовать ожиданиям окружающих** — ориентация на значимость других в оценке своих результатов, поступков и мыслей, тревога по поводу оценок, даваемых окружающими, ожидание негативных оценок.

7. **Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу** — особенности психофизиологической организации, снижающие приспособляемость ребенка к ситуациям стрессогенного характера, повышающие вероятность неадекватного, деструктивного реагирования на тревожный фактор среды.

8. **Проблемы и страхи в отношениях с учителями** — общий негативный эмоциональный фон отношений со взрослыми в школе, снижающий успешность обучения ребенка.

## 5. Методика «Цветные письма»

Цель исследования: определение психологической комфортности учащихся на разных уроках.

Метод достаточно прост в применении. Для проведения исследования необходимо иметь бланк на каждого учащегося с отпечатанным перечнем предметов, изучаемых в 5 классе. В бланке каждому предмету соответствует пустой квадрат, который в соответствии с инструкцией необходимо раскрасить таким цветом, который определяет состояние учащегося на том или ином уроке. Проведению исследования предшествует ознакомление с инструкцией, которую зачитывает психолог.

Инструкция: «Закрась квадрат, соответствующий тому или иному предмету таким цветом, который определяет твоё состояние на этом уроке. Вам предложено 8 цветов: красный, желтый, синий, зеленый, черный, серый, фиолетовый. В соответствии с Вашим выбором один и тот же цвет можно выбирать несколько раз, какие-то цвета могут вообще не использоваться».

Бланк для заполнения:

Математика  
Русский язык  
Литература  
Природоведение  
Английский/Немецкий язык  
ОБЖ  
История  
Музыка  
ИЗО  
Физическая культура  
Технология (девочки/мальчики)

### **Обработка и интерпретация результатов:**

Опираясь на значение цвета, при обработке результатов необходимо проследить

- характер общего психологического состояния каждого учащегося на уроках в школе (по преобладанию определенных цветов), (в целях выявления дезадаптированных учащихся),
- уроки, на которых учащиеся испытывают состояние психологического дискомфорта (в целях выявления наиболее стрессовых уроков для учащихся),
- характер психологической комфортности на разных уроках.

### **Интерпретация цвета (по М. Люшеру)**

Синий – спокойствие,

Зеленый – уверенность,

Красный – энергия, стремление к активной деятельности,

Желтый – активность, стремление к общению,

Черный – страх,

Коричневый – стресс,

Фиолетовый – тревога,

Серый – нейтральная граница

## **6. Диагностика состояния агрессии (опросник Басса-Дарки)**

Слово «агрессия» чрезвычайно часто употребляется сегодня в самом широком контексте и поэтому нуждается в серьезном "очищении" от целого ряда наслоений и отдельных смыслов.

Различные авторы в своих исследованиях, монографиях по-разному определяют агрессию и агрессивность: как врожденную реакцию человека для «защиты занимаемой территории» (Лоренц, Ардри); как установку к господству (Моррисон); реакцию личности на враждебную человеку окружающую действительность (Хорци, Фромм). Очень широкое распространение получили теории, связывающие агрессию и фрустрацию (Маллер, Дуб, Доллард).

Под *агрессивностью* понимают свойство, качество личности, характеризующееся наличием деструктивных тенденций, в основном в области субъектно-субъектных отношений. Вероятно, деструктивный компонент

человеческой активности является необходимым в созидательной деятельности, так как потребности индивидуального развития с неизбежностью формируют в людях способность к устранению и разрушению препятствий, преодолению того, что противодействует этому процессу.

Агрессивность обладает качественной и количественной характеристикой. Как и всякое свойство, она имеет различную степень выраженности: от почти полного отсутствия до ее предельного развития. Каждая личность должна обладать определенной степенью агрессивности. Отсутствие ее приводит к пассивности, ведомости, конформности и т.д. Чрезмерное развитие ее начинает определять весь облик личности, которая может стать конфликтной, неспособной на сознательную кооперацию и т.д. Сама по себе агрессивность не делает субъекта сознательно опасным, так как, с одной стороны, существующая связь между агрессивностью и агрессией не является жесткой, а, с другой, сам акт агрессии может не принимать сознательно опасные и неодобряемые формы. В житейском сознании агрессивность является синонимом «злонамеренной активности». Однако само по себе деструктивное поведение «злонамеренностью» не обладает, таковой его делает мотив деятельности, те ценности, ради достижения и обладания которыми активность разворачивается. Внешние практические действия могут быть сходны, но их мотивационные компоненты прямо противоположны.

Исходя из этого, можно разделить проявления агрессии на два основных типа: первый – мотивационная агрессия, как самоценность, второй – инструментальная, как средство (подразумевая при этом, что и та, и другая могут проявляться как под контролем сознания, так и вне него, и сопряжены с эмоциональными переживаниями (гнев, враждебность). Практических психологов в большей степени должна интересовать мотивационная агрессия как прямое проявление реализации присущих личности деструктивных тенденций. Определив уровень таких деструктивных тенденций, можно с большой степенью вероятности прогнозировать возможность проявления открытой мотивационной агрессии. Одной из подобных диагностических процедур является опросник Басса-Дарки.

А. Бассе, воспринявший ряд положений своих предшественников, разделил понятия агрессии и враждебности и определил последнюю как: «...реакцию, развивающую негативные чувства и негативные оценки людей и событий». Создавая свой опросник, дифференцирующий проявления агрессии и враждебности, А. Бассе и А. Дарки выделили следующие *виды реакций*:

1. Физическая агрессия – использование физической силы против другого лица.

2. Косвенная – агрессия, окольным путем направленная на другое лицо или ни на кого не направленная.

3. Раздражение – готовность к проявлению негативных чувств при малейшем возбуждении (вспыльчивость, грубость).

4. Негативизм – оппозиционная манера в поведении от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся обычаев и законов.

5. Обида – зависть и ненависть к окружающим за действительные и вымышленные действия.

6. Подозрительность – в диапазоне от недоверия и осторожности по отношению к людям до убеждения в том, что другие люди планируют и приносят вред.

7. Вербальная агрессия – выражение негативных чувств как через форму (крик, визг), так и через содержание словесных ответов (проклятия, угрозы).

8. Чувство вины – выражает возможное убеждение субъекта в том, что он является плохим человеком, что поступает зло, а также ощущаемые им угрызения совести.

Опросник состоит из 75 утверждений, на которые испытуемый отвечает «да» или «нет».

#### Ключ обработки:

При составлении опросника использовались принципы:

1. Вопрос может относиться только к одной форме агрессии.
2. Вопросы формулируются таким образом, чтобы в наибольшей степени ослабить влияние общественного одобрения ответа на вопрос.

Ответы оцениваются по восьми шкалам следующим образом:

I. Физическая агрессия:

"да" = 1, "нет" = 0: 1,25,31,41,48,55,62,68, "нет" = 1, "да" = 0: 9,7

2. Косвенная агрессия:

"да" = 1, "нет" = 0: 2, 10, 18, 34,42, 56, 63, "нет" = 1, "да" = 0: 26,49

3. Раздражение:

"да" = 1, "нет" = 0: 3,19,27,43, 50, 57,64,72, "нет" = 1, "да" = 0: 11,35,69

4. Негативизм:

"да" = 1, "нет" = 0: 4, 12, 20, 28, "нет" = 1, "да" = 0: 36

5. Обида:

"да" = 1, "нет" = 0: 5, 13, 21,29,37,44,51,58

6. Подозрительность:

"да" = 1, "нет" = 0: 6,14,22,30,38,45,52,59, "нет" = 1, "да" = 0: 33, 66, 74,75

7. Вербальная агрессия:

"да" = 1, "нет" = 0: 7, 15, 23, 31, 46, 53, 60, 71, 73, "нет" = 1, "да" = 0: 33,66,74,75

8. Чувство вины: "да" = 1, "нет" = 0: 8, 16, 24, 32, 40, 47,54,61,67

Индекс враждебности включает в себя 5 и 6 шкалу, а индекс агрессивности (как прямой, так и мотивационной) включает в себя шкалы 1, 3, 7.

Нормой агрессивности является величина ее индекса, равная 21 плюс-минус 4, а враждебности – 6,5-7 плюс-минус 3. При этом обращается внимание на возможность достижения определенной величины, показывающей степень проявления агрессивности.

Пользуясь данной методикой, необходимо помнить, что агрессивность, как свойство личности, и агрессия, как акт поведения, могут быть поняты в контексте психологического анализа мотивационно-потребностной сферы личности. Поэтому опросником Басса-Дарки следует пользоваться в

совокупности с другими методиками: личностными тестами психических состояний (Кэттелл, Спилберг), проективными методиками (Люшер) и т.д.

### ОПРОСНИК

Временами я не могу справиться с желанием причинить вред другим	да	нет
Иногда сплетничаю о людях, которых не люблю	да	нет
Я легко раздражаюсь, но быстро успокаиваюсь	да	нет
Если меня не попросят по-хорошему, я не выполню	да	нет
Я не всегда получаю то, что мне положено	да	нет
Я не знаю, что люди говорят обо мне за моей спиной	да	нет
Если я не одобряю поведение друзей, я даю им это почувствовать	да	нет
Когда мне случалось обмануть кого-нибудь, я испытывал мучительные угрызения совести	да	нет
Мне кажется, что я не способен ударить человека	да	нет
Я никогда не раздражаюсь настолько, чтобы кидаться предметами	да	нет
Я всегда снисходителен к чужим недостаткам	да	нет
Если мне не нравится установленное правило, мне хочется нарушить его	да	нет
Другие умеют почти всегда пользоваться благоприятными обстоятельствами	да	нет
Я держусь настороженно с людьми, которые относятся ко мне несколько более дружественно, чем я ожидал	да	нет
Я часто бываю несогласен с людьми	да	нет
Иногда мне на ум приходят мысли, которых я стыжусь	да	нет
Если кто-нибудь первым ударит меня, я не отвечу ему	да	нет
Когда я раздражаюсь, я хлопаю дверями	да	нет
Я гораздо более раздражителен, чем кажется	да	нет
Если кто-то воображает себя начальником, я всегда поступаю ему наперекор	да	нет
Меня немного огорчает моя судьба	да	нет
Я думаю, что многие люди не любят меня	да	нет
Я не могу удержаться от спора, если люди не согласны со мной	да	нет
Люди, уваливающие от работы, должны испытывать чувство вины	да	нет
Тот, кто оскорбляет меня и мою семью, напрашивается на драку	да	нет
Я не способен на грубые шутки	да	нет
Меня охватывает ярость, когда надо мной насмеются	да	нет
Когда люди строят из себя начальников, я делаю все, чтобы они не зазнавались	да	нет
Почти каждую неделю я вижу кого-нибудь, кто мне не нравится	да	нет
Довольно многие люди завидуют мне	да	нет
Я требую, чтобы люди уважали меня	да	нет
Меня угнетает то, что я мало делаю для своих родителей	да	нет
Люди, которые постоянно изводят вас, стоят того, чтобы их "щелкнули по носу"	да	нет
Я никогда не бываю мрачен от злости	да	нет
Если ко мне относятся хуже, чем я того заслуживаю, я не расстраиваюсь	да	нет
Если кто-то выводит меня из себя, я не обращаю внимания	да	нет

Хотя я и не показываю этого, меня иногда гложет зависть	да	нет
Иногда мне кажется, что надо мной смеются	да	нет
Даже если я злюсь, я не прибегаю к "сильным" выражениям	да	нет
Мне хочется, чтобы мои грехи были прощены	да	нет
Я редко даю сдачи, даже если кто-нибудь ударит меня	да	нет
Когда получается не по-моему, я иногда обижаюсь	да	нет
Иногда люди раздражают меня одним своим присутствием	да	нет
Нет людей, которых бы я по-настоящему ненавидел	да	нет
Мой принцип: "Никогда не доверять "чужакам"	да	нет
Если кто-нибудь раздражает меня, я готов сказать, что я о нем думаю	да	нет
Я делаю много такого, о чем впоследствии жалею	да	нет
Если я разозлюсь, я могу ударить кого-нибудь	да	нет
С детства я никогда не проявлял вспышек гнева	да	нет
Я часто чувствую себя как пороховая бочка, готовая взорваться	да	нет
Если бы все знали, что я чувствую, меня бы считали человеком, с которым нелегко работать	да	нет
Я всегда думаю о том, какие тайные причины заставляют людей делать что-нибудь приятное для меня	да	нет
Когда на меня кричат, я начинаю кричать в ответ	да	нет
Неудачи огорчают меня	да	нет
Я дерусь не реже и не чаще чем другие	да	нет
Я могу вспомнить случаи, когда я был настолько зол, что хватал попавшуюся мне под руку вещь и ломал ее	да	нет
Иногда я чувствую, что готов первым начать драку	да	нет
Иногда я чувствую, что жизнь поступает со мной несправедливо	да	нет
Раньше я думал, что большинство людей говорит правду, но теперь я в это не верю	да	нет
Я ругаюсь только со злости	да	нет
Когда я поступаю неправильно, меня мучает совесть	да	нет
Если для защиты своих прав мне нужно применить физическую силу, я применяю ее	да	нет
Иногда я выражаю свой гнев тем, что стучу кулаком по столу	да	нет
Я бываю грубоват по отношению к людям, которые мне не нравятся	да	нет
У меня нет врагов, которые бы хотели мне навредить	да	нет
Я не умею поставить человека на место, даже если он того заслуживает	да	нет
Я часто думаю, что жил неправильно	да	нет
Я знаю людей, которые способны довести меня до драки	да	нет
Я не огорчаюсь из-за мелочей	да	нет
Мне редко приходит в голову, что люди пытаются разозлить или оскорбить меня	да	нет
Я часто только угрожаю людям, хотя и не собираюсь приводить угрозы в исполнение	да	нет
В последнее время я стал занудой	да	нет
В споре я часто повышаю голос	да	нет
Я стараюсь обычно скрывать свое плохое отношение к людям	да	нет
Я лучше соглашусь с чем-либо, чем стану спорить	да	нет

## 7. Тест «Самооценка психического состояния» Г.Айзенка

Инструкция: Предлагаем вам описание различных психических состояний. Если вам это состояние часто присуще, ставится - 2 балла, если это состояние бывает, но изредка, то ставится -1 балл, если совсем не подходит – 0 баллов.

### I

1. Не чувствую в себе уверенности.
2. Часто из-за пустяков краснею.
3. Мой сон беспокоен.
4. Легко впадаю в уныние.
5. Беспокоюсь о только воображаемых еще неприятностях.
6. Меня пугают трудности.
7. Люблю копаться в своих недостатках.
8. Меня легко убедить.
9. Я мнительный.
10. Я с трудом переношу время ожидания.

### II

11. Нередко мне кажутся безвыходными положения, из которых все-таки можно найти выход.
12. Неприятности меня сильно расстраивают, я падаю духом.
13. При больших неприятностях я склонен без достаточных оснований винить себя.
14. Несчастья и неудачи ничему меня не учат.
15. Я часто отказываюсь от борьбы, считая ее бесплодной.
16. Я нередко чувствую себя беззащитным.
17. Иногда у меня бывает состояние отчаяния.
18. Я чувствую растерянность перед трудностями.
19. В трудные минуты жизни иногда веду себя по-детски, хочу, чтобы пожалели.
20. Считаю недостатки своего характера неисправимыми.

### III

21. Оставляю за собой последнее слово.
22. Нередко в разговоре перебиваю собеседника.
23. Меня легко рассердить.
24. Люблю делать замечания другим.
25. Хочу быть авторитетом для других.
26. Не довольствуюсь малым, хочу наибольшего.
27. Когда разгневаюсь, плохо себя сдерживаю.
28. Предпочитаю лучше руководить, чем подчиняться.
29. У меня резкая, грубоватая жестикуляция.

30. Я мстителен.

#### IV

31. Мне трудно менять привычки.

32. Нелегко переключать внимание.

33. Очень настороженно отношусь ко всему новому.

34. Меня трудно переубедить.

35. Нередко у меня не выходит из головы мысль, от которой следовало бы освободиться.

36. Нелегко сближаюсь с людьми.

37. Меня расстраивают даже незначительные нарушения плана.

38. Нередко я проявляю упрямство.

39. Неохотно иду на риск.

40. Резко переживаю отклонения от принятого мною режима дня.

#### Обработка результатов.

Подсчитайте сумму баллов за каждую группу вопросов:

- 1...10 вопрос – тревожность;
- 11...20 вопрос – фрустрация;
- 21...29 вопрос – агрессивность;
- 31...40 вопрос – ригидность.

Оценка и интерпретация баллов:

I. **Тревожность:** 0...7 – не тревожны.

8...14 – тревожность средняя, допустимого уровня.

15...20 – очень тревожные.

II. **Фрустрация:** 0...7 – не имеет высокой самооценки, устойчивы к неудачам, не боятся трудностей;

8...14 – средний уровень, фрустрация имеет место;

15...20 – у вас низкая самооценка, вы избегаете трудностей, боитесь неудач, фрустрированы.

III. **Агрессивность :** 0...7 – вы спокойны, выдержаны;

8...14 – средний уровень агрессивности;

15...20 – вы агрессивны, не выдержаны, есть трудности при общении и работе с людьми.

**IV.Ригидность:0...7** – ригидности нет, легкая переключаемость;

8...14 – средний уровень;

15...20 – сильно выраженная ригидность, неизменность поведения, убеждений, взглядов, даже если они расходятся, не соответствуют реальной обстановке, жизни. Вам противопоказаны смена работы, изменения в семье.

## **8. Методика на выявление личностной и ситуационной тревожности Ч.Спилбергера, адаптированная Ю.Ханиным**

Эмоциональные переживания представляют собой важнейший компонент адаптивного поведения человека. Наиболее выраженные эмоциональные реакции, к которым относится и тревожность, как правило, возникают в критические моменты разбалансированности взаимодействия человека и среды. При этом важно, что и чувство тревоги и соответствующие ему поведенческие проявления — во многом результат субъективной оценки человеком внешних требований и своих внутренних ресурсов. Однако не следует забывать, что определенный уровень тревожности — естественная и обязательная особенность активной деятельности личности. Для каждого человека существует свой оптимальный, или желательный, уровень тревожности — это так называемая полезная тревожность...

В психологическом феномене тревожности ученые выделяют две составляющие: тревожность как состояние и тревожность как личностную особенность.

**Тревожность как состояние** (ситуативная тревожность, реактивная тревожность, состояние тревоги) характеризуется субъективно переживаемыми эмоциями: динамичным напряжением, беспокойством, озабоченностью, нервозностью. Это состояние возникает как эмоциональная реакция на стрессовую ситуацию (ситуативную неспособность человека справиться с требованиями конкретной задачи и/или ожиданиями партнера, боязнь негативной оценки или агрессивной реакции, восприятие неблагоприятного отношения к себе) и отличается различной интенсивностью. Поскольку измерение ситуативной тревожности — это своеобразная одномоментная «фотография» эмоционального состояния индивидуума, ее уровень меняется с течением времени в зависимости от того, насколько человек расценивает свое окружение как опасное или угрожающее.

**Тревожность как личностная особенность** (личностная тревожность, активная тревожность) — это устойчивая индивидуальная характеристика степени подверженности человека действию различных стрессоров. Она отражает предрасположенность субъекта к тревоге и предполагает наличие у него тенденции воспринимать достаточно широкий «веер» объективно безопасных ситуаций как угрожающие, отвечая на каждую из них определенной

реакцией (повышением реактивной тревожности). Как правило, интенсивность переживаний не соответствует величине реальной опасности и характеризует прошлый опыт индивида, то есть насколько часто ему приходилось испытывать состояние ситуативной тревоги.

Единственной методикой, позволяющей дифференцированно измерять тревожность и как личностное свойство и как состояние, является методика, предложенная Чарльзом Д. Спилбергером (*Ch. D. Spielberger*) и адаптированная Юрием Ханиным.

### **Шкала ситуативной (реактивной) и личностной тревожности Спилбергера-Ханина**

Шкала состоит из двух подшкал для измерения двух форм тревожности: подшкалы оценки ситуативной тревожности, диагностирующей самочувствие **в данный момент**, и подшкалы оценки личностной тревожности, определяющей **обычное** самочувствие человека.

#### **Подшкала оценки ситуативной тревожности (СТ)**

**Инструкция:** Прочитайте внимательно приведенные ниже суждения. Оцените, насколько каждое из них соответствует тому, как вы себя чувствуете **в данный момент**. Поскольку правильных или неправильных ответов нет, отвечайте, не задумываясь. Проставьте отметку в графе, соответствующей вашему выбору:

- 1 — нет, это совсем не так
- 2 — пожалуй, так
- 3 — верно
- 4 — совершенно верно

#### **Бланк для ответов (СТ)**

---

Фамилия, имя, отчество

№ п/п	Суждение	Оценка			
		1	2	3	4
1	Я спокоен				
2	Мне ничего не угрожает				
3	Я напряжен				
4	Я внутренне скован				
5	Я чувствую себя свободно				
6	Я расстроен				

7	Меня волнуют возможные неудачи				
8	Я ощущаю душевный покой				
9	Я встревожен				
10	Я испытываю чувство внутреннего удовлетворения				
11	Я уверен в себе				
12	Я нервничаю				
13	Я не нахожу себе места				
14	Я взвинчен				
15	Я не чувствую скованности, напряженности				
16	Я доволен				
17	Я озабочен				
18	Я слишком возбужден и мне не по себе				
19	Мне радостно				
20	Мне приятно				

### Подшкала оценки личностной тревожности (ЛТ)

**Инструкция:** Прочитайте внимательно приведенные ниже суждения. Оцените, насколько каждое из них соответствует тому, как вы себя чувствуете **обычно**. Поскольку правильных или неправильных ответов нет, отвечайте, не задумываясь. Проставьте отметку в графе, соответствующей вашему выбору:

- 1 — нет, это совсем не так
- 2 — пожалуй, так
- 3 — верно
- 4 — совершенно верно

## Бланк для ответов (ЛТ)

\_\_\_\_\_  
Фамилия, имя, отчество

№ п/п	Суждение	Оценка			
		1	2	3	4
1	У меня бывает приподнятое настроение				
2	Я бываю раздражительным				
3	Я легко могу расстроиться				
4	Я хотел бы быть таким же удачливым, как и другие				
5	Я сильно переживаю неприятности и долго не могу о них забыть				
6	Я чувствую прилив сил, желание работать				
7	Я спокоен, хладнокровен и собран				
8	Меня тревожат возможные трудности				
9	Я слишком переживаю из-за пустяков				
10	Я бываю вполне счастлив				
11	Я все принимаю близко к сердцу				
12	Мне не хватает уверенности в себе				
13	Я чувствую себя беззащитным				
14	Я стараюсь избегать критических ситуаций и трудностей				
15	У меня бывает хандра				
16	Я бываю доволен				

17	Всякие пустяки отвлекают и волнуют меня				
18	Бывает, что я чувствую себя неудачником				
19	Я уравновешенный человек				
20	Меня охватывает беспокойство, когда я думаю о своих делах и заботах				

### Обработка результатов

Показатели ситуативной и личностной тревожности подсчитываются по формулам.

Ситуативная тревожность:

$$СТ = \sum 1 - \sum 2 + 50,$$

где  $\sum 1$  — сумма баллов по таким пунктам подшкалы: 3, 4, 6, 7, 9, 12, 13, 14, 17, 18;

$\sum 2$  — сумма баллов по таким пунктам подшкалы: 1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19, 20.

Личностная тревожность:

$$ЛТ = \sum 1 - \sum 2 + 35,$$

где  $\sum 1$  — сумма баллов по таким пунктам подшкалы: 2, 3, 4, 5, 8, 9, 11, 12, 14, 15, 17, 18, 20;

$\sum 2$  — сумма баллов по таким пунктам подшкалы: 1, 6, 7, 10, 13, 16, 19.

Для облегчения процедуры подсчета баллов предлагаем воспользоваться Бланком для подсчета результатов.

### Бланк для подсчета результатов

Подшкала СТ				Подшкала ЛТ			
Номер суждения	Баллы	Номер суждения	Баллы	Номер суждения	Баллы	Номер суждения	Баллы
3		1		2		1	
4		2		3		6	
6		5		4		7	
7		8		5		10	
9		10		8		13	

12		11		9		16	
13		15		11		19	
14		16		12			
17		19		14			
18		20		15			
				17			
				18			
				20			
$\Sigma 1 =$		$\Sigma 2 =$		$\Sigma 1 =$		$\Sigma 2 =$	

## 9. Патохарактерологический диагностический опросник А.Е.Личко

Предназначен для определения в возрасте 14–18 лет типов акцентуаций характера и типов психопатий, а кроме того сопряженных с ними некоторых личностных особенностей (психологической склонности к алкоголизации, делинквентности и др.)

### КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ ДИАГНОСТИРУЕМЫХ ТИПОВ

С помощью ПДО могут быть диагностированы следующие типы психопатий и акцентуаций характера, краткое описание которых приводится ниже.

**Гипертимный тип (Г).** Такие подростки отличаются всегда хорошим, даже слегка повышенным настроением, высоким жизненным тонусом, брызжущей энергией, неудержимой активностью, постоянным стремлением к лидерству, притом неформальному. Хорошее чувство нового сочетается с неустойчивостью интересов, а большая общительность с неразборчивостью в выборе знакомств, в силу чего могут незаметно для себя оказаться в дурной компании, начать выпивать (обычно предпочитая неглубокие степени опьянения), пробовать действие наркотиков и других токсических средств (но пристрастия к ним в подростковом возрасте обычно не возникает). Правонарушения присущи групповые. Легко осваиваются в незнакомой и быстро меняющейся обстановке, но переоценивают свои возможности и строят чрезмерно оптимистические планы на будущее

(«хорошие тактики и плохие стратеги»). Неразборчивы в выборе приятелей и напарников, отчего нередко бывают преданы ими.

Плохо переносят одиночество, размеренный режим, строго регламентированную дисциплину, однообразную обстановку, монотонный и требующий мелочной аккуратности труд, вынужденное безделье. Стремление окружающих подавить их активность и лидерские тенденции нередко ведет к бурным, но коротким вспышкам раздражения. Не злопамятны. Легко мирятся с теми, с кем поссорились. Информация с сайта Бигреферат.ру / bigreferat.ru

Разговорчивы, говорят быстро, с живой мимикой и жестами. Высокий биологический тонус проявляется всегда хорошим аппетитом, здоровым, крепким сном □ встают бодрыми, отдохнувшими. Сексуальное влечение рано пробуждается и отличается силой. Быстро увлекаются, но и охлаждаются к сексуальным партнерам. Самооценка нередко неплохая, но часто стараются показать себя более конформными, чем это есть на самом деле. Плохо совместимы с подростками эпилептоидного типа, от представителей шизоидного, сенситивного и психастенического типов стараются дистанцироваться. Первые проявления гипертимности нередко бывают с детства: неутомимость, шумливость, стремление командовать сверстниками, чрезмерная самостоятельность.

**Циклоидный тип (Ц).** Встречается только в виде акцентуаций характера. При патологическом уровне развивается одна из форм нервно-психического расстройства □ циклотимия. При циклоидной акцентуации фазы гипертимности и субдепрессии выражены нерезко, обычно кратковременны (1□2 недели) и могут перемежаться длительными интермиссиями.

В субдепрессивной фазе падает работоспособность, ко всему утрачивается интерес, подростки становятся вялыми домоседами, избегают компании. Неудачи и мелкие неурядицы тяжело переживаются. Серьезные нарекания, особенно унижающие самолюбие, способны навести на мысли о собственной неполноценности и ненужности и подтолкнуть к суицидальному поведению.

В субдепрессивной фазе также плохо переносится крутая ломка стереотипа жизни (переезд, смена учебного заведения и т.п.). Падает биологический тонус, могут спать больше обычного, но встают вялыми, неотдохнувшими. Даже любимые кушанья не доставляют прежнего удовольствия. Половое влечение обычно снижается.

В гипертимной фазе циклоидные подростки не отличаются от гипертимов. Самооценка формируется постепенно, по мере накопления опыта «хороших» и «плохих» периодов. У подростков она нередко бывает еще неточной, учитывая, что первые проявления циклоидности начинаются только с половым созреванием. Порой бывает выражена сезонность фаз: депрессии падают на зиму или на весну, а гипертимные периоды □ на осень.

В интермиссиях между субдепрессивными и гипертимными фазами никаких особенностей не обнаруживают.

**Лабильный тип (Л).** Главная черта этого типа □ крайняя изменчивость настроения, которое меняется слишком часто и чрезмерно круто от ничтожных и даже незаметных для окружающих поводов. От настроения момента зависит и сон, и аппетит, и работоспособность, и общительность. Чувства и привязанности искренни и глубоки, особенно к тем лицам, кто сами к ним проявляют любовь, внимание и заботу. Велика потребность в сопереживании. Тонко чувствуют

отношение к себе окружающих даже при поверхностном контакте. Всякого рода эксцессы избегают. К лидерству не стремятся. Тяжело переносят утрату или отвержение со стороны значимых лиц. Самооценка отличается искренностью и умением правильно подметить черты своего характера.

Чрезмерная эмоциональность обычно сочетается с вегетативной лабильностью: легко краснеют и бледнеют, меняется частота пульса, величина артериального давления. Нередко наблюдается довольно выраженная инфантильность: выглядят моложе своих лет. Лгать и скрывать свои чувства не умеют: настроение всегда написано на лице. Дети почти все наделены эмоциональной лабильностью. По этой причине о данном типе можно судить, если эти черты ярко выражены у подростков.

**Астено-невротический тип (А).** Также встречается только в виде акцентуации характера. Патологический уровень проявляется чаще всего развитием неврастении. Главными чертами являются повышенная утомляемость, раздражительность и склонность к ипохондричности. Утомляемость особенно проявляется при умственных занятиях и в условиях соревнований. При утомлении аффективные вспышки появляются по ничтожному поводу. Самооценка обычно выражает ипохондрические установки.

**Сенситивный тип (С).** У этого типа две главные черты — большая впечатлительность и чувство собственной неполноценности.

В себе видят множество недостатков, особенно во внешности и в области качеств морально-этических и волевых. Замкнутость, робость и застенчивость выступают среди посторонних и в непривычной обстановке. С незнакомыми бывают трудны даже самые поверхностные формальные контакты, но с тем к кому привыкли, бывают достаточно общительны и откровенны. Ни к алкоголизации, ни к делинквентности склонности не обнаруживают. Непосильной оказывается ситуация, где подросток оказывается объектом неблагоприятного внимания окружения, когда на его репутацию падает тень или он подвергается несправедливым обвинениям или насмешкам. Самооценка отличается высоким уровнем объективности. При этом типе нередко бывает ярко выражена реакция гиперкомпенсации — стремление преуспеть именно в той области, где таится комплекс собственной неполноценности (к примеру, парашютные прыжки, чтобы преодолеть робость; усиленные занятия гимнастикой, чтобы исправить дефекты фигуры; стремление к общественной работе, чтобы преодолеть застенчивость и т.п.). Сенситивные черты начинают выявляться с детства робостью, застенчивостью, боязнью незнакомцев, но критическим является возраст 16—18 лет — вступление в самостоятельную социальную активность после многих лет учебы в привычном окружении сверстников. Некоторые действительные физические дефекты (к примеру, заикание) могут способствовать заострению сенситивных черт или насаивать их на некоторые другие типы акцентуаций (эмоционально-лабильную, психастеническую, шизоидную). Необходимость отвечать не только за себя, но и за других, может наоборот, сглаживать сенситивные черты.

**Психастенический тип (П).** Главными чертами являются нерешительность, склонность к рассуждательству, тревожная мнительность в виде опасений за будущее — свое и своих близких, склонность к самоанализу и легкость возникновения навязчивостей. Черты характера обычно обнаруживаются в

начальных классах школы □ при первых требованиях к чувству ответственности. Отвечать за себя и особенно за других бывает самой трудной задачей. Защитой от постоянной тревоги по поводу воображаемых неприятностей и несчастий служат выдуманные предметы и ритуалы. Если их не выполняют, то это крайне усиливает тревогу за будущее, за благополучие свое и близких, за успех дела, которым заняты. Нерешительность усиливается, когда надо сделать самостоятельный выбор и когда решение касается маловажных повседневных проблем. Наоборот, вопросы серьезные, существенно отражающиеся на будущем, могут решаться с удивительной скоропалительной опрометчивостью. Алкоголизация и делинквентность в подростковом возрасте не присущи. Но при повзрослении могут обнаружить, что алкоголь способен снимать тревогу, неуверенность и внутреннее напряжение и тогда могут к нему пристраститься.

В самооценке склонны находить у себя черты разных типов, включая совершенно не свойственные. Из-за чрезмерного педантизма, мелочной принципиальности, доходящей до деспотизма, нередко плохо совмещаются с представителями почти всех типов акцентуаций характера, кроме шизоидов, которые внешне могут никак не реагировать на их поведение. Считается, что мелочный педантизм психастеников также служит для них психологической защитой от опасений и тревоги за будущее.

**Шизоидный тип (Ш).** Главными чертами является замкнутость и недостаток интуиции в процессе общения. Трудно устанавливать неформальные, эмоциональные контакты □ эта неспособность нередко тяжело переживается. Быстрая истощаемость в контакте побуждает к еще большему уходу в себя. Недостаток интуиции проявляется неумением понять чужие переживания, угадать желания других, догадаться о невысказанном вслух. К этому примыкает недостаток сопереживания. Внутренний мир почти всегда закрыт для других и заполнен увлечениями и фантазиями, последние предназначены только для услаждения самого себя, служат утешению честолюбия или носят эротический характер. Увлечения отличаются силой, постоянством, и нередко необычностью, изысканностью. Богатые эротические фантазии сочетаются с внешней асексуальностью. Алкоголизация и делинквентное поведение встречаются нечасто. Труднее всего переносятся ситуации, где нужно быстро установить неформальные эмоциональные контакты, а кроме того насильственное вторжение посторонних во внутренний мир. Самооценка обычно неполная: хорошо констатируется замкнутость, трудность контактов, непонимание окружающих, другие особенности подмечаются хуже.

В самооценке иногда подчеркивается нонконформизм. Замкнутость и сдержанность в проявлении чувств иногда помогают неплохо совмещаться с окружающими, ограничиваясь формальными контактами. Склонны искать нешаблонные решения, предпочитают непринятые формы поведения, способны на неожиданные для других эскапады без учета вреда, который могут нанести ими самим себе. Но иногда обнаруживают недюжинные способности постоять за себя и свои интересы. У близких могут вызывать недовольство своей молчаливостью и сдержанностью, но когда дело заходит о хобби могут быть даже многоречивы.

В своих симпатиях часто тяготеют к эмоционально-лабильным, может быть чувствуя в их характере то, что им самим недостает.

**Эпилептоидный тип (Э).** Главной чертой является склонность к состояниям злобно-тоскливого настроения с постепенно накапливающим раздражением и поиском объекта, на котором можно было бы сорвать зло. С этими состояниями обычно связана аффективная взрывчатость. Аффекты не только сильны, но и продолжительны. Большим напряжением отличается инстинктивная жизнь. Любовь почти всегда окрашена ревностью. Алкогольные опьянения часто протекают тяжело □ с гневом и агрессией. Лидерство проявляется в стремлении властвовать над другими. Неплохо адаптируются в условиях строгого дисциплинарного режима, где стараются подольститься к начальству показной исполнительностью и завладеть положением, дающим власть над другими подростками. Инертность, тугоподвижность, вязкость накладывают отпечаток на всю психику □ от моторики и эмоций до мышления и личностных ценностей. Говорят медленно, веско, никогда не суетятся. Любят культивировать в себе физическую силу, предпочитают силовые виды спорта.

## Текст ПДО и код расшифровки результатов

### 1. Самочувствие

№ выбора	Тема и предлагаемые выборы	Баллы по шкале объективной оценки	
		1-е исследование (наиболее подходящие выборы)	2-е исследование (наиболее отвергаемые выборы)
1	У меня почти всегда плохое самочувствие	А	
2	Я всегда себя чувствую бодрым и полным сил	ГММ	d
3	Недели хорошего самочувствия чередуются у меня с неделями, когда я чувствую себя плохо	Ц	
4	Мое самочувствие часто меняется иногда по несколько раз в день	П	
5	У меня почти всегда что-нибудь болит	АА	
6	Плохое самочувствие возникает у меня после огорчений и беспокойств		
7	Плохое самочувствие появляется у меня от волнений и ожидания неприятностей		
8	Я легко переношу боль и физические страдания	Ц	
9	Мое самочувствие вполне удовлетворительное	ННД	
10	У меня встречаются приступы плохого самочувствия с раздражительностью и чувством тоски		С
11	Самочувствие мое очень зависит от того, как относятся ко мне окружающие		
12	Я очень плохо переношу боль и физические страдания		
0	Ни одно из определений ко мне не подходит	О	О

### 2. Настроение

№ выбора	Тема и предлагаемые выборы	Баллы по шкале объективной оценки	
		1-е исследование	2-е исследование
1	Обычно, настроение у меня очень хорошее	ГН	
2	Мое настроение легко меняется от незначительных причин	П	Г
3	У меня настроение портится от ожидания возможных		

	неприятностей, беспокойства за близких, неуверенности в себе		
4	Мое настроение зависит от общества, в котором я нахожусь		
5	У меня почти всегда плохое настроение		
6	Мое плохое настроение зависит от плохого самочувствия	ЦА	
7	Мое настроение улучшается, когда меня оставляют одного	Ш	
8	У меня бывают приступы мрачной раздражительности, во время которых достается окружающим		
9	У меня не бывает уныния и грусти, но может быть ожесточенность и гнев		
10	Малейшие неприятности сильно огорчают меня	СЛ	d
11	Периоды очень хорошего настроения сменяются у меня периодами плохого настроения	Т	
12	Мое настроение обычно такое же, как у окружающих меня людей		
0	Ни одно из определений ко мне не подходит	О	О

### 3. Сон и сновидения

№ выбора	Тема и предлагаемые выборы	Баллы по шкале объективной оценки	
		1-е исследование	2-е исследование
		ГНММ	
1	Я хорошо сплю, а сновидениям значения не придаю		
2	Сон у меня богат яркими сновидениями		Э
3	Перед тем, как уснуть, я люблю помечтать	К	
4	Я плохо сплю ночью и чувствую сонливость днем	Ad	В
5	Я сплю мало, но встаю бодрым; сны вижу редко		Ц
6	Сон у меня очень крепкий, но иногда бывают жуткие, кошмарные сновидения	Ц	
7	У меня плохой и беспокойный сон и часто бывают мучительно тоскливые сновидение	А	
8	Бессонница у меня наступает периодически без видимых причин		
9	Я не могу спокойно спать, если утром надо вставать в определенный час		
10	Если меня что то расстроит, я долго не могу уснуть	ЛА	
11	Я часто вяжу разные сны то радостные, то неприятные		
12	По ночам у меня бывают приступы страха		
13	Мне часто снится, что меня обижают		
14	Я могу свободно регулировать свой сон		А
0	Ни одно из определений ко мне не подходит	О	О

### 4. ПРОБУЖДЕНИЕ ОТ СНА

№ выбора	Тема и предлагаемые выборы	Баллы по шкале объективной оценки	
		1-е исследование	2-е исследование
1	Мне трудно проснуться в назначенный час	Э	Л
2	Просыпаюсь я с неприятной мыслью, что надо идти на работу или на учебу		К
3	В одни дни я встаю веселым и жизнерадостным, в другие безо всякой причины с утра угнетен и уныл	Т	
4	Я легко просыпаюсь, когда мне нужно	Ц	
5	Утро для меня самое тяжелое время суток		
6	Часто мне не хочется просыпаться	Ф	

7	Проснувшись, я нередко еще долго переживаю то, что видел во сне		ЛМ
8	Периодами я утром чувствую себя бодрым, периодами разбитым	А	
9	Утром я встаю бодрым и энергичным	НН	
10	С утра я более активен и мне легче работать, чем вечером		
11	Нередко бывало, что проснувшись, я не мог сразу сообразить, где я и что со мной	d	
12	Я просыпаюсь с мыслью, что сегодня надо будет сделать	Ц	
13	Проснувшись, я люблю полежать в постели и помечтать		
0	Ни одно из определений ко мне не подходит	О	О

### 5. АППЕТИТ И ОТНОШЕНИЕ К ЕДЕ

№ выбора	Тема и предлагаемые выборы	Баллы по шкале объективной оценки	
		1-е исследование	2-е исследование
1	Неподходящая обстановка, грязь и разговоры о неаппетитных вещах никогда не мешали мне есть	Ш	
2	Периодами у меня бывает волчий аппетит, периодами есть ничего не хочется	Т	
3	Я ем очень мало, иногда долго ничего не ем	А	ЦЭМ
4	Мой аппетит зависит от настроения: то ем с удовольствием, то нехотя и через силу		
5	Я люблю лакомства и деликатесы	ЛЛП	
6	Нередко я стесняюсь есть при посторонних	СТ	
7	У меня хороший аппетит, но я не обжора	М	
8	Есть кушанья, которые вызывают у меня тошноту и рвоту		
9	Я предпочитаю есть немного, но очень вкусное		
10	У меня плохой аппетит		
11	Я люблю сытно поесть	Н	
12	Я ем с удовольствием и не люблю ограничивать себя в еде		
13	Я боюсь испорченной пищи и всегда тщательно проверяю её свежесть и доброкачественность		
14	Мне легко можно испортить аппетит		
15	Еда меня интересует прежде всего как средство поддержать здоровье	М	
16	Я стараюсь придерживаться диеты, которую сам разгрудился		И
17	Я плохо переношу голод быстро слабею	Ц	
18	Я знаю, что такое чувство голода но не знаю, что такое аппетит		
19	Еда не доставляет мне большого удовольствия		
0	Ни одно из определений ко мне не подходит	О	О

### 6. ОТНОШЕНИЕ К СПИРТНЫМ НАПИТКАМ2

№ выбора	Тема и предлагаемые выборы	Баллы по шкале объективной оценки	
		1-е исследование	2-е исследование
1	Мое желание выпить зависит от настроения	+2	Ц
2	Я избегаю пить спиртное, чтоб не проболтаться		
3	Периодами я выпиваю очень охотно, периодами меня к спиртному не тянет	М+1	
4	Люблю выпить в веселой и хорошей компании	ГГ+2	С-1

5	Я боюсь пить спиртное, потому что опьянев, могу вызвать насмешки и презрение	-1	+2
6	Спиртное не вызывает у меня веселого настроения	-1	+1
7	К спиртному я испытываю отвращение	С-3	ЦЛ+2
8	Спиртным я стараюсь заглушить приступ плохого настроения, тоски или тревоги	+1	Ф
9	Я избегаю пить спиртное из-за плохого самочувствия и сильной головной боли впоследствии	П	
10	Я не пью спиртного, учитывая, что это противоречит моим принципам	СШП-3	+1
11	Спиртные напитки меня пугают		И
12	Выпив немного, я особенно ярко воспринимаю окружающий мир	Цd	
13	Я выпиваю со всеми, чтобы не нарушать компанию	А	Л
0	Ни одно из определений ко мне не подходит	О	ОЭ

## 7. СЕКСУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ

№ выбора	Тема и предлагаемые выборы	Баллы по шкале объективной оценки	
		1-е исследование	2-е исследование
1	Половое влечение меня мало беспокоит	ННД	М
2	Малейшая неприятность подавляет у меня половое влечение		Ц
3	Я предпочитаю жить мечтами о подлинном счастье, чем разочаровываться в жизни		
4	Периоды сильного полового влечения чередуются у меня с периодами холодности и безразличия		
5	В половом отношении я быстро возбуждаюсь, но быстро успокаиваюсь и охлаждаю		НН
6	При нормальной семейной жизни не существует никаких половых проблем		
7	У меня сильное половое влечение, которое мне трудно сдерживать		КВ
8	Моя застенчивость мне очень сильно мешает		ИИ
9	Измены бы я никогда не простил		
10	Я считаю, что половое влечение нельзя сдерживать, иначе оно мешает плодотворной работе	М	
11	Наибольшее удовольствие мне доставляет флирт и ухаживание		ЛС
12	Я люблю анализировать свое отношение к половым проблемам, свое собственное влечение		
13	Я нахожу ненормальности в своем половом влечении и стараюсь бороться с ними		ГЛ
14	Считаю, что половым проблемам не следует придавать большого значения	ЛИ	
0	Ни одно из определений ко мне не подходит	О	О

## 8. ОТНОШЕНИЕ К ОДЕЖДЕ

№ выбора	Тема и предлагаемые выборы	Баллы по шкале объективной оценки	
		1-е исследование	2-е исследование
1	Люблю костюмы яркие и броские		АВ
2	Считаю, что одетым надо быть всегда прилично, потому что встречают "по одежке"		
3	Для меня главное, чтобы одежда была удобной, аккуратной и чистой		
4	Люблю одежду модную и необычную, которая невольно привлекает взоры	ИИ	К

5	Никогда не следую общей моде, а ношу то, что мне самому понравилось	АС	
6	Люблю одеваться таким образом, чтобы было к лицу	КФ	
7	Не люблю слишком модничать, считаю - надо одеваться как все		
8	Часто беспокоюсь, что мой костюм не в порядке		
9	Об одежде я мало думаю		
10	Мне часто кажется, что окружающие осуждают меня за мой костюм		
11	Предпочитаю темные и серые тона		
12	Временами мне хочется одеться модно и ярко, временами своей одеждой не интересуюсь		
0	Ни одно из определений ко мне не подходит	О	О

### 9. ОТНОШЕНИЕ К ДЕНЬГАМ

№ выбора	Тема и предлагаемые выборы	Баллы по шкале объективной оценки	
		1-е исследование	2-е исследование
1	Нехватка денег меня раздражает		М
2	Деньги меня совершенно не интересуют	Ц	ЭИД
3	Очень огорчаюсь и расстраиваюсь, когда денег не хватает		
4	Не люблю заранее рассчитывать все расходы, легко беру в долг, даже если знаю, что к сроку отдать мне будет трудно	ИМ	
5	Я очень аккуратен в денежных делах и, зная неаккуратность многих, не люблю давать в долг		
6	Если у меня взяли в долг, я стесняюсь об этом напомнить	ЛА	И
7	Я всегда стараюсь оставить деньги про запас на непредвиденные расходы		
8	Деньги мне нужны только для того, чтобы как-нибудь прожить		
9	Стараюсь быть бережливым, но не скупым, люблю тратить деньги с толком		
11	Всегда боюсь, что мне не хватит денег, и очень не люблю брать в долг		
12	Периодами я к деньгам отношусь легко и трачу их не задумываясь, периодами все пугаюсь остаться без денег		
13	Я никогда никому не позволяю ущемлять меня в деньгах		
0	Ни одно из определений ко мне не подходит	О	О

### 10. ОТНОШЕНИЕ К РОДИТЕЛЯМ

№ выбора	Тема и предлагаемые выборы	Баллы по шкале объективной оценки	
		1-е исследование	2-е исследование
1	Очень боюсь остаться без родителей	П	
2	Я считаю, что родителей надо уважать, даже если хранишь в сердце против них обиду		
3	Люблю и привязан, но бывает сильно обижаюсь и даже сержусь	ЛЛВ	
4	В одни периоды мне кажется, что меня слишком опекали, в другие - укоряю себя за непослушание и причиненные родным огорчения		
5	Мои родители не дали мне того, что необходимо в жизни	Е	К

6	Упрекаю их в том, что в детстве они недостаточно уделяли внимания моему здоровью		
7	Очень люблю (любил) одного из родителей		
8	Я люблю их, но не переношу, когда мною распоряжаются и командуют	ЕФФ	
9	Очень люблю мать и боюсь, что с ней что-нибудь случится	ПП	
10	Упрекаю себя за то, что недостаточно сильно люблю (любил) родителей	М	
11	Они меня слишком сильно притесняли и во всем навязывали свою волю	Е	ГЛПЭ
12	Мои родные меня не понимают и кажутся мне чужими	ШЕ	
13	Я считаю себя виноватым перед ними	Эd	
0	Ни одно из определений ко мне не подходит	ОЕ	О

### 11. ОТНОШЕНИЕ К ДРУЗЬЯМ

№ выбора	Тема и предлагаемые выборы	Баллы по шкале объективной оценки	
		1-е исследование	2-е исследование
1	Мне не раз приходилось убеждать, что дружат из выгоды	Д	
2	Хорошо себя чувствую с тем, кто мне сочувствует		
3	Для меня важен не один друг, а дружный хороший коллектив	ГЦ	d
4	Я ценю такого друга, который, умеет меня выслушать, приободрить, вселить уверенность, успокоить	К	
5	О друзьях, с кем пришлось расстаться, я долго не скучаю и быстро нахожу новых		
6	Я чувствую себя таким больным, что мне не до друзей		И
7	Моя застенчивость мешает мне подружиться с тем, с кем мне хотелось бы	СС	
8	Я легко завязываю дружбу, но часто разочаровываюсь и охладеваю		
9	Я предпочитаю тех друзей, которые внимательны ко мне		
10	Я сам выбираю себе друга и решительно бросаю его, если разочаровываюсь в нем		
11	Я не могу найти себе друга по душе		
12	У меня нет никакого желания иметь друга		Д
13	Периодами я люблю большие дружеские компании, периодами избегаю их и ищу одиночества		
14	Жизнь научила меня не быть слишком откровенным даже с друзьями	Л	
15	Люблю иметь много друзей и тепло отношусь к ним	А	
0	Ни одно из определений ко мне не подходит	О	О

### 12. ОТНОШЕНИЕ К ОКРУЖАЮЩИМ

№ выбора	Тема и предлагаемые выборы	Баллы по шкале объективной оценки	
		1-е исследование	2-е исследование
1	Я окружен глупцами, невеждами и завистниками		
2	Окружающие мне завидуют и потому ненавидят меня		ЭФ
3	В одни периоды мне хорошо с людьми, в другие периоды они меня тяготят		
4	Я считаю, что самому не следует выделяться среди		

	окружающих		
5	Стараюсь жить таким образом, чтобы окружающие не могли сказать обо мне ничего плохого	ММ	
6	Мне кажется, что окружающие меня презирают и смотрят на меня свысока		
7	Легко схожусь с людьми в любой обстановке	Г	С
8	Больше всего со стороны окружающих я ценю внимание к себе		
9	Я быстро чувствую хорошее или недоброжелательное отношение к себе и также отношусь сам		
10	Я легко ссорюсь, но быстро мирюсь	В	С
11	Я часто и подолгу размышляю, правильно или неправильно я что-нибудь сказал или сделал в отношении окружающих		
12	Людное общество меня быстро утомляет и раздражает		
13	От окружающих я стараюсь держаться подальше		П
14	Я не знаю своих соседей и не интересуюсь ими		
15	Мне часто кажется, что окружающие подозревают меня в чем-то плохом		
16	Мне приходилось терпеть от окружающих много обид и обманов и это всегда настораживает меня	д	
17	Мне часто кажется, что окружающие смотрят на меня, как на никчемного и ненужного человека		
0	Ни одно из определений ко мне не подходит	О	О

### 13. ОТНОШЕНИЕ К НЕЗНАКОМЫМ ЛЮДЯМ

№ выбора	Тема и предлагаемые выборы	Баллы по шкале объективной оценки	
		1-е исследование	2-е исследование
1	Я отношусь настороженно к незнакомым людям и невольно опасуюсь зла с их стороны	ЭЭ	Г
2	Бывает, что незнакомый человек мне сразу внушает доверие и симпатию		ЭЭ
3	Я избегаю новых знакомств		
4	Незнакомые люди внушают мне беспокойство и тревогу		
5	Прежде чем познакомиться, я всегда хочу узнать, кто это за человек, что говорят о нем люди		
6	Я никогда не доверяюсь незнакомым людям и не раз убеждался, что в этом я прав		
7	Если незнакомые проявляют интерес ко мне, то и я с интересом отношусь к ним		
8	Незнакомые люди меня раздражают, к знакомым я уже как-то привык	Ц	Г
9	Я охотно и легко завожу новые знакомства	ГЦ	С
10	Временами я охотно знакомлюсь с новыми людьми, временами ни с кем знакомиться не хочется		
11	В хорошем настроении я легко знакомлюсь, в плохом - избегаю знакомств		
12	Я стесняюсь незнакомых людей и боюсь заговорить первым	СС	
0	Ни одно из определений ко мне не подходит	О	О

### 14. ОТНОШЕНИЕ К ОДИНОЧЕСТВУ

№ выбора	Тема и предлагаемые выборы	Баллы по шкале объективной оценки	
		1-е исследование	2-е исследование

1	Я считаю, что всякий человек не должен отрываться от коллектива	И	ШШ
2	В одиночестве я чувствую себя спокойнее	СШШ	
3	Я не переношу одиночества и всегда стремлюсь быть среди людей	ГЭН	СПШШШ
4	Периодами мне лучше среди людей, периодами предпочитаю одиночество	ЛА	
5	В одиночестве я размышляю или беседую с воображаемым собеседником		ЭИВ
6	В одиночестве я скучаю по людям, а среди людей быстро устаю и ищу одиночества	d	
7	Большей частью я хочу быть на людях, но иногда хочется побыть одному		
8	Я не боюсь одиночества	Ш	
9	Я боюсь одиночества и однако так получается, что нередко оказываюсь в одиночестве		
10	Я люблю одиночество		
11	Одиночество я переношу легко, если только оно не связано с неприятностями	Л	
0	Ни одно из определений ко мне не подходит	О	О

### 15. ОТНОШЕНИЕ К БУДУЩЕМУ

№ выбора	Тема и предлагаемые выборы	Баллы по шкале объективной оценки	
		1-е исследование	2-е исследование
1	Я мечтаю о счастливом будущем, но боюсь неприятностей и неудач		
2	Будущее кажется мне мрачным и бесперспективным		
3	Я стараюсь жить таким образом, чтобы будущее было хорошим	М	
4	В будущем меня больше всего беспокоит мое здоровье		
5	Я убежден, что в будущем исполнятся мои желания и планы	ГГ	
6	Не люблю много раздумывать о своем будущем		
7	Мое отношение к будущему часто и быстро меняется: то строю радужные планы, то будущее кажется мне мрачным	П	
8	Я утешаю себя тем, что в будущем исполнятся все мои желания	Э	
9	Я всегда невольно думаю о возможных неприятностях и бедах, которые могут случиться в будущем		
10	Мои планы на будущее я люблю разрабатывать в малейших деталях и во всех деталях стараюсь их осуществить	П	
11	Я уверен, что в будущем докажу всем свою правоту	d	
12	Я живу своими мыслями и меня мало волнует, каким в действительности окажется мое будущее		
13	Периодами мое будущее кажется мне светлым, периодами <input type="checkbox"/> мрачным		
0	Ни одно из определений ко мне не подходит	О	О

### 16. ОТНОШЕНИЕ К НОВОМУ

№ выбора	Тема и предлагаемые выборы	Баллы по шкале объективной оценки	
		1-е исследование	2-е исследование
1	Периодами я легко переношу перемены в своей		

	жизни и даже люблю их, но периодами начинаю их бояться и избегать		
2	Новое меня привлекает, но вместе с тем беспокоит и тревожит		
3	Я люблю перемены в жизни - новые впечатления, новых людей, новую обстановку вокруг		
4	У меня бывают моменты, когда я жадно ищу новые впечатления и новые знакомства, но бывает, когда я избегаю их		
5	Я сам люблю придумывать новое, все переиначивать и делать по-своему, не так, как все	Ш	
6	Новое меня привлекает, но часто быстро утомляет и надоедает		Э
7	Не люблю всяких новшеств, предпочитаю раз установленный порядок		ИД
8	Я боюсь перемен в жизни: новая обстановка меня пугает	d	
9	Новое приятно, если только обещает для меня что-то хорошее	ЛЭ	
10	Меня привлекает лишь то новое, что соответствует моим принципам и интересам	ПШШЭ	
0	Ни одно из определений ко мне не подходит	О	О

### 17. ОТНОШЕНИЕ К НЕУДАЧАМ

№ выбора	Тема и предлагаемые выборы	Баллы по шкале объективной оценки	
		1-е исследование	2-е исследование
1	Свои неудачи я переживаю сам и ни у кого не ищу сочувствия и помощи	ШВ	ППЭ
2	Периоды, когда я активно борюсь с неудачами, чередуются у меня с периодами, когда у меня от малейших неудач опускаются руки		ЭЭ
3	Неудачи приводят меня в отчаяние	Э	В
4	Неудачи вызывают у меня сильное раздражение, которое я изливаю на невинных		
5	Если случается неудача, то я всегда ищу что же я сделал неправильно	И	
6	Неудачи вызывают у меня протест и негодование и желание их преодолеть		
7	Если в моих неудачах кто-то виноват, я не оставляю его безнаказанным	ЭЭd	
8	При неудачах мне хочется убежать куда-нибудь подальше и не возвращаться		Л
9	Бывает, что малейшие неудачи приводят меня в уныние, но бывает, что серьезные неприятности я переношу стойко		
10	Неудачи меня пугают, и я прежде всего виню самого себя	П	Ц
11	Неудачи меня не задевают, я не обращаю на них внимания		
12	При неудачах я еще больше мечтаю о свершении своих желаний		
13	Я считаю, что при неудачах нельзя отчаиваться	К	
0	Ни одно из определений ко мне не подходит	О	О

### 18. ОТНОШЕНИЕ К ПРИКЛЮЧЕНИЯМ И РИСКУ

№ выбора	Тема и предлагаемые выборы	Баллы по шкале объективной оценки
-------------	----------------------------	-----------------------------------

		1-е исследование	2-е исследование
1	Люблю всякие приключения, даже опасные, охотно иду на риск	Г	СС
2	Я много раз взвешиваю все "за" и "против" и все никак не решаюсь рискнуть	С	
3	Мне не до приключений, а рискую я только, если к этому принуждают обстоятельства	СМ	
4	Я не люблю приключений и избегаю риска		
5	Я люблю мечтать о приключениях, но не ишу их в жизни		ЭЭ
6	Временами я люблю приключения, и часто рискую, но временами приключения и риск становятся мне не по душе	В	
7	Приключения я люблю только веселые и те, что хорошо кончаются	Ф	
8	Я специально не ишу приключений и риска, но иду на них, когда это требует мое дело		
9	Приключения и риск меня привлекают, если в них мне достается первая роль	Г	
10	Бывает, что риск и азарт меня совершенно опьяняют		ЛН
0	Ни одно из определений ко мне не подходит	О	О

### 19. ОТНОШЕНИЕ К ЛИДЕРСТВУ

№ выбора	Тема и предлагаемые выборы	Баллы по шкале объективной оценки	
		1-е исследование	2-е исследование
1	Я могу идти впереди других в рассуждениях но не в действиях	Ц	
2	Я люблю быть первым в компании, руководить и направлять других		
3	Я люблю опекать кого-либо, кто мне понравится		
4	Я всегда стремлюсь учить людей правилам и порядку		И
5	Одним людям я нехотя подчиняюсь, другими командую сам		
6	Периодами я люблю "задавать тон", быть первым, но периодами мне это надоедает		
7	Я люблю быть первым там, где меня любят, бороться за первенство я не люблю	ПП	
8	Я не умею командовать другими	ЛС	
9	Я не люблю командовать другими - ответственность меня пугает		И
10	Всегда находятся люди, которые слушаются меня и признают мой авторитет		
11	Я люблю быть первым, чтобы мне подражали, за мной бы следовали другие		
12	Я охотно слеую за авторитетными людьми		
0	Ни одно из определений ко мне не подходит	О	О

### 20. ОТНОШЕНИЕ К КРИТИКЕ И ВОЗРАЖЕНИЯМ

№ выбора	Тема и предлагаемые выборы	Баллы по шкале объективной оценки	
		1-е исследование	2-е исследование
1	Я не слушаю критики и возражений и всегда думаю и делаю по-своему	ППШЕ	К
2	Слушаю возражения и критику, я ишу доводы в свое оправдание, но не всегда решаюсь их высказать		
3	Возражения и критика меня особенно раздражают, когда я устал и плохо себя чувствую		

4	Критика и осуждения в мой адрес лучше равнодушия и пренебрежения ко мне		
5	Не люблю, когда меня критикуют и когда мне возражают - сержусь и не всегда могу сдержать свой гнев	Е	Л
6	Когда меня критикуют или мне возражают, это меня сильно огорчает и приводит в уныние		
7	От критиков мне хочется убежать подальше	HEd	
8	В одни периоды критику и возражения переношу легко, в другие - очень болезненно	Т	
9	Возражения и критика меня очень огорчают, если они резкие и грубые по форме, даже если они касаются мелочей	А	
10	Я не слышал еще справедливой критики в свой адрес или справедливых возражений моим доводам	Е	ПП
11	Я стараюсь правильно реагировать на критику	Ц	d
12	Я убедился, что критикуют обычно только для того, чтобы тебе напакостить или самим выдвинуться	Е	И
13	Если меня критикуют или мне возражают, мне всегда начинает казаться, что другие правы, а я нет		
0	Ни одно из определений ко мне не подходит	OE	AO

## 21. ОТНОШЕНИЕ К ОПЕКЕ И НАСТАВЛЕНИЯМ

№ выбора	Тема и предлагаемые выборы	Баллы по шкале объективной оценки	
		1-е исследование	2-е исследование
1	Я слушаю наставления только тех, кто имеет на это право	ЦПМ	
2	Я охотно слушаю те наставления, которые касаются моего здоровья	ЭЭ	
3	Не выношу, когда меня опекают и за меня все решают	ДЕ	
4	Я не нуждаюсь в наставлениях	Е	
5	Я охотно слушаю того, кто, знаю, меня любит		
6	Я стараюсь слушать полезные наставления, но это не всегда у меня получается	ЦЛ	
7	Временами все наставления пролетают мимо моих ушей, и по временам я ругаю себя за то, что не слушал их раньше		
8	Совершенно не переношу наставлений, если они даются начальственным тоном	Е	
9	Я внимательно слушаю наставления и не противлюсь, когда меня опекают		И
10	Я охотно слушаю те наставления, что мне приятны, и не переношу тех, что мне не по душе		
11	Я люблю, когда обо мне заботятся, но не люблю, чтобы мною командовали	ИИЕФФ	
12	Я не решаюсь прервать даже вовсе никчемные для меня наставления или избавиться от ненужного для меня покровительства		И
13	Наставления вызывают у меня желание делать все наоборот	ЕФФФ	
14	Я допускаю опеку над собой в повседневной жизни, но не над моим душевным миром	ЕФФ	
0	Ни одно из определений ко мне не подходит	OE	О

## 2-22. ОТНОШЕНИЕ К ПРАВИЛАМ И ЗАКОНАМ

№	Тема и предлагаемые выборы	Баллы по шкале объективной оценки
---	----------------------------	-----------------------------------

выбора		1-е исследование	2-е исследование
1	Когда правила и законы мне мешают, это вызывает у меня раздражение	Е	К
2	Всегда считаю, что для интересного и заманчивого дела всякие правила и законы можно обойти	ГГЕ	С
3	Логически обоснованные правила стараюсь соблюдать		
4	Я часто боюсь, что меня по ошибке примут за нарушителя законов	д	Г
5	Ужасно не люблю всякие правила, которые меня стесняют	Е	Л
6	Периоды, когда я не очень слежу за тем, чтобы соблюдать все правила и законы, чередуются с периодами, когда я упрекаю себя за недисциплинированность		
7	Всякие правила и распорядок вызывают у меня желание нарочно их нарушать	Е	Ц
8	Правила и законы я всегда соблюдаю		ddd
9	Всегда слежу за тем, чтобы все соблюдали правила		И
10	Часто упрекаю себя за то, что нарушаю правила и не строго соблюдаю законы	д	
11	Я стараюсь соблюдать правила и законы, но это не всегда мне удается	ЛФ	
12	Строго следую тем правилам, которые считаю справедливыми, борюсь с теми, которые считаю несправедливыми		
0	Ни одно из определений ко мне не подходит	ОЕ	О

### 23. ОЦЕНКА СЕБЯ В ДЕТСТВЕ

№ выбора	Тема и предлагаемые выборы	Баллы по шкале объективной оценки	
		1-е исследование	2-е исследование
1	В детстве я был робким и плаксивым		
2	Очень любил сочинять всякие сказки и фантастические истории	Г	
3	В детстве я избегал шумных и подвижных игр		
4	Я был как все дети и ничем не отличался от своих сверстников.	Д	Ц
5	Периодами мне кажется, что в детстве я был живым и веселым, периодами начинаю думать, что был очень непослушным и беспокойным		
6	Я с детства был самостоятельным и решительным		
7	В детстве я был веселым и отчаянным	Г	С
8	В детстве я был обидчивым и чувствительным	СС	
9	В детстве я был очень непоседливым и болтливым		
10	В детстве я был таким же как сейчас: меня легко было огорчить, но легко успокоить и развеселить	Л	
11	С детства я стремился к аккуратности и порядку		ИИ
12	В детстве я любил играть один или смотреть издали, как играют другие дети		Л
13	В детстве я больше любил беседовать со взрослыми, чем играть со сверстниками	И	
14	В детстве я был капризным и раздражительным	ЭЭ	Л
15	В детстве я плохо спал и плохо ел		
0	Ни одно из определений ко мне не подходит	О	О

### 24. ОТНОШЕНИЕ К ШКОЛЕ

№ выбора	Тема и предлагаемые выборы	Баллы по шкале объективной оценки	
		1-е исследование	2-е исследование
1	Любил вместо школьных занятий отправиться с товарищами погулять или сходить в кино	ГЭИНН	
2	Сильно переживал замечания и отметки, которые меня не удовлетворяли	Э	ЭЭН
3	В младших классах любил школу, потом она стала меня тяготить	Ц	
4	Периодами любил школу, периодами она мне начинала надоедать	Ф	
5	Не любил школу, потому что педагоги относились ко мне несправедливо		
6	Школьные занятия меня очень сильно утомляли	d	
7	Больше всего любил школьную самостоятельность		
8	Любил школу, потому что там была веселая компания		
9	Стеснялся ходить в школу: боялся насмешек и грубости		И
10	Очень не любил физкультуры		
11	Посещал школу регулярно и всегда активно участвовал в общественной работе		ШШdd
12	Школьная обстановка меня очень тяготила		
13	Старался аккуратно выполнять все задания	Ц	d
0	Ни одно из определений ко мне не подходит	О	О

### 25. ОЦЕНКА СЕБЯ В ДАННЫЙ МОМЕНТ

№ выбора	Тема и предлагаемые выборы	Баллы по шкале объективной оценки	
		1-е исследование	2-е исследование
1	Мне не хватает холодной рассудительности	М	Г
2	Временами я доволен собой, временами ругаю себя за нерешительность и вялость	ТТ	
3	Я слишком мнителен, без конца тревожусь и беспокоюсь обо всем	А	
4	Я не виновен в том, что возбуждаю зависть у других		
5	Мне не хватает усидчивости и терпения		
6	Считаю, что я ничем не отличаюсь от большинства людей		ПП
7	Мне не хватает решительности		
8	Я не вижу у себя больших недостатков	ЭИ	А
9	В хорошие минуты я вполне доволен собой, в минуты дурного настроения мне кажется, что мне не хватает то одного, то другого качества		
10	Я слишком раздражителен		М
11	Другие находят у меня крупные недостатки, я считаю, что они преувеличивают	d	
12	Я страдаю от того, что меня не понимают	ШИ	
13	Я чрезмерно чувствителен и обидчив	С	М
0	Ни одно из определений ко мне не подходит	О	О

*Дополнительные баллы, начисляемые за показатели по графику*

Показатели по графику	Начисляемые баллы
Г=0 или Г=1	П, С
Ц=6 или Ц>6	Л
А=4 или А>4	Л

П=0 или П=1	Н
Н=0 или Н=1	П
К=0	Ш, Ш, И
К=1	Ш
Д=6 или Д>6	Н
Т>Д	П, П, Ц
В=5	Э
В=6 или В>6	Э, Э
Е=6 или Е>6	Ш, И
д=5 или д>5	Ш
О=6 или О>6	С
М<Ф (у мальчиков)	С, Ш, И
V=-6 и ниже	С
V=+6 и выше	И
<i>Наличие ошибок в выборах (один и тот же номер выбора на одну тему в 1-м и 2-м исследовании)</i>	
за 1 ошибку	Э
за 2 и более ошибок	Э, Э

## 10. Методики «Склонность к виктимному оведению» О.О.Андронникова

О. О. Андронникова выделяет несколько уровней виктимности:

- «нормальный уровень виктимности», присущий личности характеризующейся хорошей адаптацией;
- «среднестатистический уровень виктимности», зависящий от конкретных социальных условий и принятой социокультурной нормы виктимности;
- «высокий уровень виктимности», связанный со специфическими качествами личности, повышающими степень ее уязвимости, и снижающими уровень адаптации.

В данной статье предложена психодиагностическая методика, охватывающая комплекс взаимосвязанных проявлений виктимного поведения подростков и направленная непосредственно на анализ психологической реальности, скрывающейся за виктимными поведенческими аспектами. Методика исследования виктимного поведения является стандартизированным тестом-опросником, предназначенным для измерения предрасположенности подростков к реализации различных форм виктимного поведения. Виктимное поведение – это такое поведение, в результате особенностей которого повышается вероятность превращения лица в жертву преступления, обстоятельств или несчастного случая. Объектом приложения методики являются социальные и личностные установки. Тест-опросник представляет набор специализированных психодиагностических шкал, направленных на

измерение предрасположенности к реализации отдельных форм виктимного поведения.

Предназначен для обследования лиц старшего подросткового и юношеского возраста.

Опросник может быть использован как самостоятельная психодиагностическая методика, так и в комплексе с другими методиками, направленными на изучение личности подростка.

Инструкция для испытуемого Вам предлагается ряд утверждений, каждое касается особенностей Вашего характера, Вашей личности, Вашего поведения, отдельных поступков, отношения к людям, взглядов на жизнь и т.п. Если Вы считаете, что утверждение верно по отношению к Вам, то дайте ответ “Да”, в противном случае – “Нет”. Свой ответ зафиксируйте в имеющемся у Вас ответном листе, поставив крестик в клеточку, соответствующую номеру утверждения в вопроснике и виду Вашего ответа. Ответы необходимо дать на все вопросы.

Не существует “верных” и “неверных” ответов, так как каждый прав по отношению к своим собственным взглядам. Постарайтесь отвечать точно и правдиво.

Не нужно долго размышлять над каждым вопросом, старайтесь как можно быстрее решить, какой из двух ответов, пусть весьма относительно, но все-таки ближе к истине. Вас не должно смущать, что некоторые из вопросов кажутся слишком личными, поскольку исследование не предусматривает анализа каждого вопроса и ответа, а опирается лишь на количество ответов одного и другого вида. Кроме того, Вы должны знать, что результаты индивидуально-психологических исследований, как и медицинских, не подлежат широкому обсуждению. Не делайте никаких пометок в тексте инструкции

Текст опросника

1. Я считаю, что в моей жизни неприятных событий происходит больше, чем у других.

2. Если я попадаю в неприятное положение, то мне лучше всего не сопротивляться и держать язык за зубами.

3. Я охотно записался бы добровольцем для участия в каких-либо боевых действиях.

4. Я ценю в людях осторожность и осмотрительность.

5. Даже если бы за опасную работу хорошо заплатили, я не взялся бы за ее выполнение.

6. Если меня обидели, то я обязательно должен отплатить за это.

7. Если бы другие люди не мешали мне, я добился бы гораздо большего.

8. У меня никогда не было неприятностей из-за моего поведения, связанного с половой жизнью.

9. Временами мне хочется ломать вещи, бить посуду.

10. У меня бывали такие периоды, тянувшиеся дни, недели или даже месяцы, когда я не мог ни за что взяться, т.к. не мог включиться в работу.

11. Я не всегда говорю правду.

12. В более раннем возрасте меня выгоняли из школы за плохое поведение.

13. Иногда я перехожу улицу там, где мне удобно, а не там, где положено.
14. Временами я так настаиваю на своем, что окружающие теряют терпение.
15. Другие мне кажутся счастливее меня.
16. Думаю, что многие люди преувеличивают свои несчастья, чтобы добиться сочувствия и помощи.
17. Думаю, мне понравилась бы работа, связанная с защитой слабых и обездоленных.
18. Меня трудно переубедить.
19. Мне приходится так много заботиться о близких людях, что на заботу о себе времени зачастую не хватает.
20. Я навряд ли добьюсь в своей жизни чего-то действительно стоящего.
21. Мне регулярно делают больно окружающие меня люди.
22. Я не сержусь, когда надо мной посмеиваются.
23. Я считаю, что большинство людей способно солгать, если это в их интересах.
24. Я редко совершаю поступки, о которых потом сожалею (больше и чаще, чем другие).
25. Я очень редко ссорюсь с членами моей семьи.
26. Я не могу отбросить некоторые условности даже ради получения удовольствия.
27. Большую часть времени у меня такое чувство, как будто я сделал что-то плохое или злое.
28. Большую часть времени я чувствую себя счастливым.
29. Некоторые люди так любят командовать, что мне хочется все сделать наоборот, даже если я знаю, что они правы.
30. Если кто-то нарушает правила, я возмущаюсь.
31. Я никогда не шел на опасное дело ради сильных впечатлений.
32. Я получаю больше удовольствия от игры или скачек, если не держу пари.
33. В школе меня никогда не вызывали к директору за озорство.
34. Мои манеры за столом в гостях более хороши, чем у себя дома.
35. Я считаю, что большинство людей ради выгоды скорее поступят нечестно, чем упустят случай.
36. Мое поведение в значительной мере определяется правилами и привычками окружающих меня людей.
37. Я предпочитаю решение конфликтов без применения силы.
38. Я бываю возмущен и раздражен, когда приходится признать, что меня умело провели.
39. Мне безразлично, что обо мне говорят другие.
40. Если бы в наше время проводились бои гладиаторов, то я бы непременно в них поучаствовал.
41. Я умею отказывать людям, которые просят меня об одолжении.
42. Мне трудно поддерживать разговор с людьми, с которыми я только что познакомился.

43. Я не могу прекратить ситуацию, даже если чувствую себя неловко и напряженно.
44. Терпеть боль всем назло бывает даже приятно.
45. Человек должен иметь право выпить столько, сколько захочет.
46. Если я в детстве нехорошо вел себя, то меня наказывали.
47. Я мог бы выполнять работу, связанную с уходом за больными или умирающими.
48. Я всегда сразу замечаю, если ситуация становится опасной.
49. Я наметил себе жизненную программу, основанную на чувстве долга и ответственности, и стараюсь ее выполнять.
50. Иногда я не уступаю людям не потому, что дело действительно важное, а просто из принципа.
51. Верно утверждение, что если детей не бить, то толку из них не получится.
52. Мои родители никогда не наказывали меня физически.
53. Если при покупке автомобиля мне придется выбирать между скоростью и безопасностью, то я выберу безопасность.
54. Меня чаще, чем других, обзывали в школе.
55. Люди справедливо возмущаются, когда узнают, что преступник остался безнаказанным.
56. Когда я попадаю в неприятную ситуацию, то надеюсь только на свои силы.
57. Я уверен, что того, кто совершает злые поступки, в будущем ожидает кара.
58. Я могу дружелюбно относиться к людям, поступки которых я не одобряю.
59. Я готов простить грубость моему партнеру, если у меня есть надежда, что это не повторится.
60. Безопаснее никому не доверять.
61. Бывает, что я провожу вечер в компании малознакомых мне людей.
62. Я регулярно попадаю в неприятные ситуации.
63. Иногда у меня такое настроение, что я готов первым начать драку.
64. Я иногда нарушаю закон или установленные правила.
65. Я не рискнул бы прыгать с парашютом.
66. Большинству людей не нравится поступаться своими интересами ради других.
67. Я легко теряю терпение.
68. Только неожиданные обстоятельства и чувство опасности позволяют мне по-настоящему проявить себя.
69. Меня очень трудно разозлить.
70. Люди часто разочаровывают меня.
71. У меня бывает такое чувство, что трудностей слишком много и нет смысла пытаться их преодолеть.
72. Меня трудно рассердить.
73. Вполне можно обойти закон, если вы этим его по существу не

преступаете.

74. Я пью алкогольные напитки умеренно (или совсем не пью).

75. Я часто встречал людей, завидовавших моим идеям только потому, что они пришли в голову не им первым.

76. Даже если я злюсь, то стараюсь не прибегать к ругательствам.

77. Мне больше нравится работать с руководителем, дающим строгие четкие указания, чем с руководителем, предоставляющим большую свободу.

78. Если кто-то затевает интересное, пусть и опасное дело, я его поддерживаю.

79. Я редко даю сдачу, когда меня бьют.

80. Если по отношению ко мне кто-то поступает несправедливо, то я желаю ему настоящего наказания.

81. Я верю, что за зло можно отплатить добром, и действую в соответствии с этим.

82. Каждый ребенок знает, что добро должно быть с кулаками.

83. Я предпочитаю не общаться со сверстниками, так как они обижают меня.

84. Я никогда не вступаю в уличный конфликт, чтобы заступиться за того, кого обижают.

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

86. Собака, которая не слушается, заслуживает, чтобы ее ударили.

*Ключи для подсчета первичных баллов*

1. Шкала социальной желательности ответов. 5 (да), 11 (нет), 13 (нет), 25 (да), 34 (нет), 39 (нет), 58 (да), 64 (нет), 76 (нет).

2. Шкала склонности к агрессивному виктимному поведению (агрессивный тип потерпевшего). 6 (да), 9 (да), 14 (да), 25 (нет), 26 (нет), 29 (да), 33 (нет), 34 (нет), 37 (нет), 45 (да), 50 (да), 51 (да), 55 (нет), 57 (нет), 58 (нет), 60 (да), 63 (да), 67 (да), 69 (нет), 72 (нет), 73 (да), 74 (нет), 79 (нет), 80 (да), 81 (нет), 82 (да), 86 (да).

3. Шкала склонности к самоповреждающему и саморазрушающему поведению (активный тип потерпевшего). 3 (да), 4 (нет), 5 (нет), 13 (да), 23 (да), 24 (нет), 26 (нет), 27 (да), 28 (нет), 31 (нет), 32 (да), 33 (нет), 35 (да), 40 (да), 53 (нет), 62 (да), 65 (нет), 68 (да), 74 (нет), 76 (да), 78 (да).

4. Шкала склонности к гиперсоциальному поведению (инициативный тип потерпевшего). 11 (нет), 13 (нет), 17 (да), 19 (да), 30 (да), 34 (нет), 39 (нет), 47 (да), 49 (да), 55 (да), 58 (да), 64 (да), 66 (нет), 84 (нет).

5. Шкала склонности к зависимому и беспомощному поведению (пассивный тип потерпевшего). 1 (да), 2 (да), 5 (да), 16 (да), 18 (нет), 20 (да), 21 (да), 22 (нет), 36 (да), 41 (нет), 43 (да), 44 (да), 46 (да), 54 (да), 59 (да), 71 (да), 75 (да), 77 (да), 83 (да).

6. Шкала склонности к некритичному поведению (некритичный тип потерпевшего). 8 (нет), 9 (да), 10 (да), 15 (да), 16 (да), 31 (нет), 32 (да), 33 (нет), 38 (да), 40 (да), 42 (нет), 45 (да), 48 (нет), 56 (да), 61 (да), 65 (нет), 70 (да), 74 (нет), 85 (да).

7. Шкала реализованной виктимности.  
 8 (нет), 19 (да), 25 (нет), 27 (да), 28 (нет), 33 (нет), 38 (да), 43 (да), 44 (да), 46 (да),  
 51 (да), 52 (нет), 54 (да), 59 (да), 62 (да), 74 (нет), 76 (да), 83 (да).

#### Порядок работы

Исследование может проводиться индивидуально либо с группой испытуемых. В последнем случае необходимо, чтобы каждый из них имел не только персональный бланк ответного листа, но и отдельный опросник с инструкцией. Размещаться испытуемые должны так, чтобы не создавать помех друг другу в процессе работы. Психолог кратко излагает цель исследования и правила работы с опросником. Важно при этом достичь положительного, заинтересованного отношения исследуемых к выполнению задания. Их внимание обращается на недопустимость взаимных консультаций по ответам в процессе работы и каких-либо обсуждений между собой. После этих разъяснений психолог предлагает внимательно изучить инструкцию, отвечает на вопросы, если они возникли после ее изучения, и предлагает перейти к самостоятельной работе с опросником.

#### Обработка результатов

Первая процедура касается получения первичных, или "сырых", оценок. Для ее осуществления подсчитывается количество отметок (крестиков), совпавших с "окнами" шаблона. Полученные значения заносятся в столбец первичных оценок протокола занятия. Вторая процедура связана с переводом первичных оценок в стандартные оценки (для исследуемых 15 – 16 лет) с помощью таблицы.

№ п/п	Название шкалы	Показатели в сырых баллах									
		1	2	–	3	4	–	5	6	–	7–9
1.	Социальная желательность ответов	1	2	–	3	4	–	5	6	–	7–9
2.	Агрессивное поведение	1–5	6–7	8	9–10	11–12	13–14	15–16	17	18–19	20–27
3.	Склонность к самоповреждающему и саморазрушающему поведению	1–5	6	7	8	9	10	11	12	13	14–22
4.	Склонность к гиперсоциальному поведению	1–2	3	4	5	6	7	–	8	9	10–14
5.	Склонность к зависимому и беспомощному поведению	1–3	4–5	6	7	8–9	10–11	12	13	14	15–19
6.	Склонность к некритичному поведению	1–4	5	6–7	8	9	10–11	12	13	14–15	16–19
7.	Реализованная виктимность	1–4	5	6–7	8	9	10–11	12	13	14–15	16–18
		Номер стены									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
		Ниже нормы			Норма				Выше нормы		

1,2,3 – ниже нормы

4,5,6,7- норма

8,9,10- выше н.

Следует обратить особое внимание на оценку по шкале 1, имеющую значение для общей характеристики достоверности ответов. Столь же важен результат по шкале 7, отражающей реализованность виктимного поведения. От

результатов по этой шкале будет зависеть уровень присутствия данного вида поведенческих реакций.

Интерпретация полученных результатов, психологическое заключение и рекомендации должны быть даны на основе понимания сути вопросов в каждой шкале, глубинных связей исследуемых факторов между собой и с другими психологическими и психофизиологическими характеристиками и их роли в поведении и деятельности человека.



### Интерпретация результатов

Шкала реализованной виктимности (седьмая шкала).

**Если показатели по данной шкале ниже нормы (1-3 стен),** очевидно, что испытуемый нечасто попадает в критические ситуации либо у него уже успел выработаться защитный способ поведения, позволяющий избегать опасных ситуаций. Однако внутренняя готовность к виктимному способу поведения присутствует. Скорее всего, ощущая внутренний уровень напряжения, испытуемый стремится вообще избегать ситуации конфликта.

**Выше нормы (8-9 стен)** – это означает, что испытуемый достаточно часто попадает в неприятные или даже опасные для его здоровья и жизни ситуации. Причиной этого является внутренняя предрасположенность и готовность личности действовать определенными, ведущими в индивидуальном профиле способами. Чаще всего это – стремление к агрессивному, необдуманному действию спонтанного характера.

**Шкала склонности к агрессивному виктимному поведению.** Модель агрессивного виктимного поведения.

**Выше нормы (8 – 10 стен).** К данной группе относятся испытуемые, склонные попадать в неприятные и опасные для жизни и здоровья ситуации в результате проявленной ими агрессии в форме нападения или иного провоцирующего поведения (оскорбление, клевета, издевательство и т. д.). Для них характерно намеренное создание или провоцирование конфликтной

ситуации. Их поведение может являться реализацией типичной для них антиобщественной направленности личности, в рамках которой агрессивность проявляется по отношению к определенным лицам и в определенных ситуациях (избирательно), но может быть и “размытой”, неперсонифицированной по объекту. Наблюдается склонность к антиобщественному поведению, нарушению социальных норм, правил и этических ценностей, которыми зачастую субъект пренебрегает. Такие люди легко поддаются эмоциям, особенно негативного характера, ярко их выражают, доминантны, нетерпеливы, вспыльчивы. При всех различиях в мотивации поведения характерно наличие насильственной антиобщественной установки личности.

С учетом мотивационной и поведенческой характеристик могут быть представлены такие типы (или подтипы), как корыстный, сексуальный (половая распущенность), связанный с бытовыми конфликтами (скандалист, семейный деспот), алкоголик, негативный мститель, лицо психически больное и т. д.

Ниже нормы (1-3 стенов). Для лиц данного типа характерно снижение мотивации достижения, спонтанности. Возможна высокая обидчивость. Хороший самоконтроль, стремление придерживаться принятых норм и правил. Стабильность в сохранении установок, интересов и целей.

**Шкала склонности к самоповреждающему и саморазрушающему поведению.** Модель активного виктимного поведения.

Выше нормы (8 -10 стенов). Жертвенность, связанная с активным поведением человека, провоцирующим ситуацию виктимности своей просьбой или обращением. По существу, для активных потерпевших характерно поведение двух видов: провоцирующее, если для причинения вреда привлекается другое лицо, и самопричиняющее, которые характеризуется склонностью к риску, необдуманному поведению, зачастую опасному для себя и окружающих. Последствий своих действий могут не осознавать или не придавать им значения, надеясь, что все обойдется. С учетом специфики поведения и отношения к виктимным последствиям в рамках этого типа представлены: сознательный подстрекатель (обращающийся с просьбой о причинении ему вреда), неосторожный подстрекатель (поведение объективно в форме какой-либо просьбы или иным способом провоцирует преступника на причинение вреда, но сам потерпевший этого в должной мере не сознает), сознательный самопричинитель (лицо, умышленно причиняющее себе физический или имущественный вред), неосторожный самопричинитель (вред причинен собственными неосторожными действиями в процессе совершения иного умышленного или неосторожного преступления).

Ниже нормы (1-3 стенов). Повышенная забота о собственной безопасности, стремление оградить себя от ошибок, неприятностей. Может

приводить к пассивности личности по принципу “лучше ничего не делать, чем ошибаться”. Характеризуется повышенной тревожностью, мнительностью, подвержен страхам.

**Шкала склонности к гиперсоциальному виктимному поведению.**  
Модель инициативного виктимного поведения.

Выше нормы (8 -10 стенов). Жертвенное поведение, социально одобряемое и зачастую ожидаемое. Сюда относятся лица, положительное поведение которых обращает на них преступные действия агрессора. Человек, который демонстрирует положительное поведение в ситуациях конфликта либо постоянно, либо в результате должностного положения, ожидания окружающих. Люди данного типа считают недопустимым уклонение от вмешательства в конфликт, даже если это может стоить им здоровья или жизни. Последствия таких поступков осознаются не всегда. Смел, решителен, отзывчив, принципиален, искренен, добр, требователен, готов рисковать, может быть излишне самоуверен. Нетерпим к поведению, нарушающему общественный порядок. Самооценка чаще всего завышенная. Поведение имеет положительные мотивы.

Ниже нормы (1-3 стенов) – характеризуется пассивностью, равнодушием со стороны подростка к тем явлениям, которые происходят вокруг него. Действует по принципу “моя хата с краю”, что может быть последствием как обиды на внешний мир, так и формирования в результате ощущения непонимания, изолированности от мира, отсутствия чувства социальной поддержки и включенности в социум.

**Шкала склонности к зависимому и беспомощному поведению** (модель пассивного виктимного поведения).

Выше нормы (8 – 10 стенов) – лица, не оказывающие сопротивления, противодействия преступнику по различным причинам: в силу возраста, физической слабости, беспомощного состояния (стабильного или временно), трусости, из опасения ответственности за собственные противоправные или аморальные действия и т. д. Могут иметь установку на беспомощность. Нежелание делать что-то самому, без помощи других. Могут иметь низкую самооценку. Постоянно вовлекаются в кризисные ситуации с целью получения сочувствия и поддержки окружающих. Имеет ролевую позицию жертвы. Робок, скромно, сильно внушаем, конформен. Возможен также вариант усвоенной беспомощности в результате неоднократного попадания в ситуации насилия. Склонен к зависимому поведению, уступчив, оправдывает чужую агрессию, склонен всех прощать.

Ниже нормы (1-3 стенов)– склонность к независимости, обособленности. Всегда стремится выделиться из группы сверстников, имеет на все свою точку зрения, может быть непримирим к мнению других, авторитарен, конфликтен. Повышенный скептицизм. Возможна внутренняя ранимость, приводящая к повышенному желанию обособиться от окружающих.

**Шкала склонности к некритичному поведению.** Модель некритичного виктимного поведения.

Выше нормы (8 -10 стенов). К данной группе относятся лица, демонстрирующие неосмотрительность, неумение правильно оценивать жизненные ситуации. Некритичность может проявиться как на базе личностных негативных черт (алчность, корыстолюбие и др.), так и положительных (щедрость, доброта, отзывчивость, смелость и др.), а кроме того, в силу невысокого интеллектуального уровня. Эти лица демонстрируют неосторожность, неосмотрительность, неумение правильно оценивать жизненные ситуации в результате каких-либо личностных или ситуативных факторов: эмоциональное состояние, возраст, уровень интеллекта, заболевание.

Личность некритичного типа обнаруживает склонность к спиритному, неразборчивость в знакомствах, доверчивость, легкомысленность. Имеет непрочные нравственные устои, что усиливается отсутствием личного опыта или не учетом его. Склонны к идеализации людей, оправданию негативного поведения других, не замечают опасности.

Ниже нормы (1-3 стенов)– вдумчивость, осторожность, стремление предугадывать возможные последствия своих поступков, которые иногда приводят к пассивности подростка, страхам. Самореализация подростка в этом случае значительно затруднена, может появляться социальная пассивность, приводящая к неудовлетворенности своими достижениями, чувству досады, зависти.

*Таким образом,* нами предпринята попытка конструирования психодиагностической методики, охватывающей комплекс взаимосвязанных проявлений виктимного поведения подростков, направленных непосредственно на анализ психологической реальности, скрывающейся за виктимными поведенческими проявлениями, в частности такого аспекта, как личностные и социальные установки подростков в сфере самоповреждающегося и саморазрушающегося поведения. Выявлялась валидность как методики в целом, так и отдельных шкал опросника путем сравнения результатов исследования с данными, полученными на тех же выборках с помощью таких психодиагностических инструментов, как тест Люшера, сокращенный вариант Кеттела, теста символических знаний. По отношению к внешнему поведенческому критерию методика в целом является валидной, удовлетворительно определяет испытуемых с различной степенью выраженности поведенческих проявлений виктимного поведения.

## **11. Методика диагностики и выявления детей «группы риска»**

**М.И.Рожкова, М.А.Ковальчука**

### **Инструкция**

«Вам предлагается ряд вопросов, касающихся различных сторон Вашей жизни и особенностей Вашего поведения! Если Вы честно и обдуманно ответите на каждый вопрос, у Вас будет возможность лучше узнать самого себя. Здесь нет правильных и неправильных ответов. Отвечайте на каждый вопрос следующим

образом: если согласны, отвечайте «да», если не согласны – «нет». Работайте как можно быстрее, долго не раздумывайте»

1. Считаешь ли ты, то людям можно доверять?
2. Думаешь ли ты, что единственный способ достичь чего-то в жизни – это заботиться прежде всего о себе?
3. Легко ли ты заводишь друзей?
4. Трудно ли тебе говорить людям «нет»?
5. Часто ли кто-нибудь из родителей несправедливо критикует тебя?
6. Бывает ли так, что твои родители возражают против друзей, с которыми ты встречаешься?
7. Часто ли ты нервничаешь?
8. Бывают ли у тебя беспричинные колебания настроения?
9. Являешься ли ты обычно центром внимания в компании сверстников?
10. Можешь ли ты быть приветливым даже с теми, кого явно не любишь?
11. Ты не любишь, когда тебя критикуют?
12. Можешь ли ты быть откровенным с близкими друзьями?
13. Раздражаешься ли ты иногда настолько, что начинаешь кидаться предметами?
14. Способен ли ты на грубые шутки?
15. Часто ли у тебя возникает чувство, что тебя не понимают?
16. Бывает ли у тебя чувство, что за твоей спиной люди говорят о тебе плохо?
17. Много ли у тебя близких друзей?
18. Стесняешься ли ты обращаться к людям за помощью?
19. Нравится ли тебе нарушать установленные правила?
20. Бывает ли у тебя иногда желание причинять вред другим людям?
21. Раздражают ли тебя родители?
22. Всегда ли дома ты обеспечен всем жизненно необходимым?
23. Ты всегда уверен в себе?
24. Ты обычно вздрагиваешь при необычном звуке?
25. Кажется ли тебе, что твои родители тебя не понимают?
26. Свои неудачи ты переживаешь сам?
27. Бывает ли, что когда ты остаешься один, твоё настроение улучшается?
28. Кажется ли тебе, что у твоих друзей более счастливая семья, чем у тебя?
29. Чувствуешь ли ты себя несчастным из-за недостатка денег в семье?
30. Бывает, что ты злишься на всех?
31. Часто ли ты чувствуешь себя беззащитным?
32. Легко ли ты осваиваешься в новом коллективе?
33. Трудно ли тебе отвечать в школе перед всем классом?
34. Есть ли у тебя знакомые, которых ты вообще не можешь переносить?
35. Можешь ли ты ударить человека?
36. Ты иногда угрожаешь людям?
37. Часто ли родители наказывали тебя?
38. Появлялось ли у тебя когда-нибудь сильное желание убежать из дома?
39. Думаешь ли ты, что твои родители часто обходятся с тобой как с ребенком?
40. Часто ли ты чувствуешь себя несчастным?
41. Легко ли ты можешь рассердиться?

42. Рискнул бы ты схватить за уздечку бегущую лошадь?
43. Считаешь ли ты, что есть много глупых моральных норм поведения?
44. Страдаешь ли ты от робости и застенчивости?
45. Испытывал ли ты чувство, что тебя недостаточно любят в семье?
46. Твои родители живут отдельно от тебя?
47. Часто ли ты теряешь уверенность в себе из-за внешнего вида?
48. Часто ли у тебя бывает веселое и беззаботное настроение?
49. Ты подвижный человек?
50. Любят ли тебя твои знакомые, друзья?
51. Бывает ли, что твои родители тебя не понимают и кажутся тебе чужими?
52. При неудачах бывает ли у тебя желание убежать куда-нибудь подальше и не возвращаться?
53. Бывало ли, что кто-то из родителей вызывал у тебя чувство страха?
54. Критикуют ли родители твой внешний вид?
55. Завидуешь ли ты иногда счастью других?
56. Часто ли ты чувствуешь себя одиноким, даже находясь среди людей?
57. Есть ли люди, которых ты ненавидишь по-настоящему?
58. Часто ли ты дерешься?
59. Легко ли ты просишь помощи у другого человека?
60. Легко ли тебе усидеть на месте?
61. Ты охотно отвечаешь у доски в школе?
62. Бывает ли, что ты так расстроен, что долго не можешь уснуть?
63. Часто ли ты обнаруживал, что твой приятель тебя обманул?
64. Часто ли ты ругаешься?
65. Мог бы ты без тренировки управлять парусной лодкой?
66. Часто ли в вашей семье бывают ссоры?
67. Является ли один из твоих родителей очень нервным?
68. Часто ли ты чувствуешь ты себя ничтожным?
69. Беспokoит ли тебя ощущение, что люди могут угадать твои мысли?
70. Ты всегда делаешь все по-своему?
71. Бывают ли твои родители чересчур строги к тебе?
72. Стесняешься ли ты в обществе малознакомых людей?
73. Часто ли тебе кажется, что ты чем-то хуже других?
74. Легко ли тебе удастся поднять настроение друзей?

### Ключ

Показатель	№ вопроса
1. Отношения в семье	5+, 6+, 21+, 22-, 25+, 28+, 29+, 37+, 38+, 39+, 45+, 46+, 53+, 54+, 66+, 67+, 71+
2. Агрессивность	13+, 14+, 19+, 20+, 35+, 36+, 42+, 57+, 58+, 64+, 65+

3.Недоверие к людям	1-, 2+, 3-, 4+, 15+, 16+, 17-, 18+, 34+, 43+, 44+, 59-, 63+, 72+
4.Акцентуации:	
• · гипертимная	48+, 49+,60-, 74+
• · истероидная	9+, 10+, 50+, 61+
• · шизоидная	26+, 27+, 51+, 70+
• · эмоционально-лабильная	11+, 12+, 52+, 62+
5.Неуверенность в себе	7+, 8+, 23-, 24+, 30+, 31+, 32+, 33+, 40+, 41+, 47+, 55+, 56+, 68+, 69+, 73+

### Оценка результатов

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

### Обработка и интерпретация результатов

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

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

#### 1.Отношения в семье

Высокие баллы по данной шкале опросника свидетельствуют о нарушении внутрисемейных отношений, которое может быть обусловлено:

- Напряженной ситуацией в семье;

- Неприязнью;
- Ограничениям и требованиями дисциплины без чувства родительской любви;

- Страхом перед родителями и т.д.;

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

## **2. Агрессивность**

Высокие баллы по этой шкале свидетельствуют о повышенной враждебности, задиристости, грубости. Агрессия может выражаться и в скрытых формах – недоброжелательности и озлобленности. Повышенная агрессивность часто сопровождается повышенной склонностью к риску и является неотъемлемой чертой характера детей и подростков группы риска.

## **3. Недоверие к людям**

Высокие баллы по этой шкале говорят о сильно выраженном недоверии к окружающим людям, подозрительности, враждебности. Такие дети и подростки часто бывают пассивными и застенчивыми в общении со сверстниками из-за боязни быть отвергнутыми. Обычно это сопровождается коммуникативной некомпетентностью, неумением устанавливать дружеские взаимоотношения с другими людьми.

## **4. Неуверенность в себе**

Высокие баллы по этой шкале свидетельствуют о высокой тревожности, неуверенности личности в себе, возможно, о наличии комплекса неполноценности, низкой самооценки. Эти качества личности также являются благодатной почвой для различных расстройств в поведении, дети и подростки, имеющие высокие оценки по этой шкале, могут быть отнесены к группе риска.

## **5. Акцентуации характера**

К группе риска относят следующие типы акцентуации характера.

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

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

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

- **Эмоционально-лабильный тип.** Характеризуется крайней непредсказуемой изменчивостью настроения. Сон, аппетит, работоспособность и

общительность зависят от настроения. Высокочувствителен к отношениям людей.

## 12. Методика диагностики уровня субъективного ощущения одиночества Д.Рассела, М.Фергюсона

**Одиночество** — состояние одинокого человека — человека, отделенного от других, себе подобных, без близких.

Назначение. Методика предназначена для определения степени одиночества.

Инструкция. Вам предлагается ряд утверждений. Рассмотрите последовательно каждое и оцените с точки зрения частоты их проявления применительно к вашей жизни при помощи четырех вариантов ответов: «часто», «иногда», «редко», «никогда».

### ТЕКСТ ОПРОСНИКА

Утверждения

1. Я несчастлив, занимаясь столькими вещами в одиночку
2. Мне не с кем поговорить
3. Для меня невыносимо быть таким одиноким
4. Мне не хватает общения
5. Я чувствую, будто никто действительно не понимает себя
6. Я застаю себя в ожидании, что люди позвонят или напишут мне
7. Нет никого, к кому я мог бы обратиться
8. Я сейчас больше ни с кем не близок
9. Те, кто меня окружает, не разделяют мои интересы и идеи
10. Я чувствую себя покинутым
11. Я не способен раскрепощаться и общаться с теми, кто меня окружает
12. Я чувствую себя совершенно одиноким
13. Мои социальные отношения и связи поверхностны
14. Я умираю по компании
15. В действительности никто как следует не знает меня
16. Я чувствую себя изолированным от других
17. Я несчастен, будучи таким отверженным
18. Мне трудно заводить друзей
19. Я чувствую себя исключенным и изолированным другими
20. Люди вокруг меня, но не со мной

### ОБРАБОТКА РЕЗУЛЬТАТОВ И ИНТЕРПРЕТАЦИЯ

Подсчитывается количество каждого из вариантов ответов.

Сумма ответов «часто» умножается на три, «иногда» — на два, «редко» — на один и «никогда» — на 0.

Полученные результаты складываются. Максимально возможный показатель одиночества — 60 баллов.

Высокую степень одиночества показывают от 40 до 60 баллов,

от 20 до 40 баллов — средний уровень одиночества,  
от 0 до 20 баллов — низкий уровень одиночества.

### **13. Методика обследования на интернет зависимости Кимберли Янга**

Тест Кимберли-Янг на интернет-зависимость (в оригинале «Internet Addiction Test» - тест на интернет-аддикцию) - тестовая методика, разработанная и апробированная в 1994 году д-ром Кимберли Янг (Kimberley S. Young), профессором психологии Питсбургского университета в Брэтфорде. Тест представляет собой инструмент самодиагностики патологического пристрастия к интернету (вне зависимости от формы этого пристрастия), хотя сама диагностическая категория интернет-аддикции до сих пор окончательно не определена.

Подобно любой другой нехимической зависимости, интернет-аддикция представляет собой феномен поведенческого пристрастия и эмоциональной зависимости от определённой формы поведения. С этой точки зрения, зависимость характеризуется тремя главными симптомами:

- Нарастание дозы (время, проведённое в интернете, увеличивается)
- Изменение формы поведения (интернет-активность начинает подменять собой формы реальной жизни)
- Синдром отмены (ухудшение эмоционального самочувствия вне интернет-активности)

Не все исследователи разделяют мнение о том, что интернет может обладать аддиктивным потенциалом. По мнению Кимберли-Янг, аддиктивность интернета определяется тремя главными факторами:

1. Доступность информации, интерактивных зон и порнографических изображений.
2. Персональный контроль и анонимность передаваемой информации.
3. Внутренние чувства, которые на подсознательном уровне устанавливают большой уровень доверия к общению в он-лайн.

Между тем, до сих пор нет согласованного мнения о том, что представляет собой интернет-зависимость, как нет и каких-либо выработанных диагностических критериев (ни в МКБ-10, ни в DSM-IV).

В итоге, разрабатывая тест на интернет-аддикцию, Кимберли-Янг опиралась в основном на уже имеющиеся представления и тестовые методики диагностики алкоголизма и патологической склонности к азартным играм (гэмблинга).

#### **Внутренняя структура**

Первоначально тест состоял из 8 вопросов на которые нужно было отвечать по принципу Да/Нет. В случае пяти и более положительных ответов респондент считался интернет-зависимым. В настоящее время полная версия опросника состоит из 40 пунктов. На каждый вопрос испытуемый должен дать ответ в соответствии с 5-балльной Шкалой Ликкерта. Баллы по всем вопросам

суммируются, определяя итоговое значение. Адаптация опросника для русского языка была произведена В. Лоскутовой

#### Процедура проведения

Тест предназначен для самостоятельного заполнения испытуемым, в т.ч. в форме многочисленных онлайн-версий. Как вариант, вопросы теста могут подвергаться профессиональной оценке специалистом вовремя полуструктурированного интервью, т.к. вопросы теста абсолютно прозрачны, и ответы могут быть установочными.

#### Интерпретация

- 20–49 баллов — обычный пользователь Интернета
- 50–79 баллов — есть некоторые проблемы, связанные с чрезмерным увлечением Интернетом
- 80–100 баллов — Интернет-зависимость.

#### Клиническая значимость

Тест не может служить основанием для постановки диагноза, т.к. имеет слишком простую и прозрачную структуру. Кроме того, он не был валидизирован на популяции интернет-зависимых, т.к. в настоящее время такого диагноза всё ещё не существует. Между тем, тест может служить скрининговым инструментом для отбора тех лиц, которым нужна консультация специалиста, а тестирование в динамике можно использовать для оценки улучшения состояния больного в процессе лечения.

#### Варианты ответов:

- 1 - Ингода
- 2 - Редко
- 3 - Регулярно
- 4 - Часто
- 5 - Постоянно

#### Текст опросника

1. Замечаете, что проводите в онлайн больше времени, чем намеревались?
2. Пренебрегаете домашними делами, чтобы подольше побродить в сети?
3. Предпочитаете пребывание в сети интимному общению с партнером?
4. Заводите знакомства с пользователями интернета, находясь в онлайн?
5. Раздражаетесь из-за того, что окружающие интересуются количеством времени, проводимым вами в сети?
6. Отмечаете, что перестали делать успехи в учебе или работе, так как слишком много времени проводите в сети?
7. Проверяете электронную почту раньше, чем сделаете что-то другое, более необходимое?

8. Отмечаете, что снижается производительность труда из-за увлечения интернетом?

9. Занимаете оборонительную позицию и скрываете, когда вас спрашивают, чем вы занимаетесь в сети?

10. Блокируете беспокоящие мысли о вашей реальной жизни мыслями об интернете?

11. Обнаруживаете себя предвкушающим очередной выход в Сеть?

12. Ощущаете, что жизнь без интернета скучна, пуста и безрадостна?

13. Ругаетесь, кричите или иным образом выражаете свою досаду, когда кто-то пытается отвлечь вас от пребывания в сети?

14. Пренебрегаете сном, засиживаясь в интернете допоздна?

15. Предвкушаете, чем займетесь в интернете, находясь в офлайне?

16. Говорите себе: "Еще минутку", сидя в сети?

17. Терпите поражение в попытках сократить время, проводимое в онлайне

18. Пытаетесь скрыть количество времени, проводимое вами в сети?

19. Вместо того, чтобы выбраться куда-либо с друзьями, выбираете интернет?

20. Испытываете депрессию, подавленность или нервозность, будучи вне сети и отмечаете, что это состояние проходит, как только вы оказываетесь в онлайне?

21. Чувствуете ли Вы эйфорию, оживление, возбуждение, находясь за компьютером?

22. Требуется ли Вам проводить всё больше времени за компьютером, чтобы получить те же ощущения?

23. Чувствуете ли вы пустоту, депрессию, раздражение, находясь не за компьютером?

24. Случалось ли Вам пренебрегать важными делами, в то время как Вы были заняты за компьютером, но не работой?

25. Проводите ли Вы в сети больше 3-х часов в день?

26. Если Вы в основном используете компьютер для работы, общаетесь ли в рабочее время в чатах или заходите на сайты, не связанные с работой, более 2-х раз в день?

27. Качаете ли Вы файлы с сайтов с порнографическим содержанием?

28. Считаете ли Вы, что с человеком легче общаться «онлайн», нежели лично?

29. Говорили ли Вам друзья или члены семьи, что Вы слишком много времени проводите «онлайн»?

30. Мешает ли Вашей деловой активности количество времени, проводимое в сети?

31. Бывало ли такое, что Ваши попытки ограничить время, проводимое в сети, оказывались безуспешными?

32. Бывает ли так, что Ваши пальцы устают от работы на клавиатуре или от щёлканья кнопкой мыши?

33. Случалось ли Вам лгать на вопрос о количестве времени, проводимом в сети?

34. Был ли у Вас хоть раз «синдром карпального канала» (онемение и боли в кисти руки)?

35. Бывают ли у Вас боли в спине чаще 1-го раза в неделю?

36. Бывает ли у Вас ощущение сухости в глазах?

37. Увеличивается ли время, проводимое Вами в сети?

38. Случалось ли Вам пренебречь приёмом пищи или есть прямо за компьютером, чтобы остаться в сети?

39. Случалось ли Вам пренебречь личной гигиеной, например, бритьём, причёсыванием и т.п., чтобы провести это время за компьютером?

40. Появились ли у Вас нарушения сна и/или изменился ли режим сна с тех пор, как Вы стали использовать компьютер ежедневно?

### Тест К. Янг

	Никогда	Редко	Регулярно	Часто	Постоянно		Никогда	Редко	Регулярно	Часто	Постоянно		Никогда	Редко	Регулярно	Часто	Постоянно
1						15						29					
2						16						30					
3						17						31					
4						18						32					
5						19						33					
6						20						34					
7						21						35					
8						22						36					
9						23						37					
10						24						38					
11						25						39					
12						26						40					
13						27											
14						28											

## 14.Определение типа будущей профессии Е.А.Климова

**Инструкция:** Прочитай данные утверждения. Если ты согласен с ними, то перед цифрой в таблице поставь «+», если нет, поставь перед цифрой «-». Если ты сомневаешься, зачеркни *цифру*.

Утверждения для самооценки	1.природа	2.техника	3. знак	4.искусство	5. человек
1. Легко знакомлюсь с людьми					<i>1</i>
2. Охотно и подолгу могу что-нибудь мастерить		<i>1</i>			
3. Люблю ходить в музеи, театры, на выставки				<i>1</i>	
4. <i>Охотно и</i> постоянно ухаживаю за растениями, животными	<i>1</i>				
5. Охотно и подолгу могу что-нибудь вычислять, чертить			<i>1</i>		
6. С удовольствием общаюсь со сверстниками или малышами					<i>1</i>
7. С удовольствием ухаживаю за растениями и <i>животными</i>	<i>1</i>				
8. <i>Обычно</i> делаю мало ошибок в письменных работах			<i>1</i>		
9. мои изделия <i>обычно</i> вызывают интерес у товарищей, старших		<i>2</i>			
10. Люди считают, что у меня есть художественные способности				<i>2</i>	

11. <i>Охотно</i> читаю о растениях, животных	1				
12. Принимаю участие в спектаклях, концертах				1	
13. <i>Охотно</i> читаю об устройстве механизмов, приборов, машин		1			
14. Подолгу могу разгадывать головоломки, задачи, ребусы			2		
15. Легко улаживаю разногласия между людьми					2
16. Считают, что у меня есть способности к работе с техникой		2			
17. Людям нравится мое художественное творчество				2	
18. У меня есть способности к работе с растениями и животными	2				
19. Я могу ясно излагать свои мысли в письменной форме			2		
20. я почти никогда ни с кем не ссорюсь					1
21. Результаты моего технического творчества одобряют незнакомые люди		1			
22. Без особого труда усваиваю иностранные языки			1		
23. Мне часто случается помогать даже незнакомым людям					2
24. Подолгу могу заниматься музыкой, рисованием, читать книги и т.д.				1	

25. Могу влиять на ход развития растений и животных	2				
26. Люблю разбираться в устройстве механизмов, приборов		1			
27. Мне обычно удается склонить людей на свою точку зрения					1
28. Охотно наблюдаю за растениями или животными	1				
29. Охотно читаю научно-популярную, критическую литературу, публицистику			1		
30. Стараюсь понять секреты мастерства и пробую свои силы в живописи, музыке и т.п.				1	
Результаты					

По каждому столбцу подсчитай алгебраическую, то есть с учетом знаков, сумму, зачеркнутые цифры не считай. Запиши их в строку «Результаты». **Наибольшая полученная сумма или суммы** (по нескольким столбцам) указывают на наиболее подходящий для тебя тип профессии. **Малые или отрицательные суммы** указывают на типы профессий, которых тебе следует избегать при выборе. Максимальное число баллов в каждом столбце — 8.

В соответствии с данной классификацией мир современных профессий можно разделить на 5 основных типов:

- 1 — «Человек-природа»;
- 2 — «Человек-техника»;
- 3 — «Человек-знаковая система»;
- 4 — «Человек-художественный образ»;
- 5 — «Человек-человек».





