

**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №23  
с углубленным изучением иностранных языков»**



***МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ***

***Самопознание как основа развития духовно-нравственного воспитания через реализацию дополнительного образования***

Подготовила педагог-психолог  
МБОУ «СОШ №23 с УИИЯ»  
О.А.Смородина

## ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ КЛИМАТ КЛАССНОГО КОЛЛЕКТИВА (В.С.ИВАШКИН, В.В.ОНУФРИЕВА)

**Шкалы:** психологический климат: эмоциональный, моральный, деловой.

**Назначение теста:** методика ориентирована на определение психологического климата по трем критериям – эмоциональному, моральному и деловому.

### **Ход проведения**

Испытуемым предлагается три вопроса:

1. Всегда ли учащихся вашего класса волнуют успехи и неудачи друг друга в учебе?
2. Всегда ли учащиеся вашего класса оказывают помошь друг другу в учебе?
3. Все ли учащиеся вашего класса ответственно относятся к учебе?

### **Инструкция:**

«По каждому вопросу оцените свой класс, пользуясь пятибалльной шкалой».

- Всегда волнует – **5**.
- Чаще волнует – **4**.
- Волнует в половине случаев – **3**.
- Чаще не волнует – **2**.
- Совсем не волнует – **1**.

### **Обработка и интерпретация результатов теста**

Вычисляется средний балл группы:

$$X = (A + B + C) / 3P; \text{ где}$$

A, B, C – балльные оценки по вопросам;

P – число испытуемых

### **Интерпретация результатов теста**

- X >= 4,5 балла, показатель психологического климата высокий, оценка 3 балла.
- 3,5 < X < 4,5 – показатель психологического климата средний, оценка 2 балла.
- В остальных случаях показатель психологического климата низкий, оценка 1 балл.

## ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ «Психологический климат классного коллектива» (В.С.Ивашкин, В.В.Онуфриева)

№	Ф.И.О.	Балы к вопросам		
		1 (A)	2 (Б)	3 (B)
1				
2				
3...				
	<b>Итого</b>			

**ОБЩИЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**  
**«Психологический климат классного коллектива»**  
**(В.С.Ивашкин, В.В.Онуфриева)**

Область \_\_\_\_\_

Количество учащихся в 1 классе \_\_\_\_\_

Количество учащихся в 2 классе \_\_\_\_\_

Количество учащихся в 3 классе \_\_\_\_\_

Количество учащихся в 4 классе \_\_\_\_\_

№	Наименование организации образования, Ф.И.О. директора школьной организации	Классы	Кол-во уч-ся	Уровень психологического климата

**МЕТОДИКА «ЧТО ТАКОЕ ХОРОШО И ЧТО ТАКОЕ ПЛОХО»**  
**(АДАПТИРОВАННЫЙ К ПРЕДМЕТУ «САМОПОЗНАНИЕ»)**  
**учебные достижения**

**Шкалы:** уровень учебных достижений по самопознанию

**Тестируем:** свойства личности

**Возраст:** начальная школа

*Назначение теста: диагностика уровня учебных достижений по самопознанию*

*Источники: методика «Что такое хорошо и что такое плохо» /Диагностика эмоционально-нравственного развития. Ред. и сост. И.Б. Дерманов*

Тестовый материал

У учащихся проверяются учебные достижения по предмету «Самопознание»:

1. Что изучает предмет «Самопознание»?
2. Что такое дружба? Как понимаете, что значит настоящая дружба?
3. Что такое доброта? Раскройте значения понятия «доброжелательный человек»?  
Перечислите добрые поступки человека;
4. Что такое честность, справедливость? Перечислите честные, справедливые поступки человека;
5. Что значит здоровый образ жизни для тебя лично;
6. Как вы понимаете бережное отношение к природе? Приведите примеры.

Оценивание вопросов:

*Диагностика уровня учебных достижений по самопознанию оценивается по 3-балльной шкале (по каждому вопросу):*

- 0 балл – если у ребенка сформировано неправильное представление о данном нравственном понятии;

- **1 балла** – если представление о нравственном понятии правильное, но недостаточно четкое и полное;
- **2 балла** – если сформировано полное и четкое представление.

**Обработка теста**

№	Количество баллов	Уровни учебных достижений
1	11–12	высокий
2	7–10	нормальный
3	4–6	низкий
	менее 3	очень низкий

**ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**  
**«Что такое хорошо и что такое плохо»**  
**(адаптированный к предмету «Самопознание»)**  
**(учебные достижения)**

Класс \_\_\_\_\_  
 Количество учащихся \_\_\_\_\_

№	Фамилия, имя учащегося	Количество баллов	Уровень учебных достижений
1			
2			

**ОБЩИЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**  
**«Что такое хорошо и что такое плохо»**  
**(адаптированный к предмету «Самопознание»)**

Количество учащихся в 1 классе \_\_\_\_\_  
 Количество учащихся в 2 классе \_\_\_\_\_  
 Количество учащихся в 3 классе \_\_\_\_\_  
 Количество учащихся в 4 классе \_\_\_\_\_

Если проводится данная методика, например в первых двух классах, то результаты фиксируются и заполняются в таблицу отдельно – 1 А, 1 Б.

№	Наименование организации образования, Ф.И.О. директора школьной организации	Классы	Кол-во уч-ся	Уровни учебных достижений

				Высокий		Нормальный		Низкий		Очень низкий	
				Кол-во	%	Кол-во	%	Кол-во	%	Кол-во	%

## ТЕСТ ЭМПАТИИ ДЛЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ БРАЙАНТ

### Эмоционально-поведенческий аспект

**Назначение теста:** предлагаемая ниже методика успешно используется для исследования эмпатии (сопереживания), т.е. умения поставить себя на место другого человека и способности к произвольной эмоциональной отзывчивости на переживания других людей. Эмпатия способствует сбалансированности межличностных отношений. Она делает поведение человека социально обусловленным. Развитая у человека эмпатия – ключевой фактор успеха в тех видах деятельности, которые требуют вживания в мир партнера по общению, и прежде всего при обучении и воспитании.

#### **Инструкция к тесту:**

Вам предложен список из 22 утверждений. В случае принятия, согласия с содержанием утверждений необходимо рядом с ее номером поставить знак «+», в случае несогласия с содержанием утверждений - знак «-». Отвечать нужно на все пункты».

#### **Бланк утверждений:**

№	Утверждения	Ваш ответ
1	Мне грустно смотреть на девочку, которой не с кем поиграть	
2	Целоваться и обниматься на людях – глупо	
3	Мальчики, которые громко кричат, когда радуются, – глупы	
4	Мне нравится наблюдать, как кто-то распаковывает подарок, даже если мне самому ничего не подарили	
5	Мне хочется плакать, когда я вижу, что какой-то мальчик плачет	
6	Я расстраиваюсь, когда вижу, что какая-то девочка сильно ударилась	
7	Даже если я не знаю, почему кто-то смеется, мне хочется смеяться	
8	Иногда, смотря телевизор, я плачу	
9	Девочки, которые громко кричат, когда радуются, – глупы	
10	Мне трудно понять, почему кто-то расстроился	
11	Мне трудно смотреть, когда кто-то обижает животное	
12	Мне грустно смотреть на мальчика, которому не с кем поиграть	

13	Некоторые песни такие грустные, что когда я их слушаю, мне хочется плакать	
14	Я расстраиваюсь, когда вижу, что какой-то мальчик сильно ударился	
15	Взрослые иногда плачут, даже когда им вроде бы не о чем печалиться	
16	Глупо относиться к собакам и кошкам так, будто они могут что-то чувствовать, как люди	
17	Меня бесит, когда кто-нибудь из одноклассников постоянно притворяется, что ему нужна помощь учителя	
18	Ребята, у которых нет друзей, наверное, просто не хотят, чтобы они у них были	
19	Когда я вижу, как плачет какая-нибудь девочка, мне тоже хочется плакать	
20	Мне кажется забавным, что некоторые люди плачут, когда смотрят грустный фильм или читают грустную книгу	
21	Я могу спокойно есть свое печенье, даже если кто-то смотрит на меня, ожидая, что я им поделюсь	
22	Я не расстраиваюсь, когда вижу, как учитель наказывает моего одноклассника за непослушание	

### Ключ к тесту

Утверждения	Ответ
1	+
2	-
3	+
4	+
5	+
6	+
7	+
8	+
9	-
10	-
11	+
12	+
13	+
14	+
15	-
16	-
17	-
18	-
19	+
20	-
21	-
22	-

### **Подсчет результатов:**

«+» указывает на то, что утвердительный ответ свидетельствует об эмпатии;

«-» указывает на то, что отрицательный ответ свидетельствует об эмпатии.

Подсчитывается число ответов, соответствующих «ключу», каждый совпадший ответ, с учетом знака, оценивается 1 баллом, и затем определяется их общая сумма. Максимальный балл – 22.

### **Классификатор теста:**

<b>№</b>	<b>Количество баллов</b>	<b>Уровни эмпатийности</b>
1	19 – 22	очень высокий уровень эмпатийности
2	16 – 18	высокая эмпатийность
3	12 – 15	нормальный уровень эмпатийности
4	6–11	низкий уровень эмпатийности
5	5 баллов и менее	очень низкий уровень эмпатийности

Если вы набрали **от 19 до 22 баллов** – это **очень высокий** уровень эмпатийности. У вас болезненно развито сопереживание. В общении, как барометр, тонко реагируете на настроение собеседника, еще не успевшего сказать ни слова. Вам трудно от того, что окружающие используют вас в качестве громоотвода, обрушивая на вас эмоциональное состояние. Плохо чувствуете себя в присутствии «тяжелых» людей. Взрослые и дети охотно доверяют вам свои тайны и идут за советом. Нередко испытываете комплекс вины, опасаясь причинить людям хлопоты; не только словом, но даже взглядом боитесь задеть их. В то же время сами очень ранимы. Можете страдать при виде покалеченного животного или не находить себе места от случайного холодного приветствия вашего шефа. Ваша впечатлительность порой долго не дает заснуть. Будучи в расстроенных чувствах, нуждаетесь в эмоциональной поддержке со стороны. При таком отношении к жизни вы близки к невротическим срывам. Побеспокойтесь о психическом здоровье.

**От 16 до 18 балла – высокая** эмпатийность. Вы чувствительны к нуждам и проблемам окружающих, великодушны, склонны многое им прощать. С неподдельным интересом относитесь к людям. Вам нравиться «читать» их лица и «заглядывать» в их будущее, вы эмоционально отзывчивы, общительны, быстро устанавливаете контакты с окружающими и находите общий язык. Должно быть, и дети тянутся к вам. Окружающие ценят вашу душевность. Вы стараетесь не допускать конфликты и находить компромиссные решения. Хорошо переносите критику в свой адрес. В оценке событий больше доверяете своим чувствам и интуиции, чем аналитическим выводам. Предпочитаете работать с людьми, нежели в одиночку. Постоянно нуждаетесь в социальном одобрении своих действий. При всех перечисленных качествах вы не всегда аккуратны в точной и кропотливой работе. Не стоит особого труда вывести вас из равновесия.

**От 12 до 15 баллов – нормальный** уровень эмпатийности, присущий подавляющему большинству людей. Окружающие не могут назвать вас «толстокожим», но в то же время вы не относитесь к числу особо чувствительных лиц. В межличностных отношениях судить о других более склонны по их поступкам, чем доверять своим личным впечатлениям. Вам не чужды эмоциональные проявления, но в большинстве своем они

находятся под самоконтролем. В общении внимательны, стараетесь понять больше, чем сказано словами, но при излишнем влиянии чувств собеседника теряете терпение. Предпочитаете деликатно не высказывать свою точку зрения, не будучи уверенным, что она будет принята. При чтении художественных произведений и просмотре фильмов чаще следите за действием, чем за переживаниями героев. Затрудняетесь прогнозировать развитие отношений между людьми, поэтому, случается, что их поступки оказываются для вас неожиданными. У вас нет раскованности чувств, и это мешает вашему полноценному восприятию людей.

**6–11 баллов – низкий** уровень эмпатийности. Вы испытываете затруднения в установлении контактов с людьми, неуютно чувствуете себя в большой компании. Эмоциональные проявления в поступках окружающих подчас кажутся Вам непонятными и лишенными смысла. Отдаете предпочтение уединенным занятиям конкретным делом, а не работе с людьми. Вы – сторонник точных формулировок и рациональных решений. Вероятно, у вас мало друзей, а из тех, кто есть, цените больше за деловые качества и ясный ум, чем за чуткость и отзывчивость. Люди платят вам тем же. Бывает, когда чувствуете свою отчужденность, окружающие не слишком жалуют вас вниманием. Но это поправимо, если вы раскроете панцирь и станете пристальнее всматриваться в поведение близких и принимать их проблемы как свои.

**5 баллов и менее – очень низкий** уровень. Эмпатийные тенденции личности не развиты. Затрудняетесь первым начать разговор, держитесь особняком среди сослуживцев. Особенно трудны контакты с детьми и лицами, которые намного старше вас. В межличностных отношениях нередко оказываетесь в неловком положении. Во многом не находите взаимопонимания с окружающими. Любите острые ощущения, спортивные состязания предпочитаете искусству. В деятельности слишком сконцентрированы на себе. Вы можете быть очень продуктивны в индивидуальной работе, во взаимодействии же с другими не всегда выглядите в лучшем свете. Болезненно переносите критику в свой адрес, хотя можете на нее бурно не реагировать. Необходима гимнастика чувств.

### ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ «Тест эмпатии для детей и подростков Брайант»

Класс \_\_\_\_\_

Количество учащихся в контрольном/экспериментальном классе \_\_\_\_\_

(нужно подчеркнуть)

№	Фамилия, имя учащегося	Количество баллов	Уровень эмпатийности
1			

### ОБЩИЕ РЕЗУЛЬТАТЫ «Тест эмпатии для детей и подростков Брайант»

Класс \_\_\_\_\_

Количество учащихся в контрольном классе \_\_\_\_\_

Количество учащихся в экспериментальном классе \_\_\_\_\_

Результаты каждого классов (1, 2, 3, 4 классы) фиксируются и заполняются в таблицу отдельно. Если данная методика проводится, например в первых двух классах, то результаты также фиксируются и заполняются в таблицу отдельно – 1 А, 1 Б.

## ТЕСТ «КАКОЙ Я В ОБЩЕНИИ?»

### Коммуникабельность

**Цель:** определить уровень общительности.

#### **Инструкция:**

Внимательно прочитайте предложенные вам вопросы теста и ответьте на них с предельной искренностью и откровенностью. При этом вам следует обвести кружочком один из вариантов ответов: «да», «и да, и нет», «нет». Особенно не задерживайтесь над каждым вопросом. Еще раз обращаю ваше внимание на необходимость отвечать откровенно, так как это нужно прежде всего вам. А теперь сами вопросы:

- Много ли у тебя друзей?*  
Да                  И да, и нет                  Нет
- Всегда ли ты можешь поддержать беседу в обществе друзей?*  
Да                  И да, и нет                  Нет
- Можешь ли ты преодолеть замкнутость, стеснение в общении с людьми?*  
Да                  И да, и нет                  Нет
- Бывает ли тебе скучно наедине с собой?*  
Да                  И да, и нет                  Нет
- Всегда ли ты можешь найти тему для разговора при встрече со знакомым?*  
Да                  И да, и нет                  Нет
- Можешь ли скрыть свое раздражение при встрече с неприятным тебе человеком?*  
Да                  И да, и нет                  Нет
- Всегда ли умеешь скрыть плохое настроение, не срывая злость на близких?*  
Да                  И да, и нет                  Нет
- Умеешь ли сделать первый шаг к примирению после ссоры с другом?*  
Да                  И да, и нет                  Нет
- Можешь ли удержаться от резких замечаний при общении с близкими людьми?*  
Да                  И да, и нет                  Нет

- Способен ли идти в общении на компромисс?*
- |    |             |     |
|----|-------------|-----|
| Да | И да, и нет | Нет |
|----|-------------|-----|
- Умеешь ли в общении ненавязчиво отстаивать свою точку зрения?*
- |    |             |     |
|----|-------------|-----|
| Да | И да, и нет | Нет |
|----|-------------|-----|
- Воздерживаешься ли ты в разговоре от осуждения знакомых в их отсутствие?*
- |    |             |     |
|----|-------------|-----|
| Да | И да, и нет | Нет |
|----|-------------|-----|
- Если узнал о чем-то интересном, возникает ли желание рассказать об этом друзьям?*
- |    |             |     |
|----|-------------|-----|
| Да | И да, и нет | Нет |
|----|-------------|-----|

***Спасибо за искренность и откровенность!***

### **Обработка результатов:**

«Да» - 3 очка,  
 «И да, и нет» - 2 очка  
 «Нет» - 1 очко.

### **Интерпретация результатов**

#### **От 30 до 39 очков:**

Ты человек общительный, испытывающий большое удовлетворение от контактов с близкими, знакомыми и незнакомыми людьми. Ты интересен в общении, чаще всего ты «душа общества», друзья и знакомые ценят тебя за умение выслушать, понять, дать совет. Но не переоценивай своих возможностей, иногда ты бываешь просто болтлив. Будь внимателен к собеседникам, следи за их реакцией, стараясь не стать навязчивым.

#### **От 20 до 29 очков:**

Ты человек в меру общительный, но в общении испытываешь некоторые затруднения. Друзей у тебя мало, со знакомыми не всегда можешь найти общий язык. Иногда в разговоре бываешь несдержаным, неуравновешенным. Следует быть искренним, внимательным, доброжелательным к своим собеседникам. Кроме того, не мешало бы преодолеть некоторую неуверенность в себе.

#### **До 20 очков:**

Ты человек стеснительный, замкнутый, в кругу знакомых, в основном, отмалчиваешься, общению с людьми предпочитаешь одиночество. Однако это вовсе не означает, что у тебя нет друзей и знакомых. Вполне вероятно, они ценят тебя за умение выслушать, понять, простить. Ну, а если тебе хочется свободно высказать свою точку зрения, спорить на равных, стать интересным собеседником, следует преодолеть свою застенчивость, быть искренним в споре, активно поддерживать беседу. А чтобы высказывания не показались неуместными, тебе следует развивать и совершенствовать навыки общения. Кроме того, возможно, ты слишком критически относишься к себе, к своим знаниям, умениям, способностям.

## ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ «Какой я в общении?»

Класс \_\_\_\_\_

№	Фамилия, имя учащегося	Количество баллов	Уровень общения
1			

### ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ КЛИМАТ В КЛАССЕ Экспертная оценка сплоченности учебной группы

#### **Инструкция к тесту**

В методике дается семь психологических характеристик класса. Тестируемые учителя выбирают одно из трех предлагаемых утверждений (A, B, C), которое, по их мнению, наиболее всего отражает действительное состояние изучаемого класса.

#### **Тест**

*Оцениваемые психологические характеристики учебных классов:*

**1. Выберите одно утверждение, которое в наибольшей степени отражает состояние класса**

1. Думаю, что всем учащимся тепло, уютно и комфортно в классе, они в кругу друзей.
2. Далеко не все чувствуют дружественную поддержку класса.
3. Есть в классе одинокие ребята.

**2. Выберите одно утверждение, которое в наибольшей степени отражает состояние класса**

1. В основном ребята дорожат классом.
2. Основная масса учащихся не задумывается о значении класса в своей школьной жизни.
3. Думаю, что есть такие ребята, которые хотели бы поменять класс.

**3. Выберите одно утверждение, которое в наибольшей степени отражает состояние класса**

1. Чувствуется, что в классе проявляется забота о каждом ученике.
2. Класс выходит в своей деятельности за рамки заботы о себе, о школе, проявляет заботу в больших масштабах.

**3. Выберите одно утверждение, которое в наибольшей степени отражает состояние класса**

1. Можно высказать удовлетворение от воспитательной работы в классе.
2. Думаю, что воспитательная работа в классе может быть дополнена некоторыми важными моментами.
3. Полагаю, что она требует коренного изменения.

**5. Выберите одно утверждение, которое в наибольшей степени отражает состояние класса**

1. Можно положительно оценить проводимые в классе коллективные творческие дела.
2. Надо бы чаще вводить в практику коллективные творческие дела.
3. Новые коллективные творческие дела классу не нужны.

**6. Выберите одно утверждение, которое в наибольшей степени отражает состояние класса**

1. Думаю, что в классе есть основа для общей дружбы.
2. В основном дружат группами, общего не получается.
3. Дружба всех в классе невозможна.

**7. Выберите одно утверждение, которое в наибольшей степени отражает состояние класса**

1. Думаю, что большинство ребят проявляют свои способности и интересы в классе.
2. В классе слишком ограничены возможности для проявления способностей ребят.
3. Есть много ребят в классе, способности и интересы которых еще не раскрыты.

**Обработка и интерпретация результатов теста**

Полученные ответы переводятся в баллы с помощью следующей таблицы:

№ вопросов    Ответы в баллах

	A	B	C
1	10	2	-10
2	10	2	-10
3	10	20	-10
4	10	5	-10
5	20	10	-10
6	10	6	-5
7	30	20	-10

Подсчитывается общий суммарный результат в баллах. Наибольшей суммой баллов может быть 100, наименьшей – 65.

**Высокий уровень групповой сплоченности** – 76-100 баллов (имеется сплоченный коллектив, где среди всех ценится и уважается личность каждого ученика, учащиеся не только осуществляют активную значимую деятельность внутри класса, но и оказывают положительное воздействие на окружающих).

**Средний уровень групповой сплоченности** – 46 – 75 баллов (в классе отсутствует единство коллектива, наличествуют лишь отдельные группировки по симпатиям, общим интересам и т. д., позитивная деятельность учащихся ограничена только рамками своего класса).

**Низкий уровень групповой сплоченности** – 30-45 баллов (учащиеся разобщены, имеются лишь отдельные лидеры, подавляющие личности остальных, коллективные дела проводятся от случая к случаю и не оказывают значительного влияния как на учащихся данного класса, так и на окружающих).

**Критический уровень групповой сплоченности** – ниже 30 баллов (учащиеся неорганизованы и почти неуправляемы, нет лидеров среди них самих, отсутствуют и авторитеты среди взрослых – учителей).

## **ГОТОВНОСТЬ ЛИЧНОСТИ К САМОРАЗВИТИЮ**

**Цель:** определить готовность личности к саморазвитию и к самопознанию.

### Инструкция

Прочтите каждое утверждение в задании, напишите только его номер на листке и оцените, насколько это утверждение правильно для вас. Если правильно, то против номера поставьте знак «+», неправильно — «-». Если не знаете, как ответить, поставьте «?». Последний ответ допускайте только в крайних случаях.

1. У меня часто появляется желание больше узнать о себе.
2. Я считаю, что мне нет необходимости в чем-то изменяться.
3. Я уверен в своих силах.
4. Я верю, что все задуманное мною осуществится.
5. У меня нет желания знать свои плюсы и минусы.
6. В моих планах я чаще надеюсь на удачу, чем на себя.
7. Я хочу знать, как лучше и эффективнее работать.
8. Я умею заставить и изменить себя, когда надо.
9. Мои неудачи во многом связаны с неумением это делать.
10. Я интересуюсь мнением других о моих качествах и возможностях.
11. Мне трудно самостоятельно добиться задуманного и воспитать себя.
12. В любом деле я не боюсь ошибок и неудач.
13. Мои качества и умения соответствуют требованиям моей учебы (профессии).
14. Обстоятельства сильнее меня, даже если я очень хочу что-то сделать.

### **Обработка результатов**

Общая готовность к саморазвитию рассчитывается по всей совокупности ответов. Фиксируется количество ответов, совпавших с «ключом»: «+» на вопросы 1,3,4,7,8,9,10, 12 и «-» — на все остальные вопросы. Количество совпадений может меняться от 0 до 14. Величину готовности по параметру «хочу знать себя» (с сохранением соответствующих знаков) определяют только по вопросам 1,2,5,7,9,10,13. Максимальное значение готовности знать себя (ГЗС) может быть равно 7 баллам. Таким же образом вы определяете значение готовности; «могу самосовершенствоваться» (ГМС), подсчитывая количество совпадений по утверждениям 3,4,6,8,11,12,14. Максимум — 7 баллов.

Полученные значения переносят на график: по горизонтали откладывают величину ГЗС, по вертикали — ГМС. По двум координатам вы отмечаете на графике точку, которая попадает в один из квадратов А, Б, В, Г (рис. 2). Попадание в тот или иной квадрат — ваше состояние в настоящее время.

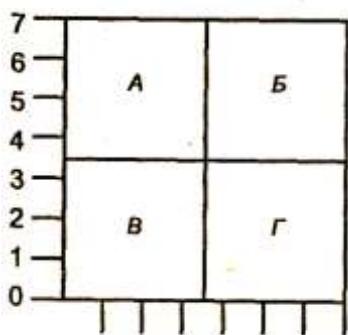


Рис. 1. Характеристика возможных сочетаний

**Критерии:**

**А** — «могу самосовершенствоваться», но «не хочу знать себя» (**желание самосовершенствоваться, но не желание узнать себя**).

**Б** — «хочу знать себя» и «могу измениться» (**желание узнать себя и измениться**).

**В** — «не хочу знать себя» и «не хочу изменяться» (**не желание узнать себя и не желание самосовершенствоваться**).

**Г** — «хочу знать себя», но «не могу себя изменить». (**желание узнать себя, но нет уверенности к изменению себя**)

*Квадрат Б.* Наиболее благоприятное сочетание для дальнейшего личностного развития. Стремление все более глубоко познавать себя сочетается с потребностью в действительном самосовершенствовании.

*Квадрат Г.* Такое сочетание означает, что вы желаете знать больше о себе, но еще не владеете хорошо навыками самосовершенствования. Трудности в самовоспитании не должны вызывать у вас реакцию «Не получается, значит, не буду делать». Посмотрите внимательно на утверждения по ГМС, которые не совпали в ответах с «ключом». Анализ покажет вам, где и над чем предстоит поработать. В самосовершенствовании, если вы решились на это, следует помнить слова Сенеки-младшего: «Свои способности человек может узнать, только попытавшись приложить их».

*Квадрат А.* Если величина ГЭС меньше, чем ГМС, то вы имеете больше возможности к саморазвитию, чем желания понять себя. В этом случае следует поразмышлять о необходимости начинать в освоении профессии с себя. Профессионализм достигается прежде всего через нахождение своего индивидуального стиля деятельности. А это, как вы понимаете, без самопознания просто невозможно.

*Квадрат В.* Если величины ГЭС и ГМС меньше 4 баллов, ваш анализ должен быть направлен на утверждения, которые не дали совпадений с «ключом». Ведь именно там можно выявить причины вашего нежелания работать над собой.

## ОБЩИЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

### «Готовность личности к саморазвитию»

Количество учащихся в 7 классе \_\_\_\_\_

Количество учащихся в 8 классе \_\_\_\_\_

Если проводится данная методика, например в седьмых двух классах, то результаты фиксируются и заполняются в таблицу отдельно – 7 А, 7 Б.

№	Наименование организации образования, Ф.И.О. директора школьной организации	Классы	Кол-во уч-ся	<b>Критерии, определяющие готовность личности к саморазвитию и к самопознанию</b>							
				желание самосовершенствовать ся, но не желание узнать себя		желание узнать себя и измениться		не желание узнать себя и не желание самосовершенствовать ся		желание узнать себя, но нет уверенности к изменению себя	
Кол-во	%	Кол-во	%	Кол-во	%	Кол-во	%	Кол-во	%	Кол-во	%
1											

## **ДИАГНОСТИКА ДОБРОЖЕЛАТЕЛЬНОСТИ**

**Цель:** определить уровень доброжелательности.

**Шкалы:** уровень доброжелательности

### **Инструкция к тесту:**

Внимательно прочитайте (прослушайте) пары суждений опросника. Если вы считаете, что какое-либо суждение из пары 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.

Если у вас возникли какие-нибудь вопросы, задайте их, прежде чем начнете выполнять тест.

### **Тест**

#### **1. Выберите верное суждение**

1. Человек чаще всего может быть уверен в других людях.
2. Доверять другому небезопасно, так как он может использовать это в своих целях.

#### **2. Выберите верное суждение**

1. Люди скорее будут помогать друг другу, чем оскорблять друг друга.
2. В наше время вряд ли найдётся такой человек, которому можно было бы полностью довериться.

#### **3. Выберите верное суждение**

1. Ситуация, когда человек работает для других, полна опасности.
2. Друзья и сотрудники выступают лучшим гарантом безопасности.

#### **4. Выберите верное суждение**

1. Вера в других является основой выживания в наше время.
2. Доверять другим равнозначно поиску неприятностей.

## **5. Выберите верное суждение**

1. Если знакомый просит в займы, лучше найти способ отказать ему.
2. Способность помочь другому составляет одну из лучших сторон нашей жизни.

## **6. Выберите верное суждение**

1. «Договор дороже денег» – все еще лучшее правило в наше время.
2. В наше время необходимо стремиться угрожать всем независимо от собственных принципов.

## **7. Выберите верное суждение**

1. Невозможно перепрыгнуть через себя.
2. Там, где есть воля, есть и результат.

## **8. Выберите верное суждение**

1. В деловых отношениях не место дружбе.
2. Основная функция деловых отношений состоит в возможности помочь другому.

### **Обработка и интерпретация результатов теста**

#### **Ключ к тесту**

Выборы, отражающие доброжелательное отношение к другим людям: 1А, 2А, 3В, 4А, 5В, 6А, 7В, 8В.

При совпадении ответа испытуемого с ключом он оценивается в 1 балл, при несовпадении – в 0 баллов. Баллы суммируются.

#### **Интерпретация результатов теста**

- 2 балла и меньше – низкий показатель доброжелательного отношения к другим;
- 3 – 5 баллов – средний показатель доброжелательного отношения к другим;
- 6 баллов и выше – высокий показатель доброжелательного отношения к другим.

### **ОБЩИЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

#### **Теста №3 «Диагностика доброжелательности»**

Область \_\_\_\_\_

Количество учащихся в 7 классе \_\_\_\_\_

Количество учащихся в 8 классе \_\_\_\_\_

Результаты каждого классов (7, 8 классы) фиксируются и заполняются в таблицу отдельно. Если данная методика проводится, например в седьмых двух классах, то результаты также фиксируются и заполняются в таблицу отдельно – 7 А, 7 Б.

### **ОЦЕНКА СКЛОНОСТИ К ЭМПАТИИ**

**Цель:** исследовать уровень эмпатии (сопереживания).

Эмпатия, т.е. сопереживание, – это умение поставить себя на место другого человека и способность к произвольному эмоциональному отклику на переживания других людей. Сопереживание — это принятие тех чувств, которые испытывает некто другой так, как если бы они были нашими собственными. Эмпатия способствует сбалансированности межличностных отношений. Она делает поведение человека социально обусловленным. Развитая у человека эмпатия — ключевой фактор успеха в тех видах деятельности, которые требуют влиться в мир партнера по общению и прежде всего в обучении и воспитании.

Инструкция. Для выявления уровня эмпатийных тенденций необходимо использовать следующие варианты ответов: «не знаю» (0), «нет, никогда» (1), «иногда» (2), «часто» (3), «почти всегда» (4), «да, всегда» (5).

№	Утверждения	Не знаю	Нет никогда	Иногда	Часто	Почти всегда	Да, всегда
1	Мне больше нравятся книги о путешествиях, чем книги из серии «Жизнь замечательных людей».						
2	Взрослых людей раздражает забота родителей.						
3	Мне нравится размышлять о причинах успехов и неудач других людей.						
4	Среди всех музыкальных передач предпочитаю современные ритмы.						
5	Чрезвычайную раздражительность и несправедливые упреки больного надо терпеть, даже если они продолжаются годами.						
6	Больному человеку можно помочь даже словом.						
7	Посторонним людям не следует вмешиваться в конфликт между двумя людьми.						
8	Старые люди, как правило, обидчивы без причины.						
9	Когда в детстве я слушал грустную мелодию, на мои глаза сами по себе наворачивались слёзы.						
10	Раздраженное состояние моих родителей влияет на мое настроение.						
11	Я равнодушен к критике в мой адрес.						
12	Мне больше нравится рассматривать портреты, чем картины с пейзажами.						
13	Я всегда прощал родителям все, даже если они были неправы.						
14	Если лошадь плохо тянет, её нужно хлестать.						

15	Когда я читаю о драматических событиях в жизни людей, то чувствую словно это происходит со мной.						
16	Родители в основном относятся к своим детям справедливо.						
17	Видя ссорящихся подростков или взрослых, я вмешиваюсь.						
18	Я не обращаю внимания на плохое настроение своих родителей.						
19	Я подолгу наблюдаю за поведением животных, откладывая другие дела.						
20	Фильмы и книги могут вызывать слезы только у несерьезных людей.						
21	Мне нравится наблюдать за выражением лиц и поведением незнакомых людей.						
22	В детстве я приводил домой бездомных кошек и собак.						
23	Все люди необоснованно озлоблены.						
24	Глядя на постороннего человека, мне хочется угадать, как сложится его жизнь.						
25	В детстве младшие по возрасту ходили за мной по пятам.						
26	Увидев покалеченное животное, я стараюсь ему чем то помочь.						
27	Человеку станет легче, если внимательно выслушать его жалобы.						
28	Увидев уличное происшествие, стараюсь не попадать в число свидетелей.						
29	Младшим нравится, когда я предлагаю им свою идею, дело или развлечение.						
30	Люди преувеличивают способность животных чувствовать настроение своего хозяина.						

31	Из затруднительной конфликтной ситуации человек должен выходить самостоятельно.					
32	Если ребёнок плачет, на то есть свои причины.					
33	Молодежь должна всегда удовлетворять любые просьбы и чудачества стариков.					
34	Мне всегда хотелось разобраться, почему некоторые мои одноклассники были задумчивы.					
35	Беспризорных домашних животных следует отлавливать и уничтожать.					
36	Если мои друзья начинают обсуждать со мной свои личные просьбы, я стараюсь перевести разговор на другую тему.					

Перед подсчётом результатов проверьте степень откровенности, с которой вы отвечали. Если вы ответили «никогда» на утверждения под номерами 3, 9, 10, 15, 28, 36 и «да, всегда» на пункты 11, 13, 17, 26, то вы не были откровенны перед собой, а в некоторых случаях стремились выглядеть в лучшем свете. Результатам тестирования можно доверять, если по перечисленным утверждениям вы дали не более 3 неискренних ответов. При 4 уже следует сомневаться в их достоверности, а при 5 можете считать работу напрасной. Теперь просуммируйте набранные вами баллы по всему тесту.

**82—90 баллов.** Это очень высокий уровень эмпатийности, У вас болезненно развито сопереживание. В общении, как барометр, тонко реагируете на настроение собеседника, еще не успевшего сказать ни слова. Вам трудно от того, что окружающие используют вас в качестве громоотвода, обрушивая на вас свое эмоциональное состояние. Плохо чувствуете себя в присутствии «тяжелых» людей. Взрослые и дети охотно доверяют вам свои тайны и идут за советом. Нередко испытываете комплекс вины, опасаясь причинять людям хлопоты; не только словом, но и даже взглядом боитесь задеть их. В то же время вы очень ранимы. Можете страдать при виде покалеченного животного. Не находите себе места от случайного холодного приветствия вашего шефа. Ваша впечатлительность порой долго не дает заснуть. Будучи в расстроенных чувствах, нуждаетесь в эмоциональной поддержке со стороны. При таком отношении к жизни вы близки к невротическим срывам. Побеспокойтесь о своем здоровье.

**63—81 балл.** Высокая эмпатийность. Вы чувствительны к нуждам и проблемам окружающих, великодушны, склонны многое им прощать. С неподдельным интересом относитесь к людям. Вам нравится «читать» их лица и «заглядывать» в их будущее. Вы эмоционально отзывчивы, общительны, быстро устанавливаете контакты и находите общий язык. Должно быть, и дети тянутся к вам. Окружающие ценят вас за душевность. Вы стараетесь не допускать конфликты и находить компромиссные решения. Хорошо переносите

критику в свой адрес. В оценке событий больше доверяете своим чувствам и интуиции, чем аналитическим выводам. Предпочитаете работать с людьми, нежели в одиночку. Постоянно нуждаетесь в социальном одобрении своих действий. При всех перечисленных качествах вы не всегда аккуратны в точной и кропотливой работе. Не стоит особого труда вывести вас из равновесия.

**37—62 балла.** **Нормальный** уровень эмпатийности, присущий подавляющему большинству людей. Окружающие не могут назвать вас «толстокожим», но в то же время вы не относитесь к числу особо чувствительных лиц. В межличностных отношениях судить о других более склонны по их поступкам, чем доверять своим личным впечатлениям. Вам не чужды эмоциональные проявления, но в большинстве своем они находятся под самоконтролем. В общении внимательны, стараетесь понять больше, чем сказано словами, но при излишнем излиянии чувств собеседника теряете терпение. Предпочитаете деликатно не высказывать свою точку зрения, не будучи уверены, что ее примут. При чтении художественных произведений и просмотре фильмов чаще следите за действием, чем за переживаниями героев. Затрудняетесь прогнозировать развитие отношений между людьми, поэтому, случается, их поступки для вас оказываются неожиданными. У вас нет раскованности чувств, и это мешает вашему полноценному восприятию людей.

**12—36 баллов.** **Низкий** уровень эмпатийности. Вы испытываете затруднения в установлении контактов с людьми, неуютно чувствуете себя в шумной компании. Эмоциональные проявления в поступках окружающих кажутся вам подчас непонятными и лишенными смысла. Отдаете предпочтение уединенным занятиям конкретным делом, а не работе с людьми. Вы — сторонник точных формулировок и рациональных решений. Вероятно, у вас мало друзей, а тех, кто есть, цените больше за деловые качества и ясный ум, чем за чуткость и отзывчивость. Люди платят вам тем же. Бывает, иногда чувствуете свою отчужденность, окружающие не слишком жалуют вас вниманием. Но это поправимо, если вы раскроете свой панцирь и станете пристальнее всматриваться в поведение близких и принимать их потребности как свои.

**11 баллов и менее.** **Очень низкий** уровень. Эмпатийные тенденции личности не развиты. Затрудняетесь первым начать разговор, держитесь особняком среди сослуживцев. Особенно трудны контакты с детьми и лицами, которые намного старше вас. В межличностных отношениях нередко оказываетесь в неловком положении. Во многом не находите взаимопонимания с окружающими. Любите острые ощущения, спортивные состязания предпочитаете искусству. В деятельности слишком центрированы на себе. Вы можете быть очень продуктивны в индивидуальной работе, во взаимодействии же с другими не всегда выглядите в лучшем свете. С иронией относитесь к сентиментальным проявлениям. Болезненно переносите критику в свой адрес, хотя можете на нее бурно не реагировать. Вам необходима гимнастика чувств.

## ОБЩИЕ РЕЗУЛЬТАТЫ «Оценка склонности к эмпатии»

Класс \_\_\_\_\_

Количество учащихся в контрольном классе \_\_\_\_\_  
Количество учащихся в экспериментальном классе \_\_\_\_\_

Результаты каждого классов (7, 8 классы) фиксируются и заполняются в таблицу отдельно. Если данная методика проводится, например в седьмых двух классах, то результаты также фиксируются и заполняются в таблицу отдельно – 7 А, 7 Б.

## УРОВЕНЬ САМООЦЕНКИ

**Цель:** определить уровень самооценки.

**Тест:**

**1. Как часто вас терзают мысли, что вам не следовало говорить или делать что то?**

- а) очень часто — 1 балл;
- б) иногда — 3 балла.

**2. Если вы общаетесь с блестящим и остроумным человеком, вы:**

- а) постараешься победить его в остроумии — 5 баллов;
- б) не будете ввязываться в соревнование, а отадите ему должное и выйдете из разговора — 1 балл.

**3. Выберите одно из мнений, наиболее вам близкое:**

- а) то, что многим кажется везением, на самом деле результат упорного труда — 5 баллов;
- б) успехи часто зависят от счастливого стечения обстоятельств — 1 балл.
- в) в сложной ситуации главное — не упорство или везение, а человек, который сможет одобрить или утешить — 3 балла.

**4. Вам показали шарж или пародию на вас. Вы:**

- а) рассмеяетесь и обрадуетесь тому, что в вас есть что то оригинальное — 3 балла;
- б) тоже попытаетесь найти что то смешное в вашем партнере и высмеять его — 4 балла;
- в) обидитесь, но не подадите вида — 1 балл.

**5. Вы всегда спешите, вам не хватает времени или вы беретесь за выполнение заданий, превышающих возможности одного человека?**

- а) да — 1 балл;
- б) нет — 5 баллов;
- в) не знаю — 3 балла.

**6. Вы выбираете духи в подарок подруге. Купите:**

- а) духи, которые нравятся вам — 5 баллов;
- б) духи, которым, как вы думаете, будет рада подруга, хотя вам лично они не нравятся — 3 балла;
- в) духи, которые рекламировали в недавней телепередаче.

**7. Вы любите представлять себе различные ситуации, в которых вы ведете себя совершенно иначе, чем в жизни?**

- а) да — 1 балл;
- б) нет — 5 баллов;
- в) не знаю — 3 балла.

**8. Задевает ли вас, когда ваши коллеги (особенно молодые) добиваются большего успеха, чем вы?**

- а) да — 1 балл;
- б) нет — 5 баллов;
- в) иногда — 3 балла;

**9. Доставляет ли вам удовольствие возражать кому либо?**

- а) да — 5 баллов;
- б) нет — 1 балл;
- в) не знаю — 3 балла.

**10. Закройте глаза и попытайтесь представить себе 3 цвета:**

- а) голубой — 1 балл;
- б) желтый — 3 балла;
- в) красный — 5 баллов.

**Подсчет баллов.**

50—38 баллов (**занятая самооценка**). Вы довольны собой и уверены в себе. У вас большая потребность доминировать над людьми, любите подчеркивать свое я, выделять свое мнение. Вам безразлично то, что о вас говорят, но сами вы имеете склонность критиковать других. Чем

больше у вас баллов, тем больше вам подходит определение: «вы любите себя, но не любите других». Но у вас есть один недостаток: слишком серьезно к себе относитесь, не принимаете никакой критической информации. И даже если результаты теста вам не понравятся, скорее всего вы защититесь утверждением, что всё врут календари. А жаль...

37—24 балла (**адекватная самооценка**). Вы живете в согласии с собой, знаете себя и можете себе доверять. Обладаете ценным умением находить выход из трудных ситуаций как личного характера, так и во взаимоотношениях с людьми. Формулу вашего отношения к себе и окружающим можно выразить словами: «доволен собой, доволен другими». У вас нормальная здоровая самооценка, вы умеете быть для себя поддержкой и источником силы и, что самое главное, не за счет других.

23—10 баллов (**заниженная самооценка**). Очевидно, вы недовольны собой, вас мучают сомнения и неудовлетворенность своим интеллектом, способностями, достижениями, своей внешностью, возрастом, полом... Остановитесь! Кто сказал, что любить себя плохо? Кто внушил вам, что думающий человек должен быть постоянно собой недоволен? Разумеется, никто не требует от вас самодовольства, но вы должны принимать себя, уважать себя, поддерживать в себе этот огонек.

**ОБЩИЕ РЕЗУЛЬТАТЫ  
Теста №3 «Уровень самооценки»**

Количество учащихся в 8 классе

Если проводится данная методика, например в восьмых двух классах, то результаты фиксируются и заполняются в таблицу отдельно – 8 А, 8 Б.

№	Наименование организации образования, Ф.И.О. директора школьной организации	Классы	Кол-во уч-ся	Уровни самооценки

						занесенная	адекватная				
						Кол-во	%	Кол-во	%	Кол-во	%
1											

### **Опросник «Психологический портрет родителя» (Г.В.Резапкина)**

**Шкалы:** приоритетные ценности, психоэмоциональное состояние, самооценка, стиль воспитания, уровень субъективного контроля

**Назначение теста:** методика «Психологический портрет родителя» позволяет построить «портрет» родителя по следующим шкалам: приоритетные ценности, психоэмоциональное состояние, самооценка, стиль воспитания, уровень субъективного контроля.

#### **Инструкция к тесту**

Из трех вариантов ответа выберите тот, который точнее всего отражает ваши мысли, чувства, реакции.

#### **Тестовый материал**

##### **1. В воспитании важнее всего**

1. окружить ребенка теплотой и заботой;
2. воспитать уважительное отношение к старшим;
3. выработать у него определенные взгляды и умения.

##### **2. Если ребенок отвлекается от выполнения домашнего задания, меня это раздражает**

1. да;
2. в зависимости от настроения;
3. нет.

##### **3. Когда ребенок рассказывает о том, что мне неизвестно, я испытываю**

1. интерес;
2. смущение;
3. раздражение.

##### **4. Если мой ребенок разбросал свои вещи,**

1. моя реакция зависит от ситуации;
2. я не обращаю на это внимания;
3. я не успокоюсь, пока не наведу порядок.

##### **5. В конфликтах с другими людьми я чувствую вину за собой**

1. часто;
2. в зависимости от ситуации;
3. редко.

**6. Для меня важнее**

1. отношения с детьми;
2. отношения со взрослыми;
3. свои чувства и мысли.

**7. Некоторые поступки моего ребенка вызывают у меня раздражение, которое бывает трудно скрыть**

1. часто;
2. иногда;
3. никогда не вызывают.

**8. Когда посторонний наблюдает за моей работой, меня это**

1. воодушевляет меня;
2. никак не отражается на моей работе;
3. выбивает меня из колеи.

**9. Я считаю своим долгом сделать замечание подростку, если он нарушает правила поведения в общественном месте**

1. в зависимости от ситуации;
2. нет;
3. обычно.

**10. Мои школьные отметки зависели от моих усилий, а не от настроения учителей**

1. да;
2. не всегда;
3. нет.

**11. Во время отдыха я предпочитаю общаться**

1. с детьми;
2. со взрослыми;
3. лучше побывать в одиночестве.

**12. Я почти всегда иду на работу в приподнятом настроении**

1. нет;
2. не всегда;
3. да.

**13. У меня есть такие качества, по которым я превосхожу других**

1. да;
2. нет;
3. не уверен.

**14. Я предпочитаю работать под руководством человека, который**

1. предлагает простор для творчества;
2. не вмешивается в мою работу;
3. дает четкие указания.

**15. Когда я строю планы, я не сомневаюсь в успехе задуманного**

1. обычно;
2. иногда;
3. сомневаюсь.

**16. Случайные встречи с чужими детьми**

1. доставляют мне удовольствие;
2. вызывают у меня чувство неловкости;

3. не вызывают у меня особых эмоций.

**17. Бывает, что без видимых причин я чувствую себя счастливым или несчастным**

1. часто;
2. редко;
3. никогда.

**18. Критика со стороны друзей и коллег**

1. меня мало волнует;
2. иногда задевает меня;
3. часто задевает меня.

**19. В работе я придерживаюсь намеченного плана**

1. это зависит от ситуации;
2. нет, предпочитаю импровизацию;
3. всегда.

**20. Мои успехи обычно признаются другими людьми.**

1. да;
2. не всегда;
3. редко.

**21. С мнением, что каждого нужно принимать таким, каков он есть**

1. я согласен;
2. не согласен;
3. что-то в этом есть.

**22. Мне не хватает теплоты и поддержки со стороны близких**

1. да;
2. иногда;
3. нет.

**23. Мысль о предстоящей встрече с другими людьми**

1. доставляет мне удовольствие;
2. особых эмоций не вызывает;
3. в тягость.

**24. Когда я вижу, что мой ребенок ведет себя со мной вызывающе**

1. предпочитаю выяснить отношения;
2. игнорирую этот факт;
3. я плачу ему той же монетой.

**25. От того, как воспитывают детей в семье, зависит**

1. почти все;
2. кое-что;
3. ничего не зависит.

**26. В жизни для меня важнее всего**

1. доверие детей;
2. признание друзей, коллег;
3. чувство своей значимости.

**27. Успех моего дела зависит от моего настроения и самочувствия**

1. часто;
2. иногда;
3. не зависит.

**28. В дружелюбном отношении со стороны друзей и коллег**

1. я не сомневаюсь;
2. уверенности нет;
3. затрудняюсь ответить.

**29. Если ребенок высказывает точку зрения, которую я не могу принять**

1. пытаюсь понять его точку зрения;
2. перевожу разговор на другую тему;
3. я стараюсь поправить его, объяснить ему его ошибку.

**30. Если я захочу, я смогу расположить к себе любого**

1. да;
2. в зависимости от ситуации;
3. вряд ли.

**31. Если при мне взрослый незаслуженно наказывают ребенка**

1. я тут же заступлюсь за него;
2. один на один сделаю замечание взрослому;
3. сочту некорректным вмешиваться.

**32. Работа дается мне ценой большого напряжения**

1. обычно;
2. иногда;
3. редко.

**33. У меня нет сомнений в своем профессионализме**

1. конечно;
2. есть сомнения;
3. не приходилось задумываться.

**34. По-моему, в коллективе важнее всего**

1. возможность работать творчески;
2. отсутствие конфликтов;
3. трудовая дисциплина.

**35. На детей влияет так много факторов, что усилия родителей сводятся на «нет».**

1. не думаю;
2. не всегда;
3. да.

**36. С высказыванием «Я ничему не могу научить своего ребенка, потому что он меня не любит»**

1. согласен полностью;
2. не согласен;
3. что-то в этом есть.

**37. Мысли о работе мешают мне уснуть**

1. часто;
2. редко;
3. никогда не мешают.

**38. На собраниях я выступаю по волнующим меня вопросам**

1. часто;
2. иногда;
3. предпочитаю слушать других.

**39. Взрослый может применить силу в отношении ребенка**

1. нет, это недопустимо;
2. затрудняюсь ответить;
3. если он этого заслуживает.

**40. Люди, не сумевшие реализовать свои возможности, должны винить в этом только себя**

1. да;
2. в некоторых случаях;
3. нет.

**41. Обычно я испытываю потребность в общении с детьми**

1. да;
2. нет;
3. иногда.

**42. Мне хватает сил, чтобы справиться с трудностями**

1. редко;
2. обычно;
3. всегда.

**43. Мне приходилось выполнять приказы людей не вполне компетентных**

1. да;
2. не помню;
3. нет.

**44. Провокационные вопросы детей необходимо**

1. эффективно использовать;
2. игнорировать;
3. пресекать.

**45. Большинство неудач в моей жизни происходило по моей собственной вине.**

1. да;
2. не всегда;
3. нет.

**46. В конфликте между взрослым и ребенком я в душе встаю на сторону**

1. ребенка;
2. взрослого;
3. сохраняю нейтралитет.

**47. Когда я переутомляюсь, у меня возникают проблемы со здоровьем**

1. как правило;
2. не обязательно;
3. проблем со здоровьем нет.

**48. Большинство знакомых относится ко мне с симпатией**

1. да;
2. не все;
3. не знаю.

**49. Ребенок обязан выполнять любые требования взрослых**

1. нет;
2. не знаю;
3. да.

**50. Успех зависит от способностей и трудолюбия человека, а не от удачного стечения обстоятельств**

1. чаще всего;
2. не обязательно;
3. нет.

**Обработка и интерпретация результатов теста**

**Ключ к тесту**

ШКАЛЫ	Вопросы									
	1	6	11	16	21	26	31	36	41	46
<b>1. Приоритетные ценности</b>										
отношения с детьми ответы:	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
отношения с коллегами ответы:	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
собственные переживания:	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
<b>2. Психоэмоциональное состояние</b>	<b>2</b>	<b>7</b>	<b>12</b>	<b>17</b>	<b>22</b>	<b>27</b>	<b>32</b>	<b>37</b>	<b>42</b>	<b>47</b>
неблагополучное ответы:	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
нестабильное ответы:	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
благополучное ответы:	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
<b>3. Самооценка</b>	<b>3</b>	<b>8</b>	<b>13</b>	<b>18</b>	<b>23</b>	<b>28</b>	<b>33</b>	<b>38</b>	<b>43</b>	<b>48</b>
позитивная ответы:	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
неустойчивая ответы:	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
негативная ответы:	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
<b>4. Стиль воспитания</b>	<b>4</b>	<b>9</b>	<b>14</b>	<b>19</b>	<b>24</b>	<b>29</b>	<b>34</b>	<b>39</b>	<b>44</b>	<b>49</b>
демократический ответы:	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
либеральный ответы:	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
авторитарный ответы:	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
<b>5. Уровень субъективного контроля</b>	<b>5</b>	<b>10</b>	<b>15</b>	<b>20</b>	<b>25</b>	<b>30</b>	<b>35</b>	<b>40</b>	<b>45</b>	<b>50</b>
высокий ответы:	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
не сформированный ответы:	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
низкий ответы:	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3

**За каждое совпадение с ключом начисляется один балл.**

Преобладание одного из трех вариантов ответа (более пяти выборов) в каждой из пяти шкал дает основание отнести поведение родителя, его чувства и реакции к определенной группе. Если в двух подшкалах из трех набрано одинаковое количество баллов (например, по четыре или по пять), значит, поведение сочетает признаки двух групп. Это может свидетельствовать о том, что поведенческие установки родителя окончательно не сформированы, он только ищет свой неповторимый родительский почерк. Другая

возможная причина – разнообразие поведенческих стереотипов. В любом случае работа с методикой поможет оценить наличную модель родительского поведения и выбрать оптимальную

**ДИАГНОСТИКА УРОВНЯ САМОРАЗВИТИЯ И ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ Л.Н.БЕРЕЖНОВА**  
(для учителей и воспитателей)

**Шкалы:** уровень стремления к саморазвитию, самооценка личностью своих качеств, оценка проекта педагогической поддержки.

**Назначение теста:** известно, что саморазвитие характеризуется стремлением развиваться, наличием качеств личности, способствующих саморазвитию, и возможностей реализации себя в профессиональной деятельности.

Тест «Рефлексия на саморазвитие» включает 18 вопросов и по три предполагаемых ответа на каждый. Однозначно выбранные ответы позволяют определить уровень стремления к саморазвитию, самооценку своих качеств, способствующих саморазвитию, оценку возможностей реализации себя в профессиональной деятельности (в данном случае оценка проекта педагогической поддержки как возможности профессиональной самореализации).

**Инструкция к тесту**

Ответьте на все 18 вопросов, выбирая только один из предложенных вариантов ответа. Для этого после каждого вопроса нужно обвести букву а, б или с.

**ТЕСТ**

**1. На основе сравнительной самооценки выберите, какая характеристика вам более всего подходит.**

- а. целеустремленный;
- б. трудолюбивый;
- с. дисциплинированный.

**2. За что вас ценят коллеги?**

- а. за то, что я ответственный;
- б. за то, что отстаиваю свою позицию и не меняю решений;
- с. за то, что я эрудированный, интересный собеседник.

**3. Как вы относитесь к идее педагогической поддержки?**

- а. думаю, что это пустая трата времени;
- б. глубоко не вникал в проблему;
- с. положительно, активно включаюсь в проект.

**4. Что вам больше всего мешает профессионально самосовершенствоваться?**

- а. недостаточно времени;
- б. нет подходящей литературы и условий;
- с. не хватает силы воли и упорства.

**5. Каковы лично ваши типичные затруднения в осуществлении педагогической поддержки?**

- а. не ставил перед собой задачу анализировать затруднения;

- б. имея большой опыт, затруднений не испытываю;
- с. точно не знаю.

**6. На основе сравнительной самооценки выберите, какая характеристика вам более всего подходит.**

- а. требовательный;
- б. настойчивый;
- с. снисходительный.

**7. На основе сравнительной самооценки выберите, какая характеристика вам более всего подходит.**

- а. решительный;
- б. сообразительный;
- с. любознательный,

**8. Какова ваша позиция в проекте педагогической поддержки?**

- а. генератор идей;
- б. критик;
- с. организатор.

**9. На основе сравнительной самооценки выберите, какие качества у вас развиты в большей степени.**

- а. сила воли;
- б. упорство;
- с. обязательность.

**10. Что вы чаще всего делаете, когда у вас появляется свободное время?**

- а. занимаюсь любимым делом;
- б. читаю;
- с. провожу время с друзьями.

**11. Какая из нижеприведенных сфер для вас в последнее время представляет познавательный интерес?**

- а. методические знания;
- б. теоретические знания;
- с. инновационная педагогическая деятельность.

**12. В чем вы могли бы себя максимально реализовать?**

- а. если бы работал так, как и прежде;
- б. считаю, что в новом проекте педагогической поддержки;
- с. не знаю.

**13. Каким вас чаще всего считают ваши друзья?**

- а. справедливым;
- б. доброжелательным;
- с. отзывчивым.

**14. Какой из трех принципов вам ближе всего и какого вы придерживаетесь чаще всего?**

- а. жить надо так, чтобы не было мучительно больно за бесцельно прожитые годы;
- б. в жизни всегда есть место самосовершенствованию;
- с. наслаждение жизнью в творчестве.

**15. Кто ближе всего к вашему идеалу?**

- а. человек сильный духом и крепкой воли;

- b. человек творческий, много знающий и умеющий;
- c. человек независимый и уверенный в себе.

**16. Удастся ли вам в профессиональном плане добиться того, о чем вы мечтаете?**

- a. думаю, что да;
- b. скорее всего да;
- c. как повезет.

**17. Что вас больше привлекает в проекте педагогической поддержки?**

- a. то, что большинство учителей одобряют идею педагогической поддержки;
- b. не знаю еще;
- c. новые возможности преподавательской деятельности и перспектива самореализация.

**18. Представьте, что вы стали миллиардером. Что бы вы предпочли?**

- a. путешествовал бы по всему миру;
- b. построил бы частную школу и занимался любимым делом;
- c. улучшил бы свои бытовые условия и жил в свое удовольствие.

**Обработка и интерпретация результатов теста**

Ключ к тесту

Вопрос	Оценочные баллы ответов			Вопрос	Оценочные баллы ответов		
	a	b	c		a	b	c
1	3	2	1	10	2	3	1
2	2	1	3	11	1	2	3
3	1	2	3	12	1	3	2
4	3	2	1	13	3	2	1
5	2	3	1	14	1	3	2
6	3	2	1	15	1	3	2
7	2	3	1	16	3	2	1
8	3	2	1	17	2	1	3
9	2	3	1	18	2	3	1

## ИНТЕРПРЕТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ТЕСТА

Суммарное число баллов распределяется в следующем порядке (все баллы суммируются):

Суммарное число баллов	Уровень стремления к саморазвитию
18-24	Очень низкий
25-29	Низкий
30-34	Ниже среднего
35-39	Средний
40-44	Выше среднего
45-49	Высокий
50-54	Очень высокий

Самооценка личностью своих качеств, способствующих саморазвитию, определяется по ответам на вопросы 1, 2, 6, 7, 9, 13. Суммарное число баллов в указанных вопросах распределяется в следующем порядке:

Суммарное число баллов	Самооценка личностью своих качеств
18-17	Очень высокая
16-15	Завышенная
14-11	Нормальная
10-9	Занизженная
8-7	Низкая
6	Очень низкая

Оценка проекта педагогической поддержки как возможности профессиональной самореализации определяется по ответам на вопросы 3, 5, 8, 12, 17. Суммарное число баллов в указанных вопросах распределяется в следующем порядке:

Суммарное число баллов	Оценка проекта педагогической поддержки
15–14	Как возможности профессиональной самореализации
13–11	Как необходимого и достаточного для самореализации
10–9	Скорее как перспективного для самореализации
7–6	Неопределенная оценка, скорее как неперспективного для самореализации
5	Как недостойного внимания в плане самореализации