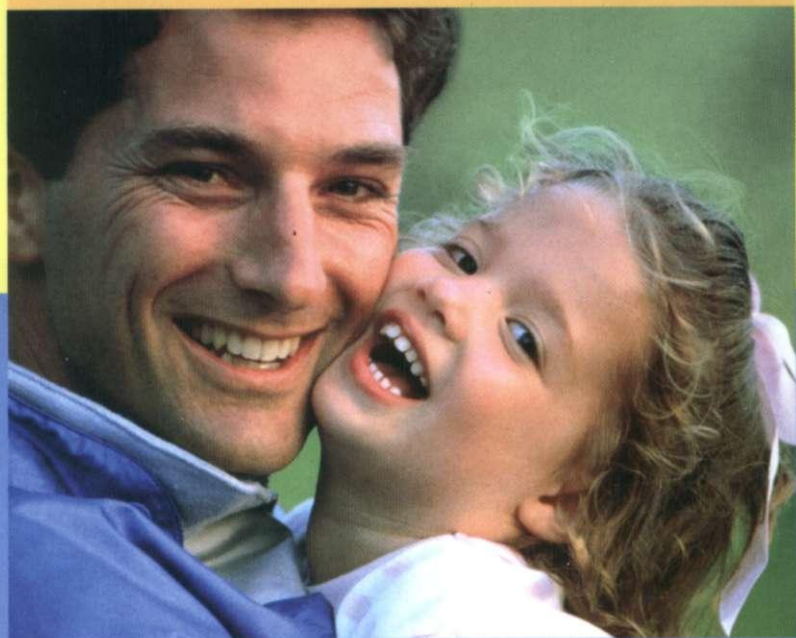


ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ  
ФАКУЛЬТЕТ

**ПРАКТИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ**

**ПСИХОДИАГНОСТИКА**



**ОТНОШЕНИЙ МЕЖДУ**

**РОДИТЕЛЯМИ**

**И ДЕТЬМИ**

УДК 159.9

ББК 88.4

КТК 0160

Ш 23

**Шапарь В.Б.**

**Ш 23 Практическая психология. Психодиагностика отношений между родителями и детьми. / В.Б. Шапарь. — Ростов н/Д: Феникс, 2006. — 432 с. (Психологический факультет).**

Эта книга предназначена для практикующих психологов, работающих с семьями в самых различных учреждениях: государственных и частных клиниках, школах, больницах и общественных центрах. Но книга представит несомненный интерес и для широкого круга читателей, так как в ней даны диагностические методики, позволяющие выявить проблемы взаимоотношений родителей с детьми, определиться с системой воспитания, сложившейся в семье, разобраться с теми трудностями, которые возникают практически в каждой семье, где есть дети.

Особый интерес книга представляет и для студентов, обучающихся на факультетах психологии, так как найти материал по психодиагностике родительских отношений в системе «родители — ребенок» достаточно проблематично.

ISBN 5-222-09379-4



УДК 159.9

ББК 88.4

ISBN 5-222-09379-4

© Шапарь В.Б., 2006

© Оформление: изд-во «Феникс», 2006

## ВВЕДЕНИЕ

---

**В** самом узком значении термин «семья» определяет единицу родства. В своей минимальной форме семья состоит из матери, отца и потомства. В более широком смысле термин «семья» подразумевает расширенное сообщество, которое может включать дедушку и бабушку, двоюродных братьев и сестер, приемных детей и так далее, которые все вместе действуют как отдельная социальная единица. В психологии семью принято рассматривать как малую социальную группу, основанную на браке, кровном родстве и связанную общностью быта, отношениями взаимопомощи и взаимной ответственности. У социологов и антропологов, например, имеется множество других специальных классификаций для различных видов семей, согласно тому, как они представляются в различных культурах и обществах.

Однако и психологи, и все другие специалисты, в той или иной степени связанные с проблемами семейных отношений, никогда не отрицали тот факт, что самое сложное в семье — это сложившаяся система родительских отношений. Психологи постоянно сталкиваются в своей практике с жалобами родителей на трудности во взаимоотношениях со своими детьми. Родители даже в разговорах с друзьями, знакомыми поднимают эту проблему. Дети самых различных возрастов общаясь друг с другом, также жалуются на своих родителей, ограничивающих их свободное время, заставляющих что-то делать, или, наоборот, не интересующихся проблемами и делами своего ребенка. В последнее время участились случаи разочарования детей в своих родителях

из-за того, что они не смогли добиться большего в жизни, не могут дать детям то, что могут дать другие родители своим детям.

Чаще всего родители жалуются на неуважительное, грубое отношение к ним со стороны детей, ссоры и конфликты из-за каких-то мелочей; отсутствие контакта с детьми, из-за непонимания того, как они живут, чем интересуются, невозможности поговорить по душам; проблемы, связанные с девиантным (отклоняющимся) поведением детей (хулиганство, наркотики, воровство); тревогу за детей, вызванную тем, что дети живут не так, как хотелось бы родителям.

За страхами и переживаниями родителей, жалобами на детей чаще всего кроются чрезмерная опекающая позиция родителей и стремление давать советы и рекомендации без понимания истинных потребностей ребенка. Родители не понимают, что в основе их жалоб лежит стремление ребенка быть независимым, избежать ненужной опеки. Фразы «Я хочу только добра» или «Я лучше знаю, что надо делать» заставляют ребенка поступать прямо противоположно пожеланиям матери или отца. Неумение родителей строить отношения с ребенком с позиций сотрудничества и дружбы приводит к доминированию над ним, а стремление ребенка к самостоятельности провоцирует конфликтные ситуации.

Диагностические методики, предложенные в данной книге, позволят понять не только отношение родителей к своим детям, разобраться в проблемах этих взаимоотношений, но и понять, что лежит в основе неконструктивных отношений со стороны детей к родителям.



# **Глава 1**

## **ВЫЯВЛЕНИЕ РОДИТЕЛЬСКОГО ОТНОШЕНИЯ К ДЕТЯМ**

---

### **1.1. МЕТОДИКА ДИАГНОСТИКИ РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЙ (ОРО) А.Я. ВАРГА И В.В. СТОЛИНА**

**Р**одительское отношение понимается как система разнообразных чувств по отношению к ребенку, поведенческих стереотипов, практикуемых в общении с ним, особенностей восприятия и понимания характера и личности ребенка, его поступков.

#### **НАЗНАЧЕНИЕ**

Тест-опросник родительского отношения представляет собой психодиагностический инструмент, ориентированный на выявление родительского отношения у лиц, обращающихся за психологической помощью по вопросам воспитания детей и общения с ними.

#### *Инструкция.*

Вашему вниманию предлагаются утверждения, с которыми вы согласны или не согласны. Если вы согласны с утверждением, то напротив него напишите «верно», если же не согласны, то напишите «не верно».

#### **Текст опросника**

1. Я всегда сочувствую своему ребенку.
2. Я считаю своим долгом знать все, что думает мой ребенок.
3. Я уважаю своего ребенка.

4. Мне кажется, что поведение моего ребенка значительно отклоняется от нормы.
5. Нужно подольше держать ребенка в стороне от реальных жизненных проблем, если они его травмируют.
6. Я испытываю к ребенку чувство расположения.
7. Хорошие родители ограждают ребенка от трудностей жизни.
8. Мой ребенок часто неприятен мне.
9. Я всегда стараюсь помочь своему ребенку.
10. Бывают случаи, когда издевательское отношение к ребенку приносит ему большую пользу.
11. Я испытываю досаду по отношению к своему ребенку.
12. Мой ребенок ничего не добьется в жизни.
13. Мне кажется, что дети потешаются над моим ребенком.
14. Мой ребенок часто совершает такие поступки, которые, кроме презрения, ничего не вызывают.
15. Для своего возраста мой ребенок немножко незрелый.
16. Мой ребенок ведет себя плохо специально, чтобы досадить мне.
17. Мой ребенок впитывает в себя все дурное как губка.
18. Моего ребенка трудно научить хорошим манерам при всем старании.
19. Ребенка следует держать в жестких рамках, тогда из него вырастет порядочный человек.
20. Я люблю, когда друзья моего ребенка приходят к нам в дом.
21. Я принимаю участие в своем ребенке.
22. К моему ребенку «липнет» все дурное.
23. Мой ребенок не добьется успеха в жизни.
24. Когда в компании знакомых говорят о детях, мне немного стыдно, что мой ребенок не такой умный и способный, как мне бы хотелось.
25. Я жалею своего ребенка.
26. Когда я сравниваю своего ребенка со сверстниками, они кажутся мне взрослее и по поведению, и по суждениям.
27. Я с удовольствием провожу с ребенком все свое свободное время.

28. Я часто жалею о том, что мой ребенок растет и взрослеет, и с нежностью вспоминаю его маленьким.
29. Я часто ловлю себя на враждебном отношении к ребенку.
30. Я мечтаю о том, чтобы мой ребенок достиг всего того, что мне не удалось в жизни.
31. Родители должны приспосабливаться к ребенку, а не только требовать этого от него.
32. Я стараюсь выполнять все просьбы моего ребенка.
33. При принятии семейных решений следует учитывать мнение ребенка.
34. Я очень интересуюсь жизнью своего ребенка.
35. В конфликте с ребенком я часто могу признать, что он по-своему прав.
36. Дети рано узнают, что родители могут ошибаться.
37. Я всегда считаюсь с ребенком.
38. Я испытываю к ребенку дружеские чувства.
39. Основная причина капризов моего ребенка — эгоизм, упрямство и лень.
40. Невозможно нормально отдохнуть, если проводить отпуск с ребенком.
41. Самое главное, чтобы у ребенка было спокойное и беззаботное детство.
42. Иногда мне кажется, что мой ребенок не способен ни на что хорошее.
43. Я разделяю увлечения своего ребенка.
44. Мой ребенок может вывести из себя кого угодно.
45. Я понимаю огорчения своего ребенка.
46. Мой ребенок часто раздражает меня.
47. Воспитание ребенка — сплошная нервотрепка.
48. Строгая дисциплина в детстве развивает сильный характер.
49. Я не доверяю своему ребенку.
50. За строгое воспитание дети благодарят потом.
51. Иногда мне кажется, что ненавижу своего ребенка.
52. В моем ребенке больше недостатков, чем достоинств.
53. Я разделяю интересы своего ребенка.
54. Мой ребенок не в состоянии что-либо сделать самостоятельно, а если и сделает, то обязательно не так.

55. Мой ребенок вырастет не приспособленным к жизни.
56. Мой ребенок нравится мне таким, какой он есть.
57. Я тщательно слежу за состоянием здоровья моего ребенка.
58. Нередко я восхищаюсь своим ребенком.
59. Ребенок не должен иметь секретов от родителей.
60. Я невысокого мнения о способностях моего ребенка и не скрываю этого от него.
61. Очень желательно, чтобы ребенок дружил с теми детьми, которые нравятся его родителям.

### Структура опросника

Опросник состоит из 5 шкал.

**1. «Принятие-отвержение».** Шкала отражает интегральное эмоциональное отношение к ребенку. Содержащие одного полюса шкалы: родителю нравится ребенок таким, какой он есть. Родитель уважает индивидуальность ребенка, симпатизирует ему. Родитель стремится проводить много времени вместе с ребенком, одобряет его интересы и планы. На другом полюсе шкалы: родитель воспринимает своего ребенка плохим, неприспособленным, неудачливым. Ему кажется, что ребенок не добьется успеха в жизни из-за низких способностей, небольшого ума, дурных наклонностей. По большей части родитель испытывает к ребенку злость, досаду, раздражение, обиду. Он не доверяет ребенку и не уважает его.

**2. «Кооперация»** — социально желательный образ родительского отношения. Содержательно эта шкала раскрывается так: родитель заинтересован в делах и планах ребенка, старается во всем помочь ребенку, сочувствует ему. Родитель высоко оценивает интеллектуальные и творческие способности ребенка, испытывает чувство гордости за него. Он поощряет инициативу и самостоятельность ребенка, старается быть с ним на равных. Родитель доверяет ребенку, старается встать на его точку зрения в спорных вопросах.

**3. «Симбиоз»** — шкала отражает межличностную дистанцию в общении с ребенком. При высоких баллах по этой шкале можно считать, что родитель стремится к симбиотиче-

ским отношениям с ребенком. Содержательно эта тенденция описывается так: родитель ощущает себя с ребенком единым целым, стремится удовлетворить все потребности ребенка, оградить его от трудностей и неприятностей жизни. Родитель постоянно ощущает тревогу за ребенка, ребенок ему кажется маленьким и беззащитным. Тревога родителя повышается, когда ребенок начинает автономизироваться в силу обстоятельств, так как по своей воле родитель не предоставляет ребенку самостоятельности никогда.

**4. «Авторитарная гиперсоциализация»** — отражает форму и направление контроля за поведением ребенка. При высоком балле по этой шкале в родительском отношении данного родителя отчетливо просматривается авторитаризм. Родитель требует от ребенка безоговорочного послушания и дисциплины. Он старается навязать ребенку во всем свою волю, не в состоянии встать на его точку зрения. За проявления своеволия ребенка сурово наказывают. Родитель пристально следит за социальными достижениями ребенка, его индивидуальными особенностями, привычками, мыслями, чувствами.

**5. «Маленький неудачник»** — отражает особенности восприятия и понимания ребенка родителем. При высоких значениях по этой шкале в родительском отношении данного родителя имеются стремления инфантилизировать ребенка, приписать ему личную и социальную несостоятельность. Родитель видит ребенка младшим по сравнению с реальным возрастом. Интересы, увлечения, мысли и чувства ребенка кажутся родителю детскими, несерьезными. Ребенок представляется неприспособленным, не успешным, открытым для дурных влияний. Родитель не доверяет своему ребенку, досадует на его неуспешность и неумелость. В связи с этим родитель старается оградить ребенка от трудностей жизни и строго контролировать его действия.

### Ключи к опроснику

1. Принятие-отвержение: 3, 4, 8, 10, 12, 14, 15, 16, 18, 20, 24, 26, 27, 29, 37, 38, 39, 40, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 49, 52, 53, 55, 56, 60.

2. Кооперация: 6, 9, 21, 25, 31, 34, 35, 36.
3. Симбиоз: 1, 5, 7, 28, 32, 41, 58.
4. Авторитарная гиперсоциализация: 2, 19, 30, 48, 50, 57, 59.
5. «Маленький неудачник»: 9, 11, 13, 17, 22, 28, 54, 61.

### Порядок подсчета тестовых баллов

При подсчете тестовых баллов по всем шкалам учитывается ответ «верно». Высокий тестовый балл по соответствующим шкалам интерпретируется как:

- отвержение,
- социальная желательность,
- симбиоз,
- гиперсоциализация,
- инфантилизация (инвалидизация).

Тестовые нормы проводятся в виде таблиц процентильных рангов тестовых баллов по соответствующим шкалам = 160.

#### 1. Шкала «принятие — отвержение»

«сырой балл»	0	1	2	3	4	5	6	7	8
Процентильный ранг	0	0	0	0	0	0	0,63	3,79	12,02
«сырой балл»	9	10	11	12	13	14	15	16	17
Процентильный ранг	31,01	53,79	68,35	77,21	84,17	88,60	90,50	92,40	93,67
«сырой балл»	18	19	20	21	22	23	24	25	26
Процентильный ранг	94,30	95,50	97,46	98,10	98,73	98,73	99,36	100	100
«сырой балл»	27	28	29	30	31	32			
Процентильный ранг	100	100	100	100	100	100			

#### 2. Шкала «кооперация»

«сырой балл»	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Процентильный ранг	1,57	3,46	5,67	7,88	9,77	12,29	19,22	31,19	48,82	80,93



## 3. Шкала «симбиоз»

«сырой балл»	0	1	2	3	4	5	6	7
Процентиль- ный ранг	4.72	19.53	39.06	57.96	74.97	86.63	92.93	96.65

## 4. Шкала «гиперсоциализация»

«сырой балл»	0	1	2	3	4	5	6
Процентиль- ный ранг	4.41	13.86	32.13	53.87	69.30	83.79	95.76

## 5. Шкала «инфантилизация»

«сырой балл»	0	1	2	3	4	5	6	7
Процентиль- ный ранг	14.55	45.57	70.25	84.81	93.04	96.83	99.37	100.0

## 1.2. МЕТОДИКА PARI (РОДИТЕЛЬСКО-ДЕТСКИЕ ОТНОШЕНИЯ)

Стиль общения с ребенком во многом задается семейными традициями. Матери воспроизводят стиль воспитания своего собственного детства, повторяют стиль своих матерей. Характерологические особенности родителей являются одной из существенных детерминант родительского отношения. Патологическая заостренность характерологических черт у родителей порождает специфические особенности отношения к ребенку. Например, родители могут не замечать у себя тех черт характера, на малейшее проявление которых у ребенка они реагируют аффективно и болезненно, настойчиво стараясь их искоренить. Таким образом, родители неосознанно проецируют свои проблемы на ребенка.

### НАЗНАЧЕНИЕ

Методика PARI (parental, attitude research instrument — методика изучения родительских установок) предназначена для изучения отношения родителей (прежде всего матерей) к разным сторонам семейной жизни (семейной роли). В методике также выделены аспекты-признаки, касающиеся разных

сторон отношения родителей к ребенку. Авторы методики — американские психологи Е.С. Шеффер и Р.К. Белл.

### Инструкция:

Перед вами вопросы, которые помогут выяснить, что родители думают о воспитании детей. Здесь нет ответов правильных и неправильных, так как каждый прав по отношению к собственным взглядам. Старайтесь отвечать точно и правдиво.

Некоторые вопросы могут показаться вам одинаковыми. Однако это не так. Есть вопросы сходные, но не одинаковые. Сделано это для того, чтобы уловить возможные, даже небольшие различия во взглядах на воспитание детей.

На заполнение вопросника потребуется примерно 20 мин. Не обдумывайте ответ долго, отвечайте быстро, старайтесь дать первый ответ, который придет вам в голову.

Рядом с каждым положением находятся буквы А а б Б, их нужно выбрать в зависимости от своего убеждения в правильности данного положения:

А — если с данным положением согласны полностью;

а — если с данным положением скорее согласны, чем не согласны;

б — если с данным положением скорее не согласны, чем согласны;

Б — если с данным положением полностью не согласны.

О себе сообщите:

Возраст

Пол

Образование

Профессия

Количество и возраст детей.

1. Если дети считают свои взгляды правильными, они могут не соглашаться с взглядами родителей.

А а б Б

2. Хорошая мать должна оберегать своих детей даже от маленьких трудностей и обид.

А а б Б

3. Для хорошей матери дом и семья самое важное в жизни. А а б Б
4. Некоторые дети настолько плохи, что ради их же блага нужно научить их бояться взрослых. А а б Б
5. Дети должны отдавать себе отчет в том, что родители делают для них очень много. А а б Б
6. Маленького ребенка всегда следует крепко держать во время мытья, чтобы он не упал. А а б Б
7. Люди, которые думают, что в хорошей семье не может быть недоразумений, не знают жизни. А а б Б
8. Ребенок, когда повзрослеет, будет благодарить родителей за строгое воспитание. А а б Б
9. Пребывание с ребенком целый день может довести до нервного истощения. А а б Б
10. Лучше, если ребенок не задумывается над тем, правильны ли взгляды его родителей. А а б Б
11. Родители должны воспитывать в детях полное доверие к себе. А а б Б
12. Ребенка следует учить избегать драк независимо от обстоятельств. А а б Б
13. Самое плохое для матери, занимающейся хозяйством, чувство, что ей нелегко освободиться от своих обязанностей. А а б Б
14. Родителям легче приспособиться к детям, чем наоборот. А а б Б
15. Ребенок должен научиться в жизни многим нужным вещам, и поэтому ему нельзя разрешать терять ценное время. А а б Б
16. Если один раз согласиться с тем, что ребенок съездничал, он будет это делать постоянно. А а б Б
17. Если бы отцы не мешали в воспитании детей, матери бы лучше справлялись с детьми. А а б Б
18. В присутствии ребенка не надо разговаривать о вопросах пола. А а б Б
19. Если бы мать не руководила домом, мужем и детьми, все происходило бы менее организованно. А а б Б

20. Мать должна делать все, чтобы знать, о чем думают дети. А а б Б
21. Если бы родители больше интересовались делами своих детей, дети были бы лучше и счастливее. А а б Б
22. Большинство детей должны самостоятельно справляться с физиологическими нуждами уже с 15 месяцев. А а б Б
23. Самое трудное для молодой матери — оставаться одной в первые годы воспитания ребенка. А а б Б
24. Надо способствовать тому, чтобы дети высказывали свое мнение о жизни в семье, даже если они считают, что жизнь в семье неправильная. А а б Б
25. Мать должна делать все, чтобы уберечь своего ребенка от разочарований, которые несет жизнь. А а б Б
26. Женщины, которые ведут беззаботную жизнь, не очень хорошие матери. А а б Б
27. Надо обязательно искоренять у детей проявления начинающейся ехидности. А а б Б
28. Мать должна жертвовать своим счастьем ради счастья ребенка. А а б Б
29. Все молодые матери боятся своей неопытности в обращении с ребенком. А а б Б
30. Супруги должны время от времени ругаться, чтобы доказать свои права. А а б Б
31. Строгая дисциплина по отношению к ребенку развивает в нем сильный характер. А а б Б
32. Матери часто настолько бывают замучены присутствием своих детей, что им кажется, будто они не могут с ними быть ни минуты больше. А а б Б
33. Родители не должны представлять перед детьми в плохом свете. А а б Б
34. Ребенок должен уважать своих родителей больше других. А а б Б
35. Ребенок должен всегда обращаться за помощью к родителям или учителям вместо того, чтобы разрешать свои недоразумения в драке. А а б Б

36. Постоянное пребывание с детьми убеждает мать в том, что ее воспитательные возможности меньше умений и способностей (могла бы, но...). А а б Б
37. Родители своими поступками должны завоевывать расположение детей. А а б Б
38. Дети, которые не пробуют своих сил в достижении успехов, должны знать, что потом в жизни могут встретиться с неудачами. А а б Б
39. Родители, которые разговаривают с ребенком о его проблемах, должны знать, что лучше ребенка оставить в покое и не вникать в его дела. А а б Б
40. Мужья, если не хотят быть эгоистами, должны принимать участие в семейной жизни. А а б Б
41. Нельзя допускать, чтобы девочки и мальчики видели друг друга голыми. А а б Б
42. Если жена достаточно подготовлена к самостоятельному решению проблем, то это лучше и для детей и для мужа. А а б Б
43. У ребенка не должно быть тайн от своих родителей. А а б Б
44. Если у вас принято, что дети рассказывают вам анекдоты, а вы им, то многие вопросы можно решить спокойно и без конфликтов. А а б Б
45. Если рано научить ребенка ходить, это благотворно повлияет на его развитие. А а б Б
46. Нехорошо, когда мать одна преодолевает все трудности, связанные с уходом за ребенком и его воспитанием. А а б Б
47. У ребенка должны быть свои взгляды и возможность их свободно высказывать. А а б Б
48. Надо беречь ребенка от тяжелой работы. А а б Б
49. Женщина должна выбирать между домашним хозяйством и развлечениями. А а б Б
50. Умный отец должен научить ребенка уважать начальство. А а б Б
51. Очень мало женщин получает благодарность детей за труд, затраченный на их воспитание. А а б Б

52. Если ребенок попал в беду, в любом случае мать всегда чувствует себя виноватой. А а б Б
53. У молодых супругов, несмотря на силу чувств, всегда есть разногласия, которые вызывают раздражение. А а б Б
54. Дети, которым внушили уважение к нормам поведения, становятся хорошими, устойчивыми и уважаемыми людьми. А а б Б
55. Редко бывает, чтобы мать, которая целый день занимается с ребенком, сумела быть ласковой и спокойной. А а б Б
56. Дети не должны вне дома учиться тому, что противоречит взглядам их родителей. А а б Б
57. Дети должны знать, что нет людей более мудрых, чем их родители. А а б Б
58. Нет оправдания ребенку, который бьет другого ребенка. А а б Б
59. Молодые матери страдают по поводу своего заключения дома больше, чем по какой-нибудь другой причине. А а б Б
60. Заставлять детей отказываться и приспосабливаться — плохой метод воспитания. А а б Б
61. Родители должны научить детей найти занятие и не терять свободного времени. А а б Б
62. Дети мучают своих родителей мелкими проблемами, если с самого начала к этому привыкнут. А а б Б
63. Когда мать плохо выполняет свои обязанности по отношению к детям, это, пожалуй, значит, что отец не выполняет своих обязанностей по содержанию семьи. А а б Б
64. Детские игры с сексуальным содержанием могут привести детей к сексуальным преступлениям. А а б Б
65. Планировать должна только мать, так как только она знает, как положено вести хозяйство. А а б Б
66. Внимательная мать должна знать, о чем думает ее ребенок. А а б Б



67. Родители, которые выслушивают с одобрением откровенные высказывания детей об их переживаниях на свиданиях, товарищеских встречах, танцах и т. п., помогают им в более быстром социальном развитии. А а б Б
68. Чем быстрее слабеет связь детей с семьей, тем быстрее дети научатся разрешать свои проблемы. А а б Б
69. Умная мать делает все возможное, чтобы ребенок до и после рождения находился в хороших условиях. А а б Б
70. Дети должны принимать участие в решении важных семейных вопросов. А а б Б
71. Родители должны знать, как нужно поступать, чтобы их дети не попали в трудные ситуации. А а б Б
72. Слишком много женщин забывает о том, что их надлежащим местом является дом. А а б Б
73. Дети нуждаются в материнской заботе, которой им иногда не хватает. А а б Б
74. Дети должны быть более заботливы и благодарны своей матери за труд, вложенный в них. А а б Б
75. Большинство матерей опасаются учить ребенка, давая ему мелкие поручения. А а б Б
76. В семейной жизни существует много вопросов, которые нельзя решить путем спокойного обсуждения. А а б Б
77. Большинство детей должны воспитываться более строго, чем это происходит на самом деле. А а б Б
78. Воспитание детей — это тяжелая нервная работа. А а б Б
79. Дети не должны сомневаться в способе мышления родителей. А а б Б
80. Больше всех других дети должны уважать родителей. А а б Б
81. Не надо способствовать тому, чтобы дети занимались боксом и борьбой, так как это может привести к серьезным нарушениям тела и другим проблемам. А а б Б

82. Одно из плохих явлений заключается в том, что у матери, как правило, нет свободного времени для любимых занятий. А а б Б
83. Родители должны считать детей равноправными по отношению к себе во всех вопросах жизни. А а б Б
84. Когда ребенок делает то, что обязан, он находится на правильном пути и будет счастлив. А а б Б
85. Надо оставить ребенка, которому грустно, в покое и не заниматься им. А а б Б
86. Самое большое желание любой матери — быть понятой мужем. А а б Б
87. Одним из самых сложных моментов в воспитании детей являются сексуальные проблемы. А а б Б
88. Если мать руководит домом и заботится обо всем, вся семья чувствует себя хорошо. А а б Б
89. Так как ребенок часть матери, она имеет право знать все о его жизни. А а б Б
90. Дети, которым разрешается шутить и смеяться вместе с родителями, легче принимают их советы. А а б Б
91. Родители должны приложить все усилия, чтобы как можно раньше научить ребенка справляться с физиологическими нуждами. А а б Б
92. Большинство женщин нуждаются в большем количестве времени для отдыха после рождения ребенка, чем им дается на самом деле. А а б Б
93. У ребенка должна быть уверенность в том, что его не накажут, если он доверит родителям свои проблемы. А а б Б
94. Ребенка не нужно приучать к тяжелой работе дома, чтобы он не потерял охоту к любой работе. А а б Б
95. Для хорошей матери достаточно общения с собственной семьей. А а б Б
96. Порой родители вынуждены поступать против воли ребенка. А а б Б
97. Матери жертвуют всем ради блага собственных детей. А а б Б

98. Самая главная забота матери — благополучие и безопасность ребенка. А а б Б
99. Естественно, что двое людей с противоположными взглядами в супружестве ссорятся. А а б Б
100. Воспитание детей в строгой дисциплине делает их более счастливыми. А а б Б
101. Естественно, что мать «сходит с ума», если у нее дети эгоисты и очень требовательные. А а б Б
102. Ребенок никогда не должен слушать критические замечания о своих родителях. А а б Б
103. Первая обязанность детей — доверие по отношению к родителям. А а б Б
104. Родители, как правило, предпочитают спокойных детей драчунам. А а б Б
105. Молодая мать чувствует себя несчастной, потому что знает, что многие вещи, которые ей хотелось бы иметь, для нее недоступны. А а б Б
106. Нет никаких оснований, чтобы у родителей было больше прав и привилегий, чем у детей. А а б Б
107. Чем раньше ребенок поймет, что нет смысла терять время, тем лучше для него. А а б Б
108. Дети делают все возможное, чтобы заинтересовать родителей своими проблемами. А а б Б
109. Немногие мужчины понимают, что матери их ребенка тоже нужна радость в жизни. А а б Б
110. С ребенком что-то не в порядке, если он много расспрашивает о сексуальных вопросах. А а б Б
111. Выходя замуж, женщина должна отдавать себе отчет в том, что будет вынуждено руководить семейными делами. А а б Б
112. Обязанностью матери является знание тайных мыслей ребенка. А а б Б
113. Если включать ребенка в домашние работы, он станет более контактен с родителями и ему будет проще доверять им свои проблемы. А а б Б
114. Надо как можно раньше прекратить кормить ребенка грудью и из бутылочки (приучить ребенка «самостоятельно» питаться). А а б Б

115. Нельзя требовать от матери слишком большого чувства ответственности по отношению к детям.

А а б Б

### Опросный лист

Ответ № пп	АабБ		АабБ		АабБ		АабБ		АабБ
1		24		47		69		93	
2		25		48		70		94	
3		26		49		72		95	
4		27		50		73		96	
5		28		51		74		97	
6		29		52		75		98	
7		30		53		76		99	
8		31		54		77		100	
9		33		55		78		101	
10		33		56		79		102	
11		34		57		80		103	
12		35		58		81		104	
13		36		59		82		105	
14		37		60		83		106	
15		38		61		84		107	
16		39		62		85		108	
17		40		63		86		109	
18		41		64		87		ПО	
19		42		65		88		111	
20		43		66		89		112	
21		44		67		90		113	
22		45		68		91		114	
23		46		69		92		115	

В методике выделены 23 аспекта-признака, касающихся разных сторон отношения родителей к ребенку и жизни

в семье. Из них — 8 признаков описывают отношение к семейной роли и 15 — касаются родительско-детских отношений. Эти 15 признаков делятся на 3 группы: I — оптимальный эмоциональный контакт, II — излишняя эмоциональная дистанция с ребенком; III — излишняя концентрация на ребенке.

Шкалы эти выглядят следующим образом:

### **ОТНОШЕНИЕ К СЕМЕЙНОЙ РОЛИ**

Описывается с помощью 8 признаков, их номера в опросном листе 3, 5, 7, 11, 13, 17, 19, 23:

- ограниченность интересов женщины рамками семьи, заботами исключительно о семье (3);
- ощущение самопожертвования в роли матери (5);
- семейные конфликты (7);
- сверхавторитет родителей (11);
- неудовлетворенность ролью хозяйки дома (13);
- «безучастность» мужа, его невключенность в дела семьи (17);
- доминирование матери (19);
- зависимость и несамостоятельность матери (23).

### **ОТНОШЕНИЕ РОДИТЕЛЕЙ К РЕБЕНКУ**

I. Оптимальный эмоциональный контакт (состоит из 4 признаков, их номера по опросному листу 1, 14, 15, 21):

- побуждение словесных проявлений, вербализаций (1);
- партнерские отношения (14);
- развитие активности ребенка (15);
- уравнительные отношения между родителями и ребенком (21).

II. Излишняя эмоциональная дистанция с ребенком (состоит из 3 признаков, их номера по опросному листу 8, 9, 16):

- раздражительность, вспыльчивость (8);
- суровость, излишняя строгость (9);
- уклонение от контакта с ребенком (16).

III. Излишняя концентрация на ребенке (описывается 8 признаками, их номера по опросному листу 2, 4, 6, 10, 12, 18, 20, 22):

- чрезмерная забота, установление отношений зависимости (2);
- преодоление сопротивления, подавление воли (4);
- создание безопасности, опасение обидеть (6);
- исключение внесемейных влияний (10);
- подавление агрессивности (12);
- подавление сексуальности (18);
- чрезмерное вмешательство в мир ребенка (20);
- стремление ускорить развитие ребенка (22).

Каждый признак измеряется с помощью 5 суждений, уравновешенных с точки зрения измеряющей способности и смыслового содержания. Вся методика состоит из 115 суждений. Суждения расположены в определенной последовательности, и отвечающий должен выразить к ним отношение в виде активного или частичного согласия или несогласия. Схема пересчета ответов в баллы содержится в «ключе» методики. Сумма цифровой значимости определяет выраженность признака. Таким образом, максимальная выраженность признака 20, минимальная 5; 18, 19, 20 — высокие оценки, соответственно — 8, 7, 6, 5 — низкие.

Имеет смысл в первую очередь анализировать именно высокие и низкие оценки.

Для психолога, работающего в производственном коллективе, пожалуй, больший интерес представляет блок шкал, направленных на выявление отношений родителей к семейной роли.

В семье можно вычленить отдельные аспекты отношений:

- хозяйственно-бытовые, организация быта семьи (в методике это шкалы 3, 13, 19, 23);
- межсупружеские, связанные с моральной, эмоциональной поддержкой, организацией досуга, созданием



среды для развития личности, собственной и партнера (в методике это шкала 17);

- отношения, обеспечивающие воспитание детей, «педагогические» (в методике шкалы 5, 11).

Посмотрев на цифровые данные, можно составить «предварительный портрет» семьи. Очень важна шкала 7 (семейные конфликты). Высокие показатели по этой шкале могут свидетельствовать о конфликтности, переносе семейного конфликта на производственные отношения.

Психологическая помощь направляется на разрешение семейных конфликтов и улучшение отношений в производственном коллективе.

Высокие оценки по шкале 3 свидетельствуют о приоритете семейных проблем над производственными, о вторичности интересов «дела», обратное можно сказать о шкале 13. Для лиц, имеющих высокие оценки по этому признаку, характерна зависимость от семьи, низкая согласованность в распределении хозяйственных функций. О плохой интегрированности семьи свидетельствуют высокие оценки по шкалам 17, 19, 23.

Анализ отношения к семейной роли поможет психологу лучше понять специфику семейных отношений обследуемого, оказать ему психологическую помощь.

Родительско-детские отношения являются основным предметом анализа в методике.

Основной вывод, который можно сделать сразу — это оценить родительско-детский контакт с точки зрения его оптимальности. Для этого сравниваются средние оценки по первым трем группам шкал: оптимальный контакт, эмоциональная дистанция, концентрация.

Специальный интерес представляет анализ отдельных шкал, что часто является ключом к пониманию особенностей неудавшихся отношений между родителями и ребенком, зоны напряжений в этих отношениях.

Методика может также оказать помощь в подготовке и проведении психодиагностической беседы.

## Ключ

При- знак \ Ответ	АаББ		АаББ		АаББ		АаББ		АаББ		Значе- ние при- знака
1		24		47		70		93			
2		25		47		71		94			
3		26		49		72		95			
4		27		50		73		96			
5		28		51		74		97			
6		29		52		75		98			
7		30		53		76		99			
8		31		54		77		100			
9		32		55		78		101			
10		33		56		79		102			
11		34		57		80		103			
12		35		58		81		104			
13		36		59		82		105			
14		37		60		83		106			
15		38		61		84		107			
16		39		62		85		108			
17		40		63		86		109			
18		41		64		87		110			
19		42		65		88		111			
20		43		66		89		112			
21		44		67		90		113			
22		45		68		91		114			
23		46		69		92		115			

А — 4 балла; а — 3 балла; б — 2 балла; Б — 1 балл

## Признаки:

- 1) вербализация;
- 2) чрезмерная забота;

- 3) зависимость от семьи;
- 4) подавление воли;
- 5) ощущение самопожертвования;
- 6) опасение обидеть;
- 7) семейные конфликты;
- 8) раздражительность;
- 9) излишняя строгость;
- 10) исключение несемейных влияний;
- 11) сверхавторитет родителей;
- 12) подавление агрессивности;
- 13) неудовлетворенность ролью хозяйки;
- 14) партнерские отношения;
- 15) развитие активности ребенка;
- 16) уклонение от конфликта;
- 17) безучастность мужа;
- 18) подавленная сексуальность;
- 19) доминирование матери;
- 20) чрезвычайное вмешательство в мир ребенка;
- 21) уравнивание отношений;
- 22) стремление ускорить развитие ребенка;
- 23) несамостоятельность матери.

### **1.3. МЕТОДИКА ДИАГНОСТИКИ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ Т. ЛИРИ**

**Межличностные отношения** — характеристика отношений между двумя или более людьми, при условии, что взаимодействие является взаимным.

#### **Назначение**

Методика создана Т. Лири, Г. Лефоржем, Р. Сазеком в 1954 г. и предназначена для исследования представлений субъекта о себе и идеальном «Я», а также для изучения взаимоотношений в малых группах. С помощью данной методики выявляется преобладающий тип отношений к людям в самооценке и взаимооценке.

Методика также позволяет изучать проблему психологической совместимости и часто используется в практике семейной консультации, групповой психотерапии и социально-психологического тренинга.

### **Инструкция:**

Поставьте знак «+» против тех определений, которые соответствуют вашему представлению о себе (если нет полной уверенности, знак «+» не ставьте).

#### **I**

1. Другие думают о нем благосклонно
2. Производит впечатление на окружающих
3. Умеет распоряжаться, приказывать
4. Умеет настоять на своем

#### **II**

5. Обладает чувством собственного достоинства
6. Независимый
7. Способен сам позаботиться о себе
8. Может проявить безразличие

#### **III**

9. Способен быть суровым
10. Строгий, но справедливый
11. Может быть искренним
12. Критичен к другим

#### **IV**

13. Любит поплакаться
14. Часто печален
15. Способен проявить недоверие
16. Часто разочаровывается

#### **V**

17. Способен быть критичным к себе
18. Способен признать свою неправоту
19. Охотно подчиняется
20. Уступчивый

#### **VI**

21. Благородный
22. Восхищающийся и склонный к подражанию

- 23. Уважительный
- 24. Ищущий одобрения

## VII

- 25. Способен к сотрудничеству
- 26. Стремится ужиться с другими
- 27. Дружелюбный, доброжелательный
- 28. Внимательный и ласковый

## VIII

- 29. Деликатный
- 30. Одобряющий
- 31. Отзывчивый к призывам о помощи
- 32. Бескорыстный

## I

- 33. Способен вызвать восхищение
- 34. Пользуется уважением у других
- 35. Обладает талантом руководителя
- 36. Любит ответственность

## II

- 37. Уверен в себе
- 38. Самоуверен и напорист
- 39. Деловит и практичен
- 40. Любит соревноваться

## III

- 41. Строгий и крутой, где надо
- 42. Неумолимый, но беспристрастный
- 43. Раздражительный
- 44. Открытый и прямолинейный

## IV

- 45. Не терпит, чтобы им командовали
- 46. Скептичен
- 47. На него трудно произвести впечатление
- 48. Обидчивый, шепетильный

## V

- 49. Легко смущается
- 50. Неуверен в себе
- 51. Уступчивый
- 52. Скромный

VI

- 53. Часто прибегает к помощи других
- 54. Очень почитает авторитеты
- 55. Охотно принимает советы
- 56. Доверчив и стремится радовать других

VII

- 57. Всегда любезен в общении
- 58. Дорожит мнением окружающих
- 59. Общительный и уживчивый
- 60. Добросердечный

VIII

- 61. Добрый, вселяющий уверенность
- 62. Нежный и мягкосердечный
- 63. Любит заботиться о других
- 64. Бескорыстный, щедрый

I

- 65. Любит давать советы
- 66. Производит впечатление значимости
- 67. Начальственно повелительный
- 68. Властный

II

- 69. Хвастливый
- 70. Надменный и самодовольный
- 71. Думает только о себе
- 72. Хитрый и расчетливый

III

- 73. Нетерпим к ошибкам других
- 74. Своекорыстный
- 75. Откровенный
- 76. Часто недружелюбен

IV

- 77. Озлобленный
- 78. Жалобщик
- 79. Ревнивый
- 80. Долго помнит обиды

V

- 81. Склонный к самобичеванию



- 82. Застенчивый
- 83. Безынициативный
- 84. Кроткий

## VI

- 85. Зависимый, несамостоятельный
- 86. Любит подчиняться
- 87. Предоставляет другим право принимать решения
- 88. Легко попадает впросак

## VII

- 89. Легко попадает под влияние друзей
- 90. Готов довериться любому
- 91. Благорасположен ко всем без разбору
- 92. Всем симпатизирует

## VIII

- 93. Прощает все
- 94. Переполнен чрезмерным сочувствием
- 95. Великодушен и терпим к недостаткам
- 96. Стремится покровительствовать

## I

- 97. Стремится к успеху
- 98. Ожидает восхищения от каждого
- 99. Распоряжается другими
- 100. Деспотичный

## II

- 101. Сноб (судит о людях по рангу и достатку, а не по личным качествам)
- 102. Тщеславный
- 103. Эгоистичный
- 104. Холодный, черствый

## III

- 105. Язвительный, насмешливый
- 106. Злобный, жестокий
- 107. Часто гневливый
- 108. Бесчувственный, равнодушный

## IV

- 109. Злопамятный
- 110. Проникнут духом противоречия

111. Упрямый

112. Недоверчивый и подозрительный

## V

113. Робкий

114. Стыдливый

115. Отличается чрезмерной готовностью подчиняться

116. Мягкотелый

## VI

117. Почти никогда и никому не возражает

118. Ненавязчивый

119. Любит, чтобы его опекали

120. Чрезмерно доверчив

## VII

121. Стремится снискать расположение каждого

122. Со всеми соглашается

123. Всегда дружелюбен

124. Всех любит

## VIII

125. Слишком снисходителен к окружающим

126. Старается утешить каждого

127. Заботится о других в ущерб себе

128. Портит людей чрезмерной добротой

**Обработка и интерпретация результатов**

При исследовании межличностных отношений наиболее часто выделяются два фактора: *доминирование* — *подчинение* и *дружелюбие* — *агрессивность*. Именно эти факторы определяют общее впечатление о человеке в процессах межличностного восприятия. Они названы М. Аргайлом в числе главных компонентов при анализе стиля межличностного поведения и по содержанию могут быть соотнесены с двумя из трех главных осей семантического дифференциала Ч. Осгуда: оценка и сила. В многолетнем исследовании, проводимом американскими психологами под руководством Б. Бейлза, поведение члена группы оценивается по двум переменным, анализ которых осуществляется в трехмерном пространстве, образованном тремя осями: *доминирование* —

*подчинение, дружелюбность — недружелюбность, эмоциональность — аналитичность.*

Для представления основных социальных ориентации Т. Лири разработал условную схему в виде круга, разделенного на секторы. В этом круге по горизонтальной и вертикальной осям обозначены четыре ориентации: *доминирование — подчинение, дружелюбие — враждебность*. В свою очередь эти секторы разделены на восемь — соответственно более частным отношениям. Для еще более тонкого описания круг делят на 16 секторов, но чаще используются октанты, определенным образом ориентированные относительно двух главных осей.

Схема Т. Лири основана на предположении, что чем ближе результаты испытуемого к центру окружности, тем сильнее взаимосвязь этих двух переменных. Сумма баллов каждой ориентации переводится в индекс, где доминируют вертикальная (*доминирование — подчинение*) и горизонтальная (*дружелюбие — враждебность*) оси. Расстояние полученных показателей от центра окружности указывает на адаптивность или экстремальность интерперсонального поведения.

Опросник содержит 128 оценочных суждений, из которых в каждом из 8 типов отношений образуются 16 пунктов, упорядоченных по восходящей интенсивности. Методика построена так, что суждения, направленные на выявление какого-либо типа отношений, расположены через равное количество определений. При обработке подсчитывается количество отношений каждого типа.

Т. Лири предлагал использовать методику для оценки наблюдаемого поведения людей, т. е. поведения в оценке окружающих («со стороны»), для самооценки, оценки близких людей, для описания идеального «Я». В соответствии с этими уровнями диагностики меняется инструкция для ответа.

Максимальная оценка уровня 16 баллов, но она разделена на четыре степени выраженности отношения:

0—4 балла — низкая

адаптивное поведение

5—8 баллов — умеренная

9—12 баллов — высокая

экстремальное поведение  
до патологии

13—16 баллов — экстремальная

Разные направления диагностики позволяют определить тип личности, а также сопоставлять данные по отдельным аспектам. Например, «социальное «Я», «реальное «Я», мои «партнеры» и т. д.

Методика может быть представлена респонденту либо списком (по алфавиту или в случайном порядке), либо на отдельных карточках. Ему предлагается указать те утверждения, которые соответствуют его представлению о себе, относятся к другому человеку или его идеалу.

В результате производится подсчет баллов по каждой октанте с помощью специального «ключа» к опроснику. Полученные баллы переносятся на дискограмму, при этом расстояние от центра круга соответствует числу баллов по данной октанте (от 0 до 16). Концы векторов соединяются и образуют личностный профиль.



По специальным формулам определяются показатели по двум основным факторам: доминирование и дружелюбие.

Доминирование =  $(I - V) + 0,7 \times (VIII + II - IV - VI)$

Дружелюбием  $(VII - III) - 0,7 \times (VIII - II - IV + VI)$

Качественный анализ полученных данных проводится путем сравнения дискограмм, демонстрирующих различие между представлениями разных людей. С.В. Максимовым приведены индексы точности рефлексии, дифференцированности восприятия; степени благополучности положения личности в группе, степени осознания личностью мнения группы, значимости группы для личности.

## **Типы отношения к окружающим**

### **I. Авторитарный**

9–12 — доминантный, энергичный, компетентный, авторитетный лидер, успешный в делах, любит давать советы, требует к себе уважения.

0–8 — уверенный в себе человек, но не обязательно лидер, упорный и настойчивый.

### **II. Эгоистический**

13–16 — стремится быть над всеми, но одновременно в стороне от всех, самовлюбленный, расчетливый, независимый, себялюбивый. Трудности перекладывает на окружающих, но сам относится к ним несколько отчужденно, хвастливый, самодовольный и заносчивый.

0–12 — эгоистические черты, ориентация на себя, склонность к соперничеству.

### **III. Агрессивный**

13–16 — жесткий и враждебный по отношению к окружающим, резкий, жесткий, агрессивность может доходить до асоциального поведения.

9–12 — требовательный, прямолинейный, откровенный, строгий и резкий в оценке других, непримиримый, склонный во всем обвинять окружающих, насмешливый, ироничный, раздражительный.

0–8 — упрямый, упорный, настойчивый и энергичный.

**IV. Подозрительный**

13—16 — отчужденный по отношению к враждебному и злобному миру, подозрительный, обидчивый, склонный к сомнению во всем, злопамятный, постоянно жалуется на всех (шизоидный тип характера).

9—12 — критичный, испытывает трудности в интерперсональных контактах из-за подозрительности и боязни плохого отношения, замкнутый, скептический, разочарованный в людях, скрытный, свой негативизм проявляет в вербальной агрессии.

0—8 — критичный по отношению ко всем социальным явлениям и окружающим людям.

**V. Подчиняемый**

13—16 — покорный, склонный к самоуничтожению, слабобольный, склонный уступать всем и во всем, всегда ставит себя на последнее место и осуждает себя, приписывает себе вину, пассивный, стремится найти опору в ком-либо более сильном.

9—12 — застенчивый, кроткий, легко смущается, склонен подчиняться более сильному без учета ситуации.

0—8 — скромный, робкий, уступчивый, эмоционально сдержанный, способный подчиняться, не имеет собственного мнения, послушно и честно выполняет свои обязанности,

**VI. Зависимый**

13—16 — резко неуверенный в себе, имеет навязчивые страхи, опасения, тревожится по любому поводу, поэтому зависим от других, от чужого мнения.

9—12 — послушный, боязливый, беспомощный, не умеет проявить сопротивление, искренне считает, что другие всегда правы.

0—8 — конформный, мягкий, ожидает помощи и советов, доверчивый, склонный к восхищению окружающими, вежливый.

**VII. Дружелюбный**

9—16 — дружелюбный и любезный со всеми, ориентирован на принятие и социальное одобрение, стремится удовле-

творить требования всех, «быть хорошим» для всех без учета ситуации, стремится к целям микрогруппы, имеет развитые механизмы вытеснения и подавления, эмоционально лабильный (истероидный тип характера).

0—8 — склонный к сотрудничеству, кооперации, гибкий и компромиссный при решении проблем и конфликтных ситуаций. Стремится быть в согласии с мнением окружающих, сознательно конформный, следует условностям, правилам и принципам «хорошего тона» в отношениях с людьми, инициативный энтузиаст в достижении целей группы, стремится помогать, чувствовать себя в центре внимания, заслужить признание и любовь, общительный, проявляет теплоту и дружелюбие в отношениях.

### **VIII. Альтруистический**

9—16 — гиперответственный, всегда приносит в жертву свои интересы, стремится помочь и сострадать всем, навязчивый в своей помощи и слишком активный по отношению к окружающим, неадекватно принимает на себя ответственность за других (может быть только внешняя «маска», скрывающая личность противоположного типа).

0—8 — ответственный по отношению к людям, деликатный, мягкий, добрый, эмоциональное отношение к людям проявляет в сострадании, симпатии, заботе, ласке, умеет подбодрить и успокоить окружающих, бескорыстный и отзывчивый.

### **Бланк обсчета теста**

I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
доминантность	уверенность	требовательность	независимость	зависимость	уступчивость	общительность	отзывчивость
1	5	9	13	17	21	25	29
2	6	10	14	18	22	26	30
3	7	11	15	19	23	27	31
4	8	12	16	20	24	28	32

33	37	41	45	49	53	57	61
34	38	42	46	50	54	58	62
35	39	43	47	51	55	59	63
36	40	44	48	52	56	60	64
65	69	73	77	81	85	89	93
66	70	74	78	82	86	90	94
67	71	75	79	83	87	91	95
68	72	76	80	84	88	92	96
97	101	105	109	113	117	121	125
98	102	106	110	111	118	122	126
99	103	107	111	115	119	123	127
100	104	108	112	116	120	124	128

#### **1.4. ОПРОСНИК ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «АНАЛИЗ СЕМЕЙНЫХ ВЗАИМООТНОШЕНИЙ» (АСВ)**

В самом строгом значении термин «семья» относится к фундаментальной единице родства. В своей минимальной форме семья состоит из матери, отца и потомства. В более широком использовании это может относиться к расширенной семье, которая может включать дедушку и бабушку, двоюродных братьев и сестер, приемных детей и т. д., которые все вместе взаимодействуют как отдельная социальная единица.

Семейные же взаимоотношения — это отношения на сильных эмоциональных связях и ощущении обязательств друг перед другом. Они довольно диффузные, охватывают множество ролей, моделей поведения и ситуаций; они обычно не ограничены строгими правилами взаимодействия, и члены семьи, как правило, очень хорошо знают, как себя поведет тот или иной член семьи в стандартной или нестандартной ситуации.



## **НАЗНАЧЕНИЕ**

Опросник для родителей «Анализ семейных взаимоотношений» (АСВ) существует в двух вариантах: детском и подростковом. Он позволяет исследовать различные нарушения процесса воспитания, выявить тип патологизирующего воспитания и некоторые психологические причины этих нарушений.

## **ПРАВИЛА ПОЛЬЗОВАНИЯ ОПРОСНИКОМ А С В**

Перед тем как родитель начинает заполнять опросник, необходимо создать атмосферу доверительного психологического контакта между ним и исследователем. Родитель должен быть заинтересован в правдивых ответах. Каждый испытуемый получает текст опросника и бланк регистрации ответов. Проводящий исследование зачитывает находящуюся в начале опросника инструкцию, убеждается, что опрашиваемые правильно ее поняли. В процессе заполнения инструкции или пояснения уже не допускаются.

Обработка результатов проводится следующим образом. На бланке регистрации ответов их номера расположены в одной строке, соответственно определенной шкале. Это дает возможность быстро подсчитать баллы по шкалам: нужно сложить число обведенных номеров. За вертикальной чертой на бланке регистрации ответов указано диагностическое значение (ДЗ) для каждой шкалы. Если число баллов достигает или превышает ДЗ, это указывает на определенный тип воспитания. Буквы за вертикальной чертой — это сокращенные названия шкал.

При наличии отклонений по нескольким шкалам необходимо обратиться к табл. «Диагностика типов негармоничного семейного воспитания» для определения типа негармоничного семейного воспитания.

Опросник позволяет выявлять только виды патологизирующего семейного воспитания и не предназначен для исследования параметров адекватного воспитания.

В случаях, когда на бланках испытуемых не диагностируется ни одна из шкал, следует сделать как минимум два вывода:

- возможно установочное поведение испытуемых;
- их воспитательные действия скорее относятся к адекватным, нежели к патологизирующим.

## **Опросник АСВ для родителей детей в возрасте 3–10 лет**

### **Инструкция**

Уважаемый родитель! Предлагаемый вам опросник содержит утверждения о воспитании детей. Утверждения пронумерованы. Такие же номера есть в «Бланке для ответов».

Читайте по очереди утверждения опросника. Если вы в общем согласны с ними, то на «Бланке для ответов» обведите кружком номер утверждения. Если вы в общем не согласны — зачеркните этот же номер в бланке. Если очень трудно выбрать, то поставьте на номере вопросительный знак. Старайтесь, чтобы таких ответов было не больше пяти.

В опроснике нет «неправильных» или «правильных» утверждений. Отвечайте так, как вы сами думаете. Этим вы поможете психологу в работе с вами.

На утверждения, номера которых выделены в опроснике жирным шрифтом, отцы могут не отвечать.

1. Все, что я делаю, я делаю ради моего сына (дочери).
2. У меня часто не хватает времени позаниматься с сыном (дочерью) — пообщаться, поиграть.
3. Мне приходится разрешать моему ребенку такие вещи, которые не разрешают многие другие родители.
4. Не люблю, когда сын (дочь) приходит ко мне с вопросами. Лучше, чтобы догадался сам (сама).
5. Наш ребенок имеет больше обязанностей по уходу за собой и поддержанию порядка, чем большинство детей его возраста.

6. Моего ребенка очень трудно заставить сделать что-нибудь, чего он не любит.
7. Всегда лучше, если дети не думают о том, правильно ли поступают их родители.
8. Мой сын (дочь) легко нарушает запреты.
9. Если хочешь, чтобы твой(я) сын (дочь) стал(а) человеком, не оставляй безнаказанным ни одного его (ее) плохого поступка.
10. Если только возможно, стараюсь не наказывать сына (дочь).
11. Когда я в хорошем настроении, нередко прощаю своему сыну (дочери) то, за что в другое время наказал(а) бы.
12. Я люблю своего сына (дочь) больше, чем люблю (любила) супруга.
13. Младшие дети мне нравятся больше, чем старшие.
14. Если мой сын (дочь) подолгу упрямится или злится, у меня бывает чувство, что я поступил(а) по отношению к нему (ней) неправильно.
15. У нас долго не было ребенка, хотя мы его очень ждали.
16. Общение с детьми в общем-то утомительное дело.
17. У моего сына (дочери) есть некоторые качества, которые нередко выводят меня из себя.
18. Воспитание моего сына (дочери) шло бы гораздо лучше, если бы мой(моя) муж (жена) не мешал(а) бы мне.
19. Большинство мужчин легкомысленнее, чем женщины.
20. Большинство женщин легкомысленнее, чем мужчины.
21. Мой сын (дочь) для меня самое главное в жизни.
22. Часто бывает, что я не знаю, что делает в данный момент мой ребенок.
23. Если игрушка ребенку нравится, я куплю ее, сколько бы она не стоила.
24. Мой сын (дочь) непонятлив(а). Легче самому два раза сделать, чем один раз объяснить ему (ей).
25. Моему сыну (дочери) нередко приходится (или приходилось раньше) присматривать за младшим братом (сестрой).
26. Нередко бывает так: напоминаю, напоминаю сыну (дочери) сделать что-нибудь, а потом плюну и сделаю сам(а).

27. Родители ни в коем случае не должны допускать, чтобы дети подмечали их слабости и недостатки.
28. Мой сын (дочь) сам(а) решает, с кем ему (ей) играть.
29. Дети должны не только любить своих родителей, но и бояться их.
30. Я очень редко ругаю сына (дочь).
31. В нашей строгости к сыну (дочери) бывают большие колебания. Иногда мы очень строги, а иногда все разрешаем.
32. Мы с ребенком понимаем друг друга лучше, чем мы с супругом.
33. Меня огорчает, что мой сын (дочь) слишком быстро становится взрослым (взрослой).
34. Если ребенок упрямится из-за плохого самочувствия, лучше сделать так, как он хочет.
35. Мой ребенок растет слабым и болезненным.
36. Если бы у меня не было детей, я бы добился (добилась) в жизни гораздо большего.
37. У моего сына (дочери) есть недостатки, которые не исправляются, хотя я упорно с ними борюсь.
38. Нередко бывает, что, когда я наказываю моего сына (дочь), мой муж (жена) тут же начинает упрекать меня в излишней строгости и утешать его (ее).
39. Мужчины более склонны к супружеской измене, чем женщины.
40. Женщины более склонны к супружеской измене, чем мужчины.
41. Заботы о сыне (дочери) занимают большую часть моего времени.
42. Мне много раз приходилось пропускать родительские собрания.
43. Стремлюсь к тому, чтобы мой ребенок был обеспечен лучше, чем другие дети.
44. Если побыть в обществе моего сына (дочери), можно сильно устать.
45. Мне часто приходилось давать моему сыну (дочери) трудные для его (ее) возраста поручения.

46. Мой ребенок никогда не убирает за собой игрушки.
47. Главное, чему родители могут научить своих детей, — это слушаться.
48. Мой ребенок сам решает, сколько, чего и когда ему есть.
49. Чем строже родители относятся к ребенку, тем лучше для него.
50. По характеру я — мягкий человек.
51. Если моему сыну (дочери) что-то от меня нужно, он(а) старается выбрать момент, когда я в хорошем настроении.
52. Когда я думаю о том, что когда-нибудь мой сын (дочь) вырастет и я буду ему (ей) не нужна, у меня портится настроение.
53. Чем старше дети, тем труднее иметь с ними дело.
54. Чаще всего упрямство ребенка бывает вызвано тем, что родители не умеют к нему подойти.
55. Я постоянно переживаю за здоровье сына (дочери).
56. Если бы у меня не было детей, мое здоровье было бы гораздо лучше.
57. Некоторые очень важные недостатки моего сына (дочери) упорно не исчезают, несмотря на все меры.
58. Мой сын (дочь) недолюбливает моего мужа (жену).
59. Мужчина хуже умеет понимать чувства другого человека, чем женщина.
60. Женщина хуже может понять чувства другого человека, чем мужчина.
61. Ради моего сына (дочери) мне от многого в жизни пришлось и приходится отказываться.
62. Родители, которые слишком много суетятся вокруг своих детей, вызывают у меня раздражение.
63. Я трачу на моего сына (дочь) значительно больше денег, чем на себя.
64. Не люблю, когда сын (дочь) что-то просит. Сам(а) лучше знаю, чего ему (ей) больше надо.
65. У моего сына (дочери) более трудное детство, чем у большинства его (ее) товарищей.
66. Дома мой сын (дочь) делает только то, что ему (ей) хочется, а не то, что надо.

67. Дети должны уважать родителей больше, чем всех других людей.
68. Если мой ребенок не спит, когда ему положено, я не настаиваю.
69. Я строже отношусь к своему сыну (дочери), чем другие родители к своим детям.
70. От наказаний мало проку.
71. Члены нашей семьи неодинаково строги с сыном (дочерью). Одни балуют, другие, наоборот, очень суровы.
72. Мне бы хотелось, чтобы мой сын (дочь) не любил(а) никого, кроме меня.
73. Мне нравятся маленькие дети, поэтому не хотел(а) бы, чтобы он(а) слишком быстро вырос(а).
74. Часто я не знаю, как правильно поступить с моим сыном (дочерью).
75. В связи с плохим здоровьем сына (дочери) нам приходится ему (ей) многое позволять.
76. Воспитание детей — тяжелый и неблагодарный труд. Им отдаешь все, а взамен не получаешь ничего.
77. С моим сыном (дочерью) мало помогает доброе слово. Единственное средство — это постоянные строгие наказания.
78. Мой муж (жена) старается настроить сына (дочь) против меня.
79. Мужчины чаще, чем женщины, действуют безрассудно, не обдумав последствий.
80. Женщины чаще, чем мужчины, действуют безрассудно, не обдумав последствий.
81. Я все время думаю о моем сыне (дочери), о его (ее) делах, здоровье и т. д.
82. Так повелось, что о ребенке я вспоминаю, если он что-нибудь натворил или с ним что-нибудь случилось.
83. Мой сын (дочь) умеет добиться от меня того, чего он (она) хочет.
84. Мне больше нравятся тихие и спокойные дети.
85. Стараюсь как можно раньше приучить ребенка помогать по дому.

86. У моего сына (дочери) мало обязанностей по дому.
87. Даже если дети уверены, что родители не правы, они должны делать так, как говорят старшие.
88. В нашей семье так принято, что ребенок делает что хочет.
89. Бывают случаи, когда лучшее наказание — ремень.
90. Многие недостатки в поведении моего ребенка пройдут сами собой с возрастом.
91. Когда наш сын (дочь) что-то натворит, мы беремся за него (нее). Если все тихо, мы опять оставляем его (ее) в покое.
92. Если бы мой сын не был моим сыном, а я была бы моложе, то наверняка бы в него влюбилась.
93. Мне интереснее говорить с маленькими детьми, чем с большими.
94. В недостатках моего сына (дочери) виноват(а) я сам(а), потому что не умел(а) его (ее) воспитывать.
95. Только благодаря нашим огромным усилиям наш(а) сын (дочь) остался (осталась) жить.
96. Нередко я завидую тем, кто живет без детей.
97. Если предоставить моему сыну (дочери) свободу, он(а) немедленно использует это во вред себе или окружающим.
98. Нередко бывает, что я говорю сыну (дочери) одно, а муж (жена) специально говорит наоборот.
99. Мужчины чаще, чем женщины, думают только о себе.
100. Женщины чаще, чем мужчины, думают только о себе.
101. Я трачу на сына (дочь) больше сил и времени, чем на себя,
102. Я довольно мало знаю о делах сына (дочери).
103. Желание моего сына (дочери) для меня — закон.
104. Мой сын очень любит спать со мной.
105. У моего сына (дочери) плохой желудок.
106. Родители нужны ребенку, лишь пока он не вырос. Потом он все реже вспоминает о них.
107. Ради сына (дочери) я пошел (пошла) бы на любую жертву.

108. Моему сыну (дочери) нужно уделять значительно больше времени, чем я могу.
109. Мой сын (дочь) умеет быть таким милым, что я ему (ей) все прощаю.
110. Мне бы хотелось, чтобы сын женился попозже, после 30 лет.
111. Руки и ноги моего сына (дочери) часто бывают очень холодными.
112. Большинство детей — маленькие эгоисты. Они совсем не думают о здоровье и чувствах своих родителей.
113. Если не отдавать моему сыну (дочери) все время и силы, то все может плохо кончиться.
114. Когда все благополучно, я меньше всего интересуюсь делами сына (дочери).
115. Мне очень трудно сказать своему ребенку «нет».
116. Меня огорчает, что мой сын (дочь) все менее нуждается во мне.
117. Здоровье моего сына (дочери) хуже, чем у большинства других детей.
118. Многие дети испытывают слишком мало благодарности по отношению к родителям.
119. Мой сын (дочь) не может обходиться без моей постоянной помощи.
120. Большую часть своего времени сын (дочь) проводит вне дома — в яслях, детском саду, у родственников.
121. У моего сына (дочери) вполне хватает времени на игры и развлечения.
122. Кроме моего сына, мне больше никто на свете не нужен.
123. У моего сына (дочери) прерывистый и беспокойный сон.
124. Нередко думаю, что я слишком рано женился (вышла замуж).
125. Все, чему научился мой ребенок к настоящему времени, произошло только благодаря моей постоянной помощи.



126. Делами сына (дочери) в основном занимается мой муж (жена).
127. Я не могу вспомнить, когда в последний раз отказал(а) своему ребенку в покупке какой-нибудь вещи (мороженое, конфеты, пепси и т. д.).
128. Мой сын говорил мне: «Вырасту, женюсь на тебе, мама».
129. Мой сын (дочь) часто болеет.
130. Семья лишь осложняет мою жизнь.

### **Опросник АСВ для родителей подростков в возрасте от 11 лет до 21 года**

Инструкция для родителей подростков аналогичная инструкции для родителей детей от 3 до 10 лет.

1. Все, что я делаю, я делаю ради моего сына (дочери).
2. У меня часто не хватает времени позаниматься с сыном (дочерью) чем-нибудь интересным — куда-нибудь пойти вместе, о чем-нибудь подольше поговорить.
3. Мне приходится разрешать моему ребенку такие вещи, которых не разрешают многие другие родители.
4. Не люблю, когда сын (дочь) приходит ко мне с вопросами. Лучше, чтобы догадался сам (сама).
5. Наш ребенок имеет больше обязанностей, чем большинство его товарищей.
6. Моего сына (дочь) очень трудно заставить что-нибудь сделать по дому.
7. Всегда лучше, если дети не думают о том, правильны ли взгляды их родителей.
8. Мой сын (дочь) возвращается вечером тогда, когда хочет.
9. Если хочешь, чтобы твой сын (дочь) стал (а) человеком, не оставляй безнаказанным ни одного его (ее) плохого поступка.
10. Если только возможно, стараюсь не наказывать сына (дочь).
11. Когда я в хорошем настроении, нередко прощаю своему сыну (дочери) то, за что в другое время наказал (а) бы.
12. Я люблю своего сына (дочь) больше, чем супруга.

13. Младшие дети мне нравятся больше, чем старшие.
14. Если мой сын (дочь) подолгу упрямится или злится, у меня бывает чувство, что я поступил(а) по отношению к нему (ней) неправильно.
15. У нас долго не было ребенка, хотя мы его очень ждали.
16. Общение с детьми в общем-то утомительное дело.
17. У моего сына (дочери) есть некоторые качества, которые выводят меня из себя.
18. Воспитание моего сына (дочери) шло бы гораздо лучше, если бы мой муж (жена) не мешал (а) бы мне.
19. Большинство мужчин легкомысленнее, чем женщины.
20. Большинство женщин легкомысленнее, чем мужчины.
21. Мой сын (дочь) для меня самое главное в жизни.
22. Часто бывает, что я не знаю, что делает в данный момент мой сын (дочь).
23. Стараюсь купить своему сыну (дочери) такую одежду, какую он (она) сам(а) хочет, даже если она дорогая.
24. Мой сын (дочь) непонятлив(а). Легче самому два раза сделать, чем один раз объяснить ему (ей).
25. Моему сыну (дочери) нередко приходится (или приходилось раньше) присматривать за младшим братом (сестрой).
26. Нередко бывает так: напоминаю, напоминаю сыну (дочери) сделать что-нибудь, а потом плюну и сделаю сам(а).
27. Родители ни в коем случае не должны допускать, чтобы дети подмечали их слабости и недостатки.
28. Мой сын (дочь) сам(а) решает, с кем ему (ей) общаться.
29. Дети должны не только любить своих родителей, но и бояться их.
30. Я очень редко ругаю сына (дочь).
31. В нашей строгости к сыну (дочери) бывают большие колебания. Иногда мы очень строги, а иногда все разрешаем.
32. Мы с сыном понимаем друг друга лучше, чем мы с мужем.
33. Меня огорчает, что мой сын (дочь) слишком быстро становится взрослым.

34. Если ребенок упрямится, потому что плохо себя чувствует, лучше всего сделать так, как он хочет.
35. Мой ребенок рос слабым и болезненным.
36. Если бы у меня не было детей, я бы добился (добилась) в жизни гораздо большего.
37. У моего сына (дочери) есть слабости, которые не исправляются, хотя я упорно с ними борюсь.
38. Нередко бывает, что, когда я наказываю моего сына (дочь), мой муж (жена) тут же начинает упрекать меня в излишней строгости и утешать его (ее).
39. Мужчины более склонны к супружеской измене, чем женщины.
40. Женщины более склонны к супружеской измене, чем мужчины.
41. Заботы о сыне (дочери) занимают большую часть моего времени.
42. Мне много раз приходилось пропускать родительские собрания.
43. Стараюсь купить ему (ей) все то, что он (она) хочет, даже если это стоит дорого.
44. Если подольше побыть в обществе моего сына (дочери), можно сильно устать.
45. Мне много раз приходилось поручать моему сыну (дочери) важные и трудные дела.
46. На моего сына (дочь) нельзя положиться в серьезном деле.
47. Главное, чему родители могут научить своих детей, — это слушаться.
48. Мой сын (дочь) сам(а) решает, курить ему (ей) или нет.
49. Чем строже родители к ребенку, тем лучше для него.
50. По характеру я — мягкий человек.
51. Если моему сыну (дочери) что-то от меня нужно, он (она) старается выбрать момент, когда я в хорошем настроении.
52. Когда я думаю о том, что когда-нибудь мой сын (дочь) вырастет и я буду ему (ей) не нужна, у меня портится настроение.

53. Чем старше дети, тем труднее иметь с ними дело.
54. Чаще всего упрямство ребенка бывает вызвано тем, что родители не умеют к нему подойти.
55. Я постоянно переживаю за здоровье сына (дочери).
56. Если бы у меня не было детей, мое здоровье было бы гораздо лучше.
57. Некоторые очень важные недостатки моего сына (дочери) упорно не исчезают, несмотря на все меры.
58. Мой сын (дочь) недолюбливает моего мужа (жену).
59. Мужчина хуже умеет понимать чувства другого человека, чем женщина.
60. Женщина хуже может понять чувства другого человека, чем мужчина.
61. Ради моего сына (дочери) мне от многого в жизни пришлось отказаться.
62. Бывало, что я не узнавал(а) о замечании или двойке в дневнике потому, что не посмотрел(а) дневник.
63. Я трачу на моего сына (дочь) значительно больше денег, чем на себя.
64. Не люблю, когда сын (дочь) что-то просит. Сам(а) лучше знаю, чего ему (ей) больше надо.
65. У моего сына (дочери) более трудное детство, чем у большинства его (ее) товарищей.
66. Дома мой сын (дочь) делает только то, что ему (ей) хочется, а не то, что надо.
67. Дети должны уважать родителей больше, чем всех других людей.
68. Мой сын (дочь) сам(а) решает, на что ему (ей) тратить свои деньги.
69. Я строже отношусь к своему сыну (дочери), чем другие родители к своим.
70. От наказаний мало проку.
71. Члены нашей семьи неодинаково строги с сыном (дочерью). Одни балуют, другие, наоборот, очень суровы.
72. Мне бы хотелось, чтобы мой сын (дочь) не любил(а) никого, кроме меня.

73. Когда мой сын (дочь) был маленький, он (она) мне нравился больше, чем теперь.
74. Часто я не знаю, как правильно поступить с моим сыном (дочерью).
75. В связи с плохим здоровьем сына (дочери) нам приходилось в детстве многое позволять ему (ей).
76. Воспитание детей — тяжелый и неблагодарный труд. Им отдаешь все, а взамен не получаешь ничего.
77. С моим сыном (дочерью) мало помогает доброе слово. Единственное средство — это строгие постоянные наказания.
78. Мой муж (жена) старается настроить сына (дочь) против меня.
79. Мужчины чаще, чем женщины, действуют безрассудно, не обдумав последствий.
80. Женщины чаще, чем мужчины, действуют безрассудно, не обдумав последствий.
81. Я все время думаю о моем сыне (дочери), о его (ее) делах, здоровье и т. д.
82. Нередко мне приходится (или приходилось) подписываться в дневнике за несколько недель сразу.
83. Мой сын (дочь) умеет добиться от меня того, чего он хочет.
84. Мне больше нравятся тихие и спокойные дети.
85. Мой сын (дочь) много помогает мне (дома, на работе).
86. У моего сына (дочери) мало обязанностей по дому.
87. Даже если дети уверены, что родители не правы, они должны делать так, как говорят старшие.
88. Выходя из дома, мой сын (дочь) редко говорит, куда он (она) идет.
89. Бывают случаи, когда лучшее наказание — ремень.
90. Многие недостатки в поведении моего сына (дочери) прошли сами собой с возрастом.
91. Когда наш сын (дочь) что-то натворит, мы беремся за него (нее). Если все тихо, мы опять оставляем его (ее) в покое.

92. Если бы мой сын не был бы моим сыном, а я была бы моложе, то я бы наверняка в него влюбилась.
93. Мне интереснее говорить с маленькими детьми, чем с большими.
94. В недостатках моего сына (дочери) виноват(а) я сам(а), потому что не сумел(а) его (ее) воспитать.
95. Только благодаря нашим огромным усилиям сын (дочь) остался (осталась) жить.
96. Нередко завидую тем, кто живет без детей.
97. Если предоставить моему сыну (дочери) свободу, он (она) немедленно использует это во вред себе или окружающим.
98. Нередко бывает, что, если я говорю сыну (дочери) одно, муж (жена) специально говорит наоборот.
99. Мужчины чаще, чем женщины, думают только о себе.
100. Женщины чаще, чем мужчины, думают только о себе.
101. Я трачу на сына (дочь) больше сил и времени, чем на себя.
102. Я довольно мало знаю о делах сына (дочери).
103. Желание моего сына (дочери) для меня — закон.
104. Когда мой сын был маленьким, он очень любил спать со мной.
105. У моего сына (дочери) плохой желудок.
106. Родители нужны ребенку, лишь пока он не вырос. Потом он все реже вспоминает о них.
107. Ради сына (дочери) я пошел (пошла) бы на любую жертву.
108. Моему сыну (дочери) нужно уделять значительно больше времени, чем я могу.
109. Мой сын (дочь) умеет быть таким милым, что я ему (ей) все прощаю.
110. Мне бы хотелось, чтобы сын женился попозже, после 30 лет.
111. Руки и ноги моего сына (дочери) часто бывают очень холодными.

112. Большинство детей — маленькие эгоисты. Они совсем не думают о здоровье и чувствах своих родителей.
113. Если не отдавать моему сыну (дочери) все время и силы, то все может плохо кончиться.
114. Когда все благополучно, я меньше всего интересуюсь делами сына (дочери).
115. Мне очень трудно сказать своему ребенку «нет».
116. Меня огорчает, что мой сын (дочь) все менее нуждается во мне.
117. Здоровье моего сына (дочери) хуже, чем у большинства его (ее) сверстников.
118. Многие дети испытывают слишком мало благодарности по отношению к родителям.
119. Мой сын (дочь) не может обходиться без моей постоянной помощи.
120. Большую часть своего свободного времени сын (дочь) проводит вне дома.
121. У моего сына (дочери) очень много времени на развлечения.
122. Кроме моего сына мне больше никто на свете не нужен.
123. У моего сына (дочери) прерывистый и беспокойный сон.
124. Нередко думаю, что слишком рано женился (вышла замуж).
125. Все, чему научился мой ребенок к настоящему моменту (в учебе, в работе или в чем-либо другом), он добился только благодаря моей постоянной помощи.
126. Делами сына (дочери) в основном занимается мой муж (жена).
127. Кончив уроки (или придя домой с работы), мой сын (дочь) занимается тем, что ему (ей) нравится.
128. Когда я вижу или представляю сына с девушкой, у меня портится настроение.
129. Мой сын (дочь) часто болеет.
130. Семья не помогает, а осложняет мою жизнь.

## Бланк для ответов опросника АСВ

					Эта часть испытуемым не показывается	
					ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ ЗНАЧЕНИЯ	
					Названия шкал	
1	21	41	61	81	Г+	7
2	22	42	62	82	Г-	8
3	23	43	63	83	У+	8
4	24	44	64	84	У-	4
5	25	45	65	85	Т+	4
6	26	46	66	86	Т-	4
7	27	47	67	87	З+	4
8	28	48	68	88	З-	3
9	29	49	69	89	С+	4
10	30	50	70	90	С-	4
11	31	51	71	91	Н	5
12	32		72	92	РРЧ	6
13	33	53	73	93	ПДК	4
14	34	54	74	94	ВН	5
15	35	55	75	95	ФУ	6
16	36	56	76	96	НРЧ	7
17	37	57	77	97	ПНК	4
18	38	58	78	98	ВК	4
19	39	59	79	99	ПЖК	4
20	40	60	80	100	ПМК	4
101	107	113	119	125	Г+	
102	108	114	120	126	Г-	
103	109	115	121	127	У+	
104	110	116	122	128	РРЧ	
105	111	117	123	129	ФУ	
106	112	118	124	130	НРЧ	



Ф.И.О.
Фамилия и имя сына (дочери)
Сколько ему (ей) лет?
Кто заполнял (отец, мать, другой воспитатель)

## **Сущность и интерпретация полученных результатов**

### **Нарушение процесса воспитания в семье.**

Ниже приводятся описание тех шкал опросника АСВ, которые предназначены для диагностики нарушений воспитания и для выявления типов негармоничного (патологизирующего) семейного воспитания.

#### ***А. Уровень протекции в процессе воспитания***

Речь идет о том, сколько сил, внимания, времени уделяют родители воспитанию ребенка. К нарушениям приводят два полярных уровня протекции: чрезмерная (гиперпротекция) и недостаточная (гипопротекция).

**Гиперпротекция** (шкала Г+). При гиперпротекции родители уделяют ребенку крайне много времени, сил и внимания, его воспитание становится центральным делом их жизни. К типичным высказываниям таких родителей относятся: «Все, что я делаю, я делаю ради своего ребенка»; «Мой ребенок для меня — самое главное в жизни»; «Заботы о ребенке занимают большую часть моего времени» и пр.

**Гипопротекция** (шкала Г-). Ситуация, при которой ребенок или подросток оказывается на периферии внимания родителя, до него «не доходят руки» или родителю «не до него». К ребенку обращаются лишь время от времени, когда случается что-то серьезное.

#### ***Б. Степень удовлетворения потребностей ребенка***

Речь идет о том, в какой мере деятельность родителей нацелена на удовлетворение потребностей ребенка, как материально-бытовых (питание, одежда, игрушки и т. п.), так и духовных — прежде всего в общении с родителями, в их любви и внимании. Данная характеристика принципиально

отличается от уровня протекции, поскольку характеризует не меру занятости родителей воспитанием ребенка, а степень удовлетворения его собственных потребностей. Так называемое «спартанское воспитание» является с одной стороны примером высокого уровня протекции, поскольку родитель много занимается воспитанием, но и низкого уровня удовлетворения потребностей ребенка — с другой. В рамках данной характеристики также возможны два полярных отклонения.

*Потворствование* (шкала У+). О потворствовании мы говорим в тех случаях, когда родители стремятся удовлетворять любые потребности ребенка или подростка — «балуют» его. Любое его желание для них закон. Объясняя необходимость такого воспитания, родители приводят аргументы, являющиеся типичной рационализацией: «слабость ребенка», его исключительность, желание дать ему то, чего сами были лишены в свое время, что ребенок растет без отца и т. д. Типичные высказывания приведены в шкале У+. При потворствовании родители нередко бессознательно проецируют на детей свои неудовлетворенные потребности.

*Игнорирование потребностей ребенка* (шкала У—). Данный стиль воспитания противоположен потворствованию и характеризуется недостаточным стремлением родителя удовлетворять потребности ребенка. Чаще при этом страдают духовные запросы, особенно потребность в эмоциональном контакте, общении с родителем.

### ***В. Количество требований, предъявляемых ребенку в семье***

Требования к ребенку со стороны родителей — неотъемлемая часть воспитательного процесса. Они выступают, во-первых, в виде *обязанностей* ребенка, то есть тех заданий, которые он выполняет. Это учеба, уход за собой, участие в организации быта, помощь другим членам семьи. Во-вторых, требования проявляются как *запреты* родителей, устанавливающие, что ребенок не должен делать. Наконец, невыполнение требований ребенком может повлечь за собой применение *санкций* со стороны родителей — от мягкого осуждения до суровых наказаний.

Формы нарушений системы требований к ребенку различны, поэтому высказывания родителей, отражающие их, представлены в целом ряде шкал: Т+, Т-; 3+, 3-; С+, С-.

*Чрезмерность требований-обязанностей* (шкала Т+). Именно это качество лежит в основе патологизирующего воспитания типа «повышенная моральная ответственность». Требования к ребенку в этом случае очень велики, непомерны, не соответствуют его возможностям и не только не содействуют полноценному развитию личности, но, напротив, могут нанести психологическую травму.

*Недостаточность требований-обязанностей* (шкала Т-). В этом случае количество обязанностей в семье у ребенка минимальное. Эта особенность воспитания проявляется в высказываниях родителей о том, как трудно привлечь ребенка к какому-либо домашнему делу.

*Чрезмерность требований-запретов* (шкала 3+). Такой подход может лежать в основе патологизирующего воспитания типа «доминирующая гиперпротекция». В этой ситуации ребенку «все нельзя». Ему предъявляется огромное количество требований, ограничивающих свободу и самостоятельность. У стеничных детей и подростков такое воспитание форсирует возникновение реакций оппозиции и эмансипации, у менее стеничных — предопределяет развитие черт сенситивной и тревожно-мнительной акцентуаций. Типичные высказывания родителей отражают их страх перед любыми проявлениями самостоятельности ребенка. Этот страх проявляется в резком преувеличении последствий, к которым может привести хотя бы незначительное нарушение запретов, а также в стремлении подавить самостоятельность мысли ребенка.

*Недостаточность требований-запретов к ребенку* (шкала 3-). В этом случае ребенку «все можно». Даже если и существуют какие-либо запреты, ребенок или подросток легко их нарушает, зная, что с него никто не спросит. Он сам определяет круг своих друзей, время еды, прогулок, свои занятия, время возвращения вечером, вопрос о курении и об употреблении спиртных напитков. Он ни за что не отчитывается

ся перед родителями, которые при этом не хотят или не могут установить какие-либо рамки для его поведения. Данное воспитание стимулирует развитие гипертимного и особенно неустойчивого типа личности у подростка.

*Чрезмерность (строгость) санкций (наказаний)* за нарушение требований ребенком (шкала С+). Чрезмерность санкций характерна для воспитания по типу «жестокое обращение». Такие родители — приверженцы строгих наказаний, неадекватно реагирующие даже на незначительные проступки. Типичные высказывания отражают их убеждение в пользе строгого обращения с детьми и подростками (см. шкалу С+).

*Минимальность санкций (наказаний)* за нарушение требований ребенком (шкала С—). Такие родители либо предпочитают обходиться вовсе без наказаний, либо применяют их крайне редко. Они сомневаются в результативности наказания и полагаются на поощрения.

#### ***Г. Неустойчивость стиля воспитания (шкала Н)***

Под неустойчивым воспитанием (Н) мы понимаем резкую смену воспитательных приемов. Оно проявляется как колебания между строгим и либеральным стилем, между повышенным вниманием к ребенку и его эмоциональным отвержением.

Неустойчивость стиля воспитания содействует формированию таких черт, как упрямство, склонность противостоять любому авторитету, и нередко встречается в семьях детей и подростков с отклонениями характера. Обычно родители признают факт незначительных колебаний в воспитании ребенка, однако недооценивают размах и частоту этих колебаний.

### **Диагностика типов негармоничного (патологизирующего) воспитания**

Перечисленные нарушения семейного воспитания могут встречаться в разных сочетаниях. Однако особое значение с точки зрения анализа причин таких состояний, как характерологические нарушения, расстройства личности, а также непсихотические психогенные нарушения поведения и

неврозы, имеют следующие устойчивые сочетания (табл.). Они образуют типы негармоничного (патологизирующего) воспитания ребенка в семье.

Таблица

**Диагностика типов  
негармоничного семейного воспитания**

– Тип воспитания	Устойчивые сочетания особенностей воспитательного процесса				
	Уровень протекции П (Г+, Г–)	Полнота удовлетворения потребностей У (У+, У–)	Степень предъявления требований Т (Т+, Т–)	Степень запретов З (З+, З–)	Строгость санкций С (С+, С–)
Потворствующая гиперпротекция	+	+	–	–	–
Доминирующая гиперпротекция	+	±	±	+	±
Повышенная моральная ответственность	+	–	±	±	+
Эмоциональное отвержение	–	–	±	±	±
Жестокое обращение	–	–	±	±	+
Гипопротекция	–	–	–	–	±

*Примечание:* «+» означает чрезмерную выраженность соответствующей особенности; «–» — недостаточную выраженность; ± — означает, что при данном типе воспитания возможны как чрезмерность, так и недостаток указанной особенности.

*Потворствующая гиперпротекция* (сочетание черт, отраженных в шкалах Г+, У+ при Т–, З–, С–). Ребенок находится в центре внимания семьи, которая стремится к максимальному удовлетворению его потребностей. Этот тип воспитания содействует развитию демонстративных и гипертимных черт личности у детей и подростков.

*Доминирующая гиперпротекция* (Г+, У±, Т±, З+, С±). Ребенок также в центре внимания родителей, которые отдают

ему много сил и времени, однако в то же время лишают его самостоятельности, ставя многочисленные ограничения и запреты. У гипертимных подростков такие запреты усиливают реакцию эмансипации и обуславливают острые аффективные всплески экстрапунитивного типа. При тревожно-мнительном и астеническом типах акцентуаций доминирующая гиперпротекция значительно усиливает астенические черты.

*Повышенная моральная ответственность* (Г+, У-, Т+, З+, С±). Этот тип воспитания характеризуется сочетанием высоких требований к ребенку с пониженным вниманием к его потребностям. Стимулирует развитие черт тревожно-мнительной акцентуации личности.

*Эмоциональное отвержение* (Г-, У-, Т+, З±, С±). В крайнем варианте — это воспитание по типу «Золушки». В основе эмоционального отвержения лежит осознаваемое или — чаще — неосознаваемое отождествление родителями ребенка с какими-либо отрицательными аспектами собственной жизни. Ребенок в этой ситуации может ощущать себя помехой в жизни родителей, которые устанавливают в отношениях с ним большую дистанцию. Эмоциональное отвержение формирует и усиливает черты инертно-импульсивной акцентуации и эпилептоидного расстройства личности, ведет к декомпенсации и формированию невротических расстройств у подростков с эмоционально-лабильной и астенической акцентуациями.

*При жестоком обращении родителей с детьми* (Г-, У-, Т±, З±, С+) на первый план выходит эмоциональное отвержение, которое проявляется в форме наказания: избивание и истязание, лишение удовольствий, фрустрация потребностей.

*Гипопротекция* (гипоопека — Г-, У-, Т-, З-, С±). Ребенок предоставлен самому себе, родители не интересуются им и не контролируют его. Подобное воспитание особенно неблагоприятно при акцентуациях гипертимного и неустойчивого типов.

## Психологические причины нарушений в семейном воспитании

Причины патологизирующего воспитания различны. Порой это определенные обстоятельства в жизни семьи, мешающие наладить адекватное взаимодействие. В этом случае показано повышение психологической грамотности родителей (разъяснительная работа) и рациональная психотерапия. Однако нередко основную роль в нарушении воспитательного процесса играют особенности самих родителей. Довольно часто в практике психотерапевта встречаются две группы причин: личностные расстройства самих родителей и их психологические проблемы, решаемые за счет ребенка.

### *А. Личностные расстройства родителей*

Акцентуации и расстройства личности родителей нередко предопределяют нарушения в воспитании детей. При *неустойчивой* акцентуации родитель чаще склонен проводить воспитание, характеризующееся *гипопротекцией*, пониженным удовлетворением потребностей ребенка и уровнем требований к нему.

*Инертно-импульсивная акцентуация* чаще других обуславливает *доминирование, жестокое обращение* с ребенком. *Доминирование* может быть также связано с чертами *тревожной мнительности*.

*Демонстративно-гиперкомпенсаторная* акцентуация личности у родителей нередко предрасполагает к *противоречивому типу* воспитания: демонстрируемая забота и любовь к ребенку при зрительях сочетается с эмоциональным отвержением при отсутствии таковых.

В случаях, когда с помощью опросника АСВ выявлены перечисленные типы негармоничного воспитания, с помощью дополнительных методов психодиагностики необходимо выявить особенности личности родителей, чтобы убедиться в том, что именно они играют решающую роль в возникновении нарушений. Затем психолог и психотерапевт работают над осознанием родителями взаимосвязи между их

личностными особенностями, типом воспитания и нарушениями поведения у подростка или ребенка.

***Б. Психологические (личностные) проблемы родителей, решаемые за счет ребенка***

В этом случае в основе негармоничного воспитания лежит какая-то личностная проблема родителя, чаще всего носящая характер неосознаваемой потребности. Родитель пытается разрешить эту проблему (удовлетворить потребность) за счет воспитания ребенка. Попытки разъяснительной работы, уговоров сменить стиль воспитания тут неэффективны. Перед психологом и психотерапевтом встает трудная задача выявить психологическую проблему у родителя, помочь ему осознать ее, преодолев действие защитных механизмов.

*Расширение сферы родительских чувств* (шкала РРЧ). Соответствующее нарушение воспитания — повышенная протекция (потворствующая или доминирующая).

Такое нарушение воспитания возникает чаще всего тогда, когда супружеские отношения в силу каких-либо причин деструктивны: отсутствие супруга (смерть, развод) либо отношения с ним не удовлетворяют родителя, играющего основную роль в воспитании (несоответствие характеров, эмоциональная холодность и др.). Нередко при этом мать реже — отец, сами того не осознавая, хотят, чтобы ребенок или подросток стал для них чем-то большим, нежели просто ребенком. Родители стремятся к тому, чтобы он удовлетворил хотя бы часть потребностей, которые в обычной семье реализуются в отношениях супругов — во взаимной исключительной привязанности, частично — как эротические потребности. При этом мать нередко отказывается от вполне реальной возможности повторного замужества. Появляется стремление отдать ребенку (подростку) — чаще противоположного пола — «все чувства», «всю любовь». В детстве стимулируется эротическое отношение к родителям — ревность, детская влюбленность. Когда ребенок достигает подросткового возраста, у родителя возникает страх перед его самостоятельностью. Появляется стремление удержать его с помощью потворствующей или доминирующей гиперпротекции.



Стремление к расширению сферы родительских чувств за счет включения эротических потребностей в отношениях матери и ребенка, как правило, матерью не осознается. Эта психологическая установка проявляется косвенно, в частности в высказываниях, что ей никто не нужен кроме сына, и в характерном противопоставлении идеализированных отношений с сыном не удовлетворяющим ее отношениям с мужем. Иногда такие матери осознают свою ревность к подругам сына, хотя чаще ревность проявляется в виде многочисленных придирок к ним.

*Предпочтение в подростке детских качеств* (шкала ПДК). Соответствующее нарушение воспитания — потворствующая гиперпротекция. В этом случае родители склонны игнорировать взросление детей, стимулировать у них сохранение таких детских качеств, как непосредственность, наивность, игривость. Для таких родителей подросток все еще «маленький». Нередко они открыто признают, что маленькие дети вообще им нравятся больше, что с большими не так интересно. Страх перед взрослением детей иногда связан с особенностями биографии родителя (он имел младшего брата или сестру, на которых в свое время переместилась любовь родителей, в связи с чем свое старшинство он воспринимал как несчастье).

Рассматривая подростка как «еще маленького», родители снижают уровень требований к нему, создавая потворствующую гиперпротекцию и тем самым стимулируя развитие психического инфантилизма.

*Воспитательная неуверенность родителя* (шкала ВН). Соответствующее нарушение воспитания — потворствующая гиперпротекция либо просто пониженный уровень требований.

Воспитательную неуверенность можно назвать «слабым местом» личности родителя. В этом случае происходит перераспределение власти в семье между родителями и ребенком (подростком) в пользу последнего. Родитель идет на поводу у ребенка, уступает даже в тех вопросах, в которых уступать, по его же мнению, никак нельзя. Это происходит потому, что

подросток сумел найти к своему родителю подход, нащупал его «слабое место» и добивается для себя положения «минимум требований — максимум прав». Типичная комбинация в такой семье — бойкий, уверенный в себе подросток (ребенок), смело ставящий требования, и нерешительный, винящий себя во всех неудачах с ним родитель.

В одних случаях «слабое место» обусловлено тревожно-мнительными чертами личности родителя. В других эта особенность формируется во взаимоотношениях родителя с его собственными родителями. В определенных условиях дети, воспитанные требовательными, эгоцентричными взрослыми, видят в своих детях ту же требовательность и эгоцентричность и испытывают к ним то же чувство «неотплаченного долга», что испытывали ранее к собственным родителям. Неуверенные родители в типичном случае признают, что совершили массу ошибок в воспитании. Они боятся упрямства, сопротивления своих детей и находят довольно много поводов уступить им.

*Фобия утраты ребенка* (шкала ФУ). Соответствующее нарушение воспитания — потворствующая или доминирующая гиперпротекция. «Слабое место» — повышенная неуверенность, боязнь ошибиться, преувеличенные представления о «хрупкости» ребенка, его болезненности и т. д.

Один источник таких переживаний можно найти в истории появления ребенка на свет: его долго ждали, предприняв много усилий для лечения бесплодия, он родился хрупким и болезненным, с большим трудом удалось его выходить и т. д. Другой источник — перенесенные ребенком тяжелые заболевания, если они были длительными и частыми. Отношение родителей к ребенку или подростку формировалось под воздействием страха утраты. Этот страх заставляет родителей тревожно прислушиваться к любым пожеланиям ребенка и спешить удовлетворить их (потворствующая гиперпротекция), в других случаях — мелочно опекать его (доминирующая гиперпротекция). В типичных высказываниях родителей отражена их ипохондрическая боязнь за ребенка: они находят у него множество болезненных проявлений, свежи

воспоминания о прошлых переживаниях по поводу здоровья подростка.

*Неразвитость родительских чувств* (шкала НРЧ). Соответствующие нарушения воспитания — гипопротекция, эмоциональное отвержение, жестокое обращение.

Адекватное воспитание детей и подростков возможно лишь тогда, когда родителями движут достаточно сильные мотивы: чувство долга, симпатия, любовь к ребенку, потребность «реализовать себя в детях», «продолжить себя». Слабость, неразвитость родительских чувств нередко встречается у родителей подростков с отклонениями личностного развития. Однако это явление очень редко ими осознается. Внешне оно проявляется в нежелании иметь дело с ребенком (подростком), с ним разговаривать, в поверхностном интересе к его делам.

Причиной неразвитости родительских чувств у человека может быть то, что он сам в свое время не получил родительского тепла (отвержение в детстве собственными родителями). Другой причиной могут быть личностные особенности родителя, например выраженная интровертированность или шизоидность. Замечено, что родительские чувства слабее развиты у очень молодых людей, хотя усиливаются с возрастом (пример любящих бабушек и дедушек).

При относительно благоприятных условиях жизни семьи неразвитость родительских чувств обуславливает гипопротекцию и особенно эмоциональное отвержение. При трудных, напряженных, конфликтных отношениях в семье на ребенка часто перекладывают значительную долю родительских обязанностей (тип воспитания «повышенная моральная ответственность») либо к ребенку возникает раздражительно-враждебное отношение.

Типичные высказывания родителей содержат жалобы на то, насколько утомительны родительские обязанности, сожаление, что эти обязанности отрывают их от чего-то более важного и интересного. Для женщин с неразвитым родительским чувством довольно характерно стремление к эмансипации и желание любым путем «устроить свою жизнь».

*Проекция на ребенка (подростка) собственных нежелательных качеств* (шкала ПНК). Соответствующие нарушения воспитания — эмоциональное отвержение, жестокое обращение. Причиной такого воспитания нередко бывает то, что в ребенке родитель как бы видит черты характера, которые не признает в самом себе. Это могут быть: агрессивность, склонность к лени, влечение к алкоголю, негативизм, реакции протеста, несдержанность и т. д. Ведя борьбу с этими, истинными или мнимыми, качествами ребенка, родитель (чаще всего отец) извлекает из этого эмоциональную выгоду для себя. Борьба с нежелательным качеством в ком-то другом помогает ему поверить, что он сам свободен от данного качества. Родители много и охотно говорят о непримиримой и постоянной борьбе с отрицательными чертами и слабостями ребенка, о мерах и наказаниях, которые они тут применяют. В их высказываниях сквозит неверие в ребенка, нередко инквизиторские интонации с характерным стремлением в любом поступке выявить «истинную», т. е. неприглядную, причину. В качестве этой причины чаще всего и выступает особенность, с которой родитель неосознанно борется.

*Вынесение конфликта между супругами в сферу воспитания* (шкала ВК). Соответствующие нарушения — противоречивый тип воспитания — соединение потворствующей гиперпротекции одного родителя с отвержением либо доминирующей гиперпротекцией другого.

Конфликт во взаимоотношениях между супругами — нередкое явление, даже в относительно стабильных семьях. В подобных условиях воспитание превращается в «поле битвы» родителей. Здесь они получают возможность открыто выражать недовольство друг другом, руководствуясь «заботой о благе ребенка». При этом разница во мнениях чаще всего радикальна: один настаивает на самом строгом воспитании с повышенными требованиями, запретами и санкциями, другой же родитель склонен «жалеть» ребенка, идти у него на поводу.

Характерное проявление вынесения конфликта — выражение недовольства воспитательными методами другого супруга. При этом легко обнаружить, что каждого интересует не столько воспитание ребенка, сколько то, кто прав в воспитательных спорах. Шкала ВК отражает типичные высказывания «строгой» стороны. Это связано с тем, что именно строгая сторона, как правило, становится инициатором обращения к врачу или психологу.

*Сдвиг в установках родителя по отношению к ребенку в зависимости от пола ребенка* (шкала предпочтения мужских качеств — ПМК и шкала предпочтения женских качеств — ПЖК). Соответствующие нарушения воспитания — потворствующая гиперпротекция, эмоциональное отвержение.

Нередко отношение родителя к ребенку обусловлено не реальными особенностями ребенка, а такими чертами, которые родитель приписывает его полу, то есть мальчику или девочке вообще. Так, когда родитель предпочитает женские качества, наблюдается неосознанное неприятие ребенка-мальчика. В таком случае приходится сталкиваться со стереотипными суждениями о мужчинах вообще: «Мужчины в основном грубы, неопрятны. Они легко поддаются животным побуждениям, агрессивны и чрезмерно сексуальны, склонны к алкоголизму. Любой же человек, будь то мужчина или женщина, должен стремиться к противоположным качествам: быть нежным, деликатным, опрятным, сдержанным в чувствах». Именно такие качества родитель данного типа видит в женщинах. Примером тут может служить отец, видящий массу недостатков у сына и считающий, что таковы же и все его сверстники. В то же время этот отец без ума от младшей сестры мальчика, так как находит у нее одни достоинства. Тогда в отношении ребенка мужского пола формируется тип воспитания «эмоциональное отвержение». Возможен противоположный перекося с выраженной антиженской установкой, пренебрежением к матери ребенка, его сестрам. В этих условиях по отношению к мальчику может сформироваться воспитание по типу «потворствующей гиперпротекции».

## 1.5. ОПРОСНИК «ИЗМЕРЕНИЕ УСТАНОВОК В СЕМЕЙНОЙ ПАРЕ»

**Установка** — по Д. Узнадзе, готовность, предрасположенность субъекта к восприятию будущих событий и к действиям в определенном направлении; обеспечивает устойчивый целенаправленный характер протекания соответствующей деятельности, служит основой целесообразной избирательной активности человека. Речь идет именно о готовности к предстоящему действию. Если навык относится к периоду осуществления действия, то установка — к периоду, который ему предшествует.

Установка имеет весьма важное функциональное значение: это состояние готовности позволяет эффективнее выполнять соответствующее действие. Однако иногда механизмы установки могут ввести в заблуждение. Именно «ошибки установки», проявляющиеся в ошибочных действиях, восприятиях или оценках, относятся к ее самым выразительным проявлениям.

Это понятие занимает очень важное место — видимо, потому, что явления установки пронизывают практически все сферы психической жизни.

Установка — не частный психологический процесс, но нечто целостное, носящее центральный характер. Это проявляется и в том, что установка, будучи сформированной в одной сфере, переходит на другие. Установка возникает при взаимодействии индивида со средой, при «встрече» потребности с ситуацией ее удовлетворения; на базе установки, выражающей состояние всего субъекта как такового, деятельность может быть активизирована помимо участия его эмоциональных и волевых актов. Однако деятельность, хотя и свойственна человеку в плане «импульсивной» установки, не отражает, однако, его сущности. Специфически человеческое — это явление «объективации»: акт выделения действия из единства с субъектом, переживание действительности как существующей независимо от субъекта.

Объективация возникает, когда установка не обеспечивает адекватного действия; тогда возникает план сознания, в результате чего опять-таки вырабатывается готовность к деятельности — установка.

Понятие установки первоначально было введено в экспериментальной психологии немецкими психологами для обозначения обусловленного прошлым опытом фактора (готовности действовать некоторым образом), определяющего скорость реагирования на воспринимаемую ситуацию и некоторые иллюзии восприятия, а также для описания возникающего при постановке задачи неосознаваемого состояния готовности, обуславливающего направленность различных психических процессов.

Позднее понятие установки социальной — аттитюда — было введено в социальную психологию и социологию для обозначения субъективных ориентаций индивидов как членов группы (или общества) на некие ценности, предписывающих определенные социально принятые способы поведения.

Основной недостаток подобных интерпретаций установки состоит в том, что в них область социально-установочной регуляции поведения фактически ограничивается некими абстрактными условиями.

В качестве объяснительного принципа изучения психических явлений установка наиболее глубоко разработана Д. Узнадзе и его школой.

Установки могут проявляться в различных сферах психической жизни. Можно говорить об установках моторных, установках перцептивных, установках умственных.

Функция установки, ее эффекты и содержание раскрываются при изучении ее роли в регуляции деятельности. Здесь основные функции ее таковы: 1) установка определяет устойчивый, последовательный, целенаправленный характер протекания деятельности, выступает как механизм стабилизации, позволяющий сохранять ее направленность в непрерывно изменяющихся ситуациях; 2) установка освобождает

субъекта от необходимости принимать решения и произвольно контролировать протекание деятельности в стандартных, ранее встречавшихся ситуациях; 3) установка может выступать и как фактор, обуславливающий инертность, косность деятельности, затрудняющий приспособление к новым ситуациям.

Содержание установки зависит от места объективного фактора, вызывающего установку, в структуре деятельности. По тому, на какой фактор деятельности направлена установка (мотив, цель, условие деятельности), выделяют три иерархических уровня регуляции деятельности — уровни установок смысловых, целевых и операциональных.

## НАЗНАЧЕНИЕ

Опросник «Измерение установок в семейной паре» (Алешина и др., 1987) дает возможность исследовать взгляды испытуемых по десяти наиболее значимым в семейном взаимодействии сферам жизни. Рассматриваются как чисто «семейные» вопросы, так и позиция опрашиваемого относительно общих проблем (например, представление о людях вообще или альтернатива между чувством долга и стремлением к удовольствиям). Как инструмент для выявления индивидуальных характеристик опросник может быть использован при изучении различных проблем семьи.

Испытуемому предлагают 40 суждений, выражающих ту или иную позицию по десяти различным значимым сферам, таким, как: 1) отношение к людям; 2) альтернатива между чувством долга и удовольствием; 3) отношение к детям; 4) отношение к автономности или зависимости супругов; 5) отношение к разводу; 6) отношение к любви романтического типа; 7) оценка значения сексуальной сферы в семейной жизни; 8) отношение к «запретности секса»; 9) отношение к патриархальному или эгалитарному устройству семьи; 10) отношение к деньгам.

Респонденты должны оценить степень своего согласия с каждым утверждением.



**Инструкция:**

Просим оценить степень вашего согласия с предлагаемыми ниже суждениями, выражающими ту или иную позицию человека в жизни. Нет и не может быть правильных или неправильных ответов, важно, чтобы выбранный вариант наиболее полно отражал вашу личную точку зрения.

**Тест опросника**

1. Я думаю, что многих людей оставляют равнодушными неприятности окружающих:  
да, это так  
вероятно, это так  
вряд ли это так  
нет, это не так
2. Большинство людей заняты только собой, и их мало интересует, что происходит вокруг:  
да, это так  
вероятно, это так  
вряд ли это так  
нет, это не так
3. Я уверен(а), что существуют определенные моральные принципы, которыми следует руководствоваться в любых обстоятельствах:  
да, это так  
вероятно, это так  
вряд ли это так  
нет, это не так
4. Плохие поступки люди совершают чаще всего не по своей воле, а по вине обстоятельств:  
да, это так  
вероятно, это так  
вряд ли это так  
нет, это не так
5. Что бы человек ни делал, главное, чтобы он от этого получал удовольствие:  
да, это так

вероятно, это так

вряд ли это так

нет, это не так

6. Я считаю, что даже незнакомые охотно помогают друг другу, не говоря уже о близких людях:

да, это так

вероятно, это так

вряд ли это так

нет, это не так

7. Я думаю, что по возможности нужно избегать делать то, что тебе неприятно:

да, это так

вероятно, это так

вряд ли это так

нет, это не так

8. Чтобы быть счастливым, нужно прежде всего выполнять свои обязанности перед другими людьми:

да, это так

вероятно, это так

вряд ли это так

нет, это не так

9. Единственное, что придает смысл человеческой жизни, — это дети:

да, это так

вероятно, это так

вряд ли это так

нет, это не так

10. Я думаю, что супруги должны рассказывать друг другу обо всем, что их волнует:

да, это так

вероятно, это так

вряд ли это так

нет, это не так

11. Семья, в которой нет детей, — неполноценная семья:

да, это так

вероятно, это так

вряд ли это так

нет, это не так

12. Я думаю, что в хорошей семье супруги должны разделять различные хобби и увлечения друг друга:

да, это так

вероятно, это так

вряд ли это так

нет, это не так

13. Чем больше детей в семье, тем лучше:

да, это так

вероятно, это так

вряд ли это так

нет, это не так

14. Быть постоянным свидетелем ссор родителей для ребенка значительно тяжелее, чем остаться с одним из родителей после развода:

да, это так

вероятно, это так

вряд ли это так

нет, независимо от отношений родителей для ребенка

лучше жить с отцом и матерью

15. В хорошей семье супруги должны проводить свободное время всегда вместе:

да, это так

вероятно, это так

вряд ли это так

думаю, что свободное время следует проводить порознь

16. Радость, которую ребенок доставляет своим родителям, не компенсирует всего того, чего они лишаются из-за него:

да, это так

вероятно, это так

вряд ли это так

нет, ребенок в жизни семьи может заменить все

17. Я считаю, что настоящая любовь бывает один раз в жизни:

да, это так

вероятно, это так

вряд ли это так

нет, любить можно и несколько раз в жизни

18. Часто люди разводятся, не использовав всех возможностей наладить отношения:

да, это так

вероятно, это так

вряд ли это так

нет, это не так

19. Когда люди любят друг друга, то ничто их по-настоящему не радует, если рядом нет любимого человека:

да, это так

вероятно, это так

вряд ли это так

нет, любовь не означает, что ничто другое уже не радует

20. Я думаю, что взаимное уважение и любовь супругов друг к другу часто бывает важнее, чем сексуальная гармония между ними:

да, это так

вероятно, это так

вряд ли это так

нет, это не так

21. Развод, по-моему, дает человеку возможность в конце концов найти себе такого спутника жизни, какой ему нужен:

да, это так

вероятно, это так

вряд ли это так

нет, возможность развода лишь мешает этому

22. Я считаю, что если у любимого есть какие-то недостатки, то нужно стремиться исправить их, а не закрывать на них глаза:

да, это так

вероятно, это так

вряд ли это так

нет, если уж любишь человека, то любишь и его достоинства, и недостатки

23. В последнее время о сексуальных проблемах слишком уж много говорят:

да, это так  
вероятно, это так  
вряд ли это так  
нет, это не так

24. Я думаю, что доступность развода привела к тому, что рушатся многие браки, которые могли бы быть удачными, если бы развод был невозможен:

да, это так  
вероятно, это так  
вряд ли это так

нет, возможность развода помогает сохранить удачный брак и есть вероятность исправить ошибку

25. Я считаю, что все семейные проблемы легко разрешимы, если физическая близость обоим приносит настоящее удовлетворение:

да, это так  
вероятно, это так  
вряд ли это так  
нет, это не так

26. Если люди любят друг друга, то они каждую свободную минуту стремятся провести вместе:

да, это так  
вероятно, это так  
вряд ли это так

нет, я думаю, что то, что люди любят друг друга, не означает, что они постоянно хотят быть вместе

27. Я считаю, что лучше, чтобы супруги как можно реже обсуждали между собой проблемы, связанные с физической близостью:

да, это так  
вероятно, это так  
вряд ли это так  
нет, это не так

28. Я думаю, что значение сексуальной гармонии в семейной жизни обычно преувеличивается:

да, это так  
вероятно, это так

вряд ли это так

нет, это не так

29. Я считаю, что семейные отношения зависят только от того, как складываются сексуальные отношения супругов:

да, это так

вероятно, это так

вряд ли это так

нет, это не так

30. Секс может быть такой же темой для разговора между супругами, как и любая другая:

да, это так

вероятно, это так

вряд ли это так

нет, это не так

31. Я думаю, что не стоит обращаться к специалисту по поводу затруднений в своей сексуальной жизни:

да, это так

вероятно, это так

вряд ли это так

нет, необходимо обращаться

32. Современные женщины все реже соответствуют истинному идеалу женственности:

да, это так

вероятно, это так

вряд ли это так

нет, это не так

33. Как сейчас, так и в будущем все основные обязанности женщины будут связаны с домашним очагом, а мужчины — с работой:

да, это так

вероятно, это так

вряд ли это так

нет, это не так

34. Для современной женщины так же важно обладать деловыми качествами, как и для мужчины:

да, это так

- вероятно, это так  
вряд ли это так  
нет, для мужчины это значительно важнее
35. И жена, и муж должны иметь некоторую сумму, которую каждый может тратить так, как считает необходимым:  
да, это так  
вероятно, это так  
вряд ли это так  
нет, все траты нужно обсуждать вместе
36. Профессиональные успехи жены мешают счастливой семейной жизни:  
да, это так  
вероятно, это так  
вряд ли это так  
нет, это не так
37. Если есть деньги, то не стоит раздумывать, купить или не купить понравившуюся вещь:  
да, это так  
вероятно, это так  
вряд ли это так  
нет, это не так
38. Я думаю, что следует регистрировать (например записывать) все произведенные расходы:  
да, это так  
вероятно, это так  
вряд ли это так  
нет, это не так
39. Бюджет семьи необходимо планировать до мельчайших покупок:  
да, это так  
вероятно, это так  
вряд ли это так  
нет, я думаю, планировать бюджет не надо
40. Я считаю, что необходимо делать сбережения, даже если при этом приходится себе в чем-то отказывать:  
да, это так  
вероятно, это так

вряд ли есть смысл делать сбережения, если средств не достаточно

делать сбережения следует только в том случае, если для этого не надо экономить

Все суждения группируются по 10 установочным шкалам:

1-я шкала: отношение к людям (позитивность отношения к людям): суждения № 1, 2, 4, 6;

2-я шкала: альтернатива между чувством долга и удовольствием: суждения № 3, 5, 7, 8;

3-я шкала: отношение к детям (значение детей в жизни человека): суждения № 9, 11, 13, 16;

4-я шкала: ориентация на преимущественно совместную или же преимущественно раздельную деятельность, автономность супругов или же зависимость супругов друг от друга: суждения № 10, 12, 15, 35;

5-я шкала: отношение к разводу: суждения № 14, 18, 21, 24;

6-я шкала: отношение к любви романтического типа: суждения № 17, 19, 22, 26;

7-я шкала: оценка значения сексуальной сферы в семейной жизни: суждения № 20, 25, 28, 29;

8-я шкала: отношение к «запретности секса» (представление о запретности сексуальной темы): суждения № 23, 27, 30, 31;

9-я шкала: отношение к патриархальному или эгалитарному устройству семьи (ориентация на традиционные представления): суждения № 32, 33, 34, 36;

10-я шкала: отношение к деньгам (легкость трат — бережливость): суждения № 37, 38, 39, 40.

По каждой шкале считается среднее арифметическое значение четырех ответов; альтернативам приписываются следующие значения: 4 («да, это так»); 3 («вероятно, это так»); 2 («вряд ли это так»); 1 («нет, это не так»), т. е. обработка по шкалам ведется следующим образом:

1-я шкала ( $-1-2+4+6$ ): 4 — чем выше балл, тем оптимистичнее представление респондента о людях вообще;



2-я шкала (3—5—7+8): 4 — чем выше балл, тем ярче выражена ориентация респондента на долг по сравнению с удовольствием;

3-я шкала (9+11+13—16): 4 — чем выше балл, тем более значимой представляется роль детей в жизни человека;

4-я шкала (10+12+15—35): 4 — чем выше балл, тем выраженнее у респондента ориентация на совместную деятельность супругов во всех сферах семейной жизни;

5-я шкала (—14+18—21+24): 4 — чем выше балл, тем менее лояльно отношение респондента к разводу;

6-я шкала (17+19+22+26): 4 — чем выше балл, тем ярче выражена ориентация на романтическую любовь;

7-я шкала (20—25+28—29): 4 — чем выше балл, тем менее значимой представляется сексуальная сфера в семейной жизни;

8 шкала (23+27—30+31): 4 — чем выше балл, тем более запретной представляется сексуальная тема;

9 шкала (—32—33+34—36): 4 — чем выше балл, тем менее традиционно представление о роли женщины;

10 шкала (—37+38—39+40): 4 — чем выше балл, тем бережливее респондент относится к деньгам, чем ниже — тем легче он относится к их трате.

## **1.6. ОПРОСНИК ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «ТИПЫ ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ»**

**Воспитание** — деятельность по передаче новым поколениям общественно-исторического опыта; планомерное и целенаправленное воздействие на сознание и поведение человека с целью формирования определенных установок, понятий, принципов, ценностных ориентаций, обеспечивающих условия для его развития, подготовки к общественной жизни и труду. Рассматривая воспитание как процесс, осуществляемый при взаимодействии воспитателей и воспитуемых, а также при взаимодействии самих воспитуемых — полноправных субъектов, а не только объектов воспитания. Отечественная психология изучает закономерности саморазвития личности

в условиях специально организованной воспитательной системы, обеспечивающей не приспособление под растущего человека к существующим формам социального бытия, не подгонку под определенный стандарт, но целенаправленное развитие каждого ребенка как неповторимой человеческой индивидуальности. Организация воспитания связана с построением такой общественной практики, которая направляет развитие субъективного мира человека, содействуя осознанному принятию им общественных ценностей, самостоятельности в решении сложных нравственных проблем в соответствии с образцами и идеалами общества.

## **Назначение**

Опросник предназначен для определения типов воспитания родителями своих детей.

## **Инструкция**

Уважаемый родитель!

В предлагаемом опроснике вы найдете ряд различных утверждений, мнений, даже откровений о некоторых типах воспитания детей. Все из этих утверждений носят порядковые номера. Эти же порядковые номера найдете вы и в «Бланке для ответов». Номера тех утверждений на опроснике, с которыми вы полностью согласны (совпадение вашего мнения и предлагаемого вам утверждения), обведите маленьким кружком. Остальные номера перечеркните.

1. В нашем доме главный — наш ребенок.
2. Не могу себе даже представить, чтобы мой ребенок что-то сделал, предварительно не посоветовавшись со мной.
3. Вы поймите, я не успеваю переделать за день все свои дела, и, конечно, мне не до души ребенка.
4. Мой ребенок должен быть мне благодарен, что воспитывается не в детском доме, а в семье.
5. Как бы мой ребенок ни старался угодить мне, я в нем вижу только недостатки.
6. Если мой ребенок провинился, я сдеру с него три шкуры.

7. Я все время вдалбливаю своему ребенку, чтоб он делал все только на совесть.
8. Я прощаю все капризы своему ребенку, лишь бы он был у меня здоровым.
9. Чем часами уделять внимание своему ребенку, для меня гораздо проще что-нибудь ему купить.
10. Мой ребенок всегда знает, к кому надо обратиться в данной ситуации (маме или папе), чтобы получить желанный для него.ответ.
11. Раньше я все позволял (ла) своему ребенку, а теперь не позволяю ничего.
12. Мой ребенок с самого рождения уже знает, что ему нет равных.
13. Мой ребенок никогда сам без меня не примет никаких решений.
14. Я даю ребенку все: еду, одежду, кров — так зачем же еще уделять ему внимание.
15. Если бы вы только знали, как мешает мне ребенок!
16. Мой ребенок в тысячу раз хуже, чем ребенок у соседей.
17. Мнение ребенка ничего не стоит, мнение родителей — закон.
18. Я считаю: прежде всего у ребенка должны быть обязанности, а потом — права.
19. Я оберегаю своего ребенка от всего на свете. Он прекрасно знает, как мне дорого его здоровье.
20. Мой ребенок привык получать подарки каждый день. Не пойму, чем он все время недоволен.
21. В нашем доме каждый взрослый пользуется только своим стилем воспитания ребенка.
22. Моя дочь (мой сын) никак не понимает, что раз у нее теперь есть младший брат (сестра), мы не можем уделять ей максимум внимания.
23. Я живу лишь ради своего ребенка.
24. Не понимаю, почему все упрекают меня, что мой ребенок живет по подсказкам. Пусть по подсказкам, но зато моим...
25. Мне приходится воспитывать ребенка в основном по телефону.

26. Я не собираюсь уделять внимание своему ребенку. Мне его никто не уделял.
27. Я противопоставляю своего ребенка другим детям для его же блага.
28. Лучший способ воспитания — ремень.
29. Наш ребенок знает, что он должен оправдать наши надежды.
30. Я всегда иду на поводу у своего ребенка, помня о его плохом здоровье.
31. Мой ребенок не нуждается ни в чем. У него есть даже «птичье молоко».
32. У нас с мужем (женой) расхождения во взглядах на вопросы воспитания детей.
33. Не пойму, какая здесь трагедия, если теперь старшему ребенку достается меньше нежности и ласки, чем когда-то раньше, когда он еще в семье был лишь один.
34. Смысл моей жизни — это мой ребенок.
35. Мой ребенок никогда не совершит поступок, угрожающий его здоровью.
36. У меня нет времени знакомиться с друзьями моего ребенка.
37. Если даже мой ребенок не ночует дома — это его дело.
38. Моя дочь (мой сын) в сто раз способнее, чем сын (дочь).
39. Только страх, страх наказания — узда для моего ребенка.
40. Мой ребенок наравне со всеми отвечает за порядок в доме.
41. Если мой ребенок начинает жаловаться на свое здоровье, я лишаясь полностью покоя.
42. Мой ребенок знает, как я занят (а) на работе и моя зарплата мне необходима, чтоб он не нуждался, как другие дети.
43. Моему ребенку надо целый день лавировать между мной и мужем (женой), бабушкой и бабушкой, чтобы угодить нам всем.
44. После появления в семье новорожденного нам пришлось невольно поменять свой метод воспитания по отношению к старшему ребенку.

45. Мой ребенок привык жить в семье в атмосфере поклонения и восхищения.
46. Я продумал (ла) всю жизнь своего ребенка до малейших мелочей.
47. Мое дело приготовить что-то для ребенка. Съест ли он — это его забота.
48. Я не дам даже копейки на игрушки для ребенка. Надо же, чего он захотел.
49. Мне приходится все время поправлять своего сына (свою дочь). Что бы он (она) ни делал (а), он (она) все делает хуже других.
50. Дисциплина — это наказание и страх.
51. Мой ребенок знает, что ему необходимо заниматься музыкой и языком, чтобы чего-то достичь в жизни.
52. Когда мой ребенок заболеет, я готов (а) выполнить его любую прихоть.
53. Если у меня вдруг будет выбор: ехать мне в командировку или же побыть с ребенком, я, конечно, выберу командировку, потому что это важно для карьеры, а ребенку привезу подарок.
54. В нашем доме постоянные дискуссии о том, как надо правильно воспитывать ребенка.
55. Я теперь уже не балую ребенка, пусть довольствуется тем, что он имеет.
56. Все, что хочет мой ребенок, — для меня закон.
57. По возможности, где только можно, я оберегаю своего ребенка.
58. Мне родители почти не уделяли в детстве времени на мои заботы. Почему я должен (на) уделять?
59. Я совсем не для того позволил (а) себе иметь ребенка, чтобы думать каждый день во что его обуть, одеть, чем накормить. Пусть лучше думает об этом государство.
60. Я думаю, что лучший метод воспитания — противопоставление ребенка другим детям.
61. ишь ремнем я отрезвляю своего ребенка.
62. В те часы, когда я на работе, старший сын (дочь) заботится о младших.

63. Мне все время кажется, что мой ребенок заболел.
64. Если бы я сидел (а) со своим ребенком дома, он бы не имел такие дорогие необычные игрушки, вызывающие зависть у других детей.
65. В выходные дни я занимаюсь перевоспитанием ребенка, потому что в дни, когда я на работе, бабушка и дедушка балуют его.
66. Моя дочь (мой сын) никак не может свыкнуться с той мыслью, что у нас в семье теперь кумир другой.
67. В нашем доме дышат все лишь в такт дыханию ребенка.
68. Если что-то я диктую своему ребенку, то из самых благих побуждений.
69. Я, конечно, за развитие ребенка, но мне жалко тратить время на него.
70. Еще не хватало, чтобы я заботился (лась) о своем ребенке.
71. Я даже не скрываю то, что у меня среди моих детей есть свой любимчик.
72. Я не «пряником» воспитываю своего ребенка, а «кнутом».
73. Я привык (ла) поручать ребенку все ответственные взрослые дела.
74. Я согласен (на), чтобы мой ребенок рос под колпаком, только бы он больше не болел.
75. Не пойму, что не хватает моему ребенку. Мы купили ему даже видеокамеру.
76. Из-за нашего ребенка у нас дома постоянные скандалы, потому что мы не сходимся с женой (мужем) во взглядах на проблемы воспитания детей.
77. Моя дочь (сын) никак не хочет примириться с тем, что после моего развода с ее (его) папой у меня совсем уже нет денег, чтобы выполнять все прихоти ее (его).
78. Мой ребенок знает, что он самый лучший.
79. Мой ребенок во всем полагается только на мой вкус.
80. Пусть воспитывают моего ребенка воспитатели.
81. Когда мой ребенок заболел, я врача не вызываю — выздоровеет сам.
82. Моя дочка (сын), видно, ожидает сказочного принца (принцессу), хотя ей (ему) еще так далеко до сказочной принцессы (принца).

83. Я привык (ла), чтоб мой ребенок мне беспрекословно подчинялся.
84. Мой ребенок знает, что он должен быть отличником, иначе — я не потерплю.
85. Когда мой ребенок себя плохо чувствует, я дрожу над ним, как будто он новорожденный.
86. Думаю, что мой ребенок рад, когда себя я заменяю ему новой безделушкой.
87. То, что я сегодня разрешаю делать своему ребенку, завтра запрещает ему папа (мама).
88. Я сменил (а) свой стиль воспитания ребенка для его же пользы.
89. Если даже мой ребенок будет требовать луну, я ему ее достану.
90. Мой ребенок не имеет никаких забот, зная то, что обо всем я позабочусь сам (а).
91. Мой ребенок полностью свободен: хочет — ходит в школу (детский сад), хочет — нет.
92. Не скрываю, меня не волнует, где и с кем проводит время мой ребенок.
93. Моя дочь (сын) все время грезит наяву, как будто бы во сне. Лучше б она (он) занималась (лся) делом и хоть чем-то походил (а) бы на брата (сестру).
94. Я держу своих детей в «ежовых рукавицах».
95. Я все время доверяю своему ребенку полностью вести наше хозяйство.
96. Чтобы мой ребенок лишний раз не заразился от других детей, ему я запрещаю ходить в гости, театр, цирк, кино.
97. Мой ребенок мной всегда гордится. Я достиг (ла) всего, и он имеет все. Для чего ж ему необходимо еще и общение со мною.
98. Мой ребенок никогда не знает, что ему сегодня «можно», что «нельзя».
99. Раз мой муж (жена) нашел(а) себе другую, новую семью, я не могу по-старому баловать ребенка.
100. Мой ребенок знает, что он — идеал.

101. Даже если мой ребенок не родился вундеркиндом, я все сделаю, чтоб он им был.
102. Безусловно, мне важнее пойти в магазин, чем потратить время на прогулку с собственным ребенком.
103. Мой ребенок — лишняя обуза для меня.
104. Младший сын (дочь) меня все время раздражает. Хорошо, что у нас есть еще один ребенок.
105. Если кто-то вдруг пожалуется мне на моего ребенка, я с ребенком разберусь сам так, что он об этом еще долго будет помнить.
106. Моя дочь (мой сын) прекрасно знает, что она (он) должна(ен) ухаживать за бабушкой.
107. Я стараюсь не перегружать ребенка и оберегать его от переутомления и стрессов.
108. Если даже я немного уделяю времени своему ребенку, я стараюсь это компенсировать любыми ценными подарками.
109. Только мое настроение определяет, как сегодня буду я воспитывать ребенка.
110. Хорошо, что бабушка уехала в деревню, я теперь сам (а) взялся (лась) за нашего ребенка.

### Бланк для ответов

1	12	23	34	45	56	67	78	89	100	I
2	13	24	35	46	57	68	79	90	101	II
3	14	25	36	47	58	69	80	91	102	III
4	15	26	37	48	59	70	81	92	103	IV
5	16	27	38	49	60	71	82	93	104	V
6	17	28	39	50	61	72	83	94	105	VI
7	18	29	40	41	62	73	84	95	106	VII
8	19	30	41	52	63	74	85	96	107	VIII
9	20	31	42	53	64	75	86	97	108	IX
10	21	32	43	54	65	76	87	98	109	X
11	22	33	44	55	66	77	88	99	110	XI



Подсчитайте, сколько в каждой строке ответов, сколько цифр обведено кружками.

Шифр строки, где больше всего оказалось цифр в кружках, говорит о том типе воспитания, который чаще всего родители применяют к своему ребенку.

А если эта строка не одна и типы воспитания различны (за исключением специально выделенных синергетических типов воспитания), то это чаще всего говорит о противоречивых воспитательных воздействиях (разновидности противоречивого воспитания).

### **Шифр к коду типов воспитания детей**

Горизонтальные столбики, отмеченные римскими цифрами, обозначают:

I — Кумир семьи;

II — Гиперопека;

III — Гипоопека;

IV — Безнадзорность;

V — Золушка;

VI — «Ежовые рукавицы»;

VII — Повышенная моральная ответственность;

VIII — «Культ болезни»;

IX — «Кронпринц»

X — Противоречивое воспитание;

XI — Смена образцов воспитания.

Синергетические типы воспитания — это типы воспитания, которые обычно сочетаются друг с другом и дают в конечном результате потенцированный (суммирующий), усиливающий эффект.

Синергизм в переводе с греческого означает — содействие, соучастие, сотрудничество. Примеры этих типов: Безнадзорность + Гипоопека + «Ежовые рукавицы» или Кумир + Гиперопека + «Культ болезни» и т. д.

Расхождения во взглядах на вопросы воспитания ребенка между мужем и женой констатируются ярче всего при сравнении ответов мамы с папой.

## **1.7. ВИСБАДЕНСКИЙ ОПРОСНИК К МЕТОДУ ПОЗИТИВНОЙ ПСИХОТЕРАПИИ И СЕМЕЙНОЙ ПСИХОТЕРАПИИ (WIPPF)**

(По доктору медицины Н. Пезешкиану, основателю позитивной психотерапии, при сотрудничестве дипломированного психолога Х. Дайденабаха)

Традиционно в советской медицине под семейной психотерапией имелся в виду особый вид психотерапии, направленный на коррекцию межличностных отношений и имеющий целью устранение эмоциональных расстройств в семье, наиболее выраженных у больного члена семьи. Под семейной психотерапией также было принято понимать комплекс психотерапевтических приемов и методов, направленных на лечение пациента в семье и при помощи семьи, а также на оптимизацию семейных взаимоотношений.

В настоящее время в российской психотерапии акценты несколько сместились с медицинской модели психотерапии к психологической и под семейной психотерапией стали понимать модификацию отношений между членами семьи как системы с помощью психотерапевтических и психокоррекционных методов с целью преодоления негативной психологической симптоматики и повышения функциональности семейной системы.

Задача психотерапевта состоит в том, чтобы изменить с помощью соответствующей интервенции семейную систему в целом.

Предлагаемая методика является результатом 19-летних исследований Н. Пезешкиана в процессе психиатрической, психотерапевтической и психосоматической практики и в работе дневного стационара, а также 12-летней деятельности в качестве доцента Академии повышения квалификации врачей Врачебной палаты земли Гессен в Бад Наухайме. Она состоит из 4 частей:

1. Опросник *Первое интервью в позитивной психотерапии*: заполняется терапевтом в процессе беседы с пациентом.

2. *Висбаденский опросник к методу позитивной психотерапии и семейной психотерапии (WIPPF)*: заполняется самостоятельно пациентом и другими членами семьи.

3. *Календарь наблюдений и укрепления душевного здоровья*: служит пациенту и другим членам семьи для самооценки в процессе пятиступенчатой терапии.

4. *Карманный календарь врача-терапевта — 4 формы отношений врач — пациент*: служит терапевту для самооценки и самонаблюдения.

## НАЗНАЧЕНИЕ

Во-первых, WIPPF предназначен для практикующих врачей: для врачей разных специальностей в клиниках, частнопрактикующих врачей, для психологов, педагогов, социальных работников и других специалистов, задействованных в психосоциальной сфере деятельности. С помощью шаблона опросник может быть объективно оценен; исследователю предлагается с этой целью специальный бланк для оценки результатов и определения профиля. При этом, однако, предлагаемый опросник не должен заменять собой беседу с пациентом.

Во-вторых, 4 части WIPPF могут послужить материалом для исследования:

- Первое интервью служит при этом для выдвижения гипотез. Уже в процессе эксперимента в 1982 г. наметились взаимосвязи между различными нормами социализации (актуальными способностями) и психосоматическими симптомами. Выяснение вопроса о существовании определенных факторов риска, которые бы указывали специалисту на «потребность в психотерапии» данного пациента, является важным направлением нашего исследования.
- Две формы опросника (А и Б) делают возможным целенаправленный контроль процесса (до терапии — после терапии).

- Календарь наблюдений для пациента позволяет контролировать изменяющиеся количественные данные в процессе пятиступенчатой психотерапии.
- Данные Карманного календаря врача-терапевта содержат выводы о содержательно конкретизированных отношениях между пациентом и терапевтом.

В данной методике приводятся первые две части WIP-RF — первое интервью в позитивной психотерапии и две формы опросника (А и Б). Календарь наблюдений и данные карманного календаря психотерапевта являются произвольными и зависят от профессиональных и творческих возможностей последнего.

### ***Первое интервью в позитивной психотерапии***

Заполняется психотерапевтом совместно с пациентом (его партнером, его семьей)

Фамилия \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_

Имя \_\_\_\_\_

Возраст \_\_\_\_\_

Обследование проводит \_\_\_\_\_

#### ***I. Вводные вопросы.***

1. Впишите сверху фамилию, имя и т. д.
2. Направлен (кем) \_\_\_\_\_
3. Установка пациента (семьи) к терапии
4. Прогноз на будущее у пациента в соответствии с его заболеванием \_\_\_\_\_
5. Даты жизни (коротко) \_\_\_\_\_

Подробные данные: вопросы 70—82.

***II. Настоящая жизненная ситуация пациента (события, связанные со здоровьем, психологические проявления, причина посещения психотерапевта).***

6. Жалобы в настоящий момент:

---

7. Позитивное толкование симптомов:

---

8. Лечение до настоящего времени:

---

9. Результаты лечения до настоящего времени:

---

10. Произвольные сведения относительно заболевания, предполагаемая причина: \_\_\_\_\_

---

11. Разрешающий момент возникновения заболевания:

Внезапное возникновение (травма) ☐

Постепенное начало, обусловленное болезнью ☐

Прочие: \_\_\_\_\_ ☐

---

12. Время первого возникновения симптомов

---

13. Перенесенные операции, заболевания; пребывание в больнице:

---

14. Факторы риска:

---

15. Семейный анамнез, заболевания членов семьи:

---

16. Ориентировочное клиническое обследование:

Артериальное давление \_\_\_\_\_

Вес \_\_\_\_\_ Рост \_\_\_\_\_

Состояние питания:

нормальное ☐ повышенное ☐ пониженное ☐

Общее физическое состояние:

хорошее ☐ среднее ☐ плохое ☐

Общее впечатление:

соответствует возрасту ☐ выглядит моложе ☐

преждевременное старение ☐

**III. Психосоциальная ситуация пациента**

*Актуальный конфликт*

17. Что произошло в последние 5–10 лет? Назовите, пожалуйста, 10 событий

---

18. Время возникновения актуального конфликта

---

*Влияние заболевания и проблем пациента на пациента и его окружение*

19. Какое влияние оказало ваше заболевание на общее благосостояние?

большое ☐ умеренное ☐ никакого влияния ☐

Спонтанные комментарии:

---

20. Какое влияние оказало ваше заболевание на профессиональную деятельность?

большое ☐ умеренное ☐ малое ☐ никакого влияния ☐ не занимаюсь ею ☐

Спонтанные комментарии:

---

21. Какое влияние оказало ваше заболевание на партнера и семью?

большое ☐ умеренное ☐ малое ☐ никакого влияния ☐ нет семьи и партнера ☐

Спонтанные комментарии:

---

22. Какое влияние оказало ваше заболевание на межличностные отношения и на контакты?

большое ☐ умеренное ☐ малое ☐ никакого влияния ☐ отсутствуют ☐

Спонтанные комментарии:

---

23. Какое влияние оказало ваше заболевание на представления о будущем и дальнейшие перспективы?

большое ☐ умеренное ☐ малое ☐ никакого влияния ☐ не задумывался ☐

Спонтанные комментарии:

---

24. Ощущаете ли вы в последнее время тревогу или внутреннее напряжение?

да ☐ нет ☐ не знаю ☐

Спонтанные комментарии:

---

*Сферы переработки конфликта (способность к познанию)**Пациент*

Тело — ощущения

Фантазии

Будущее

Деятельность

Контакты

Я

*Пациент*

Тело — ощущения

Фантазии

Будущее

Деятельность

Контакты

*Сфера: Тело — ощущения*

25. Какое значение имеет для вас тело и здоровье? Для вашего партнера?

— очень важное (ов), важное (в), умеренное (у), неважно (н)

	+2	+ 1	1	2
	ов	в	у	н
Забота о теле	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Спорт	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Расслабление	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Питание	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Сон	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Сексуальность	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Физический контакт	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
(нежность, ласки)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Боль	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

*Сфера: Деятельность*

26. Какое значение имеют ваша профессия и работа для вас? Для вашего партнера?

очень важны ☐ важны ☐ умеренно ☐

не важны ☐

Спонтанные комментарии:

---

27. Довольны ли вы своей профессиональной ситуацией в настоящий момент? Вашего партнера? Спонтанные комментарии:

---

*Сфера: Контакты*

28. Какое значение имеют для вас социальные контакты (гости, друзья, родственники, соседи, коллеги и другие окружающие)? Для вашего партнера?

очень важны ☐ важны ☐ среднее ☐ не важны ☐

Спонтанные комментарии:

---

29. Какое значение имеет для вас участие в общественных событиях (политика, организации, гражданские инициативы и т. д.)? Для вашего партнера?

очень важно ☐ важно ☐ среднее ☐ не важно ☐

Спонтанные комментарии:

---

30. Общаетесь ли вы с представителями другой культуры? Ваш партнер?

много ☐ иногда ☐ редко ☐ никогда ☐

Спонтанные комментарии:

---

31. Что вас привлекает в людях иной культуры? Вашего партнера?

Спонтанные комментарии:

---

32. Как вы представляете себе возможные проблемы при встрече с людьми другой культуры? Ваш партнер?

Спонтанные комментарии:

---

33. Довольны ли вы своими партнерскими отношениями? Ваш партнер?

очень ☐ средне ☐ мало ☐ нет ☐

Спонтанные комментарии:

---



*Сфера: Фантазии-будущее*

34. Задумывались ли вы о вашем собственном будущем или о будущем вашей семьи? Ваш партнер?

часто ☐ иногда ☐ редко ☐ никогда ☐

Спонтанные комментарии:

---

35. Заботитесь ли вы о вашем профессиональном будущем? Ваш партнер?

да ☐ нет ☐ затрудняюсь ответить ☐

Спонтанные комментарии:

---

36. Задумываетесь ли вы о далеком будущем вообще и об общем будущем человечества (мировые кризисы, войны, мир)? Ваш партнер?

часто ☐ иногда ☐ редко ☐ никогда ☐

Спонтанные комментарии:

---

37. Вы смотрите в будущее с надеждой? Ваш партнер?

да ☐ нет ☐ не знаю ☐

Спонтанные комментарии:

---

38. Задумываетесь ли вы над вопросами о смысле жизни: смерти и о жизни после смерти? Ваш партнер?

часто ☐ иногда ☐ редко ☐ никогда ☐

Спонтанные комментарии:

---

39. Верите ли вы в жизнь после смерти? Ваш партнер?

да ☐ нет ☐ не знаю ☐

Спонтанные комментарии:

---

40. Результаты «Четыре сферы переработки конфликта»:

*Пациент*

Тело — ощущения

Фантазии Будущее

Контакты

Деятельность

*Партнер*

	Тело — ощущения	
Фантазии Будущее	Контакты	Деятельность

*Родители: отец*

	Тело — ощущения	
Фантазии Будущее	Контакты	Деятельность

*Мать*

	Тело — ощущения	
Фантазии Будущее	Контакты	Деятельность

*Основной конфликт (четыре модели для подражания)*

41. Воспитатели пациента:

оба родителя ☐ один из родителей ☐ приют ☐ прочее ☐

Спонтанные комментарии:

42. Были ли ваши родители женаты к моменту вашего рождения?

да ☐ нет ☐

Спонтанные комментарии:

43. К кому вы испытывали особенную привязанность в детстве?

мать ☐ отец ☐ к обоим родителям ☐ родственникам ☐  
прочие ☐ ни к кому ☐

Спонтанные комментарии:

44. Кто уделял вам особенно много времени в детстве?

отец ☐ мать ☐ прочие ☐

Спонтанные комментарии:

45. Кто был особенно терпелив по отношению к вам?

отец ☐ мать ☐ прочие ☐

Спонтанные комментарии:

47. Отношение к братьям и сестрам  
хорошее ☐ обычное ☐ смешанное ☐ плохое ☐  
никакого отношения ☐ нет ☐  
Спонтанные комментарии:

---

48. Как вы в детстве воспринимали брак ваших родителей?  
очень гармоничный ☐ гармоничный ☐ обыкновенный ☐  
плохой ☐ не было ☐  
Спонтанные комментарии:

---

49. Какое значение для ваших родителей имели работа и деятельность вообще.  
очень важное ☐ важное ☐ среднее ☐ незначительное ☐  
Спонтанные комментарии:

---

50. Ваши родители были общительны?  
очень ☐ средне ☐ мало ☐ совсем нет ☐  
Спонтанные комментарии:

---

51. Говорили ли в вашем доме на такие темы, как «смысл жизни», «смерть» и им подобные?  
часто ☐ иногда ☐ редко ☐ никогда ☐  
Спонтанные комментарии:

---

52. Что в вашем доме являлось смыслом жизни (здоровье, работа, семья и общение, религия)?  
Спонтанные комментарии:

---

53. Какой девиз был в вашем доме?  
Спонтанные комментарии:

---

54. Какие пословицы, поговорки и принципы имели для вас наибольшую ценность?  
Спонтанные комментарии:

---

55. Кто ваш любимый писатель?

Спонтанные комментарии:

56. Кто вам читал (рассказывал) сказки, истории

мать ☐ отец ☐ бабушка ☐ дедушка ☐ воспитательница в детском саду ☐ другие ☐

Спонтанные комментарии:

57. Можете ли вы вспомнить ситуации, когда вам рассказывали истории: как вы себя чувствовали?

Спонтанные комментарии:

*Результаты исследования четырех моделей для подражания, способности к любви (основной конфликт)*

58. Разъяснение диагноза пациенту и его семье:

*Пациент*

	Я	
	Родители, дети, братья и сестры	
Пра-Мы		Ты
Родители		Родители
религия		между собой
мировоззрение		
	МЫ	

*Партнер*

	Я	
	Родители, дети, братья и сестры	
Пра-Мы		Ты
Родители		Родители
религия		между собой
мировоззрение		
	МЫ	
	Родители и окружающие их люди	

*Отношение родителей, братьев и сестер к пациенту*

	Мать	Отец
Время		
Терпение		
Образец для подражания		

*Отношение родителей, братьев и сестер  
к партнеру пациента*

	Мать	Отец
Время		
Терпение		
Образец для подражания		

59. Дифференциально-аналитический опросник (ДАО, краткая форма)

Актуальные способности	Пациент	Партнер	Спонтанные комментарии
Пунктуальность			
Чистоплотность			
Послушание			
Учтивость			
Честность — искренность			
Верность			
Справедливость			
Усердие — деятельность			
Бережливость			
Обязательность			
Любовь			
Терпение			
Время			
Доверие			

*Результаты «Дифференциально-аналитического опросника»*

60. Разъяснение ДАО пациенту и его семье в смысле «внутреннего конфликта»

61. Что привлекло вас в этой первой беседе? Можете ли вы сказать это своими словами?

---

62. Разъяснение дальнейшего процесса (терапевтический план с учетом пяти ступеней):

---

63. Можете ли вы внимательно слушать?

Спонтанные комментарии:

---

64. Есть ли у вас вопросы:

Спонтанные комментарии:

---

65. Можете ли вы оказать поддержку себе и другим?

Спонтанные комментарии:

---

66. Можете ли вы выразить свою проблему перед другими людьми?

Спонтанные комментарии:

---

67. Можете ли вы быть оптимистом, несмотря на проблемы?

Спонтанные комментарии:

---

68. Какие желания есть у вас на ближайшие пять лет?

Спонтанные комментарии:

---

69. Диагноз, назначенные медикаменты

---

#### ***IV. Социально-демографические данные***

70. Возраст пациента \_\_\_\_\_ лет

Возраст партнера \_\_\_\_\_ лет

71. Пол пациента м ☐ ж ☐

72. Семейное положение:

состоит в браке ☐ сколько лет \_\_\_\_\_

одинок, без постоянному партнера ☐

не в браке, с постоянным партнером ☐

разведен ☐ овдовел ☐ живет отдельно ☐

второй брак ☐

овдовел или разведен, но имею постоянного партнера ☐

73. Количество детей \_\_\_\_\_

Возраст детей \_\_\_\_\_

74. Профессия (образование) \_\_\_\_\_

75. Среднее образование:

средняя школа ☐ средняя специальная школа ☐ среднее  
специальное образование ☐

76. Профессиональная деятельность в настоящий момент \_\_\_\_\_

77. Профессия партнера \_\_\_\_\_

78. Родители пациента:

оба родителя живы ☐

когда поженились ☐

возраст отца \_\_\_\_\_

возраст матери \_\_\_\_\_

жив только один из родителей ☐

кто именно \_\_\_\_\_

год смерти умершего родителя \_\_\_\_\_

оба родителя умерли: ☐

годы смерти: мать \_\_\_\_\_

отец \_\_\_\_\_

иная семейная ситуации (приемные родители, попечители, приют и т. д.)

79. Профессии родителей:

отец \_\_\_\_\_

мать \_\_\_\_\_

80. Количество братьев и сестер \_\_\_\_\_

Возраст братьев и сестер \_\_\_\_\_

81. Отношение к религии:

православие ☐ мусульманство ☐ другая ☐ атеист ☐

82. Национальность \_\_\_\_\_

### ДВЕ ФОРМЫ ОПРОСНИКА (А И Б)

**WIPRF**

**ФОРМА А**

Фамилия, имя \_\_\_\_\_ Код \_\_\_\_\_

*Инструкция*

На следующих страницах вам предлагаются утверждения и высказывания из бесед с людьми различного происхождения, возраста и пола. Предполагается, что при этом будут отражены совершенно разные установки, чувства и образ действий.

Этот опросник не является «тестом» в обычном смысле; скорее, вы отразите в нем самих себя. Поэтому, оценивая эти высказывания, вы не можете сделать что-то «неправильно», ведь каждый человек имеет право на свое мнение. И это ваше личное мнение.

Мы просим вас оценить эти высказывания. При этом у вас есть четыре возможности для ответа:

— если вы согласны с каким-нибудь утверждением, поставьте крестик слева, под словом «да»:

да				нет
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	x			

— если вы не согласны с каким-либо утверждением, поставьте крестик справа, под словом «нет»:

да				нет
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
				x

Может случиться и так, что вы затрудняетесь как полностью подтвердить, так и полностью отвергнуть какое-либо высказывание, поскольку оно может быть для вас верно или не верно лишь при определенных условиях.

В таких случаях у вас есть еще две возможности:

— если вы склоняетесь к тому, что какое-либо утверждение чаще подходит для вас, нежели не походит, то вы можете поставить крестик ближе к «да»:

да				нет
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
				x

— если вы скорее не согласны с каким-либо утверждением, чем можете подтвердить его, то поставьте крестик ближе к «нет»:



да      нет  
☐ ☐ ☐ ☐  
 x

Пожалуйста, выберите для каждого высказывания один вариант ответа. Поскольку вы не можете ответить «неправильно», не раздумывайте долго, а быстро отмечайте свои ответы один за другим.

Слова «родители», «отец» и «мать» подразумевают в первую очередь ваших настоящих родителей. Если вы росли преимущественно у родственников, в семье попечителей или приемных родителей, а также в приюте или детском доме, то слова «родители», «отец» и «мать» подразумевают в таком случае тех воспитателей, которые играли для вас роль родителей (например, бабушка, дядя, старшая сестра, сосед, няня, воспитатель детского дома и т. д.)

Пожалуйста, теперь приступайте к работе.

Мы уверяем вас, что все ваши ответы останутся в тайне.

- |  | Да                       | Нет                      |
|--|--------------------------|--------------------------|
| 1. Я прочитал инструкцию и готов честно оценить каждое высказывание  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. Я всегда так планирую свое время, что мне никогда не приходится превращать день в ночь  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. По форме общения человека можно судить, чего он стоит   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. Мои знакомые считают меня надежным человеком  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. Ребенок, который даже при спокойном обращении к нему не делает того, о чем его просят, должен испытать родительскую строгость | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6. Я часто бываю расслабленным, вялым или изможденным  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7. Моя мать была для меня примером   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8. Терпение и выдержка являются для меня показателями внутренней силы  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9. Единство человечества — важная цель для меня  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10. Когда все дела идут вкривь и вкось, можно сойти с ума  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

11. Я хотел бы быть нежным со многими людьми, а не только с одним ☐ ☐ ☐ ☐
12. Мое мировоззрение (религия, убеждения) я сохраняю, несмотря ни на какие внешние влияния ☐ ☐ ☐ ☐
13. Мои родители (отец и/или мать) молились вместе со мной ☐ ☐ ☐ ☐
14. При покупке я особенно обращаю внимание на цену ☐ ☐ ☐ ☐
15. Мне часто кажется, что со мной обошлись несправедливо ☐ ☐ ☐ ☐
16. Частые рукопожатия опасны, потому что с ними могут передаваться бактерии ☐ ☐ ☐ ☐
17. На меня можно полностью положиться ☐ ☐ ☐ ☐
18. Сначала работа, а затем уже удовольствия! ☐ ☐ ☐ ☐
19. Личные контакты на работе, несмотря на занятость, для меня очень важны ☐ ☐ ☐ ☐
20. Мой отец был очень терпелив со мной ☐ ☐ ☐ ☐
21. Иногда я проглатываю обиду и не подаю виду, хотя потом очень злюсь на себя за это ☐ ☐ ☐ ☐
22. Большинство людей, с которыми я общаюсь, искренни ☐ ☐ ☐ ☐
23. Мне больше по душе прочные отношения с одним человеком, чем много кратковременных, сменяющихся контактов ☐ ☐ ☐ ☐
24. Когда у меня появляются проблемы, я всегда нахожу хорошее решение ☐ ☐ ☐ ☐
25. Я часто отвлекаюсь тем, что с головой ухожу в работу ☐ ☐ ☐ ☐
26. Прежде чем я что-то сделаю (на работе или в семье), я всегда все внимательно планирую ☐ ☐ ☐ ☐
27. Мои родители умели улаживать возникшие между ними разногласия ☐ ☐ ☐ ☐
28. Мои родители (отец и/или мать) бывали дружелюбны с незнакомыми людьми ☐ ☐ ☐ ☐
29. У меня широкий круг знакомых ☐ ☐ ☐ ☐

- |  |   |
|--|---|
| 30. Я не спешу, принимая важные решения, чтобы дать себе возможность все обдумать                                  | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 31. На работе и дома я «пашу, как вол»   | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 32. Я действую по принципу «время — деньги»  | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 33. Я стараюсь внутренне принимать и тех людей, которые имеют иные взгляды и установки, чем я                      | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 34. Моих родителей беспокоил вопрос о смысле жизни   | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 35. Когда кто-то не приходит к назначенному времени, я выхожу из себя  | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 36. Я открыто высказываю свои потребности и интересы   | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 37. Моя мать была очень терпелива со мной  | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 38. Несправедливость по отношению ко мне всегда доводит до болезни (появляются боли в животе, головные боли и др.) | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 39. Даже в самых трудных ситуациях я обычно сохраняю спокойствие   | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 40. Ласки и физические контакты я нахожу очень приятными   | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 41. Верность (в дружбе и любви) для меня является абсолютной ценностью   | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 42. Мои родители участвовали в деятельности общественных организаций   | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 43. Даже если все настроено против меня, я не сдаюсь   | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 44. При появлении профессиональных проблем я обращаюсь к коллегам вместо того, чтобы примириться с неудачей        | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 45. Мои родители хорошо ладили друг с другом   | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 46. Мой организм очень чутко реагирует, когда я не могу найти решение проблемы                                     | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 47. Я только тогда хорошо себя чувствую, когда я полностью погружаюсь в работу                                     | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 48. Меня раздражает, когда в квартире беспорядок   | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |

- |   |   |
|---|---|
| 49. Я вижу смысл в своей жизни, даже если у меня есть трудности   | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 50. Я не могу представить себе человеческое общество без пунктуальности   | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 51. Мне нравятся люди, которые открыто говорят, что они думают, даже если у меня другое мнение  | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 52. Я всегда открыто высказываю свое мнение, даже если это будет для меня опасным   | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 53. Когда я был ребенком, мои родители беседовали со мной на религиозные и мировоззренческие темы   | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 54. Без взаимного доверия я не могу жить или работать с другими людьми  | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 55. Если я однажды что-то пообещал, значит, я обязательно сдержу слово  | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 56. Мне важно знать, существует ли жизнь после смерти   | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 57. Со всеми людьми нужно обращаться одинаково, иначе воцарится несправедливость  | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 58. По чистоте в квартире можно судить о чистоте характера  | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 59. Когда у меня есть трудности на работе, я обращаюсь к коллегам и/или к начальству  | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 60. Мой отец был для меня примером, когда я был маленьким   | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 61. Я охотно провожу время вне дома (в ресторане, кино, театре, кафе, на танцах и т. д.), потому что мне нравится знакомиться с новыми людьми | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 62. К моим родителям часто приходили друзья или их самих приглашали в гости   | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 63. Я трудолюбивый, старательный человек  | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 64. Я надеюсь достичь в своей жизни еще больших успехов   | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 65. Я очень вежлив, чтобы быть признанным у других  | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |

66. Сексуальная любовь — это лучшее, что есть на Земле ☐ ☐ ☐ ☐
67. У моей мамы всегда находилось для меня много времени ☐ ☐ ☐ ☐
68. Я длительно ищу контактов, чтобы не быть в одиночестве ☐ ☐ ☐ ☐
69. Я экономлю даже тогда, когда в этом нет необходимости ☐ ☐ ☐ ☐
70. Когда я знакоюсь с людьми, я сначала бросаю им «пробный шар» доверия ☐ ☐ ☐ ☐
71. Когда меня критикуют, у меня появляются боли в желудке (желчном пузыре...) или у меня бывают судороги ☐ ☐ ☐ ☐
72. У моего отца находилось для меня много времени ☐ ☐ ☐ ☐
73. То, что каждый из нас подразумевает под чувствами, всего лишь маленькая часть действительности ☐ ☐ ☐ ☐
74. При возникновении проблем вся моя энергия направлена на поиск решения и я всегда нахожу выход ☐ ☐ ☐ ☐
75. Я считаю, что мои решения (на работе и/или в личной жизни) должны выполняться без долгих разговоров ☐ ☐ ☐ ☐
76. Что думают другие люди о моем мнении, мне безразлично ☐ ☐ ☐ ☐
77. Работа — это содержание моей жизни ☐ ☐ ☐ ☐
78. Гости для меня вовсе не безразличны, я всегда нахожу для них время ☐ ☐ ☐ ☐
79. Я злюсь на себя, если все находится в беспорядке (посуда, пустые бутылки, невыброшенный мусор) ☐ ☐ ☐ ☐
80. В сложных ситуациях мои родители могли открыто говорить между собой ☐ ☐ ☐ ☐
81. Мне очень неудобно, когда приходят гости, а квартира не сверкает чистотой ☐ ☐ ☐ ☐

82. Есть люди, которые мне нравятся, несмотря на то, что у них другие убеждения □ □ □ □
83. Я очень нервничаю (беспокоен, злюсь...), если кто-то заставляет меня ждать □ □ □ □
84. Я убежден, что в моей жизни можно достичь еще больше □ □ □ □
85. Когда проблему нельзя преодолеть тотчас же, я могу подождать, пока не появится другая возможность □ □ □ □

WIPPF

ФОРМА Б

Фамилия, имя \_\_\_\_\_ Код \_\_\_\_\_

*Инструкция*

На следующих страницах вам предлагаются утверждения и высказывания из бесед с людьми различного происхождения, возраста и пола. Предполагается, что при этом будут отражены совершенно разные установки, чувства и образ действий.

Этот опросник не является «тестом» в обычном смысле; скорее, вы отразите в нем самих себя. Поэтому, оценивая эти высказывания, вы не можете сделать что-то «неправильно», ведь каждый человек имеет право на свое мнение. И это ваше личное мнение.

Мы просим вас оценить эти высказывания на ваш взгляд. При этом у вас есть четыре возможности для ответа:

— если вы согласны с каким-нибудь утверждением, поставьте крестик слева под словом «да»:

да                      нет  
□   □   □   □  
×

— если вы не согласны с каким-либо утверждением, поставьте крестик справа под словом «нет»:

да                      нет  
□   □   □   □  
                                 ×

Может случиться и так, что вы затрудняетесь как полностью подтвердить, так и полностью отвергнуть какое-либо

высказывание, поскольку оно может быть для вас верно или неверно лишь при определенных условиях.

В таких случаях у вас есть еще две возможности:

— если вы склоняетесь к тому, что какое-либо утверждение чаще подходит для вас, нежели не подходит, то вы можете поставить крестик ближе к «да»:

да				нет
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
x				

— если вы скорее не согласны с каким-либо утверждением, чем можете подтвердить его, то поставьте крестик ближе к «нет»:

да				нет
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
x				

Пожалуйста, выберите для каждого высказывания один вариант ответа. Поскольку вы не можете ответить «неправильно», не раздумывайте долго, а быстро отмечайте свои ответы один за другим.

Слова «родители», «отец» и «мать» подразумевают в первую очередь ваших настоящих родителей. Если вы росли преимущественно у родственников, в семье попечителей или приемных родителей, а также в приюте или детском доме, то слова «родители», «отец» и «мать» подразумевают в таком случае тех воспитателей, которые играли для вас роль родителей (например, бабушка, дядя, старшая сестра, сосед, няня, воспитатель детского дома и т. д.)

Пожалуйста, теперь приступайте к работе.

Мы уверяем вас, что все ваши ответы останутся в тайне

1. Я прочитал инструкцию и готов честно оценить каждое высказывание
2. Если я рассержен или возбужден, я ощущаю это всем телом
3. Я покидаю свое рабочее место (письменный стол, станок...) только приведя его в порядок

Да				Нет
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

4. Мои родители были общественными (объединения, профсоюзы) или политическими деятелями ☐ ☐ ☐ ☐
5. Конфликты необходимы: они помогают мне преодолевать старые привычки ☐ ☐ ☐ ☐
6. Я заканчиваю любую работу точно по заранее составленному расписанию ☐ ☐ ☐ ☐
7. Если я пришел к какому-то решению, я стою на своем, чего бы это ни стоило ☐ ☐ ☐ ☐
8. Я дважды подумаю над каждой копеечкой, прежде чем ее выложу ☐ ☐ ☐ ☐
9. Открытость и искренность для меня важнее, чем уважение ☐ ☐ ☐ ☐
10. Даже если все кажется безнадежным, я не теряю мужества ☐ ☐ ☐ ☐
11. Мои родители не копили обиды друг на друга, а стремились прийти к совместному решению ☐ ☐ ☐ ☐
12. Работа является для меня самым главным, даже когда у меня возникают проблемы ☐ ☐ ☐ ☐
13. Люди, которые ценят хорошие манеры, очень мне симпатичны ☐ ☐ ☐ ☐
14. Я каждый день должен принимать душ, иначе я чувствую себя плохо ☐ ☐ ☐ ☐
15. Существует очень мало вещей, которые могут вывести меня из равновесия ☐ ☐ ☐ ☐
16. Нужно следовать распоряжениям авторитетного лица ☐ ☐ ☐ ☐
17. Я охотно дарю нежность другим и так же охотно принимаю ее ☐ ☐ ☐ ☐
18. Когда я хочу установить контакт с другими людьми, я доверяю им заранее ☐ ☐ ☐ ☐
19. Мой отец был очень терпелив со мной, когда я был ребенком ☐ ☐ ☐ ☐
20. Когда я чем-то озабочен или грущу, я ищу общения с другими людьми ☐ ☐ ☐ ☐
21. Для разговора с коллегами (друзьями) у меня всегда есть время ☐ ☐ ☐ ☐



- |  |   |
|--|---|
| 22. Меня интересует вопрос, есть ли жизнь после смерти   | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 23. Мое терпение кончается не так-то быстро, даже если на меня кто-то кричит                     | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 24. Я надеюсь, что смогу еще большего достигнуть в жизни (в профессии, в личной сфере)           | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 25. Даже когда у меня достаточно денег, я обращаюсь с ними экономно                              | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 26. Мои родители обсуждали со мной религиозные и мировоззренческие вопросы, когда я был ребенком | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 27. Нужно подходить ко всем людям с равной меркой  | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 28. Даже рискуя быть разочарованным, я верю в искренность людей                                  | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 29. Безделье — основа всех бед   | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 30. И в профессиональной деятельности я считаю личные контакты необходимыми                      | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 31. Мое отношение к человеку не зависит от его убеждений и поведения                             | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 32. Брак моих родителей был браком по любви  | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 33. Трудности пробуждают во мне фантазию, чтобы найти новые решения                              | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 34. Моя мать была очень терпелива со мной  | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 35. Если представить, что мой партнер/партнерша покинет меня, то моя жизнь потеряет всякий смысл | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 36. Меня интересует вопрос о смысле моей жизни   | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 37. Без пунктуальности моя жизнь пойдет наперекосяк  | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 38. Даже когда меня критикуют, я могу спокойно слушать   | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 39. Мои родители были терпимы к иным взглядам (религиозным, мировоззренческим, политическим)     | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 40. Если все не клеится, я готов сойти с ума   | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| 41. Мне важно знать, что обо мне думают люди   | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |

42. Я всегда выполняю обещания, даже если мне это дается с трудом ☐ ☐ ☐ ☐
43. Мне кажется, что мои родители всегда были справедливы по отношению друг к другу ☐ ☐ ☐ ☐
44. Я открыто высказываю свое мнение, даже если это может мне повредить ☐ ☐ ☐ ☐
45. Я могу охарактеризовать себя как трудолюбивого и деятельного человека ☐ ☐ ☐ ☐
46. Нельзя давать детям много свободы и самостоятельности ☐ ☐ ☐ ☐
47. У меня достаточно времени, чтобы хорошо развлекаться (еда, танцы, театр, кино, дискотека) ☐ ☐ ☐ ☐
48. Лучше на десять минут раньше, чем на полминуты позже ☐ ☐ ☐ ☐
49. Мой отец был для меня примером ☐ ☐ ☐ ☐
50. Любое волнение проявляется у меня в виде напряжения и/или физических расстройств ☐ ☐ ☐ ☐
51. При трудностях на работе или дома я «убегаю» в общение с другими людьми, не важно с кем ☐ ☐ ☐ ☐
52. Когда у меня есть проблемы, я углубляюсь в работу ☐ ☐ ☐ ☐
53. Я считаю верность обязательной чертой характера ☐ ☐ ☐ ☐
54. Моя вера придает моей жизни определенное направление ☐ ☐ ☐ ☐
55. Мои родители (отец/мать) были религиозны ☐ ☐ ☐ ☐
56. Я чувствую себя хорошо только в чисто убранной квартире ☐ ☐ ☐ ☐
57. Опоздание приводит меня в бешенство ☐ ☐ ☐ ☐
58. Я задумываюсь о смысле жизни, когда у меня возникают трудности ☐ ☐ ☐ ☐
59. В партнерских отношениях без нежности и сексуальности не хватает самого важного ☐ ☐ ☐ ☐
60. На работе и в семье должна быть дисциплина, иначе ничего не получится ☐ ☐ ☐ ☐
61. Моя симпатия к человеку не зависит от того, какими чертами характера он обладает ☐ ☐ ☐ ☐

62. Я часто приглашаю гостей или ко мне кто-то приходит (друзья, коллеги) ☐ ☐ ☐ ☐
63. Я открыт и для незнакомого человека ☐ ☐ ☐ ☐
64. Моя мать уделяла мне много времени, когда я был маленьким ☐ ☐ ☐ ☐
65. Я очень чувствителен к несправедливости ☐ ☐ ☐ ☐
66. Я экономлю, потому что забочусь о закате своей жизни ☐ ☐ ☐ ☐
67. Я не выношу неопрятной внешности у себя или у других ☐ ☐ ☐ ☐
68. Если я кому-то что-то сказал, значит и сам придерживаюсь этого ☐ ☐ ☐ ☐
69. У меня есть планы в моей профессиональной и/или личной жизни ☐ ☐ ☐ ☐
70. Мне очень трудно сказать «нет» ☐ ☐ ☐ ☐
71. За работой мне очень легко укрыться от моих проблем ☐ ☐ ☐ ☐
72. Квартира всегда должна сверкать чистотой ☐ ☐ ☐ ☐
73. Несмотря на мои профессиональные и/или семейные обязанности, у меня достаточно времени для своих интересов и хобби ☐ ☐ ☐ ☐
74. Мой родительский дом всегда был открыт для гостей ☐ ☐ ☐ ☐
75. Мой отец уделял мне много времени, когда я был маленьким ☐ ☐ ☐ ☐
76. Я понимаю людей и тогда, когда они ведут себя иначе, чем я ожидал ☐ ☐ ☐ ☐
77. Я часто пользуюсь лекарствами ☐ ☐ ☐ ☐
78. Я легко схожусь с людьми ☐ ☐ ☐ ☐
79. Мои родители интересовались вопросом о смысле жизни ☐ ☐ ☐ ☐
80. Я не могу представить себе жизни без работы ☐ ☐ ☐ ☐
81. Всегда нужно сначала выяснить мотивы поступка, невзирая на лица, а потом уже судить о нем ☐ ☐ ☐ ☐
82. Когда у меня возникают профессиональные или личные проблемы, мне нужно иметь вокруг много других людей, чтобы отвлечься ☐ ☐ ☐ ☐

83. Я хотел бы интимной близости с партнером/  
партнершей, которого я люблю
84. Моя мать была для меня примером в юности
85. Вместо того чтобы держать все в себе, я лучше  
открыто выскажу свое мнение

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### ОПИСАНИЕ ШКАЛ WIPPF

Все описанные в этих шкалах способности или механизмы реагирования на конфликты являются конструктами, т. е. принятыми или выявленными качествами, которые скрываются за воспринимаемыми текстовыми вопросами.

Актуальные способности являются гипотетическими конструктами на среднем уровне абстрагирования. В этом смысле они означают, что поведение состоит не только из совокупности отдельных поступков, но и подчинено определенным закономерностям, которые управляют ими».

Актуальные способности являются социальными и общественными нормами, переменными социализации, ролевыми стабилизаторами, групповыми признаками.

Мы находим в психологической литературе указание на такие конструкты, как чистоплотность, аккуратность, пунктуальность и пр.

Шкалы 1–27 являются биполярными. Ответы, характеризующие лежащие в их основе конструкты, могут иметь следующие значения: при полном согласии — ДА, при отрицании — НЕТ, а также существует две промежуточные возможности ответов (скорее ДА, скорее НЕТ).

**ВНИМАНИЕ!** Все ответы по всем вопросам переводятся в баллы: ДА — 4 балла, скорее ДА — 3 балла, скорее НЕТ — 2 балла, НЕТ — 1 балл.

Каждому конструкту на их полюсах соответствуют синонимичные существительные, прилагательные, глаголы и выражения. Следующие ниже описания шкал приводятся по Peseschkian.

**1. Аккуратность.** Аккуратность, любовь к порядку проявляется в полном соответствии каждой вещи своему месту; ни

одна из вещей не мешает другой, любая может быть тут же найдена в нужный момент.

Полюса и их синонимы:

12 — 10 баллов — педантичность, стерильность, уборка.  
5 — 3 балла — беспорядок, небрежность, Содом и Гоморра, разбрасывать вещи и не убирать за собой.

Утверждения: форма А: 10, 48, 79; форма Б: 3, 40, 72.

**2. Чистоплотность.** Под чистоплотностью следует понимать уход за телом, одеждой, предметами ежедневного пользования, чистоту и опрятность помещения и окружающей среды. 12 — 10 баллов — «вылизанная» квартира, быть ухоженным, одетым «с иголочки», чистюля.

5 — 3 балла — неряшливость, неумытый, дурно пахнущий.

Утверждения: форма А: 16, 58, 81; форма Б: 14, 56, 67.

**3. Пунктуальность во времени.** Под пунктуальностью следует понимать строгое соблюдение условленного или ожидаемого времени.

12 — 10 баллов — точность до минуты. 5 — 3 балла — не пунктуальность, опоздание, заставлять себя ждать.

Утверждения: форма А: 35, 50, 83; форма Б: 37, 48, 57

**4. Вежливость.** Вежливость понимается как скрытая агрессия на социум.

12 — 10 баллов — сверхдружелюбный, подхалимство, лицемерие, галантный, хорошие манеры, неспособность отказать, быть милым.

5 — 3 балла — ранимая невнимательность, как слон в посудной лавке, бестактность, дерзость.

Утверждения: форма А: 3, 21, 65; форма Б: 13, 41, 70.

**5. Честность — прямота.** Под этим следует понимать открытое высказывание своего мнения, не обращая внимания на возможные влияния окружающей среды.

12 — 10 баллов — фанатичное стремление к истине, правдивость, откровенность, добросовестность, не скрывать своего мнения, что на уме, то и на языке, говорить, что думаешь, ничего не утаивать.

5 — 3 балла — неискренность, скрытность, ложь, замкнутость, врет как по-писаному, избегает объяснений.

Утверждения: форма А: 36, 52, 76; форма Б: 9, 44, 85.

**6. Усердие — деятельность.** Под усердием следует понимать готовность в течение длительного времени предаваться напряженной и утомительной работе для достижения определенной цели.

12—10 баллов — карьеризм, стремление к успеху, трудится как пчела, рвение, старание.

5—3 балла — лень, сбой в работе, праздность, лодырничать. Утверждения: форма А: 18, 31, 63; форма Б: 29, 45, 80.

**7. Обязательность, точность, совестливость.** Об обязательности мы говорим тогда, когда в чем-то можем положиться на человека, он даже в наше отсутствие выполнит свое обещание. Под точностью следует понимать такую установку или поведение, которое направлено на возможно более безошибочное, безукоризненное выполнение работы. О совестливости говорим, когда любая деятельность выполняется в соответствии с внутренними требованиями точности, добросовестности и корректности.

12—10 баллов — принципиальность, совершенство, скрупулезность, расчетливость, обстоятельность.

5—3 балла — неточность, необязательность, небрежность, сегодня одно — завтра другое, смотреть сквозь пальцы на допущенную неточность.

Утверждения: форма А: 4, 17, 55; форма Б: 6, 42, 68.

**8. Бережливость.** Под бережливостью следует понимать экономное обращение с деньгами и вещами.

12—10 баллов — скупость, ничем не гнушаться, отказывать себе во всем, считать каждую копейку.

5—3 балла — расточительство, разбрасывать деньги пригоршнями, широта натуры.

Утверждения: форма А: 14, 32, 68; форма Б: 8, 25, 66.

**9. Послушание.** Под послушанием следует понимать следование просьбам, поручениям, приказам внешнего авторитета (пассивное) и требование подобного поведения от других (активное).

12—10 баллов — слепое послушание, драконовская строгость, преданность авторитету, подчинять своей воле.

5—3 балла — непослушание, упрямство, бунт, антиавторитарный.

Утверждения: форма А: 5, 26, 75; форма Б: 16, 46, 60.

**10. Справедливость.** Под справедливостью следует понимать поведение, которое руководствуется больше разумными рассуждениями, чем личными привязанностями и склонностями.

12—10 баллов — жажда справедливости, сверхчувствительность, суровая справедливость.

5—3 балла — несправедливость, предпочтение.

Утверждения: форма А: 15, 38, 57; форма Б: 27, 65, 81.

**11. Верность.** Под верностью следует понимать достаточно длительное следование само собой разумеющимся подсознательным или осознанным нормам и концепциям, первично — в сексуальной, вторично — в других сферах жизни.

12—10 баллов — ригидность, закоренелость, упрямство, держаться за унаследованное, не сгибаться, непоколебимый, неопровержимый, «пока смерть не разлучит вас!».

5—3 балла — неверность, колеблющийся, как флюгер на ветру, наострить лыжи.

Утверждения: форма А: 12, 23, 41; форма Б: 7, 35, 53.

**12. Терпение.** Терпение означает способность ждать, отсрочивать удовлетворение желаний, а также поддерживать в себе и других развитие способности, несмотря на сомнения и ожидания.

12—10 баллов — терпение, умение ждать, оставлять время.

5—3 балла — нетерпеливость, агрессивность, оказывать давление на кого-либо, не хотеть ждать, критиковать, придираться.

Утверждения: форма А: 8, 39, 85; форма Б: 15, 23, 38.

**13. Время.** Под временем следует понимать способность уделять себе и другим достаточное количество времени, оказывать другим достаточное внимание и разрешать кое-что себе самому.

12—10 баллов — уделять время себе (другим), чувство времени, упорядоченное распределение времени.

5—3 балла — перегрузки, стресс, время — деньги.

Утверждения: форма А: 2, 30, 78; форма Б: 21, 47, 73.

**14. Контакты.** Под контактами следует понимать способность посвящать себя другим людям, даже если они проявляют другие актуальные способности, и поэтому не считаться с одобрением.

12—10 баллов — поиск общения, связь, близость, привязанность, отношения, интимность.

5—3 балла — застенчивость, робость, скромность, стесненность, неуверенность, напряженность.

Утверждения: форма А: 19, 29, 61; форма Б: 30, 62, 78.

**15. Доверие.** Под доверием следует понимать способность принимать себя или других людей в их неповторимости такими, как они есть. Доверие — это позитивная установка по отношению к отдельным способам поведения, которыми обладает человек или которые от него ожидаются.

12—10 баллов — доверительный, доверчивый, наивный.

5—3 балла — недоверие, подозрительность, подозрение, подчинение, ревность, комплекс неполноценности, недоверие к себе.

Утверждения: форма А: 22, 54, 70; форма Б: 18, 28, 63.

**16. Надежда.** Надежда — это способность признавать будущие возможности для развития и, таким образом, делать успехи настоящего дня относительными.

12—10 баллов — оптимизм, розовые очки, ориентация на будущее.

5—3 балла — сомнение, разочарование, безнадежность, бессмысленность.

Утверждения: форма А: 43, 64, 84; форма Б: 10, 24, 69.

**17. Сексуальность — нежность.** Под сексуальностью и нежностью следует понимать отношение к физическому контакту, к стимуляции эрогенных зон у себя самого и других людей.

12—10 баллов — принимающий и дарящий физические контакты, зависимый.

5—3 балла — страх прикосновения, зажатость, холодность, защищающийся.

Утверждения: форма А: 11, 40, 66; форма Б: 17, 59, 83.



**18. Любовь.** Любовь понимается здесь как эмоциональное отношение, которое независимо от принятых или имеющих-ся качеств и образа поведения другого человека характеризует принятие его как личности. К ряду объектов она может подходить с различной градацией: например, можно принимать человека независимо от того, пунктуален он или непунктуален, опрятен или нет, порядочен или не порядочен и т. д., или если это чувство может быть отвергнуто. Любовь (принятие)-и отвержение (до ненависти) содержательно связаны, таким образом, в этом опроснике с вторичными (шкалы 1 — 11) и первичными способностями (шкалы 12—17 и 19) другого человека.

12—10 баллов — принимающий, лично заинтересованный, балующий, попустительствующий.

5—3 балла — отвержение, холодность, бесчувственность, горечь, равнодушие, наказание, разочарование, пессимизм, ненависть, требовательность.

Утверждения: форма А: 33, 51, 82; форма Б: 31, 61, 76.

**19. Вера, религия, церковь.** Под верой следует понимать способность устанавливать отношения с неизведанным в самом себе, в окружающем мире и неземном (бог), а также интересоваться вопросом о смысле жизни. Религия является — нередко связанная с изысканными обрядами и ритуалами — формой выражения веры. Церковь является институтом, объединяющим приверженцев одной религии, собирающим их вместе.

12—10 баллов — вера, вопросы «откуда» и «куда», фанатичность.

5—3 балла — неверие, «Я верю только тому, что вижу», отвержение церкви, индифферентность, табу.

Утверждения: форма А: 9, 56, 73; форма Б: 22, 36, 54.

**20. Тело — ощущения.** На первом плане стоит ощущение: тело — Я. Как переживаются различные ощущения и информация из окружающей среды? Что человек делает со своим телом и для своего тела?

12—10 баллов — психосоматические нарушения, неактивность, «бегство» в свое тело.

5—3 балла — активность, тренировки и занятия спортом, походы, расслабление и т. д.

Утверждения: форма А: 6, 46, 71; форма Б: 2, 50, 77.

**21. Деятельность.** Вид и способ продления норм деятельности, как они включены в концепцию Я, как на них влияют проблемы.

12—10 баллов — попытки решить проблемы при помощи активной деятельности (например, убирать, чистить, углубиться в учебу...) с (сознательным или бессознательным) намерением «забыть» таким образом проблемы; акцентирование «логического» мышления; «бегство» в работу.

5—3 балла — с одной стороны, способность избегать требований достижения; с другой стороны, отказ от (общественно) требуемых достижений, «бегство» в бездеятельность.

Утверждения: форма А: 25, 47, 77; форма Б: 12, 52, 71.

**22. Контакты.** Способность устанавливать и поддерживать отношения при возникновении проблем.

12—10 баллов — способы поведения, с помощью которых проблемы решаются «бегством» в общение. 5—3 балла — «бегство» в одиночество. Утверждения: форма А: 44, 59, 68; форма Б: 20, 51, 82.

**23. Фантазии — будущее.** Интуитивное суждение, вдохновение, творчество как средство решения проблем, «бегство» в фантазии.

12—10 баллов — попытки решить проблемы при помощи творческого подхода.

5—3 балла — погружение в «негативные» (продуцирующие проблемы) мысли и концепции самовосприятия как способ решения проблем.

Утверждения: форма А: 24, 49, 74; форма Б: 5, 33, 58.

**24—27.** В шкалах 24—27 спрашивается об отношениях пациента-клиента в детстве и юношестве к своим родным и близким, как он их сегодня воспринимает — переживает.

**24. Я.** Отношение к родителям (воспитателям), братьям и сестрам.

12—10 баллов — в сегодняшнем восприятии пациента скорее позитивные, теплые отношения, возможно, даже гиперопека.

5—3 бала — скорее холодность, отвержение, индифферентность.

Утверждения:

форма А: 24А (мать) 7, 37, 67; форма Б: 24А (мать) 34, 64, 84;

форма А: 24А (отец) 20, 60, 72; форма Б: 24Б (отец) 19, 49, 75.

**25. ТЫ.** Отношения между родителями.

12—10 баллов — скорее позитивные, внимательные, преодолевающие проблемы.

5—3 балла — скорее негативные, холодные, близкие к скандалу, иногда переживались как скрывающие проблемы.

Утверждения: форма А: 27, 45, 80; форма Б: 11, 32, 43.

**26. МЫ.** Отношение родителей к окружающему миру.

12—10 баллов — скорее открытое, внимательное, терпимое, сердечное, общительность.

5—3 балла — скорее замкнутость, нетерпимость, защита, необщительность.

Утверждения: форма А: 28, 42, 62; форма Б: 4, 39, 74.

**27. ПРА-МЫ.** Отношение родителей к вопросам мировоззрения, религии, смысла и к будущему.

12—10 баллов — скорее оптимистичное, обнадеживающее, мотивирующее, обязывающее, возможно, даже фанатичное в некоторых вопросах.

5—3 балла скорее пессимистичный, защитный, вытесняющий, индифферентный настрой.

Утверждения: форма А: 13, 34, 53; форма Б: 26, 55, 79.

### Бланк для заполнения шкал

Имя/код \_\_\_\_\_  
 Х \_\_\_\_\_ Х пациент О \_\_\_\_\_ О партнер

Форма А Б				
Баллы			min	средн. max
			3	4 5 6 7 8 9 10 11 12
1	Аккуратность	небрежный	□□□□□□□□□□	
			педантичный	

2	Чистоплотность	неряшливый	□□□□□□□□	опрятный
3	Пунктуальность	непунктуальный	□□□□□□□□	сверхпунктуальный
4	Вежливость	бесцеремонный	□□□□□□□□	учтивый
5	Честность, искренность	скрытный	□□□□□□□□	искренний
6	Усердие, деятельность	ленивый	□□□□□□□□	сверхстарательный
7	Обязательность	необязательный	□□□□□□□□	обязательный
8	Бережливость	расточительный	□□□□□□□□	скупой
9	Послушание	попкорный	□□□□□□□□	самостоятельный
10	Справедливость	несправедливый	□□□□□□□□	справедливый
11	Верность	неверный	□□□□□□□□	верный
12	Терпение	нетерпеливый	□□□□□□□□	терпеливый
13	Время	успевающий	□□□□□□□□	неуспевающий
14	Контакты	замкнутый	□□□□□□□□	общительный
15	Доверие	подозрительный	□□□□□□□□	доверчивый
16	Надежда	отчаявшийся	□□□□□□□□	надеющийся
17	Нежность, сексуальность	отвергающий	□□□□□□□□	зависящий
18	Любовь	требовательный	□□□□□□□□	балующий
19	Вера (религия), смысл	безразличный	□□□□□□□□	верующий
20	Тело (ощущения)	здоровье	□□□□□□□□	психосоматические нарушения
21	Профессия (деятельность)	дезорганизация	□□□□□□□□	«бегство» в работу
22	Контакты	замкнутость	□□□□□□□□	«бегство» в общение
23	Фантазии (будущее)	отсутствие	□□□□□□□□	«бегство» в мечты
24А	Я мать	отвержение	□□□□□□□□	принятие
24Б	Я отец	отвержение	□□□□□□□□	принятие
25	Ты	отчужденность	□□□□□□□□	единство
26	Мы	замкнутость	□□□□□□□□	общительность
27	ПРА-МЫ	безразличие	□□□□□□□□	фанатизм

**Четыре реакции на конфликты****20. Тело — ощущения**

3–5	6–9	10–12
–	0	+

**21. Деятельность Профессия**

3–5	6–9	10–12
–	0	+

**22. Контакты**

3–5	6–9	10–12
–	0	+

**23. Фантазии — будущее**

3–5	6–9	10–12
–	0	+

**Четыре модели для подражания****24. Я: родители — дети — братья и сестры**

3–5	6–9	10–12
		++
–	0	

А Мать

Б Отец

		Мать		Отец	
		да	нет	да	нет
терпение	Форма А	37	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	20	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	Форма Б	34	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	19	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	Форма А	67	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	72	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	Форма Б	64	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	75	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	Форма А	7	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	60	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	Форма Б	84	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	49	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

25. Ты: родители между собой.

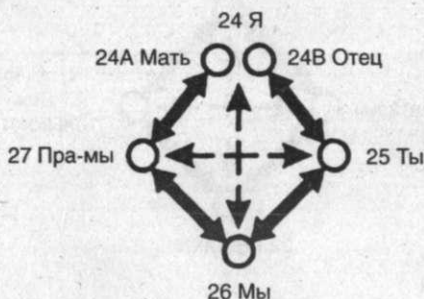
3-5	6-9	10-12
-	0	+

26. Мы: родители — окружающий мир

3-5	6-9	10-12
-	0	+

27. Пра-мы: родители — религия — мировоззрение

3-5	6-9	10-12
-	0	+



## 1.8. ШКАЛА СТЕПЕНИ ОТВЕРЖЕННОСТИ РЕБЕНКА В СЕМЬЕ

Ни один психологических словарь не дает определения понятию «отверженный». Наверное поэтому родители так спокойно относятся к этому страшному слову, в то время как Толковый словарь русского языка С.И. Ожегова и Н.Ю. Шве-

довой трактует слово «отвергнуть» — исторгнуть из своей среды, сделать отверженным, а «отверженный» — отвергнутый людьми, обществом, презираемый.

## НАЗНАЧЕНИЕ

Позволяет определить степень отверженности ребенка в семье, а также причины, вызвавшие отверженность ребенка в семье.

## ИНСТРУКЦИЯ

Уважаемый родитель!

Предлагаемая вам шкала содержит перечень некоторых черт характера и особенностей ребенка. Во время знакомства с этим перечнем поставьте знаки (+) перед порядковыми номерами тех черт характера и особенностей ребенка, о которых вы мечтали, чтобы они были у вашего ребенка, еще до его рождения (I графа), а также перед порядковыми номерами тех черт характера и особенностей ребенка, которые, по вашему мнению, имеются у вашего ребенка в настоящее время (II графа).

Каким я мечтал(а) видеть своего ребенка (I графа)	Каким я вижу своего ребенка в настоящее время (II графа)
1. умным	1. умный
2. сообразительным	2. сообразительный
3. все схватывающим на лету	3. все схватывающий на лету
4. одаренным	4. одаренный
5. талантливым	5. талантливый
6. глупым	6. глупый
7. тупым	7. тупой
8. целеустремленным	8. целеустремленный
9. серьезным	9. серьезный
10. настойчивым	10. настойчивый
11. трудолюбивым	11. трудолюбивый
12. деятельным	12. деятельный
13. активным	13. активный

14. нецелеустремленным	14. нецелеустремленный
15. легкомысленным	15. легкомысленный
16. ленивым	16. ленивый
17. бездеятельным	17. бездеятельный
18. сосредоточенным	18. сосредоточенный
19. добросовестным	19. добросовестный
20. старательным	20. старательный
21. скромным	21. скромный
22. послушным	22. послушный
23. рассеянным	23. рассеянный
24. недобросовестным	24. недобросовестный
25. нестарательным	25. нестарательный
26. заносчивым	26. заносчивый
27. непослушным	27. непослушный
28. добрым	28. добрый
29. отзывчивым	29. отзывчивый
30. справедливым	30. справедливый
31. мягким	31. мягкий
32. чувствительным	32. чувствительный
33. злым	33. злой
34. неотзывчивым	34. неотзывчивый
35. несправедливым	35. несправедливый
36. жестоким	36. жестокий
37. бесчувственным	37. бесчувственный
38. ласковым	38. ласковый
39. нежным	39. нежный
40. приветливым	40. приветливый
41. обаятельным	41. обаятельный
42. откровенным	42. откровенный
43. общительным	43. общительный
44. грубым	44. грубый
45. неприветливым	45. неприветливый
46. замкнутым	46. замкнутый



47. скрытым	47. скрытный
48. ранимым	48. ранимый
49. обидчивым	49. обидчивый
50. бесхитростным	50. бесхитростный
51. мнительным	51. мнительный
52. грустным	52. грустный
53. тревожным	53. тревожный
54. хитрым	54. хитрый
55. веселым	55. веселый
56. жизнерадостным	56. жизнерадостный
57. фантазером	57. фантазер
58. хвастливым	58. хвастливый
59. болтливым	59. болтливый
60. застенчивым	60. застенчивый
61. молчаливым	61. молчаливый
62. честным	62. честный
63. решительным	63. решительный
64. сильным	64. сильный
65. выносливым	65. выносливый
66. терпеливым	66. терпеливый
67. лживым	67. лживый
68. нерешительным	68. нерешительный
69. слабым	69. слабый
70. невыносливым	70. невыносливый
71. нетерпеливым	71. нетерпеливый
72. агрессивным	72. агрессивный
73. задиристым	73. задиристый
74. вспыльчивым	74. вспыльчивый
75. вредным	75. вредный
76. упрямым	76. упрямый
77. капризным	77. капризный
78. эгоистичным	78. эгоистичный
79. спокойным	79. спокойный

80. невре́дным	80. невре́дный
81. жа́дным	81. жа́дный
82. трусли́вым	82. трусли́вый
83. неуклю́жим	83. неуклю́жий
84. неря́шливым	84. неря́шливый
85. медли́тельным	85. медли́тельный
86. ще́дрым	86. ще́дрый
87. отва́жным	87. отва́жный
88. сме́лым	88. сме́лый
89. ловки́м	89. ловки́й
90. опра́тным	90. опра́тный
91. подви́жным	91. подви́жный
92. краси́вым	92. краси́вый
93. здоро́вым	93. здоро́вый
94. обы́чным, как все	94. обы́чный, как все
95. некра́сивым	95. некра́сивый
96. больны́м	96. больно́й
97. необы́чным	97. необы́чный
Общее количество черт характера и особенностей ребенка со знаком (+) (I графа)	Общее количество черт характера и особенностей ребенка со знаком (+) (II графа)

### Анализ и интерпретация результатов

В конце каждой графы нужно подсчитать общее количество черт характера и особенностей ребенка со знаком (+).

После подсчета общего количества черт характера и особенностей ребенка со знаком (+), совпавших в двух графах, необходимо вычислить процент совпавших черт характера и особенностей ребенка.

Для вычисления процента составляется пропорция: где общее количество черт характера и особенностей ребенка со знаком (+) в I графе берется за 100 %, а общее количество черт характера и особенностей ребенка со знаком (+), совпавших в двух графах, за  $x$ .

Чем выше процент совпавших черт характера и особенностей ребенка, тем менее отвержен ребенок родителями в семье.

Когда этот процент варьирует от 0 до 20, ребенок практически отвержен родителями, и ситуация для него в семье крайне неблагоприятная. Когда этот процент колеблется от 21 до 40, ребенок чаще всего чувствует себя отвергнутым, и ситуация для него в семье неблагоприятная. Когда этот процент варьирует от 41 до 70, ребенок может временами периодически немного раздражать родителей, но ситуация для него в семье среднеблагоприятная. Когда этот процент колеблется от 71 до 100, ребенок чувствует себя любимым, нужным и необходимым, и ситуация для него в семье благоприятная.

**Например:** общее количество черт характера и особенностей ребенка со знаком (+) в I графе при подсчете равнялось 50. Из этих 50 черт только 30 совпало в двух графах одновременно. Пропорция выглядит так:

$$50 - 100\%$$

$$30 - x$$

$$x = \frac{30 \times 100\%}{50} = 60\%$$

Результаты подсчета свидетельствуют о том, что ребенок в настоящее время на 60% оправдал надежды родителей, он очень редко раздражает их, у родителей нет повода его отвергнуть, и ситуация для ребенка в семье среднеблагоприятная.

Для более детальной оценки степени отверженности ребенка в семье следует подсчитать общее количество знаков (+) во II графе, если они стояли перед следующими порядковыми номерами: 6, 7, 14, 15, 16, 17, 23, 24, 25, 26, 27, 33, 34, 35, 36, 37, 44, 45, 47, 54, 58, 59, 67, 68, 69, 70, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 77, 78, 81, 82, 83, 84, 95, 96.

Данные порядковые номера соответствуют нежелательным и отрицательным чертам характера ребенка. Если

некоторые из этих порядковых номеров совпали в I и во II графе, их в расчет не принимать.

После окончания подсчета необходимо вычислить процент отрицательных и нежелательных черт характера и особенностей ребенка, которые беспокоят родителей в настоящее время. Для этого составляется пропорция: где общее количество черт характера и особенностей ребенка со знаком (+) во II графе равно 100 %, общее количество нежелательных и отрицательных черт характера и особенностей ребенка во II графе —  $x$ .

Чем выше процент нежелательных и отрицательных черт характера, по мнению родителей, тем более отверженным он будет чувствовать себя в семье.

Когда этот процент варьирует от 0 до 20, у ребенка, в глазах родителей, практически не имеется нежелательных и отрицательных черт характера, которые бы раздражали их, и ситуация для него в семье очень благоприятная. Когда этот процент колеблется от 21 до 40, ребенок также не чувствует себя отвергнутым, и ситуация для него в семье благоприятная. Когда этот процент варьирует от 41 до 70, у ребенка имеется целый ряд нежелательных для родителей качеств, за которые они нередко ругают его, но тем не менее ситуация для ребенка в семье среднеблагоприятная. И лишь когда этот процент превышает 70, ребенок не только ощущает себя ненужным, но и действительно отвергнут родителями.

**Например:** общее количество черт характера и особенностей ребенка со знаком (+) во II графе при подсчете равнялось 40. Из этих 40 черт 35, по мнению родителей, относятся к нежелательным и отрицательным.

Пропорция выглядит так:

40 — 100 %

35 —  $x$

$$x = \frac{35 \times 100\%}{40} = 87,5\%$$

Результаты подсчета свидетельствуют о том, что у ребенка, по мнению родителей, преобладают нежелательные и

отрицательные черты характера, которые постоянно раздражают и волнуют их. Значительное недовольство родителями ребенком приводит к тому, что ребенок все время ощущает себя нелюбимым, ненужным, отвергнутым.

Чаше всего результаты данных процента совпавших черт характера в двух графах и процента нежелательных и отрицательных черт характера во II графе коррелируют друг с другом.

Если корреляции нет, то о степени отверженности ребенка более точно можно судить по результатам второй пропорции (нежелательные и отрицательные черты).

Чтобы уточнить, почему ребенок отвержен, психологу необходимо собрать дополнительные сведения, задав следующие вопросы родителям:

1. Ваш ребенок был долгожданным? (да, нет)

2. Ваш ребенок не был долгожданным? (да, нет)

После ответа на эти вопросы, следует попросить родителей сообщить дополнительную информацию для I и II граф основной шкалы.

I графа	II графа
Каким я мечтал(а) видеть своего ребенка	Какой он в настоящее время
1. мальчиком	1. мальчик
2. девочкой	2. девочка
3. похожим на маму	3. похож на маму
4. похожим на папу	4. похож на папу

Иногда несоответствие между ожидаемым будущим ребенком и ребенком в настоящее время именно по этим ответам и является главным пусковым механизмом к неприятию родителем своего ребенка и его отверженностью в семье. Особенно большое значение для выявления причины неприятия имеет тот факт, что родитель очень сильно желал ребенка одного пола, а родился ребенок другого пола или когда ребенок похож на родителя другого пола и взял от него те черты характера, которые не приемлет данный родитель.

**Примеры типичных высказываний и жалоб родителей при неприятии ими своего ребенка**

Мой ребенок разочаровал меня с самого рождения. Я хотел (а) мальчика (девочку).

Если б мой ребенок был другого пола, я был (а) бы счастлив (а).

Мой ребенок — вылитая копия жены: перенял все худшие черты ее характера.

Мой ребенок точно такой эгоист, как его отец.

Мой ребенок был неожиданным.

Я не раз жалел (а), что имею этого ребенка.

Из-за своего ребенка я лишился (ась) очень многого, что радовало меня в жизни.

Мой ребенок хуже, чем другие дети.

Мой ребенок для меня — обуза.

## **1.9. ШКАЛА СЕМЕЙНОГО ОКРУЖЕНИЯ (ШСО)**

Социальный климат семьи — это те правила поведения, которые сложились в семье и которые влияют на взаимоотношения в ней. Некоторые семейные правила устанавливаются открыто, например: «Дети не должны разговаривать, когда говорят взрослые». Другие правила скрытые, они обычно выводятся из повторяющихся ситуаций, которые происходят в семье. Скрытые правила очень сильны, так как они устанавливаются негласно и создают ощущения загадочности: «Не говори ни о чем сексуальном, это расстроит маму».

Правила, заданные социумом и культурой, разделяют многие семьи, а бывают правила уникальные для данной семьи. Культурные правила семейной жизни известны всем: например, все знают, что родители не должны заниматься любовью на глазах у детей. Уникальные правила известны только членам семьи.

Правила показывают, что в семье можно делать, а что нельзя, что считается хорошим и плохим, т. е. они представ-

ляют собой элемент семейной идеологии, который и формирует социальный климат семьи.

## НАЗНАЧЕНИЕ

Шкала семейного окружения (ШСО) предназначена для оценки социального климата в семьях всех типов.

В основе шкалы семейного окружения (ШСО) лежит оригинальная методика *Family Environmental Scale (FES)*, предложенная R. H. Moos в 1974 г. Основное внимание тут уделяется измерению и описанию: А) отношений между членами семьи (*показатели отношений*), Б) направлениям личностного роста, которым в семье придается особое значение (*показатели личностного роста*), В) основной организационной структуре семьи (*показатели, управляющие семейной системой*). В нашей стране методика адаптирована С.Ю. Куприяновым (1985).

## ИНСТРУКЦИЯ

В этом опроснике 90 утверждений. Вам предстоит решить, какие из этих утверждений верны в отношении вашей семьи, какие неверны. Делайте все пометки в бланке для ответов (табл.). Если вы находите, что утверждение верно или в основном верно в отношении вашей семьи, поставьте знак «х» в клеточке, обозначенной буквой «В» (верно). Если вы считаете, что утверждение неверно или в основном неверно, поставьте знак «х» в клеточке, обозначенной буквой «Н» (неверно).

Вам может показаться, что некоторые утверждения являются верными в отношении одних членов семьи и неверными в отношении других. Если члены семьи разделяются по данному утверждению на две равные половины, решите для себя, верно или неверно утверждение описывает семью в целом.

## ОПРОСНИК

1. Члены нашей семьи оказывают реальную помощь и поддержку друг другу.

2. Члены нашей семьи часто скрывают свои чувства.
3. В нашей семье мы часто ссоримся.
4. В нашей семье мы не очень часто делаем что-либо самостоятельно (отдельно от других членов).
5. Мы считаем это важным — быть лучшим в любом деле, которое делаешь.
6. Мы часто говорим о политических и социальных проблемах.
7. Мы проводим большую часть выходных дней и вечеров дома.
8. Члены нашей семьи довольно часто смотрят передачи на морально-нравственные темы.
9. Вся деятельность нашей семьи довольно тщательно планируется.
10. В нашей семье редко кто-то командует.
11. Мы часто дома «убиваем» время.
12. В своем доме мы говорим все, что хотим.
13. Члены нашей семьи редко открыто сердятся.
14. В нашей семье очень поощряется независимость.
15. Жизненный успех (продвижение в жизни) очень важен в нашей семье.
16. Мы редко ходим на лекции, спектакли и концерты.
17. Друзья часто приходят к нам в гости.
18. Мы считаем, что семья не несет ответственности за своих членов.
19. Мы, как правило, очень опрятны и организованны.
20. Число правил, которым мы следуем в нашей семье, невелико.
21. Мы вкладываем много энергии в домашние дела.
22. Трудно «разрядиться» дома, не расстроив кого-нибудь.
23. Члены нашей семьи могут настолько разозлиться, что швыряют вещи.
24. В нашей семье мы обдумываем свои дела в одиночку.
25. Для нас не очень важно, сколько зарабатывает человек.
26. В нашей семье считается очень важным узнавать о новых вещах, событиях, фактах.
27. Никто в нашей семье не занимается активно спортом, бегом трусцой, игрой в бадминтон и т. д.



28. Мы часто говорим на нравственные темы.
29. В нашем доме часто трудно бывает найти вещь, которая требуется в данный момент.
30. У нас есть один член семьи, который принимает большинство решений.
31. В нашей семье существует чувство единства.
32. Мы рассказываем друг другу о своих личных проблемах.
33. Члены нашей семьи редко выходят из себя.
34. В нашей семье мы уходим и приходим, когда захотим.
35. В любом деле мы верим в соревнование, наш девиз «Пусть победит сильнейший».
36. Мы не очень интересуемся культурной жизнью.
37. Мы часто ходим в кино, театр, туристические походы, на спортивные мероприятия и т. д.
38. Высокая нравственность не является уделом нашей семьи.
39. Быть пунктуальным в нашей семье очень важно.
40. В нашем доме все делается по раз и навсегда заведенному порядку.
41. Мы редко вызываемся добровольно, когда что-то нужно сделать дома.
42. Если нам хочется что-то сделать экспромтом, мы часто тут же собираемся и делаем это.
43. Члены нашей семьи часто критикуют друг друга.
44. В нашей семье очень мало тайн.
45. Мы всегда стремимся делать дело так, чтобы в следующий раз получилось намного лучше.
46. У нас редко бывают интеллектуальные дискуссии.
47. Все в нашей семье имеют одно или несколько хобби.
48. У членов семьи строгие понятия о том, что правильно и что неправильно.
49. В нашей семье все часто меняют мнение о домашних делах.
50. В нашей семье придается большое значение соблюдению правил.
51. Мы стараемся делать все во имя сплоченности нашей семьи.

52. Если у нас в семье начнешь жаловаться, кто-то обычно расстроится.
53. Члены нашей семьи иногда могут ударить друг друга.
54. Члены нашей семьи обычно полагаются сами на себя, если возникает какая-то проблема.
55. Членов нашей семьи мало волнует продвижение по работе, школьные отметки и т. д.
56. Кто-то в нашей семье играет на музыкальном инструменте.
57. Члены нашей семьи принимают мало участия в развлекательных мероприятиях.
58. Мы убеждены, что существуют некоторые вещи, которые надо принимать на веру.
59. Члены нашей семьи содержат свои комнаты в порядке.
60. В семейных решениях все имеют равное право голоса.
61. В нашей семье очень слабо развит дух коллективизма.
62. В нашей семье открыто обсуждаются денежные дела и оплата счетов.
63. Если в нашей семье возникают разногласия, мы изо всех сил стараемся «сгладить углы» и сохранить мир.
64. Члены нашей семьи усиленно поощряют друг друга отстаивать свои права.
65. В нашей семье мы не очень стремимся к успеху.
66. Члены семьи часто ходят в библиотеку.
67. Члены семьи иногда посещают курсы или берут уроки по своим интересам и увлечениям (помимо школы).
68. В нашей семье у каждого свои понятия о том, что правильно и что неправильно.
69. Обязанности каждого в нашей семье четко определены.
70. В нашей семье мы можем делать, что хотим.
71. Мы редко по-настоящему ладим друг с другом.
72. В нашей семье мы обычно следим за тем, что говорим друг другу.
73. Члены семьи часто пытаются быть в чем-то выше или превзойти один другого.
74. В нашем доме трудно побыть одному, чтобы это кого-нибудь не обидело.

75. «Делу — время, потехе — час» — таково правило нашей семьи.
76. Смотреть телевизор в нашей семье важнее, чем читать.
77. Члены семьи часто выходят в свет.
78. Наша семья придерживается строгих моральных правил.
79. В нашей семье с деньгами обращаются не очень бережно.
80. В нашей семье царит правило: «Всяк сверчок знай свой шесток!»
81. В нашей семье всем уделяется достаточно много времени и внимания.
82. В нашей семье часто возникают спонтанные дискуссии (экспромты).
83. В нашей семье мы считаем, что повышением голоса ничего не добьешься.
84. В нашей семье не поощряется, чтобы каждый высказывался сам за себя.
85. Членов нашей семьи часто сравнивают с другими людьми в отношении того, как они успевают на работе или в школе.
86. В нашей семье по-настоящему любят музыку, живопись, литературу.
87. Главная форма развлечения у нас — смотреть телевизор или слушать радио.
88. Члены нашей семьи верят в торжество справедливости.
89. В нашей семье посуда моется сразу после еды.
90. В нашей семье немного проходит безнаказанно.

### **Интерпретация и обработка данных**

ШСО включает десять шкал, каждая из которых представлена девятью пунктами, имеющими отношение к характеристике семейного окружения. Краткое описание шкал.

#### ***А. Показатели отношений между членами семьи***

1. *Сплоченность (С)*. В какой степени члены семьи заботятся друг о друге, помогают друг другу; выраженность чувства принадлежности к семье.

2. *Экспрессивность (Э)*. В какой степени в семье разрешается открыто действовать и выразить свои чувства.

3. *Конфликт (К-т)*. В какой степени открытое выражение гнева, агрессии и конфликтных взаимоотношений в целом характерно для семьи.

***Б. Показатели личностного роста***

4. *Независимость (Н)*. В какой степени члены семьи поощряются к самоутверждению, независимости к самостоятельности в обдумывании проблем и принятии решений.

5. *Ориентация на достижения (ОД)*. В какой степени разным видам деятельности (учебе, работе и пр.) в семье придают характер достижения и соревнования.

6. *Интеллектуально-культурная ориентация (ИКО)*. Степень активности членов семьи в социальной, интеллектуальной, культурной и политической сферах деятельности.

7. *Ориентация на активный отдых (ОАО)*. Насколько семье свойственны активный отдых и спорт.

8. *Морально-нравственные аспекты (МНА)*. Степень семейного уважения к этическим и нравственным ценностям и положениям.

***8. Показатели управления семейной системой***

9. *Организация (О)*. Насколько для семьи важны порядок и организованность (структурирование семейной деятельности, финансовое планирование, ясность и определенность семейных правил и обязанностей).

10. *Контроль (К-л)*. Степень иерархичности семейной организации, ригидности семейных правил и процедур, контроля членами семьи друг друга.

При обработке данных исследования для каждой шкалы высчитывается показатель, который получают путем сложения учитываемых ответов по всем пунктам соответствующей шкалы. Затем высчитываются средние показатели для всех членов семьи и вычерчивается семейный профиль, который сравнивается со средними значениями нормативного профиля (табл.). Также может быть определен показатель несовместимости семьи (ПНС), характеризующий выраженность диссонанса в восприятии семейного климата членами семьи.

Таблица

**Бланк регистрации ответов ШСО**  
 (знаком «х» помечены пункты, учитываемые  
 при подсчете баллов по соответствующим шкалам)

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

Таблица

Средние значения FES (американские семьи)  
и ШСО (русские семьи)

Шкалы		США, n = 285		Россия, n = 100	
		<i>M</i>	<i>q</i>	<i>M</i>	<i>q</i>
1	С	6,36	1,86	6,45	1,36
2	Э	5,43	1,49	6,18	1,17
3	К-Т	4,65	2,05	3,20	1,56
4	Н	6,67	1,23	4,35	1,25
5	ОД	5,64	1,66	5,46	1,44
6	ИКО	6,15	1,98	6,08	1,39
7	ОАО	6,19	1,66	4,37	1,50
8	МНА	4,55	2,15	5,72	1,09
9	О	5,27	2,03	5,13	1,65
10	К-Л	4,80	1,84	3,93	1,27

*Примечание:* n — количество испытуемых, М — среднее значение по группе, q — стандартное отклонение.

### 1.10. ЭКСПЕРТНАЯ ДИАГНОСТИКА СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ЗАПУЩЕННОСТИ ДЕТЕЙ (Р.В. ОВЧАРОВА)

Трудновоспитуемый (педагогически запущенный ребенок) характеризуется отклонением в поведении и психике. Требует усиленного внимания педагогов, психологов, родителей и индивидуализации средств воздействия для преодоления трудновоспитуемости. Примерами отклонений могут быть пониженные адаптивные способности, неадекватность самооценки и уровня притязаний, недостаточное развитие для данного возраста мотивационно-волевой сферы и познавательных процессов.

## НАЗНАЧЕНИЕ

В основе метода лежат независимые характеристики ребенка педагогом и психологом. Метод определяет наличие или отсутствие состояния, выявляет картину основных отклонений и недостатков, вызванных этим состоянием, и примерный уровень этих отклонений.

## Инструкция

Внимательно прочитайте утверждения по каждой шкале. Если указанное утверждение подходит к характеристике вашего умения, зачеркните соответствующий номер в прилагаемом бланке. Искренность ваших ответов будет способствовать правильной оценке ситуации и поможет ребенку преодолеть имеющиеся трудности.

## Бланк для ответов

Имя, фамилия ребенка \_\_\_\_\_

Возраст \_\_\_\_\_

Класс \_\_\_\_\_

### Шкалы

I — СС 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17

II — СО 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21

III — СУД: А: 1 2 3 4 5 6 7 8 9

Б: 1 2 3 4 5 6 7

В: 1 2 3 4 5 6

IV — ОТС 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

ОТУ 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12

V — ВМС 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13

ВМУ 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12

## Опросник

### Шкала I — СС (свойства самосознания)

1. Хочет быть слишком маленьким (большим).
2. Считает себя некрасивым.
3. Считает себя нездоровым.
4. Считает себя слабее других.

5. Не любит свое имя.
6. Не хочет быть девочкой (мальчиком).
7. Думает, что у него мало друзей.
8. Думает, что у его знакомых более дружная семья.
9. Ему кажется, что дома он всем мешает.
10. Ему кажется, что он глупее других.
11. Считает себя не очень способным.
12. Полагает, что родители им недовольны.
13. Считает, что ему часто не везет.
14. Ему кажется, что учительница (воспитательница) им недовольна.
15. Считает, что у него все получается плохо, что он ничего умеет.
16. Думает, что он плохой мальчик (девочка).
17. Считает, что он никому не нужен, его никто не любит, и часто говорит об этом.

### Шкала II — СО (свойства общения)

1. Любит, когда к нему проявляют симпатию.
2. Хочет быть замеченным, но сам не проявляет активности.
3. Редко просит кого-то о помощи и помогает кому-то сам.
4. У него мало друзей.
5. Редко подходит к учителю по собственной инициативе.
6. Ребенок-подчиненный (соглашается на невыигрышные роли).
7. Имеет только одного друга в группе (остальных детей игнорирует).
8. Часто жалуется на детей в группе.
9. Шумно ведет себя, когда рядом нет учителя.
10. Иногда, когда ему делают замечание, играет героя.
11. Случается, что прикидывается шутом, паясничает.
12. Мешает детям на уроках, в играх, подсмеивается над ними, любит пугать.
13. Редко реагирует на замечания, советы или не обращает на них внимания.



14. Не понимает, почему его поступки не нравятся окружающим.
15. Надоедает детям, пристаёт к ним.
16. Находится в плохих отношениях со сверстниками.
17. Проявляет агрессивность по отношению к окружающим, портит вещи, игрушки.
18. Подражает хулиганским проделкам.
19. Ведет себя в группе как посторонний, отверженный, бывает козлом отпущения.
20. Избегает контактов с учителем.
21. Часто ведет себя невпопад.

### **Шкала III — СУД (свойство учебной деятельности)**

#### ***А. Мотивация учения***

1. Нравится иметь школьные принадлежности и быть учеником.
2. В школу ходит потому, что там много детей.
3. Особой любознательности не проявляет.
4. К учению относится равнодушно, иногда отрицательно.
5. Ходит в школу без особого желания.
6. Не любит учиться.
7. Боится плохих оценок, потому что за них дома ругают или наказывают.
8. Не любит учиться, потому что его редко хвалят.
9. В школе не нравится, потому что там не любят плохих учеников.

#### ***Б. Учебно-познавательная активность***

1. Не отличается прилежанием к учению.
2. Особого интереса к определенному предмету не проявляет.
3. На уроках часто пассивен.
4. Вопросы задает редко и не стремится отвечать на них.
5. Работает тогда, когда над ним «стоит» учитель (родители).
6. Домашние задания редко выполняет самостоятельно, если делает сам, то не очень качественно.
7. Мало читает.

**В. Целенаправленность и осознанность учения**

1. С трудом понимает учебное задание, часто не знает, как его выполнить.
2. Быстро забывает условие и вопрос.
3. Чаще выполняет задание по стандарту.
4. Ошибки в своих действиях обнаруживает и исправляет с трудом.
5. Не уверен в правильности своих действий.
6. Недоволен результатами своей учебной деятельности.

**Шкала IV — ОТ (общая тревожность)**

**ОТС (семья)**

1. Часто просит прощения у родителей или чувствует себя виноватым.
2. Ведет себя дома беспомощно.
3. Ведет себя дома неуклюже.
4. Чувствует себя в семье бестолковым.
5. Чрезмерно привязан к матери.
6. Держится обособленно от всех близких.
7. Слишком боится жалоб педагогов родителям.
8. Часто обманывает родителей.
9. Слишком часто вспоминает о семье.
10. Часто бывает в плохом настроении.

**ОТУ (школа)**

1. Проявляет чрезмерное желание здороваться с учителем.
2. Чрезмерно дружелюбен по отношению к нему.
3. Часто приносит и показывает ему различные предметы.
4. Подлизывается, старается понравиться учителю.
5. Постоянно нуждается в помощи и поддержке.
6. Добивается монополии на педагога, но безуспешно.
7. Слишком озабочен, чтобы заинтересовать собой других.
8. Легко устранивается в случаях неудачи.
9. Игрет героя, когда ему делают замечание.
10. Рискует без надобности.

11. Играет исключительно с детьми старше или младше себя.
12. Неадекватно относится к оценкам окружающих.

### **Шкала V — ВМ (воспитательный микросоциум)**

#### ***ВМС (семья)***

1. Родители согласны, что частые наказания формируют сильный характер.
2. Родители считают, что их поведение должно быть непреклонным.
3. Работа родителей связана с командировками.
4. У родителей очень ответственные должности.
5. Ребенок часто пропускает занятия.
6. Он растет довольно неряшливым.
7. Ребенок портит нервы родителям.
8. Родители могут пожаловаться на слабые способности ребенка.
9. Родители завидуют тем, у кого способные дети.
10. Родители думают, что с этим ребенком им не повезло.
11. Родители хотят, чтобы их ребенок дружил с хорошими, воспитанными детьми.
12. Родители предпочли бы не расспрашивать педагогов о ребенке и реже с ними встречаться.
13. Родителям редко удается посещать родительские собрания.

#### ***ВМУ (школа)***

1. Ребенок вызывает у педагога скорее сожаление, чем симпатию.
2. По мнению педагога, ребенок во многом отстает от сверстников.
3. Учитель старается сделать так, чтобы отстающий ребенок не подводил класс.
4. Педагог считает, что активность ребенка хороша, если она соответствует целям обучения и воспитания.
5. Педагог считает, что уважать можно такого ребенка, который это заслуживает.

6. Педагог уверен в том, что дети должны быть послушными и дисциплинированными, в этом залог воспитания.
7. Педагог считает, что дети должны доверять учителю и делиться с ним своими мыслями и переживаниями.
8. Педагог уверен, что успехов можно добиться, лишь работая по четкому плану, строго его придерживаясь.
9. Педагог полагает, что недостатки ребенка связаны прежде всего с его семейным воспитанием.
10. Он уверен, что педагоги учат детей только хорошему.
11. Нередко родителям бывает стыдно за своего ребенка перед знакомыми.
12. Родители видят все недостатки ребенка, которых больше, чем достоинств.

### **Шкала ДР (достоинства ребенка)**

(в произвольном порядке ответьте на вопросы  
в маленьком бланке)

Что он любит?

Что он умеет?

Чего он хочет?

Какой он?

### **ОБРАБОТКА И ИНТЕРПРЕТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ**

*Шкала I — СС* показывает уровень развитости свойств субъектного самосознания. Первые четыре суждения свидетельствуют о неприятии физического «Я», 5-е и 6-е указывают на отсутствие идентификации с именем и полом, 7, 8, 9, 12, 14-е характеризуют его социальную неприспособленность, остальные свидетельствуют о неадекватной самооценке и уровне притязаний. Общее количество совпадений ответов по шкале притязаний указывает на уровень нарушений формирования самосознания запущенного ребенка.

*Шкала II — СО* определяет уровень сформированности свойств субъекта общения. Первые два суждения касаются потребности ребенка в признании; утверждения 3, 5, 6, 7, 20 говорят о низкой коммуникативной активности ребенка и

его неудовлетворенной потребности в общении, в утверждениях 4, 8, 16, 19 содержатся указания на низкий социальный статус ребенка и его отвержение окружающими. Позиции 13, 14, 15, 21 свидетельствуют о социальной неадекватности ребенка, связанной со слабой социальной рефлексией, а остальные демонстрируют способы защитно-компенсаторного поведения социально отверженного ребенка.

*Шкала III — СУД* показывает уровень развития свойств субъекта деятельности. По шкале СУД суждения 1–9 демонстрируют дисгармонию мотивации учения, 10–16 свидетельствуют о нарушениях в учебно-познавательной активности ребенка, 17–22 характеризуют несформированность осознанности и целенаправленности обучения, опирающуюся на психические новообразования младшего школьного возраста (рефлексия, внутренний план действий, произвольность психических процессов).

*Шкала IV — ОТ* содержит 22 суждения, 10 из них характеризуют семейную тревожность ребенка — ОТС; 12 суждений содержат характеристики тревожности ребенка в школе — ОТУ. Чем выше балл общей тревожности, тем больше указаний на отвержение запущенного ребенка референтными общностями, его социальную дезадаптацию. Этот показатель в большей степени характерен для младших школьников.

*Шкала V — ВМ* имеет два варианта: ВМС — воспитательный микросоциум семьи (13 суждений) и ВМУ — воспитательный микросоциум учреждений (12 суждений). В этих суждениях отражаются неблагоприятная семейная и школьная атмосфера, отвержение запущенного ребенка педагогами и родителями, авторитарно-гиперсоциализированный тип отношения к ребенку, сдерживающий его активность и самовыражение. Общее высокое количество баллов по шкале диагностирует неблагоприятность социально-педагогической ситуации развития ребенка.

Дополнительно вводится шкала ДР (достоинства ребенка), которая в опроснике не зашифрована. Эта шкала содержит четыре вопроса о ребенке, которые касаются его положительных качеств, и выявляет, знают ли родители и пе-

дагога, что он любит, что он умеет, что он хочет и какой он. Незаполненность этой шкалы свидетельствует о незнании, отторжении, неприятии, одностороннем подходе к ребенку со стороны педагогов или родителей.

Противоречивые данные могут уточняться путем непосредственного наблюдения за ребенком. Полученные сведения о ребенке обобщаются.

Социально-педагогическая запущенность диагностируется при наличии совпадений по I, IV, V и одной из оставшихся шкал (II, III) либо по всем шкалам. При легкой степени запущенности число совпадений составляет 10–25 %, при выраженной степени — 26–50 %, при высокой — 50 % и более. При легкой степени запущенности совпадения суждений опросника и ответов респондента группируются в первой трети утверждений.

## **Глава 2**

# **ВЫЯВЛЕНИЕ ДЕТСКОГО ОТНОШЕНИЯ К РОДИТЕЛЯМ**

---

### **2.1. ГРАФИЧЕСКИЙ ТЕСТ «РИСУНОК СЕМЬИ»**

В настоящее время наиболее популярен у психологов графический тест «Рисунок семьи», который широко используется в многочисленных исследованиях межличностных отношений и практических разработках благодаря простоте его проведения и точности показателей, получаемых в результате работы. Этот тест относится к неструктурированным проективным методикам. Полученный в результате свободной творческой деятельности продукт раскрывает индивидуально-типологические характеристики личности ребенка: представления, настроения, состояния, чувства, отношения.

#### **НАЗНАЧЕНИЕ**

«Рисунок семьи» в первую очередь предназначен для выявления особенностей *внутрисемейных отношений* и *эмоциональных проблем*. Используя выполненное изображение, комментарии и ответы на вопросы психолога, касающиеся рисунка, эта методика раскрывает чувства ребенка к тем членам семьи, которых он считает самыми важными, чье влияние как положительное, так и отрицательное, для него наиболее значимо.

Графический тест «Рисунок семьи» удобен в применении, способствует установлению хорошего эмоционального контакта психолога с ребенком, подходит и для детей со сниженным интеллектом. Особенно продуктивно его использова-

ние в дошкольном и младшем школьном возрасте, когда у детей затруднена вербализация. Вместе с тем эту технику и правила ее интерпретации можно с успехом применять и в работе со взрослыми. Тест позволяет не только исследовать межличностные отношения в семье, но также и выбрать тактику психологической коррекции и психотерапии семейных отношений.

## Инструкция

Для работы испытуемому предлагают лист белой бумаги размером 15 × 20 или 21 × 29 см, ручку или простой карандаш. Ластик использовать не рекомендуется. Если ребенок сочтет, что его рисунок испорчен, можно дать еще один лист, а потом сравнить изображения.

Допустимо использовать различные варианты инструкций:

1. «Нарисуй свою семью». В этом случае не рекомендуется объяснять, что означает слово «семья», а в ответ на вопросы следует лишь еще раз повторить инструкцию.
2. «Нарисуй свою семью, где все заняты обычным делом».
3. «Нарисуй свою семью, как ты ее себе представляешь».
4. «Нарисуй свою семью в виде фантастических (несуществующих) существ».
5. «Нарисуй свою семью в виде метафоры, образа, символа, который выражает ее особенности».

При этом детям необходимо напомнить, что отметок здесь не ставят и художественные способности не оценивают.

При индивидуальной диагностике в протоколе отмечают последовательность появления на листе персонажей и предметов, паузы более 15 секунд, попытки исправить детали, спонтанные комментарии, эмоциональные реакции и их связь с содержанием изображения.

После выполнения задания обычно задаются следующие вопросы: «Кто тут нарисован?»; «Где они находятся?»; «Ч



они делают?»; «Какое у них здесь настроение?»; «О чем они думают?» и т. д. При опросе психолог должен стараться выяснить смысл нарисованного: чувства к отдельным членам семьи; причины, которые заставили пропустить кого-то из них (если так произошло) или, напротив, нарисовать людей, к семье не принадлежащих. Прямых вопросов следует избегать, на ответах не настаивать, так как это может вызвать тревогу и спровоцировать защитные реакции.

Рисунки оцениваются качественно. Для их интерпретации рекомендуется собрать семейный анамнез: сведения о составе и возрасте членов семьи и об основной проблематике. Практика показывает, что обычно в рисунке семьи не бывает случайностей. Ведь ребенок рисует не предметы с натуры, а отражает в своих представлениях отношения между близкими ему людьми и свои переживания по их поводу.

На основании таких рисунков можно исследовать:

1. *Особенности внутрисемейных отношений и эмоционального самочувствия в семье.* Например, если члены семьи стоят рядом, взялись за руки, делают что-то вместе, улыбаются — это говорит об их сплоченности и положительном настроении. На разобщенность и плохое настроение указывает обратное: члены семьи стоят отвернувшись и далеко друг от друга, сильно выражены отрицательные эмоции.

2. *Особенности состояния ребенка во время рисования.* Наличие сильной штриховки, маленькие размеры часто говорят о неблагоприятном физическом состоянии, напряженности, скованности. Напротив, большие размеры, использование для изображения всего листа могут свидетельствовать об обратном: о хорошем расположении духа, раскованности, отсутствии напряженности и утомления.

3. *Степень изобразительной культуры, стадию изобразительной деятельности, на которой находится ребенок.* Следует обратить внимание на примитивность изображения или, напротив, на четкость и выразительность образов, изящество линий, эмоциональную выразительность.

При интерпретации рисунков всегда следует обращать внимание на те случаи, когда изображено больше или меньше

членов семьи, чем это есть на самом деле (например, изображен папа, которого нет, или, напротив, не нарисован старший брат).

Приведем основные критерии, по которым можно детальнее оценить особенности внутрисемейных отношений

После окончания рисования уточните некоторые детали наводящими вопросами. Затем проанализируйте данные рисуночной пробы на нижеприведенной нами схеме. При правильной трактовке данных, можно выявить нюансы, их оттенки, всю гамму чувств, переживаемых ребенком в своей семье.

Анализируя рисунок, необходимо обратить внимание на ряд деталей: последовательность выполнения задания, сюжет рисунка, на то, как расположены, как сгруппированы члены семьи, на степень близости и степень отдаленности их друг от друга, на место нахождения ребенка среди них, на то, с кого ребенок начинает рисовать семью, на ком кончает, кого забыл изобразить, кого добавил, кто выше ростом и кто ниже, кто как одет, кто нарисован контуром, кто вырисован до деталей, на цветовую гамму и т. д.

### **Анализ и интерпретация данных**

**1. Последовательность выполнения задания.** Как правило, после получения установки ребенок сразу же начинает рисовать всех членов семьи и только потом дополняющие рисунок детали. Если же вдруг ребенок по непонятной причине акцентирует свое внимание на чем угодно, кроме семьи, забывая нарисовать своих родственников и себя, или рисует людей после изображения второстепенных объектов и предметов, необходимо задуматься, почему он так поступает и что кроется за всем этим. В чем причина его равнодушия к своим близким? Для чего он оттягивает время изображения их? Чаше всего «ларчик» открывают наводящие вопросы и уточняющие оттенки семейных взаимоотношений другие методики. Как правило, отсутствие членов семьи на рисунке или оттягивание времени их изображения — один из симптомов психического дискомфорта ребенка в семье и признак кон

фликтных семейных взаимоотношений, в которые он вовлечен.

**2. Сюжет рисунка.** Чаще всего сюжет предельно прост. Ребенок изображает свою семью в виде групповой фотографии, на которой присутствуют все члены семьи или кого-то нет. Все присутствующие находятся на земле, стоят на полу или, почему-то лишившись опоры, висят в воздухе. Иногда на рисунке, помимо людей, расцветают цветы, зеленеет трава, растут кустики и деревья. Некоторые дети размещают своих родных в собственном доме среди мебели и знакомых вещей. Нередки случаи, когда кто-то находится дома, а кто-то на улице. Помимо застывшие-монументальных групповых портретов, встречаются и рисунки, на которых все члены семьи заняты делом и, безусловно, самым важным — ребенок. Эти рисунки, как правило, переполнены экспрессией и динамизмом.

Иногда дети просто отказываются от рисования или ограничиваются каким-нибудь, особенно кажущимся на первый взгляд отвлеченным сюжетом, где нет никакой семьи. Но это только на первый взгляд. Рисунок семьи «без семьи» — крик протеста ребенка и подаваемый им таким образом сигнал бедствия.

Если рисунок семьи у ребенка ассоциируется с чем-то приятным, с теплыми, нежными воспоминаниями, он охватывает всех членов семьи, или кого-то из них, ярким солнцем — символом ласки, добра и любви.

Если над групповым портретом семьи темные тучи или льет дождь, то, вероятней всего, это связано с дискомфортом ребенка.

**3. Последовательность расположения членов семьи.** Обычно первым ребенок изображает или самого любимого им члена семьи, или, по его мнению, самого значительного и авторитетного в доме. Если самым значительным ребенок считает себя, он, не скрывая это, рисует свою фигуру первой. Последовательность расположения других членов семьи и их порядковые номера указывают на отношение к ним ребенка, вернее, на их роль в семье в глазах ребенка или на отношение

их, по мнению рисующего, к нему. Чем выше порядковый номер у изображенного члена семьи, тем ниже его авторитет у ребенка. Обычно самый последний нарисованный родственник имеет самый низкий авторитет. Поэтому, если ребенок интуитивно ощущает себя отвергнутым и ненужным родителям, то он изображает себя после всех.

**4. Размеры фигур членов семьи.** Чем более авторитетным в глазах ребенка является изображаемый им член семьи, тем выше его фигура и значительнее размеры. Довольно часто у маленьких детей не хватает даже листа, чтобы разместить всю фигуру полностью, целиком. При низком авторитете родственника величина фигуры его, как правило, гораздо меньше реальной по сравнению с остальными членами семьи. Поэтому безнадзорные и отвергнутые дети изображают себя обычно едва приметными, низкорослыми, крошечными, подчеркивая всем этим свою ненужность и незначительность. В противовес «отвергнутым» кумиры не жалеют места для изображения своих фигур, рисуя себя вровень с мамой или папой и даже выше их.

**5. Величина пространства и его размеры между изображением отдельных членов семьи свидетельствуют или об их эмоциональной разобщенности, или об их эмоциональной близости.** Чем дальше фигуры расположены друг от друга, тем больше их эмоциональная разобщенность, как правило, отражающая конфликтную ситуацию в семье. На некоторых рисунках дети подчеркивают ощущаемую ими разобщенность близких включением в свободное пространство между членами семьи каких-то посторонних, еще более разъединяющих людей предметов. Чтобы уменьшить разобщенность, ребенок часто заполняет промежутки, по его мнению, объединяющими близких родственников вещами и предметами, или рисует среди членов семьи малознакомых ему лиц.

При эмоциональной близости все родственники в семье нарисованы почти вплотную друг к другу и практически не разобщены. Чем ближе ребенок изображает себя по отношению к какому-либо члену семьи, тем выше его степень привязанности к этому родственнику. Чем дальше ребенок

находится от какого-то члена семьи; тем меньше его привязанность к этому члену. Когда ребенок считает себя отвергнутым, он отделен значительным пространством от других.

**6. Место расположения ребенка на рисунке — источник важной информации о положении его в семье.** Когда он в центре, между мамой и папой, или рисует себя первым во главе семьи, то это значит, что он ощущает себя нужным и необходимым в доме. Как правило, ребенок помещает себя рядом с тем, к кому больше всего привязан. Если на рисунке ребенок изобразил себя после всех своих братьев и сестер, подальше от родителей, то это чаще всего просто признак ревности его к другим, живущим в семье детям, по отношению к любимым маме или папе, а может быть, обоим вместе, и, отдаляя себя от всех остальных, он сообщает нам, что считает себя лишним и ненужным в доме.

**7. Когда ребенок почему-то «забывает» нарисовать себя, то причину следует искать в семейных отношениях.** Они обычно не совсем примерные и, очевидно, тягостны ребенку. Изображение ребенком семьи без себя — сигнал конфликта между ним и кем-то в доме или всей семьей в целом, и у ребенка в связи с этим нет чувства общности с другими близкими ему людьми. Таким способом ребенок выражает свою реакцию протеста против неприятия его в семье. Интуитивно догадавшись, что он давно отвергнут родителями, что они его почти «забыли», заботясь о других в семье, ребенок «мстит» родителям на бумаге, не понимая, что отказом от рисования себя он выдает свои секреты, невольно выплеснув наружу клокочущий в нем дискомфорт.

**8. Когда ребенок почему-то «забывает» вдруг нарисовать кого-то из родителей или других реальных членов своей семьи, то, вероятнее всего, никто иной, а именно «забытый» родственник ребенка и есть источник его дискомфорта, переживаний и мучений.** Умышленно «забыв» включить такого близкого в состав своей семьи, ребенок как бы указывает путь на выход из конфликтной ситуации и на разрядку негативной семейной атмосферы. Довольно часто этим способом ребенок «устраняет» конкурентов, пытаясь погасить хоть

на мгновение кипящую в нем ревность к другим детям или к родителям своего пола. Особенно упорно «мстит» ребенок и не рисует на бумаге того члена семьи, который постоянно подавляет и унижает его в доме. Поэтому обычно на вопрос: «Где этот член семьи?» — ребенок, продолжая «мстить» ему, несет в ответ сплошные небылицы, нелепости и несуразности, вроде того, что этот родственник выносит мусор, моет пол, стоит в углу... Короче говоря, таким путем ребенок, пусть наивно, но мечтает взять реванш, хотя бы мысленно унизив близкого, который постоянно унижает его реально каждый день.

**9. Когда ребенок почему-то «дополняет»** вдруг свою семью несуществующими родственниками или посторонними, то этим он пытается заполнить вакуум в чувствах, недополученных в семье, или использовать их вместо буфера, смягчающего ощущение своей неполноценности в кругу родных. Нередко дети заполняют этот вакуум теми лицами, которые способны, по их мнению, наладить близкие контакты с ними и дать возможность им хоть как-то удовлетворить свои потребности в общении. Поэтому ребенок, «моделируя» состав своей семьи, невольно предлагает ее улучшенный, усовершенствованный и выбранный им, а не кем-нибудь другим, вариант.

Помимо посторонних лиц, ребенок часто «дополняет» свою семью животным миром: можно увидеть птиц, зверей, но больше всего преданных и нужных человеку кошек и собак. И если в этих «дополнениях» нет никакой идентификации с реальным членом семьи ребенка, и если кошки и собаки просто выдуманные, их нет на самом деле у ребенка, но он мечтает, чтобы они были и заменили ему родственников и друзей, то это значит, что ребенок жаждет быть кому-то нужным. Ему с рождения необходимо, чтобы его любили и чтобы он ответно тоже кого-то горячо любил. И если родители не удовлетворили его своей любовью, то он интуитивно ищет любовь на стороне. Это симптом дефицита нужного ребенку общения, дефицита нежности и ласки, который он ощущает.

**10. Когда ребенок почему-то вместо семьи рисует только одного себя, «забыв» нарисовать всех остальных, то это чаще всего говорит о том, что он не ощущает себя полноценным членом своей семьи и чувствует, что для него в ней просто не хватает места.** Довольно часто на рисунках одного себя неприятие ребенка членами семьи видно через эмоциональный фон и сумрачную цветовую гамму. Одиночество отвергнутого в возрасте, когда еще дети не способны обходиться без родителей, — грозный признак неблагополучной ситуации в семье. Иногда ребенок при изображении семьи специально выделяет только одного себя, чтобы подчеркнуть свою значительность для остальных. Это чаще всего делают кумиры или дети, не скрывающие свой эгоцентризм. От отвергнутых, такой ребенок отличается невольным любованием собой, что обычно видно по окраске и детализации одежды или по второстепенным фоновым предметам, создающим праздничный настрой.

#### **11. Вырисовывание лица и других частей тела.**

Особенно информативен рисунок головы. Когда ребенок пропускает на рисунке известные ему части лица или вообще изображает лицо «без лица», т. е., помимо контура лица, на нем ничего нет (ни глаз, ни рта, ни носа), то это чаще всего — выражение протеста ребенка по отношению к изображенному им этим способом члену семьи, из-за которого он, очевидно, постоянно переполнен негативными эмоциями.

В случае, если ребенок так изображает свое лицо, лицо без глаз, без рта, без носа, то это признак отчужденности его в семье и нарушения общения со многими людьми.

Когда из всех частей лица заметны на рисунке только одни глаза, то, вероятнее всего, ребенок как бы говорит о том, что этот член семьи все время наблюдает и следит за ним, не допуская никаких его проступков, ребячьих шалостей и баловства. И этот родственник «все вижу» — источник большинства конфликтных ситуаций для ребенка. Аналогичным может быть рисунок близкого «все слышу», на котором ребенок поглощен изображением огромных ушей. Когда из всех частей лица ребенок выделяет рот, то, вероятнее всего, «хозяин рта»,

как прессом, давит на него, «воспитывая» его бесконечными нотациями, нравоучениями в рамках собственной морали, и культивирует в нем страх.

Если на рисунке ребенок больше всего акцентирует внимание на голове и досконально вырисовывает все части лица, предпочитая лицо всему остальному, то, очевиднее всего, он лишний раз показывает то, что для него значителен изображенный им таким путем ближайший родственник. А если ребенок так изображает самого себя, то это просто любование собою или один из признаков, свидетельствующий, как он серьезно озабочен своей внешностью. Нередко этим способом ребенок скрашивает собственный физический «дефект». А если так свое лицо рисует девочка, то чаще всего она просто подражает своей матери, которая из-за кокетства постоянно на ее глазах подкрашивает губы, припудривает нос, приглаживает волосы.

Помимо головы, большую информацию могут дать и нарисованные руки. Когда длина их сразу же бросается в глаза, то, вероятнее всего, они принадлежат тому из близких членов семьи ребенка, который агрессивно относится к нему. Такого родственника ребенок иногда изображает вообще без рук, пытаясь, хотя бы символически, но погасить агрессию.

Когда безруким на рисунке ребенок изображает самого себя, то, вероятнее всего, таким путем он хочет показать свое бессилие, то, что он не имеет права голоса в семье.

Если ребенок на рисунке подчеркивает длину не чужих, а своих рук, или рисует их приподнятыми вверх, то этим он показывает свою агрессивность или свое желание быть агрессивным, чтобы хоть как-то утвердить себя в семье.

**12. Цветовая гамма рисунка** — своеобразный индикатор палитры чувств, излучаемых ребенком при воспоминании о близких, которых он изображает. Особенности и нюансы эмоционального отношения детей к отдельным членам своей семьи или ко всей семье в целом, романтика привязанности и тщательно скрываемая нелюбовь, сомнения, тревоги надежды как будто «закодированы» в цвете, которым разукрашен каждый персонаж.



Как правило, все, что любимо и что нравится ребенку, рисуется им в теплых, ласковых тонах. Свою привязанность и романтические чувства к кому-то из присутствующих на рисунке дети, сами об этом не догадываясь, «выпячивают» ярким, сочным цветом, невольно привлекающим взор. Обычно тот, кто нравится ребенку, наряжен им в особый праздничный наряд, который по своей расцветке напоминает радугу или одежду сказочной принцессы, приснившейся в волшебном сне.

И если даже ребенок не использует всю гамму красок, имеющихся у него, он все равно, желая того или не желая, но выделяет хоть одним неординарным, бросающимся в глаза мазком любимого им родственника среди всех остальных.

Особенно нарядны мамы. Свою любовь к ним дети выражают конструированием для них модели фантастической одежды. Помимо платьев, юбок, блузок, где рюшки, вышивки, воланы, у многих мам в ушах сережки, на шеях бусы и заколки в волосах. Почти все мамы в модной обуви и с необычными прическами. Волосы бывают самых необычных цветов: оранжевые, желтые и даже синие. Таким образом ребенок показывает свои нежные чувства к маме.

Любимым папам тоже есть во что одеться. И очень часто их наряды практически не уступают маминым. Ребенок также ярко наряжает и всех других небезразличных ему родственников, рисуя самые мельчайшие детали их одежды. Когда ребенку в семье хорошо, он также празднично наряжен и излучает теплые тона.

Холодные тона, как правило, — свидетели конфликтных отношений между ребенком и рисуемым им этими тонами членом его семьи. Особенно информативен черный цвет, обычный черный цвет, чаще всего несущий информацию об эмоциональном неприятии ребенком того из родственников на рисунке, кого он им изобразил. И это неприятие бывает явным или скрытым. Например, если черным цветом почему-то вдруг разукрашен родственник, которого ребенок любит, то, вероятнее всего, таким путем непроизвольно рисуемый выплескивает на бумагу все то, что тайно беспокоит, волнует, мучает его по отношению к изображенному им

члену своей семьи. И как бы только в этих случаях ребенок ни пытался уверить психолога, что рисовал по памяти, почти с натуры, и у его отца действительно любимая рубашка — «черная», и мама тоже всем цветам предпочитает «черный цвет», а у сестры и вправду косы «черные», психологу следует тщательно проверить и понять причину его «реализма». Особенно когда на этом же рисунке другие родственники сказочно одеты и волосы их так же раскрашены.

Как правило, причина реализма в том, что, обожая маму или папу, ребенок как бы ни хотел, не может и не в состоянии смириться с тем, что папа выпивает, дебоширит, является источником скандалов, а мама, занятая бесконечными делами, не замечает преданной любви ребенка. Сестра же просто вызывает ревность. Или ей больше достается нежности и ласки.

Сигналом бедствия и неблагополучия для ребенка может служить и контурное рисование им отдельных членов своей семьи или всей семьи в целом даже тогда, когда он изображает контуры различными цветами, а не простым карандашом.

## 2.2. МЕТОДИКА РЕНЕ ЖИЛЯ

**Отношение межличностное** — субъективно переживаемые взаимосвязи между людьми, объективно проявляющиеся в характере и способах взаимного влияния людей в ходе совместной деятельности и общения. Система установок, ориентации, ожиданий, стереотипов и других диспозиций, через которые люди воспринимают и оценивают друг друга. Эти диспозиции опосредуются содержанием, целями, ценностями и организацией совместной деятельности и выступают основой формирования социально-психологического климата в семье.

### Назначение

Для исследования сферы межличностных отношений ребенка и его восприятия внутрисемейных отношений предн

значена детская проективная методика Рене Жилия. Цель методики состоит в изучении социальной приспособленности ребенка, а также его взаимоотношений с окружающими.

Методика является визуально-вербальной, состоит из 42 картинок с изображением детей или детей и взрослых, а также текстовых заданий. Ее направленность — выявление особенностей поведения в разнообразных жизненных ситуациях, важных для ребенка и затрагивающих его от ношения с другими людьми.

### **Инструкция**

Перед началом работы с методикой ребенку сообщает-ся, что от него ждут ответов на вопросы по картинкам. Ребенок рассматривает рисунки, слушает или читает вопросы и отвечает.

Ребенок должен выбрать себе место среди изображенных людей, либо идентифицировать себя с персонажем, занимающим то или иное место в группе. Он может выбрать его ближе или дальше от определенного лица. В текстовых заданиях ребенку предлагается выбрать типичную форму поведения, причем некоторые задания строятся по типу социометрических. Таким образом, методика позволяет получить информацию об отношении ребенка к разным окружающим его людям (к семейному окружению) и явлениям.

Простота и схематичность, отличающие методику Р. Жилия от других проективных тестов, не только делают ее более легкой для испытуемого-ребенка, но и дают возможность относительно большей ее формализации и квантификации. Помимо качественной оценки результатов, детская проективная методика межличностных отношений позволяет представить результаты психологического обследования по ряду переменных и количественно.

Психологический материал, характеризующий систему личностных отношений ребенка, можно условно разделить на две большие группы переменных.

1. Переменный, характеризующий конкретно-личностные отношения ребенка: отношение к семейному ок-

ружению (мать, отец, бабушка, сестра и др.), отношение к другу или подруге, к авторитарному взрослому и пр.

2. Переменные, характеризующие самого ребенка и проявляющиеся в различных отношениях: общительность, отгороженность, стремление к доминированию, социальная адекватность поведения. Всего авторы, адаптировавшие методику, выделяют 12 признаков:

- отношение к матери,
- отношение к отцу,
- отношение к матери и отцу как семейной чете,
- отношение к братьям и сестрам,
- отношение к бабушке и дедушке,
- отношение к другу,
- отношение к учителю,
- любознательность, стремление к доминированию,
- общительность, отгороженность, адекватность.

Отношение к определенному лицу выражается количеством выборов данного лица, исходя из максимального числа заданий, направленных на выявление соответствующего отношения.

Методику Р. Жилия нельзя отнести к числу чисто проективных, она представляет собой форму, переходную между анкетой и проективными тестами. В этом ее большое преимущество. Она может быть использована как инструмент глубинного изучения личности, а также в исследованиях, требующих измерений и статистической обработки.

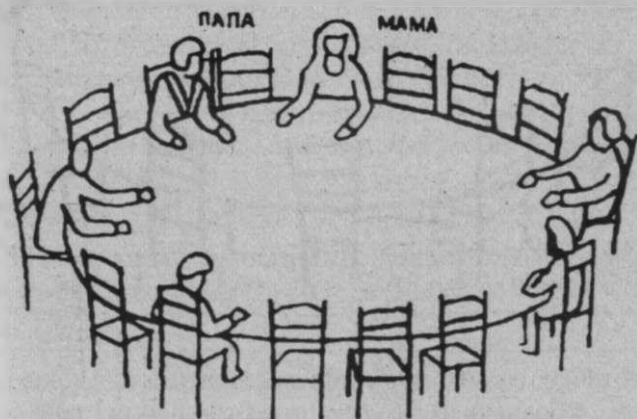
### Ключ

№ шкал	Назначение шкал	№ заданий	Общее количество заданий
1	Отношение к матери	1-4, 8-15, 17-19, 27, 38, 40-42	20
2	Отношение к отцу	1-5, 8-15, 17-19, 37, 40-42	20

3	Отношение к матери и отцу как родительской чете	1–4, 6–8, 14, 17, 19	10
4	Отношение к братьям и сестрам	1, 2, 4, 5, 6, 8–19, 30, 40, 42	20
5	Отношение к бабушке и дедушке	1, 4, 7–13, 17–19, 30, 40, 41	15
6	Отношение к другу (подруге)	1, 4, 8–19, 25, 30, 33–35, 40	20
7	Отношение к учителю (авторитетному взрослому)	1, 4, 5, 9, 11, 13, 17, 19, 26, 28–30, 32, 40	15
8	Любознательность	5, 22–24, 26, 28–32	10
9	Доминантность	20–22, 39	4
10	Общительность	16, 22–24	4
11	Закрытость, отгороженность	9, 10, 14–16, 17, 19, 22–24, 29, 30, 40–42	15
12	Социальная адекватность поведения	9, 25, 28, 32–38	10

### СТИМУЛЬНЫЙ МАТЕРИАЛ К МЕТОДИКЕ РЕНЕ ЖИЛЯ

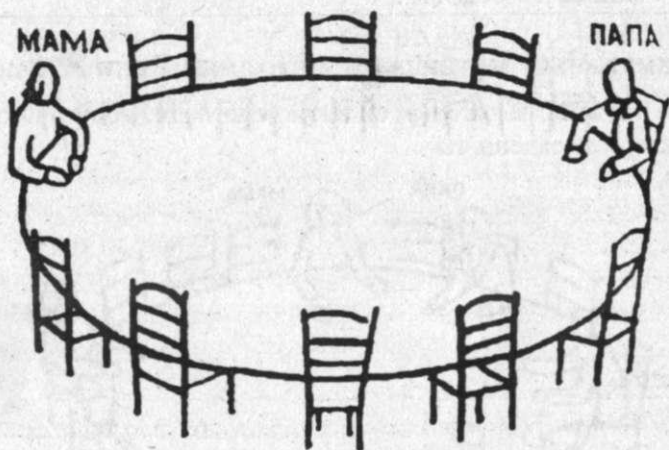
1. Вот стол, за которым сидят разные люди. Обозначь крестиком, где сядешь ты.



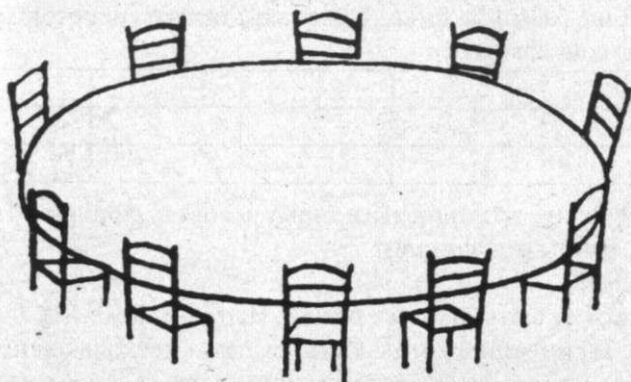
2. Обозначь крестиком, где ты сядешь.



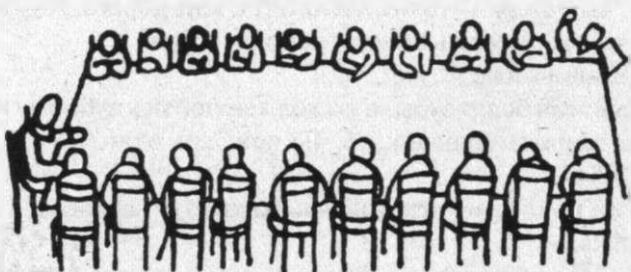
3. Обозначь крестиком, где ты сидишь.



4. А теперь размести несколько человек и себя вокруг этого стола. Обозначь их родственные отношения (папа, мама, брат, сестра) или (друг, товарищ, одноклассник).



5. Вот стол, во главе которого сидит человек, которого ты хорошо знаешь. Где сел бы ты? Кто этот человек?



6. Ты вместе со своей семьей будешь проводить каникулы у хозяев, которые имеют большой дом. Твоя семья уже заняла несколько комнат. Выбери комнату для себя.

Брат				Папа и мама
Сестра				

7. Ты долгое время гостишь у знакомых. Обозначь крестиком комнату, которую бы выбрал (выбрала) ты.

Папа и мама				
Дедушка и бабушка				

8. Еще раз у знакомых. Обозначь комнаты некоторых людей и твою комнату.


9. Решено преподнести одному человеку сюрприз. Ты хочешь, чтобы это сделали?

Кому?

А может быть, тебе все равно? Напиши ниже.

10. Ты имеешь возможность уехать на несколько дней отдохнуть, но там, куда ты едешь, только два свободных места: одно для тебя, второе для другого человека.

Кого бы ты взял с собой? Напиши ниже.

11. Ты потерял что-то, что стоит очень дорого. Кому первому ты расскажешь об этой неприятности?

Напиши ниже.

12. У тебя болят зубы, и ты должен пойти к зубному врачу, чтобы вырвать больной зуб. Ты пойдешь один? Или с кем-нибудь?

Если пойдешь с кем-нибудь, то кто этот человек? Напиши ниже.

13. Ты сдал экзамен. Кому первому ты расскажешь об этом? Напиши ниже.

14. Ты на прогулке за городом. Обозначь крестиком, где находишься ты.





15. Другая прогулка. Обозначь, где ты на этот раз.



16. Где ты на этот раз?



17. Теперь на этом рисунке размести несколько человек и себя. Нарисуй или обозначь крестиками.

Подпиши, что это за люди.



18. Тебе и некоторым другим дали подарки. Кто-то получил подарок гораздо лучше других. Кого бы ты хотел видеть на его месте?

А может быть, тебе все равно?

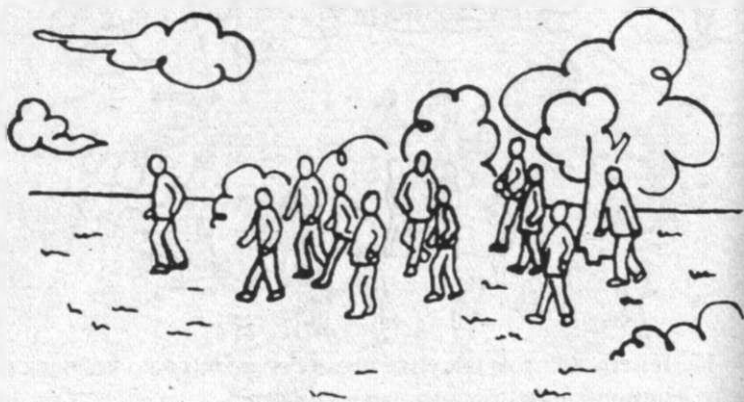
Напиши.

19. Ты собираешься в дальнюю дорогу, едешь далеко от своих родных.

По кому бы ты тосковал сильнее всего?

Напиши ниже.

20. Вот твои товарищи идут на прогулку. Обозначь крестиком, где находишься ты?



21. С кем ты любишь играть?  
с товарищами твоего возраста  
младше тебя  
старше тебя

Подчеркни один из возможных ответов.

22. Это площадка для игр. Обозначь, где находишься ты?



23. Вот твои товарищи. Они ссорятся по неизвестной тебе причине.

Обозначь крестиком, где будешь ты.



24. Это твои товарищи, ссорящиеся из-за правил игры. Обозначь, где ты.



25. Товарищ нарочно толкнул тебя и сбил с ног. Что будешь делать:

будешь плакать?

пожалуешься учителю?

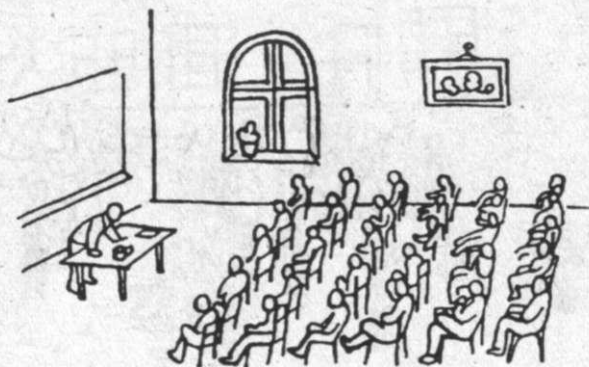
ударить его?

сделаешь ему замечание?

не скажешь ничего?

Подчеркни один из ответов.

26. Вот человек, хорошо тебе известный. Он что-то говорит сидящим на стульях. Ты находишься среди них. Обозначь крестиком, где ты.



27. Ты много помогаешь маме?

Мало?

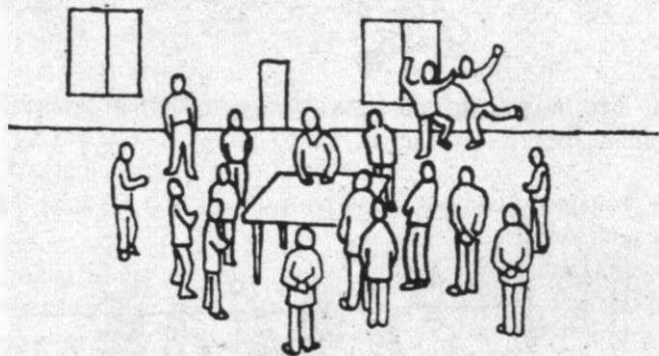
Много?

Подчеркни один из ответов.

28. Эти люди стоят вокруг стола, а один из них что-то объясняет.

Ты находишься среди тех, которые слушают.

Обозначь, где ты?



29. Ты и твои товарищи на прогулке, одна женщина вам что-то объясняет.

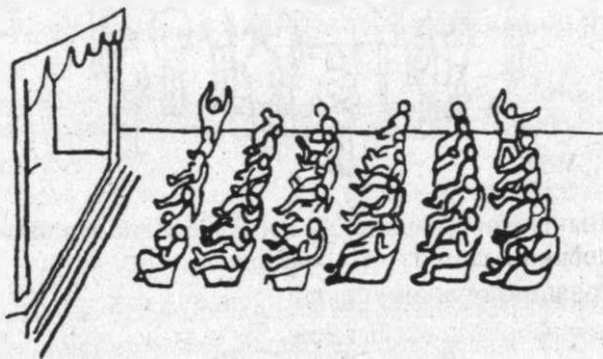
Обозначь крестиком, где ты.



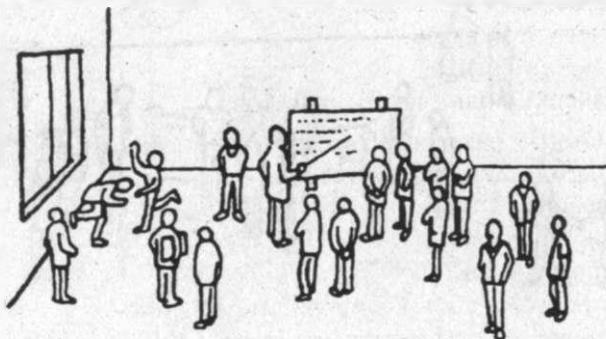
30. Во время прогулки все расположились на траве. Обозначь, где находишься ты.



31. Это люди, которые смотрят интересный спектакль. Обозначь крестиком, где ты.



32. Это показ у таблицы. Обозначь крестиком, где ты.



33. Один из товарищей смеется над тобой. Что будешь делать:

Будешь плакать?

Пожмешь плечами?

Сам будешь смеяться над ним?

Будешь обзывать его, бить?

Подчеркни один из этих ответов.

34. Один из товарищей смеется над твоим другом. Что сделаешь: -

Будешь плакать?

Пожмешь плечами?

Сам будешь смеяться над ним?

Будешь обзывать его, бить?

Подчеркни один из этих ответов.

35. Товарищ взял твою ручку без разрешения. Что будешь делать:

Плакать?

Жаловаться?

Кричать?

Попытаешься отобрать?

Начнешь его бить?

Подчеркни один из этих ответов.

36. Ты играешь в лото (или в шашки, или в другую игру), и два раза подряд проигрываешь. Ты недоволен? Что будешь делать:

Плакать?

Продолжать играть дальше?

Ничего не скажешь?

Начнешь злиться?

Подчеркни один из этих ответов.

37. Отец не разрешает тебе идти гулять. Что будешь делать:

Ничего не ответишь?

Надуешься?

Начнешь плакать?

Запротестуешь?

Попробуешь пойти вопреки запрещению?

Подчеркни один из этих ответов.

38. Мама не разрешает тебе идти гулять. Что будешь делать:

Ничего не ответишь?

Надуешься?

Начнешь плакать?

Запротестируешь?

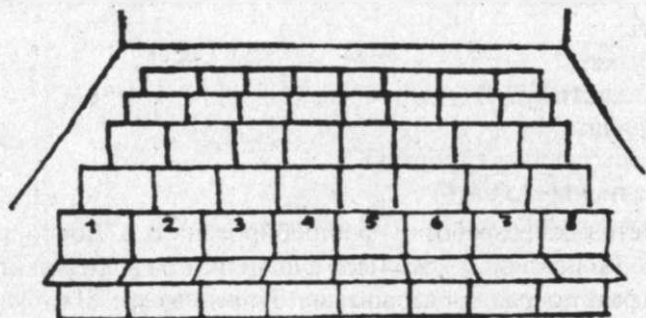
Попробуешь пойти вопреки запрещению?

Подчеркни один из этих ответов.

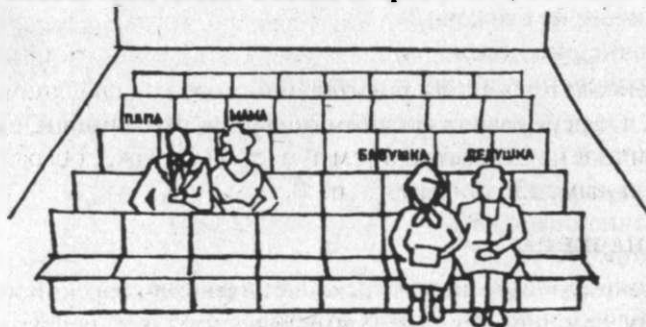
39. Учитель вышел и доверил тебе надзор за классом. Способен ли ты выполнить это поручение?

Напиши ниже.

40. Ты пошел в кино вместе со своей семьей. В кинотеатре много свободных мест. Где ты сядешь? Где сядут те, кто пришел вместе с тобой?

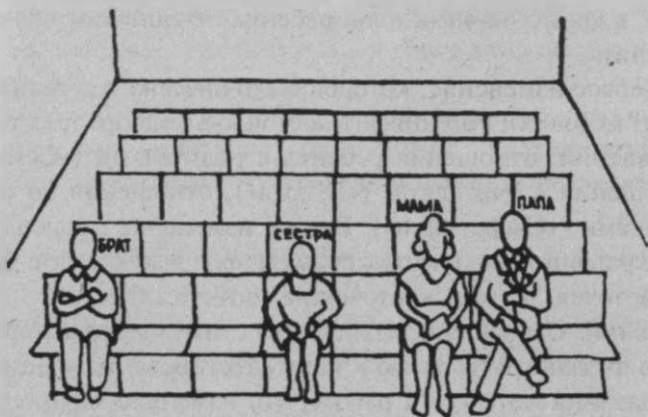


41. В кинотеатре много пустых мест. Твои родственники уже заняли свои места. Обозначь крестиком, где сядешь ты.





42. Опять в кинотеатре. Где ты будешь сидеть?



## **2.2. МЕТОДИКА В.В. ДОБРОВА «ИНТЕРПРЕТАЦИЯ МЕТОДИКИ РОЗЕНЦВЕЙГА В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ»**

Методика разработана и апробирована В.В. Добровым и приводится в авторском изложении. Она представляет собой модифицированный вариант методики Розенцвейга.

Задачи, повлекшие за собой изменение методики, носили сугубо конкретный характер. Психологам часто приходится сталкиваться с таким явлением, как кризис, в который попадают учащиеся при переходе из начального звена в среднее. В литературе «кризис перехода» описан, хотя и неполно. Обычно приводятся жалобы родителей и учителей, сводящиеся к тому, что ребенок стал невнимательным, рассеянным, плохо запоминает, неизвестно о чем думает на уроках, стал раздражительным, обидчивым и т. п.

### **НАЗНАЧЕНИЕ**

Для того чтобы проводить консультативно-коррекционную работу с учащимися, учителями и родителями, необходимо

было выяснить не только характер изменений, но и понять, в каких значимых для ребенка отношениях это происходит.

Первое изменение, которое было внесено в детский вариант методики Розенцвейга состояло в подборе трех типов отношений: отношения ребенка с родителями («Семья»), отношения с учителями («Школа»), отношения со сверстниками («Сверстники»). Второе изменение заключалось в сокращении количества стимульного материала с 24 до 15 карточек, по пять карточек на соответствующий тип отношений. Сокращение количества стимульного материала было вызвано усталостью к концу тестирования учащихся, пропадания интереса к работе, что изменяло характер ответов, при работе с классической методикой Розенцвейга. Третье изменение касается инструкции. Многократное экспериментирование с инструкцией показало, что большинство детей 3, 5, 6 классов испытывают значительные трудности, когда им предлагается ответить на вопрос: «Как ты думаешь, что, по твоему мнению, скажет второй персонаж, изображенный на картинке?». Механизмы проекции у детей данного возраста развиты недостаточно хорошо. По характеру ответов видно, что инструкция ими переформулируется в то, как должен ответить второй персонаж, поэтому ответы учащихся носят социально-желательный характер, т. е. дети знают, как должен вести себя человек в той или иной ситуации.

Инструкция, которая предлагается, переводит методику из проективной в самооценочную. Однако до проведения методики психологу необходимо установить полный контакт с классом, и лишь в ситуации доверия можно проводить данную методику.

## **Инструкция**

На картинке изображены два персонажа. Представь, что те слова, которые говорит родитель, учитель или сверстник, обращены к тебе. Что бы ты ответил ему в данной ситуации?

И потом, форма ответа может быть одна, а чувства ты можешь испытывать другие, не совпадающие с формой ответа. Поэтому напиши свой возможный ответ, а в скобках то, что ты при этом чувствовал».

После этого психологу следует рассказать о том, какие чувства и эмоции бывают. Для создания у учащихся чувства безопасности практикуется и анонимное выполнение задания.

Далее ответы оцениваются и индексируются в соответствии с основной методикой. Исходя из поставленных целей, индексируются только чувства, которые испытывали учащиеся. В методике не вычисляется показатель GGR, так как, по мнению В.В. Доброва, он малооперационный. Результат оценивается на уровне анализа тенденций и отдельных реакций. Для более удобного анализа полученные баллы переводятся в проценты, причем баллы, полученные по каждому типу отношений, например, по «Семье» принимаются за 100%, и, исходя из этого, вычисляется процент отдельных реакций. В конце составляется таблица по всем трем типам отношений. Таким образом, обработка проводится в несколько этапов: индексация ответов учащихся, составление таблиц («Семья», «Школа», «Сверстники», общая) на каждого учащегося в баллах, суммирования результатов в общеклассные 4 таблицы (в баллах) и после этого вычисление процентов, описанных выше. В итоге мы получаем результаты как по одному учащемуся, так и своеобразный портрет класса.

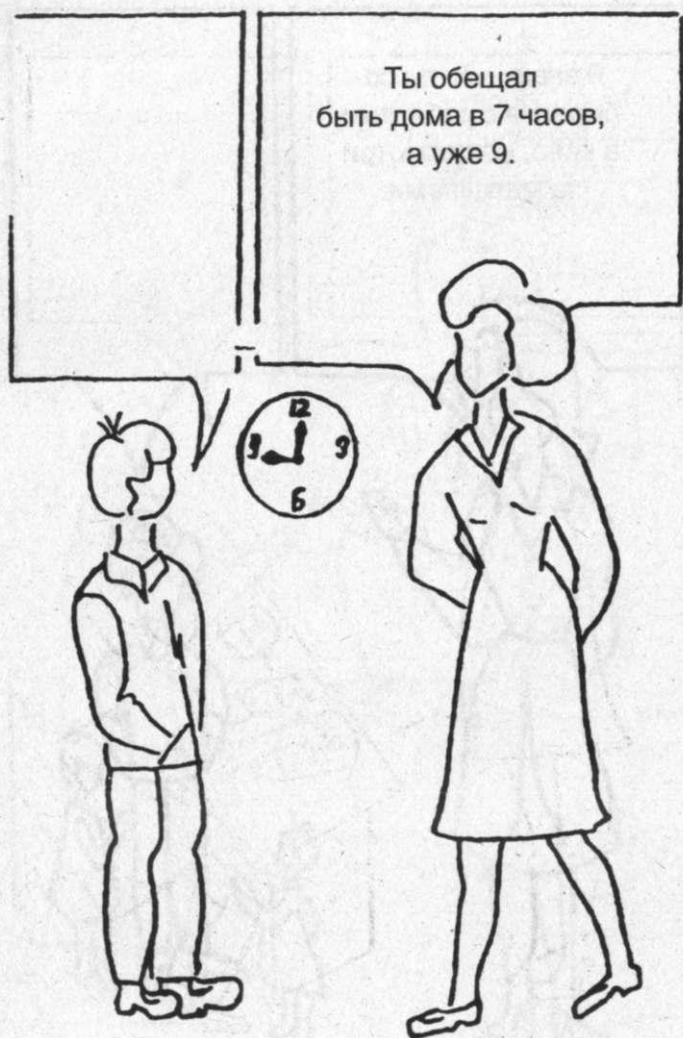
**СТИМУЛЬНЫЙ МАТЕРИАЛ К МЕТОДИКЕ  
В.В. ДОБРОВА «ИНТЕРПРЕТАЦИЯ МЕТОДИКИ  
РОЗЕНЦВЕЙГА В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ»**





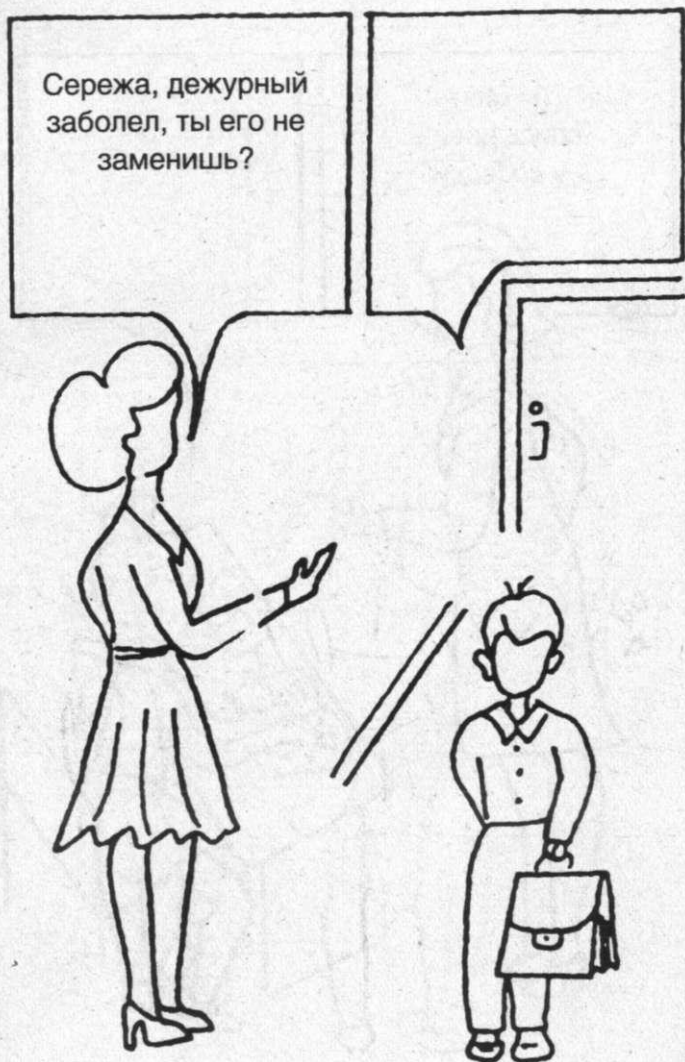




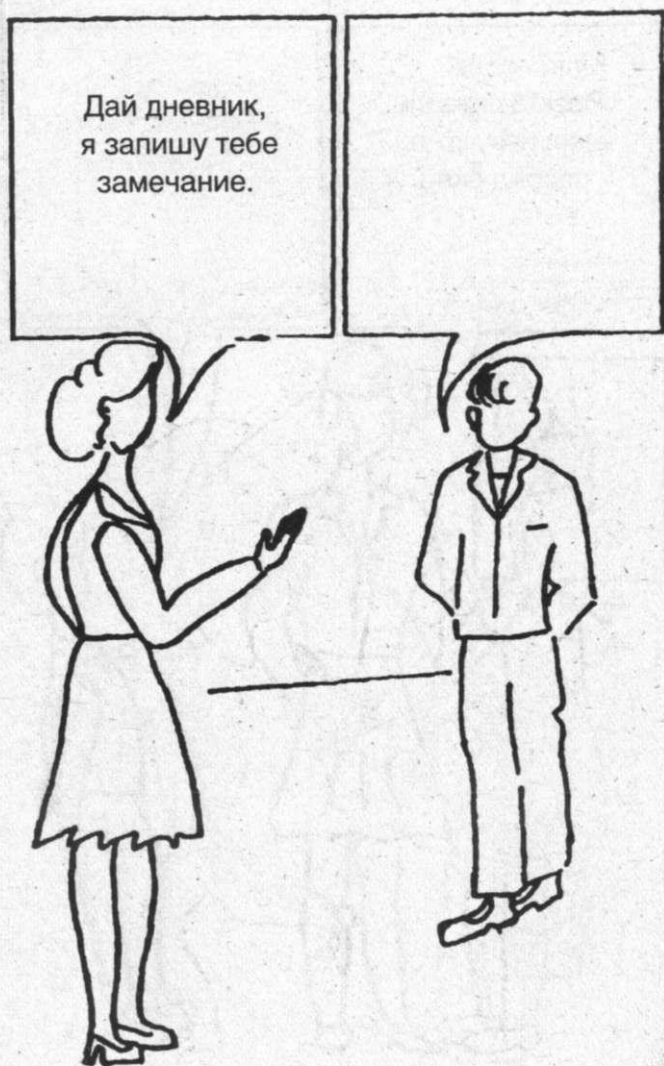


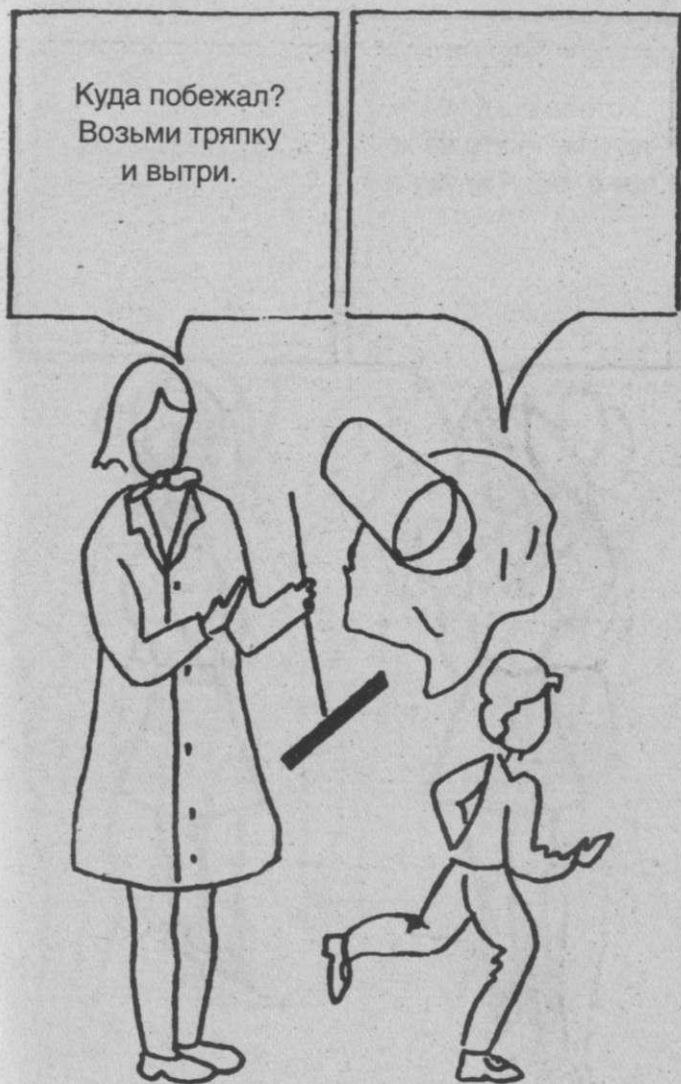




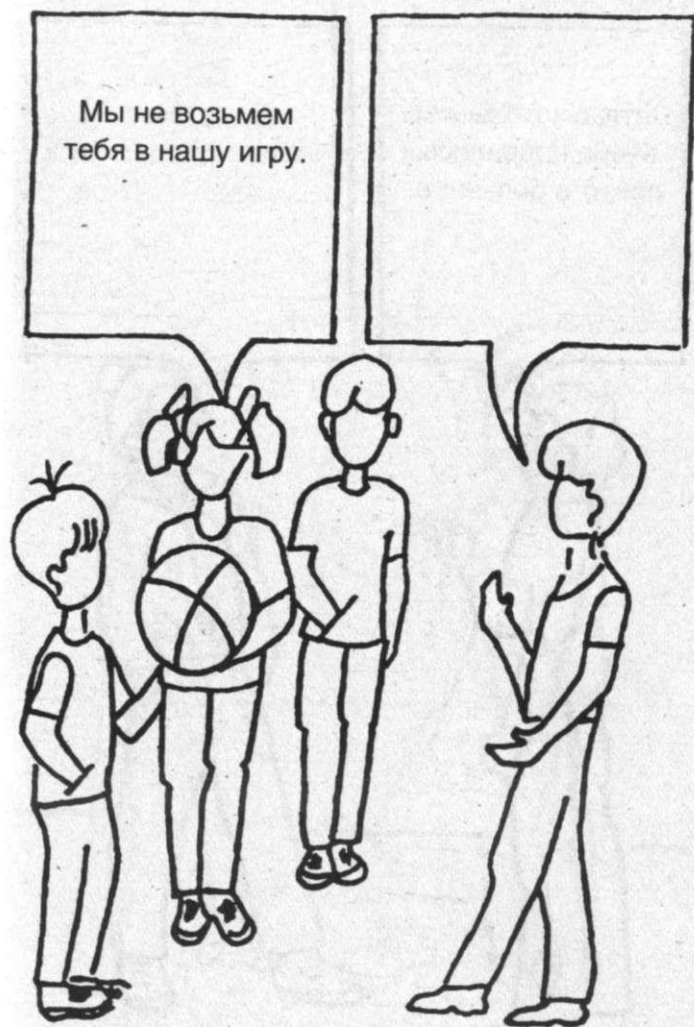


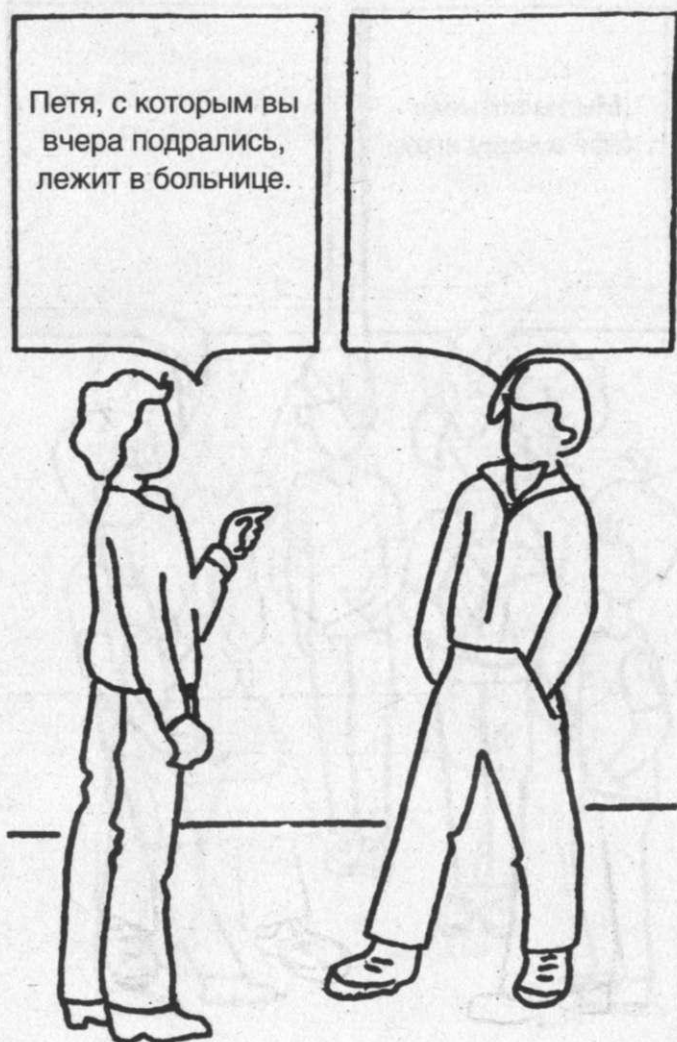


















## **2.4. ДИАГНОСТИКА ЛИЧНОСТНЫХ РАССТРОЙСТВ С ПОМОЩЬЮ МНОГОФАКТОРНОГО ОПРОСНИКА ММРІ («МИНИ-МУЛЬТ»)**

**Личностное расстройство.** Этот термин в течение значительного отрезка времени служил общим обозначением для любого из ряда психологических расстройств. Трудность в определении того, что принадлежит к этому классу и как употреблять этот термин, вызвана тем, что за последние десятилетия было введено несколько «официальных» определений для наиболее новых моделей.

1. Первоначально — любое психическое заболевание, проявляющееся в рассогласованности мотивационной сферы и в неадаптивности моделей взаимоотношений с социальным окружением. Это значение термина использовалось настолько широко, что охватывало как малые неврозы, так и полновесные психотические расстройства. Имелась также тенденция применять этот термин довольно произвольно к стилям социального взаимодействия, которые находились за пределами чьей-то частной позиции относительно того, что является правильным и уместным. Из-за такого свободного употребления это значение было отклонено, и, несомненно, представляет интерес то, что сам термин пережил это (и последующие) изменения в определении и не исчез из употребления по причине своей избыточности.

2. Класс поведенческих расстройств, исключая неврозы и психозы, проявляющихся в общем патологическом развитии личности и характеризующихся относительно небольшой тревогой или страданием. Внутри этого общего способа употребления термина выделяется три подкласса расстройств: (а) *общие личностные расстройства*, включая компульсивную циклотимическую, параноидную и шизоидную личности; (б) *социопатические расстройства*, характеризующиеся общим отсутствием соответствующих аффектов, пониженным чувством вины или его отсутствием после каких-либо проступков и неспособностью устанавливать длительные

эмоциональные связи с другими; сюда входят антисоциальная, диссоциальная, психопатическая и социопатическая личности; (в) *сексуальные девиации*, при которых основной способ получения сексуального удовлетворения обычно расценивается как социально нежелательный.

Затем к названию каждого расстройства было присоединено слово *личностное*, таким образом, *личностное расстройство* теперь стало более предпочтительным термином; например, *шизоидная личность* сейчас обозначается как *шизоидное личностное расстройство*.

3. Психическое расстройство, основные черты которого — глубоко укоренившиеся, длительные, неадаптивные паттерны отношений с окружением, мыслей о нем и его восприятие, которые являются настолько экстремальными, что вызывают нарушение социального и поведенческого функционирования. *Личностные расстройства* обычно распознаются в детстве или юности и длятся большую часть взрослой жизни. Если это диагностируется в возрасте до 18 лет, более правильной диагностической категорией будет расстройство детства. В этот класс входят *параноидное, шизоидное, шизотипическое, истерическое, нарциссическое, антисоциальное, пограничное, избегающее, зависимое и компульсивное расстройства личности*.

## НАЗНАЧЕНИЕ

Опросник ориентирован на выявление наиболее распространенных ситуативных или застойных личностных расстройств, обусловленных экстремальными условиями жизнедеятельности.

Опросник содержит 71 вопрос. «Мини-мульт» состоит из 11 шкал, 3 из которых — оценочные, измеряющие искренность испытуемого, степень достоверности результатов тестирования и величину коррекций, вносимых чрезмерной осторожностью испытуемого. Остальные 8 шкал являются базовыми и оценивают свойства личности по показателям ипохондрии (Hs), депрессии (D), истерии (Hy), психопатии (Pd), паранойяльности (Pa), психастении (Pt), шизоидно-

сти (Sc), гипомании (Ma). В методике «Мини-мульт» свойства личности по показателям «мужественность — женственность» (М) и социальной инверсии (S) не определяются. В отличие от тест-опросника ММРІ, на выполнение которого отводится 40 минут, на выполнение методики «Мини-мульт» время не ограничивается, однако оно не должно быть слишком большим.

## Инструкция

Внимательно прочтите утверждения в опроснике, которые касаются вашего характера. Решите, верно или неверно каждое из представленных утверждений. Не тратьте на обдумывание слишком много времени. Наиболее естественно то решение, которое первым приходит вам в голову. Свой ответ занесите в бланк теста. Если вы согласны с утверждением, запишите «+», если не согласны — «-».

## Опросник

1. У вас хороший аппетит.
2. По утрам вы обычно чувствуете, что выспались и отдохнули.
3. В вашей повседневной жизни много интересного.
4. Вы работаете с большим напряжением.
5. Временами вам приходят в голову такие нехорошие мысли, что о них лучше не рассказывать.
6. У вас очень редко бывает запор.
7. Иногда вам очень хотелось уйти из дома.
8. Временами у вас бывают приступы неудержимого смеха или плача.
9. Временами вас беспокоит тошнота и позывы на рвоту.
10. У вас такое впечатление, что вас никто не понимает.
11. Иногда вам хочется выругаться.
12. Каждую неделю вам снятся кошмары.
13. Вам труднее сосредоточиться, чем большинству людей.
14. С вами происходили (или происходят) странные вещи.
15. Вы достигли бы в жизни гораздо большего, если бы люди не были настроены против вас.

16. В детстве одно время вы совершали кражи.
17. Бывало, что по нескольку дней, недель или целых месяцев вы ничем не могли заняться, потому что трудно было себя заставить включиться в работу.
18. У вас прерывистый и беспокойный сон.
19. Когда вы находитесь среди людей, вам слышатся странные вещи.
20. Большинство знающих вас людей не считают вас неприятным человеком.
21. Вам часто приходилось подчиняться кому-нибудь, кто знал меньше вашего.
22. Большинство людей довольны своей жизнью более, чем вы.
23. Очень многие преувеличивают свои несчастья, чтобы добиться сочувствия и помощи.
24. Иногда вы сердитесь.
25. Вам определенно не хватает уверенности в себе.
26. У вас часто бывает чувство, будто вы сделали что-то неправильное или нехорошее.
27. У вас часто бывают подергивания в мышцах.
28. Обычно вы удовлетворены своей судьбой.
29. Некоторые так любят командовать, что вам хочется все сделать наперекор, хотя вы знаете, что они правы.
30. Вы считаете, что против вас что-то замышляют.
31. Большинство людей способны добиваться выгоды не совсем честным путем.
32. Вас часто беспокоит желудок.
33. Часто вы не можете понять, почему накануне вы были плохом настроении и раздражены.
34. Временами ваши мысли текли так быстро, что вы не успевали их высказать.
35. Вы считаете, что ваша семейная жизнь не хуже, чем большинства ваших знакомых.
36. Временами вы уверены в собственной бесполезности.
37. В последние годы ваше самочувствие было в основном хорошим.
38. У вас были периоды, во время которых вы что-то делали и потом не могли вспомнить, что именно.

39. Вы считаете, что вас часто незаслуженно наказывали.
40. Вы никогда не чувствовали себя лучше, чем теперь.
41. Вам безразлично, что думают о вас другие.
42. С памятью у вас все благополучно.
43. Вам трудно поддерживать разговор с человеком, с которым вы только что познакомились.
44. Большую часть времени вы чувствуете общую слабость.
45. У вас редко болит голова.
46. Иногда вам бывало трудно сохранить равновесие при ходьбе.
47. Не все ваши знакомые вам нравятся.
48. Есть люди, которые пытаются украсть ваши идеи и мысли.
49. Вы считаете, что совершили поступки, которые нельзя простить.
50. Вы считаете, что вы слишком застенчивы.
51. Вы почти всегда о чем-нибудь тревожитесь.
52. Ваши родители часто не одобряли ваших знакомств.
53. Иногда вы немного сплетничаете.
54. Временами вы чувствуете, что вам необыкновенно легко принимать решения.
55. У вас бывает сильное сердцебиение, вы часто задыхаетесь.
56. Вы вспыльчивы, но отходчивы.
57. У вас бывают периоды такого беспокойства, что трудно усидеть на месте.
58. Ваши родители и другие члены семьи часто придираются к вам.
59. Ваша судьба никого особенно не интересует.
60. Вы не осуждаете человека, который не прочь воспользоваться в своих интересах ошибками другого.
61. Иногда вы полны энергии.
62. За последнее время у вас ухудшилось зрение.
63. Часто у вас звенит или шумит в ушах.
64. В вашей жизни были случаи (может быть, только один), когда вы чувствовали, что на вас действуют гипнозом.
65. У вас бывают периоды, когда вы необычно веселы без особой причины.

66. Даже находясь в обществе, вы обычно чувствуете себя одиноко.
67. Вы считаете, что почти каждый может солгать, чтобы избежать неприятностей.
68. Вы чувствуете острее, чем большинство других людей.
69. Временами ваша голова работает как бы медленнее, чем обычно.
70. Вы часто разочаровываетесь в людях.
71. Вы злоупотребляли спиртными напитками.

### **Анализ и интерпретация данных тестирования**

Производится подсчет «сырых» баллов по всем 11 показателям (оценочным и базовым) в соответствии с ключом к опроснику. Набранное количество баллов по каждому из показателей записывается в бланк теста в правой его части.

По данным тестирования вычерчивается личностный профиль испытуемого. Высокими оценками для каждой из описанных выше шкал являются оценки в «сырых» баллах, превышающие их номинальные значения, соответствующие показателю 70 по шкале «Т». Низкими оценками считаются те, которые не превышают отметки 40 по шкале «Т».

### **Интерпретация показателей по шкалам**

1. *Шкала лжи (L)* оценивает искренность испытуемого.
2. *Шкала достоверности (F)* выявляет недостоверные ответы. Чем больше значение по этой шкале, тем менее достоверны результаты.
3. *Шкала коррекции (K)* сглаживает искажения, вносимые чрезмерной осторожностью и контролем испытуемого во время тестирования. Высокие показатели по этой шкале говорят о неосознанном контроле поведения. Шкала К используется для коррекции базисных шкал.

#### **Базисные шкалы**

Шкалы	Ответы	Номер вопроса
L	Неверно (Н)	5, 11, 24, 47, 53



<b>F</b>	<b>H</b>	22, 24, 61
	<b>Верно (B)</b>	9, 12, 15, 19, 30, 38, 48, 49, 59, 64, 71
<b>K</b>	<b>H</b>	11, 23, 31, 33, 34, 36, 40, 41, 43, 51, 56, 61, 65, 67, 69, 70
	<b>B</b>	
<b>1 (Hs)</b>	<b>H</b>	1, 2, 6, 37, 45
	<b>B</b>	9, 18, 26, 32, 44, 46, 55, 62, 63
<b>2(D)</b>	<b>H</b>	1, 3, 6, 11, 28, 37, 40, 42, 60, 65, 61
	<b>B</b>	9, 13, 11, 18, 22, 25, 36, 44
<b>3 (Hy)</b>	<b>H</b>	1, 2, 3, 11, 23, 28, 29, 31, 33, 35, 37, 40, 41, 43, 45, 50, 56
	<b>B</b>	9, 13, 18, 26, 44, 46, 55, 57, 62
<b>4(Pd)</b>	<b>H</b>	3, 28, 34, 35, 41, 43, 50, 65
	<b>B</b>	7, 10, 13, 14, 15, 16, 22, 27, 52, 58, 71
<b>6 (Pa)</b>	<b>H</b>	28, 29, 31, 67
	<b>B</b>	5, 8, 10, 15, 30, 39, 63, 64, 66, 68
<b>7(Pt)</b>	<b>H</b>	2, 3, 42
	<b>B</b>	5, 8, 13, 17, 22, 25, 27, 36, 44, 51, 57, 66, 68
<b>8(Sc)</b>	<b>H</b>	3, 42
	<b>B</b>	5, 7, 8, 10, 13, 14, 15, 16, 17, 26, 30, 38, 39, 46, 57, 63, 64, 66
<b>9 (Ma)</b>	<b>H</b>	43
	<b>B</b>	4, 7, 8, 21, 29, 34, 38, 39, 54, 57, 60

1. *Ипохондрии* — «близость» испытуемого к астено-невротическому типу. Испытуемые с высокими показателями по этой шкале медлительны, пассивны, принимают все на веру, покорны власти, медленно приспосабливаются, плохо переносят смену обстановки, легко теряют равновесие в социальных конфликтах.

2. *Депрессии*. Высокие оценки имеют чувствительные, сензитивные люди, склонные к тревогам, робкие, застенчивые. В делах они старательны, добросовестны, высоко моральны и обязательны, но не способны принимать решения самостоятельно, у них нет уверенности в себе, при малейших неудачах они впадают в отчаяние.

3. *Истерии*. По этой шкале выявляются лица, склонные к неврологическим защитным реакциям конверсионного

типа. Они используют симптомы соматического заболевания как средство избегания ответственности. Все проблемы решаются «уходом» в болезнь. Главной особенностью таких людей является стремление казаться больше, значительнее, чем на самом деле, желание во что бы то ни стало обратить на себя внимание, жажда восхищения. Чувства таких людей поверхностны, интересы неглубоки.

4. *Психопатии*. Высокие оценки по этой шкале свидетельствуют о социальной дезадаптации. Такие люди агрессивны, конфликтны, пренебрегают социальными нормами и ценностями. Настроение у них неустойчивое, они обидчивы, возбудимы и чувствительны. Возможен временный подъем по этой шкале, вызванный какой-нибудь причиной.

6. *Паранойальности*. Основная черта людей с высокими показателями по этой шкале — склонность к формированию «сверхценных» идей. Это лица односторонние, агрессивные и злопамятные. Кто не согласен с ними, кто думает иначе, тот, по их мнению, или глупый человек, или враг. Свои взгляды они активно насаждают, поэтому имеют частые контакты с окружающими. Малейшие собственные удаchi они всегда переоценивают.

7. *Психастении*. Диагностирует лиц с тревожно-мнительным типом характера, которым свойственны тревожность, боязливость, нерешительность, постоянные сомнения.

8. *Шизоидности*. Лицам с высокими показателями по этой шкале свойствен шизоидный тип поведения. Они способны тонко чувствовать и воспринимать абстрактные образы, но повседневные радости и горести не вызывают у них эмоционального отклика. Общей чертой шизоидного типа является сочетание повышенной чувствительности с эмоциональной холодностью и отчужденностью в межличностных отношениях.

9. *Гипомании*. Для лиц с высокими оценками по этой шкале характерно приподнятое настроение независимо от обстоятельств. Они активны, деятельны, энергичны и жизнерадостны. Любят работу с частыми переменами, охотно контактируют с людьми, однако интересы их поверхностны и неустойчивы, им не хватает выдержки и настойчивости.

## 2.5. ДИАГНОСТИКА ВРАЖДЕБНОСТИ (ПО ШКАЛЕ КУКА-МЕДЛЕЙ)

Враждебность — 1. Длительное эмоциональное состояние, характеризующееся враждой к другим и проявляющимся желанием причинить вред или боль тем, на кого оно направлено. Часто различается с гневом на том основании, что гнев — более интенсивная и мгновенная реакция. 2. Интенсивная и длительная неприязнь, при которой чувства проявляются открыто и активно.

### НАЗНАЧЕНИЕ

Методика позволяет оценить цинизм, враждебность и агрессивность личности.

### Инструкция

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

- |             |               |
|-------------|---------------|
| 6 — обычно, | 3 — случайно, |
| 5 — часто,  | 2 — редко,    |
| 4 — иногда, | 1 — никогда.  |

### Бланк ответов

Ф.И.О. \_\_\_\_\_ Пол \_\_\_\_\_  
Возраст \_\_\_\_\_

### Варианты ответов:

№	Обычно	Часто	Иногда	Случайно	Редко	Никогда
1						
2						
3						
4						

5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						
23						
24						
25						
26						
27						

### Опросник

1. Я часто встречаю людей, называющих себя экспертами, хотя они таковыми не являются.
2. Мне часто приходилось выполнять указания людей, которые знали меньше, чем я.
3. Многих людей можно обвинить в аморальном поведении.
4. Многие люди преувеличивают тяжесть своих неудач, чтобы получить сочувствие и помощь.

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

26. Мне бы определенно понравилось, если бы преступника наказали его же преступлением.

27. Я не стремлюсь скрыть плохое мнение о других людях.

Обработка и интерпретация результатов

### Ключ

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

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

Шкала враждебности: 8 13 17 18 25.

Варианты ответа: Баллы:

1 — обычно 6

2 — часто 5

3 — иногда 4

4 — случайно 3

5 — редко 2

6 — никогда 1

*Интерпретация результатов для шкалы цинизма:*

65 баллов и больше — высокий показатель;

40–65 баллов — средний показатель с тенденцией к высокому;

25–40 баллов — средний показатель с тенденцией к низкому;

25 баллов и меньше — низкий показатель.

*Интерпретация результатов для шкалы агрессивности:*

45 баллов и больше — высокий показатель;

30–45 баллов — средний показатель с тенденцией к высокому;

15–30 баллов — средний показатель с тенденцией к низкому;

15 баллов и меньше — низкий показатель.

*Интерпретация результатов для шкалы враждебности:*

25 баллов и больше — высокий показатель;

18–25 баллов — средний показатель с тенденцией к высокому;

10–18 баллов — средний показатель с тенденцией к низкому;

10 баллов и меньше — низкий показатель.

## 2.6. ОПРЕДЕЛЕНИЕ УРОВНЯ ДЕПРЕССИИ (Т.И. БАЛАШОВА)

**Депрессия** (лат. *depressio* — подавление) — в психологии аффективное состояние, характеризующееся отрицательным эмоциональным фоном, изменениями мотивационной сферы, когнитивных представлений и общей пассивностью поведения. Субъективно человек испытывает прежде всего тяжелые, мучительные эмоции и переживания — подавленность, тоску, отчаяние. Влечения, мотивы, волевая активность резко снижены. Типичны мысли о собственной ответственности за разнообразные неприятные, тяжелые события, происшедшие в жизни человека или его близких. Чувство вины за события прошлого и ощущение беспомощности перед жизненными трудностями сочетаются с чувством бесперспективности. Самооценка резко снижена. Изменяется восприятие времени, которое, как кажется, течет мучительно долго. В состоянии депрессии отмечаются замедленность, безынициативность, быстрая утомляемость; это приводит к резкому падению продуктивности. В тяжелых, длительных состояниях депрессии возможны попытки самоубийства.

Различают: 1) функциональные состояния депрессии, возможные у здоровых людей в рамках нормального психического функционирования; 2) депрессию патологическую — один из основных психиатрических синдромов.

Кроме названного выше, существуют также следующие виды депрессий: депрессия ажитированная, депрессия заторможенная, депрессия невротическая, депрессия общая, депрессия психотическая, депрессия реактивная и депрессия эндогенная.

**Депрессия ажитированная** — депрессия, при которой доминирующим симптомом является психомоторное возбуждение индивида. Внешние симптомы — раздражительность, возбудимость и неугомонность.

**Депрессия заторможенная** — депрессия, основным симптомом которой является психомоторная заторможенность. Индивид имеет тенденцию к апатичности, вялости, медленно инициирует действия.

**Депрессия невротическая** — «обычная» серьезная депрессия. Несколько устаревший термин, используемый для обозначения любой депрессии, которая не является психотической депрессией, то есть той, при которой не наблюдается никакой потери контакта с действительностью.

**Депрессия общая** — нарушение настроения, характеризующееся серьезным и продолжительным основным депрессивным эпизодом.

**Депрессия психотическая** — серьезная депрессия, при которой индивид теряет контакт с действительностью и страдает от ряда нарушений нормального функционирования.

**Депрессия реактивная** — депрессия, возникающая в результате событий, произошедших в жизни человека. В этом названии термин депрессия используется в клиническом смысле и подразумевается, что эмоциональная реакция не соответствует данным событиям. Таким образом, это значение термина отличается от понятия гора.

**Депрессия эндогенная** — депрессия, возникающая в результате «внутренних» факторов. Термин «внутренний» здесь используется свободно, им обозначаются как известные физиологические причины, так и психологические нарушения мышления, восприятия и т. д. В клинической практике термин используется, когда нет никаких очевидных противоречий, хотя многие предпочитают не употреблять его вообще на том основании, что в нем подразумевается, что не имеет никаких противоречащих свидетельств.

## **Назначение**

При помощи данной методики диагностируется состояние личности без депрессии; состояние легкой депрессии ситуативного или невротического генеза; субдепрессивное состояние или замаскированная депрессия; истинное депрессивное состояние.

## **Инструкция**

Внимательно прочитайте каждое из приведенных ниже предложений и зачеркните соответствующую цифру спра



ва в зависимости от того, как вы себя чувствуете в последнее время. Над вопросами долго не задумывайтесь, поскольку правильных или неправильных ответов нет.

Ответы: 1 — никогда или изредка; 2 — иногда; 3 — часто; 4 — почти всегда или постоянно.

1	Я ощущаю подавленность	1	2	3	4
2	Утром я чувствую себя лучше всего	1	2	3	4
3	У меня бывают периоды плача или близости к слезам	1	2	3	4
4	У меня плохой ночной сон	1	2	3	4
5	Аппетит у меня не хуже обычного	1	2	3	4
6	Мне приятно смотреть на привлекательных женщин (мужчин), разговаривать с ними, находиться рядом	1	2	3	4
7	Я замечаю, что теряю вес	1	2	3	4
8	Меня беспокоят запоры	1	2	3	4
9	Сердце бьется быстрее, чем обычно	1	2	3	4
10	Я устаю без всяких причин	1	2	3	4
11	Я мыслю так же ясно, как всегда	1	2	3	4
12	Мне легко делать то, что я умею	1	2	3	4
13	Чувствую беспокойство и не могу усидеть на месте	1	2	3	4
14	У меня есть надежды на будущее	1	2	3	4
15	Я более раздражителен, чем обычно	1	2	3	4
16	Мне легко принимать решения	1	2	3	4
17	Я чувствую, что полезен и необходим	1	2	3	4
18	Я живу достаточно полной жизнью	1	2	3	4
19	Я чувствую, что другим людям станет лучше, если я умру	1	2	3	4
20	Меня до сих пор радует то, что радовало всегда	1	2	3	4

### Обработка и интерпретация данных

Уровень депрессии (УД) рассчитывается по формуле:

$$\text{УД} = \text{Епр.} + \text{Еобр.},$$

где Епр. — сумма зачеркнутых цифр к «прямым» высказываниям № 1, 3, 4, 7, 8, 9, 10, 13, 15, 19;

Еобр. — сумма цифр, «обратных» к зачеркнутым высказываниям № 2, 5, 6, 11, 12, 14, 16, 17, 18, 20.

Например: у высказывания № 2 зачеркнута цифра 1, мы ставим в сумму 4 балла; у высказывания № 5 зачеркнут ответ 2, мы ставим в сумму 3 балла; у высказывания № 6 зачеркнут ответ 3, мы ставим в сумму 2 балла и т. д.

В результате получаем УД, который колеблется от 20 до 80 баллов. Если УД не более 50 баллов, то диагностируется состояние без депрессии. Если УД более 50 баллов, но менее 59, то делается вывод о легкой депрессии ситуативного или невротического генеза. При показателе УД от 60 до 69 баллов диагностируется субдепрессивное состояние или замаскированная депрессия. Истинное депрессивное состояние диагностируется при УД более 70 баллов.

## **2.7. ОПРЕДЕЛЕНИЕ СКЛОННОСТИ К ОТКЛОНЯЮЩЕМУСЯ ПОВЕДЕНИЮ (А.Н. ОРЕЛ)**

**Девияция** — отклонение от некоторой нормы. Термин используется для обозначения отклонений в поведении, в отношениях и в статистике. В поведении это обычно относится к нарушениям или клиническим синдромам. В исследованиях отношений относится вообще к моделям изменения отношений. В статистике этот термин обозначает степень, которой значение отличается от некоторого изменения центральной тенденции, обычно среднего статистического.

### **Назначение**

Предлагаемая методика диагностики склонности к отклоняющемуся поведению (СОП) является стандартизированным тест-опросником, предназначенным для измерения готовности (склонности) подростков к реализации различных форм отклоняющегося поведения. Опросник представляет собой набор специализированных психодиагностических шкал, направленных на измерение готовности (склонности) к реализации отдельных форм отклоняющегося поведения.

Методика предполагает учет и коррекцию установки на социально желательные ответы испытуемых.

Шкалы опросника делятся на содержательные и служебную. Содержательные шкалы направлены на измерение психологического содержания комплекса связанных между собой форм девиантного поведения, то есть социальных и личностных установок, стоящих за этими поведенческими проявлениями.

Служебная шкала предназначена для измерения предрасположенности испытуемого давать о себе социально-одобряемую информацию, оценки достоверности результатов опросника в целом, а также для коррекции результатов по содержательным шкалам в зависимости от выраженности установки испытуемого на социально-желательные ответы.

Таким образом, методика включает два варианта, содержащие следующие наборы шкал.

## **Инструкция**

Перед вами имеется ряд утверждений. Они касаются некоторых сторон вашей жизни, вашего характера, привычек. Прочтите первое утверждение и решите, верно ли данное утверждение по отношению к вам. Если верно, то на бланке ответов рядом с номером, соответствующим утверждению, в квадратике под обозначением «да» поставьте крестик или галочку. Если оно неверно, то поставьте крестик или галочку в квадратике под обозначением «нет». Если вы затрудняетесь ответить, то постарайтесь выбрать вариант ответа, который все-таки больше соответствует вашему мнению. Затем таким же образом отвечайте на все пункты опросника. Если ошибетесь, то зачеркните ошибочный ответ и поставьте тот, который считаете нужным. Помните, что вы высказываете собственное мнение о себе в настоящий момент. Здесь не может быть «плохих» или «хороших», «правильных» или «неправильных» ответов. Очень долго не обдумывайте ответы, важна ваша первая реакция на содержание утверждений. Отнеситесь к работе внимательно и серьезно. Небрежность, а также стремление «улучшить» или «ухудшить»

ответы приводят к недостоверным результатам. В случае затруднений еще раз прочитайте эту инструкцию или обратитесь к тому, кто проводит тестирование. Не делайте никаких пометок в тексте опросника.

### Опросник

1. Я предпочитаю одежду неярких, приглушенных тонов.
2. Бывает, что я откладываю на завтра то, что должен сделать сегодня.
3. Я охотно записался бы добровольцем для участия в каких-либо боевых действиях.
4. Бывает, что иногда я ссорюсь с родителями.
5. Тот, кто в детстве не дрался, вырастает маменькиным сыном и ничего не может добиться в жизни.
6. Я бы взялся за опасную для жизни работу, если бы за нее хорошо платили.
7. Иногда я ощущаю такое сильное беспокойство, что просто не могу усидеть на месте.
8. Иногда бывает, что я немного хвастаюсь.
9. Если бы мне пришлось стать военным, то я хотел бы быть летчиком-истребителем.
10. Я ценю в людях осторожность и осмотрительность.
11. Только слабые и трусливые люди выполняют все правила и законы.
12. Я предпочел бы работу, связанную с переменами и путешествиями.
13. Я всегда говорю только правду.
14. Если человек в меру и без вредных последствий употребляет возбуждающие и влияющие на психику вещества — это вполне нормально.
15. Даже если я злюсь, то стараюсь не прибегать к ругательствам.
16. Я думаю, что мне бы понравилось охотиться на львов.
17. Если меня обидели, то я обязательно должен отомстить.
18. Человек должен иметь право выпивать столько, сколько он хочет.

19. Если мой приятель опаздывает к назначенному времени, то я обычно сохраняю спокойствие.
20. Мне обычно затрудняет работу требование сделать ее к определенному сроку.
21. Иногда я перехожу улицу там, где мне удобно, а не там, где положено.
22. Некоторые правила и запреты можно отбросить, если испытываешь сильное сексуальное (половое) влечение.
23. Я иногда не слушаюсь родителей.
24. Если при покупке автомобиля мне придется выбирать между скоростью и безопасностью, то я выберу безопасность.
25. Я думаю, что мне понравилось бы заниматься боксом.
26. Если бы я мог свободно выбирать профессию, то стал бы дегустатором вин.
27. Я часто испытываю потребность в острых ощущениях.
28. Иногда мне так и хочется сделать себе больно.
29. Мое отношение к жизни хорошо описывает пословица: «Семь раз отмерь, один раз отрежь».
30. Я всегда покупаю билеты в общественном транспорте.
31. Среди моих знакомых есть люди, которые пробовали одурманивающие токсические вещества.
32. Я всегда выполняю обещания, даже если мне это невыгодно.
33. Бывает, что мне так и хочется выругаться.
34. Правы люди, которые в жизни следуют пословице: «Если нельзя, но очень хочется, то можно».
35. Бывало, что я случайно попадал в драку после употребления спиртных напитков.
36. Мне редко удается заставить себя продолжать работу после ряда обидных неудач.
37. Если бы в наше время проводились бы бои гладиаторов, то я бы обязательно в них поучаствовал.
38. Бывает, что иногда я говорю неправду.
39. Терпеть боль назло всем бывает даже приятно.
40. Я лучше соглашусь с человеком, чем стану спорить.

41. Если бы я родился в давние времена, то стал бы благородным разбойником.
42. Если нет другого выхода, то спор можно разрешить и дракой.
43. Бывали случаи, когда мои родители, другие взрослые высказывали беспокойство по поводу того, что я немного выпил.
44. Одежда должна с первого взгляда выделять человека среди других в толпе.
45. Если в кинофильме нет ни одной приличной драки — это плохое кино.
46. Когда люди стремятся к новым необычным ощущениям и переживаниям — это нормально.
47. Иногда я скучаю на уроках.
48. Если меня кто-то случайно задел в толпе, то я обязательно потребую от него извинений.
49. Если человек раздражает меня, то готов высказать ему все, что я о нем думаю.
50. Во время путешествий и поездок я люблю отклоняться от обычных маршрутов.
51. Мне бы понравилась профессия дрессировщика хищных зверей.
52. Если уж ты сел за руль мотоцикла, то стоит ехать только очень быстро.
53. Когда я читаю детектив, то мне часто хочется, чтобы преступник ушел от преследования.
54. Иногда я просто не могу удержаться от смеха, когда слышу неприличную шутку.
55. Я стараюсь избегать в разговоре выражений, которые могут смутить окружающих.
56. Я часто огорчаюсь из-за мелочей.
57. Когда мне возражают, я часто взрываюсь и отвечаю резко.
58. Мне больше нравится читать о приключениях, чем о любовных историях.
59. Чтобы получить удовольствие, стоит нарушить некоторые правила и запреты.

60. Мне нравится бывать в компаниях, где в меру выпивают и веселятся.
61. Меня раздражает, когда девушки курят.
62. Мне нравится состояние, которое наступает, когда в меру и в хорошей компании выпьешь.
63. Бывало, что у меня возникало желание выпить, хотя я понимал, что сейчас не время и не место.
64. Сигарета в трудную минуту меня успокаивает.
65. Мне легко заставить других людей бояться меня, и иногда ради забавы я это делаю.
66. Я смог бы своей рукой казнить преступника, справедливо приговоренного к высшей мере наказания.
67. Удовольствие — это главное, к чему стоит стремиться в жизни.
68. Я хотел бы поучаствовать в автомобильных гонках.
69. Когда у меня плохое настроение, ко мне лучше не подходить.
70. Иногда у меня бывает такое настроение, что я готов первым начать драку.
71. Я могу вспомнить случаи, когда я был таким злым, что хватал первую попавшуюся под руку вещь и ломал ее.
72. Я всегда требую, чтобы окружающие уважали мои права.
73. Мне понравилось бы прыгать с парашютом.
74. Вредное воздействие на человека алкоголя и табака сильно преувеличивают.
75. Я редко даю сдачи, даже если кто-то ударит меня.
76. Я не получаю удовольствия от ощущения риска.
77. Когда человек в пылу спора прибегает к «сильным» выражениям — это нормально.
78. Я часто не могу сдержать свои чувства.
79. Бывало, что я опаздывал на уроки.
80. Мне нравятся компании, где все подшучивают друг над другом.
81. Секс должен занимать в жизни молодежи одно из главных мест.
82. Часто я не могу удержаться от спора, если кто-то не согласен со мной.

83. Иногда случалось, что я не выполнял домашнее задание.
84. Я часто совершаю поступки под влиянием минутного настроения.
85. Мне кажется, что я не способен ударить человека.
86. Люди справедливо возмущаются, когда узнают, что преступник остался безнаказанным.
87. Бывает, что мне приходится скрывать от взрослых некоторые свои поступки.
88. Наивные простаки сами заслуживают того, чтобы их обманывали.
89. Иногда я бываю так раздражен, что стучу по столу кулаком.
90. Только неожиданные обстоятельства и чувство опасности позволяют мне по-настоящему проявить себя.
91. Я бы попробовал какое-нибудь одурманивающее вещество, если бы твердо знал, что это не повредит моему здоровью и не повлечет наказания.
92. Когда я стою на мосту, то меня иногда так и тянет прыгнуть вниз.
93. Всякая грязь меня пугает или вызывает сильное отвращение.
94. Когда я злюсь, то мне хочется кого-нибудь ударить.
95. Я считаю, что люди должны полностью отказаться от употребления спиртных напитков.
96. Я бы мог на спор влезть на высокую фабричную трубу.
97. Временами я не могу справиться с желанием причинить боль другим людям.
98. Я мог бы после небольших предварительных объяснений управлять вертолетом.

### **Обработка результатов**

Ключи для подсчета первичных «сырых» баллов

1. Шкала установки на социально-желательные ответы:  
2 (нет), 4 (нет), 6 (нет), 13 (да), 21 (нет), 23 (нет), 30 (да), 32 (да), 33 (нет), 38 (нет), 47 (нет), 54 (нет), 79 (нет), 83 (нет), 87 (нет).



**2. Шкала склонности к преодолению норм и правил:**

1 (нет), 10 (нет), 11 (да), 22 (да), 34 (да), 41 (да), 44 (да), 50 (да), 53 (да), 55 (нет), 59 (да), 61 (нет), 80 (да), 86 (нет), 88 (да), 91 (да), 93 (нет).

**Шкала склонности к аддиктивному поведению:**

14 (да), 18 (да), 22 (да), 26 (да), 27 (да), 31 (да), 34 (да), 35 (да), 43 (да), 46 (да), 59 (да), 60 (да), 62 (да), 63 (да), 64 (да), 67 (да), 74 (да), 81 (да), 91 (да), 95 (нет).

**3. Шкала склонности к самоповреждающему и саморазрушающему поведению:**

3 (да), 6 (да), 9 (да), 12 (да), 16 (да), 24 (нет), 27 (да), 28 (да), 37 (да), 39 (да), 51 (да), 52 (да), 58 (да), 68 (да), 73 (да), 76 (нет), 90 (да), 91 (да), 92 (да), 96 (да), 98 (да).

**4. Шкала склонности к агрессии и насилию:**

3 (да), 5 (да), 15 (нет), 16 (да), 17 (да), 17 (да), 25 (да), 37 (да), 40 (нет), 42 (да), 45 (да), 48 (да), 49 (да), 51 (да), 65 (да), 66 (да), 70 (да), 71 (да), 72 (да), 75 (нет), 77 (да), 82 (нет), 89 (да), 94 (да), 97 (да).

**5. Шкала волевого контроля эмоциональных реакций:**

7 (да), 19 (да), 20 (да), 29 (нет), 36 (да), 49 (да), 56 (да), 57 (да), 69 (да), 70 (да), 71 (да), 78 (да), 84 (да), 89 (да), 94 (да).

**6. Шкала склонности к деликвентному поведению:**

18 (да), 26 (да), 31 (да), 34 (да), 35 (да), 42 (да), 43 (да), 44 (да), 48 (да), 52 (да), 55 (нет), 61 (нет), 62 (да), 63 (да), 64 (да), 67 (да), 74 (да), 86 (нет), 91 (да), 94 (да).

Далее производится подсчет первичных («сырых») баллов и их перевод в стандартные Т-баллы.

Каждому ответу при соответствии с ключом присваивается один балл. Затем по каждой шкале подсчитывается первичный суммарный балл, который затем при необходимости подвергается коррекции в связи с действием фактора специальной желательности в соответствии с процедурой, описанной выше. Затем производится перевод «сырых» баллов в стандартные Т-баллы. В том случае, если у пользователя имеются набранные им специализированные тестовые

нормы, то перевод в стандартные Т-баллы производится по формуле:

$$T = \frac{10 \times (X_i - M)}{S + 50}$$

где  $X_i$  — первичный («сырой») балл по шкале;

$M$  — среднее значение первичного суммарного балла по шкале в выборке стандартизации;

$S$  — стандартное отклонение значений первичных баллов в выборке стандартизации.

### **ВАРИАНТЫ КОЭФФИЦИЕНТОВ КОРРЕКЦИИ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ЗНАЧЕНИЙ «СЫРОГО» БАЛЛА ПО ШКАЛЕ № 1**

#### *Мужской вариант методики*

1. В случае, если первичный балл по шкале № 1 меньше или равен 6 баллам для «обычных» испытуемых, то коэффициент коррекции составляет:

Для шкалы № 2 = 0,3

Для шкалы № 3 = 0,3

Для шкалы № 4 = 0,2

Для шкалы № 5 = 0,2

Для шкалы № 6 = 0,3

Для шкалы № 7 = 0,2

2. В случае, если первичный балл по шкале № 1 меньше или равен 6 баллам для «деликвентных» испытуемых, то коэффициент коррекции составляет:

Для шкалы № 2 = 0,3

Для шкалы № 3 = 0,5

Для шкалы № 4 = 0,3

Для шкалы № 5 = 0,2

Для шкалы № 6 = 0,3

Для шкалы № 7 = 0,5

3. В случае, если первичный балл по шкале № 1 больше 6 баллов как для «обычных», так и для «деликвентных» испытуемых, то коэффициент коррекции составляет:

Для шкалы № 2 = 0,7

Для шкалы № 3 = 0,6

Для шкалы № 4 = 0,4

Для шкалы № 5 = 0,5

Для шкалы № 6 = 0,3

Для шкалы № 7 = 0,5

### **Женский вариант методики**

1. В случае, если испытуемые относятся к подвыборке «обычных» испытуемых, то коэффициент коррекции составляет

Для шкалы № 2 = 0,4

Для шкалы № 3 = 0,4

Для шкалы № 4 = 0,2

Для шкалы № 5 = 0,3

Для шкалы № 6 = 0,5

Для шкалы № 7 = 0,4

2. В случае, если испытуемые заведомо относятся к подвыборке «деликвентных» испытуемых, то коэффициент коррекции составляет:

Для шкалы № 2 = 0,4

Для шкалы № 3 = 0,4

Для шкалы № 4 = 0,3

Для шкалы № 5 = 0,4

Для шкалы № 6 = 0,5

Для шкалы № 7 = 0,5

### **Тестовые нормы для СОП**

Шкалы	Нормальная выборка	
	М	Ж
1	2,27	2,06
2	7,73	2,88
3	9,23	4,59
4	10,36	3,41
5	12,47	4,23
6	8,04	3,29
7	7,17	4,05

Таблица нормы перевода «сырых» баллов в Т-баллы

«Сы- рой» балл	Т-баллы						
	Шкалы						
	1	2	3	4	5	6	7
0	35		26				30
1	44	27	28	24	24	26	32
2	50	31	30	26	27	30	34
3	55	34	33	29	29	33	37
4	58	37	35	32	31	37	39
5	62	40	37	35	34	40	41
6	65	43	39	37	36	44	43
7	67	46	42	40	39	48	46
8	70	50	44	43	41	51	48
9	74	53	46	45	43	55	50
10	85	56	48	48	46	58	53
11	89	59	50	51	48	62	55
12		63	53	54	51	65	57
13		66	55	56	53	69	59
14		69	57	59	55	73	62
15		72	59	62	58	77	64
16		75	62	64	60	81	66
17		78	64	67	62	85	68
18		81	66	70	65		71
19		84	68	72	67		73
20		87	70	75	70		75
21		90	72	78	72		77
22			74	81	74		79
23			76	84	77		81
24			78	87	79		83
25			80	90	81		85
26			82		83		87
27			84		85		
28					87		
29					89		

## ОПИСАНИЕ ШКАЛ И ИХ ИНТЕРПРЕТАЦИЯ

### 1. Шкала установки на социальную желательность (служебная шкала)

**Социальная желательность** — те характеристики, которые обычно одобряются обществом и которые делают их обладателя социально привлекательным. Также может трактоваться как предрасположенность или установка давать на самооценочные вопросы одобряемые ответы, чтобы казаться себе или другим более социально желательным.

Данная шкала предназначена для измерения готовности испытуемого представлять себя в наиболее благоприятном свете с точки зрения социальной желательности.

Показатели от 50 до 60 Т-баллов свидетельствуют об умеренной тенденции давать при заполнении опросника социально-желательные ответы. Показатели свыше 60 баллов свидетельствуют о тенденции испытуемого демонстрировать строгое соблюдение даже малозначительных социальных норм, умышленном стремлении показать себя в лучшем свете, о настороженности по отношению к ситуации обследования.

Результаты, находящиеся в диапазоне 70–89 баллов, говорят о высокой настороженности испытуемого по отношению к психодиагностической ситуации и о сомнительной достоверности результатов по основным шкалам. О восприятии ситуации как экспертной одновременно с умеренно высокими показателями *по шкале № 1* также свидетельствует их резкое понижение по основным диагностическим шкалам и повышение по шкале женской социальной роли.

Для мужской популяции превышение суммарного первичного балла по шкале социальной желательности значения 11 первичных баллов свидетельствует о недостоверности результатов по основным шкалам.

Показатели ниже 50 Т-баллов говорят о том, что испытуемый не склонен скрывать собственные нормы и ценности, корректировать свои ответы в направлении социальной желательности.

Отмечено также, что младшие подростки (14 лет и младше) не способны длительное время следовать установке на социально-желательные ответы.

Одновременно высокие показатели по служебной шкале и по основным шкалам (кроме шкалы 8) свидетельствуют либо о сомнительной достоверности результатов, либо о диссоциации в сознании испытуемого известных ему и реальных норм поведения.

## **2. Шкала склонности к преодолению норм и правил**

Данная шкала предназначена для измерения предрасположенности испытуемого к преодолению каких-либо норм и правил, склонности к отрицанию общепринятых норм и ценностей, образцов поведения.

Результаты, лежащие в диапазоне 50–60 Т-баллов, свидетельствуют о выраженности вышеуказанных тенденций, о неконформистских установках испытуемого, о его склонности противопоставлять собственные нормы и ценности групповым, о тенденции «нарушать спокойствие», искать трудности, которые можно было бы преодолеть.

Показатели, находящиеся в диапазоне 60–70 Т-баллов, свидетельствуют о чрезвычайной выраженности неконформистских тенденций, проявлении негативизма и заставляют сомневаться в достоверности результатов тестирования по данной шкале.

Результаты ниже 50 Т-баллов по данной шкале свидетельствуют о конформных установках испытуемого, склонности следовать стереотипам и общепринятым нормам поведения. В некоторых случаях при условии сочетания с достаточно высоким интеллектуальным уровнем испытуемого и тенденции скрывать свои реальные нормы и ценности такие оценки могут отражать фальсификацию результатов.

## **3. Шкала склонности к аддиктивному поведению**

Данная шкала предназначена для измерения готовности реализовать аддиктивное поведение. Результаты в диапазоне 50–70 Т-баллов по данной шкале свидетельствуют о предрасположенности испытуемого к уходу от реально

посредством изменения своего психического состояния, о склонностях к иллюзорно-компенсаторному способу решения личностных проблем. Кроме того, эти результаты свидетельствуют об ориентации на чувственную сторону жизни, о наличии «сенсорной жажды», о гедонистически ориентированных нормах и ценностях.

Показатели выше 70 Т-баллов свидетельствуют о сомнительности результатов либо о наличии выраженной психологической потребности в аддиктивных состояниях, что необходимо выяснять, используя дополнительные психодиагностические средства.

Показатели ниже 50 Т-баллов свидетельствуют либо о невыраженности вышеперечисленных тенденций, либо о хорошем социальном контроле поведенческих реакций.

#### **4. Шкала склонности к самоповреждающему и саморазрушающему поведению**

Данная шкала предназначена для измерения готовности реализовать различные формы аутоагрессивного поведения. Объект измерения очевидно частично пересекается с психологическими свойствами, измеряемыми шкалой № 3.

Результаты, находящиеся в диапазоне 50–70 Т-баллов по шкале № 4, свидетельствуют о низкой ценности собственной жизни, склонности к риску, выраженной потребности в острых ощущениях, о садомазохистских тенденциях.

Результаты выше 70 Т-баллов свидетельствуют о сомнительной достоверности результатов.

Показатели ниже 50 Т-баллов по данной шкале свидетельствуют об отсутствии готовности к реализации саморазрушающего поведения, об отсутствии тенденции к соматизации тревоги, отсутствии склонности к реализации комплексов вины в поведенческих реакциях.

#### **5. Шкала склонности к агрессии и насилию**

Данная шкала предназначена для измерения готовности испытуемого к реализации агрессивных тенденций в поведении.

Показатели, лежащие в диапазоне 50–60 Т-баллов, свидетельствуют о наличии агрессивных тенденций у испытуемого. Показатели, находящиеся в диапазоне 60–70 Т-баллов, свидетельствуют об агрессивной направленности личности во взаимоотношениях с другими людьми, о склонности решать проблемы посредством насилия, о тенденции использовать унижение партнера по общению как средство стабилизации самооценки, о наличии садистских тенденций.

Показатели свыше 70 Т-баллов говорят о сомнительной достоверности результатов.

Показатели, лежащие ниже 50 Т-баллов, свидетельствуют о невыраженности агрессивных тенденций, о неприемлемости насилия как средства решения проблем, о нетипичности агрессии как способа выхода из фрустрирующей ситуации. Низкие показатели по данной шкале в сочетании с высокими показателями по шкале социальной желательности свидетельствуют о высоком уровне социального контроля поведенческих реакций.

## **6. Шкала волевого контроля эмоциональных реакций**

Данная шкала предназначена для измерения склонности испытуемого контролировать поведенческие проявления эмоциональных реакций (Внимание! Эта шкала имеет обратный характер).

Показатели, лежащие в пределах 60–70 Т-баллов, свидетельствуют о слабости волевого контроля эмоциональной сферы, о нежелании или неспособности контролировать поведенческие проявления эмоциональных реакций. Кроме того, это свидетельствует о склонности реализовывать негативные эмоции непосредственно в поведении, без задержки о несформированности волевого контроля своих потребностей и чувственных влечений.

Показатели ниже 50 Т-баллов по данной шкале свидетельствуют о невыраженности этих тенденций, о жестком самоконтроле любых поведенческих эмоциональных реакций, чувственных влечений.



### **7. Шкала склонности к деликвентному поведению**

Название шкалы носит условный характер, так как шкала сформирована из утверждений, дифференцирующих «обычных» подростков и лиц с зафиксированными правонарушениями, вступавших в конфликт с общепринятым образом жизни и правовыми нормами.

Данная шкала измеряет готовность (предрасположенность) подростков к реализации деликвентного поведения. Выражаясь метафорически, шкала выявляет «деликвентный потенциал», который лишь при определенных обстоятельствах может реализоваться в жизни подростка.

Результаты, находящиеся в диапазоне 50–60 Т-баллов, свидетельствуют о наличии деликвентных тенденций у испытуемого и о низком уровне социального контроля.

Результаты выше 60 Т-баллов свидетельствуют о высокой готовности к реализации деликвентного поведения.

Результаты ниже 50 Т-баллов говорят о невыраженности указанных тенденций, что в сочетании с высокими показателями по шкале социальной желательности может свидетельствовать о высоком уровне социального контроля.

Необходимо также учитывать, что содержание и структура деликвентного поведения у юношей и девушек существенно отличаются и соответственно различаются пункты, входящие в шкалу деликвентности для женского и мужского видов методики.

## **2.8. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ИНТЕГРАЛЬНЫХ ФОРМ КОММУНИКАТИВНОЙ АГРЕССИВНОСТИ (В.В. БОЙКО)**

**Коммуникация** (лат. *communicatio* — общение) — 1. Понятие, близкое к понятию общения, но расширенное. Это связь, в ходе которой происходит обмен информацией между системами в живой и неживой природе. Коммуникативный акт анализируется и оценивается по следующим компонентам:

1) адресант — субъект коммуникации; 2) адресат — кому

направлено сообщение; 3) сообщение — передаваемое содержание; 4) код — средства передачи сообщения; 5) канал связи; 6) результат — то, что достигнуто в итоге коммуникации.

Коммуникация может обслуживаться и неречевыми средствами; среди них выделяются: 1) средства оптико-кинетические — жесты, мимика, пантомимика; 2) средства паралингвистические — качество голоса, его диапазон, тональность; 3) средства экстралингвистические — паузы, плач, смех, темп речи; 4) средства пространственно-временные — взаиморасположение партнеров, временные задержки начала общения и др.

2. Коммуникация рассматривается и как смысловой аспект социального взаимодействия. Поскольку всякое индивидуальное действие осуществляется в условиях прямых или косвенных отношений с другими людьми, оно включает наряду с физическим — коммуникативный аспект. Действия, сознательно ориентированные на их смысловое восприятие другими людьми, иногда называют коммуникативными.

Различают процесс коммуникации и составляющие его акты. Основные функции процесса коммуникации состоят в достижении социальной общности при сохранении индивидуальности каждого ее элемента. В отдельных актах коммуникации реализуются управленческая, информативная, эмотивная и фатическая функции, первая из них — генетически и структурно исходная. По соотношению этих функций условно выделяют: 1) сообщения побудительные — убеждение, внушение, приказ, просьба; 2) сообщения информативные — передача реальных или вымышленных сведений; 3) сообщения экспрессивные — возбуждение эмоционального переживания; 4) сообщения фатические — установление и поддержание контакта.

Кроме того, коммуникационные процессы и акты можно классифицировать и по другим основаниям. Так, различаются: 1) по типу отношений между участниками — коммуникация межличностная, публичная, массовая; 2) по средствам — коммуникация речевая (письменная и устная

паралингвистическая (жест, мимика, мелодия), вещественно-знаковая (продукты производства, изобразительного искусства и др.).

**Агрессивность** (фр. *agressif* — агрессивный) — устойчивая черта личности, проявляющаяся в готовности к агрессивному поведению. Уровни ее определяются как научением в процессе социализации, так и ориентацией на культурно-социальные нормы, важнейшие из которых — нормы социальной ответственности и нормы возмездия за акты агрессии. Важная роль принадлежит и следующим ситуативным переменным: истолкованию намерений окружающих, возможности получения обратной связи, провоцирующему влиянию оружия и пр.

Агрессивность — одна из врожденных установок, коренящаяся в садистической фазе либидо. Выражается в стремлении к наступательным или насильственным действиям, направленным на нанесение ущерба или на уничтожение объекта наступления.

Таким образом, **коммуникативная агрессивность**, это агрессивность личности, проявляющаяся во время актов коммуникации.

## НАЗНАЧЕНИЕ

Отличием данной методики является не только доступность, но и широта и интегральность диагностического диапазона. Помимо тонких форм проявлений агрессивности и потребности в ней, она позволяет определить и степень агрессивного заражения, и способность к торможению, и способы переключения агрессивности.

## Инструкция

В бланке для ответов рядом с номером суждения поставьте свои ответы в форме «да» или «нет».

## Опросник

1. Временами я неожиданно «взрываюсь» злостью, гневом.
2. Если я вижу, что мое раздражение или злость передается другим, то обычно тут же беру себя в руки.

3. Чтобы избавляться от накопившейся злости, я придумал себе особый ритуал: периодически колочу подушку, боксирую в стенку, бегаю вокруг дома и т. п.
4. В общественных местах я обычно сдерживаюсь, а дома бываю невыдержанным.
5. Иногда я понимаю, что вызываю у кого-либо злость, раздражение, но мне трудно изменить свое поведение или я не хочу этого делать.
6. Если мне хамят, я, как правило, сдерживаюсь и не допускаю резкости.
7. Иногда я честно признаюсь себе: я плохой человек.
8. Стоит мне разозлиться, как я добиваюсь своего от окружающих.
9. Нередко я оказываюсь вовлеченным в какую-нибудь противоборствующую группировку.
10. Время от времени меня словно тянет поругаться с кем-нибудь.
11. Я часто расплачиваюсь за свою резкость или грубость.
12. Часто какой-нибудь пустяк выводит меня из себя.
13. Разозлившись, я могу ударить кого-либо (ребенка, товарища и т. п.).
14. Чувствуя прилив злости, я могу разрядиться на неодушевленных предметах (бью кулаком об стол, что-нибудь ломаю, бью посуду).
15. Я позволяю себе злость или гнев там, где меня никто не знает.
16. Я думаю, что мой характер — не подарок.
17. Если кто-нибудь из товарищей плохо отзовется обо мне, я выскажу ему все, что думаю о нем.
18. Бывают минуты, когда я ненавижу или презираю себя.
19. Чтобы заставить себя сделать что-либо трудное или сложное, мне иногда надо себя хорошенько разозлить.
20. Бывало так, что я оказывался членом нехорошей компании (группировки).
21. Обычно, когда я поругаюсь с кем-нибудь, мне становится легче.

22. Некоторые люди обижены на меня за мою резкость или злобу.
23. Когда я очень устаю, легко могу разозлиться, выйти из себя.
24. Моя злость обычно быстро проходит, если тот, кто ее вызвал, извиняется или признает свою неправоту.
25. Мне удастся гасить раздражение и прочие напряженные состояния в активном отдыхе — в спорте, туризме, культурных мероприятиях.
26. Бывает, я выясняю отношения с продавцом на повышенных тонах.
27. У меня острый язык, мне палец в рот не клади.
28. Я обычно легко «завожусь», когда сталкиваюсь с грубостью, агрессивностью или злостью окружающих.
29. Много из того плохого, что случилось со мной в жизни, я наверняка заслужил.
30. Злость чаще всего помогает мне в жизни.
31. Я часто ругаюсь в очередях.
32. Иногда мне говорят, что я злюсь, но я этого не замечаю.
33. Переживание злости или гнева явно вредит моему здоровью.
34. Иногда я начинаю злиться ни с того ни с сего.
35. Если я разозлюсь, то чаще всего отхожу почти мгновенно.
36. Чтобы успокоить нервную систему, я часто специально начинаю заниматься каким-либо делом (чтение, телевизор, хозяйственные заботы, работа).
37. В транспорте или магазине я бываю более агрессивен, чем где-либо.
38. Я человек резкий или очень категоричный.
39. Если кто-либо будет зло шутить надо мной, я скорее всего поставлю его на место.
40. Я часто злюсь на себя по какому-либо поводу.
41. В общении дома я часто специально придаю своему лицу суровое выражение.
42. Если бы понадобилось пойти на баррикады, я бы пошел.

43. Обычно моя злость дает мне импульс активности.
44. Я несколько дней переживаю последствия того, что не смог сдержаться от злости.
45. Бывают моменты, когда мне кажется, что я всех ненавижу.
46. Когда я чувствую прилив злобы или агрессии, то часто ухожу куда-нибудь, чтобы никого не видеть и не слышать.
47. Я часто успокаиваю себя тем, что срываю зло на вещах обидчика.
48. Иногда в транспортной толчее или в очереди я бываю столь агрессивен, что потом мне становится неловко за себя.
49. Я часто бываю несговорчивым, упрямым, непослушным.
50. Я легко лажу с людьми, которые провоцируют грубость или злость.
51. Если Бог когда-нибудь накажет меня за мои грехи, то это будет заслуженно.
52. Чтобы повлиять на окружающих, я часто лишь изображаю гнев или злость, но глубоко не переживаю, не испытываю этих состояний.
53. Я бы принял участие в стихийном митинге протеста, чтобы отстаивать вместе со всеми свои насущные интересы.
54. После вспышки раздражения, злобы я обычно хорошо чувствую себя некоторое время.
55. Моя раздражительность отрицательным образом сказывалась на отношениях с близкими или друзьями.

### **Обработка данных**

Опросник позволяет вывести «индекс агрессии» с учетом 11 параметров, каждый из которых оценивается отдельно в интервале от нуля до 5 баллов. За каждый ответ, соответствующий ключу, начисляется один балл; чем выше оценка, тем больше проявляется измеряемый показатель агрессивности.

Спонтанность агрессии: +1, +12, +23, +34, +45.

Неспособность тормозить агрессию: -2, +13, -24, -35, -46.

Неумение переключать агрессию на деятельность или неодушевленные объекты: -3, -14, -25, -36, -47.

Анонимная агрессия: +4, +15, +26, +37, +48

Провоцирование агрессии у окружающих: +5, +16, +27, +38, +49.

Склонность к отраженной агрессии: -6, +17, +28, +39, -50.

Аутоагрессия: +7, +18, +29, +40, +51.

Ритуализация агрессии: +8, +19, +30, +41, +52.

Удовольствие от агрессии: +10, +21, +32, +43, +54.

Расплата за агрессию: +11, +22, +33, +44, +55.

### Интерпретация данных

*Отсутствие или очень низкий уровень агрессии* (от 0 до 8 баллов) обычно свидетельствует о неискренности ответов респондента, его стремлении соответствовать социальной норме. Такие показатели встречаются у людей со сниженной самокритичностью и завышенными притязаниями.

*Невысокий уровень агрессии* (9–20 баллов) отмечается у большинства опрошенных. Он обычно обусловлен спонтанной агрессией и сопряжен с неумением переключать агрессию на деятельность и неодушевленные объекты (в этом, возможно, нет необходимости).

*Средний уровень агрессии* (21–30 баллов) обычно выражается в спонтанности, некоторой анонимности и слабой способности к торможению.

*Повышенный уровень агрессии* (от 31 до 40 баллов). К атрибутам, характерным для ее среднего уровня, обычно добавляются показатели расплаты, провокации.

*Очень высокий уровень агрессии* (41 и более баллов) связан с получением удовольствия от агрессии, перенятием агрессии толпы, провоцированием агрессии у окружающих.

## **2.9. САМООЦЕНКА ФОРМ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ (МОДИФИЦИРОВАННЫЙ ВАРИАНТ БАССА-ДАРКИ)**

**Поведение агрессивное** — специфическая форма действий человека, характеризующаяся демонстрацией превосходства в силе или применением силы по отношению к другому лицу или группе лиц, которым субъект стремится причинить ущерб. Может варьироваться по степени интенсивности и форме проявления: от демонстрации неприязни и недоброжелательности — до словесных оскорблений (агрессия вербальная) и до применения грубой силы (агрессия физическая). В социально-психологическом плане значимым является суммирование поведения агрессивного отдельных личностей, превращение межличностной агрессии в межгрупповую в рамках так называемых массовидных явлений.

В зарубежной психологии существует множество объяснений поведения агрессивного. Так, психоанализ видит в нем проявление Эдипова комплекса, результат подавления инстинктивных стремлений либидо в раннем детстве. Необихевизм считает поведение агрессивное следствием фрустраций, претерпеваемых личностью в процессе социального научения; интеракционизм — следствием объективного конфликта интересов, несовместимости целей отдельных личностей и социальных групп; когнитивизм — результатом диссонансов и несоответствий в познавательной сфере субъекта. Есть и биологизаторские попытки объяснить поведение агрессивное как чисто инстинктивное.

Многие из этих объяснений неудовлетворительны в связи с тенденцией к стиранию различий между общественной сущностью человека и биологической обусловленностью поведения животных, а зачастую — излишне идеалистической трактовкой мотивации поведения. Для понимания происхождения конкретных проявлений поведения агрессивного следует установить его место в общей индивидуальной



структуре и коллективной деятельности — например, показать, является ли агрессивный акт неадекватной защитной реакцией, следствием «аффекта» или поведение агрессивное приобретает самостоятельную цель и смысл, становясь особой индивидуальной или коллективной деятельностью (в случаях отклоняющегося поведения).

## **НАЗНАЧЕНИЕ**

Методика предназначена для определения проявления различных форм агрессивного поведения, в том числе физической агрессии, косвенной агрессии, вербальной агрессии, кроме этого методика позволяет выявить раздражительность, негативизм, обидчивость, подозрительность и чувство вины личности.

## **ПРОЦЕДУРА ТЕСТИРОВАНИЯ**

Психолог читает вопросы пункт за пунктом, называя их номера. Испытуемые получают бланки с номерами и около каждого номера ставят «плюс», если они согласны с утверждением, и «минус», если не согласны. Для удобства обработки бланк совпадает с ключом к тесту. Далее приводится полный список вопросов-утверждений, который был использован на занятиях.

## **ОПРОСНИК**

1. Если я разозлюсь, то могу ударить кого-нибудь.
2. Я никогда не раздражаюсь настолько, чтобы кидаться предметами.
3. Я легко раздражаюсь, но быстро успокаиваюсь.
4. Если меня не попросят по-хорошему, я не выполню просьбу.
5. Мне кажется, что судьба ко мне несправедлива.
6. Я знаю, что люди говорят обо мне за спиной.
7. Я не могу удержаться от спора, если люди не согласны со мной.
8. Если мне случалось обмануть кого-нибудь, я испытывал(а) мучительные угрызения совести.
9. Мне кажется, что я не способен ударить человека.

10. Когда я раздражаюсь, то хлопаю дверьми.
11. Иногда люди раздражают меня просто своим присутствием.
12. Если мне не нравится установленное правило, мне хочется его нарушить.
13. Иногда меня гложет зависть, хотя я этого не показываю.
14. Я думаю, что многие люди не любят меня.
15. Я требую, чтобы люди уважали мои права.
16. Иногда мне на ум приходят мысли, которых я стыжусь.
17. Я знаю людей, которые способны довести меня до драки.
18. Иногда я выражаю гнев тем, что стучу кулаком по столу.
19. Я часто чувствую себя как пороховая бочка, готовая взорваться.
20. Если кто-то корчит из себя начальника, я всегда поступаю ему наперекор.
21. Нет людей, которых я по-настоящему ненавидел бы.
22. Довольно много людей мне завидуют.
23. Даже если я злюсь, то не прибегаю к «сильным» выражениям.
24. Люди, уваливающие от работы, должны испытывать чувство вины.
25. Я редко даю сдачи, даже если кто-то ударит меня.
26. Я могу вспомнить случай, когда был так зол, что хватал первый попавшийся предмет и ломал его.
27. Я бываю грубоват по отношению к людям, которые мне не нравятся.
28. Когда со мной разговаривают командным тоном, мне ничего не хочется делать.
29. Обычно я стараюсь скрывать плохое отношение к людям.
30. Иногда мне кажется, что надо мной смеются.
31. Если кто-то раздражает меня, я готов сказать все, что я о нем думаю.
32. Меня угнетает то, что я мало делаю для своих родителей.
33. Если кто-то первым ударит меня, я не отвечу ему.
34. В споре я часто повышаю голос.

35. Я не раздражаюсь из-за мелочей.
36. Когда люди корчат из себя начальника, я делаю все, чтобы они не зазнавались.
37. Я не всегда получаю то хорошее, чего заслуживаю.
38. У меня нет врагов, которые хотели бы мне навредить.
39. Я часто угрожаю людям, хотя и не собираюсь приводить угрозы в исполнение.
40. Я делаю много такого, о чем впоследствии жалею.

Ключ

1. Физическая агрессия	1	-9	17	-25	-33
2. Косвенная агрессия	-2	10	18	26	34
3. Раздражительность	3	11	19	27	-35
4. Негативизм	4	12	20	28	36
5. Обидчивость	5	13	-21	29	37
6. Подозрительность	6	14	22	30	-38
7. Вербальная агрессия	7	15	-23	31	39
8. Чувство вины	8	16	24	32	40

## 2.10. ТЕСТ НЕЗАКОНЧЕННЫХ ПРЕДЛОЖЕНИЙ

**Отношений проблемы** — этот термин используется для обозначения трудностей в отношениях, которые являются достаточно серьезными, чтобы стать объектом внимания психолога-консультанта.

### НАЗНАЧЕНИЕ

Предложенная В. Михалом последовательность из 24 предложений является модификацией теста Сакса SSCT для детей. Тест относится к методикам дополнения и отчасти к ассоциативным методикам и направлен на диагностику отношения ребенка к родителям, братьям, сестрам, к детской неформальной и формальной группам, учителям, школе, своим собственным способностям, а также на выявление целей, ценностей, конфликтов и значимых переживаний. Все ответы ребенка следует записывать дословно.

Представленный здесь вариант теста незначительно изменен в сравнении с русским переводом оригинала. В нашей редакции устранены стилистические погрешности перевода и изменен порядок предложений.

### *Инструкция*

— Я могу предложить тебе вот какую игру. Я буду называть тебе начало предложения, а ты — заканчивать его.

— Теперь — внимание! Отвечать нужно быстро и каждый раз то, что придет в голову первым, но так, чтобы получалось законченное по смыслу предложение. Прежде чем начнем игру, можно немного потренироваться. Например, я говорю начало предложения:

— Каждое утро...

Похвалите ребенка, скажите, что он все правильно понял, а если показалось, что он сказал не первое окончание предложения, которое пришло ему в голову, напомните ему инструкцию еще раз. Можно предложить еще один пример:

— Многие отдал бы за то, чтобы я...

При необходимости объясните правило еще раз. Многие авторы, в том числе Михал, рекомендуют фиксировать время реакции с помощью секундомера. На наш взгляд, это может внести излишнюю нервозность в общение с психологом и отвлекать ребенка. Поэтому лучше пользоваться часами с секундной стрелкой, делая это незаметно, пока ребенок обдумывает ответ, отсчитывать про себя 3 секунды и ставить в протоколе точку после каждого такого интервала. Тест необходимо проводить индивидуально и только в устной форме.

В представленном списке предложения сгруппированы по диагностической направленности на изучение отношения ребенка к разным лицам и разным проблемам — к матери, отцу, братьям, сестрам, сверстникам; к школе, учителям; видам на будущее и т. д. Порядковый номер перед началом каждого предложения соответствует его месту в списке, предлагаемом нами для диагностического применения. Порядок можно менять, но так, чтобы предложения на одну тему распределялись равномерно, а не группировались вместе.

## НЕЗАКОНЧЕННЫЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ

1. Я думаю, что людей больше...
2. Ребенок в семье...
3. Мы любим маму, а...
4. Бываем среди детей, но...
5. Мой брат (сестра)...
6. Я достаточно ловкий, чтобы...
7. Отцы иногда...
8. Дети, с которыми я играю...
9. Что бы наш папа...
10. Мои близкие думают обо мне, что я...
11. Если бы мой брат (сестра)...
12. Мои друзья меня часто...
13. Я хочу, чтобы у меня не было...
14. Больной ребенок...
15. Я думал, что мама чаще всего...
16. Если бы не было школы...
17. Я весь трясусь, когда...
18. Когда думаю о школе, то...
19. Если бы все ребята знали, как я боюсь...
20. Был бы очень счастлив, если бы я...
21. Я самый слабый...
22. Мой учитель (учительница, учителя)...
23. Всегда мечтаю...

## ИНТЕРПРЕТАЦИЯ ТЕСТА

Основу интерпретации составляют содержательный анализ ответов, частота дополнительной части предложения, время ответа, а также высказывания ребенка по поводу того, насколько предложенные фразы соответствуют реальности (дети говорят об этом довольно часто).

«Наш материал, — пишет автор проективного интервью В. Михал, — представляет собой многократно модифицированный тест Сакса и Леви — SSCT. Тест ориентирован на определение социальной позиции и самопонимание». Социальную позицию ребенка исследуют предложения, направленные на изучение его отношения к группе сверстников,

учителям, родителям и членам семьи. Следует отметить, что случаи, когда во всех окончаниях фраз этой группы имеются признаки напряженности, конфликта, должны привлекать особое внимание психолога-практика, поскольку дезадаптация во всех сферах межличностных отношений является симптомом аномального развития личности. Автор методики вслед за Саксом рекомендует ставить баллы по ответам (2 балла — серьезные нарушения, требующие психотерапии, 1 балл — умеренные нарушения).

Самопонимание ребенка изучается с помощью предложений, направленных на исследование значимых переживаний ребенка, оценку своих возможностей, а также рефлексивную самооценку, формирующуюся к началу подросткового возраста. Так, ответ 12-летнего ребенка: «Я не знаю, что думаю о себе» на предложение: «Мои близкие думаю обо мне, что я...» указывает на запаздывание формирования рефлексивной оценки, но может быть и проявлением психологической защиты. В этом случае предложения о членах семьи будут иметь нейтральную эмоциональную окраску или содержать признаки конфликта. Приведенный пример показывает, как, во-первых, один и тот же ответ в различном контексте может означать разные особенности личности ребенка и, во-вторых, как предложение может быть подтверждено или опровергнуто на основе данных того же теста незаконченных предложений.

Для интерпретации отдельных предложений они сгруппированы по следующим категориям:

- а) отношение к матери — 3, 15,
- б) отношение к отцу — 7, 9,
- в) отношение к братьям, сестрам — 5, 11,
- г) отношение к семье — 2, 10,
- д) отношение к ровесникам — 4, 8, 12,
- е) отношение к учителям и школе — 23, 16, 18,
- ж) отношение к людям в целом — 1,
- з) отношение к собственным способностям — 6, 21,
- и) негативные переживания, страхи — 13, 17, 19,
- к) отношение к болезни — 14,
- л) мечты и планы на будущее — 20, 22, 24.

## 2.11. ШКАЛА СЕМЕЙНОЙ АДАПТАЦИИ И СПЛОЧЕННОСТИ (FACES-3)

**Семейная сплоченность** — это степень эмоциональной связи между членами семьи. При максимальной выраженности этой связи они эмоционально взаимозависимы, при минимальной — автономны и удалены друг от друга. Для диагностики семейной сплоченности используются показатели «эмоциональная связь», «семейные границы», «принятие решений», «время», «друзья», «интересы» и «отдых».

**Семейная адаптация** — характеризует, насколько гибка или, напротив, ригидна семейная система, насколько готова приспосабливаться, меняться при воздействии стрессоров. Для диагностики адаптации используются следующие параметры: «лидерство», «контроль», «дисциплина», «правила» и «роли» в семье.

### НАЗНАЧЕНИЕ

Шкалы серии *FACES* позволяют быстро, эффективно и достоверно оценить процессы, происходящие в семейной системе, и наметить мишени для психотерапевтического вмешательства.

*FACES-3* — третий вариант шкал серии *FACES*. Она разработана для оценки двух основных параметров в «круговой модели» функционирования семьи — *семейной сплоченности* и *семейной адаптации*.

Таблица

**Диагностические параметры шкалы семейной сплоченности и адаптации FACES-3**

Шкала	Номер утверждений в шкале	Диагностические параметры
Семейная сплоченность	1, 19, 11	Эмоциональная связь
	5, 7	Семейные границы
	17	Принятие решений
	9	Время

	3	Друзья
	13, 15	Интересы и отдых
Семейная адаптация	6, 18	Лидерство
	2, 12	Контроль
	4, 10	Дисциплина
	8, 16, 20	Роли
	14	Правила

В рамках «круговой модели» различают четыре уровня семейной сплоченности и адаптации в диапазоне от экстремально низкого до экстремально высокого. Уровни семейной сплоченности называются: разобщенный, разделенный, связанный и сцепленный. Уровни семейной адаптации обозначаются как: ригидный, структурированный, гибкий и хаотичный.

Выделяются умеренные (сбалансированные) и крайние (экстремальные) уровни семейной сплоченности и адаптации. Считается, что именно первые характеризуют успешность функционирования системы. Для семейной сплоченности этими уровнями являются разделенный и связанный, для семейной адаптации — структурированный и гибкий. Экстремальные уровни обычно рассматривают как проблематичные, ведущие к нарушениям функционирования семейной системы.

Комбинации из четырех уровней сплоченности и адаптации позволяют выделить 16 типов семейных систем. Четыре из них являются умеренными по обоим параметрам и называются сбалансированными; четыре — экстремальными, так как имеют крайние показатели по обоим уровням. Восемь типов относятся к средним: один из параметров здесь экстремальный, а другой — сбалансированный.

Опросник спроектирован таким образом, что позволяет установить, как испытуемые воспринимают свою семью и какой бы хотели ее видеть. Расхождение между реальностью и идеалом определяет степень удовлетворенности существующей семейной системой, чем расхождение больше тем сильнее недовольство. Идеал указывает, каких измен



ний семейного функционирования хотел бы добиться испытуемый.

Каждый испытуемый получает бланк со списком утверждений. Исследователь проверяет, как участники поняли инструкцию. Если опросник заполняют одновременно несколько членов семьи, наблюдение за их взаимодействием дает психологу дополнительную информацию о коммуникации в системе, а также возможность наблюдать за паттернами поведения. В этом случае от поясняющих ответов лучше отказаться, оставив решение за членами семьи. При работе в группе все уточнения делаются до начала заполнения опросника.

В идеале необходимо применять эту методику для исследования всех членов семьи, способных его заполнить, включая детей с 12 лет.

Методика содержит список из 20 утверждений. Задача испытуемого состоит в том, чтобы оценить каждое утверждение по степени его выраженности по пятибалльной шкале. Причем такая оценка проводится дважды. В первом случае испытуемый оценивает реальное семейное функционирование, во втором — такое, каким хотелось бы его видеть, т. е. идеальное.

### Инструкция и текст опросника

А. Опишите вашу реальную семью (супруги и дети). Прочтите предложенные высказывания и оцените их с помощью следующей шкалы: 1 — почти никогда, 2 — редко, 3 — время от времени, 4 — часто, 5 — почти всегда.

№	Утверждения	А) реально	Б) в идеале
1	Члены вашей семьи обращаются друг к другу за помощью		
2	При решении проблем учитываются предложения детей		
3	Мы с одобрением относимся к друзьям других членов семьи		
4	Дети самостоятельно выбирают форму поведения		

5	Мы предпочитаем общаться только в узком семейном кругу		
6	Каждый член нашей семьи может быть лидером		
7	Члены нашей семьи более близки с посторонними, чем друг с другом		
8	В нашей семье повседневные дела выполняются разными способами		
9	В нашей семье мы любим проводить свободное время вместе		
10	Наказания обсуждаются родителями и детьми вместе		
11	Члены нашей семьи чувствуют себя очень близкими друг другу		
12	В нашей семье большинство решений принимается родителями		
13	На семейных мероприятиях присутствует большинство членов семей		
14	Правила в нашей семье изменяются		
15	Нам трудно представить себе, что бы мы могли предпринять всей семьей		
16	Домашние обязанности могут переходить от одного члена семьи к другому		
17	Мы советуемся друг с другом при принятии решений		
18	Трудно сказать, кто у нас в семье лидер		
19	Единство очень важно для нашей семье		
20	Трудно сказать, какие обязанности в домашнем хозяйстве выполняет каждый член семьи		

Б. Теперь оцените все высказывания с точки зрения идеальной семьи, такой, о которой вы мечтаете.

При обработке подсчитывается количество баллов, полученных суммированием четных и нечетных утверждений. Количество баллов, полученное при сложении нечетных пунктов, определяет уровень семейной сплоченности, а четных — семейной адаптации. Разница между идеальными и реальными оценками по двум шкалам (сплоченности и адаптации), как уже говорилось, определяет степень удовлетворенности испытуемого семейной жизнью.

## **2.12. ШКАЛА ПРИВЯЗАННОСТИ РЕБЕНКА К ЧЛЕНАМ СВОЕЙ СЕМЬИ**

**Привязанность** — чаще всего трактуется как эмоциональная привязанность, эмоциональная связь между людьми. Обычно подразумевается, что этот вид эмоциональной связи вызван зависимостью: люди ожидают друг от друга эмоционального удовлетворения. Иногда термин привязанность употребляется для обозначения умеренной формы любви.

Что касается детей, то существенной особенностью их привязанности к родителям, является такое поведение ребенка, когда он пытается поддерживать максимально тесный контакт с родителями.

### **НАЗНАЧЕНИЕ**

Методика предназначена для того, чтобы выявить, к кому из членов семьи больше всего привязан ребенок.

Прежде чем приступить к инструкции, необходимо указать следующие данные ребенка:

Ф. И. \_\_\_\_\_

Возраст \_\_\_\_\_

С кем проживает ребенок в одной квартире \_\_\_\_\_

### **Инструкция**

При выборе ответов на нижеприведенные пункты шкалы привязанности ребенка необходимо подчеркнуть только

один ответ на каждый пункт. Варианты ответов заключены в скобки.

### Текст шкалы

Если бы я был(а) волшебником, то...

1. Я бы никогда не расставался(лась) с (мамой, папой, братом, сестрой, дедушкой, бабушкой).

2. Я бы ходил(а) по пятам невидимкой за (мамой, папой, братом, сестрой, дедушкой, бабушкой).

3. Я бы придумывал(ла) сны, где всегда была бы (мама, папа, брат, сестра, дедушка, бабушка).

4. Я бы поделился(лась) своим волшебством с (мамой, папой, братом, сестрой, дедушкой, бабушкой).

5. Я бы подарил(а) необычный подарок (маме, папе, брату, сестре, дедушке, бабушке).

6. Я бы создал(а) сказочную машину для (мамы, папы, брата, сестры, дедушки, бабушки).

7. Я бы построил(а) самый красивый дворец для (мамы, папы, брата, сестры, дедушки, бабушки).

8. Я бы взял(а) с собою на необитаемый сказочный остров (маму, папу, брата, сестру, дедушку, бабушку).

9. Я бы испек(ла) самый вкусный пирог для (мамы, папы, брата, сестры, дедушки, бабушки).

10. Я бы одел(а) в самый лучший наряд (маму, папу, брата, сестру, дедушку, бабушку).

### Интерпретация результатов

После ответов ребенка на все 10 пунктов подсчитайте общее количество выборов каждого члена семьи. Для легкости подсчета приравняйте одну выборку к одному баллу. Проранжируйте эти выборки. Как правило, член семьи, набравший наибольшее количество баллов, является членом семьи, к которому больше всего привязан ребенок. Член семьи, набравший наименьшее количество баллов или не набравший ни одного балла, чаще всего является источником дискомфорта ребенка в семье.

*Например:* Из 10 возможных вариантов ответов ребенок, живущий вместе с мамой, папой и младшей сестрой, 7 раз отдал предпочтение маме, 3 раза — папе и ни одного раза — сестре.

Вывод: этот ребенок очень привязан к маме, гораздо меньше — к папе и явным источником дискомфорта его является младшая сестра, к которой, по всей вероятности, он испытывает ревность и чувство соперничества. Не исключено, что низкая привязанность к папе связана с тем, что папа отдает предпочтение сестре.

## **Глава 3**

# **ОЦЕНКА ПСИХИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ДЕТЕЙ И РОДИТЕЛЕЙ**

---

### **3.1. МЕТОДИКА ДИАГНОСТИКИ УРОВНЯ СУБЪЕКТИВНОГО ОЩУЩЕНИЯ ОДИНОЧЕСТВА Д. РАССЕЛА И 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». Выбранный вариант отметьте знаком «+».

#### **Текст опросника**

Утверждения	часто	иногда	редко	никогда
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.

### **3.2. МЕТОДИКА ДИАГНОСТИКИ ПОТРЕБНОСТИ В ПОИСКАХ ОЩУЩЕНИЙ М. ЦУКЕРМАНА**

**Потребность** — 1) исходная форма активности живых существ. Динамическое образование, организующее и направляющее познавательные процессы, воображение и поведение; 2) потребность — в теории Д. Роттера, набор различных видов поведения, общим для которых является то, как они приобретают сходные подкрепления (например, признание, любовь и привязанность). Основная движущая сила развития человека. Раздражение влечения. Благодаря потребностям жизнь приобретает целенаправленность, и либо достигается удовлетворение потребности, либо предотвращается неприятное столкновение со средой.

В организме периодически возникают определенные состояния напряженности, которые связаны с нехваткой веществ (предмета), необходимых для продолжения жизнедеятельности. Эти состояния объективной нужды организма в чем-то, что лежит вне его, и составляет необходимое условие его нормального функционирования, называются потребностями. Это состояние индивида, которое вызывается испытываемой им нуждой в объектах, необходимых для его существования и развития, и выступает источником его активности.

Потребность — это динамическая сила, исходящая от организма. Ни давление, ни потребность не существуют изолированно: удовлетворение потребности предполагает взаимодействие с социальными ситуациями и их преобразование в целях достижения адаптации; в то же время и сами ситуации, и потребности других людей могут выступать и как побуждение (потребность), и как препятствие (давление).

Потребности не остаются неизменными, они меняются и совершенствуются в зависимости от уровня общей культуры



человека, его знаний о действительности и отношения к ней. Анализ потребностей лучше начинать с их органических форм.

К набору элементарных биологических потребностей, врожденных человеку и высшим животным, следует добавить еще потребность общения — потребность в контактах с себе подобными, в первую очередь со взрослыми индивидами, и потребность познавательную. Для обеих потребностей весьма важны два момента: они тесно переплетены друг с другом и обе составляют необходимое условие формирования личности на всех ступенях ее развития. Они необходимы так же, как и потребности органические, но если последние только обеспечивают биологическое существование, то контакт с людьми и познание необходимы для становления субъекта как человека.

При рассмотрении связи потребностей с деятельностью необходимо выделить два основных этапа существования каждой потребности: период до первой встречи с предметом, удовлетворяющим потребность, и период после этой встречи.

На первом этапе потребность, как правило, не представлена субъекту: он может испытывать состояние какого-то напряжения, неудовлетворенности, но не знать, чем это вызвано. Потребностное состояние выражается в беспокойном поведении, поиске и переборе различных предметов. В ходе поисков обычно происходит встреча потребности с ее предметом, чем и завершается первый этап жизни потребности. Процесс «узнавания» потребностью своего предмета называется опредмечиванием потребности. Самым актом опредмечивания потребность преобразуется — становится определенной, т. е. потребностью именно в данном предмете. Потребность можно понимать как некую гипотетическую переменную, которая, в зависимости от обстоятельств, может проявляться в виде мотива или в виде черты. В последнем случае потребности стабильны и становятся качествами характера.

Согласно Х. Меррею, основные потребности таковы:

1) доминантность — стремление контролировать, оказывать

влияние, направлять, убеждать, препятствовать, ограничивать; 2) агрессия — стремление словом или делом опозорить, осудить, поиздеваться, унижить; 3) поиск дружеских связей — стремление к дружбе, любви; добрая воля, симпатии к другим, страдание при отсутствии дружеских отношений; желание сблизить людей, устранить препятствия; 4) отвержение других — стремление отвергнуть попытки сближения; 5) автономия — стремление освободиться от всяких ограничений: от опеки, режима, порядка и т. п.; 6) пассивное повиновение — подчинение силе, принятие судьбы, интрапунитивность, признание собственной неполноценности; 7) потребность в уважении и поддержке; 8) потребность достижения — стремление преодолеть некий барьер, превзойти других, сделать что-то лучше, достичь высшего уровня в каком-либо деле, быть последовательным и целеустремленным; 9) потребность быть в центре внимания; 10) потребность игры — предпочтение игры любой серьезной деятельности, желание развлечений, любовь к остроумию; иногда сочетается с беззаботностью, безответственностью; 11) эгоизм (нарциссизм) — стремление ставить превыше всего собственные интересы, самодовольство, автоэротизм, болезненная чувствительность к унижению, застенчивость; тенденция к субъективизму при восприятии внешнего мира; часто сливается с потребностью в агрессии или отвержении; 12) социальность (социофилия) — забвение собственных интересов во имя группы, альтруистическая направленность, благородство, уступчивость, забота о других; 13) потребность поиска покровителя — ожидание совета, помощи; беспомощность, поиск утешения, мягкого обращения; 14) потребность оказания помощи; 15) потребность избегания наказания — сдерживание собственных импульсов с целью избежать наказания, осуждения; потребность считаться с общественным мнением; 16) потребность самозащиты — трудности с признанием собственных ошибок, стремление оправдаться ссылками на обстоятельства, отстаивать свои права; отказ от анализа своих ошибок; 17) потребность преодоления поражения, неудачи — отличается от потребности достижения акцентом на

самостоятельности в действиях; 18) потребность избегания опасности; 19) потребность порядка — стремление к аккуратности, упорядочению, точности, красоте; 20) потребность суждения — стремление ставить общие вопросы или отвечать на них; склонность к абстрактным формулам, обобщениям, увлеченность «вечными вопросами» и т. п.

Потребности — предпосылка и результат не только собственно трудовой деятельности людей, но и познавательных процессов. Поэтому они выступают как такие состояния личности, благодаря которым осуществляется регулирование поведения, определяется направленность мышления, чувств и воли. Потребности обусловлены процессом воспитания в широком смысле — приобщением к миру культуры, представленной и предметно (потребности материальные), и функционально (потребности духовные).

Потребности обнаруживаются в мотивах, влечениях, желаниях, побуждающих человека к деятельности и становящихся формой проявления потребности. Если в потребности деятельность по существу зависима от ее предметно-общественного содержания, то в мотивах эта зависимость проявляется как собственная активность субъекта. Поэтому раскрываемая в поведении личности система мотивов имеет больше признаков и более подвижна, чем потребность, составляющая ее сущность. Воспитание потребностей — одна из центральных задач формирования личности.

## **НАЗНАЧЕНИЕ**

Используется для исследования уровня потребностей в ощущениях различного рода применительно к подросткам и взрослым людям.

## **Инструкция**

Вашему вниманию предлагается ряд утверждений, которые объединены в пары. Из каждой пары вам необходимо выбрать одно, которое наиболее характерно для вас, и отметить его.

**Текст опросника**

1. А. Я бы предпочел работу, требующую многочисленных разездов, путешествий.  
Б. Я бы предпочел работать на одном месте.
2. А. Меня взбадривает свежий, прохладный день.  
Б. В прохладный день я не могу дождаться, когда попаду домой.
3. А. Мне не нравятся все телесные запахи.  
Б. Мне нравятся некоторые телесные запахи.
4. А. Мне не хотелось бы попробовать какой-нибудь наркотик, который мог бы оказать на меня неизведанное воздействие.  
Б. Я бы попробовал какой-нибудь из незнакомых наркотиков, вызывающих галлюцинации.
5. А. Я бы предпочел жить в идеальном обществе, где каждый безопасен, надежен и счастлив.  
Б. Я бы предпочел жить в неопределенные, смутные дни нашей истории.
6. А. Я не могу вынести езду с человеком, который любит скорость.  
Б. Иногда я люблю ездить на машине очень быстро, так как нахожу это возбуждающим.
7. А. Если бы я был продавцом-коммивояжером, то предпочел бы твердый оклад, а не сдельную зарплату с риском заработать мало или ничего.  
Б. Если бы я был продавцом-коммивояжером, то я бы предпочел работать сдельно, так как у меня была бы возможность заработать больше, чем сидя на окладе.
8. А. Я не люблю спорить с людьми, чьи воззрения резко отличаются от моих, поскольку такие споры всегда неразрешимы.  
Б. Я считаю, что люди, которые не согласны с моим воззрением, больше стимулируют, чем люди, которые согласны со мной.
9. А. Большинство людей тратят слишком много денег на страхование.

- Б. Страхование — это то, без чего не мог бы позволить себе обойтись ни один человек.
10. А. Я бы не хотел оказаться загипнотизированным.  
Б. Я бы хотел попробовать оказаться загипнотизированным.
11. А. Наиболее важная цель в жизни — жить на полную катушку и взять от нее столько, сколько возможно.  
Б. Наиболее важная цель в жизни — обрести спокойствие и счастье.
12. А. В холодную воду я вхожу постепенно, дав себе время привыкнуть к ней.  
Б. Я люблю сразу нырнуть или прыгнуть в море или холодный бассейн.
13. А. В большинстве видов современной музыки мне не нравятся беспорядочность и дисгармоничность.  
Б. Я люблю слушать новые и необычные виды музыки.
14. А. Худший социальный недостаток — быть грубым, невоспитанным человеком.  
Б. Худший социальный недостаток — быть скучным человеком, занудой.
15. А. Я предпочитаю эмоционально выразительных людей, даже если они немного неуравновешенны.  
Б. Я предпочитаю больше людей спокойных, даже «отрегулированных».
16. А. У людей, едущих на мотоциклах, должно быть есть какая-то неосознаваемая потребность причинить себе боль, вред.  
Б. Мне бы понравилось водить мотоцикл, или ездить на нем.

### **ОБРАБОТКА И ИНТЕРПРЕТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ**

Полученные ответы соотносятся с ключом.

- |      |      |       |       |
|------|------|-------|-------|
| 1. А | 5. Б | 9. А  | 13. Б |
| 2. А | 6. Б | 10. Б | 14. Б |
| 3. Б | 7. Б | 11. А | 15. А |
| 4. Б | 8. Б | 12. Б | 16. Б |

Каждый ответ, совпавший с ключом, оценивается в один балл. Полученные баллы суммируются. Сумма совпадений

и является показателем уровня потребностей в ощущениях. Поиск новых ощущений имеет большое значение для человека, поскольку стимулирует эмоции и воображение, развивает творческий потенциал, что в конечном счете ведет к его личностному росту.

*Высокий уровень* потребностей в ощущениях (11–16 баллов) обозначает наличие влечения, возможно, бесконтрольного к новым, «щекочущим нервы» впечатлениям, что часто может провоцировать испытуемого на участие в рискованных авантюрах и мероприятиях.

*Средний уровень* потребностей в ощущениях (от 6 до 10 баллов). Он свидетельствует об умении контролировать такие потребности, как, с одной стороны — открытости новому опыту, с другой стороны — сдержанности и рассудительности в необходимых моментах жизни.

*Низкий уровень* потребностей в ощущениях (от 0 до 5 баллов) обозначает присутствие предусмотрительности и осторожности в ущерб получению новых впечатлений (и информации) от жизни. Испытуемый с таким показателем предпочитает стабильность и упорядоченность неизвестному и неожиданному в жизни.

### **3.3. МЕТОДИКА ДИАГНОСТИКИ ТИПА ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ РЕАКЦИИ НА ВОЗДЕЙСТВИЕ СТИМУЛОВ ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ В.В. БОЙКО**

**Эмоциональная реакция** — любая анатомическая, мышечная, физиологическая, поведенческая реакция, которая сопровождает испытываемую эмоцию и представляет собой способ выражения этой эмоции.

#### **Назначение**

Методика позволяет выявить настроенность эмоциональной сферы личности на негативные или позитивные стимулы внешней среды и социального окружения.

## Инструкция

Выберите подходящий вариант ответа — «а», «б» или «в». Будьте искренни.

## Текст опросника

1. Когда я усталый прихожу с работы домой, то усталость:
  - а) быстро проходит;
  - б) остается какое-то время, но я ее не показываю;
  - в) отрицательно сказывается на общении с домашними.
2. Жизнь показывает, что я склонен:
  - а) все видеть в основном оптимистично;
  - б) воспринимать все преимущественно в спокойных, нейтральных тонах;
  - в) относиться ко всему по большей части пессимистично.
3. Когда на улице хорошая погода, то чаще всего:
  - а) у меня улучшается настроение или повышается активность;
  - б) мне хочется расслабиться, отложить дела, бездельничать;
  - в) я на это никак не реагирую или чувствую себя несчастным, подавленным.
4. Если бы мне предложили пройти тест на определение уровня интеллекта, то я:
  - а) охотно согласился бы;
  - б) постарался бы не проходить;
  - в) категорически отказался бы.
5. В общении с новым деловым партнером (коллегой) я обычно:
  - а) легко и быстро вступаю в контакт;
  - б) сначала некоторое время присматриваюсь и проявляю осторожность;
  - в) стараюсь вообще особенно не сближаться.
6. Когда бывает радостно на душе, то обычно мне хочется:
  - а) чтобы это увидели, почувствовали все;
  - б) чтобы это увидели, почувствовали только близкие мне люди;

- в) чтобы этого никто не заметил.
- 7. Очередное трудное обстоятельство в жизни я чаще всего воспринимаю:
  - а) с готовностью успешно преодолеть;
  - б) с некоторой тревогой, беспокойством;
  - в) с чувством досады или раздражения.
- 8. Написать письмо на телевидение меня могла бы побудить скорее всего:
  - а) передача, которая очень понравилась;
  - б) передача, которая содержала вопрос, требующий ответа;
  - в) передача, которая вызвала протест, неудовлетворение.
- 9. Когда возникают нежные чувства к близким, я обычно:
  - а) проявляю их открыто;
  - б) стесняюсь своей сентиментальности;
  - в) стараюсь не показывать.
- 10. Необходимость принимать ответственные решения в личной жизни обычно:
  - а) мобилизует меня;
  - б) вызывает растерянность, ставит в тупик;
  - в) огорчает или расстраивает.
- 11. Сомнительные, но интересные идеи, знания, факты я обычно:
  - а) включаю в багаж своих знаний;
  - б) тщательно обдумываю, взвешиваю;
  - в) решительно отторгаю или опровергаю.
- 12. Когда представители противоположного пола говорят мне комплименты, я обычно:
  - а) не скрываю своего удовольствия;
  - б) смущаюсь, чувствую неловкость;
  - в) сомневаюсь в их искренности.
- 13. Если мое предложение будет отвергнуто руководителем, то я скорее всего:
  - а) сделаю новое предложение или внесу исправления в прежнее;
  - б) буду переживать в себе случившееся;



- в) выскажу свое недовольство или не стану впредь вносить предложения.
- 14. Я человек:
  - а) очень доверчивый;
  - б) осмотнительный, настороженный;
  - в) очень недоверчивый.
- 15. На юмор и шутки в основном реагирую так:
  - а) открыто смеюсь, радуюсь;
  - б) воспринимаю сдержанно;
  - в) отношусь критично или реагирую редко.
- 16. Если кто-либо из членов семьи опять делает не то или не так, я чаще всего:
  - а) терпеливо и спокойно объясняю, как надо сделать;
  - б) начинаю ворчать, брюзжать;
  - в) шумлю, ругаюсь, устраиваю разгон.
- 17. Жизнь чаще:
  - а) радует;
  - б) не вызывает определенных эмоций;
  - в) огорчает или разочаровывает.
- 18. Анекдоты я:
  - а) обожаю;
  - б) воспринимаю без особого восторга;
  - в) не люблю.
- 19. Неприятные обязанности на работе я большей частью выполняю:
  - а) столь же терпеливо, как и остальные;
  - б) нехотя;
  - в) с неудовольствием или с досадой, раздражением.
- 20. Для моего стиля жизни больше характерно:
  - а) активное планомерное продвижение к намеченной цели;
  - б) стабильность, постоянство;
  - в) желание периодически многое или что-нибудь резко изменять.
- 21. Если бы мне предложили отметить круглую дату моего трудового пути, я бы вероятнее всего ответил:
  - а) принимаю предложение;

- б) мне не очень хочется или неловко оказаться в центре внимания;
  - в) я не люблю подобные мероприятия.
22. На справедливые, но обидные по форме замечания в мой адрес я обычно в первый момент реагирую так:
- а) принимаю с благодарностью, признанием;
  - б) обижаюсь, но не показываю это;
  - в) защищаюсь или теряю самообладание, «завожусь».
23. Я хотел бы, чтобы моя профессиональная деятельность:
- а) была связана с активным общением с людьми;
  - б) не требовала активного общения;
  - в) по возможности исключала общение.
24. Дружеские подшучивания по моему адресу:
- а) вполне принимаю;
  - б) не одобряю, но терплю;
  - в) не выношу, не приемлю.
25. Недостатки личности делового партнера чаще всего:
- а) принимаю как обстоятельство, которое надо преодолеть;
  - б) стараюсь молча терпеть;
  - в) заставляют нервничать, огорчаться.
26. Будь я руководителем, то для завоевания авторитета у коллег предпочел бы такое средство:
- а) оказание помощи и поддержки;
  - б) терпение и выдержку;
  - в) строгость и требовательность.
27. Если бы на собрании коллектива меня похвалили за хорошую работу, то по всей вероятности:
- а) я не скрывал бы своего удовлетворения;
  - б) смутился бы или постарался скрыть свои чувства;
  - в) не испытал бы особых чувств или это меня не порадовало.
28. Если меня кто-либо разозлит, то:
- а) быстро отхожу, забываю о случившемся;
  - б) успокаиваю себя, убеждаю, что надо уметь прощать, у меня это получается;
  - в) злюсь долго и ничего с этим не могу поделать.

29. Когда вечером раздается неожиданный стук в дверь, то я по обыкновению:
- а) ожидаю что-нибудь приятное;
  - б) настораживаюсь, но не подаю вида;
  - в) явно нервничаю, жду что-нибудь неприятное.
30. Когда в дружеской компании меня просят петь или плясать, то я:
- а) тут же откликаюсь;
  - б) некоторое время смущаюсь и не решаюсь;
  - в) предпочитаю, чтобы меня не просили
31. Мелочи жизни я воспринимаю:
- а) как тонизирующий фактор;
  - б) как беспокоящее меня обстоятельство;
  - в) как досадные неприятности.
32. Моя жизнь в целом:
- а) наполнена яркими событиями, которые я чаще всего сам себе организую;
  - б) размерена и спокойна;
  - в) скучна и однообразна.
33. Если бы кто-нибудь из коллег, с которым не было особых отношений, вдруг стал мне оказывать дружеское расположение, то:
- а) я тут же ответил бы взаимностью;
  - б) сначала постарался бы понять причину, а потом решил, как себя вести;
  - в) воздержался бы от дружеских отношений.
34. Если коллега нанесет мне какую-то обиду, то я скорее всего:
- а) быстро смогу простить его;
  - б) буду переживать, стараясь не показывать это;
  - в) когда-нибудь отвечу ему тем же.
35. Обстановка на работе чаще всего вызывает:
- а) хорошее или бодрое, приподнятое настроение;
  - б) внутреннее напряжение, беспокойство;
  - в) раздражение или плохое, сниженное настроение.
36. Полезные советы со стороны знакомых я обычно:
- а) тут же принимаю с благодарностью;

- б) тщательно обдумываю и проверяю на надежность;
  - в) не принимаю в расчет, стараюсь жить своим умом.
37. Если кто-либо из коллег проявит недовольство беспорядками в нашей работе, я скорее всего:
- а) постараюсь своим участием уладить конфликт;
  - б) буду наблюдать за развитием действий;
  - в) приму сторону недовольных или обиженных.
38. Большинство людей в моем окружении на работе (в учебном заведении):
- а) вызывает доверие;
  - б) заставляет держаться настороженно;
  - в) вызывает недоверие.
39. В последнее время праздники я обычно встречаю:
- а) с подъемом и радостью;
  - б) с некоторой грустью, тревогой, разочарованием или безразличием;
  - в) с явной досадой, раздражением или ощущением пустоты, одиночества.

### Обработка и интерпретация данных

Учитывается два параметра:

1) «эйфорическая активность вовне» — а, «рефрактерная активность вовнутрь» — б и «дисфорическая активность вовне» — в;

2) характер стимулов:

*положительные* — обладают позитивным личностным смыслом или социальным значением (хорошая погода, радость на душе, комплимент окружающих, шутка);

*амбивалентные* (или нейтральные) — они двойственны по своей природе, в них можно обнаружить либо положительный, либо негативный смысл — все зависит от установок самой личности, от ее тенденции приписывать вещам, явлениям, людям хорошие или плохие качества (амбивалентны как стимулы новый деловой партнер вообще, телевизионная передача, сомнительные идеи, окружающие люди, жизнь в целом, обычная обстановка на работе);

*отрицательные* — отрицательные смысл, значение (ощущение усталости, надо пройти интеллектуальное испытание, трудное обстоятельство в жизни).

Подвести итоги позволяет таблица, в которую надо перенести данные ответов — ставьте единички в нужной графе. Подсчитайте общее количество ответов а, б, в — по колонкам таблицы.

Стимулы	Вопросы	Тип эмоциональной реакции		
		эйфорическая (ответ «а»)	рефрактерная (ответ «б»)	дисфорическая (ответ «в»)
Негативные	1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22, 25, 28, 31, 34, 37			
амбивалентные	2, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 33, 26, 29, 32, 35, 38			
позитивные	3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24, 27, 30, 33, 36, 39			
	ВСЕГО:			

*Интерпретация результатов.* Какой тип ответа преобладает? Если чаще всего фигурирует а, это свидетельствует о доминировании эйфорической, когда воздействующие факторы — негативные, позитивные и амбивалентные, то реакции рефракторные или дисфорические.

Наибольшее количество ответов типа б говорит о том, что эмоциональная система восприятия личности пасует перед разными влияниями — положительными, отрицательными и амбивалентными. В окружающей действительности она выбирает преимущественно амбивалентные стимулы. При этом они «застревают» в личности, остаются в виде переживаний неприятного осадка, размышлений, затаенной грусти, злости.

При доминировании дисфорической формулы (больше всего ответов в) положительные и отрицательные стимулы сводятся к негативным переживаниям, а эмоциональная система в целом настроена на негативные стимулы.

Дополнительно можно отметить, какие именно стимулы — негативные, амбивалентные или позитивные — чаще вызывают конкретный тип преобразования энергии — а, б или в.

### **3.4. МЕТОДИКА ДИАГНОСТИКИ КОММУНИКАТИВНОЙ УСТАНОВКИ В.В. БОЙКО**

**Установка** — по Д. Узнадзе, готовность, предрасположенность субъекта к восприятию будущих событий и к действиям в определенном направлении; обеспечивает устойчивый целенаправленный характер протекания соответствующей деятельности, служит основой целесообразной избирательной активности человека. Речь идет именно о готовности к предстоящему действию. Если навык относится к периоду осуществления действия, то установка — к периоду, который ему предшествует.

Установка имеет весьма важное функциональное значение: это состояние готовности позволяет эффективнее выполнять соответствующее действие. Однако иногда механизмы установки могут ввести в заблуждение. Именно «ошибки установки», проявляющиеся в ошибочных действиях, восприятиях или оценках, относятся к ее самым выразительным проявлениям.

Это понятие занимает очень важное место — видимо, потому, что явления установки пронизывают практически все сферы психической жизни.

Установка — не частный психологический процесс, но нечто целостное, носящее центральный характер. Это проявляется и в том, что установка, будучи сформированной в одной сфере, переходит на другие. Установка возникает при взаимодействии индивида со средой, при «встрече» потребности с ситуацией ее удовлетворения; на базе установки, выражающей состояние всего субъекта как такового, деятельность может быть активизирована помимо участия

его эмоциональных и волевых актов. Однако деятельность, хотя и свойственна человеку в плане «импульсивной» установки, не отражает, однако, его сущности. Специфически человеческое — это явление «объективации»: акт выделения действия из единства с субъектом, переживание действительности как существующей независимо от субъекта. Объективация возникает, когда установка не обеспечивает адекватного действия; тогда возникает план сознания, в результате чего опять-таки вырабатывается готовность к деятельности — установка.

Установки могут проявляться в различных сферах психической жизни. Можно говорить об установках моторных, установках перцептивных, установках умственных.

Функция установки, ее эффекты и содержание раскрываются при изучении ее роли в регуляции деятельности. Здесь основные функции ее таковы: 1) установка определяет устойчивый, последовательный, целенаправленный характер протекания деятельности, выступает как механизм стабилизации, позволяющий сохранять ее направленность в непрерывно изменяющихся ситуациях; 2) установка освобождает субъекта от необходимости принимать решения и произвольно контролировать протекание деятельности в стандартных, ранее встречавшихся ситуациях; 3) установка может выступать и как фактор, обуславливающий инертность, косность деятельности, затрудняющий приспособление к новым ситуациям.

Эффекты установки непосредственно обнаруживаются лишь при изменении условий протекания деятельности. Ввиду этого общий методический прием изучения феноменов установки — это прием «прерывания» деятельности. Так, субъекту для сравнения по некоторым параметрам предъявляют два равных «критических» объекта после неоднократного предъявления неодинаковых «установочных» объектов (метод фиксации установки Д. Узнадзе).

Содержание установки зависит от места объективного фактора, вызывающего установку, в структуре деятельности. По тому, на какой фактор деятельности направлена установка

(мотив, цель, условие деятельности), выделяют три иерархических уровня регуляции деятельности — уровни установок смысловых, целевых и операциональных.

## **НАЗНАЧЕНИЕ**

Данная методика предназначена для выявления прежде всего негативных коммуникативных видов установок личности по отношению к другим людям. К таким видам установок относятся: завуалированная жестокость в отношениях к людям, в суждениях о них; открытая жестокость в отношениях к людям; брюзжание, т. е. склонность делать необоснованные обобщения негативных фактов в области взаимоотношений с партнерами и в наблюдении за социальной действительностью. Кроме этого, методика позволяет выявить обоснованный негативизм в суждениях о людях и негативный личный опыт общения с окружающими.

## **Инструкция**

Вам надо прочитать каждое из предложенных ниже суждений и ответить «да» или «нет», выражая согласие или несогласие с ними. Рекомендуем воспользоваться листом бумаги, на котором фиксируется номер вопроса и ваш ответ; затем по ходу дальнейших наших пояснений обращайтесь к своей записи. Будьте внимательны и искренни.

## **Текст опросника**

1. Мой принцип в отношениях с людьми: доверяй, но проверяй.
2. Лучше думать о человеке плохо и ошибиться, чем наоборот (думать хорошо и ошибиться).
3. Высокопоставленные должностные лица, как правило, ловкачи и хитрецы.
4. Современная молодежь разучилась испытывать глубокое чувство любви.
5. С годами я стал более скрытным, потому что часто приходилось расплачиваться за свою доверчивость.



6. Практически в любом коллективе присутствует зависть или подсиживание.
7. Большинство людей лишено чувства сострадания к другим.
8. Большинство работников на предприятиях и в учреждениях старается прибрать к рукам все, что плохо лежит.
9. Подростки в большинстве своем сегодня воспитаны хуже, чем когда бы то ни было.
10. В моей жизни часто встречались циничные люди.
11. Бывает так: делаешь добро людям, а потом жалеешь об этом, потому что они платят неблагодарностью.
12. Добро должно быть с кулаками.
13. С нашим народом можно построить счастливое общество в недалеком будущем.
14. Неумных вокруг себя видишь чаще, чем умных.
15. Большинство людей, с которыми приходится иметь деловые отношения, разыгрывают из себя порядочных, но по сути они иные.
16. Я очень доверчивый человек.
17. Правы те, кто считает: надо больше бояться людей, а не зверей.
18. Милосердие в нашем обществе в ближайшем будущем останется иллюзией.
19. Наша действительность делает человека стандартным, безликим.
20. Воспитанность в моем окружении — редкое качество.
21. Практически я всегда останавливаюсь, чтобы дать по просьбе прохожего жетон для телефона-автомата в обмен на деньги.
22. Большинство людей пойдет на безнравственные поступки ради личных интересов.
23. Люди, как правило, безынициативны в работе.
24. Пожилые люди в большинстве показывают свою озлобленность каждому.
25. Большинство людей на работе любят посплетничать друг о друге.

## **Обработка и интерпретация результатов**

### **Признаки негативной установки**

**1. Завуалированная жестокость в отношениях к людям, в суждениях о них.** О завуалированной жестокости в отношениях к людям свидетельствуют следующие варианты ответов (в скобках указывается количество баллов, начисляемых за соответствующий вариант): 1 — да (3), 6 — да (3), 11 — да (7), 16 — нет (3), 21 — нет (4).

Максимально можно набрать 20 баллов. Чем больше баллов, тем отчетливее выражена завуалированная жестокость в отношении к людям.

**2. Открытая жестокость в отношениях к людям.** Личность не скрывает и не смягчает свои негативные оценки и переживания по поводу большинства окружающих: выводы о них резкие, однозначные и сделаны, возможно, навсегда. Об открытой жестокости следует судить по таким вопросам из опросника: 2 — да (9), 7 — да (8), 12 — да (10), 17 — да (10), 22 — да (8).

**3. Обоснованный негативизм в суждениях о людях.** Таковой выражается в объективно обусловленных отрицательных выводах о некоторых типах людей и отдельных сторонах взаимодействия.

Обоснованный негативизм обнаруживается в таких вопросах и вариантах ответов: 3 — да (1), 8 — да (1), 13 — нет (1), 18 — да (1), 23 — да (1). Максимальное число баллов — 5.

**4. Брюзжание, т. е. склонность делать необоснованные обобщения негативных фактов в области взаимоотношений с партнерами и в наблюдении за социальной действительностью.** О наличии такого компонента в негативной установке свидетельствуют следующие вопросы из опросника: 4 — да (2), 9 — да (2), 14 — да (2), 19 — да (2), 24 — да (2). Максимальное количество баллов — 10.

**5. Негативный личный опыт общения с окружающими.** Данный компонент установки показывает, в какой мере вам везло в жизни на ближайший круг знакомых и партнеров по совместной деятельности (в предыдущих показателях оцени-

вались скорее общие ситуации). О негативном личном опыте контактов свидетельствуют вопросы: 5 — да (5), 10 — да (5), 15 — да (5), 20 — да (4), 25 — да (1). Максимальное количество баллов — 20.

Таблица

## Итоги исследования

Показатели	Максимум баллов	Полученные баллы	Процент от максимума баллов
Завуалированная жестокость	20		
Открытая жестокость	45		
Обоснованный негативизм	5		
Брюзжание	10		
Негативный опыт общения	20		
Всего:	100		

Для просчета показателя негативной коммуникативной установки необходимо просчитать полученный суммарный балл.

Если балл выше общего среднего — 33, это свидетельствует о наличии выраженной негативной коммуникативной установки, которая по всей вероятности неблагоприятно сказывается на самочувствии партнеров.

**Энергетику негативной коммуникативной установки невозможно скрыть от сенсорных систем партнера.**

Проблемы появятся даже в том случае, если индивид старается тщательно маскировать свой негативный настрой по отношению к окружающим, например, на работе. Дело в том, что когда он заставляет себя сдерживаться, быть корректным, возникает постоянное напряжение. С точки зрения этики, возможно, все обстоит безукоризненно, однако расплачиваться за это приходится высокой психологической ценой: рано или поздно состояние напряжения приведет к стрессу, нервному срыву, не исключено, что разрядка время от времени происходит за пределами работы: в семье, в общении с приятелями или в общественных местах, что тоже малоприятно.

1. *Уровень ситуативной коммуникативной толерантности* — фиксируется в отношениях данной личности к конкретному другому человеку, например, к брачному партнеру, ребенку, коллеге, пациенту, случайному попутчику. Низкий уровень ситуативной толерантности проявляется, например, в высказываниях: «терпеть не могу этого человека», «он меня раздражает своим присутствием», «меня трясет от него», «меня все в нем возмущает».

О высоком уровне свидетельствуют выражения типа: «мне очень импонирует этот деловой партнер», «с этим человеком легко общаться». О среднем уровне говорят высказывания типа: «не все я принимаю в этом человеке», «иногда он невыносим», «кое-что меня в нем раздражает».

2. *Уровень типологической коммуникативной толерантности* — выявляется в отношениях индивида к собирательным типам личностей или группам людей, например, к представителям конкретной нации, социального слоя, профессии. Определенная энергия эмоций выражается во взаимодействии с конкретными человеческими типами. Низкий уровень типологической толерантности заключен, например, в словах: «меня раздражает такой тип людей», «я не стал бы жить в одной комнате с нацменом», «лучше не иметь дела с клиентами-пенсионерами». Средний уровень проступает в оборотах речи: «такие работники вызывают противоречивые чувства», «если захотеть, его можно вытерпеть в качестве партнера». О высоком уровне типологической толерантности свидетельствуют выражения: «обычно представители этой нации — хорошие люди», «обожаю такой тип мужчин»;

3. *Уровень профессиональной толерантности* — проявляется в отношениях к собирательным типам людей, с которыми приходится иметь дело по роду деятельности. В этом случае дополнительная энергия эмоций обнаруживается у личности, главным образом в рабочей обстановке.

Так можно говорить о терпимости врача или медсестры в отношениях с больными — капризными, преувеличивающими тяжесть заболевания, нарушающими больничный режим и т. п. У стюардесс есть понятие «хороший» или «плохой»

пассажир, у официантов, парикмахеров, водителей такси — «хороший» или «плохой» клиент;

4. *Уровень общей коммуникативной толерантности* — в нем просматриваются тенденции отношения к людям в целом, тенденции, обусловленные жизненным опытом, установками, свойствами характера, нравственными принципами, состоянием психического здоровья человека.

**Общая коммуникативная толерантность в значительной мере предопределяет прочие ее формы — ситуативную, типологическую, профессиональную.**

Как же узнать, в какой мере обследуемый способен проявлять терпимость к другим? Об этом свидетельствуют определенные поведенческие признаки и умоностроения.

*О низком уровне общей коммуникативной толерантности свидетельствуют следующие особенности поведения.*

**1. Вы не умеете, либо не хотите понимать или принимать индивидуальность других людей.** Индивидуальность другого — это прежде всего то, что составляет особенное в нем: данное от природы, воспитанное, усвоенное в среде обитания. Мера несовпадения личностных подструктур партнеров и составляет различия их индивидуальностей.

Для того, чтобы узнать, насколько индивид способен принимать или не принимать индивидуальность встречающихся людей, можно предложить ему оценить приведенные ниже суждения.

Воспользуйтесь оценками от 0 до 3 баллов, чтобы выразить, сколь верны они по отношению лично к вам: 0 баллов — совсем неверно, 1 — верно в некоторой степени, 2 — верно в значительной степени, 3 — верно в высшей степени. Закончив оценку суждений, подсчитайте число полученных баллов, но будьте искренни:

1. Медлительные люди обычно действуют мне на нервы.
2. Меня раздражают суетливые, непоседливые люди.
3. Шумные детские игры переношу с трудом.
4. Оригинальные, нестандартные, яркие личности чаще всего действуют на меня отрицательно.

5. Безупречный во всех отношениях человек насторожил бы меня.

Всего:

**2. Оценивая поведение, образ мыслей или отдельные характеристики людей, вы рассматриваете в качестве эталона самого себя.** В этом случае вы отказываете партнеру в праве на индивидуальность и, словно в прокрустово ложе, втискиваете партнера в ту или иную подструктуру своей личности. Более того, в прямом или завуалированном виде вы считаете себя «истиной в последней инстанции», судите о партнерах, руководствуясь своими привычками, установками и настроениями.

Для того, чтобы узнать, есть ли у индивида тенденции оценивать людей, исходя из собственного «я», можно предложить ему оценить приведенные ниже суждения.

Меру согласия с суждениями, как и в предыдущем случае, следует выражать в баллах от 0 до 3:

1. Меня обычно выводит из равновесия несообразительный собеседник.
2. Меня раздражают любители поговорить.
3. Я бы тяготился разговором с безразличным для меня попутчиком в поезде, самолете, если он проявит инициативу.
4. Я бы тяготился разговорами случайного попутчика, который уступает мне по уровню знаний и культуры.
5. Мне трудно найти общий язык с партнерами иного интеллектуального уровня.

Всего:

**3. Вы категоричны или консервативны в оценках людей.** Таким способом вы регламентируете проявление индивидуальности партнеров и требуете от них предпочтительного для себя однообразия, которое соответствует вашему внутреннему миру — сложившимся ценностям и вкусам.

Для того, чтобы узнать, в какой мере категоричны или консервативны оценки индивида в адрес окружающих, можно предложить ему оценить приведенные ниже суждения.

Меру согласия с суждениями, как и в предыдущем случае, следует выражать в баллах от 0 до 3:

1. Современная молодежь вызывает неприятные чувства своим внешним видом (прически, косметика, наряды).
2. Так называемые «новые русские» обычно производят неприятное впечатление либо бескультурьем, либо рвачеством.
3. Представители некоторых национальностей в моем окружении откровенно не симпатичны мне.
4. Есть тип мужчин (женщин), который я не выношу.
5. Терпеть не могу деловых партнеров с низким профессиональным уровнем.

Всего:

**4. Вы не умеете скрывать или хотя бы сглаживать неприятные чувства, возникающие при столкновении некоммуникабельными качествами у партнеров.** Качества личности партнера, которые определяют положительный эмоциональный фон общения с ним, назовем коммуникабельными, а качества партнера, вызывающие негативное отношение к нему — некоммуникабельными. Человек с низким уровнем общей коммуникативной толерантности обычно демонстрирует неуправляемые отрицательные реакции в ответ на некоммуникабельные качества партнера. Неприятие в другом чаще всего вызывают некоммуникабельные типы лиц, некоммуникабельные черты личности и некоммуникабельные манеры общения.

Для того, чтобы узнать, в какой степени индивид умеет скрывать или сглаживать неприятные впечатления при столкновении с некоммуникабельными качествами людей, можно предложить ему оценить приведенные ниже суждения.

Меру согласия с суждениями, как и в предыдущем случае, следует выражать в баллах от 0 до 3:

1. Считаю, что на грубость надо отвечать тем же.
2. Мне трудно скрыть, если человек мне чем-либо неприятен.

3. Меня раздражают люди, стремящиеся в споре настоять на своем.
4. Мне неприятны самоуверенные люди.
5. Обычно мне трудно удержаться от замечания в адрес озлобленного или нервного человека, который толкается в транспорте.

Всего:

**5. Вы стремитесь переделать, перевоспитать своего партнера.** В сущности, вы беретесь за непосильную задачу — вы намерились изменить ту или иную подструктуру личности, обновить, переподчинить или заменить ее элементы. Попытки перевоспитать партнера проявляются в жесткой или мягкой форме, но в любом случае, они встречают его сопротивление. Жесткая форма отмечается, например в привычке читать мораль, поучать, укорять в нарушении правил этики. Мягкая сводится к требованиям соблюдать правила поведения и сотрудничества, к замечаниям по разным поводам.

Для того, чтобы узнать, в какой степени индивид пытается перевоспитать партнера по общению, можно предложить ему оценить приведенные ниже суждения.

Меру согласия с суждениями, как и в предыдущем случае, следует выражать в баллах от 0 до 3:

1. Я имею привычку поучать окружающих.
2. Невоспитанные люди возмущают меня.
3. Я часто ловлю себя на том, что пытаюсь воспитывать кого-либо.
4. Я по привычке постоянно делаю кому-либо замечания.
5. Я люблю командовать близкими.

Всего:

**6. Вам хочется подогнать партнера под себя, сделать его удобным.** В данном случае вы как бы «обтесываете» те или иные качества личности партнера, стремясь регламентировать его поступки или добиться сходства с собой, настаиваете на принятии вашей точки зрения, оценивая партнера, исходя из своих обстоятельств и т. д.



Для того, чтобы узнать, в какой степени индивид склонен подгонять партнеров под себя, делать их удобными можно предложить ему оценить приведенные ниже суждения.

Меру согласия с суждениями, как и в предыдущем случае, следует выражать в баллах от 0 до 3:

1. Меня раздражают старики, когда в час пик они оказываются в городском транспорте или в магазинах.
2. Жить в номере гостиницы с посторонним человеком для меня просто пытка.
3. Когда партнер не соглашается в чем-то с моей правильной позицией, то обычно это раздражает меня.
4. Я проявляю нетерпение, когда мне возражают.
5. Меня раздражает, если партнер делает что-то по-своему, не так, как мне хочется.

Всего:

**7. Вы не умеете прощать другому его ошибки, неловкость, непреднамеренно причиненные вам неприятности.** Это означает, что ваше сознание «застревает» на различиях между личностными подструктурами — вашей и партнера. Таков источник взаимных обид, стремления усложнить отношения с партнером, придавать особый неприятный смысл его поступкам и словам.

Для того, чтобы узнать, в какой степени индивиду свойственна такая тенденция поведения, можно предложить ему оценить приведенные ниже суждения.

Меру согласия с суждениями, как и в предыдущем случае, следует выражать в баллах от 0 до 3:

1. Обычно я надеюсь, что моим обидчикам достанется по заслугам.
2. Меня часто упрекают в ворчливости.
3. Я долго помню нанесенные мне обиды теми, кого я ценю или уважаю.
4. Нельзя прощать сослуживцам бестактные шутки.
5. Если деловой партнер непреднамеренно заденет мое самолюбие, я на него тем не менее обижусь.

Всего:

**8. Вы нетерпимы к физическому или психическому дискомфорту, в котором оказался партнер.** Такое наблюдается в тех случаях, когда партнер недомогает, жалуется, капризничает, нервничает или ищет соучастия и сопереживания. Человек с низким уровнем коммуникативной толерантности — душевно черствый и поэтому либо не замечает подобных состояний, либо они его раздражают, по крайней мере, вызывают осуждение. При этом он игнорирует то, что сам тоже бывает в дискомфортных состояниях и обычно рассчитывает на понимание и поддержку окружающих.

Для того, чтобы узнать, в какой степени индивид терпим к дискомфортным состояниям окружающих, можно предложить ему оценить приведенные ниже суждения.

Меру согласия с суждениями, как и в предыдущем случае, следует выражать в баллах от 0 до 3:

1. Я осуждаю людей, которые плачутся в чужую жилетку.
2. Внутренне я не одобряю коллег (приятелей), которые при удобном случае рассказывают о своих болезнях.
3. Я стараюсь уходить от разговора, когда кто-нибудь начинает жаловаться на свою семейную жизнь.
4. Обычно я без особого внимания выслушиваю исповеди друзей (подруг).
5. Мне иногда нравится позлить кого-нибудь из родных или друзей.

Всего:

**9. Вы плохо приспосабливаетесь к характерам, привычкам, установкам или притязаниям других.** Данное обстоятельство указывает на то, что адаптация к самому себе для вас функционально важнее и достигается проще, чем адаптация к партнерам. Во всяком случае, вы постараетесь менять и переделывать прежде всего партнера, а не себя — для некоторых это непоколебимое кредо. Взаимное существование, однако предполагает адаптационные умения обеих сторон.

Для того, чтобы узнать, в какой степени у индивида развиты адаптивные способности во взаимодействии с людьми, можно предложить ему оценить приведенные ниже суждения.

Меру согласия с суждениями, как и в предыдущем случае, следует выражать в баллах от 0 до 3:

1. Как правило, мне трудно идти на уступки партнерам.
2. Мне трудно ладить с людьми, у которых плохой характер.
3. Обычно я с трудом приспосабливаюсь к новым партнерам по совместной работе.
4. Я воздерживаюсь поддерживать отношения с несколькими странными людьми.
5. Чаше всего я из принципа настаиваю на своем, даже если понимаю, что партнер прав.

Всего:

Выше были представлены некоторые поведенческие признаки, свидетельствующие о низком уровне общекommunikативной толерантности индивида, сопровождающиеся негативными эмоциями. Далее следует подсчитать сумму баллов, полученных по всем 9 признакам: чем больше баллов, тем ниже уровень коммуникативной толерантности. Максимальное число баллов — 135, что свидетельствует об абсолютной нетерпимости к окружающим, что вряд ли возможно для нормальной личности. Точно так невероятно получить ноль баллов — свидетельство терпимости личности ко всем типам партнеров во всех ситуациях. В среднем опрошенные набирают: воспитатели дошкольных учреждений — 31 балл, медсестры — 43, врачи — 40 баллов. Сравните данные с приведенными показателями и сделайте вывод о коммуникативной толерантности обследуемого.

Обратите внимание на то, по каким из 9 предложенных выше поведенческих признаков высокие суммарные оценки — здесь возможен интервал от 0 до 15 баллов. Чем больше баллов по конкретному признаку, тем менее индивид терпим к людям в данном аспекте отношений с ними. Напротив, чем меньше оценки по тому или иному поведенческому признаку, тем выше уровень общей коммуникативной толерантности по данному аспекту отношений.

**Средние показатели сниженной толерантности —  
балл из 15 возможных**

<b>Компоненты установки</b>	<b>Воспитатели</b>	<b>Медсестры</b>	<b>Врачи</b>
Неприятие или непонимание индивидуальности человека.	3,4	5,6	4,4
Использование себя в качестве эталона при оценке других	3,0	4,3	4,7
Категоричность или консерватизм в оценках людей	4,7	6,1	5,7
Неумение скрывать или сглаживать неприятные чувства при столкновении с некоммуникабельными качествами партнеров	3,7	5,3	5,2
Стремление переделать, перевоспитать партнеров	5,1	5,1	4,0
Стремление подогнать партнера под себя, сделать его удобным	3,2	4,5	4,4
Неумение прощать другому ошибки, неловкость, непреднамеренно причиненные вам неприятности	3,7	4,6	4,4
Нетерпимость к физическому или психическому дискомфорту партнера	1,8	3,3	3,4
Неумение приспосабливаться к партнерам	2,6	4,0	4,0
В сумме:	31,2	42,8	40,2

**Многоуровневый личностный опросник  
«адаптивность» (МЛО-АМ) А.Г. Маклакова  
и С.В. Чермянина**

**Адаптивность** — процесс активного приспособления индивида к условиям новой социальной среды.

**Назначение**

Методика предназначена для выявления адаптивных способностей, нервно-психической устойчивости, моральной нормативности, коммуникативных особенностей личности.

## Инструкция

Просим вас ответить «да» или «нет» на приведенные утверждения.

## Текст опросника

1. Бывает, что я сержусь.
2. Обычно по утрам я просыпаюсь свежим и отдохнувшим.
3. Сейчас я примерно так же работоспособен, как и всегда.
4. Судьба определенно несправедлива ко мне.
5. Запоры у меня бывают очень редко.
6. Временами мне очень хотелось покинуть свой дом.
7. Временами у меня бывают приступы смеха или плача, с которыми я никак не могу справиться.
8. Мне кажется, что меня никто не понимает.
9. Считаю, что если кто-то причинил мне зло, то я должен ответить ему тем же.
10. Иногда мне в голову приходят такие нехорошие мысли, что лучше о них никому не рассказывать.
11. Мне бывает трудно сосредоточиться на какой-либо задаче или работе.
12. У меня бывают часто странные и необычные переживания.
13. У меня отсутствовали неприятности из-за моего поведения.
14. В детстве я одно время совершал мелкие кражи.
15. Бывает, что у меня появляется желание ломать или крушить все вокруг.
16. Бывало, что я целыми днями или даже неделями ничего не мог делать, потому что никак не мог заставить себя взяться за работу.
17. Сон у меня прерывистый и беспокойный.
18. Моя семья относится с неодобрением к той работе, которую я выбрал.
19. Бывали случаи, что я не сдерживал обещаний.
20. Голова у меня болит часто.
21. Раз в неделю или чаще я без всякой видимой причины внезапно ощущаю жар во всем теле.

22. Было бы хорошо, если бы почти все законы отменили.
23. Состояние моего здоровья почти такое же, как у большинства моих знакомых (не хуже).
24. Встречая на улице своих знакомых или школьных друзей, с которыми я давно не виделся, я предпочитаю проходить мимо, если они со мной не заговаривают первыми.
25. Большинству людей, которые меня знают, я нравлюсь.
26. Я человек общительный.
27. Иногда я так настаиваю на своем, что люди теряют терпение.
28. Большую часть времени настроение у меня подавленное.
29. Теперь мне трудно надеяться на то, что я чего-нибудь добьюсь в жизни.
30. У меня мало уверенности в себе.
31. Иногда я говорю неправду.
32. Обычно я считаю, что жизнь — стоящая штука.
33. Я считаю, что большинство людей способны солгать, чтобы продвинуться по службе.
34. Я охотно принимаю участие в собраниях и других общественных мероприятиях.
35. Я ссорюсь с членами моей семьи очень редко.
36. Иногда я испытываю сильное желание нарушить правила приличия или кому-нибудь навредить.
37. Самая трудная борьба для меня — это борьба с самим собой.
38. Мышечные судороги или подергивания у меня бывают крайне редко (или почти не бывают).
39. Я довольно безразличен к тому, что со мной будет.
40. Иногда, когда я себя неважно чувствую, я бываю раздражительным.
41. Часто у меня такое чувство, что я сделал что-то не то или даже что-то плохое.
42. Некоторые люди до того любят командовать, что меня так и тянет делать все наперекор, даже если я знаю, что они правы.

43. Я часто считаю себя обязанным отстаивать то, что нахожу справедливым.
44. Моя речь сейчас такая же, как всегда (ни быстрее, ни медленнее, нет ни хрипоты, ни невнятности).
45. Я считаю, что моя семейная жизнь такая же хорошая, как у большинства моих знакомых.
46. Меня ужасно задевает, когда меня критикуют или ругают.
47. Иногда у меня бывает чувство, что я просто должен нанести повреждение себе или кому-нибудь другому.
48. Мое поведение в значительной мере определяется обычаями тех, кто меня окружает.
49. В детстве у меня была компания, где все старались стоять друг за друга.
50. Иногда меня так и подмывает с кем-нибудь затеять драку.
51. Бывало, что я говорил о вещах, в которых не разбираюсь.
52. Обычно я засыпаю спокойно и меня не тревожат никакие мысли.
53. Последние несколько лет я чувствую себя хорошо.
54. У меня никогда не было ни припадков, ни судорог.
55. Сейчас мой вес постоянен (я не худею и не полнею).
56. Я считаю, что меня часто наказывали незаслуженно.
57. Я легко плачу.
58. Я мало устаю.
59. Я был бы довольно спокоен, если бы у кого-нибудь из моей семьи были неприятности из-за нарушения закона.
60. С моим рассудком творится что-то неладное.
61. Чтобы скрыть свою застенчивость, мне приходится затрачивать большие усилия.
62. Приступы головокружения у меня бывают очень редко (или почти не бывают).
63. Меня беспокоят сексуальные вопросы.
64. Мне трудно поддерживать разговор с людьми, о которых я только что познакомился.
65. Когда я пытаюсь что-то сделать, часто замечаю, что у меня дрожат руки.

66. Руки у меня такие же ловкие и проворные, как и прежде.
67. Большую часть времени я испытываю общую слабость.
68. Иногда, когда я смущен, я сильно потею, и меня это очень раздражает.
69. Бывает, что я откладываю на завтра то, что должен сделать сегодня.
70. Думаю, что я человек обреченный.
71. Бывали случаи, что мне было трудно удержаться, чтобы что-нибудь не стащить у кого-нибудь или где-нибудь, например, в магазине.
72. Я злоупотреблял спиртными напитками.
73. Я часто о чем-нибудь тревожусь.
74. Мне бы хотелось быть членом нескольких кружков или обществ.
75. Я редко задыхаюсь, и у меня не бывает сильных сердцебиений.
76. Всю свою жизнь я строго следую принципам, основанным на чувстве долга.
77. Случалось, что я препятствовал или поступал наперекор людям просто из принципа, а не потому, что дело было действительно важным.
78. Если мне не грозит штраф и машин поблизости нет, я могу перейти улицу там, где мне хочется, а не там, где положено.
79. Я всегда был независимым и свободным от контроля со стороны семьи.
80. У меня бывали периоды такого сильного беспокойства, что я даже не мог усидеть на месте.
81. Зачастую мои поступки неправильно истолковывались.
82. Мои родители и (или) другие члены моей семьи придираются ко мне больше чем надо.
83. Кто-то управляет моими мыслями.
84. Люди равнодушны и безразличны к тому, что с тобой случится.
85. Мне нравится быть в компании, где все подшучивают друг над другом.
86. В школе я усваивал материал медленнее, чем другие.



87. Я вполне уверен в себе.
88. Никому не доверять — самое безопасное.
89. Раз в неделю или чаще я бываю очень возбужденным и взволнованным.
90. Когда я нахожусь в компании, мне трудно найти подходящую тему для разговора.
91. Мне легко заставить других людей бояться себя, и иногда я это делаю ради забавы.
92. В игре я предпочитаю выигрывать.
93. Глупо осуждать человека, обманувшего того, кто сам позволяет себя обманывать.
94. Кто-то пытается воздействовать на мои мысли.
95. Я ежедневно выпиваю много воды.
96. Счастливее всего я бываю, когда один.
97. Я возмущаюсь каждый раз, когда узнаю, что преступник по какой-либо причине остался безнаказанным.
98. В моей жизни был один или несколько случаев, когда я чувствовал, что кто-то посредством гипноза заставляет меня совершать те или иные поступки.
99. Я редко заговариваю с людьми первым.
100. У меня никогда не было столкновений с законом.
101. Мне приятно иметь среди своих знакомых значительных людей — это как бы придает мне вес в собственных глазах.
102. Иногда, без всякой причины у меня вдруг наступают периоды необычайной веселости.
103. Жизнь для меня почти всегда связана с напряжением.
104. В школе мне было очень трудно говорить перед классом.
105. Люди проявляют по отношению ко мне столько сочувствия и симпатии, сколько я заслуживаю.
106. Я отказываюсь играть в некоторые игры, потому что у меня это плохо получается.
107. Мне кажется, что я завожу друзей с такой же легкостью, как и другие.
108. Мне неприятно, когда вокруг меня люди.
109. Мне, как правило, везет.

110. Меня легко привести в замешательство.
111. Некоторые из членов моей семьи совершали поступки, которые меня пугали.
112. Иногда у меня бывают приступы смеха или плача, с которыми я никак не могу справиться.
113. Мне бывает трудно приступить к выполнению нового задания или начать новое дело.
114. Если бы люди не были настроены против меня, я в жизни достиг бы гораздо большего.
115. Мне кажется, что меня никто не понимает.
116. Среди моих знакомых есть люди, которые мне не нравятся.
117. Я легко теряю терпение в общении с людьми.
118. Часто в новой обстановке я испытываю тревогу.
119. Часто мне хочется умереть.
120. Иногда я бываю так возбужден, что мне бывает трудно заснуть.
121. Часто я перехожу на другую сторону улицы, чтобы избежать встречи с тем, кого я увидел.
122. Бывало, что я бросал начатое дело, так как боялся, что я не справлюсь с ним.
123. Почти каждый день случается что-нибудь, что пугает меня.
124. Даже среди людей я чувствую себя одиноким.
125. Я убежден, что существует лишь одно-единственное правильное понимание смысла жизни.
126. В гостях я чаще сижу в стороне и разговариваю с кем-нибудь одним, чем принимаю участие в общих развлечениях.
127. Мне часто говорят, что я вспыльчив.
128. Бывает, что я с кем-нибудь посплетничаю.
129. Часто мне бывает неприятно, когда я пытаюсь предостеречь кого-либо от ошибок, а меня понимают неправильно.
130. Я часто обращаюсь к людям за советом,
131. Часто, даже тогда, когда для меня все складывается все хорошо, я чувствую, что мне все безразлично.

132. Меня довольно трудно вывести из себя.
133. Когда я пытаюсь указать людям на их ошибки или помочь, они часто понимают меня неправильно.
134. Обычно я спокоен и меня нелегко вывести из душевного равновесия.
135. Я заслуживаю сурового наказания за свои проступки.
136. Мне свойственно так сильно переживать свои разочарования, что я не могу заставить себя не думать о них.
137. Временами мне кажется, что я ни на что не пригоден.
138. Бывало, что при обсуждении некоторых вопросов я, obwohl не задумываясь, соглашался с мнением других.
139. Меня весьма беспокоят всевозможные несчастья.
140. Мои убеждения и взгляды непоколебимы.
141. Я думаю, что можно, не нарушая закона, попытаться найти в нем лазейку.
142. Есть люди, которые мне настолько неприятны, что я в глубине души радуюсь, когда они получают нагоняй за что-нибудь.
143. У меня бывали периоды, когда я из-за волнения терял сон.
144. Я посещаю всевозможные общественные мероприятия, потому что это позволяет побывать среди людей.
145. Можно простить людям нарушение правил, которые они считают неразумными.
146. У меня есть дурные привычки, которые настолько сильны, что бороться с ними просто бесполезно.
147. Я охотно знакомлюсь с новыми людьми.
148. Бывает, что неприличная и даже непристойная шутка у меня вызывает смех.
149. Если дело у меня идет плохо, мне сразу хочется все бросить.
150. Я предпочитаю действовать согласно собственным планам, а не следовать указаниям других.
151. Люблю, чтобы окружающие знали мою точку зрения.
152. Если я плохого мнения о человеке или даже презираю его, почти не стараюсь скрыть это от него.

153. Я человек нервный и легко возбудимый.
154. Все у меня получается плохо, не так, как надо.
155. Будущее кажется мне безнадежным.
156. Люди довольно легко могут изменить мое мнение, даже если до этого оно казалось мне окончательным.
157. Несколько раз в неделю у меня бывает чувство, что должно случиться что-то страшное.
158. Чаще всего я чувствую себя усталым.
159. Я люблю бывать на вечерах и просто в компаниях.
160. Я стараюсь уклониться от конфликтов и затруднительных положений.
161. Меня часто раздражает, что я забываю, куда кладу вещи.
162. Приключенческие рассказы мне нравятся больше, чем о любви.
163. Если я захочу сделать что-то, но окружающие считают, что этого делать не стоит, я легко могу отказаться от своих намерений.
164. Глупо осуждать людей, которые стремятся взять от жизни все, что могут.
165. Мне безразлично, что обо мне думают другие.

Опросник содержит 165 вопросов и имеет следующие шкалы:

- «достоверность» (Д);
- «адаптивные способности» (АС);
- «нервно-психическая устойчивость» (НПУ);
- «моральная нормативность» (МН).
- «коммуникативные особенности» (КО)

### **Обработка и интерпретация результатов**

Обработка результатов осуществляется путем подсчета количества совпадений ответов испытуемого с ключом по каждой из шкал. Начинать обработку следует со шкалы достоверности, чтобы оценить стремление обследуемого представить себя в более социально-привлекательном виде. Если обследуемый набирает по шкале достоверности более 10 бал-

лов, результат тестирования следует считать недостоверным и после проведения разъяснительной беседы необходимо повторить тестирование.

### **Ключи к шкалам Многоуровневого личностного опросника «Адаптивность» (МЛО-АМ)**

#### ***Достоверность (Д)***

«Нет» 1, 10, 19, 31, 51, 69, 78, 92, 101, 116, 128, 138, 148

#### ***Адаптивные способности (АС)***

«Да» 4, 6, 7, 8, 9, 11, 12, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 22, 24, 27, 28, 29, 30, 33, 36, 37, 39, 40, 41, 42, 43, 46, 47, 50, 56, 57, 59, 60, 61, 63, 64, 65, 67, 68, 70, 71, 72, 73, 75, 77, 79, 80, 81, 82, 83, 84, 86, 88, 89, 90, 91, 93, 94, 95, 96, 98, 99, 102, 103, 104, 106, 108, 109, 110, 111, 112, 113, 114, 115, 117, 118, 119, 120, 121, 122, 123, 124, 125, 126, 129, 131, 133, 135, 136, 137, 139, 141, 142, 143, 145, 146, 149, 150, 151, 152, 153, 154, 155, 156, 157, 158, 161, 162, 164, 165

«Нет» 2, 3, 5, 13, 23, 25, 26, 32, 34, 35, 38, 44, 45, 48, 49, 52, 53, 54, 55, 58, 62, 66, 74, 76, 85, 87, 97, 100, 105, 107, 127, 130, 132, 134, 140, 144, 147, 159, 160, 163

#### ***Нервно-психическая устойчивость (НПУ)***

«Да» 4, 6, 7, 8, 11, 12, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 28, 29, 30, 37, 39, 40, 41, 47, 57, 60, 63, 65, 67, 68, 70, 71, 73, 75, 80, 82, 83, 84, 86, 89, 94, 95, 96, 98, 102, 103, 108, 109, 110, 111, 112, 113, 115, 117, 118, 119, 120, 122, 123, 124, 129, 131, 135, 136, 137, 139, 143, 146, 149, 153, 154, 155, 156, 157, 158, 161, 162

«Нет» 2, 3, 5, 23, 25, 32, 38, 44, 45, 49, 52, 53, 54, 55, 58, 62, 66, 87, 105, 127, 132, 134, 140

#### ***Коммуникативные особенности (КО)***

«Да» 9, 24, 27, 33, 46, 61, 64, 81, 88, 90, 99, 104, 106, 114, 121, 126, 133, 142, 151, 152

«Нет» 26, 34, 35, 48, 74, 85, 107, 130, 144, 147, 159

#### ***Моральная нормативность (МН)***

«Да» 14, 22, 36, 42, 50, 56, 59, 72, 77, 79, 91, 93, 125, 141, 145, 150, 164, 165

«Нет» 13, 76, 97, 100, 160, 163.

### **3.6. МЕТОДИКА МЕЖЛИЧНОСТНОГО СЕМЕЙНОГО КОНФЛИКТА (МСК)**

**Семейные конфликты** обычно связаны со стремлением людей удовлетворить те или иные потребности или создать условия для их удовлетворения без учета интересов партнера. Это и различные взгляды на семейную жизнь, и нереализованные ожидания и потребности, грубость, неуважительные отношения, супружеская неверность, финансовые трудности и т. д. конфликт, как правило, порождает не одна, а комплекс причин, среди которых условно можно выделить основную — например, неудовлетворенные потребности супругов, среди которых:

1. Конфликты, размолвки, возникающие на основе неудовлетворенной потребности в ценности и значимости своего «Я», угроза чувству достоинства со стороны другого партнера, его пренебрежительное, неуважительное отношение.

2. Конфликты, размолвки, психическое напряжение на основе неудовлетворенных сексуальных потребностей одного или обоих супругов.

3. Психические напряжения, депрессии, конфликты, ссоры из-за неудовлетворенной потребности одного или обоих супругов в положительных эмоциях: отсутствие ласки, заботы, внимания, понимания, юмора, подарков.

4. Конфликты, ссоры, связанные с пристрастием одного из супругов к спиртным напиткам, азартным играм и с другими гипертрофированными потребностями, приводящими к неэкономным и неэффективным, а порой и бесполезным затратам средств семьи.

5. Финансовые разногласия, возникающие на основе преувеличенных потребностей одного из супругов, касающиеся распределения бюджета, содержания семьи, вклада каждого из партнеров в материальное обеспечение.

6. Конфликты, ссоры, размолвки из-за неудовлетворенных потребностей в питании, одежде, в устройстве дома него очага и т. д.

7. Конфликты в связи с потребностью во взаимопомощи, взаимоподдержке, в сотрудничестве по вопросам разделения труда в семье, ведения домашнего хозяйства, ухода за детьми.

8. Конфликты, размолвки, ссоры на почве различия потребностей и интересов в проведении отдыха и досуга, различных хобби.

Среди практических задач, которые в настоящее время приходится решать психологической науке, особое место занимают диагностика и коррекция супружеских затруднений. Процесс развития супружеских отношений и осознание партнерами характера этих отношений не всегда осуществляется одновременно. Авторами методики были выделены три группы семей:

Стабильные — успешно преодолевающие конфликт.

Проблемные — слабо преодолевающие конфликт при наличии позитивной семейной мотивации.

Нестабильные — не преодолевающие конфликт при наличии негативной семейной мотивации.

Если расположить все семьи в континууме «стабильные-нестабильные», то можно отметить, что в полной мере осознание характера взаимоотношений произошло только у пар со сложившимися стабильными и с практически прекратившимися отношениями, т. е. в стабильных и нестабильных семьях. Исследование показало, что в этих типах семей супруги вполне адекватно оценивают сложившиеся у них отношения. У части семей процесс формирования отношений опережает процесс их осознания. Затруднения в развитии супружеских отношений, вызванные нередко психологической и моральной незрелостью вступающих в брак, не всегда адекватно осознаются супругами. Иногда еще развивающиеся отношения субъективно могут восприниматься ими как прекращающиеся, что побуждает определенную часть молодых семей принимать необоснованное решение о прекращении супружеских отношений.

## **НАЗНАЧЕНИЕ**

Супружеский конфликт можно рассматривать на различных уровнях взаимодействия супругов: уровне взаимоотношений (стадия скрытого конфликта) и поведенческом уровне в форме вербального и реального конфликтного поведения (стадия открытого конфликта). На поведенческом уровне конфликтные отношения проблемной семьи в процессе адаптации супругов нестабильной семьи не всегда различаются как самими супругами, так и окружающими. Необходима диагностическая процедура, которая позволила бы отнести супружескую пару к определенной группе семей. Для решения вышеизложенной задачи разработана методика Межличностного Семейного Конфликта (МСК).

**Описание методики.** Методика представляет собой набор 5-балльных шкал, составляющих опросник из 168 пунктов. Их содержание интегрировано в следующих сферах жизнедеятельности семьи: 1) семейные роли; 2) потребность в общении; 3) познавательные потребности; 4) материальные потребности; 5) потребности в защите «Я-концепции»; 6) культура общения; 7) взаимная информированность; 8) уровень моральной мотивации; 9) проведение досуга; 10) частота конфликтов и способы их разрешения; 11) субъективная удовлетворенности каждого супруга своим браком.

В качестве эмпирического референта противоречивости представлений супругов о реализации своих потребностей в разных сферах жизнедеятельности семьи (именно это по мнению авторов является выражением супружеского конфликта) было принято соотношение между их самооценками (С), оценками партнеров (О) и ожиданиями по отношению партнеров (О1).

## **ИНСТРУКЦИИ ИСПОЛНЕНИЯ МЕТОДИКИ**

Супруги независимо друг от друга отвечают на вопросы анкеты.



### Инструкция для заполнения опросника

Прочитайте внимательно следующие утверждения и оцените их справедливость по следующей шкале: а) совершенно не согласен; б) не согласен; в) трудно сказать; г) согласен; д) абсолютно согласен. В бланке ответа отметьте выбранный вами вариант ответа на каждый вопрос. Старайтесь избегать ответа «трудно сказать».

Процедура опроса, как правило, не вызывает затруднений и занимает 30–40 минут.

1. Ваш муж (жена) считает, что в семье необходим хотя бы один ребенок.
2. Вы считаете, что ваш муж (жена) должен (должна) уделять много времени и внимания воспитанию детей.
3. Вы способны поступиться своими интересами ради жены (мужа).
4. Вы по собственной инициативе принимаете участие в ведении домашнего хозяйства.
5. Ваш муж (жена) хороший сексуальный партнер.
6. Вы считаете, что ваш муж (жена) должен (должна) стремиться дома выглядеть также опрятно и привлекательно, как и при посторонних.
7. Вы считаете, что ваш муж (жена) должен (должна) в основном решать вопросы планирования и распределения бюджета семьи.
8. Вы часто обсуждаете с мужем (женой) производственные дела, планы на будущее, прочитанные книги, просмотренные фильмы и т. д.
9. Ваш муж (жена) поддерживает вас в стремлении к духовному росту.
10. Ваш муж (жена) приобретает не то, что ему (ей) хочется иметь, а то, что необходимо для семьи.
11. Ваш муж (жена) должен весь заработок вкладывать в семейный бюджет.
12. Вы никогда не указываете мужу (жене) при посторонних на его недостатки.

13. При возникновении конфликтов ваш муж (жена) старается вежливо и спокойно объяснить вам, в чем, по его мнению, вы не правы.
14. Ваш муж (жена) с удовольствием проводит с вами выходные и праздники.
15. Вы считаете, что супруг (супруга) должен стремиться провести отпуск с семьей.
16. Вы считаете, что супруг (супруга) должен чутко реагировать на изменение состояния вашего здоровья и настроения.
17. Вы всегда стараетесь дать мужу (жене) хороший совет.
18. Семья для вашего мужа (жены) — источник безопасности и покоя.
19. Ваш муж (жена) разделяет ваши интересы и склонности.
20. Ваш муж (жена) поможет вам приготовить ужин, только если сам голоден.
21. Ваш супруг вежливо и культурно разговаривает с вами только при посторонних.
22. Ваш муж (жена) проводит отпуск вместе с вами, так как не может иначе.
23. Ваш супруг удовлетворен своим браком.
24. В вашей семье никогда не бывает ссор, скандалов.
25. Ваш муж (жена) уделяет много времени и внимания воспитанию детей.
26. Вы считаете, что ваш муж (жена) должен иметь представление об интересах, увлечениях и друзьях вашего ребенка.
27. Вы считаете, что супруг ради сохранения хороших отношений в семье должен идти на уступки.
28. Вы выполняете в случае необходимости любые обязанности, не разделяя их на мужские и женские.
29. Ваш супруг стремится дома выглядеть так же опрятно и привлекательно, как и при посторонних.
30. Ваш муж (жена) решает в основном вопросы распределения бюджета семьи.
31. Вы считаете, что муж (жена) должен (должна) в основном решать вопросы распределения домашних нагрузок.

32. Вы стремитесь найти в общении с супругом (супругой) совет, поддержку, эмоциональную разрядку.
33. Вы стремитесь к постоянному духовному росту и самосовершенствованию.
34. Ваш муж (жена) весь заработок вкладывает в семейный бюджет.
35. Вы считаете, что ваш муж (жена) должен (должна) стремиться максимально обеспечивать материальное благополучие семьи.
36. Вы считаете, что супруг не должен употреблять в разговоре с вами бранных и обидных для вас выражений.
37. Для разрешения конфликтов ваш муж (жена) идет на компромисс.
38. Ваш муж (жена) стремится совместно с вами провести отпуск.
39. Ваш супруг чутко реагирует на изменение вашего настроения, здоровья.
40. Вы считаете, что ваш муж (жена) должен (должна) знать о ваших вкусах, интересах, увлечениях.
41. Вы сочувствуете мужу (жене), когда у него (нее) тяжело на душе.
42. У вас улучшается настроение, когда вы идете домой.
43. Ваш муж (жена) придерживается тех же взглядов на воспитание, что и вы.
44. Ваш муж (жена) вежлив с вами, когда нужно от вас что-нибудь получить.
45. Ваш муж (жена) помогает по дому, потому что не хочет вызвать осуждение близких родственников.
46. Ваш муж (жена) принимает активное участие в ведении домашнего хозяйства, так как считает это своим долгом.
47. Ваш муж (жена) ничего не хотел бы изменить в своей семейной жизни.
48. В вашей семье иногда бывают ссоры, скандалы.
49. Ваш муж (жена) имеет представление об интересах и увлечениях, друзьях своего ребенка.
50. Ваш муж (жена) ради сохранения хороших отношений идет на уступки.

51. Вы считаете, что супруг должен считаться с вашими интересами, привычками.
52. Вы пожертвуете своим любимым занятием ради выполнения семейных дел.
53. Вы имеете привлекательную внешность.
54. Ваш супруг в основном решает вопросы распределения домашних дел.
55. Вы считаете, что ваш муж (жена) должен (должна) быть для вас авторитетом во всех сферах семейной жизни.
56. Вы считаете, что ваш муж (жена) должен (должна) с удовольствием общаться с друзьями, ходить в гости, принимать гостей.
57. Вы цените в супруге стремление к духовному росту и самосовершенствованию.
58. Ваш муж (жена) старается максимально обеспечить материальное благополучие семьи.
59. Ваш муж (жена) не употребляет в разговоре с вами бранных и обидных для вас выражений.
60. Вы считаете, что муж (жена) должен уметь внимательно, не перебивая, слушать.
61. Ваш муж (жена) старается избежать конфликта любыми средствами: перевести разговор на другую тему, не отвечать на грубости, выйти в другую комнату.
62. Вы стараетесь все свободное время проводить в кругу семьи.
63. Ваш муж (жена) знает о ваших интересах, вкусах, увлечениях.
64. Вы считаете, что супруг должен знать, что для вас самое главное в жизни, к чему вы стремитесь.
65. Вы считаете, что супруг должен поддерживать вас в трудную минуту.
66. Общение с мужем (женой) приносит вам радость, удовлетворение.
67. Вы придерживаетесь тех же взглядов на воспитание, что и жена (муж).
68. Ваш муж (жена) проведет отпуск вместе с семьей только при случайном стечении обстоятельств.

69. Ваш муж (жена) проводит отпуск вместе с вами, чтобы не прослыть плохим мужем (женой).
70. Ваш муж (жена) вежливо и культурно разговаривает с вами, так как просто не может вести себя иначе.
71. Ваш муж (жена) не хотел бы иметь другого брачного партнера.
72. В Вашей семье часто бывают ссоры, скандалы.
73. Вы считаете, что в семье необходим хотя бы один ребенок.
74. Ваш муж (жена) считается с вашими интересами, вкусами, привычками.
75. Вы считаете, что супруг должен поступаться своими интересами ради семьи.
76. Вы считаете, что супруг должен активно участвовать в домашних делах.
77. Вы хороший сексуальный партнер.
78. Ваш супруг(а) является для вас авторитетом во всех отношениях.
79. Ваш муж (жена) любит общаться с друзьями, приглашать гостей, ходить к ним.
80. Вы считаете, что супруги должны обсуждать планы на будущее, свои дела, книги, кинофильмы и т. п.
81. Вы поддерживаете в муже (жене) стремление к духовному росту.
82. Вы приобретаете не то, что вам хочется, а то, что нужно семье.
83. Ваш муж (жена) всегда может внимательно, не перебивая, выслушать вас.
84. Вы считаете, что супруги не должны при посторонних указывать друг другу на недостатки.
85. Чтобы настоять на своем, ваш муж (жена) может долго не разговаривать.
86. Вы с удовольствием проводите с семьей выходные и праздники.
87. Ваш супруг знает, что для вас самое главное в жизни, к чему вы стремитесь.
88. Ваш муж (жена) старается вас поддержать в трудную минуту.

89. Супруг должен всегда дать хороший совет.
90. Семья для вас — источник безопасности и покоя.
91. Вы разделяете интересы и склонности мужа (жены).
92. Вы поможете мужу (жене) приготовить еду, только если сильно голодны.
93. Вы вежливо и культурно разговариваете с женой (мужем) только при посторонних.
94. Вы проводите отпуск с семьей, так как не представляете себе другого отдыха.
95. Вы удовлетворены своей семейной жизнью.
96. При возникновении конфликта вы стараетесь вежливо и спокойно объяснить жене (мужу) ее (его) неправоту.
97. Вы уделяете много времени и внимания воспитанию детей.
98. Ваш муж (жена) способен поступиться своими интересами ради вас.
99. Ваш супруг активно участвует в ведении домашнего хозяйства.
100. Вы считаете, что супруги должны выполнять любые домашние обязанности.
101. Вы стараетесь дома выглядеть не хуже, чем при посторонних.
102. Вы в основном решаете вопросы планирования бюджета семьи.
103. Ваш муж (жена) часто обсуждает с вами планы на будущее, производственные дела, прочитанные книги, кинофильмы и т. д.
104. Супруги должны находить в общении друг с другом совет, поддержку.
105. Вы считаете, что супруг должен постоянно стремиться к духовному росту.
106. Вы весь свой заработок вкладываете в семейный бюджет.
107. Ваш муж (жена) не указывает вам при посторонних на ваши недостатки.
108. Ваш муж (жена) доказывает свою правоту вплоть до применения силы.
109. Вы стремитесь провести отпуск совместно с мужем (женой).

110. Вы чутко реагируете на изменение настроения, здоровья у жены (мужа).
111. Ваш муж (жена) всегда даст вам хороший совет.
112. Вы считаете, что супруги должны сочувствовать, сопереживать друг другу.
113. Ваше возвращение с работы должно приносить радость жене (мужу).
114. Вы считаете, что супруги должны разделять интересы и склонности.
115. Вы проведете отпуск с семьей только при случайных обстоятельствах.
116. Вы помогаете по дому, так как боитесь осуждения близких.
117. Вы считаете, что супруги должны вежливо и спокойно объяснять друг другу, в чем они не правы.
118. Вы не можете не принимать участие в ведении домашнего хозяйства.
119. Вы не хотели бы ничего изменить в своей жизни.
120. Для разрешения конфликта вы идете на компромисс.
121. Вы знаете об интересах, вкусах, увлечениях, друзьях своего ребенка.
122. Ради сохранения хороших отношений вы идете на уступки.
123. Ваш муж (жена) при необходимости выполняет и «мужские» и «женские» дела.
124. Вы считаете, что супруги могут жертвовать своими личными делами ради семьи.
125. Вы считаете, что муж (жена) должен иметь привлекательную внешность.
126. Вы решаете в основном вопросы распределения домашних нагрузок.
127. Ваш муж (жена) стремится найти в общении с вами поддержку, совет.
128. Ваш муж (жена) стремится к постоянному духовному росту.
129. Вы считаете, что супруги должны ценить друг в друге стремление к постоянному духовному росту, самоусовершенствованию.

130. Вы стараетесь максимально обеспечить материальное благополучие семьи.
131. Вы не употребляете бранных и обидных для мужа (жены) выражений.
132. Вы считаете, что супруги для разрешения конфликта должны идти на компромисс.
133. Вы считаете, что супруги свободное время должны проводить в семье.
134. Вы знаете об интересах, вкусах, увлечениях своего мужа (жены).
135. Ваш муж (жена) сочувствует, сопереживает вам, когда вам тяжело,
136. У вашего мужа (жены) улучшается настроение, когда он (она) идет домой.
137. Вы считаете, что супруги должны избегать конфликтов любыми средствами: перевести разговор на другую тему, не отвечать на грубости, выйти.
138. Вы считаете, что супруги должны получать от общения радость.
139. Вы считаете, что у супругов должны быть общие взгляды на воспитание.
140. Вы вежливы с женой (мужем), когда хотите что-либо получить.
141. Вы проводите отпуск с семьей, чтобы не прослыть плохим мужем (женой).
142. Вы всегда вежливо и культурно разговариваете с мужем (женой).
143. Вы считаете, что семья не может существовать без ссор и скандалов.
144. Вы стараетесь избежать конфликта любыми средствами.
145. Вы считаете, что хороший муж (жена) непременно хочет иметь детей.
146. Вы считаетесь с интересами, привычками, вкусами вашей жены (мужа).
147. Ваш муж (жена) жертвует своим любимым занятием ради семейных дел.
148. Ваш муж (жена) имеет привлекательную внешность.



149. Вы считаете, что супруги должны быть хорошими сексуальными партнерами.
150. Вы доказываете свою правоту любыми способами вплоть до применения грубой силы.
151. Вы являетесь для мужа (жены) авторитетом во всех семейных вопросах.
152. Вы с удовольствием общаетесь с друзьями, принимаете гостей.
153. Ваш муж (жена) ценит в вас стремление к духовному росту.
154. Вы считаете, что в семье могут иногда бывать ссоры, скандалы.
155. Вы считаете, что в первую очередь надо приобретать то, что надо семье.
156. Вы всегда можете внимательно, не перебивая, выслушать мужа (жену).
157. Для того, чтобы настоять на своем, можно долго не разговаривать с мужем (женой).
158. Ваш муж (жена) все свободное время старается проводить в кругу семьи.
159. Вы знаете, что для вашего мужа самое главное в жизни, к чему он (она) стремится.
160. Вы стараетесь поддержать мужа (жену) в трудную минуту, одобрить его (ее).
161. Вы считаете, что супруги должны выходные и праздники проводить с семьей.
162. Чтобы настоять на своем, вы способны долго не разговаривать с мужем (женой).
163. Вашему мужу (жене) общение с вами приносит радость, удовлетворение.
164. Семья должна быть для мужа (жены) источником безопасности и покоя.
165. Вы считаете, что нужно свою правоту доказывать любыми средствами, вплоть до применения грубой силы.
166. Вы считаете, что в семье никогда не должно быть ссор, скандалов.
167. Вы считаете, что супруги должны поддерживать друг в друге стремление к духовному росту и совершенствованию.

168. Вы не мыслите себе семейной жизни с другим брачным партнером.

### Обработка и интерпретация результатов

Каждому варианту ответа соответствует оценка в баллах:

а) совершенно не согласен — 2

б) не согласен — 1

в) трудно сказать 0

г) согласен 1

д) абсолютно согласен 2

Затем составляется сводная таблица результатов.

Таблица № 1

Образец сводной таблицы результатов

Номера пунктов	Название блока	Анкета мужа			Анкета жены			Кр	Кз	Ук	ИСМ
		Ож	См	О1ж	Ом	Сж	О1м				

Примечания к таблице:

Ож — оценка жены мужем

См — самооценка мужа

О1 ж — ожидания мужа по поводу жены

Ом — оценка мужа женой

Сж — самооценка жены

О1м — ожидания жены по поводу мужа

Таблица № 2

**Типы соотношения (структур) оценки партнера, ожиданий по поводу партнера и самооценки, характеризующие наличие или отсутствие супружеского конфликта**

Типы соотношений	Значение показателей			Наличие или отсутствие конфликта
	оценка партнера (О)	ожидания по поводу партнера (О1)	самооценка (С)	
1	—	+	+	есть
2				
3				
4				
5				

Полученные результаты анализируются с помощью разностного (Кр) и знакового (Кз) критериев. Разностный критерий (Кр) измеряется с помощью сравнения соотношения значений взаимных оценок, самооценок и ожиданий супругов с нормативными типами соотношений (см. табл. 2). Совпадение эмпирических соотношений с нормативными выявляет наличие или отсутствие конфликта между супругами, а также указывает на сферу жизнедеятельности семьи, где имеет место открытый конфликт. О наличии открытого конфликта между супругами свидетельствуют прежде всего отрицательные оценки, особенно взаимные.

Для нестабильных супружеских пар характерны сочетания конфликтных структур, для проблемных — сочетания конфликтных и бесконфликтных, а для стабильных — сочетания только бесконфликтных структур оценок.

Знаковый критерий (Кз) характеризует знак соотношения между показателями О и О1, О и С. Превышение уровня самооценок и уровня ожиданий над уровнем взаимных оценок, т. е. отрицательная величина полученного значения, свидетельствует о наличии скрытого конфликта.

### Ключ к обработке данных

Таблица № 3

Но- мера группы вопро- сов	Номе- ра под- группы вопро- сов	Содержание оценки	Номера пунктов опросника		
			Оценка	Само- оценка	Ожидания
			О	С	О1
1		Роли:			
	1	Мать-отец	1 25 49	73 97 121	2 26 145
	2	Муж-жена	50 74 98	3 122 146	27 51 75
	3	Хозяин-хозяй- ка	99 123 147	4 28 52	76 100 124
	4	Мужчина-жен- щина	5 29 149	53 77 101	6 125 149
2	5	Глава семьи	30 54 78	102 126 151	7 31 55

3	6	Общение	79 103 127	8 32 152	56 80 104
4	7	Познание	9 128 153	33 57 81	105 129 167
5	8	Материальные потребности	10 34 58	82 106 130	11 35 155
6	9	Культура общения	59 83 107	12131 156	36 60 84
7	10	Досуг	14 38 158	62 86 109	15 133 161
8	11	Информированность	39 63 87	110 134 159	16 40 64
9		Защита			
		«Я-концепции»			
	12	Поддержка	88 111 135	17 41 160	65 89 112
	13	Эмоциональный комфорт	18 136 163	42 66 90	113 138 164
	14	Согласие	19 43 39	67 91 110	16 139 114
10		Уровень моральной мотивации:			
	15	Непосредственная ситуация	20 44 68	92 115 140	
	16	Внешний контроль	21 45 69	93 116 141	
	17	Внутренний контроль	22 46 70	94 118 142	
11	18	Удовлетворенность браком	23 47 71	95 1119 168	
12		Частота конфликтов:			
		никогда	24		166
		иногда	48		154
		часто	72		

13	Способы разрешения конфликтов:			
	объяснение	13	96	117
	компромисс	37	120	132
	отказ	61	144	137
	бойкот	85	162	157
	Применение силы	108	150	165

Степень конфликтности супругов, таким образом, зависит как от наличия открытого, так и скрытого конфликтов между ними, что определяется нами как уровень конфликтности (Ук) и измеряется в виде суммы двух вышеупомянутых эмпирических критериев — знакового и разностного. Данный показатель измеряет не только степень выраженности конфликтности в поведении супругов, но и степень готовности к конфликтам («потенциальные конфликты»). Следует иметь в виду, что сферы жизнедеятельности семьи, содержащие конфликтные структуры, анализируются и описываются как конфликтогенные зоны, а сферы, в которых оцениваются скрытые конфликты — как зоны потенциального конфликта.

В качестве дополнительного показателя может также рассчитываться индекс симметрии (Исм), который рассчитывается как отношение симметричных для супругов «конфликтных» и «бесконфликтных» структур к общему количеству структур, выявленных во всех сферах жизнедеятельности семьи.

Кроме вышеперечисленных показателей, определяется общий уровень взаимных оценок, самооценок и ожиданий супругов. Для этого рассчитываются среднеарифметические значения показателей О, О1 и С по следующим блокам: 1, 3, 4, 5, 6, 8, 9. При этом следует иметь в виду следующее. Блок вопросов «Роли» включает несколько подгрупп (см. таблицу № 3), поэтому при обработке результатов анкеты используется среднее значение показателей по этим пунктам.

Аналогично обрабатываются результаты по блоку «Потребность в защите Я — концепции».

Показатели О, О1 и С по блоку «уровень моральной мотивации» рассчитывается несколько иначе. Сумме данных по подгруппам №№ 15, 16, 17 приписывается обратный знак. Например, если показатель самооценки в этих подгруппах равен соответственно -2, -3, +3 баллов, то окончательная оценка будет равна +2 балла, и наоборот, если имеется ряд показателей +2, +1, -2, то окончательная сумма -1 балл.

Блоки жизнедеятельности семьи «Глава семьи», «Досуг» и «Удовлетворенность браком» анализируется только содержательно и используются в качестве дополнительной информации при интерпретации полученных результатов.

Кроме того, могут дополнительно рассчитываться показатели уровня моральной мотивации, степени удовлетворенности браком, частоты и способов разрешения конфликтов.

## **АНАЛИЗ И ИНТЕРПРЕТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ**

Супружеская пара характеризуется в следующей последовательности.

I. Определяется тип супружеской пары (стабильная, нестабильная, проблемная). С этой целью:

- 1) анализируется соотношение О, О1 и С;
- 2) вычисляется Исм;
- 3) рассматривается соотношение О и С;
- 4) рассматривается соотношение О и О1;
- 5) анализируется средний уровень О, С и О1;
- 6) определяется уровень конфликтности;
- 7) анализируется уровень моральной мотивации;
- 8) анализируется степень удовлетворенности браком.

II. Выявляются особенности потребностных сфер супругов и их сочетания в данной диаде. Для этого изучается иерархия потребностных сфер супругов, а также степень удовлетворенности в браке их ведущих потребностей.

III. Оценивается конфликтность супружеской пары. С этой целью определяются конфликтогенные зоны; частота конфликтов между супругами и способы их разрешения.

Анализ полученных данных позволяет оценить характер супружеских отношений в данной семье, личностные особенности супругов, наличие конфликтов и специфику их проявления в различных сферах жизнедеятельности семьи. Рассмотрим более детально психологическое содержание данных, полученных с помощью методики МСК.

**Оценка, самооценка и ожидания — эмпирические показатели характера супружеских отношений.** Следует исходить из предположения, что супружеский конфликт возникает в результате неудовлетворенности потребностей супругов в различных сферах жизнедеятельности семьи. Для возникновения конфликта существенное значение имеет противоречивость потребностей, а также те ожидания, которые сформировались у супругов к моменту вступления в брак, т. е. конфликт между ними возникает в результате противоречивости представлений супругов относительно реализации собственных потребностей, потребностей партнера и рассогласования этих представлений с ожиданиями по отношению к партнеру.

**Некоторые соотношения О, О1 и С, обозначенные как конфликтные и бесконфликтные структуры.** Высокая взаимная оценка партнеров независимо от уровня ожиданий и уровня самооценки обоих супругов свидетельствует о позитивной направленности их взаимоотношений. При этом не исключены и негативные оценки партнеров в отдельных сферах жизнедеятельности семьи, но это не оказывает существенного влияния на общий уровень оценок партнеров. Последний является показателем конструктивного способа решения возникающих в этих диадах конфликтов. Он помогает супругам выработать единые позиции и способствует успешному развитию межличностных отношений в семье.

Отрицательные оценки партнера при наличии высокой самооценки и высокого уровня ожиданий к супругу свидетельствуют в основном о серьезном нарушении взаимоотношений, их общей негативной направленности, деструктивном характере конфликтов.

Низкий уровень взаимных оценок при наличии высокого уровня ожиданий в сочетании с низким уровнем самооценки больше присущ разрушающимся, чем развивающимся супружеским отношениям. Можно предположить, что низкая самооценка одного из супругов, т. е. признание самого себя плохим брачным партнером, может быть связана не с отрицанием возможности удачной семейной жизни вообще, а с дисгармонией в данной брачной диаде.

**Согласованность представлений супругов в семейной жизни.** Представления о характере семейных взаимоотношений, причинах и основных сферах проявления конфликта очень часто не совпадают у обоих супругов. В качестве эмпирического показателя этого процесса используется Индекс симметрии (Исм). Исследования показывают, что симметричность ответов в большей степени присуща стабильным и нестабильным семьям, чем проблемным, причем для первых характерна симметричность бесконфликтных структур, а для вторых — конфликтных. При этом высокая степень согласованности (симметричности) представлений супругов друг о друге и о своей семейной жизни свидетельствует об адекватности осознания супругами как позитивного, так и негативного характера своих отношений. Рассогласование этих представлений в основном присуще семьям с неустойчивыми отношениями, а также семьям в период взаимной адаптации.

Таким образом, величина Исм является **показателем устойчивости характера** отношений между супругами (чем ближе его значение к единице, тем выше устойчивость отношений), а его знак «+» или «-» (симметричность конфликтных или бесконфликтных структур) отражает позитивный или негативный характер отношений, т. е. принадлежность данной семьи к группе стабильных или нестабильных семей. Приближение значения Исм к нулю независимо от его знака является показателем проблемности отношений между супругами в данной семье.

**Соотношение оценок и самооценок.** Как уже было отмечено, наличие отрицательных взаимных оценок супругов сви-



детельствует о переходе конфликтов на поведенческий уровень (открытый конфликт). Конфликт может развиваться на уровне взаимоотношений супругов (в виде неудовлетворенности ими), не проявляясь некоторое время непосредственно в их поведении (скрытый конфликт). Такие конфликты могут возникать за счет недостаточной степени удовлетворения супругами в браке своих основных потребностей, низкого уровня взаимопонимания и низкой степени взаимной адаптации. Эмпирически это выражается в преобладании уровня самооценок над уровнем взаимных оценок (даже при отсутствии отрицательных оценок). В свою очередь равные или более высокие взаимные оценки супругов относительно их самооценок соответствуют позитивным супружеским отношениям, отражают чувство любви и взаимопонимания в семье, внимательное и чуткое отношение к брачному партнеру. Превышение самооценки над оценкой партнера свидетельствует о высокой автономности супругов, переходящей во взаимное отчуждение, неадекватной требовательности к партнеру.

Таким образом, положительная величина разности между оценками супругов и их самооценками характеризует позитивный характер отношений и присуща в большей степени стабильным семьям, а отрицательная величина характерна для проблемных и нестабильных семей.

Максимального различия величина оценок и самооценок достигает в нестабильных семьях, что согласуется с результатами проведенного исследования: в разрушающихся браках положительная самооценка брачных партнеров сочетается с их отрицательными взаимными оценками.

**Соотношение оценок и ожиданий.** Напряженность в межличностных отношениях, которая может привести к переходу конфликта на поведенческий уровень, возникает также вследствие рассогласования уровня взаимных оценок и ожиданий супругов.

Самый высокий уровень ожиданий имеет место в нестабильных семьях, где он сочетается с самым низким из всех трех групп семей уровнем взаимных оценок. Взаимоотношения супругов в проблемных семьях характеризуются болес

высокими взаимными оценками и более низким уровнем ожиданий. Однако уровень их ожиданий значительно превосходит уровень взаимных оценок супругов.

Стабильные семьи характеризуются превышением уровня взаимных оценок над уровнем ожиданий к партнеру. В этих семьях к моменту вступления в брак у супругов сложилась достаточно гибкая система брачных ожиданий, ясно осознаются достоинства данного партнера и ценность конкретного брака.

Как уже указывалось выше, соотношение  $O$ ,  $O1$  и  $C$ , вычисление знаков разностей  $O-C$ ,  $O-O1$  необходимо для выяснения вопроса о сферах возникновения и проявления конфликтов в данной супружеской паре. Для диагностики степени конфликтности в семье оценивается показатель — уровень конфликтности ( $Ук$ ). Вместе с  $Исм$  и уровнем удовлетворенности браком (оценкой самими супругами удовлетворенности своими семейными отношениями)  $Ук$  позволяет определить тип обследуемой семьи (см. табл. 4).

Таблица 4

Тип семьи	Показатели								
	Ож	Сж	О1ж	Ом	См	О1м	Исм	Ук	Удовлетворенность
Стабильные	4,6	3,9	4,1	4,0	4,3	3,8	+0,9	25	3,0
Проблемные	2,1	2,7	3,5	1,7	2,5	3,5	-0,05	60	1,0
Нестабильные	2,1	3,5	4,3	0,9	2,4	4,3	-0,2	50	-0,4

*Примечание к таблице:* Ож, Сж и О1 ж — показатели жены; Ом, См и О1м — показатели мужа.

### 3.7. ШКАЛА ОПРЕДЕЛЕНИЯ СОПЕРНИЧЕСТВА МЕЖДУ ДЕТЬМИ

Соперничать — то же, что состязаться.

#### НАЗНАЧЕНИЕ

О степени ревности к младшему брату (младшей сестре) и о соперничестве между детьми можно судить по опрос-

нику, предназначенному для детей дошкольного, младшего школьного и среднего школьного возрастов.

### **Инструкция**

На каждый пункт опросника ребенок должен конкретно ответить да или нет.

Если бы от тебя зависело, то ты...

1. Всегда бы играл(ла) с младшим братом (сестрой) — да, нет.
2. Отдавал(а) бы ему (ей) свои самые лучшие игрушки — да, нет.
3. Брал(а) бы его (ее) с собой на прогулку — да, нет
4. Защищал(а) бы его (ее) во дворе — да, нет.
5. Ухаживал (а) бы за ним (ней) — да, нет.
6. Хвалил бы его (ее) маме и папе — да, нет.
7. Радовался бы, что он (она) у тебя есть — да, нет.
8. Сидел бы с ним (ней) дома, чтобы он (она) не оставался(лась) один (одна) — да, нет.
9. Читал бы ему (ей) сказки — да, нет.
10. Отводил (а) бы его (ее) в детский сад или в школу — да, нет.

### **ОБРАБОТКА И ИНТЕРПРЕТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ**

После ответа на все вопросы подсчитайте общее количество ответов «да» и ответов «нет». Чем больше будет ответов «нет», тем ревнивее относится ребенок к своему младшему брату или младшей сестре. Особенно неблагоприятна ситуация для ребенка, когда число ответов «нет» превышает 6, или 60 %.

О степени ревности к старшему брату (старшей сестре) и о соперничестве между детьми можно судить по опроснику, предназначенному для детей различного возраста (начиная с дошкольного).

### **Инструкция**

На каждый пункт опросника ребенок должен конкретно ответить да или нет.

Если бы от тебя зависело, то ты...

1. Гордился(лась) бы тем, что у тебя есть старший брат (сестра) — да, нет.
2. Брал(а) бы всегда с него (нее) пример — да, нет.
3. Дружил(а) бы с ним (нею) как с лучшим другом — да, нет.
4. Всем бы рассказывал (а), что у тебя есть старший брат (сестра) — да, нет.
5. Хвалил(а) бы его (ее) маме и папе — да, нет.
6. Не мешал(ла) бы ему (ей) делать уроки — да, нет.
7. Не жаловался(лась) бы на него (нее) маме и папе — да, нет.
8. Помогал(ла) б ему (ей) выполнять все по дому — да, нет.
9. Делился(лась) бы с ним (нею) всем самым вкусным — да, нет.
10. Отдавал(ла) бы ему (ей) все самое лучшее — да, нет.

### **ОБРАБОТКА И ИНТЕРПРЕТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ**

После ответа на все вопросы, как и в предыдущем опроснике, подсчитайте общее количество ответов «да» и ответов «нет». Чем больше будет ответов «нет», тем с большим чувством ревности относится ребенок к своему старшему брату или старшей сестре.

Особенно неблагоприятная ситуация для ребенка, когда число ответов «нет» больше 6 или 60 %.

## **3.8. ШКАЛА САМООЦЕНКИ РЕБЕНКА**

**Самооценка** — оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей. Относясь к ядру личности, она является важным регулятором поведения. От самооценки зависят взаимоотношения человека с окружающими, его критичность, требовательность к себе, отношение к успехам и неудачам. Тем самым она влияет на эффективность деятельности и дальнейшее развитие личности.

Самооценка тесно связана с уровнем притязаний человека — степенью трудности целей, которые он себе ставит. Расхождение между притязаниями и реальными возможностями ведет к тому, что человек начинает неправильно себя оценивать, в результате его поведение становится неадекватным — возникают эмоциональные срывы, повышенная тревожность и пр.

Самооценка внешне выражается в том, как человек оценивает возможности и результаты деятельности других (например, принижает их при завышенной самооценке).

### **Назначение**

Методика позволяет выявить направления самооценки ребенка.

### **Инструкция**

Попросите ребенка правдиво ответить на поставленные перед ним вопросы.

#### **I. Чем я отличаюсь от других детей и моих сверстников?**

- 1) хуже
- 2) толще
- 3) выше ростом
- 4) ниже ростом
- 5) некрасивее
- 6) красивее
- 7) глупее
- 8) умнее, способнее
- 9) трусливее
- 10) смелее
- 11) жаднее
- 12) добрее
- 13) чаще лгу
- 14) правдивее
- 15) знаю плохие слова
- 16) чаще дерусь
- 17) чаще болею
- 18) здоровее

- 19) имею больше друзей
  - 20) имею меньше друзей
  - 21) играю с детьми младше меня (себя)
  - 22) играю с детьми старше меня (себя)
  - 23) жалею, что я мальчик
  - 24) жалею, что я девочка
- II. Что меня больше всего беспокоит во мне**

- 1) неуклюжесть
- 2) косолапость
- 3) кривые ноги
- 4) сутулая спина
- 5) косоглазие
- 6) близорукость
- 7) большие уши
- 8) тугоухость
- 9) заикание
- 10) тики
- 11) энурез
- 12) что я левша
- 13) другие физические недостатки

**III. Надо мной насмеются дети из-за того, что я**

- 1) больше их фантазирую
- 2) боюсь темноты
- 3) боюсь остаться один
- 4) хуже всех рисую
- 5) хуже всех танцую
- 6) хуже всех пою
- 7) хуже всех пишу
- 8) хуже всех читаю
- 9) хуже всех считаю
- 10) хуже всех занимаюсь на физкультуре
- 11) не умею играть в те игры, в которые играют они

После ответа на все пункты шкалы необходимо выяснить у ребенка:

- 1. Часто ли хвалят ребенка
- 2. Часто ли ругают ребенка
- 3. Часто ли дразнят ребенка другие дети

## **ОБРАБОТКА И ИНТЕРПРЕТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ**

Если малыш уверен в том, что он отличен от других ровесников и сверстников только по первому разделу предлагаемой шкалы, а два последующих не касаются его, причем отличен лишь по самым ценным качествам и свойствам, превосходя по ним всех остальных детей, самооценка его высока.

Если малыш способен адекватно оценивать свои достоинства и недостатки по всех разделам предлагаемой шкалы и не заикливаться на предполагаемых дефектах, самооценка его соответствует действительности.

Если ребенок видит в себе только недостатки, наклеивая сам себе ярлык неполноценности, считая, что является мишенью для насмешек, самооценка его ниже нормы и может стать источником психического дискомфорта, а от него рукой подать до стресса.

## **3.9. ДИАГНОСТИКА ТРЕВОЖНЫХ СОСТОЯНИЙ У ДЕТЕЙ (CMAS)**

**Тревожность** (готовность к страху) — состояние целесообразного подготовительного повышения сенсорного внимания и моторного напряжения в ситуации возможной опасности, обеспечивающее соответствующую реакцию на страх. Склонность индивида к переживанию тревоги, характеризующаяся низким порогом возникновения тревоги; один из основных параметров индивидуальных различий.

В целом тревожность — это субъективное проявление неблагополучия личности. Она обычно повышена: 1) при заболеваниях нервно-психических и тяжелых соматических; 2) у здоровых людей, переживающих последствия психической травмы; 3) у многих групп людей с отклоняющимся поведением.

Исследования тревожности направлены на различение: 1) тревожности ситуативной — связанной с конкретной

внешней ситуацией; 2) тревожности личностной — стабильного свойства личности.

Также разрабатываются методы анализа тревожности как результата взаимодействий личности и ее окружения.

### **НАЗНАЧЕНИЕ**

Предлагаемый вариант «Шкалы явной тревожности» для детей содержит так же, как и оригинал теста, 53 вопроса, 42 из которых ориентированны на выявление различных показателей тревожности и 11 — на диагностику тенденций ребенка искажать свои ответы в пользу социальной желательности. К каждому вопросу шкалы дается два ответа: «верно» или «неверно».

Поскольку методика диагностирует явную, а не маскируемую, отчетливо осознаваемую самим ребенком тревожность, то высказывания, входящие в шкалу, содержат указания на проявления наиболее очевидных, сильных симптомов тревожности. При этом спецификой детской «Шкалы явной тревожности», в отличие от взрослого варианта — шкалы Дж. Тейлор, — является то, что все эти симптомы представлены в утвердительных высказываниях, т. е. ребенок должен признать у себя их наличие, ответив «верно». Высказывания, составляющие L-шкалу, подразумевают как положительные, так и отрицательные ответы.

Методика предъявляется детям на индивидуальных бланках. С детьми 8—9 лет методику следует проводить индивидуально, со школьниками 10—12 лет она может проводиться в группах, с соблюдением всех стандартных правил группового обследования.

При индивидуальном проведении методики с детьми младшего возраста (8 лет), испытывающими трудности в чтении, может быть использован устный способ предъявления: психолог зачитывает ребенку каждый пункт и фиксирует его ответ. После индивидуального заполнения шкалы целесообразно попросить ребенка отметить те проявления тревожности, которые наиболее часто у него встречаются, и те, которые в наибольшей степени мешают ему, «мучают»



его. Следует отметить, что вопросы о причинах выбора того или иного варианта ответа обычно оказываются малоинформативными.

При групповом проведении необходимо предложить инструкцию, которая обычно дается перед проведением коллективных тестов, после чего предложить детям ознакомиться с инструкцией к методике, предъявленной на бланке, и продемонстрировать пример выполнения, используя образцы, даваемые на бланке. При групповом тестировании нельзя использовать вариант чтения психологом высказываний вслух, так как многие из них носят интимный характер, и их чтение может вызвать в группе нежелательную реакцию.

Примерное время заполнения методики — 15–20 минут.

Применение теста хорошо зарекомендовало себя при решении следующих практических задач:

- а) выявление «групп риска» с точки зрения сохранения и профилактики здоровья детей;
- б) профилактика «срывов», связанных с экзаменационными, конкурсными, соревновательными и др. условиями, предъявляющими повышенные требования к нервно-психическому состоянию ребенка;
- в) выявление причин школьной дезадаптации;
- г) в психогигиенических целях — для определения оптимального расписания занятий, режима труда и отдыха, общей и учебной нагрузки и т. п.;
- д) при анализе факторов, связанных с повышенной утомляемостью ребенка, нарушениями сна и др.;
- е) при определении целесообразности посещения ребенком группы продленного дня.

## **УКАЗАНИЯ К ОБРАБОТКЕ**

### ***1. Предварительный этап***

1. Посмотреть бланк и убедиться, что он заполнен правильно (нет пропусков и двойных ответов на вопрос, т. е. тех случаев, когда в ответ на вопрос подчеркнуто и «верно» и «неверно»). В тех случаях, когда у испытуемого ошибочно заполнен лишь один пункт (вне зависимости от характера

ошибки), шкала может обрабатываться на общих основаниях. Если же ошибок больше одной, то методику обрабатывать нецелесообразно. Следует обратить внимание на детей, которые пропускают или дают двойной ответ на пять или более пунктов шкалы. В значительной части случаев это свидетельствует о затрудненности выбора, принятия решения, попытках уйти от ответа, т. е. являются показателями тревожности.

2. Отобрать бланки, на которых все ответы одинаковы (только «верно» или «неверно»). Как уже отмечалось, в данном варианте шкалы симптомы тревожности даны только в утвердительных высказываниях (ответ «верно»), что создает при обработке трудности, связанные с возможным смещением собственно тревожности и тенденции к стереотипности, которая встречается у младших школьников.

Определенным фактором контроля здесь могут служить ответы на «шкалу лжи», которая предполагает оба варианта ответов. В случае одинаковых ответов на все вопросы, полученный результат оказывается сомнительным. Его следует особенно тщательно проконтролировать с помощью других, независимых методов.

## **II. Основной этап**

1. Подсчитываются данные по шкале «лжи», или «искаженного представления о себе».

### **Ключ к шкале «лжи»**

Номера пунктов шкалы	
Ответы «верно»	Ответы «неверно»
5, 12, 21, 30, 34, 36	10, 41, 47, 49, 52

Как обычно, высокие баллы по шкале «лжи» (9 и более) делают достоверность ответов сомнительной.

2. Подсчитываются баллы по шкале тревожности — ответы «верно» на пункты шкалы: 1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 18, 19, 20, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 31, 32, 33, 35, 37, 38, 39, 40, 42, 43, 44, 45, 46, 48, 50, 51, 53 — т. е. пункты, не вошедшие в шкалу «лжи». Полученная сумма баллов представляет собой первичную, или «сырую» оценку.

3. Первичная оценка с помощью таблицы 1, в которой представлены нормативные данные, переводится в шкальную — «стен». Для этого данные испытуемого сопоставляют с нормативными данными группы детей соответствующего возраста и пола.

4. На основании полученной шкальной оценки («стена») с помощью таблицы 2 делается вывод об уровне тревожности испытуемого.

Таблица 1

## Перевод «сырых» баллов в «стены»

Половозрастные группы (результаты в баллах)						
Стены	8–9 лет		10–11 лет		12 лет	
	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики
1	0	0–1	0–3	0–2	0–5	0–6
2	1–3	2–4	4–7	3–6	7–9	6–8
3	4–7	5–7	8–10	7–9	10–13	6–8
4	8–11	8–11	11–14	10–13	14–16	12–14
5	12–15	12–14	15–18	14–16	17–20	15–17
6	16–19	15–17	19–21	17–20	21–23	18–20
7	20–22	18–20	22–25	21–23	24–27	21–22
8	23–26	21–23	26–28	24–27	28–30	23–25
9	27–30	24–26	29–32	28–30	31–33	26–28
10	31 и более	27 и более	33 и более	31 и более	34 и более	29 и более

Таблица 2

## Данные по вопросам стандартизации.

## Средние показатели по половозрастным выборкам (Xd)

Половозрастные выборки						
Показатели	8–9 лет		10–11 лет		12 лет	
	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики
X	14,80	13,67	17,65	16,24	19,67	16,73
d	7,62	6,23	7,22	7,03	6,87	5,72
Кол-во испытуемых	147	136	128	151	143	135

*Примечание:* Объединение групп детей 8 и 9, а также 10 и 11-летнего возраста в единые возрастные выборки связано с тем, что в обоих случаях не обнаружено статистически значимых различий ни в подгруппе девочек, ни в подгруппе мальчиков.

## Инструкция

На следующих страницах напечатаны предложения. Около каждого из них два слова — верно и неверно. Решать, верно или нет то, о чем говорится в предложении, ты будешь сам. В предложениях описаны события, случаи, переживания. Внимательно прочти каждое предложение и реши, верно ли оно по отношению к тебе. Если да, подчеркни с предложением слово верно, если нет — неверно.

Не думай долго над ответом. Если не можешь решить, верно или нет то, о чем говорится в предложении (бывает по-разному, когда как), выбирай то, что бывает чаще.

Не разрешается давать два ответа на одно предложение (т. е. подчеркивать сразу оба слова).

Не пропускай предложения, отвечай на все подряд.

### Давай потренируемся:

1. Ты мальчик. *Верно неверно*
2. Тебе нравится играть на улице, а не дома.
3. Твой любимый урок — математика.

### Приложение: Шкала CMAS

Ф.И.О. \_\_\_\_\_

Возраст \_\_\_\_\_

Пол \_\_\_\_\_

Класс \_\_\_\_\_

Место проживания \_\_\_\_\_

Дата и время проведения \_\_\_\_\_

Оценки и выводы по результатам обследования:

### Шкала CMAS

1. Тебе трудно думать о чем-нибудь одном.  
*верно неверно*
2. Тебе неприятно, если кто-нибудь наблюдает за тобой, когда что-нибудь делаешь.  
*верно неверно*

3. Тебе очень хочется во всем быть лучше всех.  
*верно неверно*
4. Ты легко краснееешь.  
*верно неверно*
5. Все, кого ты знаешь, тебе нравятся.  
*верно неверно*
6. Нередко ты замечаешь, что у тебя сильно бьется сердце.  
*верно неверно*
7. Ты очень сильно стесняешься.  
*верно неверно*
8. Бывает, что тебе хочется оказаться как можно дальше отсюда.  
*верно неверно*
9. Тебе кажется, что у других все получается лучше, чем у тебя.  
*верно неверно*
10. В играх ты больше любишь выигрывать, чем проигрывать.  
*верно неверно*
11. В глубине души ты многого боишься.  
*верно неверно*
12. Ты часто чувствуешь, что другие недовольны тобой.  
*верно неверно*
13. Ты боишься остаться дома в одиночестве.  
*верно неверно*
14. Тебе трудно решиться на что-либо.  
*верно неверно*
15. Ты нервничаешь, если тебе не удастся сделать то, что тебе хочется.  
*верно неверно*
16. Часто тебя что-то мучает, а что, не можешь понять.  
*верно неверно*
17. Ты со всеми и всегда ведешь себя вежливо.  
*верно неверно*
18. Тебя беспокоит, что тебе скажут родители.  
*верно неверно*
19. Тебя легко разозлить.  
*верно неверно*

20. Часто тебе трудно дышать.  
*верно неверно*
21. Ты всегда хорошо себя ведешь.  
*верно неверно*
22. У тебя потеют руки.  
*верно неверно*
23. В туалет тебе надо ходить чаще, чем другим детям.  
*верно неверно*
24. Другие ребята удачливее тебя.  
*верно неверно*
25. Для тебя важно, что о тебе думают другие.  
*верно неверно*
26. Часто тебе трудно глотать.  
*верно неверно*
27. Часто волнуешься из-за того, что, как выясняется позже, не имело значения.  
*верно неверно*
28. Тебя легко обидеть.  
*верно неверно*
29. Тебя все время мучает, все ли ты делаешь правильно, так, как следует.  
*верно неверно*
30. Ты никогда не хвастаешься.  
*верно неверно*
31. Ты боишься того, что с тобой может что-то случиться.  
*верно неверно*
32. Вечером тебе трудно уснуть.  
*верно неверно*
33. Ты очень переживаешь из-за оценок.  
*верно неверно*
34. Ты никогда не опаздываешь.  
*верно неверно*
35. Часто ты чувствуешь неуверенность в себе.  
*верно неверно*
36. Ты всегда говоришь только правду.  
*верно неверно*

37. Ты чувствуешь, что тебя никто не понимает.  
*верно неверно*
38. Ты боишься, что тебе скажут: «Ты все делаешь плохо».  
*верно неверно*
39. Ты боишься темноты.  
*верно неверно*
40. Тебе трудно сосредоточиться на учебе.  
*верно неверно*
41. Иногда ты злишься.  
*верно неверно*
42. У тебя часто болит живот.  
*верно неверно*
43. Тебе бывает страшно, когда ты перед сном остаешься один в темной комнате.  
*верно неверно*
44. Ты часто делаешь то, что не стоило бы делать.  
*верно неверно*
45. У тебя часто болит голова.  
*верно неверно*
46. Ты беспокоишься, что с твоими родителями что-нибудь случится.  
*верно неверно*
47. Ты иногда не выполняешь свои обещания.  
*верно неверно*
48. Ты часто устаешь.  
*верно неверно*
49. Ты часто грубишь родителям и другим взрослым.  
*верно неверно*
50. Тебе нередко снятся страшные сны.  
*верно неверно*
51. Тебе кажется, что другие ребята смеются над тобой.  
*верно неверно*
52. Бывает, что ты врешь.  
*верно неверно*
53. Ты боишься, что с тобой произойдет что-нибудь плохое.  
*верно неверно*

### **3.9. ДИАГНОСТИКА АГРЕССИВНОСТИ ДЕТЕЙ (ОПРОСНИК БАССА-ДАРКИ)**

Под **агрессивностью** можно понимать свойство личности, характеризующееся наличием деструктивных тенденций, в основном в области субъектно-субъективных 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.

#### **НАЗНАЧЕНИЕ**

Методика предназначена для выявления проявления агрессивности у детей.

Проявление агрессии в детском возрасте является проблемой, которая все больше волнует учителей и родителей. Задачей психолога должны стать психокоррекционная работа с лицами, которые более агрессивны по сравнению с другими. Но как определить это «более» или «менее»? Ответ на этот вопрос невозможен без достаточно точного определения понятий «агрессии» и «агрессивности».

Необходимость такого определения обосновывается тем, что термин «агрессия» чрезвычайно часто употребляется сегодня в самом широком контексте и поэтому нуждается в серьезном «очищении» от целого ряда отдельных смыслов.

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

Агрессивность имеет качественную и количественную характеристики. Как и всякое свойство, она имеет различ-



ную степень выраженности: от почти полного отсутствия до 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 социально опасным, так как, с одной стороны, существующая связь между агрессивностью и агрессией не является жесткой, а с другой, сам акт агрессии может не принимать социально 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 агрессивные проявления на два основных типа; первый — мотивационная агрессия как самооценность, второй — инструментальная как средство (подразумевая при этом, что и та, и другая могут проявляться как под контролем сознания, так и вне его, 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 вероятностью прогнозировать возможность проявления открытой мотивационной агрессии. Одной из подобных диагностических процедур является опросник Басса-Дарки. А. Басс, воспринявший ряд положений своих предшественников, разделил понятия «агрессия» и «враждебность» и определил последнюю как «... реакцию, развивающую негативные чувства и негативные оценки людей и событий». Создавая свой опросник,

дифференцирующий проявления агрессии и враждебности, А. Басс 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).

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

## **Инструкция**

Прочитай предложенные в опроснике вопросы и ответь на них «да» или «нет».

## **Опросник «Басса-Дарки»**

1. Временами я не могу справиться с желанием причинить вред другим (да-нет).
2. Иногда сплетничаю о людях, которых не люблю (да-нет).

3. Я легко раздражаюсь, но быстро успокаиваюсь  
(да-нет).
4. Если меня не попросят по-хорошему, я не выполняю  
(да-нет).
5. Я не всегда получаю то, что мне положено  
(да-нет).
6. Я не знаю, что люди говорят обо мне за моей спиной  
(да-нет).
7. Если я не одобряю поведение друзей, я даю им это почувствовать  
(да-нет).
8. Когда мне случалось обмануть кого-нибудь, я испытывал мучительные угрызения совести  
(да-нет).
9. Мне кажется, что я не способен ударить человека  
(да-нет).
10. Я никогда не раздражаюсь настолько, чтобы кидаться предметами  
(да-нет).
11. Я всегда снисходителен к чужим недостаткам  
(да-нет).
12. Если мне не нравится установленное правило, мне хочется нарушить его  
(да-нет).
13. Другие умеют почти всегда пользоваться благоприятными обстоятельствами  
(да-нет).
14. Я держусь настороженно с людьми, которые относятся ко мне несколько более дружелюбно, чем я ожидал  
(да-нет).
15. Я часто бываю не согласен с людьми  
(да-нет).
16. Иногда мне на ум приходят мысли, которых я стыжусь  
(да-нет).
17. Если кто-нибудь первым ударит меня, я не отвечу ему  
(да-нет).

18. Когда я раздражен, я хлопаю дверями  
(да-нет).
19. Я гораздо раздражительней, чем кажется  
(да-нет).
20. Если кто-то воображает из себя начальника, то я всегда поступаю ему наперекор  
(да-нет).
21. Меня огорчает моя судьба  
(да-нет).
22. Я думаю, что многие люди не любят меня  
(да-нет).
23. Я не могу удержаться от спора, если люди не согласны со мной  
(да-нет).
24. Люди, увиливающие от работы, должны испытывать чувство вины  
(да-нет).
25. Тот, кто оскорбляет меня и мою семью, напрашивается на драку  
(да-нет).
26. Я не способен на грубые шутки  
(да-нет).
27. Меня охватывает ярость, когда надо мной насмеются  
(да-нет).
28. Когда люди строят из себя начальников, я делаю все, чтобы они не зазнавались  
(да-нет).
29. Почти каждую неделю я вижу кого-нибудь, кто мне не нравится  
(да-нет).
30. Многие люди завидуют мне  
(да-нет).
31. Я требую, чтобы люди уважали меня  
(да-нет).
32. Меня угнетает то, что я мало делаю для своих родителей  
(да-нет).

33. Люди, которые изводят вас, стоят того, чтобы их «щелкнули по носу»  
(да-нет).
34. Я никогда не бываю мрачен от злости  
(да-нет).
35. Если ко мне относятся хуже, чем я того заслуживаю, я не расстраиваюсь  
(да-нет).
36. Если кто-то выводит меня из себя, я не обращаю внимания  
(да-нет).
37. Хотя я и не показываю этого, меня иногда гложет зависть  
(да-нет).
38. Иногда мне кажется, что надо мной смеются  
(да-нет).
39. Даже если я злюсь, я не прибегаю к «сильным» выражениям  
(да-нет).
40. Мне хочется, чтобы мои грехи были прощены  
(да-нет).
41. Я редко даю сдачи, даже если кто-нибудь ударит меня  
(да-нет).
42. Когда получается не по-моему, я иногда обижаюсь  
(да-нет).
43. Иногда люди раздражают меня одним своим присутствием  
(да-нет).
44. Нет людей, которых бы я по-настоящему ненавидел  
(да-нет).
45. Мой принцип: «Никогда не доверять «чужакам»  
(да-нет).
46. Если кто-нибудь раздражает меня, я готов сказать, что я о нем думаю  
(да-нет).
47. Я делаю много такого, о чем впоследствии жалею  
(да-нет).

48. Если я разозлюсь, я могу ударить кого-нибудь (да-нет).
49. С детства я никогда не проявлял вспышек гнева (да-нет).
50. Я часто чувствую себя как пороховая бочка, готовая взорваться (да-нет).
51. Если бы все знали, что я чувствую, меня бы считали человеком, с которым нелегко работать (да-нет).
52. Я всегда думаю о том, какие тайные причины заставляют людей делать что-нибудь приятное для меня (да-нет).
53. Когда на меня кричат, я начинаю кричать в ответ (да-нет).
54. Неудачи огорчают меня (да-нет).
55. Я дерусь не реже и не чаще других (да-нет).
56. Я могу вспомнить случаи, когда я был настолько зол, что хватал попавшуюся мне под руку вещь и ломал ее (да-нет).
57. Иногда я чувствую, что готов первым начать драку (да-нет).
58. Иногда я чувствую, что жизнь поступает со мной несправедливо (да-нет).
59. Раньше я думал, что большинство людей говорит правду, но теперь я в это не верю (да-нет).
60. Я ругаюсь только со злости (да-нет).
61. Когда я поступаю неправильно, меня мучает совесть (да-нет).
62. Если для защиты своих прав нужно применить физическую силу, я применяю ее (да-нет).

63. Иногда я выражаю свой гнев тем, что стучу кулаком по столу  
(да-нет).
64. Я бываю грубоват по отношению к людям, которые мне не нравятся  
(да-нет).
65. У меня нет врагов, которые бы хотели мне навредить  
(да-нет).
66. Я не умею поставить человека на место, даже если он того заслуживает  
(да-нет).
67. Я часто думаю, что жил неправильно  
(да-нет).
68. Я знаю людей, которые способны довести меня до драки  
(да-нет).
69. Я не огорчаюсь из-за мелочей  
(да-нет).
70. Мне редко приходит в голову, что люди пытаются разозлить или оскорбить меня  
(да-нет).
71. Я часто только угрожаю людям, хотя и не собираюсь приводить угрозы в исполнение  
(да-нет).
72. В последнее время я стал занудой  
(да-нет).
73. В споре я часто повышаю голос  
(да-нет).
74. Я стараюсь обычно скрывать свое плохое отношение к людям  
(да-нет).
75. Я лучше соглашусь с чем-либо, чем стану спорить  
(да-нет).

При составлении опросника авторы пользовались следующими принципами:

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

**Ответ оценивается по восьми шкалам следующим образом:**

**1. Физическая агрессия:**

«да» = 1, «нет» = 0: 1, 25, 31, 41, 48, 55, 62, 68; «нет» = 1, «да» = 0: 9, 17

**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 (прямой и мотивационной) включает в себя шкалы 1, 3, 7.

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



### 3.11. Самоактуализационный тест (САТ)

**Самоактуализация** — стремление человека к возможно более полному выявлению и развитию своих личностных возможностей.

В некоторых направлениях западной психологии, в противовес бихевиоризму и фрейдизму, считающим, что поведением личности движут биологические силы, а смысл его заключается в разрядке создаваемого ими напряжения и приспособлении к среде, самоактуализация выдвигается на роль главного мотивационного фактора. Однако это понятие не получает удовлетворительной трактовки, ибо личность считается способной к ней лишь при условии свободы от требований общества. Подлинная же самоактуализация предполагает наличие благоприятных социально-исторических условий.

По А. Маслоу самоактуализация — это желание стать всем, кем возможно, потребность в самосовершенствовании, в реализации своего потенциала. Путь ее труден и связан с переживанием страха неизвестности и ответственности, но он — путь к полноценной, внутренне богатой жизни.

Согласно К. Роджерсу самоактуализация — это обозначение той силы, которая заставляет человека развиваться на самых различных уровнях — от овладения моторными навыками до высших творческих взлетов. Самоактуализующийся человек — «полностью функционирующая личность»; его свойства во многом напоминают свойства ребенка, что естественно: ведь человек как бы возвращается к самостоятельной оценке мира, характерной для ребенка до его переориентации на условия получения одобрения.

#### НАЗНАЧЕНИЕ

*Самоактуализационный тест (САТ)* (Алешина и др., 1987) позволяет определить ценностную ориентацию, гибкость поведения, сенситивность по отношению к себе, самоуважение и самопринятие и т. д.

САТ измеряет самоактуализацию по двум базовым и ряду дополнительных шкал. Базовыми являются шкалы компе-

тентности во времени и поддержки. 12 дополнительных шкал составляют 6 блоков — по две в каждом. Каждый пункт теста входит в одну или более дополнительных шкал и, как правило, в одну базовую. Таким образом, дополнительные шкалы фактически включены в основные, они содержательно состоят из тех же пунктов. Подобная структура теста позволяет диагностировать большое число показателей, не увеличивая при этом в значительной степени объем теста.

## **ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ КАТЕГОРИИ — ШКАЛЫ ТЕСТА**

### **Базовые шкалы**

Шкала компетентности во времени (Тс) включает 17 пунктов. Высокий балл по этой шкале свидетельствует, во-первых, о способности испытуемого жить настоящим, то есть переживать настоящий момент своей жизни во всей его полноте, а не просто как фатальное следствие прошлого или как подготовку к «подлинной жизни» в будущем; во-вторых, ощущать неразрывность прошлого, настоящего и будущего, то есть видеть свою жизнь целостной. Именно такое мироощущение и психологическое восприятие времени свидетельствует о высоком уровне самоактуализации личности.

Низкий балл по шкале означает ориентацию лишь на один из отрезков временной шкалы (прошлое, настоящее или будущее) и (или) дискретное восприятие своего жизненного пути.

Шкала поддержки (I) — самая большая шкала теста (91 пункт) — измеряет степень независимости ценностей и поведения субъекта от воздействия извне (внутренняя — внешняя поддержка). Низкий балл свидетельствует о высокой степени зависимости, конформизма, несамостоятельности субъекта («извне направляемая» личность), о внешнем локусе контроля. Содержание данной шкалы ближе всего к последнему понятию. Как теоретические работы, так и психологическая практика свидетельствуют о правомерности включения указанной шкалы в методику в качестве базовой.

### Дополнительные шкалы

В отличие от базовых, измеряющих глобальные характеристики, самоактуализации дополнительные шкалы ориентированы на регистрацию отдельных ее аспектов.

1. Шкала ценностной ориентации (SAV) (20 пунктов) измеряет, в какой степени человек разделяет ценности, присущие самоактуализирующейся личности (здесь и далее высокий балл по шкале характеризует высокую степень самоактуализации).

2. Шкала гибкости поведения (Ex) (24 пункта) диагностирует степень гибкости в реализации ценностей в поведении, взаимодействии с окружающими, способность быстро и адекватно реагировать на изменяющуюся ситуацию.

Шкалы ценностной ориентации и гибкости поведения, дополняя друг друга, образуют блок ценностей. Первая шкала характеризует сами ценности, вторая — особенности их реализации в поведении.

3. Шкала сенситивности к себе (Fr) (13 пунктов) определяет, в какой степени человек отдает себе отчет в своих потребностях и чувствах, насколько хорошо ощущает и понимает их.

4. Шкала спонтанности (S) (14 пунктов) измеряет способность выражать свои чувства спонтанно и непосредственно. Высокий балл по этой шкале не означает отсутствия способности к продуманным, целенаправленным действиям, он лишь свидетельствует о возможности незапланированного поведения, о том, что испытуемый не боится вести себя естественно и раскованно, демонстрировать окружающим свои эмоции.

Шкалы 3 и 4 составляют блок чувств. Первая определяет то, насколько человек осознает собственные чувства, вторая — в какой степени они проявляются в поведении.

5. Шкала самоуважения (Sr) (15 пунктов) диагностирует способность ценить свои достоинства, положительные свойства характера, уважать себя за них.

6. Шкала самопринятия (Sa) (21 пункт) показывает степень принятия себя таким, как есть, вне зависимости от

оценки своих достоинств и недостатков, возможно, вопреки последним.

Шкалы 5 и 6 составляют блок самовосприятия.

7. Шкала представлений о природе человека (Nc) состоит из 10 пунктов. Высокий балл по шкале свидетельствует о склонности воспринимать природу человека в целом как положительную («люди в массе своей скорее добры») и не считать дихотомии мужественности — женственности, рациональности — эмоциональности и т. д. антагонистическими и непреодолимыми.

8. Шкала синергии (Sy) (7 пунктов) определяет способность человека к целостному восприятию мира и людей, к пониманию связанности противоположностей, таких как игра и работа, телесное и духовное и др.

Шкалы 7 и 8 очень близки по содержанию, их лучше анализировать совместно. Они составляют блок концепции человека.

9. Шкала принятия агрессии (A) состоит из 16 пунктов. Высокий балл по шкале свидетельствует о способности принимать свое раздражение, гнев и агрессивность как естественное проявление человеческой природы. Конечно же, речь не идет об оправдании антисоциального поведения.

10. Шкала контактности (C) (20 пунктов) характеризует способность человека к быстрому установлению глубоких и тесных эмоционально насыщенных контактов с людьми или, используя ставшую привычной в отечественной социальной психологии терминологию, к субъект-субъектному общению.

Шкалы принятия агрессии и контактности составляют блок межличностной чувствительности.

11. Шкала познавательных потребностей (Cog) (11 пунктов) определяет выраженность стремления к приобретению знаний об окружающем мире.

12. Шкала креативности (Cr) (14 пунктов) характеризует выраженность творческой направленности личности.

Шкалы познавательных потребностей и креативности составляют блок отношения к познанию.

## **Порядок работы с тестом, обработка и интерпретация результатов**

Методика предназначена для обследования взрослых (старше 15–17 лет) психически здоровых людей (имеется в виду отсутствие выраженной психопатологии). Специфика изучаемого феномена (самоактуализации) и характер самого теста, сложность составляющих его суждений, требующих серьезного осмысления, позволяют рекомендовать его для обследования преимущественно лиц с высшим образованием.

Инструкция к методике не ограничивает времени ответов, хотя практика показывает, что в норме оно обычно не превышает 30–35 минут.

При обработке результатов тестирования подсчет баллов, полученных испытуемым, осуществляется с помощью ключей к методике. Каждый ответ обследованного, совпадающий с вариантом, указанным в ключах, оценивается в 1 балл. Затем подсчитывается сумма баллов, набранных испытуемым по каждой шкале. Интерпретация результатов обследования производится в соответствии с приведенным выше описанием шкал САТ.

### **Инструкция к тесту**

Вам предлагается тест-опросник, каждый пункт которого содержит два высказывания, обозначенные буквами «а» и «б».

Внимательно прочитайте каждую пару и пометьте на регистрационном бланке напротив номера соответствующего вопроса то из них, которое в большей степени отражает вашу точку зрения.

### **Вопросы**

1. А Я верю в себя только тогда, когда чувствую, что могу справиться со всеми стоящими передо мной задачами.  
Б Я верю в себя даже тогда, когда чувствую, что не могу справиться со всеми стоящими передо мной задачами.

2. А Я часто внутренне смущаюсь, когда мне говорят комплименты.  
Б Я редко внутренне смущаюсь, когда мне говорят комплименты.
3. А Мне кажется, что человек может прожить свою жизнь так, как ему хочется.  
Б Мне кажется, что у человека мало шансов прожить свою жизнь так, как ему хочется.
4. А Я всегда чувствую в себе силы для преодоления жизненных невзгод.  
Б Я далеко не всегда чувствую в себе силы для преодоления жизненных невзгод.
5. А Я чувствую угрызения совести, когда сержусь на тех, кого люблю.  
Б Я не чувствую угрызений совести, когда сержусь на тех, кого люблю.
6. А В сложных ситуациях надо действовать уже испытанными способами, так как это гарантирует успех.  
Б В сложных ситуациях надо всегда искать принципиально новые решения.
7. А Для меня важно, разделяют ли другие мою точку зрения.  
Б Для меня не слишком важно, чтобы другие разделяли мою точку зрения.
8. А Мне кажется, что человек должен спокойно относиться к тому неприятному, что он может услышать о себе от других.  
Б Мне понятно, когда люди обижаются, услышав что-то неприятное о себе.
9. А Я могу безо всяких угрызений совести отложить до завтра то, что я должен сделать сегодня.  
Б Меня мучают угрызения совести, если я откладываю до завтра то, что я должен сделать сегодня.
10. А Иногда я бываю так зол, что мне хочется «бросаться» на людей.  
Б Я никогда не бываю зол настолько, чтобы мне хотелось «бросаться» на людей.

11. А Мне кажется, что в будущем меня ждет много хорошего.  
Б Мне кажется, что мое будущее сулит мне мало хорошего.
12. А Человек должен оставаться честным во всем и всегда.  
Б Бывают ситуации, когда человек имеет право быть нечестным.
13. А Взрослые никогда не должны сдерживать любознательность ребенка, даже если ее удовлетворение может иметь отрицательные последствия.  
Б Не стоит поощрять излишнее любопытство ребенка, когда оно может привести к дурным последствиям.
14. А У меня часто возникает потребность найти обоснование тем своим действиям, которые я совершаю просто потому, что мне этого хочется.  
Б У меня почти никогда не возникает потребности найти обоснование тех своих действий, которые я совершаю просто потому, что мне этого хочется.
15. А Я всячески стараюсь избегать огорчений.  
Б Я не стремлюсь всегда избегать огорчений.
16. А Я часто испытываю чувство беспокойства, думая о будущем.  
Б Я редко испытываю чувство беспокойства, думая о будущем.
17. А Я не хотел бы отступать от своих принципов даже ради того, чтобы совершить нечто, за что люди были бы мне благодарны.  
Б Я хотел бы совершить нечто, за что люди были бы благодарны мне, даже если ради этого нужно было бы несколько отойти от своих принципов.
18. А Мне кажется, что большую часть времени я не живу, а как будто готовлюсь к тому, чтобы по-настоящему начать жить в будущем.  
Б Мне кажется, что большую часть времени я не готовлюсь к будущей «настоящей» жизни, а живу по-настоящему уже сейчас.

19. А Обычно я высказываю и делаю то, что считаю нужным, даже если это грозит осложнениями в отношениях с другом.  
Б Я стараюсь не говорить и не делать такого, что может грозить осложнениями в отношениях с другом.
20. А Люди, которые проявляют повышенный интерес ко всему на свете, иногда меня раздражают.  
Б Люди, которые проявляют повышенный интерес ко всему на свете, всегда вызывают у меня симпатию.
21. А Мне не нравится, когда люди проводят много времени в бесплодных мечтаниях.  
Б Мне кажется, что нет ничего плохого в том, что люди тратят много времени на бесплодные мечтания.
22. А Я часто задумываюсь о том, соответствует ли мое поведение ситуации.  
Б Я редко задумываюсь о том, соответствует ли мое поведение ситуации.
23. А Мне кажется, что любой человек по природе своей способен преодолевать те трудности, которые ставит перед ним жизнь.  
Б Я не думаю, что любой человек по природе своей способен преодолевать те трудности, которые ставит перед ним жизнь.
24. А Главное в нашей жизни — это создавать что-то новое.  
Б Главное в нашей жизни — приносить людям пользу.
25. А Мне кажется, что было бы лучше, если бы у большинства мужчин преобладали традиционно мужские черты характера, а у женщин — традиционно женские.  
Б Мне кажется, что было бы лучше, если бы и мужчины и женщины сочетали в себе и традиционно мужские, и традиционно женские свойства характера.
26. А Два человека лучше всего ладят между собой, если каждый из них старается, прежде всего, доставить удовольствие другому в противовес свободному выражению своих чувств.  
Б Два человека лучше всего ладят между собой, если каждый из них старается, прежде всего, выразить свои



чувства в противовес стремлению доставить удовольствие другому.

27. А Жестокие и эгоистические поступки, которые совершают люди, являются естественными проявлениями их человеческой природы.  
Б Жестокие и эгоистические поступки, которые совершают люди, не являются проявлениями их человеческой природы.
28. А Осуществление моих планов в будущем во многом зависит от того, будут ли у меня друзья.  
Б Осуществление моих планов в будущем лишь в незначительной степени зависит от того, будут ли у меня друзья.
29. А Я уверен в себе.  
Б Я неуверен в себе.
30. А Мне кажется, что наиболее ценным для человека является любимая работа.  
Б Мне кажется, что наиболее ценным для человека является счастливая семейная жизнь.
31. А Я никогда не сплетничаю.  
Б Иногда мне нравится сплетничать.
32. А Я мирюсь с противоречиями в самом себе.  
Б Я не могу мириться с противоречиями в самом себе.
33. А Если незнакомый человек окажет мне услугу, то я чувствую себя обязанным ему.  
Б Если незнакомый человек окажет мне услугу, то я не чувствую себя обязанным ему.
34. А Иногда мне трудно быть искренним даже тогда, когда мне этого хочется.  
Б Мне всегда удастся быть искренним, когда мне этого хочется.
35. А Меня редко беспокоит чувство вины.  
Б Меня часто беспокоит чувство вины.
36. А Я постоянно чувствую себя обязанным делать все от меня зависящее, чтобы у тех, с кем я общаюсь, было хорошее настроение.

- Б Я не чувствую себя обязанным делать все от меня зависящее, чтобы у тех, с кем я общаюсь, было хорошее настроение.
37. А Мне кажется, что каждый человек должен иметь представление об основных законах физики.  
Б Мне кажется, что многие люди могут обойтись без знания законов физики.
38. А Я считаю необходимым следовать правилу «не трать времени даром».  
Б Я не считаю необходимым следовать правилу «не трать времени даром».
39. А Критические замечания в мой адрес снижают мою самооценку.  
Б Критические замечания в мой адрес не снижают мою самооценку.
40. А Я часто переживаю из-за того, что в настоящий момент не делаю ничего значительного.  
Б Я редко переживаю из-за того, что в настоящий момент не делаю ничего значительного.
41. А Я предпочитаю оставлять приятное на потом.  
Б Я не оставляю приятное на потом.
42. А Я часто принимаю спонтанные решения.  
Б Я редко принимаю спонтанные решения.
43. А Я стремлюсь открыто выражать свои чувства, даже если это может привести к каким-либо неприятностям.  
Б Я стараюсь не выражать открыто своих чувств в тех случаях, когда это может привести к каким-либо неприятностям.
44. А Я не могу сказать, что я себе нравлюсь.  
Б Я могу сказать, что я себе нравлюсь.
45. А Я часто вспоминаю о неприятных для меня вещах.  
Б Я редко вспоминаю о неприятных для меня вещах.
46. А Мне кажется, что люди должны открыто проявлять в общении с другими свое недовольство ими.  
Б Мне кажется, что в общении с другими люди должны скрывать свое недовольство ими.

47. А Мне кажется, что я могу судить о том, как должны вести себя другие люди.  
Б Мне кажется, что я не могу судить о том, как должны вести себя другие люди.
48. А Мне кажется, что углубление и узкая специализация необходимы для настоящего ученого.  
Б Мне кажется, что углубление и узкая специализация делают человека ограниченным.
49. А При определении того, что хорошо, а что плохо, для меня важно мнение других людей.  
Б Я стараюсь сам определить, что хорошо, а что плохо.
50. А Мне бывает трудно отличить любовь от простого сексуального влечения.  
Б Я легко отличаю любовь от простого сексуального влечения.
51. А Меня постоянно волнует проблема самоусовершенствования.  
Б Меня мало волнует проблема самоусовершенствования.
52. А Достижение счастья не может быть целью человеческих отношений.  
Б Достижение счастья — это главная цель человеческих отношений.
53. А Мне кажется, я могу вполне доверять своим собственным оценкам.  
Б Мне кажется, я не могу доверять в полной мере своим собственным оценкам.
54. А При необходимости человек может достаточно легко избавиться от своих привычек.  
Б Человеку крайне трудно избавиться от своих привычек.
55. А Мои чувства иногда приводят в недоумение меня самого.  
Б Мои чувства никогда не повергают меня в недоумение.
56. А В некоторых случаях я считаю себя вправе дать человеку понять, что он мне кажется глупым и неинтересным.

- Б Я никогда не считаю себя вправе дать человеку понять, что он мне кажется глупым и неинтересным.
- 57. А Можно судить со стороны, насколько счастливо складываются отношения между людьми.
- Б Наблюдая со стороны, нельзя сказать, насколько удачно складываются отношения между людьми.
- 58. А Я часто перечитываю понравившиеся мне книги по несколько раз.
- Б Я думаю, что лучше прочесть какую-либо новую книгу, чем возвращаться к уже прочитанному.
- 59. А Я очень увлечен своей работой.
- Б Я не могу сказать, что увлечен своей работой.
- 60. А Я недоволен своим прошлым.
- Б Я доволен своим прошлым.
- 61. А Я чувствую себя обязанным всегда говорить правду.
- Б Я не чувствую себя обязанным всегда говорить правду.
- 62. А Существует очень мало ситуаций, когда я могу позволить себе дурачиться.
- Б Существует множество ситуаций, когда я могу позволить себе дурачиться.
- 63. А Стремясь разобраться в характере и чувствах окружающих, люди часто бывают излишне бестактны.
- Б Стремление разобраться в характере и чувствах окружающих естественно для человека и поэтому может оправдать бестактность.
- 64. А Обычно я расстраиваюсь из-за потери или поломки нравящихся мне вещей.
- Б Обычно я не расстраиваюсь из-за потери или поломки нравящихся мне вещей.
- 65. А Я чувствую себя обязанным поступать так, как от меня ожидают окружающие.
- Б Я не чувствую себя обязанным поступать так, как от меня ожидают окружающие.
- 66. А Интерес к самому себе всегда необходим для человека.
- Б Излишнее самокопание иногда имеет дурные последствия.

67. А Иногда я боюсь быть самим собой.  
Б Я никогда не боюсь быть самим собой.
68. А Большая часть того, что мне приходится делать, доставляет мне удовольствие.  
Б Лишь немного из того, что я делаю, доставляет мне удовольствие.
69. А Лишь тщеславные люди думают о своих достоинствах и не думают о недостатках.  
Б Не только тщеславные люди думают о своих достоинствах.
70. А Я могу делать что-либо для других, не требуя, чтобы они это оценили.  
Б Я вправе ожидать от других, чтобы они оценили то, что я делаю для них.
71. А Человек должен раскаиваться в своих поступках.  
Б Человек совсем не обязательно должен раскаиваться в своих поступках.
72. А Мне необходимы обоснования для принятия моих чувств.  
Б Обычно мне не нужны никакие обоснования для принятия моих чувств.
73. А В большинстве ситуаций я прежде всего пытаюсь понять, чего хочу я сам.  
Б В большинстве ситуаций я прежде всего пытаюсь понять, чего хотят окружающие.
74. А Я стараюсь никогда не быть «белой вороной».  
Б Я позволяю себе быть «белой вороной».
75. А Когда я нравлюсь сам себе, мне кажется, что я нравлюсь всем окружающим.  
Б Даже когда я нравлюсь сам себе, я понимаю, что есть люди, которым я неприятен.
76. А Мое прошлое в значительной степени определяет мое будущее.  
Б Мое прошлое очень слабо определяет мое будущее.
77. А Часто бывает так, что выразить свои чувства важнее, чем обдумывать ситуацию.

- Б Довольно редко бывает так, что выразить свои чувства важнее, чем обдумывать ситуацию.
78. А Те усилия и затраты, которых требует познание истины, оправданы, так как они приносят пользу людям.
- Б Те усилия и затраты, которых требует познание истины, оправданы хотя бы тем, что они доставляют человеку эмоциональное удовлетворение.
79. А Мне всегда необходимо, чтобы другие одобряли то, что я делаю.
- Б Мне не всегда необходимо, чтобы другие одобряли то, что я делаю.
80. А Я доверяю тем решениям, которые я принимаю спонтанно.
- Б Я не доверяю тем решениям, которые я принимаю спонтанно.
81. А Пожалуй, я могу сказать, что я живу с ощущением счастья.
- Б Пожалуй, я не могу сказать, что я живу с ощущением счастья.
82. А Довольно часто мне бывает скучно.
- Б Мне никогда не бывает скучно.
83. А Я часто проявляю свое расположение к человеку, независимо от того, взаимно ли оно.
- Б Я редко проявляю свое расположение к человеку, не будучи уверенным, что оно взаимно.
84. А Я легко принимаю рискованные решения.
- Б Обычно мне бывает трудно принимать рискованные решения.
85. А Я стараюсь во всем и всегда поступать честно.
- Б Иногда я считаю возможным мошенничать.
86. А Я готов примириться со своими ошибками.
- Б Мне трудно примириться со своими ошибками.
87. А Обычно я чувствую себя виноватым, когда поступаю эгоистично.
- Б Обычно я не чувствую себя виноватым, когда поступаю эгоистично.

88. А Дети должны понимать, что у них нет тех прав и привилегий, что у взрослых.  
Б Детям не обязательно осознавать, что у них нет тех прав и привилегий, что у взрослых.
89. А Я хорошо знаю, какие чувства я способен испытывать, а какие нет.  
Б Я еще не понял до конца, какие чувства я способен испытывать, а какие нет.
90. А Я думаю, что большинству людей можно доверять.  
Б Я думаю, что без крайней необходимости людям доверять не стоит.
91. А Прошлое, настоящее и будущее представляются мне как единое целое.  
Б Мое настоящее слабо связано с прошлым и будущим.
92. А Я предпочитаю проводить отпуск путешествуя, даже если это сопряжено с большими неудобствами.  
Б Я предпочитаю проводить отпуск спокойно, в комфортабельных условиях.
93. А Бывает, что мне нравятся люди, чье поведение я не одобряю.  
Б Мне почти никогда не нравятся люди, чье поведение я не одобряю.
94. А Людям от природы свойственно понимать друг друга.  
Б По природе своей человеку свойственно заботиться о своих собственных интересах.
95. А Мне никогда не нравятся сальные шутки.  
Б Мне иногда нравятся сальные шутки.
96. А Меня любят потому, что я сам способен любить.  
Б Меня любят потому, что я стараюсь заслужить любовь окружающих.
97. А Мне кажется, что эмоциональное и рациональное в человеке не противоречат друг другу.  
Б Мне кажется, что эмоциональное и рациональное в человеке противоречат друг другу.
98. А Я чувствую себя уверенным в отношениях с другими людьми.

- Б Я чувствую себя неуверенным в отношениях с другими людьми.
- 99. А Защищая собственные интересы, люди часто игнорируют интересы окружающих.
- Б Защищая собственные интересы, люди обычно не забывают интересы окружающих.
- 100. А Я всегда могу положиться на свои способности ориентироваться в ситуации.
- Б Я далеко не всегда могу положиться на свои способности ориентироваться в ситуации.
- 101. А Я считаю, что способность к творчеству — природное свойство человека.
- Б Я считаю, что далеко не все люди одарены природой способностью к творчеству.
- 102. А Обычно я не расстраиваюсь, если мне не удастся добиться совершенства в чем-либо.
- Б Я часто расстраиваюсь, если мне не удастся добиться совершенства в чем-либо.
- 103. А Иногда я боюсь показаться слишком нежным.
- Б Я никогда не боюсь показаться слишком нежным.
- 104. А Мне легко смириться со своими слабостями.
- Б Мне трудно смириться со своими слабостями.
- 105. А Мне кажется, что я должен добиваться совершенства во всем, что я делаю.
- Б Мне не кажется, что я должен добиваться совершенства во всем, что я делаю.
- 106. А Мне часто приходится оправдывать перед самим собой свои поступки.
- Б Мне редко приходится оправдывать перед самим собой свои поступки.
- 107. А Выбирая для себя какое-либо занятие, человек должен считаться с тем, насколько это необходимо.
- Б Человек должен всегда заниматься только тем, что ему интересно.
- 108. А Я могу сказать, что мне нравится большинство людей, которых я знаю.



- Б Я не могу сказать, что мне нравится большинство людей, которых я знаю.
109. А Иногда я не против того, чтобы мной командовали.  
Б Мне никогда не нравится, когда мной командуют.
110. А Я не стесняюсь обнаруживать свои слабости перед друзьями.  
Б Мне не легко обнаруживать свои слабости даже перед друзьями.
111. А Я часто боюсь совершить какую-нибудь оплошность.  
Б Я не боюсь совершить какую-нибудь оплошность.
112. А Наибольшее удовлетворение человек получает, добившись желаемого результата в работе.  
Б Наибольшее удовлетворение человек получает в самом процессе работы.
113. А О человеке никогда с уверенностью нельзя сказать, добрый он или злой.  
Б Обычно о человеке можно сказать, добрый он или злой.
114. А Я почти всегда чувствую в себе силы поступать так, как я считаю нужным, несмотря на последствия.  
Б Я далеко не всегда чувствую в себе силы поступать так, как я считаю нужным, несмотря на последствия.
115. А Люди часто раздражают меня.  
Б Люди редко раздражают меня.
116. А Мое чувство самоуважения во многом зависит от того, чего я достиг.  
Б Мое чувство самоуважения в небольшой степени зависит от того, чего я достиг.
117. А Зрелый человек всегда должен осознавать причины каждого своего поступка.  
Б Зрелый человек совсем не обязательно должен осознавать причины каждого своего поступка.
118. А Я воспринимаю себя таким, каким видят меня окружающие.  
Б Я вижу себя не совсем таким, каким видят меня окружающие.

119. А Бывает, что я стыжусь своих чувств.  
Б Я никогда не стыжусь своих чувств.
120. А Мне нравится участвовать в жарких спорах.  
Б Мне не нравится участвовать в жарких спорах.
121. А У меня не хватает времени на то, чтобы следить за новинками в мире искусства и литературы.  
Б Я постоянно слежу за новинками в мире искусства и литературы.
122. А Мне всегда удастся руководствоваться в жизни своими собственными чувствами и желаниями.  
Б Мне не часто удастся руководствоваться в жизни своими собственными чувствами и желаниями.
123. А Я часто руководствуюсь общепринятыми представлениями в решении моих личных проблем.  
Б Я редко руководствуюсь в решении моих личных проблем общепринятыми представлениями.
124. А Мне кажется, что, для того чтобы заниматься творческой деятельностью, человек должен обладать определенными знаниями в этой области.  
Б Мне кажется, что, для того чтобы заниматься творческой деятельностью, человеку не обязательно обладать определенными знаниями в этой области.
125. А Я боюсь неудач.  
Б Я не боюсь неудач.
126. А Меня часто беспокоит вопрос о том, что произойдет в будущем.  
Б Меня редко беспокоит вопрос о том, что произойдет в будущем.

### **Ключи к тесту**

*Шкала ориентации во времени:* 11А, 16Б, 18Б, 21А, 28Б, 38Б, 40Б, 41Б, 45Б, 60Б, 64Б, 71Б, 76Б, 82Б, 91Б, 106Б, 126Б.

*Шкала поддержки:* 1Б, 2Б, 3Б, 4А, 5Б, 7Б, 8А, 9А, 10А, 12Б, 14Б, 15Б, 17А, 19А, 22Б, 23А, 25Б, 26Б, 27Б, 29А, 31Б, 32А, 33Б, 34А, 35Б, 36Б, 39Б, 42А, 43А, 44Б, 46А, 47Б, 49Б, 50Б, 51Б, 52А, 53А, 55А, 56А, 57Б, 59А, 61Б, 62Б, 65Б, 66А, 67Б, 68А, 69Б, 70А, 72Б, 73А, 74Б, 75Б, 77А, 79Б, 80А, 81А,

83А, 85Б, 86А, 87Б, 88Б, 89Б, 90А, 93А, 94А, 95Б, 96А, 97А, 98А, 99Б, 100А, 102А, 103Б, 104А, 105Б, 108Б, 109А, 110А, 111Б, 113А, 114А, 115А, 116Б, 117Б, 118А, 119Б, 120А, 122А, 123Б, 125Б.

*Шкала ценностной ориентации:* 17А, 29А, 42А, 49Б, 50Б, 53А, 56А, 59А, 67Б, 68А, 69Б, 80А, 81А, 90А, 93А, 97А, 99Б, 113А, 114А, 122А.

*Шкала гибкости поведения:* 3А, 9А, 12Б, 33Б, 36Б, 38Б, 40Б, 47Б, 50Б, 51Б, 61Б, 62Б, 65Б, 68А, 70А, 74Б, 82Б, 85Б, 95Б, 97А, 99Б, 102А, 105Б, 123Б.

*Шкала сенситивности:* 2Б, 5Б, 10А, 43А, 46А, 55А, 73А, 77А, 83А, 89Б, 103Б, 119Б, 122А.

*Шкала спонтанности:* 5Б, 14Б, 15Б, 26Б, 42А, 62Б, 67Б, 74Б, 77А, 80А, 81А, 83А, 95Б, 114А.

*Шкала самоуважения:* 2Б, 3А, 7Б, 23А, 29А, 44Б, 53А, 66А, 69Б, 98А, 100А, 102А, 106Б, 114А, 122А.

*Шкала самопринятия:* 1Б, 8А, 14Б, 22Б, 31Б, 32А, 34А, 39Б, 53А, 61Б, 71Б, 75Б, 86А, 87Б, 104А, 105Б, 106Б, 110А, 111Б, 116Б, 125Б.

*Шкала представлений о природе человека:* 23А, 25Б, 27Б, 50Б, 66А, 90А, 94А, 97А, 99Б, 113А.

*Шкала синергии:* 50Б, 68А, 91Б, 93А, 97А, 99Б, 113А.

*Шкала принятия агрессии:* 5Б, 8А, 10А, 15Б, 19А, 29А, 39Б, 43А, 46А, 56А, 57Б, 67Б, 85Б, 93А, 94А, 115А.

*Шкала контактности:* 5Б, 7Б, 17А, 26Б, 33Б, 36Б, 46А, 65Б, 70А, 73А, 74Б, 75Б, 79Б, 96А, 99Б, 103Б, 108Б, 109А, 120А, 123Б.

*Шкала познавательных потребностей:* 13А, 20Б, 37А, 48А, 63Б, 66А, 78Б, 82Б, 92А, 107Б, 121Б.

*Шкала креативности:* 6Б, 24А, 30А, 42А, 54А, 58А, 59А, 68А, 84А, 101А, 105Б, 112Б, 123Б, 124Б.

## **Глава 4**

# **ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ РАБОТЫ ПСИХОЛОГА С РОДИТЕЛЯМИ И ДЕТЬМИ**

---

### **4.1. АУТИЧНЫЙ РЕБЕНОК**

Прежде всего разберемся с тем, что такое аутизм.

Аутизм (греч. *auto* — сам) — крайняя форма и состояние психологического отчуждения; выражается в отстранении «уходе», «бегстве» индивида от контактов с действительностью и погружении в замкнутый мир собственных переживаний. Термин был введен для обозначения психических нарушений, связанных со снижением возможностей субъекта произвольно управлять своим мышлением, отключаться от мучительных мыслей вокруг ограниченных тем и желаний, проявляемых как попытки избежать любых контактов, как отсутствие потребности в совместной деятельности.

Термин «аутизм» стал использоваться при описании индивидуальных особенностей, связанных с преимущественной ориентацией личности на свою внутреннюю картину мира и внутренние критерии в оценке событий, что сопровождается утратой способности к интуитивному пониманию окружающих, к проигрыванию их ролей и неадекватным эмоциональным реагированием на их поведение.

Аутизм детский — свойство ребенка или подростка, развитие которого характеризуется резким снижением контактов с окружающими, слабо развитой речью и своеобразной реакцией на изменения в окружении.

В психологии принято выделять 4 группы аутизма у детей, в зависимости от степени его выраженности и характера проявлений.

*Первая группа.* Для детей первой группы характерны отрешенность от внешней среды, отсутствие потребности в контактах, им свойственна агрессивность, доходящая до патологии. Эти дети почти не владеют навыками самообслуживания, поэтому нуждаются в постоянной помощи и поддержке взрослых. Прогноз в данном случае наименее благоприятный.

*Вторая группа.* Детям второй группы свойственно отвержение внешней среды. Тут характерны многочисленные страхи, стереотипные движения, импульсивность, манерность, симбиотическая связь с матерью. Их речь, как правило, односложна. Среди детей, страдающих аутизмом, эта группа является самой многочисленной. Прогноз их развития благоприятнее: при соответствующей длительной коррекционной работе они даже могут обучаться в массовой школе.

*Третья группа.* Для детей следующей группы характерны отвлеченные интересы и фантазии, тут лучше развита речь, выше уровень когнитивного развития. Они менее зависимы от матери и в меньшей степени нуждаются в постоянном присутствии и надзоре взрослых. Уровень эмпатии, как правило, низок. Прогноз развития также достаточно благоприятен: при успешной коррекционной работе эти дети также могут обучаться в массовой школе.

*Четвертая группа.* Отличительная черта детей последней группы — свертормозимость. Как правило, они очень робкие, пугливые, особенно в контактах, часто не уверены в себе. Они активно стремятся усвоить некий набор поведенческих штампов, который облегчает их адаптацию к коллективу. Им свойственна эмоциональная зависимость от матери. Эти дети часто бывают парциально одаренными. В их речи встречается меньше штампов, она носит более спонтанный характер. Прогноз развития детей этой группы наиболее благоприятный. Они могут учиться в массовой школе, причем иногда даже без специальной коррекции.

Очень часто аутичный ребенок ведет себя так, будто он существует один, совершенно не замечая окружающих детей и взрослых. Родителям, вкладывающим много сил в его воспитание и обучение, необходима обратная связь: доволен ли он, требуется ли ему дополнительное внимание со стороны близких, общение с ними и т. д. Однако получить эту обратную связь родители могут далеко не всегда. В этом случае можно посоветовать родителям относиться к ребенку с предельным вниманием, следить за малейшими проявлениями его внутреннего состояния, за мимикой, жестами. Ведь иногда только по случайной фразе, даже по единичному возгласу, по мимолетному движению можно догадаться о тех переживаниях, желаниях, страхах, во власти которых находится ребенок.

Для того чтобы ребенок чувствовал себя уверенно в детском коллективе, желательно, чтобы родители или другие близкие взрослые (бабушка, дедушка) как можно чаще посещали группу в детском саду или класс. В школе они могут проводить с ребенком перемены, помогая ему налаживать контакт со сверстниками, или присутствовать вместе с ним и на уроке. Такая форма работы укрепляет контакт родителей и педагога, помогает им выработать эффективную программу взаимодействия с аутичным ребенком.

К сожалению, многие родители недооценивают значение распорядка дня, который для аутичного ребенка является одним из важнейших условий успешной адаптации, формирования у него чувства безопасности. Желательно, чтобы основные моменты режима не только проговаривались и соблюдались взрослыми, но и были изображены в виде понятных ребенку пиктограмм в удобном для него месте.

Родители аутичного ребенка всегда должны помнить, что он крайне консервативен, что любое, даже маленькое изменение в режиме, в обстановке, в одежде может вызвать агрессию. Чтобы не провоцировать подобные приступы, следует поддерживать привычный для ребенка порядок вещей и дел.

Для аутичного ребенка очень полезны семейные ритуалы, которые обеспечивают его спокойствие и уверенность в себе.

Например, следующие один за другим вечерние действия: прогулка, чаепитие, совместное чтение, массаж — подготовят аутичного ребенка к процедуре укладывания в постель и обеспечат спокойный сон.

### **Основные правила воспитания аутичных детей:**

1. Соблюдайте режим дня ребенка.

Составьте и напишите распорядок дня ребенка, повесьте его на видное место.

2. Формируйте стереотипы поведения ребенка в различных ситуациях.

Выполняйте в строгой, заведенной раз и навсегда последовательности различные повседневные процедуры и режимы: одевание, кормление, приготовление ко сну и т. д.; отведите специальное место для одежды, причем складывать ее надо всегда в одной и той же последовательности.

В ванной перед зеркалом можно разложить принадлежности для умывания.

В уголке для занятий или игр можно повесить схему расположения игрушек или предметов на столе и в столе.

3. Обучайте ребенка пользоваться картами, схемами и т. д.

Можно подобрать ряд игр по развитию навыков чтения пооперационных карт.

4. Старайтесь, чтобы ребенок получал яркие впечатления от произведений искусства (музыки, театра и т. д.).

Организуйте совместное прослушивание музыки, просмотр телевизионных передач, поездки в цирк, музей и т. д.

## **УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ РАБОТЫ С АУТИЧНЫМИ ДЕТЬМИ**

### *Упражнение 1. «Собираем головоломки»*

Упражнение направлено на развитие коммуникативных умений. Собирать головоломки — один из любимых видов деятельности многих аутичных детей, поэтому упражнение доставляет им большое удовольствие.

Сначала ребенку предлагают собрать одну или несколько головоломок, соответствующих его возрасту и умственному развитию. Затем незаметно из коробки извлекают одну деталь. Ребенок складывает знакомую головоломку и вдруг обнаруживает, что детали не хватает. Тогда он обращается за помощью. Если ребенок еще не готов к такого рода общению, взрослый может помочь ему: «Эта деталь у меня. Если она тебе нужна, можешь попросить, и я отдам ее». На первых порах можно даже помочь ребенку сформулировать просьбу. Полученный навык закрепляется постепенно, при каждом повторении игры, а затем переносится на другие виды деятельности.

### *Упражнение 2. «Говорящие рисунки»*

Упражнение направлено на развитие наблюдательности, коммуникативных способностей.

Ребенок получает пиктограмму и выполняет изображенное на ней действие. Затем он рассказывает взрослому о том, как он догадался, что нужно сделать именно это. После не большого диалога ребенок и взрослый могут поменяться ролями. Теперь уже взрослый выполняет задание, схематично изображенное ребенком, а затем отвечает на его вопросы.

### *Упражнение 3. «Симметричные рисунки»*

Упражнение направлено на развитие коммуникативных способностей, умения работать с партнером.

Взрослый предлагает ребенку вместе нарисовать симметричный предмет. Каждый рисует половину по одну сторону от оси: ребенок — справа (или слева, если он левша), взрослый — с другой стороны, симметрично. Взрослый заранее наносит на лист ключевые точки рисунка (по мере развития навыка таких точек можно делать меньше или наносит только одну, начальную). Карандаши ставят одновременно в одну точку и проводят линии в одном ритме.

### *Упражнение 4. «Рисуем мультфильм»*

Упражнение направлено на развитие коммуникативных способностей и учит восстанавливать последовательность происходящих событий.



Взрослый предлагает ребенку вспомнить основные события, которые происходили в течение дня (вчера или сегодня). Длинный узкий лист бумаги складывают в гармошку так, чтобы получились карточки небольшого размера. Взрослый вместе с ребенком делает зарисовки к основным моментам дня. На листе плотной бумаги взрослый рисует телевизор, прорезает в нем окошко и устраивает просмотр «мультфильма»: «Вот ты встал утром, вспомни, что сказал маме? Затем ты сел завтракать, выходя из-за стола, что ты сказал?» — и т. д. По окончании занятия ребенок может взять «мультфильм» с собой, чтобы посмотреть его дома вместе с мамой и папой. Игру следует проводить в течение нескольких занятий.

#### *Упражнение 5. «Волшебный сундучок»*

Упражнение способствует развитию тактильных ощущений, формированию навыков связной речи. В основе игры лежит один из любимых видов деятельности аутичных детей — разглядывание и изучение новых предметов.

В красиво оформленный сундучок кладут различные мелкие предметы. Надо доставать их из сундучка, рассматривать, играть с ними. Можно построить занятия на закрепление свойств предметов: фантазировать, где это может пригодиться, и т. д. В сундучок можно класть небольшие игрушки, а также лоскутки ткани, меха, пуговицы, клубочки пряжи и другие предметы, из которых можно изготовить различные поделки, чтобы ребенок захотел и на следующих занятиях вернуться к волшебному сундучку.

## **4.2. АГРЕССИВНЫЙ РЕБЕНОК**

Для начала разберемся в понятиях агрессия и агрессивность.

**Агрессия** (лат. *aggressio* — нападение) — индивидуальное или коллективное поведение или действие, направленное на нанесение физического или психического вреда либо даже на уничтожение другого человека или группы. Основные формы — агрессия реактивная, агрессия враждебная,

агрессия инструментальная и автоагрессия. Для форм агрессии, развивающихся в таких массовых социальных явлениях, как террор, геноцид, расовые столкновения, религиозные и идеологические, типичны сопровождающие их процессы психического заражения и взаимной индукции, стереотипизации представлений в создаваемом «образе врага». Готовность к агрессивному поведению рассматривается как устойчивая черта личности — агрессивность.

Некоторые проявления агрессии и автоагрессии могут быть признаком развивающихся патопсихологических изменений личности (возбуждаемая психопатия, паранойя, эпилепсия и пр.).

**Агрессивность** (фр. *agressif* — агрессивный) — устойчивая черта личности, проявляющаяся в готовности к агрессивному поведению. Уровни ее определяются как научением в процессе социализации, так и ориентацией на культурно-социальные нормы, важнейшие из которых — нормы социальной ответственности и нормы возмездия за акты агрессии. Важная роль принадлежит и следующим ситуативным переменным: истолкованию намерений окружающих, возможности получения обратной связи, провоцирующему влиянию оружия и пр.

Агрессивность — одна из врожденных установок, коренящаяся в садистической фазе либидо. Выражается в стремлении к наступательным или насильственным действиям, направленным на нанесение ущерба или на уничтожение объекта наступления.

Майерс различает два типа агрессии: враждебную и инструментальную. Источник враждебной агрессии — злость, ее единственная цель — причинить вред. В случае инструментальной агрессии стремление причинить вред не самоцель, а средство достижения какой-либо позитивной цели.

Все многообразие форм агрессивности можно также разделить на два класса: это гетероагрессия, направленная на других, и аутоагрессия, направленная на себя.

А. Басе и А. Дарки выделяют пять основных типов агрессии:

- физическая агрессия (физические действия против кого-либо);
- раздражение (вспыльчивость, грубость);
- вербальная агрессия (угрозы, крики, ругань и т. д.);
- негативизм (оппозиционная манера поведения);
- косвенная агрессия — направленная (сплетни, злобные шутки) и ненаправленная (крики в толпе, топание и т. д.).

Все эти виды агрессии можно наблюдать у людей любого возраста, с самого раннего возраста.

Лучшей гарантией хорошего самообладания и адекватного поведения детей является умение родителей владеть собой. К сожалению, многие родители сами не умеют управлять собственным гневом. Их дети в процессе воспитания вряд ли усвоят навыки адекватного выражения агрессии. Ниже даны общие рецепты, которые помогут родителям избежать влияния их собственного гнева на отношения с ребенком.

1. Наладьте взаимоотношения со своим ребенком, чтобы он чувствовал себя с вами спокойно и уверенно:

- слушайте своего ребенка.
- проводите вместе с ним как можно больше времени.
- делитесь с ним своим опытом.
- рассказывайте ему о своем детстве, детских поступках, победах и неудачах.
- если в семье несколько детей, постарайтесь общаться не только со всеми вместе, но уделяйте свое «безраздельное» внимание и каждому из них в отдельности.

2. Следите за собой, особенно в те минуты, когда вы находитесь под действием стресса и вас легко вывести из равновесия:

- если вы раздражены, по возможности отложите или отмените все совместные с ребенком дела, пока вы не успокоитесь;
- если какая-нибудь ситуация требует вашего вмешательства, обращайтесь с ребенком спокойно, не выражайте свои отрицательные эмоции;

- старайтесь не прикасаться к ребенку в минуты раздражения.

3. Если вы расстроены, то дети должны знать о вашем состоянии:

- прямо говорите детям о своих чувствах, желаниях и потребностях: «Я очень расстроена, хочу побыть одна. Поиграй, пожалуйста, в соседней комнате» или: «Дела на работе вывели меня из себя. Через несколько минут я успокоюсь, а сейчас, пожалуйста, не трогай меня».

4. В те минуты, когда вы расстроены или разгневаны, сделайте для себя что-нибудь приятное, что могло бы вас успокоить: примите теплую ванну, душ; выпейте чая; позвоните друзьям; сделайте «успокаивающую» маску для лица; просто расслабьтесь, лежа на диване, послушайте любимую музыку.

5. Старайтесь предвидеть и предотвратить возможные неприятности, которые могут вызвать ваш гнев:

- не давайте ребенку играть с теми вещами и предметами, которыми вы очень дорожите;
- не позволяйте выводить себя из равновесия. Умейте предчувствовать наступление эмоционального срыва и не допускайте этого, управляя собой (подумайте о чем-то приятном) и ситуацией.

6. К некоторым особо важным событиям следует готовиться заранее. Постарайтесь предусмотреть всевозможные нюансы и подготовить ребенка:

- изучайте силы и возможности вашего ребенка;
- если вам предстоит сделать первый визит (к врачу, в детский сад и т. д.), отрепетируйте все заранее;
- если ребенок капризничает в тот момент, когда он голоден, продумайте, как накормить его во время длительной поездки.

Поскольку поведение агрессивных детей часто деструктивно и связано с непредсказуемыми эмоциональными вспышками, проблема обучения ребенка приемлемым способам выражения гнева — одна из самых острых и важных

проблем, стоящих перед взрослыми. Существует четыре основных способа обращения с гневом:

- прямо (вербально или невербально) заявить о своих чувствах, дав выход отрицательным эмоциям;
- выразить гнев в косвенной форме, вымещая его на человеке или предмете, который представляется неопасным. Не отреагировав сразу, человек рано или поздно почувствует необходимость выплеснуть гнев из себя, но не на того, кто вызвал это чувство, а на того, кто подвернется под руку, кто слабее и не может дать отпор. Такое выражение гнева получило название переноса;
- сдерживать свой гнев, загоняя его внутрь. В этом случае постепенно накапливающиеся отрицательные чувства способствуют возникновению стресса;
- сдерживать агрессию заранее, не давая ей возможности развиться. При этом человек пытается выяснить причину гнева и устранить ее в кратчайший срок.

Иногда агрессия проявляется в пассивно-агрессивной форме: ребенок старается совершить все негативные действия и поступки (толкается, щиплется) исподтишка. Эта форма проявления гнева наиболее разрушительна. В этом случае в процессе коррекционной работы желательно научить детей приемлемым способам снятия эмоционального напряжения, таким, как:

- перенос гнева на безопасный предмет (резиновые игрушки, мячи, бумажные шарики, музыкальные инструменты и т. д.);
- вербальное выражение гнева в вежливой форме («Я злюсь», «Я сердит»);
- конструктивные навыки взаимодействия со сверстниками и взрослыми в конфликтных ситуациях.

К позитивным способам выражения гнева относятся:

- умение вербально направить гнев на объект. При этом выражается основная жалоба, без уклонений в сторону;

- вежливое, корректное выражение негативных эмоций;
- стремление найти конструктивное решение.

Перенос чувств на безопасные объекты полезен в основном для маленьких детей, которые не всегда могут вербализовать свои мысли и тем более чувства. Для работы с такими детьми нужны резиновые игрушки, каучуковые шарики, которые можно бросать в ванну, наполненную водой, подушки, поролоновые мячи, мишень с дротиком, «стаканчик для крика», молоток, гвозди и обрезок бревна, спортивный инвентарь и т. п. Все эти предметы нужны для того, чтобы ребенок не направлял гнев на людей, а переносил его на неодушевленные предметы, выплескивал в игровой форме. Такая техника полезна при работе с робкими, неуверенными в себе детьми.

Агрессивным детям зачастую свойственны мышечные зажимы, особенно в области лица и кистей рук. Поэтому им полезны любые релаксационные упражнения.

Агрессивные дети иногда проявляют агрессию лишь потому, что не знают других способов выражения чувств. Задача взрослого — научить их выходить из конфликтных ситуаций приемлемыми способами. С этой целью в группе (или в кругу) можно обсудить с детьми наиболее часто встречающиеся конфликтные ситуации.

Снижению уровня агрессии способствует развитие эмпатии.

**Эмпатия** — постижение эмоционального состояния, проникновение-вчувствование в переживания другого человека.

Понимание другого человека путем эмоционального вчувствования в его переживания. Термин ввел в психологию Э. Титченер, обобщивший развивавшиеся в философской традиции идеи о симпатии с теориями вчувствования Э. Клиффорда и Т. Липпса.

Различают: 1) эмпатию эмоциональную — основанную на механизмах проекции и подражания моторным и аффективным реакциям другого; 2) эмпатию когнитивную — базирующуюся на понимании мыслей и чувств другого.

щуюся на интеллектуальных процессах — сравнении, аналогии и пр.; 3) эмпатию предикативную — проявляющуюся как способность предсказывать аффективные реакции другого в конкретных ситуациях.

Как особые формы эмпатии выделяют: 1) сопереживание — переживание тех же эмоциональных состояний, которые испытывает другой, через отождествление с ним; 2) сочувствие — переживание собственных эмоциональных состояний в связи с чувствами другого.

Важной характеристикой процессов эмпатии, отличающей ее от других видов понимания, таких, как идентификации, принятия ролей, децентрации и пр., является слабое развитие рефлексивной сторон, замкнутость в рамках непосредственного эмоционального опыта.

Установлено, что эмпатическая способность обычно возрастает с углублением жизненного опыта; эмпатия легче реализуется при сходстве поведенческих и эмоциональных реакций субъектов.

Развивать эмпатию и формировать другие положительные качества можно во время совместного чтения. Обсуждая прочитанное, взрослый поощряет ребенка выражать свои чувства. Кроме этого полезно сочинять с ребенком сказки, истории. Желательно, чтобы в процессе чтения родители беседовали с детьми о чувствах, которые пробуждают в них те или иные действия героев.

Наблюдая агрессивные вспышки ребенка, психолог может продемонстрировать родителям или воспитателям следующие приемы воздействия:

- 1) использование физического препятствия перед назревающей вспышкой гнева. Желательно научить ребенка остановить занесенную для удара руку, удержать за плечи и твердо сказать «нельзя»;
- 2) переключение внимания ребенка на интересную игрушку или какое-либо занятие;
- 3) мягкое физическое манипулирование (спокойно взять ребенка на руки и унести его с места конфликта);
- 4) удаление фрустрирующего объекта.

## **УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАБОТЫ С АГРЕССИВНЫМ РЕБЕНКОМ**

### *Упражнение 1. «Эмоциональный словарь»*

Упражнение направлено на развитие эмоциональной сферы.

Перед ребенком раскладывают набор карточек, на которых изображены мимические проявления различных эмоций. Взрослый спрашивает: какое чувство здесь нарисовано? После этого ребенку предлагают вспомнить, когда он сам был в таком состоянии, как он при этом себя чувствовал, хотел бы он снова это ощутить. «А может ли это выражение лица отражать другое чувство? А какие еще из нарисованных здесь чувств ты испытываешь?» Все приведенные детьми примеры из жизни взрослый записывает на листе бумаги; ребенку предлагают самому нарисовать картинку, соответствующую данной эмоции. Через 2–3 недели игру можно повторить, сравнивая при этом прежние состояния ребенка с теми, которые возникали недавно. Можно спросить ребенка: «Каких состояний у тебя было больше за прошедшие 2–3 недели — хороших или плохих? А что ты можешь сделать, чтобы испытывать как можно больше приятных чувств?»

### *Упражнение 2. «Цветик-семицветик»*

Упражнение направлено на развитие умения оценить свое состояние, проанализировать поведение.

Взрослый заранее, лучше вместе с ребенком, вырезает из картона семь лепестков цветка. На каждом из лепестков рисуют фигурки людей — детей и взрослых — в различных ситуациях. Ребенок смотрит на лепесток и рассказывает о случаях, когда он находился в похожей ситуации, описывает эмоции, которые при этом испытывал. Такие занятия следует проводить многократно, время от времени обсуждая с ребенком, изменились ли его взгляды на окружающих и на себя. Например, если ребенок вначале говорил, что он счастлив, когда ему дарят подарки, а через 2–3 месяца заявил, что чаще всего он счастлив, когда другие дети принимают его в



игру, можно об этом поговорить и спросить, почему его представления изменились.

### *Упражнение 3. «В тридевятом царстве»*

Упражнение направлено на развитие эмпатии, установление взаимопонимания между взрослым и ребенком.

Взрослый и ребенок, прочитав какую-либо сказку, рисуют на большом листе бумаги комикс, где изображены герои и запомнившиеся события. Затем взрослый просит ребенка пометить на рисунке то место, где бы он хотел оказаться. Ребенок, рисуя, играет роль главного героя сказки, описывает «свои» похождения. Взрослый задает ему вопросы: «А что бы ты ответил герою сказки, если бы он спросил тебя... А что бы ты сделал на месте героя? А что бы ты ощутил, если бы герой сказки появился здесь?»

### *Упражнение 4. «Эмоции героев»*

Упражнение направлено на развитие эмпатии, умения оценить ситуацию и поведение окружающих.

Ребенок получает карточки с изображениями различных эмоциональных состояний — с помощью мимики или символов. (Карточки лучше рисовать вместе с ребенком, обсуждая, какие чувства на них изображены.) Взрослый читает сказку, а ребенок в процессе чтения откладывает несколько карточек, которые, на его взгляд, отражают эмоциональное состояние героя в различных ситуациях. По окончании чтения ребенок объясняет, в какой ситуации и почему герой был весел, грустен, подавлен и т. д. сказка не должна быть слишком длинной, с учетом возраста, уровня интеллекта, объема внимания и памяти ребенка.

## **4.3. ТРЕВОЖНЫЙ РЕБЕНОК**

**Тревожность** (готовность к страху) — состояние целесообразного подготовительного повышения сенсорного внимания и моторного напряжения в ситуации возможной опасности, обеспечивающее соответствующую реакцию на страх. Склонность индивида к переживанию тревоги, характеризующаяся

низким порогом возникновения тревоги; один из основных параметров индивидуальных различий.

В целом тревожность — это субъективное проявление неблагополучия личности. Она обычно повышена: 1) при заболеваниях нервно-психических и тяжелых соматических; 2) у здоровых людей, переживающих последствия психической травмы; 3) у многих групп людей с отклоняющимся поведением.

Исследования тревожности направлены на различение: 1) тревожности ситуативной — связанной с конкретной внешней ситуацией; 2) тревожности личностной — стабильного свойства личности.

Также разрабатываются методы анализа тревожности как результата взаимодействий личности и ее окружения.

В два года дети чаще всего боятся чего-то определенного, например посещения врача, а начиная примерно с трехлетнего возраста число конкретных страхов значительно снижается, а на смену им приходят страхи символические, такие, как страх темноты и одиночества. В 6—7 лет ведущим становится страх своей смерти, а в 7—8 — страх смерти родителей. В 7—11 лет ребенок больше всего боится «быть не таким», сделать что-то не так, не соответствовать общепринятым требованиям и нормам. Таким образом, коррекционную работу с тревожными детьми желательно начинать во время кризиса семи лет или раньше.

Вопрос о причинах возникновения тревожности в настоящее время остается открытым. Многие авторы одной из причин повышенного уровня тревожности дошкольников и младших школьников считают нарушение детско-родительских отношений. Чаще всего тревожность появляется тогда, когда ребенок находится в ситуации внутреннего конфликта. Конфликт может быть вызван:

- 1) требованиями родителей, неадекватными возможностям ребенка;
- 2) повышенной тревожностью самих родителей;
- 3) непоследовательностью родителей в воспитании ребенка;

- 4) предъявлением ребенку противоречивых требований;
- 5) эффективностью (чрезмерной эмоциональностью) обоих или одного из родителей;
- 6) тенденцией родителей сравнивать достижения своего ребенка с достижениями других детей;
- 7) авторитарным стилем воспитания в семье;
- 8) гиперсоциальностью родителей: стремлением все делать правильно, соответствовать общепринятым стандартам и нормам.

Родители тревожных детей зачастую предъявляют к ним завышенные требования, совершенно невыполнимые для ребенка. Иногда это связано с неудовлетворенностью собственным положением, с желанием воплотить в ребенке свои нереализованные мечты. Завышенные требования родителей могут быть связаны и с другими причинами. Так, добившись высокого положения в обществе или материального благополучия, родители, не желая видеть в своем ребенке «неудачника», заставляют его работать сверх меры.

Требования взрослых, которые ребенок не в состоянии выполнить, нередко приводят к тому, что он начинает испытывать страх несоответствия ожиданиям, чувствовать себя неудачником. Со временем он привыкает «опускать руки», сдаваться без борьбы даже в обычных ситуациях. Таким образом формируется человек, который старается действовать так, чтобы ему не приходилось сталкиваться с какими бы то ни было проблемами.

Некоторые родители, стремясь уберечь своего ребенка от любых реальных и мнимых угроз его жизни и безопасности, формируют у него ощущение собственной незащищенности перед опасностями мира. Все это мешает нормальному развитию ребенка, реализации его творческих способностей, общению со взрослыми и сверстниками.

Большинство родителей тревожных детей не осознают, как их собственное поведение влияет на характер ребенка. С такими родителями необходимо проводить разъяснительные беседы, рекомендовать им для чтения специальную

литературу и привлекать их к взаимодействию с педагогом или психологом.

Как правило, родители тревожных детей сами обладают высоким уровнем тревожности, в связи с чем страдают низкой самооценкой и мышечными зажимами, не удовлетворены собой и своими действиями и т. д. Таким родителям необходимо, прежде всего, заняться самовоспитанием, которое можно начать с изучения и применения на практике восьми способов изменения самооценки:

1. Постарайтесь позитивнее относиться к жизни:
  - используйте внутренний диалог, состоящий только из позитивных утверждений.
2. Если у вас появятся негативные мысли, постарайтесь тут же переключиться на приятное:
  - относитесь к людям так, как они того заслуживают.
  - выискивайте в каждом человеке не недостатки, а положительные качества.
3. Относитесь к себе с уважением:
  - составьте список своих достоинств;
  - убедите себя в том, что вы ими действительно обладаете.
4. Попытайтесь избавиться от того, что вам не нравится в самих себе:
  - чаще смотрите на себя в зеркало, пытаясь ответить на вопрос: стоит ли что-то изменить в себе?
  - если да — то не откладывайте.
5. Начинайте принимать самостоятельные решения:
  - помните, что не существует правильных и неправильных решений;
  - любое принятое вами решение вы всегда можете оправдать и обосновать.
6. Постарайтесь окружить себя тем, что оказывает на вас положительное влияние:
  - приобретайте любимые книги, магнитофонные записи;
  - имейте и любите свои «слабости».
7. Начинайте рисковать:
  - принимайте на себя ответственность, доля риска сначала может быть и невелика.

8. Обретите любую веру: в человека, в судьбу, в обстоятельства и пр.:

- помните, что вера в нечто более значительное, чем вы сами, помогает в решении трудных ситуаций.
- если вы не можете повлиять на ход событий, «отойдите в сторону» и просто подождите.

Поскольку у тревожных детей часто повышена потребность кого-то любить и ласкать, хорошо иметь дома животных: кошку, собаку, хомячка или попугайчика. Сотрудничество между родителями и ребенком при совместном уходе за любимым питомцем поможет им выстроить партнерские отношения.

При проведении занятий с тревожным ребенком можно рекомендовать придерживаться следующих принципов:

- принимать ребенка, какой он есть, верить в него, уважать не только его достоинство, но и его страхи, деструктивные формы поведения и т. д.;
- побуждать ребенка к спонтанному выражению чувств.

Как правило, придя в игровую комнату, тревожный ребенок ждет конкретных указаний и инструкций взрослого: что можно, а чего нельзя делать. Многие дети молчат и чувствуют себя неуверенно. Психолог комментирует действия ребенка, поощряя его самостоятельность и инициативу. Таким образом, в процессе игры ребенок учится принимать решения, обретает смелость и уверенность в себе. Работая с тревожными детьми, психологу важно установить контакт как с воспитателями (учителями), так и с родителями.

Воспитателям можно дать следующие рекомендации:

- не привлекать тревожных детей к соревновательным играм и подобным видам деятельности;
- не подгонять тревожных детей с флегматическим и меланхолическим темпераментом, давать им возможность действовать в привычном для них темпе (такого ребенка можно чуть раньше, чем остальных, посадить за стол, одевать в первую очередь и т. д.);
- хвалить ребенка даже за незначительные достижения;

- не заставлять ребенка заниматься непривычными видами деятельности, вначале дать ему возможность просто посмотреть, как это делают сверстники;
- использовать в работе с тревожными детьми знакомыми им игрушки и материалы;
- закрепить за ребенком постоянное место за столом, кроватью;
- если малыш ни на шаг не отходит от воспитателя, поручить ребенку «важную роль» помощника.

Для тревожного ребенка характерна заниженная самооценка, что выражается в болезненном восприятии критики окружающих, в самообвинении при неудачах, в боязни браться за новое сложное задание. Такие дети, как правило, чаще других подвергаются манипуляциям со стороны взрослых и сверстников. Кроме того, чтобы вырасти в собственных глазах, тревожные дети иногда любят критиковать других. Для того чтобы помочь им повысить самооценку, следует оказывать им поддержку, проявлять искреннюю заботу о них и как можно чаще давать позитивную оценку их действиям и поступкам.

Эмоциональное напряжение у тревожных детей чаще всего проявляется в мышечных зажимах в области лица, шеи и живота. Чтобы помочь детям снизить напряжение — и мышечное, и эмоциональное, — следует научить их упражнениям для релаксации. При работе с тревожными детьми необходимо также использовать упражнения, в которые входит телесный контакт с ребенком.

Следующий этап в работе с тревожным ребенком — выработка владения собой в травмирующих и незнакомых ситуациях. Даже если самооценка ребенка повысилась и он научился снижать мышечное и эмоциональное напряжение в привычной обстановке на занятиях и дома, нет гарантии, что в реальной — особенно непредвиденной — жизненной ситуации ребенок будет вести себя адекватно. В любой момент такой ребенок может растеряться и забыть все, чему его научили. Именно поэтому отработка навыков поведения в реальных ситуациях является необходимой частью работы.

тревожными детьми. Эта работа заключается в обыгрывании как привычных, так и возможных ситуаций. Для этого можно применять ролевые игры.

### **УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАБОТЫ С ТРЕВОЖНЫМИ ДЕТЬМИ**

#### *Упражнение 1. «Драка»*

Упражнение направлено на расслабление мышц нижней части лица и кистей рук, обучение навыку снимать чувство тревоги и страха.

Взрослый говорит ребенку: «Представь, что ты с кем-то поссорился и сейчас начнется драка. Глубоко вдохни, изо всех сил стисни зубы, как можно сильнее сожми кулаки, ненадолго задержи дыхание... А теперь подумай: а может, не стоит драться? Ура! Неприятности позади! Выдохни и расслабься, потряси кистями рук. Почувствовал, как стало легко?» Это упражнение полезно проводить и с агрессивными детьми.

#### *Упражнение 2. «Покатай куклу»*

Упражнение направлено на снятие зажимов в мышцах рук, повышение уверенности в себе.

Ребенку дают в руки маленькую куклу или другую игрушку и говорят, что кукла боится кататься на качелях. Задача ребенка — научить ее быть смелой. Сначала ребенок, имитируя движение качелей, слегка покачивает рукой, постепенно увеличивая амплитуду движений и меняя их направление. Взрослый спрашивает ребенка, стала ли кукла смелой. Если нет, можно рассказать ей, что она должна сделать, чтобы преодолеть свой страх. Затем игру можно повторить еще раз.

#### *Упражнение 3. «Добрый — злой, веселый — грустный»*

Упражнение направлено на расслабление мышц лица.

Взрослый предлагает ребенку вспомнить различных героев любимых сказок и ответить на вопросы: «Кто из этих героев самый добрый? А кто самый злой? Кто самый веселый? А кто самый грустный? А каких ты еще знаешь героев — удивленных, испуганных?» и т. д. Всех названных персонажей ребенок рисует на листах бумаги. После этого взрослый

говорит: «Сейчас я попробую показать тебе, как выглядит один из героев. А ты отгадай, кто это». Взрослый делает веселое (грустное, злое и т. д.) выражение лица, а ребенок отгадывает, кому из нарисованных персонажей это соответствует. Затем взрослый и ребенок меняются ролями. В эту игру особенно полезно играть тревожным детям с их тревожными родителями.

#### 4.4. ГИПЕРАКТИВНЫЙ РЕБЕНОК

**Гиперактивность** — энергичная, неадекватная двигательная активность.

Основными проявлениями гиперактивности являются сниженная способность концентрировать внимание, импульсивность и повышенная двигательная активность. Причины появления синдрома гиперактивности окончательно еще не установлены. Пики его проявления совпадают с пиками психоречевого развития: в 1—2 года, когда закладываются навыки речи; в 3 года, когда у ребенка быстро увеличивается словарный запас; и в 6—7 лет, когда формируются навыки чтения и письма. Соответственно, работа с гиперактивными детьми особенно важна в периоды возрастных кризисов одного года, трех и семи лет.

При взаимодействии с гиперактивными детьми родители, как правило, испытывают много трудностей. Одни пытаются жесткими мерами бороться с «непослушанием» ребенка, усиливают дисциплинарные способы воздействия, увеличивают рабочие нагрузки, строго наказывают за малейший проступок, вводят жесткую систему запретов. Другие, устав от бесконечной борьбы с ребенком, опускают руки, стараются не обращать внимания на его поведение и предоставляют ему полную свободу действий, тем самым лишая ребенка необходимой поддержки. Третьи, слыша и в детском саду, и в школе, и в других общественных местах непрекращающиеся упреки и замечания в адрес своего ребенка, начинают винить себя в том, что он такой, вплоть до отчаяния



и депрессии (что, в свою очередь, негативно влияет на чувствительного ребенка).

Во всех этих случаях родители не способны выработать последовательную оптимальную линию поведения в отношениях с ребенком, поэтому с ними необходимо работать. С гиперактивным ребенком необходимо общаться мягко, спокойно. Если взрослый выполняет вместе с ним учебное задание, желательно избегать как криков и приказаний, так и восторженных интонаций, эмоционально приподнятого тона. Гиперактивный ребенок, будучи очень чувствительным и восприимчивым, скорее всего быстро присоединится к настроению взрослого. Родительские эмоции захлестнут его и станут препятствием для эффективных действий.

Соблюдение дома четкого распорядка дня — еще одно из важнейших условий взаимодействия с гиперактивным ребенком. И прием пищи, и прогулки, и выполнение домашних заданий необходимо осуществлять в одно и то же привычное для ребенка время. Чтобы предотвратить перевозбуждение, ребенок должен ложиться спать в строго определенное время, причем продолжительность сна должна быть достаточной для восстановления сил (в каждом конкретном случае родители определяют эту продолжительность сами, исходя из состояния ребенка). По возможности надо оградить гиперактивного ребенка от длительных занятий на компьютере и от просмотра телевизионных передач, особенно способствующих эмоциональному возбуждению. Гиперактивному ребенку полезны спокойные прогулки перед сном, во время которых родители имеют возможность откровенно поговорить с ребенком наедине, узнать о его проблемах. А свежий воздух и размеренный шаг помогут ребенку успокоиться.

Психологи рекомендуют при работе с гиперактивными детьми в первую очередь сосредоточить усилия на том, чтобы сгладить напряжение и дать ребенку возможность реализовать его потребности. Основными ошибками взрослых при воспитании гиперактивного ребенка являются:

- недостаток эмоционального внимания, подменяемого медицинским уходом;
- недостаток твердости и контроля в воспитании;
- неумение воспитать навыки управления гневом.

Как правило, ребенок проявляет признаки гиперактивности в гораздо меньшей степени, оставаясь один на один со взрослым, особенно в том случае, когда между ними налажен эмоциональный контакт. Так как гиперактивные дети не всегда воспринимают границы дозволенного, следует обратить особое внимание на ограничения и запреты, вводимые в процессе занятий с ребенком. Их следует делать спокойным, но вместе с тем уверенным тоном, обязательно предоставляя ребенку альтернативные способы удовлетворения его желаний.

В работе с гиперактивными детьми используют три основных направления:

- 1) развитие дефицитарных функций (внимания, контроля поведения, двигательного контроля);
- 2) отработка конкретных навыков взаимодействия со взрослыми и сверстниками;
- 3) обучение контролю над проявлениями гнева.

Работа по этим направлениям может осуществляться одновременно, или, при необходимости, можно выбрать одно приоритетное направление.

При развитии дефицитарных функций работу следует проводить поэтапно, начиная с развития одной функции так как гиперактивному ребенку особенно трудно быть одновременно и внимательным, и спокойным, и неимпульсивным. После достижения устойчивых положительных результатов можно переходить к тренировке одновременно двух функций, например внимания и контроля над двигательной активностью или внимания и контроля над поведением. Лишь затем можно использовать упражнения, которые развивают все три дефицитарные функции одновременно.

Работу с гиперактивным ребенком следует начинать с индивидуальных занятий. На этом этапе можно обучить ребе

ка не только слушать, но и слышать, понимать инструкции взрослого, проговаривать их вслух, формулировать правила поведения во время занятий и правила выполнения конкретного упражнения. На этом этапе желательно совместно с ребенком выработать систему поощрений и наказаний, которая впоследствии поможет ему адаптироваться в детском коллективе. Следующий этап — вовлечение гиперактивного ребенка в групповые занятия.

При отработке навыков взаимодействия со взрослыми и сверстниками, при работе с гневом используются те же принципы, что и при работе с агрессивными детьми.

При подборе игр, особенно подвижных, следует учитывать такие индивидуальные особенности гиперактивных детей, как неумение подчиняться групповым правилам, быстрая утомляемость, неумение выслушивать и выполнять инструкции, невниманье к деталям. В игре им трудно дожидаться своей очереди и считаться с интересами других. Поэтому включать таких детей в коллективную работу следует поэтапно.

Неоценимую помощь в работе оказывают релаксационные упражнения и упражнения на телесный контакт. Они помогают ребенку лучше осознавать свое тело, а также контролировать двигательную активность.

## **УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАБОТЫ С ГИПЕРАКТИВНЫМИ ДЕТЬМИ**

### *Упражнение 1. «Разговор с руками»*

Упражнение направлено на обучение контролю над поведением.

Взрослый предлагает ребенку обвести на листе бумаги силуэт кистей, затем оживить ладошки — нарисовать им глазки, ротик, раскрасить цветными карандашами пальчики. После этого можно начать беседу с руками. «Кто вы, как вас зовут? Что вы любите делать? Чего не любите? Какие вы?» Если ребенок не подключается к разговору, взрослый ведет диалог сам. При этом важно подчеркнуть, что руки хорошие, они многое умеют делать (следует перечислить, что именно),

но иногда не слушаются хозяина. Закончить игру нужно «заключением договора» между руками и их хозяином. Пусть руки пообещают, что в течение двух-трех дней (в зависимости от реальных возможностей ребенка, быть может — только сегодняшнего вечера) они постараются делать только хорошие дела: мастерить, здороваться, играть — и не будут никого обижать. Если ребенок согласится на такие условия, то через заранее оговоренный промежуток времени необходимо снова поиграть в эту игру и заключить договор на более длительный срок, похвалив послушные руки и их хозяина.

### *Упражнение 2. «Разговор с телом»*

Упражнение обучает ребенка владеть своим телом.

Это упражнение — модификация предыдущего. Ребенок ложится на пол на большой лист бумаги или кусок обоев. Взрослый карандашом обводит контуры фигуры ребенка. Затем вместе с ребенком рассматривает силуэт и задает вопросы: «Это твой силуэт. Хочешь, мы можем разрисовать его? Каким бы цветом ты хотел раскрасить руки, ноги, туловище? Как ты думаешь, помогает ли тебе твое тело в определенных ситуациях, например когда ты спасаешься от опасности? Какие части тела тебе особенно помогают? А бывают такие ситуации, когда твое тело подводит тебя, не слушается? Что ты делаешь в этом случае? Как ты можешь научить свое тело быть более послушным? Давай договоримся, что ты и твое тело будут стараться лучше понимать друг друга».

### *Упражнение 3. «Клубочек»*

Упражнение обучает ребенка саморегуляции.

Ребенку предлагают смотать в клубочек яркую пряжу. Размер клубка с каждым разом может становиться все больше и больше. Взрослый по секрету говорит ребенку, что этот клубочек не простой, а волшебный: как только его начинаешь сматывать, сразу же успокаиваешься. Когда игра станет для ребенка привычной, он сам начнет просить взрослого дать ему «волшебные нитки» всякий раз, как почувствует, что он огорчен, устал или «завелся».

*Упражнение 4. «Археология»*

Игры с песком и водой успокаивают ребенка и особенно подходят для гиперактивных детей. В эти игры необязательно играть только летом на пляже, их можно организовать и дома. Взрослые должны подобрать соответствующие игрушки: лодочки, тряпочки, мелкие предметы, мячики, трубочки и т. д. и, особенно на первых занятиях, помочь ребенку организовать игру. Чтобы облегчить неизбежную уборку, песок можно заменить крупой, предварительно прогретой в духовке.

Приведем только один пример такой игры, направленной на развитие мышечного контроля. Взрослый опускает кисть руки в таз с песком или крупой и засыпает ее. Ребенок осторожно откапывает руку — делает «археологические раскопки». При этом нельзя дотрагиваться до руки. Если ребенок коснется ладони взрослого, они меняются ролями.

*Упражнение 5. «Маленькая птичка»*

Упражнение направлено на развитие мышечного контроля.

Ребенку в ладошки дают пушистую, мягкую, хрупкую игрушечную птичку или другого зверька. Взрослый говорит: «К тебе прилетела птичка, она такая маленькая, нежная, беззащитная. Она так боится коршуна! Подержи ее, поговори с ней, успокой ее». Ребенок берет в ладошки птичку, держит ее, гладит, говорит добрые слова, успокаивая ее, и вместе с тем успокаивается сам. В дальнейшем можно уже не использовать игрушку, а просто сказать ребенку: «Помнишь, как надо успокаивать птичку? Успокой ее снова». Тогда ребенок сам садится на стульчик, складывает ладошки и успокаивается.

## **4.5. ТРУДНОСТИ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА**

Подростковый возраст подразделяется на два периода: пубертатный (или младший подростковый): 11—12—14—15 лет; юношеский (ювенильный): 16—20 лет.

*Пубертатный период* характеризуется физиологическими изменениями в организме при половом созревании, сопровождающемся и психологическими явлениями. Основными задачами развития пубертатного периода являются следующие:

- сепарация и индивидуация;
- развитие самоопределения;
- определение референтной группы;
- развитие половой идентификации;
- развитие личной системы ценностей;
- формирование жизненных целей.

Выделяют пять сфер амбивалентности подростка:

1. Бунт против контроля со стороны взрослых — потребность в руководстве;
2. Желание близости — страх интимности;
3. Испытание и проверка на прочность внешних границ — поддержка и забота со стороны взрослых;
4. Мысли о будущем — ориентация на настоящее;
5. Сексуальное созревание — психическая неготовность к сексуальному опыту.

Младший подростковый возраст распадается на две фазы — негативную и позитивную, или фазу влечений и фазу интересов. Первая, длящаяся около двух лет, связана со свертыванием и отмиранием прежде установившейся системы интересов (отсюда ее протестный, негативный характер) и с процессами развития новых влечений. Вторая характеризуется вызреванием нового ядра интересов.

В этом возрасте формируется «чувство взрослости» — стремление быть, казаться и действовать как взрослый. Если родители относятся к этому адекватно, то развитие происходит бесконфликтно и прогноз его более благоприятен. Если же к подростку, исследующему «чувство взрослости», относятся как к ребенку, то возникает конфликт, взаимное непонимание.

Существуют два основных пути протекания данного кризиса:

— *Кризис независимости.* Его симптомы — строптивость, упрямство, негативизм, своеволие, обесценивание взрослых, отрицательное отношение к их требованиям, протест и бунт, ревность к собственности. Это некоторый рывок вперед, выход за пределы старых норм, правил, это заявление: «я уже не ребенок»;

— *Кризис зависимости.* Его симптомы — чрезмерное послушание, зависимость от старших или сильных, регресс к старым интересам, вкусам, формам поведения. Это возврат назад, к той позиции и системе отношений, которая гарантировала эмоциональное благополучие, чувство уверенности, защищенности: «я ребенок и хочу им оставаться».

Как правило, подросток занимает двойственную позицию, в симптомах кризиса присутствует та и другая тенденция, речь идет только о том, какая из них доминирует. В силу недостаточной психологической и социальной зрелости подросток, отстаивая перед взрослыми свои новые взгляды, добиваясь равных прав, стремясь расширить рамки дозволенного, одновременно ждет от них помощи, поддержки и защиты, ждет (конечно, неосознанно), что взрослые обеспечат относительную безопасность этой борьбы, оградят его от слишком рискованных шагов. Поэтому повышенно-либеральное, «разрешающее» отношение часто наталкивается на глухое раздражение подростка, а достаточно жесткий, но при этом аргументированный запрет после кратковременной вспышки негодования, напротив, ведет к успокоению, способствует эмоциональному благополучию.

К отдельным проявлениям подросткового кризиса относят следующие: негативизм, интеллектуализация, склонность к анализу, подростковая депрессия, проблемы восприятия своего физического образа. Распространенным симптомом пубертатного кризиса является также суицидальное поведение. В этом периоде оно отличается многообразием: это суицидальные мысли, намерения, высказывания, угрозы, попытки. Во многих европейских странах оно настолько распространено, что занимает второе-третье место среди причин смертности людей данного возраста.

Главная задача развития в *период юности* — поиск своего места в мире взрослых — переживается молодыми людьми зачастую очень остро, носит характер кризиса. Однако бегство от кризиса в этот период только задерживает развитие человека. Молодые люди, которые достойно принимают этот кризис в переломный момент своей жизни, обычно становятся сильнее, обретают способность управлять своей судьбой.

Основным содержанием кризиса юности, так же как и подросткового кризиса, является кризис идентичности. Формы идентичности пластичны и имеют возрастную динамику. При переходе с одной стадии, с ее характерной формой идентичности, на другую неизбежно возникает кризис идентичности. Таким образом, кризис идентичности не является специфической принадлежностью подросткового возраста (когда он наиболее ярък), а проявляется на всех стадиях возрастного развития, в том числе и в юности.

Кризис идентичности в юности дополняется или же сменяется кризисом интимности. Межличностные отношения могут при этом стать стереотипными, а сам человек оказаться в состоянии психологической изоляции. Особое значение в этот период приобретает чувство одиночества. Нужно подчеркнуть, что это именно чувство, а не фактическое одиночество. Кроме того, на протекание юношеского кризиса влияют итоги развития в подростковом возрасте.

## **Психология работы с подростком**

Старший подростковый и юношеский возраст, пожалуй, самый трудный и для родителей, и для учителей, и для психолога-консультанта. В этот период начинается внутреннее психологическое отделение ребенка от семьи, появляется независимость его самооценки от оценки родителей, обостряются все скрытые и явные конфликты между членами семьи.

Резко расширяется и диапазон запросов: от проблем первой, чаще неразделенной, любви и взаимоотношений кон-



фликтного характера до угрозы наркомании и алкоголизма или самоубийства.

Центральная задача подросткового возраста — это самоопределение. Его главным признаком является потребность занять позицию взрослого человека, осознать себя в качестве члена общества, определить себя в мире (понять себя и свои возможности, свое место и назначение в жизни). Психологические проблемы подростка связаны прежде всего с самоопределением в сексуальной, интеллектуальной, личностной, эмоциональной и социальной сферах. Для этого возраста характерны поиск понимания, постоянная готовность к контактам, потребность получить «подтверждение» со стороны другого. Соответственно, проблемы подростков относятся чаще всего к сфере взаимоотношений — в группе сверстников, с лицами противоположного пола, с родителями, учителями. Частыми причинами обращений за психологической помощью являются также проблемы, касающиеся самоосознания и трудностей в учебе.

Сегодня многие родители уже понимают, что различные нарушения в развитии их детей вызваны ошибками в воспитании. Некоторые родители не уверены, правильно ли они воспитывают детей, и приходят к психологу для профилактики. При этом о существовании каких бы то ни было серьезных проблем они не заявляют. Таким образом, уже на первой встрече часто становится ясно, что не имеет смысла тратить время на сбор анамнеза или другие диагностические мероприятия. Вместо этого в большинстве случаев достаточно провести одну или несколько воспитательно-консультативных бесед. При этом речь прежде всего идет о вопросах, которые возникают у родителей в связи с воспитанием подростка. Иногда психолог дает практические рекомендации (например, о планировании распорядка дня в семье), помогает организовать дополнительные занятия с ребенком в школе или рекомендует родителям записаться на специальные курсы.

Как правило, на первичный прием приглашается родитель, обратившийся в консультацию по телефону. Важные

факторы успешного консультирования — участие обоих родителей (в случае полной семьи) и отношение к терапии самого подростка. Когда родители приводят на консультацию детей дошкольного и младшего школьного возраста, дети, как правило, охотно отвечают на вопросы психолога и готовы установить контакт с ним. Подростки в ситуации консультирования по инициативе родителей часто чувствуют себя «не у дел». Тем не менее, если заинтересованность психолога подлинна и проявляется в тактичной, ненавязчивой форме, подростки редко отказываются от общения с психологом.

В ряде случаев консультант должен обеспечить психологическую поддержку, которая в реальных жизненных отношениях отсутствует или имеет искаженные формы, принять на себя роль посредника, содействовать восстановлению нормальных связей с миром. В дальнейшем эта функция сходит на нет, ее передают близким людям, учителям, сверстникам, старшим товарищам. Консультант может выступать и в роли тренера — обучать подростка навыкам общения, приемам саморегуляции, самопознания. Иногда актуальна и профконсультация.

В основе индивидуальной работы с подростками лежат принципы диалогического общения, равноправные отношения с целью совместного изучения конкретной ситуации и ее совместного разрешения. Эффективность консультирования в этом возрасте во многом зависит от способности психолога стимулировать внутренний диалог, который рассматривается как важнейший фактор развития. Затем необходимо перевести его в диалог внешний.

Индивидуальное консультирование подростков в основном проводится в форме разговорной терапии, т. е. именно речь (а не игра, как у детей помладше) служит средством для восстановления психологического здоровья. При этом особое значение приобретают такие аспекты взаимоотношений между подростком и консультантом, как полное принятие подростка таким, какой он есть, умение консультанта проявлять эмпатию и в то же время быть самим собой. Подросток очень точно чувствует любую фальшь в поведении взрослых,

поэтому только абсолютная правдивость консультанта поможет установить контакт.

Консультант устанавливает контакт, «присоединяясь» к подростку с помощью вербальных и невербальных средств (голос, жесты, поза, слова). Этот этап может оказаться трудным для начинающего консультанта, который часто стремится установить контакт как можно скорее. В этом случае он нередко прибегает к заигрыванию с подростком, активно старается ему понравиться («Ах, как я рад тебя видеть!»), нарушает его личное пространство.

Диагностическая беседа с применением проективных методик позволяет быстрее разговорить подростка. В работе можно использовать методики «Несуществующее животное», «Автопортрет», «Дом — дерево — человек».

Этап интерпретации один из самых трудных, он требует от консультанта умения передать свой взгляд на причину проблемы (гипотезу) так, чтобы подросток сумел понять и принять его. Наиболее эффективным и безопасным является не прямой разговор о гипотезе, а косвенный — методом «анализа чужих проблем». Консультант говорит, что похожие трудности испытывают многие ребята. Затем предлагает подростку заранее подобранные отрывки из протоколов бесед с другими клиентами, просит сначала сформулировать их — «чужие» — проблемы, а затем подумать — может быть, они похожи на его собственные. Косвенное предъявление проблемы позволяет консультанту опереться на активность самого подростка, а подростку — сформулировать проблему на своем языке и самому решить, насколько он желает в нее углубляться.

Этап реориентации — это, прежде всего, не поиск способов избавиться от проблемы, а ее перевод в конструктивное русло, открытие в ней возможностей для развития. Иногда полезно перевести проблему «из пассива в актив», т. е. создать условия, в которых подросток помогает сверстникам, имеющим аналогичные проблемы.

Необходимо помнить, что подростка нельзя подчинить жесткой схеме: каждый случай консультирования имеет свои

особенности. Главное, чтобы консультант оставался открытым к переживаниям подростка и искренним с ним и с самим собой.

Основные направления работы с подростками:

- формирование нового уровня мышления, логической памяти, устойчивого внимания;
- формирование широкого спектра способностей и интересов, определение круга устойчивых интересов;
- формирование интереса к другому человеку;
- развитие интереса к себе, формирование стремления разобраться в своих способностях, поступках, обучение первичным навыкам самоанализа;
- развитие и укрепление чувства взрослости, поиск адекватных форм утверждения самостоятельности, автономии;
- развитие чувства собственного достоинства, внутренних критериев самооценки;
- обучение навыкам общения в группе сверстников;
- развитие моральных качеств, сочувствия другим людям;
- формирование представлений об изменениях, связанных с ростом и половым созреванием.

Одна из основных задач консультирования подростков заключается в том, чтобы обеспечить им то количество свободы, с которым они в состоянии справиться. При индивидуальном консультировании юноши добавляется еще одна задача, связанная с темой кризиса «встречи со взрослостью» — темой выбора, вокруг которой концентрируется тревога молодых людей. Конечно, больше всего их беспокоит ближайшее будущее, выбор конкретного пути приложения собственных сил.

Иногда подросток обращается в психологическую консультацию по своей инициативе, и он может не сообщить об этом родителям. Возможны и такие случаи (например, в школьной практике), когда психолог действует, не дожидаясь обращения учащегося за помощью.

## ТРЕНИНГ «МОЯ СЕМЬЯ»

### *Задачи тренинга:*

Осознание и принятие своего семейного опыта; поло-ролевая идентификация, умение строить отношения с противоположным полом, выбор будущего партнера; семья, взаимоотношения в ней, представление о будущей семье.

Осознание и принятие своего семейного опыта необходимы для последующего построения своей собственной жизни. Важно выразить все свои переживания, разобраться в противоречивых чувствах к родителям.

В ходе тренинга участникам предстоит:

- улучшить навыки самонаблюдения, определяя собственную позицию в семье;
- повысить самосознание;
- понять системную природу семьи;
- получить представления о динамике отношений в дисфункциональной семье;
- улучшить понимание динамики отношений в собственных семьях;
- осознать особенности взаимоотношений в своей семье, которые они раньше не замечали;
- определить возможности для изменения в себе и в своих семьях.

### *Упражнение 1. «Скульптура семьи»*

Для выполнения упражнения необходима комната с мебелью или разнообразный реквизит, позволяющий оформить помещение как сцену, на которой разыгрываются различные события из жизни семьи.

Каждый участник по очереди превращается в скульптора. Он воссоздает свою семью в виде «живой скульптуры», выбирая на роли членов семьи других участников, которых он расставляет в комнате. В идеале скульптор выбирает кого-то и на свою собственную роль. Если членов семьи больше, чем участников группы, скульптор сам играет свою роль. Завершив скульптуру, ее создатель интерпретирует свою работу,

объясняя, почему члены семьи расположены именно так. После этого ведущий предлагает скульптору перестроить свое произведение, придав ему такой вид, какой бы скульптор хотел видеть свою семью.

### *Упражнение 2. «Семейные истории»*

Для работы нужны крупные листы бумаги и цветные карандаши или фломастеры.

Каждый участник делит лист на две половины и рисует два семейных воспоминания — счастливое и несчастливое. Два события на одном листе отражают тот факт, что и позитивные, и негативные явления происходят внутри одной и той же семьи. Когда все закончат рисовать, каждый участник по очереди демонстрирует группе свой рисунок и комментирует изображенные события.

### *Упражнение 3. «Поиграем в семью»*

Группа делится на «семьи». Подгруппы располагаются за столами в различных частях комнаты. Задача участников — определить состав «семьи», возраст ее членов семьи, семейные роли. Каждый обдумывает, чем он занимается, где работает, чем увлекается, какую носит одежду, что любит есть на завтрак и т. д. Члены «семьи» решают, как проходят их будни и выходные, где и как они проводят отпуск, как распределяют семейные обязанности, какие у них отношения, решают они семейные вопросы коллегиально или через главу семьи. Подгруппа придумывает отличительные черты своей «семьи», которые отражаются в фамилии. «Семья» создает свой герб, выбирает девиз, фамильную реликвию или историю, которой она гордится, и какую-то семейную тайну, о которой не рассказывают окружающим. Все соображения заносятся на бумагу в виде записей и рисунков. Количество и содержание рисунков, общие они или свои у каждого члена «семьи» — подгруппа решает сама.

Если в группе, кроме консультанта, есть еще один взрослый, то они расходятся в разные «семьи». Желательно, чтобы они выбрали роли младших детей. В этом случае участники будут проявлять больше самостоятельности и творческой активности.

После выполнения задания каждая подгруппа по очереди представляет свою «семью», а затем «семье» можно задать уточняющие вопросы.

Важно отметить, какой состав семей выбирают участники: полные это семьи или неполные, есть ли в семье дети. Подростки обычно выбирают главой семьи отца. Он чаще всего имеет фирму и достаточно богат. В семье обычно есть бабушки и дедушки и редко встречаются дяди и тети. Отношения, как правило, не дифференцированы, все хорошо друг к другу относятся и не ссорятся. Часто подросткам сложно представить себе семейные проблемы. В этом случае им помогает ведущий. От большинства предложений участники отказываются, а соглашаются, только если эти проблемы временные, легко решаемые. Например, сыну не удалось поступить в институт, и он будет поступать на следующий год. От таких проблем, как болезнь, алкоголизм, бедность, участники отказываются.

После выполнения упражнения желательно сразу же провести следующее, так как семья сложилась и «пожила» какое-то время.

#### *Упражнение 4. «Связанные одной цепью»*

В каждой семье ее члены связаны друг с другом, все вступают в какие-то взаимоотношения, как-то влияют друг на друга. Данное упражнение помогает представить отношения в семье. Для работы надо приготовить отрезок веревки длиной 1 метр для каждого участника, а также моток веревки и ножницы для каждой «семьи».

Участники обвязываются вокруг пояса короткой веревкой. После этого «семьи» становятся в круги на расстоянии вытянутой руки друг от друга, и каждый привязывает к веревке на поясе концы отрезанных от мотка длинных веревок так, чтобы быть связанным с каждым членом семьи. Не должно остаться ни одного свободного конца. (Для семьи из трех человек достаточно трех веревок, для четырех человек их понадобится шесть, для пяти — десять.)

Это не значит, что вы каждый день ходите на привязи, но вы ощущаете эти незримые семейные связи. Представьте

себе какую-то повседневную ситуацию и начните действовать. Например, мама и папа хотят подойти друг к другу и обняться или сын хочет поиграть в свои игрушки.

Насколько вы чувствовали себя связанными с другими? Что «семье» удалось сделать, где при этом находился каждый? Где возникла напряженность? Что вы можете сделать для того, чтобы ее ослабить?

Эти веревки можно рассматривать как различные чувства: любовь, беспокойство, тревога, ответственность за других. Мы ослабляем веревки, признавая право каждого человека на личную жизнь.

#### *Упражнение 5. «Представление о своей будущей семье»*

«Закройте глаза, расслабьтесь и войдите каждый в свое внутреннее пространство. Представь, что ты взрослый человек. Вот ты идешь по улице, подходишь к своему дому, поднимаешься по лестнице, открываешь дверь своим ключом. Что ты видишь, что слышишь, какие запахи чувствуешь? Твоя семья радостно встречает тебя или каждый занят своими делами? Ты проходишь в комнату. Оглядиись внимательно, что ты видишь, кто в ней находится?»

Затем каждый участник рассказывает о том, что он видел. Это упражнение можно провести несколько раз в течение тренинга для оценки состояния участников группы.

#### *Упражнение 6. «Моя семья сейчас и в будущем»*

Участникам предлагают создать два коллажа на эти темы или один коллаж на одну из этих тем по желанию. Для работы с коллажем понадобятся большие листы картона или ватмана и различная бумага — цветная, гофрированная, оберточная, газеты, журналы, открытки, рекламные проспекты, старые книги. Обычно подросткам очень нравится создавать коллажи, но предложенные темы иногда вызывают трудности. Подросток может чувствовать себя одиноким, ощущать, что только он один представляет свою семью. В этом случае ведущий должен поддержать подростка, обратить его внимание на других близких людей.



После создания коллажей участники могут рассказать о своих работах.

Возможен вариант «Наша семья» — коллаж создается совместно членами «семьи», созданной в упражнении «Поиграем в семью».

#### *Упражнение 7. «Идеальная семья»*

Как подросток представляет себе идеальную семью? Что в ней делают родители? Какое у подростков представление о «правильном» воспитании детей, о «хороших» детях, как они представляют себе, чего ожидают от них родители? Эти темы можно не только обсуждать, но и изобразить в виде рисунка.

Часто подростки, особенно младшие, идеализируют благополучную семью, где родители любят своих детей. Любовь, по их мнению, «это когда все покупают ребенку, что он хочет — много лимонада, конфет, тортов, жвачки, плееры, велосипеды, часы, — и ни в чем не отказывают. А ребенок во всем слушается родителей, делает все по хозяйству, что ему скажут. Родители никогда не наказывают своих детей».

#### *Упражнение 8. «Жизнь идеальной семьи»*

Участники группы разыгрывают сцены из жизни семьи, выбирая радостные или грустные события. Один из участников (доброволец) выбирает других на разные роли, чтобы разыграть сцены из жизни идеальной семьи. Остальные участники — зрители. После представления зрители делятся своими впечатлениями от увиденного. Затем сцены разыгрывают другие участники. Возможно, сцены получатся не столь идеальные, как хотелось бы. Это позволит подойти к обсуждению того, что действительно важно в семье, к разговору об отношениях, проблемах, о развитии семьи.

#### *Упражнение 9. «Позаботься о себе»*

Упражнение заключается в невербальной подстройке участников друг к другу, что является аналогией семейной жизни. Сначала, разбившись на пары и прислонившись спинами друг к другу, надо найти максимально удобное для себя

положение, чтобы тело расслабилось; необходимо снять напряжение, чтобы стало комфортно обоим. Затем к паре подстраивается третий участник (у родителей появляется ребенок). Упражнение дается непросто, у одних оно получается, у других нет. У некоторых подростков возникает ощущение давления, напряжения.

### *Упражнение 10. «Младенец»*

Это упражнение проводится в виде сценки. Выбирают троих участников. Двое из них — папа и мама, а третий — младенец. Он еще не умеет говорить, а только лежит на спине в кроватке. Он может реагировать только жестами и звуками. Родители нагибаются над ним и играют с ним, кормят его, меняют ему пеленки и т. д., стараясь понять, чего же он хочет. Через 5 минут участники меняются ролями. По ходу игры ведущий может создать какую-то помеху семейной идиллии, например, звонит телефон или приходит гость. Можно выбрать тот момент, когда «младенец» чего-нибудь хочет. После окончания упражнения каждый из «членов семьи» делится впечатлениями — что он думал и чувствовал, как повлияла на него помеха. Затем сценку разыгрывают другие участники.

### *Упражнение 11. «Магазин»*

Участники делятся на «семейные пары». Все пары садятся в один ряд и делают покупки в магазине, продавцом в котором работает ведущий. По условиям игры все пришли в магазин в плавках или купальниках. Для того чтобы что-то купить, надо отгадать слово, задуманное консультантом. Консультант берет картинку (например, карточку из детского лото), подходит к первой паре в ряду и спрашивает: «Какой это фрукт (овощ, животное, мебель и т. д.)?» Каждая пара по очереди говорит по названию. Отгадавшая пара получает возможность купить любую вещь. Обычно участники покупают сначала одежду, потом квартиру, мебель, машину.

Насколько «супруги» советовались при выборе покупок? Учитывали ли интересы партнера? Насколько совпадали их

интересы? Участники могут поделиться соображениями о том, как обустроен быт их пары.

Обычно упражнение проходит весело, поэтому его можно использовать и для усиления сплоченности группы.

#### *Упражнение 12. «Семейное событие»*

Члены «семьи» садятся в центре круга, образованного группой. Они уточняют свои семейные роли, затем ведущий говорит о каком-то радостном или печальном событии, которое произошло в их семье, например: «Ваша семья выиграла в лотерею крупную сумму» или «Папа сломал ногу», и предлагает им вести дискуссию. Внешний круг наблюдает за «семьей». Ведущий может заранее дать наблюдателям задание, например обратить внимание, насколько дружно «семья» решает ту или иную проблему. Можно предложить каждому зрителю наблюдать за поведением какого-нибудь конкретного «члена семьи». Например, в ситуации с выигрышем интересно, на что каждый член семьи собирается истратить деньги: на учебу, путешествие, на какую-нибудь покупку; сумел ли он заинтересовать других своим предложением; насколько может выстроить приоритеты и т. д.

После обсуждения несколько участников из внешнего круга занимают места в центре и обсуждают какую-то другую тему.

Сходным образом можно разыграть различные ситуации, в которых семья должна принять решение. Например, отец матери живет один в деревне, у него свой дом и хозяйство, он заболел, но уезжать в город не хочет. Семья должна решить, что делать. До проигрывания сцены можно определить желания каждого. Например, мать хочет уехать, ей нравится иметь свое хозяйство, отец не хочет, так как у него хорошая работа, старший сын тоже не хочет, потому что собирается поступать учиться, младший хочет — летом можно купаться, а зимой кататься на лыжах и т. п. Следует обратить внимание на то, кто оказал наибольшее влияние на принятие решения, насколько «родители» прислушивались к мнению

«детей», удалось ли «семье» прийти к единому мнению, найти компромисс?

### *Упражнение 13. «Сценки из жизни семьи»*

Участники делятся на две подгруппы и по очереди разыгрывают сценки из семейной жизни. Это может быть ситуация из прошлого или будущего, хотя бы и самая фантастическая. Можно разыгрывать сценки без слов или со словами. В первом случае больше внимания уделяется мимике и пантомиме, через которые выражаются отношения и чувства. В сценках со словами играющие могут прямо рассказать о своей ситуации, а могут говорить намеками, предоставляя зрителям возможность догадаться, о чем идет речь. На сценку отводят определенное время, а когда оно подходит к концу, ведущий просит актеров остановиться. После чего зрители, а затем и ведущий делятся своими впечатлениями. Затем сценку разыгрывают зрители.

## **ПРИЛОЖЕНИЕ. НАБОР УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ РАЗВИТИЯ КОММУНИКАТИВНЫХ КАЧЕСТВ У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ**

Общение людей друг с другом — весьма сложный и тонкий процесс. Каждый из нас учится ему в ходе своей жизни, приобретая опыт, который часто строится на ошибках и разочарованиях. Можно ли научиться общению иным образом, не используя для этого только свой реальный опыт?

Упражнения, собранные в этой главе, как раз представляют такую возможность. В большинстве своем они являются моделями жизненных ситуаций общения. Участникам предлагается разыграть различные сценки из жизни: конфликтные ситуации, ситуации совместной жизни, знакомства, борьбу мнений и т. д. Задача каждого из обучаемых — провести общение наиболее эффективным и адекватным образом. В конце каждого упражнения подводятся итоги и определяется победитель — тот человек или несколько человек, у кого лучше всех получается данный вид тренинга. Остальные участники сравнивают себя с победителями, де-

лают выводы относительно своих ошибок и в следующем упражнении стремятся учитывать их и совершенствовать свое поведение в новых ситуациях. Большим плюсом такого рода упражнений является возможность получить оценку своего поведения со стороны. Кроме того, совершая ошибки в искусственной ситуации общения, мы не чувствуем той ответственности, которая в реальной жизни неизбежна. Это дает подросткам возможность больше пробовать, проявлять творчество и не бояться «проиграть», искать более эффективные формы взаимодействия друг с другом. Занятия по тренингу общения проводятся в просторном помещении с установленными в нем креслами. Кресла ставятся полукругом. В центре полукруга — место для разыгрывания сценок. В тех случаях, когда игры проводятся одновременно по парам, кресла можно развернуть таким образом, чтобы участники могли сидеть лицом друг к другу. Если тренинг проводится автоматизирование, то психолог следит за ходом игр, внося свои коррективы по ходу дела.

### **Приветствие**

Обмен приветствиями — это обмен человеческим теплом. Встречая человека, мы прежде всего встречаемся с ним взглядом и выражаем в той или иной форме, что мы рады существованию этого человека, рады, что он есть среди нас. Конечно так происходит, если мы искренни в выражении своих чувств, если мы подлинны в своем поведении. Давайте попробуем разные формы приветствия и определим наиболее эффективные для вас. Для этого предлагаем участникамделиться на две группы и встать напротив друг друга на расстоянии нескольких шагов в две шеренги. Теперь по сигналу ведущего партнеры приближаются друг к другу и обмениваются разнообразными приветствиями. Это могут быть рукопожатия, объятия, реверансы, похлопывания, восторженные восклицания и тихие многозначительные взгляды. Обменявшись приветствиями, партнеры меняются — делают шаг вправо. Пожалуйста, обменяйтесь приветствиями. А сейчас в каждой шеренге участники, поменяйте партнеров.

Ну а теперь продолжим приветствие уже с новыми партнерами, в новой форме. Подумайте, как лучше приветствовать нового партнера, что подходит именно сейчас, именно для этого человека. Может быть, ведущий организует конкурс на самое оригинальное приветствие? Кто победит? Действуйте! Подведем итог и закончим игру.

### **Знакомство**

Садимся в круг. Предлагаем вам задуматься о том, что в вас, в вашем характере является самым важным, самым существенным. А теперь попробуйте найти этому краткую форму выражения, можно в стихотворной форме. Например: «Лед и пламень», «То как зверь она завоет, то заплачет как дитя», «Тиха, печальна, молчалива...» и т. д. Сейчас по кругу, по очереди, начиная с участника, сидящего справа от ведущего, начинайте представляться группе. Сначала назовите свое имя, а затем скажите несколько слов о себе, о своей сути. Лучше, если это будет сказано одной фразой, можно в стихах или с использованием метафоры. То, что вы только что придумали. Просим вас. Спасибо. Мы сделали один шаг навстречу друг другу. Обсудите, чьи представления произвели наибольшее впечатление.

### **Прорыв**

Способны ли вы добиться своего, несмотря ни на какие препятствия? Способны ли вы защитить свои позиции, отстоять свое, несмотря на мощный натиск противника? Сейчас мы можем попробовать свои силы в этих двух направлениях. Возможно, что мы узнаем о себе и о людях что-то новое, может быть решим свои или чужие проблемы. Пожалуйста, давайте разделимся на две группы, пусть группы образуют две концентрические окружности: наружный круг и внутренний круг. По команде руководителя участники, стоящие во внутреннем круге начинают двигаться по часовой стрелке, а те, кто находится во внешнем круге — против часовой стрелки. По сигналу ведущего — хлопку — останавливайтесь, каждый напротив своего будущего партнера

по взаимодействию. Теперь образовались пары, в которых один партнер — из внешнего круга, другой — из внутреннего. Задача «внешнего партнера» — любыми доступными ему средствами прорваться в центр (это могут быть слова, физическая сила (в пределах приличия, хитрость и т. п.) Задача «внутреннего партнера» — не пустить ни за что. Он также применяет все, имеющиеся у него на вооружении способы препятствия своему противнику. Итак, если задание понятно, то мы приступим к первому поединку. Пары расстаются, и все встают снова в два концентрических круга. Давайте опять пройдемся по и против часовой стрелки, пока не услышим сигнал для остановки. Начали. А теперь повторим игру с новыми парами. Начали. Ведущий, определите самых устойчивых игроков.

### **Мое**

Способны ли вы удержать то, что имеете? Способны ли вы вырваться из связывающих вас пут? Давайте попробуем смоделировать эти жизненные ситуации с вашими партнерами. При этом модель взаимоотношений такого рода у вас должна получиться в символической форме. Для этого давайте разделимся по парам. Один из партнеров — тот, который изображает собственника, заключает в железные объятия того, кто играет непокорную собственность. Один стремится удержать во что бы то ни стало и говорит убежденным голосом: «Мое». А другой вырывается из всех сил на волю (действия обоих партнеров должны принимать характер силовой борьбы — главное тут внутренняя убежденность, которую надо попытаться внушить партнеру). Когда вы будете проделывать эти упражнения, вспомните ситуации своей жизни, когда вам было необходимо кого-то или что-то удержать, и, наоборот вырваться откуда-то, освободиться от чего-то. Зарядите свои действия этими неудовлетворенными желаниями из прошлого. Пожалуйста, начинайте. А теперь поменяйтесь местами и повторите упражнение. Давайте обменяемся своими впечатлениями.

## МЕТАФОРА

Каждому интересно знать, какое он производит впечатление и окружающих, какие вызывает ассоциации, что воспринимается как существенное, а что вовсе не замечается? Предлагаем всем поучаствовать в творческом процессе, в совместном создании художественного образа своего товарища. Для чего предлагаем желающему быть предметом творчества, выйти в середину круга. Пожалуйста, кто хочет увидеть себя со стороны, глазами других участников? Далее задание участникам: какой образ рождается у вас при взгляде на нашего героя? Какую картину можно было бы дорисовать к этому образу: какие люди могут его окружать, какой интерьер или пейзаж составляет фон картины, какие времена все это напоминает? Например, образ нашего добровольца может вас натолкнуть на мысль о русалке, плавающей в водной стихии и окруженной морскими существами, а может быть вам придет в голову одинокий странник, идущий по пустыне неизвестно куда. Пожалуйста, поделитесь своими творческими идеями по этому поводу. Есть ли еще желающие увидеть себя со стороны? Давайте обменяемся впечатлениями.

## ТОЧКА ЗРЕНИЯ

Как склонить человека встать на вашу точку зрения? Попробуем практически отстаивать свою точку зрения, но не путем спора с партнером, а используя попытку склонить своего партнера к вашей точке зрения, как бы косвенно используя в вашем разговоре некоторые приемы. Например, в 99 случаях из 100 люди не любят себя критиковать или признавать себя неправыми. Не говорите, что вы умнее. Воздерживайтесь от прямого высказывания своего мнения, если оно противоречит мнению других. Уважайте мнения других. Никогда не говорите прямо, что человек неправ. Если в разговоре оказалось, что вы неправы, признайтесь в этом, причем в категорической форме. Разбейте разговор на несколько этапов, по каждому из которых ваш собеседник должен вам сказать «да». Не давайте ему возможности говорить «нет».



Если человек согласится с вами в девяти случаях, то скорее всего он согласится и в десятом. Давайте выберем наиболее актуальную на сегодняшний день тему для вашего разговора. Ведущий, определите эту тему. Например: инопланетяне — это миф или реальность? Чудо существует или нет? И так далее... Сделаем так. Ведущий, определите тему, но так, чтобы слева от вас к вам вышли и встали все, кто имеет одно мнение. Справа от вас — оппоненты по этому вопросу. Постарайтесь выбрать такую тему, где количество сторонников и противников примерно одинаковое. Итак, на согласование темы и формирование сторон отводится одна минута. Приступайте.

Продолжим нашу работу. Сейчас, пожалуйста, по своему усмотрению, разбейтесь на пары. Напарника выбирают себе из противоположной команды. Можете сесть куда-то в сторонку или встать где-то в уголок. Дискутируйте несколько минут. Постарайтесь склонить противника на свою точку зрения. Победителем этого соревнования будет тот, кто смог это сделать, по признанию собеседника. Напоминаем, какие приемы рекомендуем использовать в вашей беседе. Не старайтесь критиковать своего противника, особенно его личность. Уходите от прямого спора, старайтесь свое мнение высказывать косвенно, как бы подводя собеседника к вашей точке зрения. Уступите собеседнику какие-то вопросы в начале вашего спора. Несколько раз повторенное им «да» может распространиться и на окончательный ответ. Начали.

Теперь просьба ко всем. Будем на этот раз самокритичными. Пожалуйста, поднимите руку те, кто с удовлетворением признает изменение своей точки зрения в этом споре. Если такие есть, давайте их все поздравим.

### **Принятие решений**

Как трудно принять оптимальное решение! Нужно все взвесить, нужно учесть ситуацию, мнения других лиц, а главное — учесть момент, все текущие обстоятельства. Представьте, что каждый из вас обладает неограниченными

возможностями, неограниченной властью, неограниченным финансированием. Одно ограничение — время. Каждому из вас предстоит возглавить Всемирную комиссию по улучшению жизни человечества, а может быть — и по его спасению от губительного действия цивилизации. Посоветуйтесь друг с другом, какие меры следовало бы срочно предпринять и как это можно было бы организовать. Постарайтесь, чтобы ваш проект оказался лучшим. Какие приемы мы при этом рекомендуем использовать? Конечно, нужно уважать мнение своего собеседника. Если человек использует свой опыт, приводя какие-то примеры, дайте ему возможность высказаться о своих успехах, не заставляйте его выслушивать ваши рассказы о своих успехах. Дайте человеку возможность почувствовать, что идея, которую вы хотите высказать, поданная вами, принадлежит вашему собеседнику. Постарайтесь смотреть на вещи глазами вашего собеседника. Постоянно себе задавайте вопросы: почему у него такое мнение? Относитесь с сочувствием к идеям и желаниям вашего собеседника. Вы можете с чем-то быть и не согласны. Но при этом вы скажете, например: «Если бы я был на вашем месте, я бы считал точно так же. Но вот на моем месте мое мнение сводится к следующему...» И дальше высказывайте свое мнение. Ваш успех станет реальнее. Прибегайте к благородным мотивам. Если у вас есть решение вопроса лучшее, чем у вашего собеседника, вызовите его на соревнование, смоделируйте процесс реализации своего и его проекта.

Пожалуйста, разбейтесь на пары. Вам дается несколько минут на обсуждение вашего решения в ситуациях, где предстоит взять громадную ответственность за спасение и прогресс человечества. А ваш напарник — коллега, оппонент должен его либо поддержать, либо склонить вас к своему варианту. Потом мы тут же оценим все те случаи, когда напарники приходят к выводу, что они именно в таком составе, вдвоем, берутся за решение поставленной проблемы. Начали! Спасибо, давайте закончим дискуссию и оценим результат. Пожалуйста, поднимите руки все те, кто признает факт изменения своей точки зрения под влиянием своего

напарника. Теперь, в заключение, поздравим именно победенных, ведь надо иметь мужество, чтобы признать себя в каком-то смысле побежденным, одновременно отдавая долг умению и эрудиции напарников

### **Табель о рангах**

Типичная ситуация: разговор начальника с подчиненным. Давайте сядем по парам. В этом туре, кто сидит слева — начальник, кто сидит справа в каждой паре — подчиненный. Тема разговора острая, например получение квартиры, увольнение, перевод в другую организацию, разговор о повышении. Выбираем любую из этих или иных тем и начинаем разговор. Потом оценим его эффективность. Для того чтобы достичь успеха, рекомендуем использовать следующие приемы. Начинайте беседу с похвалы и искреннего восхищения друг другом. Не говорите прямо человеку о его недостатках или ошибках. Если вы хотите критиковать собеседника, лучше указать сначала на свои ошибки и недостатки, а потом исподволь подойти и к недостаткам собеседника. Вместо категоричного отказа лучше задать вопросы типа «Не считаете ли вы, что так сделать лучше?» Дайте человеку возможность сохранить свою репутацию. Не говорите, например, что он не понимает, а скажите, что в этот раз он поступил опрометчиво. Одобряйте даже незначительный успех вашего коллеги, его малейшие достижения. Щедрость на похвалу вполне окупится. Старайтесь создать человеку хорошую репутацию, даже приписывая ему положительные черты, и человек будет стремиться оправдать ваше мнение. Старайтесь показать, что недостатки, о которых говорится в споре, могут быть легко устранены различными способами, помимо тех, которые предлагает ваш собеседник. Итак, по парам обсуждаем проблемы, используя приемы, которые только что были упомянуты. Начали! Спасибо, а теперь, пожалуйста, поднимите руки те, кому по поставленному вопросу удалось достигнуть совместного решения. Спасибо. Давайте отметим победителей.

## Провинившийся

Кто не ошибается? Разве что тот, кто ничего не делает. Всем нам так или иначе приходилось ошибаться, изменять свою точку зрения. Но как нелегко признавать свои собственные ошибки, особенно когда это нужно делать на людях. Но жизнь есть жизнь. Надо уметь достойно признавать себя на каком-то этапе побежденным, чтобы в следующий раз избежать этих ошибок. Надо уметь показать и другим пример. Пожалуйста, задумайтесь все на несколько секунд, припомните самокритично, какие были самые существенные ошибки в вашей жизни. Представьте себе, что вы вернулись в то старое время, и сейчас вы в преддверии совершения этой ошибки. Конечно, задним числом все кажется иначе. И то, что это была ошибка, ясно только сейчас. Но все же как бы вы поступили, если бы с сегодняшним багажом опыта вы вернулись в прошлое? В тот самый момент, когда вы находитесь в преддверии той самой главной ошибки. Что бы вы сказали окружающим? Представьте себе ситуацию, когда можно было поставить вопрос иначе. Итак, ваша речь в ситуации, в присутствии тех лиц, когда можно было избежать ошибки. Проговорите это в течение одной минуты мысленно, с закрытыми глазами. Затем все желающие смогут поднять руку, взять слово и выступить с речью. Для мысленной подготовки речи вам дается одна минута. Начали! Минута закончилась. Сейчас желающие поднимают руку, берут слово. В конце сегодняшнего заседания ведущий оценит те выступления, которые больше всего понравились слушателям. Начали! Спасибо. Подведем итоги.

## Желания

Как много мы теряем порой от нашего собственного безразличия к выполняемой работе! Это же можно сказать и о других людях. А стоит человеку увидеть заинтересованность — это будет безудержный стимул к выполнению им буквально невыполнимого. Как важно подать что-то не в виде команды, приказа, распоряжения, а в виде совета, который

потом реализуется как собственное желание. Разделитесь на пары. Попробуем внушить свои желания. Только надо учитывать, что желания бывают часто естественными. Естественно стремление человека к самосохранению, желание здоровья себе и своей семье, стремление к достатку, стремление к удовлетворению собственного тщеславия, к признанию собственной значимости в обществе. У женщин особенно развито стремление быть привлекательной, нравиться другим. Вот на основе этих естественных стремлений хорошо бы и построить желание вашего собеседника выполнить вашу волю. Давайте разделимся на пары и проиграем такую ситуацию. Каждый из вас задается целью заставить, именно заставить, своего собеседника совершить какое-то действие. Об этом вы ему прямо не говорите. Чтобы было все объективно, давайте каждый возьмет лист бумаги, сложит его вдвое и напишет задания своему партнеру, которые вы хотите, чтобы он исполнил в результате вашей беседы с ним. Какое это может быть задание? Да все, что угодно: сплясать вприсядку, крикнуть: «Кукареку!», почесать затылок, спеть — словом, совершить любое действие, целесообразность выполнения которого для данной обстановки совершенно не очевидна. Но для того, чтобы достичь поставленной цели, весьма простой для вас, нужны творчество, фантазия и неординарность подхода. С какой это стати человек будет делать то, что ему минуту назад казалось абсурдом, совершенно ненужным? А ведь подходы есть. Собственно, какие можно рекомендовать приемы? Ну, например, заинтриговать рассказом какой-то истории, продолжение которой следует после совершения вашим напарником предложенного вами действия. Это должно быть неявным. Ваш противник не должен подозревать, что именно это то действие, которое было вами задумано. Возьмите лист бумаги, сложите его вдвое и внутри напишите задание своему сопернику. На это вам дается несколько секунд. Начали! Листы держите сложенными, они вам понадобятся чуть позже. Лучше их куда-нибудь убрать. А сейчас начинайте беседу. В каждой паре, естественно, будет две задачи. Сначала выступает сидящий слева, затем

инициаторами разговора будут сидящие справа в каждой паре. Какие можно рекомендовать приемы? Чтобы подвести человека к выполнению вашего желания, дайте возможность человеку удовлетворить свое тщеславие, выделиться каким-то образом среди окружающих вас людей. Полезно побудить стремление к здоровью, к достатку, к миру в семье, к успехам в работе. Пробудить интерес к хобби, тягу к интересному, загадочному, таинственному. Очень поощряются всякие нетривиальные решения, неожиданности. Тут, правда, нужны изобретательность и фантазия. Не будем ограничивать вас ни в чем. Как только действие, заранее вами запрограммированное, будет выполнено, автор задания вручает записку напарнику. И тут же в этой паре начинается второй тур — роли меняются. В конце нашей игры ведущий оценит всех, чьи задания были выполнены их напарниками. Начали! Спасибо. Давайте оценим, чьи задания в данный момент уже выполнены. Пожалуйста, поднимите руки. А теперь давайте полюбопытствуем, какие именно задания и каким образом удалось реализовать в каждой паре. Пострадавшие и их наставники, вам по очереди слово. Поздравляем авторов наиболее оригинальных решений.

## Детектив

Как порой сложно докопаться до истины! Иногда она так глубоко сокрыта. Как сейчас все было бы по-другому, если бы в свое время вы знали... Наверное, без труда можно было бы сейчас вспомнить обстоятельства какой-то ситуации, некоторые признаки которой вам были ранее известны, но вы не придали значения этому, а повлекло это весьма существенные последствия. Всего несколько секунд вам дается, чтобы сформулировать и очень коротко осветить своему партнеру ситуацию, в которой вы находились, до конца не докопавшись до истины. А истина открылась потом, спустя некоторое время. И если бы вы были следопытом, если бы вы обладали проницательностью Шерлока Холмса, вы, наверное, еще в те времена могли предотвратить — что? Вспомните и сформулируйте это своему собеседнику, а затем наводящи-

ми вопросами постарайтесь подвести вашего собеседника к дознанию истины, не раскрывая ее прямо. Для объективности давайте возьмем листок бумаги, сложим его вдвое. Напишем то, что должен ваш напарник извлечь из вашего рассказа. Несколько секунд вам дается, чтобы разделить на пары, вспомнить какую-то историю из вашей практики, написать на листочке то, до чего должен дознаться ваш напарник. Начали! Закончили подготовку и начинаем игру. Начинает сидящий справа в каждой паре, затем игру продолжает сидящий слева. Рассказчик описывает ситуацию, а его коллега пытается провести дознание. Какие можно рекомендовать приемы? В роли слушателя: внимательное слушание, сопоставление, наводящий вопрос, обращения к личности, риторический вопрос, вопрос врасплох на неожиданную тему, анализ неточностей. В роли рассказчика: обобщения, анализ, структурирование, выделение главного, связей, сопоставление, объяснение, доказательство, критика, классификация, выдвижение гипотез, поиск аналога, использование наглядности, моделирование, определение критериев и т. д. Начинаем работу в парах. Теперь, пожалуйста, поменяйтесь ролями. А сейчас те, кто уже получил в награду от своего напарника вещественные доказательства своей правоты в виде записки, поднимите вверх эту записку. Ведущий, пожалуйста, подсчитайте победителей, этой игры. А в заключение давайте послушаем всех, кто победил в этой игре. Пожалуйста, ведущий, предоставляйте слово по очереди всем парам, где есть победители.

## Просьба

Как много зависит от того, как попросить человека о каком-то одолжении, каким тоном, в какой обстановке, с каким настроением вы изложите свою просьбу. От этого по существу зависит — «быть или не быть»! А между тем существует совсем небольшое количество приемов, которые могут значительно повысить вероятность выполнения вашей просьбы. Давайте попробуем. Выберите себе партнера и пока в порядке шутки попросите его о некотором одолжении.

Попросите у него на время, например, очки, авторучку. Можно что-то более существенное, можно попросить о каком-то одолжении с его стороны, но все зависит от той формы, в которой вы изложите свою просьбу. Собеседники всегда ценят тактичность, дипломатичность, а также оригинальность и находчивость. Трудно отказать в просьбе, если она исходит от друга, а ведь можно создать дружеское расположение к себе у совсем незнакомого человека. Если ваша просьба будет начинаться с комплимента, упоминания заслуг того, к кому вы обращаетесь, его авторитета и значимости, ваши шансы повышаются, а сам факт обращения к нему создает еще большую значимость, повышает авторитет и является большой честью для всех, кто к нему обращается. Это, конечно, размягчит жесткое сердце противника. Известно, что когда к мужчине обращается с просьбой женщина, можно ожидать большего успеха. Если за просьбой следует тут же, еще до получения ответа, косвенная признательность, благодарность за предстоящую услугу, уже трудно отказать. Выберите себе партнера, подойдите к нему, присядьте рядом и попробуйте, может быть, начиная издали, попросить у него что-нибудь. Начали. Теперь просьба каждому подойти к ведущему со своими трофеями. Разумеется, их придется вернуть, но первенство все равно сохранится за тем, кто набрал больше всего трофеев.

## Нахал

Ну бывает же так: вы стоите в очереди и вдруг перед вами кто-то «влезает!» Ситуация очень жизненная, а ведь частенько и слов не находится, чтобы выразить свое возмущение и негодование. Да и не всяким словом легко отбить охоту на будущее такому нахалу. Как же быть? Ведь не мириться же с тем, что такие случаи должны быть неизбежны. Давайте попробуем разобрать такую ситуацию. Пожалуйста, разбейтесь на пары. В каждой паре сидящий слева — добросовестно стоит в очереди. Нахал заходит справа. Пожалуйста, отреагируйте экспромтом, да так, чтобы было не повадно. Начали! Теперь поменяемся ролями. Нахал будет заходить слева,



правые игроки каждой пары должны отреагировать. Начали. А теперь устроим конкурс на лучший ответ в данной ситуации. Пожалуйста, ведущий, организуйте это соревнование и оцените самого находчивого игрока этого соревнования.

### **Грабитель**

Как много мы порой теряем из-за того, что бываем не подготовлены к неожиданностям. Часто порядочный человек приходит в смятение при проявлении явной непорядочности, грубости или насилия над личностью. Дать сдачу? Но ведь грубость никогда не была показателем силы. А вовремя сказанная острая фраза может поставить в замешательство и грубияна! Разыграем такую ситуацию. Представьте себе, на вас нападает грабитель. Так, прямо среди бела дня. Возможно, он вооружен, а единственное оружие для вас — это слово. Что вы можете так, сходу, противопоставить ему? В такой ситуации, ситуации экстремальной, неординарной, наверное, и слово тоже не всякое поможет. Решение создавшейся ситуации требует неординарного подхода. Грабитель, как правило, пользуется неожиданностью. Наверное, лучше этим же и ответить. А чем его удивить? Вот в этом и вопрос. Здесь поможет только выдумка, фантазия и находчивость. Итак, давайте по парам разыграем такую ситуацию. В каждой паре сидящий слева — грабитель, в вы, справа, — его жертва. У вас времени всего несколько секунд. Пожалуйста, начали! Несколько опасных секунд прошли. А теперь быстро перевоплотимся, грабитель заходит справа в каждую пару игроков. Несколько опасных мгновений. Начали! Опасность миновала. Ведущий, организуйте, пожалуйста, конкурс на лучшее решение в создавшемся положении. Пожалуйста, предоставьте слово всем желающим, и все вместе оцените победителя в этом конкурсе.

### **Шутка**

Стоит ли говорить о том, как велика роль юмора, шуток и вообще хорошего настроения при достижении взаимопонимания! Как много очень серьезных вопросов, решение по

которым весьма затруднительно, оказывались легко решаемыми, играючи, с шутками и прибаутками! В каждой шутке есть намек. Шутя можно сделать то, что при серьезном подходе кажется проблемой. Как правило, запоминаются люди, которые, используя шутку, создают хорошее настроение для окружающих. Даже рассказанный перед началом дела анекдот располагает к дружескому тону предстоящего разговора. Попробуем проиграть такую ситуацию. Вам предстоит друг с другом обсудить весьма серьезный вопрос. Какой именно? Ну, это можно решить совместно. Например, какие экстренные меры принять для подъема экономики, улучшения снабжения товарами, реального повышения производительности труда. Разбейтесь на пары. Диалоги между собой постарайтесь провести так, чтобы после каждой фразы шел афоризм, шутка. Паузу можно заполнить также анекдотами. Ну а чтобы оценить, кто из вас настроен на юмористический лад, можно между вами положить какой-то предмет и передвигать его в каждой паре, которая в данный момент имеет преимущество в юморе. Заканчивая соревнование, посмотрите, на чьей стороне будет этот предмет. Оценка юмора — предмет: монета, авторучка, все, что угодно. Начали! Ведущий, пожалуйста, обойдите всех игроков. Выделите тех, кто имеет явное преимущество в юморе.

### **Пары** (реквизит: листы писчей бумаги)

Внимание, разбейтесь на пары в произвольном порядке. Впрочем, желательно, чтобы в каждой паре были участники примерно одинакового роста. Но это не обязательно. Просто неодинаковым по росту игрокам в этой игре будет труднее играть, чем остальным. Теперь возьмите на каждую пару по одному чистому листку писчей бумаги. Встаньте лицом друг к другу и слушайте условия игры. Вам нужно будет двигаться по помещению парами, соприкасаясь при этом с головой партнера верхней частью своей головы. Проще говоря, соприкасаясь лоб в лоб. Листком бумаги вам нужно будет проложить место соприкосновения и удерживать листок во время движения по помещению без помощи рук.

Руки должны быть заведены за спину так, как это делают конькобежцы. Руки за спину, пожалуйста, примите эту исходную позицию. Теперь вам нужно будет в произвольном направлении под музыку двигаться по помещению. Оставаться без движения на месте нельзя. Впрочем, стоя на месте, можно приседать и вновь вставать. Разговаривать ни в коем случае нельзя. Вы должны найти каналы интуитивного понимания партнера. Выбывает из игры та пара, которая не смогла удержать листок. В этом случае, как только листок коснется пола, партнеры замирают в тех позах, в которых их застал этот момент, и сохраняют эти позы до конца игры. Выигрывают те пары, которые дольше всех могут удержать лист. Итак, удерживая листок, перемещайтесь по помещению. Двигайтесь, держа руки за спиной при этом. Если листок уронили — застывайте на месте. Не разговаривайте друг с другом. Внимание, начали! Спасибо, поздравляем победителей!

### Чувствование

Можем ли мы почувствовать, ощутить, понять человека рядом? Давайте встанем в круг поближе друг к другу. Закройте глаза. Теперь пусть каждый возьмет правой рукой руку соседа. Вашу левую руку возьмет сосед справа. Подержите руку соседа в своей. Постарайтесь, не открывая глаз, сосредоточиться. Не открывая глаз, сконцентрируйте внимание на ладони соседа справа, ладони, которой вы касаетесь. Постарайтесь оценить свои субъективные ощущения. Какие чувства вызывает у вас прикосновение к руке партнера? Что вы можем сказать о его состоянии? Постарайтесь оценить это состояние. А сейчас откройте глаза, опустите руки. Что вы скажете о состоянии своего партнера? Скажите ему об этом, а партнер оценит. Чьи определения совпадают с вашими собственными ощущениями? Кто оказался наиболее точным в своих ощущениях? Каждый должен побывать и в качестве эксперта работы своего коллеги, и в качестве эталона. Как эксперт, поднимите, пожалуйста, руку и оцените работу своего коллеги по пятибалльной системе. Соответственно

поднимайте столько пальцев, во сколько баллов вы оценили работу коллеги. Каждый может оценить каждого.

### **Выход из контакта**

Как выйти из контакта? Порой это сделать довольно трудно. Особенно когда мы торопимся, опаздываем. Попробуем пережить эту сложную ситуацию. Для начала разбейтесь на пары. Представьте, вы встретили не очень близкого знакомого, который заводит с вами разговор, расспрашивает о делах, о семье, проявляет назойливость. Вы вступаете в разговор, однако, взглянув на часы, понимаете, что вам нужно идти. Не забудьте, вам надо достойно выйти из контакта. Распределите роли. Начинаем выходить из контакта. А сейчас нужно оценить, кто из участников игры нашел наиболее удачный выход из контакта. Каждый поднимите руку, на которой будет столько открытых пальцев, во сколько вы оценили успех своего коллеги. Пожалуйста! Результат налицо. Каждый может посмотреть и увидеть взаимные оценки. Давайте выделим лучшие оценки.

### **Самокритика**

У каждого человека есть своя собственная теория, касающаяся того, что именно делает его уникальным, единственным в своем роде индивидом, отличает его от остальных людей. При этом невольно возникает вопрос, разделяют ли окружающие его мнение о самом себе, видят ли его другие таким, каким он сам себя считает. Попробуем выяснить этот вопрос. Возьмите лист бумаги, подпишите его (анонимы нынче не в моде). Разделите лист бумаги на три равные полосы по вертикали. Первое задание. Напишите в первой графе в ответ на вопрос: «Кто я такой?» 10 слов-эпитетов. Сделайте это, пожалуйста, быстро, записывая свои ответы точно в такой форме, как они сразу приходят в голову. Задание второе: во второй графе ответьте на тот же вопрос так, как, по вашему мнению, отозвались бы о вас ваши отец, мать или старшие родственники. Можете выбрать одного из них. Также десять слов. И, наконец, третье задание. В третьей графе

на тот же вопрос будет отвечать кто-то из группы. Кто именно — вы определите сами. Итак, ваш избранник (может быть любой из группы) также даст десять ответов на вопрос «Кто вы такой?» Передайте ваши листки вашему избраннику. Пожалуйста. Заполните третью графу. Начали. Время истекло, возьмите ваши листки обратно, сравните три набора ответов. Выделите, в чем их сходство. Вы можете выделить доминирующую линию вашего поведения, она повторяется во всех трех характеристиках. Подсчитайте количество совпадений и поднимите, чтобы все видели, соответствующее количество пальцев. Сначала сосчитайте количество совпадений. Пожалуйста, считайте. Давайте оценим количество совпадений. Пожалуйста, поднимите пальцы. Сколько их? Мы теперь ясно видим, кто оказался открытым человеком.

### **За что мы любим**

Вступая во взаимодействие с окружающими, мы обычно обнаруживаем, что они нравятся нам или не нравятся. Как правило, эту оценку мы связываем с внутренними качествами людей. Давайте попробуем определить, какие качества в людях мы ценим, принимаем. Задание будем выполнять письменно. Возьмите лист бумаги, выберите в группе человека, который по многим своим проявлениям импонирует вам. Укажите пять качеств, которые особенно вам в этом человеке нравятся. Итак, не указывая самого человека, укажите пять качеств, которые вам особенно в нем нравятся. Начали! Ваше время вышло. Теперь, пожалуйста, по очереди прочитайте вашу характеристику, а мы все попробуем определить человека, к которому она относится. Пожалуйста, кто начинает. Можем начать слева направо. Пожалуйста, начали! Можно подвести итог. Пожалуйста, определите, кого из присутствующих мы узнали быстрее всего, следовательно, кто оказался в числе самых популярных личностей.

### **Слепец и поводырь**

Доверяем ли мы другим людям, доверяем ли мы сами себе? Как часто нам этого недостает, и как много порой мы от

этого теряем. Пожалуйста, все встаньте, закройте глаза и походите по комнате в разные стороны в течение 3—4 минут. Теперь откройте глаза и произвольно разбейтесь на пары. Один из вас закрывает глаза, а другой водит его по комнате, дает возможность коснуться различных предметов, помогает избежать столкновений с другими парами, дает соответствующие пояснения относительно их передвижения и т. д. Как давать команды? Лучше всего стоя за спиной, на некотором отдалении. Начали! А теперь поменяйтесь ролями. Каждый должен пройти «школу доверия». Теперь сядьте, пожалуйста, в кресла. Подумайте и скажите, кто чувствовал себя надежно, уверенно, у кого было желание полностью довериться партнеру? Что вселило в вас такую уверенность? Пусть каждый оценит своего партнера по пятибалльной системе. При этом ведомый поднимает руку с таким количеством разжатых пальцев, которое соответствует оценке. А ведущий оценит победителей этого соревнования.

### **Восковая палочка**

Предлагаем вам игру на доверие и поддержку друг друга. Встаньте все в круг, поплотнее друг к другу. А сейчас один участник, выйдите в центр круга. Играющий в центре, расслабьтесь, остальные поставьте руки перед собой и, покачивая участника в центре из стороны в сторону, поддерживайте его, не давая упасть. Начали игру! Через эту процедуру должны пройти все остальные по очереди. Один стоит в центре, а все вытянутыми руками поддерживают его, не давая упасть. Теперь сядьте все в кресла. Вопрос всем: кто действительно мог расслабиться, снять зажимы, не боялся упасть, кто доверился участникам игры? Оцените свое доверие по пятибалльной системе и поднимите руку с соответствующим числом пальцев. Посмотрим, кто же у нас победители? Начали!

### **Печатная машинка**

Можем ли мы слаженно работать в группе? Давайте проверим. Попытаемся воспроизвести процесс печатания на машинке отрывка из хорошо известной вам песни или сти-

хотворения. Например, «Буря мглою небо кроет». Каждый по очереди произносит по одной букве слова («Б-У-Р-Я...»). В конце слова — все встают, на знак препинания — топают ногой, в конце строки — хлопают в ладоши. Еще одно условие игры: кто ошибется — выходит из игры, покидает кресло, становится у экрана. Начинаем по кругу. Первый участник произносит первую букву, второй — вторую и т. д. Не забывайте о знаках препинания. Начали! Далее необходимо оценить, кто у нас вышел в победители.

### **Первое впечатление**

Первое впечатление о человеке очень стойкое, и нужны сильные воздействующие эффекты, чтобы изменить это впечатление. Из чего оно складывается? Здесь нет мелочей, все важно: внешний облик, выражение лица, осанка, одежда, поза. Если мы вступаем с человеком в речевое общение, информации прибавляется. Для правильной оценки человека большое значение имеет правильность речи, ее содержание и логичность. А какую богатую информацию нам дает характер интонации! Это и эмоциональность человека, и настроение в данный момент, и отношение к нам. Что же требуется от нас как от партнеров по общению? Внимательность и наблюдательность. Давайте сыграем в такую игру. Разделимся на две команды. Одна команда будет исполнять роль актеров, другая команда — роль зрителей. Задача каждого актера: изобразить некоторый образ, некоторую личность. На демонстрацию образа дается не больше минуты. Постарайтесь изобразить этот образ мимикой, жестами, манерами. Можно даже воспользоваться каким-то простейшим реквизитом: надеть шапочку, платочек, очки, все, что хотите. Другая команда, зрителей, будет проявлять внимательность и наблюдательность. Нужно будет описать по первому впечатлению возраст, образование, сферу деятельности личности, возможные увлечения, интересы, и т. д. Чтобы играть в эту игру, команда актеров выходит из класса, команда зрителей остается на месте. В класс будет входить незнакомый вам человек, представленный командой актеров, новая личность.

А зрителям надо будет распознать, что это за личность. Каждый может задавать по одному вопросу на выяснение личности, профессии, возраста, образования и т. д., но не прямо, а косвенно. Затем все вместе дают описание личности. А личность дает своему портрету оценку по пятибалльной системе. Пожалуйста, пару минут на подготовку. Команда актеров выходит, каждый для себя находит роль. Команда зрителей остается в классе и договаривается, какие вопросы и кто будет задавать. Постепенно в класс входят по очереди все «актеры» и затем остаются в классе. Начали. Время на подготовку вышло. Пожалуйста, первый незнакомец, войдите в класс. Зрители задают вопросы, но не больше, чем в течении 15–20 секунд. Затем все обсуждают характеристику незнакомца, а он дает оценку. Начали! Оценка актера по пятибалльной системе. Начали. Наша игра заканчивается. Если есть желание, команды, можете поменяться ролями. Команда актеров станет командой зрителей, «зрители» — «актерами». Ведущему мы доверяем те же функции. Итак, на ваше усмотрение: или мы игру заканчиваем или продолжаем в других ролях. Ведущий, берите инициативу в свои руки. Далее подводим итоги.

### **Проективный рисунок (реквизит: листы бумаги и ручки)**

Кто я есть? Этот вопрос волнует каждого. Вам предлагается выполнить два рисунка. Возьмите лист бумаги и выполните рядом два рисунка. Первый — Я — такой, как есть. Второй рисунок: Я — такой, каким бы хотел быть. На выполнение рисунков дается 5 минут. Рисунки не подписываются. Техническая сторона рисунка не важна. Время истекает, заканчиваем творческий процесс. Все рисунки сложите, пожалуйста, на стул в центре комнаты. Ведущий, перемешайте рисунки и произвольно выберите один. Положите его так, чтобы всем было видно. Теперь каждый по очереди расскажет о том, что он видит на рисунке. Не формальные описания, а свои ощущения, отношение к тому, что нарисовано. Опишите то, каким себя видит человек, каким хотел бы он стать, что хотел бы изменить в себе. Все высказываются по кругу, при этом автор рисунка не объявляет сам себя, а высказывается, как и



другие участники, в свою очередь. После прохождения полного круга, когда все высказались относительно рисунка, попытаемся ответить, кто же является автором. Затем автор объявляет себя и рассказывает, что же хотел выразить в рисунке, отмечает наиболее понравившиеся ему реплики. Начали. Если все рисунки обсуждены, можно подвести итог.

### **«Обвинители» и «защитники»**

Все ли мы умеем корректно критиковать, обвинять и принимать критику? А можем ли защищаться? Попробуем выяснить это опытным путем. Прежде всего выберем «обвиняемого», потом в этой роли выступят все по очереди. Пожалуйста, первый «обвиняемый» займите свое место в центре круга. Все остальные, разбейтесь на две группы, примерно равные по количеству. Слева группа «защитников», справа — группа «обвинителей». Послушайте условия игры. Функция «обвинителей» — выделить негативную черту «обвиняемого» и описать ситуацию ее проявления в группе. Просто «оценочные» высказывания, например «высокомерный», без описания ситуации проявления этой черты, не допускаются. Функции «защитника» — найти объяснение проявлению этой черты и дать другую, позитивную, характеристику обвиняемому. Например, «он проявил себя таким образом потому, что его достоинства действительно не оценили». Высказывания говорятся в лицо «обвиняемому. Он должен видеть, кто говорит. Участники адресуют свои обвинения не вообще, а непосредственно к данному человеку, описывая конкретную ситуацию проявления этой черты. После каждого тура проведения суда слово дается обвиняемому. Он сам высказывается по поводу услышанного, выражая свое эмоциональное отношение к ситуации, сам отвечает на обвинения. Все готовы, обвиняемый на своем месте? Защитники — готовы защищать, обвинители, начинайте. Проанализируйте поведение обвиняемого в группе. Начинайте раскручивать какой-то факт. А теперь давайте определим, кто из обвинителей наиболее искусно исполнил свою роль, т. е. смог добиться своего с помощью аргументов, фактов и корректного поведения.

Затем посмотрим, кто лучше проявил себя в роли защитника. Наконец, «обвиняемые», кто, по-вашему мнению, наилучшим образом, убедительно и корректно парировал обвинения? Игра закончена.

### **Выбор тактики**

В речевом общении можно выбрать разные тактики поведения: подавление, уступка, подстраивание, защита, сотрудничество, компромисс. Сейчас вам представится возможность апробировать эти тактики в действии. Пожалуйста, разбейтесь на пары. Определите для себя роли. В каждой паре один будет начальник, другой — подчиненный. Начинаем работу. Представьте себе такую ситуацию: в конце рабочего дня начальник подходит к сотруднику. Конец месяца, подразделение загружено срочными делами, и вот между начальником и подчиненным происходит разговор: «Я прошу вас остаться после работы, чтобы доделать горящие дела». Подчиненный: «Не могу, рабочий день уже закончился». Цель каждого из вас: найти тактику поведения. Как бы вы продолжили этот разговор? А теперь вопрос ко всем: «Кто по своей субъективной оценке нашел гибкий ход? Кто в каждой паре выиграл? Начальник или подчиненный?» Решите в каждой паре, кто кого? Победитель поднимает руку. Если преимущество не очевидное, можно руку не поднимать. А сейчас следующий тур нашего соревнования. Ведущий, пожалуйста, выберите одного из тех, кто победил в роли начальника, и другого победителя в роли подчиненного. Пусть они сыграют заново сцену для всех. Если можно набрать несколько таких пар, проиграем несколько публичных выступлений. Начали! И в заключение, определим, кто же во всей этой игре был на самом высшем уровне.

### **Прием на работу**

Мы с вами — работники одной фирмы. В этой фирме действует совет по приему новых работников. В совет входят представители разных подразделений. Каждый из вас может выбрать роль по душе. Это может быть и менеджер, и главный инженер, и директор фирмы или заместитель по

маркетингу и т. д. Каждого интересует своя область. Вы задаете претенденту вопросы. При этом помните, что это не монолог, поэтому необходимо так организовать обмен мнениями в виде вопросов и ответов, чтобы в нем участвовали все. Поэтому формулируйте свои вопросы, определения, оценки таким образом, чтобы они косвенно приглашали высказать свое отношение, принять участие в беседе. Итак, вам предстоит принять участие в собеседовании при приеме на работу. Давайте распределим роли. Каждый возьмите листочек бумаги и напишите, какую роль вы будете играть. Либо вы будете в роли претендента на замещение вакантной должности, либо представлять кого-то из членов комиссии. Сделайте так, чтобы на всех хватило ролей. Учтите, роли будут меняться, поэтому каждый пройдет через каждую роль. На изготовление записок с вашими ролями, отводится 30 секунд. Начали. Роли распределены. Давайте сделаем так, чтобы претендент занимал место в середине, в центре, а все остальные, сидя на своих местах, будут играть роли, которые они себе выбрали. Претендент может даже встать, выйти и зайти, как положено, чтобы занять свое место в центре. Комиссия, приготовьте вопросы, чтобы через 2—3 минуты вынести свой приговор, берете ли вы претендента на предлагаемую должность или нет. Претендент, ваш выход. Теперь все записи передвинем вправо и вы поменяетесь ролями. Вперед выходит новый претендент. Собеседование начинается. Начали.

В результате выносится приговор, насколько ценен сотрудник в лице этого претендента. А затем, без всякого дополнительного напоминания, сами давайте команду передвинуть вправо записки с ролями и обсудить кандидатуру нового претендента. И так всех по очереди, пока все не пройдут через все роли. Подведем итог. Выберем самых-самых ценных претендентов на работу в вашей фирме.

### **Собеседование при увольнении**

Как важно грамотно и психологически правильно провести собеседование с сотрудником, собирающимся уволиться.

Сейчас мы попробуем такую ситуацию пережить. Для начала разбейтесь на пары и определите для себя роли. Один — квалифицированный увольняющийся работник. Другой — руководитель отдела, стремящийся, очевидно, удержать его. Цель руководителя — не потерять ценного работника, следовательно, надо найти аргументы и убедить его остаться. И у увольняющегося, по-видимому, свои планы. Вживаемся в роли: подчиненный с установкой уйти, руководитель — с установкой удержать ценного работника. Разбиваемся на пары. В каждой паре один из вас — руководитель, другой — подчиненный. Начали! Заканчиваем наше собеседование. Вопрос к группе. Пожалуйста, поднимите руки те начальники, которым удалось удержать своих подчиненных. А теперь, поднимите руки те подчиненные, которым удалось убедить своих начальников в целесообразности их увольнения. Далее следует организовать такую игру, в которой бы участвовали, с одной стороны, один из начальников-победителей, с другой — подчиненный-победитель. Если наберется несколько пар, то последовательно проиграем все показательные диалоги. Начали! Вероятно, можно оценить, когда и кто в какой роли является победителем этого конкурса.

## **Конфликт**

Кто из нас не попадал в сложную неординарную ситуацию? Как выйти из нее с наименьшими потерями? Как помочь разрешить конфликт? Сейчас мы будем с вами играть не парами, а тройками. Распределение ролей следующее: один — руководитель, а двое — конфликтующие, которых руководитель вызвал для урегулирования конфликта. А какова сама конфликтная ситуация? Мы ведь так часто их переживаем. Давайте возьмем одну из тех, в которые мы попадали сами. Ну, например, двое претендуют на одну путевку, есть возможность купить автомобиль, но только одному из вас и т. д. Пожалуйста, разбейтесь на тройки и распределите роли в каждой тройке. Начали. Цель руководителя — по возможности сгладить конфликт, притушить его. Цель конфликтующих — вывести конфликт наружу и, наверное, побе-

дить в этом споре. Ведущий должен понять, в чем сущность конфликта, отделить повод от причины, выяснить истинное положение вещей с помощью конструктивных вопросов, дать оценку ситуации. Конфликтующие, вам предстоит очень коротко и убедительно аргументировать свою позицию и с достоинством выйти из конфликтной ситуации. Пожалуйста, придумайте тему конфликта, приступайте. Начали! Теперь, давайте оценим, кто же вышел победителем из этого конфликта? Определите в каждой тройке победителя. Победитель поднимет руку. Ведущий, организуйте показательное выступление из числа победителей. Выберите тех, кто поднимал руки, согласуйте тему конфликта, и посмотрите это показательное выступление призеров. Начали! Ведущий, если у вас есть возможность организовать вторую или третью серию этого выступления, то, пожалуйста, приступайте к делу. В заключение подведем итог игры. Ведущий, определите самых заядлых спорщиков и самого лучшего арбитра.

### **Совещание**

Приходилось ли вам проводить совещание? Если да, смогли ли вы правильно его организовать? Ведь проведение совещания зависит не только от вашей собственной подготовки к нему. Как заинтересовать людей? Вызвать у них максимальную включенность в работу и в то же время не переутомить их, не дать им впасть в сонливое состояние? А в зале обычно сидят люди с такими разными установками и настроениями. Сейчас нам предстоит поиграть в совещание. Каждый может выбрать для себя волнующую его тему; она может быть серьезной: отчет, задачи на перспективу, переход на новую форму организации труда. А может быть абсолютно несерьезной: есть ли жизнь на Марсе, существуют ли и какие инопланетные цивилизации. Итак, один из вас — организатор совещания. Последовательно пусть все пройдут через эту роль. А вот участвовать в совещании все будут согласно выбранной роли. Роль каждый участник определяет для себя самостоятельно. Это может быть роль «болтуна» «зануды», «правдоборца», «хвастуна», «нарушителя» порядка, «лидера

оппозиции» и т. д. Возьмите листок бумаги и напишите для себя ту роль, которую вы предпочитаете. Только то, что напишете — не показывайте другим, спрячьте листок в карман. На протяжении всего совещания постарайтесь исполнять эту роль как можно достовернее, чтобы остальные участники смогли ее определить. Первый выступающий, вам время на доклад не более пяти минут. После чего все начнут обсуждать этот доклад с позиций своих ролей. Основной доклад закончен. Теперь давайте, участники совещания, с позиций своих ролей ваши замечания, реплики, предложения и возражения. Пожалуйста, все по очереди, кто на что способен, кто во что горазд. Ведущий, руководите. Роль председателя совещания — ваша. Подводим итоги. Ведущий, вы можете каждому дать заключительное слово, которое может содержать всего одну фразу. Теперь подведем другой итог. Давайте по кругу определим роли каждого участника. Все могут говорить одновременно, а исполнитель роли определяет того, кто точно, ближе всех и быстрее разгадал эту роль. Последовательно обсуждаем роли каждого. Все, кто разгадывают, получают шансы выиграть в конкурсе знатоков. Пожалуйста, начинаем определять роли. Все активно участвуют. Начали! Можно подвести общий итог. Давайте выясним, кто оказался самым внимательным и распознал большее количество ролей и кто сыграл самую выдающуюся роль. Ведущий, вам заключительное слово.

## **Информация**

Публичное выступление воспринимаются как особо сложная задача. Готовиться к выступлению надо целенаправленно, учитывая при этом его особенности. Давайте сосредоточим свое внимание на подготовке выступления-информации. Такое выступление направлено на передачу информации и обогащение знаниями. Это могут быть отчеты, сообщения о результатах работы, лекции, рефераты, доклады. Выберите любую тему выступления и в течение трех минут продумайте, о чем вы будете сообщать. Не забудьте при этом о структуре выступления. В ней три части: вступи-

ние, где главное — привлечь внимание слушателей, установить с ними контакт, основная часть, стержень которой — аргументация, достигаемая за счет непротиворечивости мысли и точности языка, и, наконец, заключение. Его не следует затягивать, а с другой стороны, прерывать на полуслове. Это могут быть выводы, ваше личное отношение к содержанию, указания на нерешенные проблемы, пожелания, призывы к дальнейшим действиям. Выступление не должно превышать трех минут. Выберите для себя одну из самых актуальных тем, которая вас волнует. На подготовку — три минуты. Начали. Время истекает. Давайте выступать по очереди слева направо. Во время выступления обращайте внимание на мимику, жесты, интонацию, логику изложения. Все последующие, учитесь на ошибках предыдущих. Потом мы оценим самые интересные выступления. Пожалуйста, начали по очереди выступления. Теперь оценим, какое из выступлений произвело на вас большее впечатление и более всего отвечает предъявленным к нему требованиям. Под руководством ведущего заслушаем мнения всех о выступлениях и выберем наиболее интересные из них. Ведущий, вам слово!

### **Убеждение**

В чем особенность убеждающей речи? В основном она должна вызвать у слушателей те или иные чувства. На передний план выступает эмоциональный аспект. К выступлению-убеждению относятся такие формы речи, как торжественная речь, например, по случаю праздника, юбилея и т. д., поздравительная речь (поздравление кого-то), напутственное слово (по случаю проводов работника на пенсию, отправления на учебу и т. д.) Выберите форму выступления-убеждения и в течение трех минут придумайте свою речь-убеждение. В процессе выступления старайтесь избегать излишней сентиментальности, старайтесь быть убедительными, но не навязчивыми. Помните, убедительность зависит от умения настроиться на партнера. Выберите себе тему, можно и не вполне серьезную. Например, проводите друга на другую работу, поздравьте друг друга со столетним или двухсотлетним

юбилеем и т. д. Три минуты на подготовку. Начали! Давайте по очереди послушаем всех выступающих. И пусть каждый по пятибалльной системе оценит каждого. Посмотрим, кто сколько очков наберет. Ведущий, руководите. Начали! Подведем итоги. Ведущий, по очереди называйте докладчиков, все называют ему свои оценки, докладчик их суммирует, определяет количество набранных очков. В конце ведущий оцените победителей. Начали!

### **Побуждение**

Требуется большое умение, чтобы побудить человека к действию. Побуждающая речь должна вдохновлять человека на практическую деятельность. Формы здесь могут быть самые разные: речь на митинге в форме призыва, речь протеста, патетическая речь, например, по случаю предстоящих праздников, призыв к действиям. Речь-побуждение имеет свои особенности. Она должна быть очень краткой, начинаться с определения значимости предмета. По существу надо четко выразить, что необходимо сделать, почему это необходимо сделать и как это нужно сделать. Выберите для себя любую форму речи-побуждения. Далее, в течение трех минут — выступление-побуждение. Что необходимо сделать, почему и как. Приготовимся, а потом выступаем и оцениваем эффект. Начали! Выступаем все по очереди, оцениваем друг друга по пятибалльной системе, потом суммируем свои очки. Выступления закончены. Посмотрим, кто сколько очков набрал. Ведущий подходит к выступающему, и каждый говорит свои баллы.

### **Вопросы**

Пожалуйста, разбейтесь на пары. Сядьте в кресла, рядом друг с другом. Начинаем нашу игру. Один из партнеров в каждой паре закрывает глаза и в течение 1–2-х минут добивается полного мышечного расслабления. Второй партнер, сидящий рядом, заговаривает с первым. Задача первого: отвечать на все вопросы и реплики второго, сохраняя при этом максимальную общую расслабленность. Задача второго: соз-



дать для расслабившегося игрока напряженную ситуацию и вывести его из релаксационного состояния. Эмоциональная и интеллектуальная нагрузка увеличивается постепенно. При этом надо идти от элементарных вопросов типа «Едят ли коровы траву?» ко все более сложным. Нужно искать вопрос, ответ на который требует известных интеллектуальных усилий. Потом можно перейти к загадкам, задачкам на сообразительность. Приступаем. Первый игрок в каждой паре, сбросьте с себя мышечные зажимы, расслабьтесь. Второй игрок, приготовьтесь. Ваши вопросы должны вывести его из релаксационного состояния. По нашему сигналу в каждой паре поднимает руки тот, кто выиграл. Вы должны договориться между собой, как это определить. Начали! Стоп. Давайте оценим на этот момент, кто в каждой паре выиграл. Если первый сохранил расслабленность — его выигрыш, если его самого вывели из равновесия — в этом заслуга второго номера. Поднимите руки те, кто выиграл. А теперь, ведущий, организуйте такое соревнование: возьмите наугад из тех, кто поднял руки, одного релаксирующего и одного отвлекающего. Это будет их показательное выступление. Пусть они для всех сыграют сценку: один релаксируется, а другой — его отвлекает. Пожалуйста, организуйте это соревнование, пусть они выйдут вперед, сядут так, чтобы всем было видно, и начинают работать. Начали показательную игру! Игра закончена. Желательно, чтобы участники игры высказали свое мнение по поводу увиденного.

### **Горячий стул**

В этой игре каждый из нас пройдет процедуру под названием «горячий стул». Этот стул находится в центре комнаты. Пусть каждый по очереди займет на нем место. А в то время как один человек сидит на этом стуле, все остальные члены группы обращаются к нему по следующей форме: «Когда ты делаешь или говоришь то-то и то-то... или ведешь себя так-то и так-то, у меня возникают такие-то чувства, и мне кажется, что это означает то-то и то-то». Высказывания должны быть по возможности конкретными. Используется только

та информация! которая была получена во время занятий. Следует избегать определений «нравится», «хорошо», «плохо». После того как все выскажутся, участник, относительно которого производились высказывания, рассказывает о том, что он извлек из этих суждений, что принял и что отвергает. Первый желающий, займите «горячий стул». Давайте будем высказываться по кругу. Вы высказываете свое мнение о том, как понимать слова или действия сидящего на стуле, что это означает и как это можно интерпретировать. Когда все выскажутся, слово будет предоставлено сидящему на стуле. Он скажет, какие он сделал выводы относительно того, что о нем думают коллеги. Надеемся без обид, в очень доброжелательном плане. Высказываются все. Начали! После того, как все высказались, слово предоставляется сидящему на «горячем стуле». Он должен очень коротко сделать выводы из всего услышанного. Далее процедура повторяется до тех пор, пока через «горячий стул» не пройдут все участники игры. Следующий желающий садится на «горячий стул», и все ему высказывают свое отношение к нему. Когда все выступления закончатся, сидящему в центре дают последнее слово. Задача ведущего определить, кто из всех сидящих на «горячем стуле» сделал самые адекватные выводы. Это может быть один — два или даже несколько человек.

### **Взаимодействие с партнером**

Пожалуйста, разбейтесь на пары. Сейчас вам предстоит выполнить ряд совместных действий. Поздороваться, передать книгу, записать адрес, подать пальто и т. п. По сигналу, вам надо будет остановиться и «замереть». Ведущий будет выступать в качестве эксперта. Он подойдет к каждому из застывших и определит локализацию мышечных зажимов. Как только он подойдет, дотронется до тех мест, где, по его мнению, есть мышечные зажимы, напряжение должно сниматься, а движение — завершаться. Цель данного упражнения: уловить разницу в ощущении зажатого и свободного движения. Все занимают свои места по парам. Наверное, даже лучше встать. Впрочем, как хотите. И каждый друг дру-

гу дает какие-то задания. Вы совместно выполняете задания. По команде все застывают, а ведущий оценивает, у кого имеются зажимы. Подходит, дотрагивается, снимает эти зажимы, а потом определяет, кто из всех чувствовал себя наиболее раскованно. Начали! Заканчиваем игру. Ведущий, подведите итоги, определите, кто из всех присутствующих всё себя наиболее раскованно.

### **Этика взаимоотношений**

Как часто нам приходится попадать в сложные ситуации, выход из которых зависит только от этики наших взаимоотношений. Давайте попробуем найти оптимальный выход из следующей ситуации. Например, к руководителю приходит сотрудник с просьбой отпустить его с работы на целый день. А момент-то очень неподходящий. Кому не приходилось сталкиваться с такими ситуациями? Вроде и человека не хочется обидеть, но вот время действительно самое неудачное. Давайте разобьемся на пары. В каждой паре один из будет начальник, другой — подчиненный. Разыграем эту ситуацию. Итак, в каждой паре один — начальник, другой — подчиненный, отпрашивается с работы. На разговор — две-три минуты. Начинаем говорить все одновременно по команде. Начали! Подводим итоги. Обсудите в каждой паре, кто является победителем в ситуации. Победители, поднимите руки. А теперь — полуфинал. Все выигравшие имеют право участвовать в полуфинальном состязании между собой. Ведущий, образуйте новые пары из победителей. Все остальные наблюдают за ними. Начали! В этом состязании, наверное, тоже кто-то выиграл. Ведущий, вы можете либо устроить финальное состязание между победителями или, если считаете возможным — подвести итог. Слово за вами.

### **Комиссионный магазин**

Часто говорят, что наши недостатки являются продолжением наших достоинств. Давайте заглянем внутрь себя и рассмотрим, каких качеств нам не достает для полного совершенства, каких может быть в избытке настолько, что ими

можно было бы поделиться с кем-нибудь. Пожалуйста, подумайте на эту тему. А теперь предлагаем вам поиграть в комиссионный магазин, но не простой, а особенный. Товары, которые принимает продавец, это различные человеческие качества, например: лень, занудство, великодушие, чувствительность и т. д. За товары продавец дает не деньги, а тоже человеческие качества, те, которые у него есть и которые ему не жалко отдать за предложенный товар. Таким образом, предлагается совершить торг, выгодную сделку, в которой каждый из участников может избавиться от какого-то ненужного качества, или от его части, и приобрести что-то необходимое. Пожалуйста, разделитесь на пары. Теперь один из вас продавец, другой — покупатель. Покупатель «сдает» свои ненужные качества продавцу, а продавец решает, нужен ли ему такой товар и что из имеющихся у продавца качеств можно предложить взамен. Например, кому-то не хватает для успешной жизни красноречия, и он мог бы предложить за него какую-то часть своего, спокойствия, уравновешенности. Если продавцу нужно спокойствие, а красноречием он обладает в таком количестве, что даже мог бы им поделиться с кем-нибудь, то по всей вероятности торг удастся. Если все понятно, то просим вас начать игру.

А теперь поменяемся ролями. Те, кто были покупателями становятся продавцами и наоборот. Продолжим игру.

Подведем итоги. Поделитесь своими впечатлениями с группой. Кто сделал для себя интересные открытия? Возможно, кто-то не подозревал о том, что именно ему необходимо в первую очередь, может быть кто-то понял, что ему нет смысла расставаться с качествами, которые он раньше считал лишними и т. д.

### **Уличное знакомство**

Все участники игры разбиваются на пары. Задание одного из участников пары: познакомиться со вторым, абсолютно незнакомым ему человеком прямо на улице. Для этого он прилагает максимум усилий, все свое обаяние, находчивость. Цель считается достигнутой, если ему удастся узнать имя че-

ловека и номер домашнего телефона. Второй, напротив, старается уйти от знакомства, оставаясь в рамках элементарной логики и органичности своего образа. Необходимо, конечно, заранее обговорить место действия образов, в которых станут участники игры, а также, примерно, цель, побудившую одного к завязыванию знакомства. После демонстрации парами сцен знакомства, участники определяют наиболее успешно справившегося с поставленной задачей, а также самого несговорчивого незнакомца, сумевшего сохранить, правдоподобность своего образа. Итак, разбейтесь на пары, обговорите место, роли и причину, побудившую к знакомству, и переходите к демонстраций сцен знакомства.

### **Открытый конфликт**

В этой игре от ее участников требуется максимальная мобилизация сил и характера, активизированный темперамент и несклоняемая воля. В центр выходят двое участников игры. Перед ними ставится простая задача. Необходимо словесно добиться от своего соперника выполнения каких-либо физических действий, причем установка дается не в скрытой, а в открытой форме. Идет открытый конфликт. Соперники впрямую, натиском своей воли, принуждают друг друга к выполнению определенных действий. Действия необходимо предлагать самые простые: выйти из комнаты, снять очки, застегнуть пиджак и т. д. Побеждает тот, кто добился своей цели. Побежденный уходит, его сменяет другой, новый участник игры, вступающий в открытый конфликт. Проигравший опять выбывает, его сменяет следующий.

### **Лесенка**

В этой игре конфликтные взаимодействия строятся уже по определенной схеме. Активное противостояние двух условных сторон дозировано и идет по нарастающей. В игре не ставится цель добиться каких-либо действий от одной из сторон. Необходимо просто вступить в конфликтный диалог. Первый бросает фразу своему сопернику. Затем второй также отвечает ему фразой из нескольких слов. Так они

поочередно обмениваются фразами с непременным условием, что каждая следующая фраза должна быть на тон выше, эмоционально более сильной, превосходящей предыдущую. Только не надо переходить на крик, так как зрители увидят и оценят не уровень шума фразы, а ее эмоциональную силу. Проигрывает тот, кто не сможет взять следующие ноты, ответить фразой, эмоционально превосходящей последнюю фразу соперника. Проигравший выбывает. Его сменяет новый участник игры.

### **Пристройка снизу и пристройка сверху**

Участники игры разбиваются на пары. Отрабатываются простейшие, элементарные приемы: «пристройку снизу» и «пристройку сверху». В любом разговоре один из его участников чувствует себя более уверенно, он как бы ставит себя выше собеседника. Второй же может также, исходя из личных целей, стараться как бы «прогигаться» в диалоге, уступать первенство собеседнику. Действия первого называются «пристройка сверху», второго — «пристройка снизу». Заметим, что пристраивается обычно один из участников диалога. Второй играет предложенную ему роль. Попробуйте в парах попросить о чем-нибудь своего собеседника. Причем каждый должен это сделать дважды. Первый раз при помощи пристройки сверху, второй — пристройки снизу. После попыток первого свои силы пробует второй участник пары. Пары самостоятельно выбирают лучшего, пристраивающегося сверху, и лучшего, пристраивающегося снизу. Таким образом группа распадается на две и каждая из них соревнуется между собой в той пристройке, которая наиболее им удастся. В каждой из двух половин выбирается по победителю, которые в конце игры встречаются в паре и демонстрируют свое мастерство.

### **Подключить соседа**

Участники игры рассаживаются в круг и рассчитываются по часовой стрелке. Первый и второй игроки завязывают разговор, желательно — спор или конфликт, как наиболее яркий

и эмоциональный из возможных видов диалога. Затем любой из участников этой пары подключает к разговору третьего, следующего по кругу. Вступающий в разговор должен занять позицию первого, так как первому предстоит выйти из разговора. По мере того, как новый участник втягивается в конфликт, первый выходит из разговора. Через некоторое время подключается номер четыре, причем подключать следующего может как и готовящийся к выходу из игры, призывая нового собеседника себе на помощь, так и последний, вступивший в разговор, «набрасываясь» на одного собеседника. С подключением новых и выбыванием старых участников игра движется по кругу.

### **Передача эмоций**

Участники игры рассаживаются в круг и рассчитываются по часовой стрелке. Первому предлагается накопить максимум отрицательных эмоций и в одной — двух фразах «выплеснуть» весь накопленный запас на своего соседа под номером два, постаравшись вложить максимум темперамента и эмоций. Второй же, никак не ответив первому, «вымещает» зло на следующем. Как это обычно бывает в жизни, он разряжается на первом попавшемся под руку. Третий также не отвечает обидчику и в одной-двух фразах передает эмоции по цепи следующему. Игра проходит в один-два круга, пока не иссякнет. А теперь несколько изменением задание. Первый пытается сбросить запас отрицательных эмоций и расшевелить все добрые и светлые силы души, одной-двумя приветливыми фразами, делится своим хорошим настроением с соседом. Второй, получив заряд положительных эмоций, передает его третьему и т. д. Теперь включается цепь положительных эмоций. Первый начинает, и его улыбка передается по лицам участников игры. Начали! Вы смогли воочию сравнить цепи отрицательных и положительных эмоций. Ваш разум сможет подсказать, какую из цепей следует оборвать, а какую продолжить, вложив в нее также частичку вашей души. Ведущий, вам заключительное слово.

## **Всеобщее внимание**

Всем участникам игры предлагается выполнить одну и ту же простейшую задачу. Любыми средствами, не прибегая, конечно, к физическим воздействиям и местным катастрофам, постарайтесь привлечь к себе внимание окружающих. Задача усложняется тем, что одновременно ее стараются выполнить все участники игры. Определите, кому это удалось и за счет каких средств. Итак, все участники игры пытаются обратить на себя внимание как можно большего числа играющих. Начали! Подсчитываем, в заключение, кто привлек внимание большего числа участников игры и подводим общие итоги

## **Неудобная ситуация**

Одному из участников игры предлагается найти выход из заданной весьма сложной жизненной ситуации. Например: он, почти обнаженный, входит в автобус. Остальные участники игры помогут ему, сыграв роль пассажиров автобуса. Его ближайшая цель очевидна — раздобыть одежду. Или же он находится на вокзале без копейки денег, не имея знакомых в этом городе. Перед ним встает задача — раздобыть денег на билет или хотя бы устроиться на ночлег. В принципе ситуации могут быть различные. Придумайте их сами. Итак, один из играющих попадает в предложенную весьма затруднительную ситуацию и ищет выхода из нее. Удастся ли ему это сделать — судить всем остальным участникам игры.

А теперь попробуем проиграть другие ситуации, более сложные, так как в них участвуют знакомые или близкие друг другу люди. Действующим лицом является не один, а двое-трое. Например, ситуация, когда один из участников игры условно входит в свою квартиру и обнаруживает там опять-таки условного вора. Как им удастся развить сложившуюся ситуацию — оценят зрители. Другая группа может играть такую роль. Например, муж приходит домой, а жена не одна. В ситуации, подобной первой и второй, интересны действия всех участников, занятых в данный момент в игре.



Предложите двоим-троим, участвующим в игре, ситуацию и распределите между ними роли. После некоторого раздумья без особой подготовки они должны попытаться найти выход из предложенных обстоятельств.

### **Угадывание по ассоциациям**

Эта игра будет проходить следующим образом. Один из вас должен будет на какое-то время выйти из помещения. В это время остальные договариваются между собой, кого из всех участников игры, в том числе и того, кто вышел, они будут загадывать. Водящий, вернувшись, должен отгадать, кого из присутствующих загадала группа. Он это делает, задавая всем участникам по очереди вопросы типа: «Каким бы был этот человек, если бы он превратился в дерево, стал бы ветром, был бы животным и так далее?» Тот участник, которому задан вопрос, должен описать предмет или явление, используя ассоциации с характеристиками загаданного человека. Его рост, цвет волос, особенности внешности и характера, профессиональные качества, темперамент и т. п., но только не напрямую, а как бы описывая характеристики объекта, о котором спрашивает водящий. Если водящий отгадывает загаданного человека и указывает на него, то следующим водит тот участник, по описанию которого водящий догадался о правильном ответе. Если же водящий ошибается или не может правильно определить загаданного, опросив всех участников, ему говорится правильный ответ и он отправляется водить еще раз. Игра продолжается до тех пор, пока не будет загадана половина участников игры. Победителем будет тот водящий, кто определит загаданного, опросив как можно меньше участников. Каждый участник на вопрос водящего может описать характеристики, сходные по ассоциации с загаданным только у одного объекта.

### **Инвентаризация**

Мы привыкли считать, что работа над собой или самосовершенствование предлагает только анализ ошибок и борьбу со своими слабостями. Однако есть одна не менее, если

не более важная сторона работы над собой. Она заключается в обнаружении в себе не только противника и виновника ошибок, но и сподвижника, друга и помощника. У каждого из нас есть свои сильные стороны, но обнаружить их в себе оказывается порой очень нелегко. Некоторые люди даже полагают, что не обладают никакими качествами, которые могли бы послужить для них внутренней точкой опоры. Как ни странно, большинство людей не умеют думать о себе в позитивном ключе. А давайте попробуем! Можете расположиться как хотите. Каждый член группы в течение одной-двух минут очень короткого рассказа о своих сильных сторонах, о том, что он любит, ценит и принимает в себе. О том, что дает ему чувство уверенности и доверия к себе в разных ситуациях. Необязательно говорить только о положительных чертах характера. Важно отметить то, что является или может стать точкой опоры в различные моменты жизни. Не умаляйте своих достоинств, говорите прямо без обиняков, безо всяких «но», «если» и т. п. Кто готов рассказать о своих, так сказать, точках опоры? Кто начинает? Ведущий, следите за временем. Давайте определим, кто был самым интересным и открытым. А теперь поздравим самого откровенного. Игра закончена.

## Намек

Многим хорошо известно, что сказанное «в лоб» часто имеет меньшее действие, чем сказанное «между строк». Особенно важно, когда речь идет о какой-то неприятной информации, в случае, когда человеку требуется менять свою точку зрения. А ведь как трудно так прямо сразу менять свои стереотипы без всяких умственных усилий! Если же человека «навести» на мысль каким-то косвенным вопросом или действием, начать «издалека», то путь к цели может быть более коротким, чем при «лобовом» натиске. Так уж человек устроен, что в первую очередь он ценит свое собственное мнение, свою собственную позицию в каждом вопросе. «Сдавать» свои позиции всегда трудно, если при этом у вас создается впечатление, что вы «проигрываете». Если же вас только «подвести к мысли», а остальное, т. е. окончательный

вывод, вы уже сделаете сами? Давайте попробуем разыграть такие ситуации. Возьмем, например, информацию о ваших родственниках и друзьях. Попробуйте за 5 минут узнать об окружении своего партнера как можно больше. Только для начала давайте разобьемся на пары. Выберите себе в напарники того, кого меньше всего знаете. Так по парам и сядьте. Теперь, сидя по парам, начните разговор издалека.

Например, о погоде, о здоровье, об отдыхе, о хобби вашего собеседника. И очень ненавязчиво постарайтесь узнать о родственниках, друзьях, знакомых своего собеседника. Учтите, мы потом оценим точность и объем информации о каждом. Итак, светский разговор вроде как ни о чем, но с косвенной целью узнать как можно больше об окружении вашего собеседника и его отношении к каждой персоне. Начали! Посчитайте, со сколькими личностями вы познакомились в беседе с партнером, сколько качеств по каждой личности вы можете назвать. По каждому пункту вам суммируется одно очко. Ведущий, оцените результаты этой игры. Кто победители? Пожалуйста, ваш заключительный выход!

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- Алешина Ю.Е. Индивидуальное и семейное консультирование. — М.: Издательство «Класс», 2000.
- Андреева Т.В. Семейная психология. — СПб.: Питер, 2004.
- Артур Ребер. Большой толковый психологический словарь. Т1. — М.: ООО «Издательство АСТ», Издательство «Вече», 2001.
- Айви А.Е., Айви М.Б., Саймэк-Даунинг Л. Психологическое консультирование и психотерапия. — М.: Издательство «Маркетинг», 1999.
- Артур Ребер. Большой толковый психологический словарь. Т2. — М.: ООО «Издательство АСТ», Издательство «Вече», 2001.
- Ахола Т., Фурман Б. Краткосрочная позитивная психотерапия (Терапия, фокусированная на решении). — СПб.: Питер, 2000.
- Бендер В., Гнайст И. Психодрама в примерах / Практическая психодиагностика и психологическое консультирование. Ростов-на-Дону: Издательство «Феникс», 1998.
- Бендлер Р., Гриндер Д., Сатир В. Семейная терапия и НЛП. — М.: Институт общегуманитарных исследований, 2000.
- Бодалев А.А., Столин В.В., Соколова Е.Т. и др. Семья на психологической консультации. Опыт и проблемы психологического консультирования. — М.: Педагогика, 1989.
- Браун Дж., Кристенсен Д. Теория и практика семейной психотерапии. — СПб.: Питер, 2001.
- Бурлачук Л.Ф., Гرابская И.А., Кочарян А.С. Основы психотерапии. — Киев; Москва: Ника-Центр; Алетейа, 1999.
- Вассерман Л.И., Горьковая И.А., Ромицина Е.Е. Психологическая методика «Подростки о родителях» и ее практическое применение: Методическое пособие.: СПб.: НИПНИИ им. В.М. Бехтерева, 2001.
- Грюнвальд Б.Б., Макаби Г.В. Консультирование семьи: Практическое руководство. — М.: Когито-Центр, 2004.

- Дилео Д. Детский рисунок. Диагностика и интерпритация. — М.: Апрель-пресс; ЭКСМО, 2001.
- Дружинин В.Н. Экспериментальная психология: Учебник для вузов. 2-е изд. — СПб.: Питер, 2006.
- Елисеев О.П. Практикум по психологии личности. Издание 2-е, исправленное и переработанное. — СПб.: Питер, 2002.
- Зинкер Д. В поисках хорошей формы. Гештальттерапия с супружескими парами и семьями. — М.: Класс, 2000.
- Квинн Н.В. Прикладная психология. / 4-е изд. — СПб.: Питер, 2000.
- Кипнис М. Тренинг коммуникации. — М.: Ось-89, 2004.
- Ковалев С.В. Подготовка старшеклассников к семейной жизни: тесты, опросники, ролевые игры; Кн. для учителя. — М.: Просвещение, 1991.
- Лютова Е.К., Монина Г.Б. Тренинг общения с ребенком (период раннего детства). — СПб.: Питер, 2003.
- Малкина—Пых. Семейная терапия. Справочник практического психолога. — М.: Издательство «Эксмо», 2005.
- Никольская И.М. Серийные рисунки и рассказы в психологическом консультировании детей и родителей. // Системная семейная психотерапия. — СПб.: Питер, 2002.
- Ожегов С.И., Шведова Н.Ю. Толковый словарь русского словаря. Российская академия наук. Институт русского языка им. В.В. Виноградова. — 4-е изд., дополненное. — М., Азбуковник, 1999.
- Остер Д., Гоулд П. Рисунок в психотерапии. — М.: Информационный центр психологической культуры, 2000.
- Петрусинский В.В. Игры — обучение, тренинг, досуг. — М.: Издательство «Новая школа», 1994.
- Психологическое консультирование и психотерапия. Хрестоматия / Сост. А.Б. Фенько, Н.С. Игнатьева, М.Ю. Локтаева. — М.: Издательство «Новая школа», 1999. Т. 1.
- Райгородский Д.Я. Диагностика семьи. Методики и тесты. — Самара: «Издательский Дом БАХРАХ», М., 2004.
- Романова Е.С., Потемкина О.Ф. Графические методы в психологической диагностике. — М.: Дидакт, 1991.

- Семейная терапия. Хрестоматия / Сост.: Э.Г. Эйдемиллер, Н.В. Александрова, В.Н. Юстицкис. — СПб.: Питер, 2000.
- Словарь практического психолога / Сост. С.Ю. Головин. — Минск: Харвест, М.: ООО «Издательство АСТ», 2001.
- Спиваковская А.С., Черников А.В., Мясникова С.Н., Теперик Р.Ф. Модели социально-психологических тренингов для обеспечения эффективного контакта в работе с семьей // Проблемы семьи и семейной политики. НИИ семьи, Министерство социальной защиты населения РФ. 3, 1993.
- Столин В.В., Романова Т.Л., Бутенко Г.П. Опросник удовлетворенности браком // Вестн. Моск. Ун-та. Сер. XIV. Психология. 1984. № 2.
- Сысенко В.А. Психодиагностика супружеских взаимоотношений. — М.: НИИ семьи, 1998.
- Тимошенков П.А. Вопросы семейного консультирования // Мастерство психологического консультирования. А.А. Бадхен, А.М. Родина. — СПб.: Европейский дом, 2002.
- Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. — М., Издательство Института Психотерапии, 2002.
- Хоментausкас Г.Т. Использование детского рисунка для исследования внутрисемейных отношений // Вопросы психологии. 1986. — № 1.
- Хоментausкас Г.Т. Семья глазами ребенка. — Томск: Курсив, 1995.
- Черников А.В. Системная семейная терапия. Интегральная модель диагностики. — М.: Класс, 2001.
- Шапарь В.Б. Рабочий словарь психолога-консультанта. — Ростов-на-Дону: Феникс, 2005.
- Шапарь В.Б. Новейший психологический словарь. — Ростов-на-Дону: Феникс, 2005.
- Шапарь В.Б. Брак — дело тонкое. Уроки семейной психологии. Серия «Без проблем». — Ростов-на-Дону: Феникс, 2004.
- Шапарь В.Б. Практическая психология. Инструментарий. Серия «Учебники для высшей школы». — Ростов-на-Дону: Феникс, 2004.

- Эйдмиллер Э.Г., Юстицкис В.В.* Клинико-психологическая диагностика взаимоотношений в семьях подростков с психопатиями, акцентуациями характера, неврозами и неврозоподобными состояниями: Методические рекомендации. — Л.: 1987.
- Эйдмиллер Э.Г.* Методы семейной диагностики и психотерапии. — М.: Наука, 1996.

# ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение	3
<b>Глава 1. Выявление родительского отношения к детям</b>	5
1.1. Методика диагностики родительских отношений (ОРО) А.Я. Варга и В.В. Столина	5
1.2. Методика PARI (Родительско-детские отношения)	11
1.3. Методика диагностики межличностных отношений Т. Лири	25
1.4. Опросник для родителей «Анализ семейных взаимоотношений» (АСВ)	36
1.5. Опросник «Измерение установок в семейной паре»	66
1.6. Опросник для родителей «Типы воспитания детей» . . .	77
1.7. Висбаденский опросник к методу позитивной психотерапии и семейной психотерапии (WIPPF)	86
1.8. Шкала степени отверженности ребенка в семье	122
1.9. Шкала семейного окружения (ШСО)	130
1.10. Экспертная диагностика социально-педагогической запущенности детей (Р.В. Овчарова)	138
<b>Глава 2. Выявление детского отношения к родителям</b>	147
2.1. Графический тест «Рисунок семьи»	147
2.2. Методика Рене Жиля	158
2.2. Методика В.В. Доброва «Интерпретация методики Розенцвейга в работе с детьми»	173
2.4. Диагностика личностных расстройств с помощью многофакторного опросника MMPI («Мини-мульт») . . .	191
2.5. Диагностика враждебности (по шкале Кука-Медлей) . . .	199
2.6. Определение уровня депрессии (Т.И. Балашова)	203
2.7. Определение склонности к отклоняющемуся поведению (А.Н. Орел)	206
2.8. Определение интегральных форм коммуникативной агрессивности (В.В. Бойко)	221
2.9. Самооценка форм агрессивного поведения (модифицированный вариант Басса-Дарки)	228
2.10. Тест незаконченных предложений	231
2.11. Шкала семейной адаптации и сплоченности (FACES-3).	235
2.12. Шкала привязанности ребенка к членам своей семьи. . .	239



### **Глава 3. Оценка психического состояния детей и родителей . . . 242**

3.1. Методика диагностики уровня субъективного ощущения одиночества Д. Рассела и М. Фергюсона . . . . .	242
3.2. Методика диагностики потребности в поисках ощущений М. Цукермана _____	244
3.3. Методика диагностики типа эмоциональной реакции на воздействие стимулов окружающей среды В.В. Бойко _____	250
3.4. Методика диагностики коммуникативной установки В.В. Бойко _____	258
3.6. Методика межличностного семейного конфликта (МСК) _____	282
3.7. Шкала определения соперничества между детьми _____	302
3.8. Шкала самооценки ребенка _____	304
3.9. Диагностика тревожных состояний у детей (CMAS) . . .	307
3.9. Диагностика агрессивности детей (опросник Басса-Дарки) _____	316

### **Глава 4. Психотерапевтические приемы работы психолога**

с родителями и детьми _____	344
4.1. Аутичный ребенок _____	344
4.2. Агрессивный ребенок _____	349
4.3. Тревожный ребенок _____	357
4.4. Гиперактивный ребенок _____	364
4.5. Трудности подросткового возраста _____	369

Список литературы _____	424
-------------------------	-----

*Серия «Психологический факультет»*

**Виктор Борисович Шапарь**

**ПРАКТИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ.  
ПСИХОДИАГНОСТИКА ОТНОШЕНИЙ  
МЕЖДУ РОДИТЕЛЯМИ И ДЕТЬМИ**

Ответственный редактор: *А. М. Спивак*  
Редактор: *Л. Н. Горбунова*  
Корректор: *Е. Н. Соболева*  
Компьютерная верстка: *А. А. Петров*

Сдано в набор 17.06.06 г. Подписано в печать 18.07.06 г.  
Формат 84×108<sup>1/32</sup>. Бумага тип. № 2.  
Гарнитура Ньютон. Тираж 4000 экз. Заказ № 1973.

**Издательство «ФЕНИКС»**  
**344082, г. Ростов-на-Дону, пер. Халтуринский, 80**

Отпечатано с готовых диапозитивов  
в типографии ОАО «Издательство «Самарский Дом печати».  
443080, г. Самара, пр. К. Маркса, 201.  
Качество печати соответствует качеству предоставленных диапозитивов.

ISBN 5-222-09379-4



9 785222 093795

