

Р А Б О Ч А Я Т Е Т Р А Д Ъ

ПСИХОЛОГИЯ  
АДАПТИВНОГО И ДЕЗАДАПТИВНОГО  
ПОВЕДЕНИЯ

Ярославль, 2011

Международная Академия Психологических наук  
Ярославский государственный педагогический университет  
им. К.Д. Ушинского  
Кафедра общей и социальной психологии

СЛЕПКО ЮРИЙ НИКОЛАЕВИЧ  
ЦЫМБАЛЮК АННА ЭДУАРДОВНА

РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ

по дисциплине  
«Психология адаптивного и дезадаптивного поведения»

для студентов-бакалавров  
профиля «Психология»

Ярославль, 2011

УДК 159.91  
ББК 88.3

Печатается по решению редакционно-издательского совета Международной Академии психологических наук

Рецензент:

**В.В. Козлов,**

президент, действительный член МАПН, доктор психологических наук,  
профессор кафедры социальной и политической психологии ЯрГУ им. П.Г.Демидова

Слепко Ю.Н. , Цымбалюк А.Э.

Рабочая тетрадь по дисциплине «Психология адаптивного и дезадаптивного поведения»  
[Текст]: учебно-методическое пособие / Ю.Н. Слепко, А.Э. Цымбалюк. – Ярославль: МАПН, 2011. - 116 с.

В предлагаемом учебно-методическом пособии отражены требования, предъявляемые к студентам профиля «Психология» (квалификация – бакалавр психологии) при изучении учебной дисциплины «Психология адаптивного и дезадаптивного поведения». Пособие содержит материалы, необходимые для освоения дисциплины в форме аудиторной и самостоятельной работы. Представлено краткое содержание лекций, задания для семинарских и практических занятий, а также для самостоятельной работы студентов.

Учебное пособие занимает важное место в подготовке студентов среди основной массы учебно-методических материалов, так как содержит большую часть учебного материала, необходимого для освоения.

Данное пособие будет полезно не только студентам-психологам, но и студентам других профилей подготовки, изучающим психологию.

УДК 159.91  
ББК 88.3

© МАПН  
© Ю.Н. Слепко, 2011  
© А.Э. Цымбалюк, 2011

## Содержание

|              |  |            |
|--------------|--|------------|
| <b>I.</b>    | <b>Организационно-методический раздел</b>  | <b>5</b>   |
| <b>II.</b>   | <b>Содержание дисциплины</b>   | <b>6</b>   |
| <b>III.</b>  | <b>Содержание дисциплины и виды учебных занятий.<br/>Структура разделов дисциплины</b> | <b>6</b>   |
| <b>IV.</b>   | <b>Краткое содержание тем дисциплин</b>  | <b>9</b>   |
| <b>V.</b>    | <b>Практические занятия</b>  | <b>11</b>  |
| <b>VI.</b>   | <b>Самостоятельная работа</b>  | <b>37</b>  |
| <b>VII.</b>  | <b>Учебно-методическое обеспечение зачета</b>  | <b>60</b>  |
| <b>VIII.</b> | <b>Рекомендуемая литература</b>  | <b>61</b>  |
| <b>IX.</b>   | <b>Приложение 1.</b>   | <b>63</b>  |
|              | <b>Приложение 2.</b>   | <b>65</b>  |
|              | <b>Приложение 3.</b>   | <b>68</b>  |
|              | <b>Приложение 4.</b>   | <b>70</b>  |
|              | <b>Приложение 5.</b>   | <b>72</b>  |
|              | <b>Приложение 6.</b>   | <b>76</b>  |
|              | <b>Приложение 7.</b>   | <b>78</b>  |
|              | <b>Приложение 8.</b>   | <b>81</b>  |
|              | <b>Приложение 9.1.-9.9.</b>  | <b>82</b>  |
|              | <b>Приложение 10.1.-10.6.</b>  | <b>93</b>  |
|              | <b>Приложение 11.</b>  | <b>101</b> |
|              | <b>Приложение 12.1.-12.9.</b>  | <b>106</b> |

## **I. Организационно-методический раздел**

### **Пояснительная записка**

Проблема адаптации в психологии занимает особое место среди всего разнообразия вопросов, интересующих психологов. Это объясняется тем, что большинство проблем, связанных с развитием личности, описанием и объяснением личности как целостного феномена, изучение особенностей ее взаимодействия с окружающим миром и пр., так или иначе, связаны с рассмотрением адаптации в самых разных ее формах.

Когда мы обращаемся к вопросам возрастного развития человека, непременно рассматриваем возрастные кризисы, их источники и проявления; функционирование личности на разных стадиях развития, в разных условиях жизнедеятельности тоже требует обращения к проблеме адаптивного поведения; взаимодействие человека с окружающим миром, с системами разной степени сложности непременно обращает нас к проблеме форм и средств адаптации.

Все это указывает на междисциплинарный характер проблемы адаптации в психологии, и, в частности, на междисциплинарный характер учебного курса «Психология адаптивного и дезадаптивного поведения». Эта дисциплина наиболее тесно связана с такими предметами как «Возрастная психология», «Социальная психология», «Дифференциальная психология», «Психолого-педагогическая коррекция» и пр. Поэтому студенты, с одной стороны, в рамках изучения курса смогут дополнить имеющиеся знания более детальным изучением ряда вопросов психологии, с другой же стороны, смогут узнать много нового об особенностях развития и функционирования личности на разных этапах возрастного развития, в разных ситуациях жизнедеятельности.

Предлагаемое учебно-методическое пособие содержит необходимые сведения и материалы для успешного освоения данного курса: помимо подробного описания лекционного материала, пособие включает в себя задания к семинарским и лабораторным занятиям, а также задания для самостоятельной работы. В связи с тем, что большое количество занятий требует от студентов использования диагностического инструментария, последний размещен в приложениях; описания методик, задания к интерпретации их результатов, размещены в основном тексте и сопровождаются ссылками на источники.

### **Структура учебно-методического пособия**

**I. «Организационно-методический раздел»:** представлена общая характеристика курса, объясняется логика его изучения и место в процессе подготовки студентов.

**II. «Содержание дисциплины»:** приведены сведения об объеме дисциплины в учебных часах, а также о видах учебной работы студентов.

**III. «Содержание дисциплины и виды учебных занятий. Структура разделов дисциплины»:** представлены сведения о распределении разделов и тем курса по часам и видам учебных занятий.

**IV. «Краткое содержание тем дисциплины»:** представлена тематика лекций, вопросы и краткое содержание каждой темы.

**V. «Практические занятия»:** представлены задания для работы студентов на семинарских и лабораторных занятиях; каждое занятие подробно описано и содержит необходимые пояснения, примеры, ссылки на источники, а также на диагностические материалы, представленные в приложениях.

**VI. «Самостоятельная работа»:** по своей структуре идентичен пятому разделу, но направлен на изучение материала в форме самостоятельной работы.

**VII. «Учебно-методическое обеспечение зачета»:** разъясняется форма и содержание зачета по дисциплинам, а также представлены требования, необходимые для его успешной сдачи.

**VIII. «Рекомендуемая литература»:** представлена учебно-методическая литература, рекомендованная для дополнительной подготовки к занятиям.

**IX. «Приложения»:** представлен диагностический материал, необходимый для выполнения практических занятий и самостоятельной работы; представлены текст методик и бланки ответов; инструкция, порядок обработки и задания для описания и интерпретации результатов исследования представлены в разделах V и VI.

**Цель курса:** создать условия для формирования у студентов знаний об особенностях адаптации личности в разные возрастные периоды и в разных ситуациях жизнедеятельности.

**Задачи курса:**

1. Сформировать у студентов представления о современном состоянии проблемы адаптации личности в разные возрастные периоды и в разных ситуациях жизнедеятельности.
2. Способствовать формированию представлений о формах и механизмах дезадаптации личности в ходе решения различных задач жизнедеятельности.
3. Создать условия для формирования у студентов представлений о диагностическом обеспечении исследования проблем адаптации и дезадаптации личности.
4. Способствовать развитию и совершенствованию у студентов умений и навыков самостоятельной научно-исследовательской деятельности.

**Требования к уровню освоения содержания курсов.****Студенты должны:**

- а) овладеть системой понятий, отражающих содержание проблемы адаптивного и дезадаптивного поведения;
- б) иметь знания о теоретическом и методическом содержании курса и вопросах, рассматриваемых в его процессе;
- в) овладеть умением проводить практическое исследование особенностей адаптации и дезадаптации личности;
- г) уметь описывать, интерпретировать и представлять результаты практического исследования особенностей адаптации и дезадаптации личности.

**II. Содержание дисциплины  
Объем дисциплины и виды учебной работы**

**Психофизиология**

| Вид занятия                   | Всего (часов) | Семестр – 7 | Семестр – 8 |
|-------------------------------|---------------|-------------|-------------|
| <b>Общая трудоемкость</b>     | 144           | 84          | 60          |
| аудиторные занятия:           | 72            | 42          | 30          |
| <b>в том числе:</b>           |               |             |             |
| лекции                        | 34            | 20          | 14          |
| семинарские занятия           | 14            | 10          | 4           |
| лабораторные занятия          | 24            | 12          | 12          |
| Самостоятельная работа        | 72            | 42          | 30          |
| Контрольные работы            | есть          | есть        | есть        |
| <b>Вид итогового контроля</b> | зачет         | зачет       | зачет       |

**III. Содержание дисциплины и виды учебных занятий.****Структура разделов дисциплины****Распределение часов курсов по разделам, темам и видам работ**

| №   | Наименование разделов и тем                                       | Часов | Аудиторные занятия (час.) |    | с/р |
|---|---|-------|---------------------------|----|-----|
|   |   |       | В т.ч.:                   |    |     |
|   |   |       | л                         | пр |     |
| <b>Раздел 1. Проблема адаптации в психологии и других гуманитарных науках</b> |   |       |                           |    |     |
| 1.  | Понятие адаптации в философии, биологии и психологии              | 4     | 4                         | -  | -   |
| 2.  | Психологические и психофизиологические исследования адаптации     | 16    | 4                         | 12 | -   |
| 3.  | Специфика адаптация личности в условиях практической деятельности | 2     | 2                         | -  | -   |
| <b>Раздел 2. Социальная адаптация</b>   |   |       |                           |    |     |
| 4.  | Понятие социальной адаптации. Фрустрация как показатель           | 12    | 2                         | 20 | -   |

|   |   |    |   |   |    |
|---|---|----|---|---|----|
|   | дезадаптации  |    |   |   |    |
| 5.  | Жизненный путь личности и типичные ситуации, требующие активной адаптации                       | 2  | 2 | - | -  |
| <b>Раздел 3. Адаптация к условиям школьного и учебно-профессионального обучения</b>       |   |    |   |   |    |
| 6.  | Адаптации в условиях начального школьного обучения  | 2  | 2 | - | -  |
| 7.  | Адаптации в условиях среднего школьного обучения  | 2  | 2 | - | -  |
| 8.  | Адаптации в условиях учебно-профессионального обучения  | 2  | 2 | - | -  |
| <b>Раздел 4. Готовность к школьному обучению</b>  |   |    |   |   |    |
| 9.  | Содержание готовности к школьному обучению  | 30 | 2 | - | 10 |
| 10.   | Структура психологической готовности к школьному обучению                                       | 16 | 4 | - | 10 |
| 11.   | Структура диагностики к школьному обучению  | 6  | 2 | 6 | 10 |
| 12.   | Изучение эмоциональной и поведенческой сфер младшего школьника                                  | 4  | 2 | - | 12 |
| <b>Раздел 5. Формирование психологических новообразований в младшем школьном возрасте</b> |   |    |   |   |    |
| 13.   | Психологические новообразования младшего школьного возраста                                     | 38 | 2 | - | 15 |
| 14.   | Методы диагностики сформированности психологических новообразований младшего школьного возраста | 8  | 2 | - | 15 |

**Примечание:**

л – лекции;

пр – практические занятия (семинар, лабораторное занятие);

с/р – самостоятельная работа

**Разделы, темы и форма учебной работы**

| № раздела | Название тем | Форма работы |
|-----------|--------------|--------------|
|-----------|--------------|--------------|

**лекции**

|   |   |        |
|---|---|--------|
| 1 | Понятие адаптации в философии, биологии и психологии  | лекция |
| 1 | Психологические и психофизиологические исследования адаптации                                   | лекция |
| 1 | Специфика адаптация личности в условиях практической деятельности                               | лекция |
| 2 | Понятие социальной адаптации. Фрустрация как показатель дезадаптации                            | лекция |
| 2 | Жизненный путь личности и типичные ситуации, требующие активной адаптации                       | лекция |
| 3 | Адаптации в условиях начального школьного обучения  | лекция |
| 3 | Адаптации в условиях среднего школьного обучения  | лекция |
| 3 | Адаптации в условиях учебно-профессионального обучения  | лекция |
| 4 | Содержание готовности к школьному обучению  | лекция |
| 4 | Структура психологической готовности к школьному обучению                                       | лекция |
| 4 | Структура диагностики к школьному обучению  | лекция |
| 4 | Изучение эмоциональной и поведенческой сфер младшего школьника                                  | лекция |
| 5 | Психологические новообразования младшего школьного возраста                                     | лекция |
| 5 | Методы диагностики сформированности психологических новообразований младшего школьного возраста | лекция |

**практические занятия**

|   |  |              |
|---|--|--------------|
| 1 | Методы исследования копинг-поведения           | практическая |
| 1 | Методы исследования копинг-поведения           | практическая |
| 1 | Методы исследования копинг-поведения           | практическая |
| 2 | Социально-психологическая адаптация            | практическая |
| 2 | Стрессоустойчивость и социальная адаптация     | практическая |
| 2 | Нервно-психическая устойчивость и дезадаптация | практическая |
| 2 | Адаптированность и алекситимия                 | практическая |

|   |   |              |
|---|---|--------------|
| 2 | Адаптированность как комплексный показатель психического состояния    | практическая |
| 4 | Развитие и профилактика физиологической готовности к обучению в школе | практическая |

**самостоятельная работа**

|   |   |                 |
|---|---|-----------------|
| 4 | Диагностика психологической готовности к обучению в школе                                       | самостоятельная |
| 4 | Диагностика психологической готовности к обучению в школе                                       | самостоятельная |
| 4 | Диагностика социальной готовности к обучению в школе  | самостоятельная |
| 4 | Карта наблюдения Д. Стотта  | самостоятельная |
| 5 | Методы диагностики сформированности психологических новообразований младшего школьного возраста | самостоятельная |
| 5 | Методы диагностики сформированности психологических новообразований младшего школьного возраста | самостоятельная |
| 5 | Методы диагностики сформированности психологических новообразований младшего школьного возраста | самостоятельная |



## IV. Краткое содержание тем дисциплины

### Раздел I. Проблема адаптации в психологии и других гуманитарных науках

**Тема 1.** Понятие адаптации в философии, биологии и психологии.

**Формы работы:** лекция.

**Краткое содержание:** понимание адаптации в философии, биологии, физиологии и медицине; адаптация человека как биологического существа, онтогенетическая и филогенетическая адаптация; адаптация человека как субъекта деятельности, функции адаптации.

### Раздел I. Проблема адаптации в психологии и других гуманитарных науках

**Тема 2.** Психологические и психофизиологические исследования адаптации.

**Формы работы:** лекция, практические занятия.

**Краткое содержание:** основные направления изучения адаптации - гомеостатическое направление (гомеостаз как процессы поддержания относительного постоянства основных характеристик внутренней среды организма, ассимиляция, аккомодация), психофизиологическое направление, клинико-психологические исследования адаптации (защитные реакции и механизмы преодоления стресса, стрессоры, адаптационный синдром), психологические исследования адаптации (социальная адаптация, ее механизмы и критерии); копинг-поведение в стрессовых ситуациях, стратегии преодоления стрессовых ситуаций.

### Раздел I. Проблема адаптации в психологии и других гуманитарных науках

**Тема 3.** Специфика адаптация личности в условиях практической деятельности.

**Формы работы:** лекция.

**Краткое содержание:** адаптация как непрерывный, сопровождающий всю трудовую деятельность процесс, социализация, индивидуализация; адаптация как процесс преодоления кризисов профессионального развития.

### Раздел II. Социальная адаптация

**Тема 4.** Понятие социальной адаптации. Фрустрация как показатель дезадаптации.

**Формы работы:** лекция, практические занятия.

**Краткое содержание:** механизмы и критерии социальной адаптированности, формы фрустрации и ее результат, аффект неадекватности, фрустрация и агрессивность; диагностика социально-психологической адаптации, стрессоустойчивость и социальная адаптация; нервно-психическая устойчивость.

### Раздел II. Социальная адаптация

**Тема 5.** Жизненный путь личности и типичные ситуации, требующие активной адаптации.

**Формы работы:** лекция.

**Краткое содержание:** жизненный путь личности как соотношение индивидуальной и общественной жизни человека; жизненные события как содержание жизненного пути личности, уровни событий жизни; социальные ситуации жизнедеятельности, стиль жизни человека.

### Раздел III. Адаптация к условиям школьного и учебно-профессионального обучения

**Тема 6.** Адаптации в условиях начального школьного обучения.

**Формы работы:** лекция.

**Краткое содержание:** школьная адаптация как длительный процесс приспособления ребенка к школе; школьная дезадаптация, ее характеристика и основные признаки; причины трудности адаптации ребенка к обучению в начальной школе; условия успешной адаптации к начальному обучению; методы взаимодействия взрослого с ребенком.

### Раздел III. Адаптация к условиям школьного и учебно-профессионального обучения

**Тема 7.** Адаптации в условиях среднего школьного обучения.

**Формы работы:** лекция.

**Краткое содержание:** признаки адаптации учащихся к условиям среднего школьного обучения; связь адаптации с интеллектуальным и личностным развитием ребенка; признаки школьной дезадаптации подростков.

### Раздел III. Адаптация к условиям школьного и учебно-профессионального обучения

**Тема 8.** Адаптации в условиях учебно-профессионального обучения.

**Формы работы:** лекция.

**Краткое содержание:** преодоление кризиса вступления в юношеский возраст; преодоление кризиса социально-психологической адаптации; преодоление кризиса профессиональной адаптации.

#### **Раздел IV. Готовность к школьному обучению.**

**Тема 9.** Содержание готовности к школьному обучению.

**Формы работы:** лекция, практические занятия, самостоятельная работа.

**Краткое содержание:** физиологическая готовность к школьному обучению; социальная, или личностная готовность к школьному обучению; психологическая готовность к школьному обучению; учебно-важные качества, позволяющие успешно обучаться в начальной школе; диагностика готовности к обучению в школе; коррекция и развитие физиологической и социальной готовности к обучению в школе.

#### **Раздел IV. Готовность к школьному обучению**

**Тема 10.** Структура психологической готовности к школьному обучению

**Формы работы:** лекция, самостоятельная работа.

**Краткое содержание:** ведущие учебно-важные качества; блоки готовности - личностно-мотивационный, принятие учебной задачи, представления о содержании деятельности и способах ее выполнения, информационный блок, управление деятельностью; коррекция и развитие психологической готовности к обучению в школе.

#### **Раздел IV. Готовность к школьному обучению**

**Тема 11.** Структура диагностики к школьному обучению

**Формы работы:** лекция, практические занятия.

**Краткое содержание:** развитие и профилактика физиологической готовности (игры и упражнения по развитию мелких движений рук, координации движений пальцев рук; предупреждение и снятие писчего спазма; игры и упражнения для развития мышц плечевого пояса, спины, позвоночника и корпуса; упражнения по профилактике зрительной усталости; упражнения на мышечное расслабление); диагностика социальной готовности (диагностика отношения к себе; диагностика отношений с родителями; диагностика отношения к школе и учению); диагностика психологической готовности (диагностика мотивов учения, принятия задачи, вводных навыков, графического навыка, вербальной механической слуховой памяти, зрительного анализа геометрических фигур, уровня обобщений, уровня произвольной регуляции деятельности).

#### **Раздел IV. Готовность к школьному обучению**

**Тема 12.** Изучение эмоциональной и поведенческой сфер младшего школьника

**Формы работы:** лекция, практические занятия.

**Краткое содержание:** симптомы наличия эмоциональных проблем и отклонений в поведении ребенка; Карта наблюдения Д. Стотта.

#### **Раздел V. Формирование психологических новообразований в младшем школьном возрасте**

**Тема 13.** Психологические новообразования младшего школьного возраста

**Формы работы:** лекция, самостоятельная работа.

**Краткое содержание:** произвольность мышления, внутренняя позиция школьника, внутренний план действий, произвольность внимания, сформированность учебных действий, самооценка, самоконтроль, рефлексивность; коррекция и развитие психологических новообразований в младшем школьном возрасте.

#### **Раздел V. Формирование психологических новообразований в младшем школьном возрасте**

**Тема 14.** Методы диагностики сформированности психологических новообразований младшего школьного возраста

**Формы работы:** лекция, практические занятия.

**Краткое содержание:** методики диагностики психологических новообразований младшего школьного возраста: «Исключение понятий», «Выбор простых аналогий», «Мотивация учения и адаптация ребенка в школе», «Направленность на приобретение знаний», «Направленность на отметку»; «Графический диктант» Д.Б. Эльконина, «Корректирующая проба» Б. Бурдона, «Методика диагностики самооценки Дембо-Рубинштейн», «Тест на развитие самоконтроля».

## V. Практические занятия

### Практическая 1-2.

**Раздел 1.** Проблема адаптации в психологии и других гуманитарных науках

**Тема 2.** Психологические и психофизиологические исследования адаптации

**Вопрос.** Методы исследования копинг-поведения

#### Методики:

**I. Копинг-поведение в стрессовых ситуациях (CISS)** [3, с. 442-444]

**Авторы:** Endler N.S., Parker J.D.A. (адаптация Т.Л. Крюковой).

**Цель:** определение доминирующих копинг-стрессовых поведенческих стратегий.

**Материал:** текст методики, бланк ответов (см. Приложение 1).

#### Инструкция:

1. Ответьте на 48 утверждений, касающихся возможных реакций человека на различные трудные, огорчающие или стрессовые ситуации; отвечая на каждый пункт, укажите, как часто вы ведете себя подобным образом в трудной стрессовой ситуации.

2. При ответе на утверждение выбирайте один из пяти вариантов ответа: 1 – никогда; 2 – редко; 3 – иногда; 4 – чаще всего; 5 – очень часто.

#### Обработка результатов.

1. Обработка производится для пяти шкалам, характеризующим типы копинг-стратегий: ориентированный на решение задачи копинг, ориентированный на эмоции копинг, ориентированный на избегание копинг, субшкала отвлечения, субшкала социального отвлечения.

2. Каждой шкале соответствует определенное количество пунктов опросника, соответствие которых представлено в ключе:

а) копинг, ориентированный на решение задач (суммируйте 16 пунктов):

№ - 1, 2, 6, 10, 15, 21, 24, 26, 27, 36, 39, 41, 42, 43, 46, 47;

б) копинг, ориентированный на эмоции (суммируйте 16 пунктов):

№ - 5, 7, 8, 13, 14, 16, 17, 19, 22, 25, 28, 30, 33, 34, 38, 45;

в) копинг, ориентированный на избегание (суммируйте 16 пунктов):

№ - 3, 6, 9, 11, 12, 18, 20, 23, 29, 31, 32, 35, 37, 40, 44, 48;

г) субшкала отвлечения (суммируйте 8 пунктов, относящихся к избеганию):

№ - 9, 11, 12, 18, 20, 40, 44, 48;

д) субшкала социального отвлечения (суммируйте 5 пунктов, относящихся к избеганию):

4, 29, 31, 35, 37.

#### II. Тест Хейма [2, с. 24-30]

**Автор:** Heim E. (адаптация лаборатории клинической псих. Психоневрологического ин-та им. В.М. Бехтерева, д.м.н., проф. Л.И. Вассерман)

**Цель:** анализ вариантов копинга, распределенных в соответствии с тремя основными сферами психической деятельности - когнитивной, эмоциональной и поведенческой.

**Материал:** текст методики, бланк ответов (см. Приложение 2).

#### Инструкция:

1. Прочитайте 26 утверждений, относящихся к особенностям Вашего поведения; вспомните, каким образом чаще всего Вы разрешаете трудные, стрессовые ситуации и ситуации высокого эмоционального напряжения.

2. Ситуации распределены на 3 формы – «А» (10 утверждений), «Б» (8 утверждений) и «В» (8 утверждений), в каждой из которых следует выбрать только одно утверждение.

3. В бланке ответов в столбцах «Выбор» отметьте Ваш выбор.

#### Обработка результатов.

1. Утверждения в каждой форме соответствуют виду, типу и адаптационной значимости копинг-стратегий (см. Приложение 2).

2. Соотнесите собственный результат с таблицей, следует сделать вывод о характере копинг-поведения.

#### Задания.

1. Суммируйте баллы по пяти шкалам опросника CISS и занесите результат в таблицу (столбец  $\sum_{инд}$ ); также занесите в таблицу групповые показатели: среднее арифметическое ( $M_x$  группа), среднеквадратическое отклонение ( $СКО_{группа}$ ) и коэффициент вариации ( $С_v$  группа).



**Задание 4.** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Задание 5.** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Задание 6.**

Когнитивная сфера \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Эмоциональная сфера \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Поведенческая сфера \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Задание 7.**

а) Копинг-поведение - \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

б) Копинг, ориентированный на решение задач - \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

в) Копинг, ориентированный на эмоции - \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

г) Копинг, ориентированный на избегание - \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## Практическая 3-4.

**Раздел 1.** Проблема адаптации в психологии и других гуманитарных науках

**Тема 2.** Психологические и психофизиологические исследования адаптации

**Вопрос.** Методы исследования копинг-поведения

**Методика:** Опросник о способах копинга (WCQ - Копинг-тест Лазаруса) [2, с. 18-20].

**Авторы:** Lazarus R.S., Folkman S. (адаптация Т.Л. Крюковой, Е. В. Куфтык, М.С. Замышляевой).

**Цель:** определение копинг-механизмов, способов преодоления трудностей в различных сферах психической деятельности, копинг-стратегий.

**Материал:** текст опросника, бланк ответов (см. Приложение 3).

**Инструкция:**

1. Ответьте на 50 утверждений, касающихся Вашего поведения в трудной жизненной ситуации; в бланке ответов отметьте степень согласия с тем или иным утверждением, выбрав один из четырех вариантов ответа: никогда, редко, иногда, часто.

**Обработка результатов.**

1. Каждый вариант ответа оценивается в баллах: никогда – 0 баллов; редко – 1; иногда – 2; часто – 3.

2. Суммируя баллы в соответствии с ключом, определяется степень выраженности субшкал - способов копинга:

| № | Тип копинга                   | № утверждения                 |
|---|-------------------------------|-------------------------------|
| 1 | Конфронтационный копинг       | 2, 3, 13, 21, 26, 37          |
| 2 | Дистанцирование               | 8, 9, 11, 16, 32, 35          |
| 3 | Самоконтроль                  | 6, 10, 27, 34, 44, 49, 50     |
| 4 | Поиск социальной поддержки    | 4, 14, 17, 24, 33, 36         |
| 5 | Принятие ответственности      | 5, 19, 22, 42                 |
| 6 | Бегство-избегание             | 7, 12, 25, 31, 38, 41, 46, 47 |
| 7 | Планирование решения проблемы | 1, 20, 30, 39, 40, 43         |
| 8 | Положительная переоценка      | 15, 18, 23, 28, 29, 45, 48    |

3. Оценка уровня выраженности копинга производится согласно баллам:

- 0-6 баллов - низкий уровень напряженности - адаптивный вариант копинга;

- 7-12 баллов - средний уровень напряженности - адаптационный потенциал личности в пограничном состоянии;

- 13-18 баллов – высокий уровень напряженности - выраженная дезадаптации.

**Задания.**

1. Оцените индивидуальный уровень выраженности копинг-стратегии, занеся результаты обработки в таблицу; также занесите в таблицу значения  $M_x$  группы, СКО и  $S_v$ ; сравнив индивидуальный и групповой уровень выраженности копинг стратегий, постройте гистограмму.

2. Сформулируйте следующие выводы:

а) какие копинг-стратегии у Вас выражены на низком, среднем и высоком уровнях;

б) какова степень сходства-различий между индивидуальными и групповыми показателями по типам копинг-стратегий;

в) какой уровень дифференцированности копинг-стратегий в группе (показатель  $S_v$ ).

3. Выделив типы копинг-стратегии, отражающие выраженную дезадаптацию, сформулируйте рекомендации по снижению уровня напряженности и, соответственно, повышению Вашего уровня адаптированности.

4. Дайте определение понятиям: а) конфронтационный копинг; б) дистанцирование; в) самоконтроль; г) поиск социальной поддержки; д) принятие ответственности; е) бегство-избегание; ж) планирование решения проблемы; з) положительная переоценка.

**Литература для подготовки:**

1. Белан Е.А. Психология совладающего поведения. - Краснодар: Кубан. гос. ун-т, 2004. - 82 с.

2. Крюкова Т.Л., Куфтык Е.В. Опросник способов совладания (адаптация методики WCQ) // Журнал практического психолога. - 2007. - № 3. - С. 93-112.

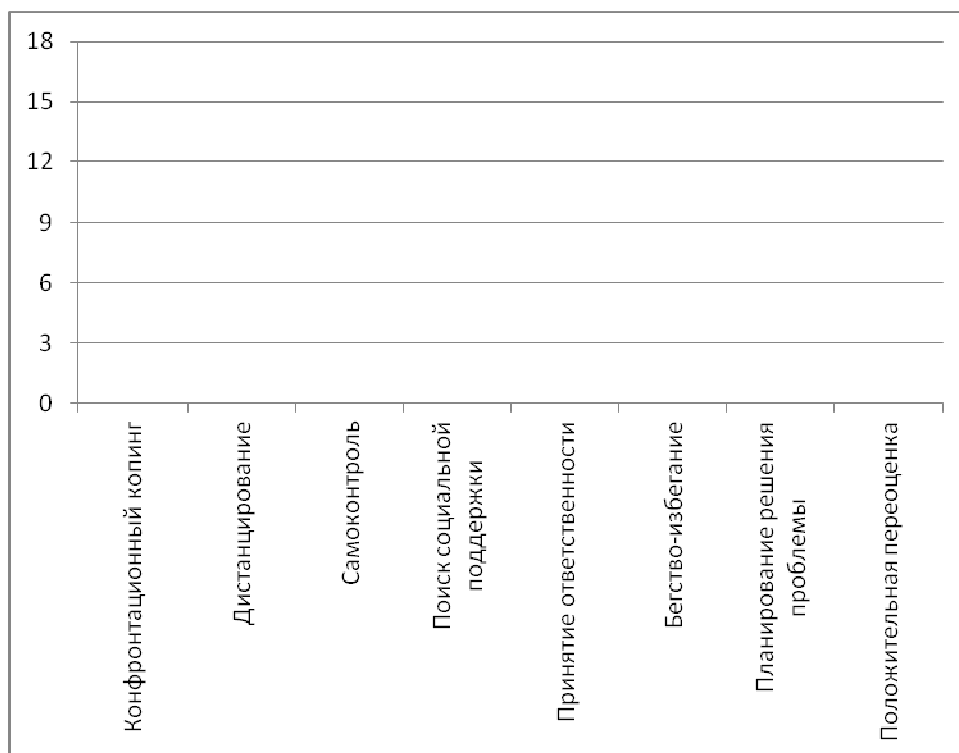
3. Крюкова Т.Л. Психология совладающего поведения в разные периоды жизни. - Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова, 2010 - 294 с.

4. Петунс О.В. Анализ исследований совладающего поведения личности в психологической науке. - М. - :СГИ, 2006. - 38 с.

**Выполнение заданий:**

**Задание 1.**

| №  | Тип копинга                   | Индивидуальный показатель (балл/уровень) | $M_x$ группа (балл/уровень) | СКО группа | $C_v$ группа |
|----|-------------------------------|--|-----------------------------|------------|--------------|
| 1. | Конфронтационный копинг       | /  | /                           |            |              |
| 2. | Дистанцирование               | /  | /                           |            |              |
| 3. | Самоконтроль                  | /  | /                           |            |              |
| 4. | Поиск социальной поддержки    | /  | /                           |            |              |
| 5. | Принятие ответственности      | /  | /                           |            |              |
| 6. | Бегство-избегание             | /  | /                           |            |              |
| 7. | Планирование решения проблемы | /  | /                           |            |              |
| 8. | Положительная переоценка      | /  | /                           |            |              |



**Задание 2а** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

**Задание 2б** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

**Задание 2 в** \_\_\_\_\_





## Практическая 5-6.

**Раздел 1.** Проблема адаптации в психологии и других гуманитарных науках

**Тема 2.** Психологические и психофизиологические исследования адаптации

**Вопрос.** Методы исследования копинг-поведения

**Методика:** Опросник «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций» (SACS; перевод и адаптация Н.Е. Водопьяновой и Е.С. Старченковой) [1, с. 251-259]

**Автор:** Hobfoll St.

**Цель:** оценка степени выраженности конструктивных стратегий преодолевающего поведения.

**Материал:** текст методики (Шкала SACS), бланк ответов (см. Приложение 4).

**Инструкция:**

1. Вам предлагаются 54 утверждения относительно поведения в напряженных (стрессовых) ситуациях; оцените свое типичное поведение в данных ситуациях.

2. В бланке ответов напротив номера утверждения поставьте цифру, отражающую наиболее характерное для Вас поведение: 1 - «нет, это совсем не так»; 2 - «скорее нет, чем да»; 3 - «затрудняюсь ответить»; 4 - «скорее да, чем нет»; 5 - «да, совершенно верно».

**Обработка результатов.**

1. В соответствии с ключом подсчитайте сумму баллов по девяти субшкалам-моделям поведения в сложной (стрессогенной) ситуации:

| №  | Субшкала                        | № утверждения           |
|----|---------------------------------|-------------------------|
| 1. | Ассертивные действия            | 1, 10, 19, 28*, 37, 46* |
| 2. | Вступление в социальный контакт | 2, 11, 20, 29, 38, 47   |
| 3. | Поиск социальной поддержки      | 3, 12, 21, 30, 39, 48   |
| 4. | Осторожные действия             | 4, 13, 22, 31, 40, 49   |
| 5. | Импульсивные действия           | 5, 14, 23, 32, 41, 50*  |
| 6. | Избегание                       | 6, 15, 24, 33, 42, 51   |
| 7. | Непрямые действия               | 7, 16, 25, 34, 43, 52   |
| 8. | Асоциальные действия            | 8, 17, 26, 35, 44, 53   |
| 9. | Агрессивные действия            | 9, 18, 27, 36, 45, 54   |

**Примечание:** \* обратная шкала (ответы подсчитываются в обратном порядке):

**Прямая шкала:**

1 - «нет, это совсем не так»; 2 - «скорее нет, чем да»; 3 - «затрудняюсь ответить»; 4 - «скорее да, чем нет»; 5 - «да, совершенно верно»

**Обратная шкала:**

5 - «нет, это совсем не так»; 4 - «скорее нет, чем да»; 3 - «затрудняюсь ответить»; 2 - «скорее да, чем нет»; 1 - «да, совершенно верно»

**Задания.**

1. Подсчитав сумму баллов по девяти субшкалам-моделям поведения, занесите в таблицу индивидуальные показатели ( $\Sigma_{инд}$ ); также занесите в таблицу результаты группы –  $M_x$  группа,  $СКО$  группа и  $С_v$  группа; на основании полученных результатов постройте гистограмму.

2. Сравнив индивидуальные и групповые показатели, опишите наиболее и наименее выраженные модели поведения в Вашем поведении и в группе; сформулируйте вывод об особенностях дифференцированности ( $С_v$ ) уровня выраженности моделей поведения в группе.

3. Соотнесите индивидуальные ( $\Sigma_{инд}$ ) и групповые показатели ( $M_x$  группа) с показателями моделей поведения представителей коммуникативных профессий, представленных в таблице; сформулируйте вывод о степени сходства/различий в уровне выраженности Ваших и групповых показателей моделей поведения в сравнении с представителями коммуникативных профессий.

| №  | Модель поведения                | Степень выраженности преодолевающих моделей (представители коммуникативных профессий) |         |         |
|----|---------------------------------|---|---------|---------|
|    |                                 | низкая  | средняя | высокая |
| 1. | Ассертивные действия            | 6-17  | 18-22   | 23-30   |
| 2. | Вступление в социальный контакт | 6-21  | 22-25   | 26-30   |
| 3. | Поиск социальной поддержки      | 6-19  | 20-24   | 25-30   |
| 4. | Осторожные действия             | 6-17  | 18-23   | 24-30   |

|    |                       |      |       |       |
|----|-----------------------|------|-------|-------|
| 5. | Импульсивные действия | 6-15 | 16-19 | 20-30 |
| 6. | Избегание             | 6-12 | 13-17 | 18-30 |
| 7. | Непрямые действия     | 6-16 | 17-23 | 24-30 |
| 8. | Асоциальные действия  | 6-14 | 15-19 | 20-30 |
| 9. | Агрессивные действия  | 6-13 | 14-18 | 19-30 |

4. Дайте краткое теоретическое описание девяти моделей поведения: а) ассертивные действия; б) вступление в социальный контакт; в) поиск социальной поддержки; г) осторожные действия; д) импульсивные действия; е) избегание; ж) непрямые действия; з) асоциальные действия; и) агрессивные действия.

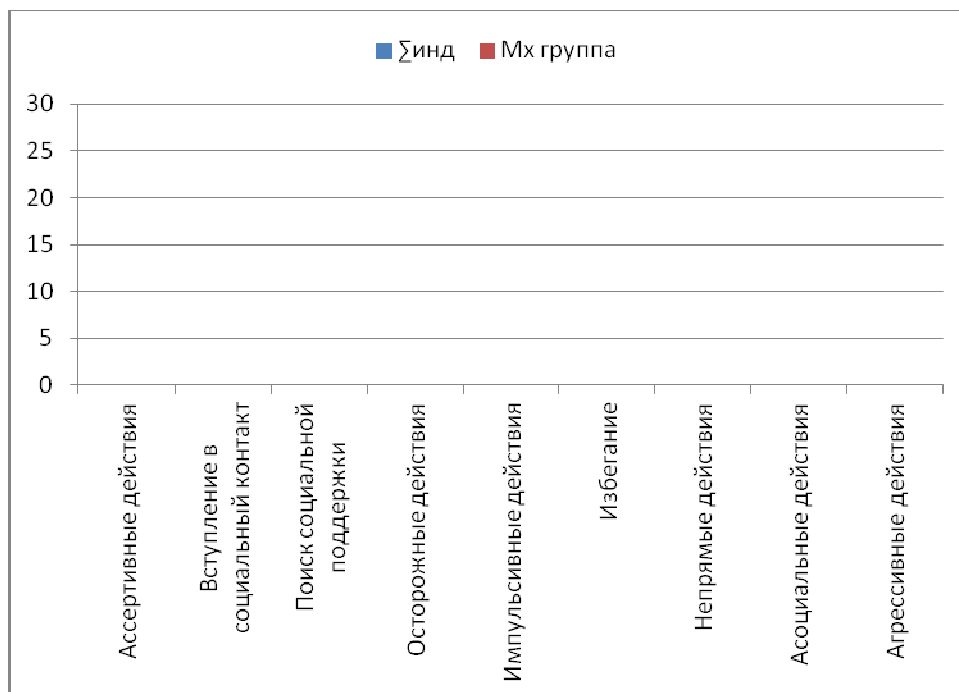
**Литература для подготовки:**

1. Водопьянова Н.Е. Психодиагностика стресса. – СПб.: Питер, 2009 - 336 с.
2. Практикум по психологии менеджмента и профессиональной деятельности / под ред. Г.С. Никифорова, М.А. Дмитриевой, В.М. Снеткова. – СПб.: Речь, 2001. – 444 с.

**Выполнение заданий:**

**Задание 1.**

| №  | Модель поведения                | $\Sigma_{инд}$ | $M_x$ группа | СКО группа | $C_v$ группа |
|----|---------------------------------|----------------|--------------|------------|--------------|
| 1. | Ассертивные действия            |                |              |            |              |
| 2. | Вступление в социальный контакт |                |              |            |              |
| 3. | Поиск социальной поддержки      |                |              |            |              |
| 4. | Осторожные действия             |                |              |            |              |
| 5. | Импульсивные действия           |                |              |            |              |
| 6. | Избегание                       |                |              |            |              |
| 7. | Непрямые действия               |                |              |            |              |
| 8. | Асоциальные действия            |                |              |            |              |
| 9. | Агрессивные действия            |                |              |            |              |



**Задание 2.** \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Задание 3.** \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Задание 4.**

а) Ассертивные действия - \_\_\_\_\_

---

---

б) Вступление в социальный контакт – \_\_\_\_\_

---

---

в) Поиск социальной поддержки – \_\_\_\_\_

---

---

г) Осторожные действия - \_\_\_\_\_

---

---

д) Импульсивные действия - \_\_\_\_\_

---

---

е) Избегание – \_\_\_\_\_

---

---

ж) Непрямые действия – \_\_\_\_\_

---

---

з) Асоциальные действия - \_\_\_\_\_

---

---

и) Агрессивные действия – \_\_\_\_\_

---

---

## Практическая 7-8.

### Раздел 2. Социальная адаптация

#### Тема 4. Понятие социальной адаптации. Фрустрация как показатель дезадаптации

#### Вопрос. Социально-психологическая адаптация

**Методика:** Опросник социально-психологической адаптации [3, с. 193-197].

**Авторы:** Rogers C., Diamond, R.

**Цель:** оценка уровня социально-психологической адаптированности/

**Материал:** текст опросника, бланк ответов, бланк обработки результатов (см. Приложение 5)

**Инструкция:**

1. Ответьте на 101 утверждение, относящееся к отношениям с людьми и поведению в типичных жизненных ситуациях; соотнесите данные утверждения с представлениями о себе, выбрав один из шести вариантов ответа и указав его в бланке ответов: «0» - это ко мне совершенно не относится; «1» - сомневаюсь, что это можно отнести ко мне; «2» - не решаюсь отнести это к себе; «3» - это похоже на меня, но нет уверенности; «4» - это на меня похоже; «5» - это точно про меня.

**Обработка результатов.**

1. Используя ключ, подсчитайте сумму баллов по шести биполярным показателям, шкале эскапизма и шкале лжи; за каждое совпадение ответа с ключом присваивается 1 балл.

2. Интерпретации подлежат показатели шести биполярных шкал, а также шкалы эскапизма и лжи:

Шкала 1. Адаптация (адаптивность/дезадаптивность)

Шкала 2. Принятие других (принятие/непринятие)

Шкала 3. Интернальность (внутренний контроль/внешний контроль)

Шкала 4. Самопринятие (принятие/непринятие)

Шкала 5. Эмоциональная комфортность (комфорт/дискомфорт)

Шкала 6. Стремление к доминированию (доминирование/ведомость)

Шкала 7. Эскапизм (уход от проблем)

Шкала 8. Лживость

| № | Показатели |                            | Номера высказываний  |
|---|------------|----------------------------|--|
| 1 | a          | Адаптивность               | 4, 5, 9, 12, 15, 19, 22, 23, 26, 27, 29, 33, 35, 37, 41, 44, 47, 51, 53, 55, 61, 63, 67, 72, 74, 75, 78, 80, 88, 91, 94, 96, 97, 98  |
|   | b          | Дезадаптивность            | 2, 6, 7, 13, 16, 18, 25, 28, 32, 36, 38, 40, 42, 43, 49, 50, 54, 56, 59, 60, 62, 64, 69, 71, 73, 76, 77, 83, 84, 86, 90, 95, 99, 100 |
| 8 | a          | Лживость                   | - 34, 45, 48, 81, 89,  |
|   | b          |                            | + 8, 82, 92, 101   |
| 4 | a          | Принятие себя              | 33, 35, 55, 67, 72, 74, 75, 80, 88, 94, 96   |
|   | b          | Непринятие себя            | 7, 59, 62, 65, 90, 95, 99  |
| 2 | a          | Принятие других            | 9, 14, 22, 26, 53, 97  |
|   | b          | Непринятие других          | 2, 10, 21, 28, 40, 60, 76  |
| 5 | a          | Эмоциональный комфорт      | 23, 29, 30, 41, 44, 47, 78   |
|   | b          | Эмоциональный дискомфорт   | 6, 42, 43, 49, 50, 83, 85  |
| 3 | a          | Внутренний контроль        | 4, 5, 11, 12, 19, 27, 37, 51, 63, 68, 79, 91, 98,  |
|   | b          | Внешний контроль           | 13, 25, 36, 52, 57, 70, 71, 73, 77   |
| 6 | a          | Доминирование              | 58, 61, 66   |
|   | b          | Ведомость                  | 16, 32, 38, 69, 84, 87   |
| 7 |            | Эскапизм (уход от проблем) | 17, 18, 54, 64, 86   |

**Задания.**

1. Подсчитайте сумму баллов по двенадцати подшкалам и занесите результаты в таблицу ( $\Sigma_{\text{инд}}$ ); также занесите в таблицу данные группы –  $M_x$  группа,  $СКО$  группа и  $С_v$  группа; на основании полученных результатов постройте гистограмму; используя нормативные баллы в бланке обработки результатов, опишите степень соответствия своих и групповых показателей норме.

2. Используя бланк обработки результатов, подсчитайте с помощью формул сумму набранных баллов по интегральным показателям: адаптация, принятие других, интернальность, самопринятие, эмоциональный комфорт, стремление к доминированию; полученные индивидуальные и групповые результаты внесите в бланк обработки результатов и в таблицу; постройте гистограмму и, соотнеся

индивидуальные и групповые показатели по интегральным шкалам, сформулируйте вывод о степени их сходства/различий.

3. На основании оценки уровня выраженности интегральных показателей, а также оценки степени соответствия индивидуальных биполярных показателей норме, сформулируйте вывод об общем уровне Вашей социально-психологической адаптированности.

4. Дайте определение или краткую теоретическую характеристику следующим понятиям: а) адаптация; б) принятие других; в) локус контроля; г) экстернальность; д) интернальность; е) самопринятие; ж) эмоциональный комфорт; з) стремление к доминированию; и) эскапизм

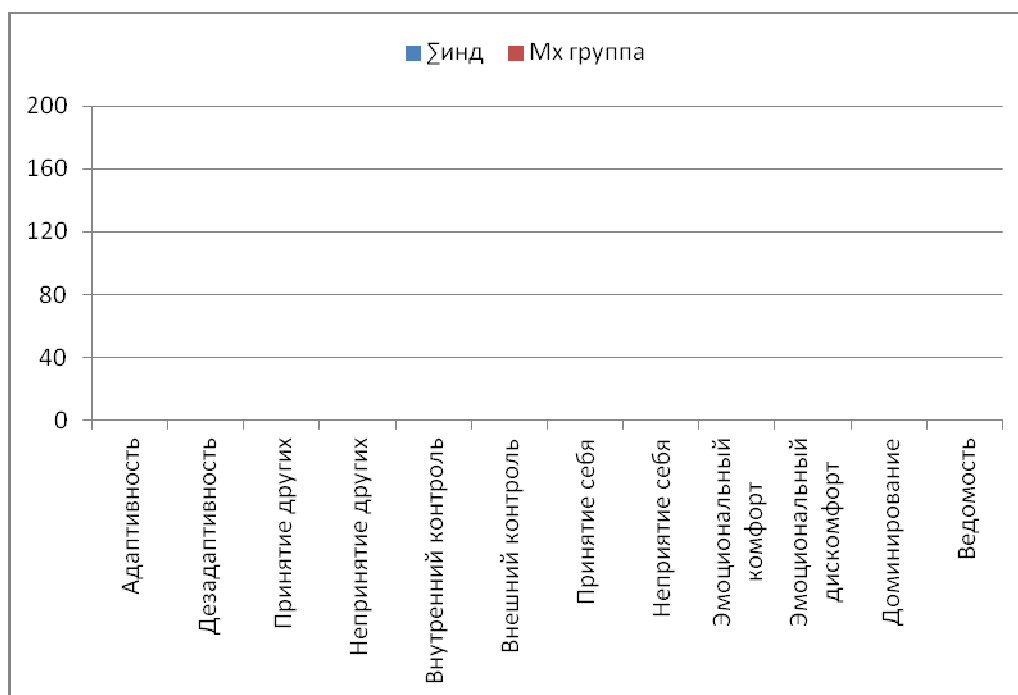
### Литература для подготовки:

1. Большой психологический словарь / под ред. Б.Г. Мещерякова, В.П. Зинченко; 3-е изд., доп. и перераб. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2007. – 672 с.
2. Кондаков И.М. Психология. Иллюстрированный словарь: более 600 иллюстраций и 1700 статей. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК; М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2003. – 508 с.
3. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. – М.: Изд-во Института Психотерапии, 2002. – 490 с.

### Выполнение заданий:

#### Задание 1.

| №   | подшкала                 | $\Sigma_{\text{инд}}$ | $M_x$ группа | СКО группа | $S_v$ группа |
|-----|--------------------------|-----------------------|--------------|------------|--------------|
| 1.  | Адаптивность             |                       |              |            |              |
| 2.  | Деадаптивность           |                       |              |            |              |
| 3.  | Принятие других          |                       |              |            |              |
| 4.  | Непринятие других        |                       |              |            |              |
| 5.  | Внутренний контроль      |                       |              |            |              |
| 6.  | Внешний контроль         |                       |              |            |              |
| 7.  | Принятие себя            |                       |              |            |              |
| 8.  | Непринятие себя          |                       |              |            |              |
| 9.  | Эмоциональный комфорт    |                       |              |            |              |
| 10. | Эмоциональный дискомфорт |                       |              |            |              |
| 11. | Доминирование            |                       |              |            |              |
| 12. | Ведомость                |                       |              |            |              |





---

---

---

---

---

---

---

---

**Задание 3.** \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Задание 4.**

а) Адаптация - \_\_\_\_\_

---

---

б) Принятие других – \_\_\_\_\_

---

---

в) Локус контроля – \_\_\_\_\_

---

---

г) Экстернальность - \_\_\_\_\_

---

---

д) Интернальность - \_\_\_\_\_

---

---

е) Самопринятие – \_\_\_\_\_

---

---

ж) Эмоциональный комфорт – \_\_\_\_\_

---

---

з) Стремление к доминированию - \_\_\_\_\_

---

---

и) Эскапизм – \_\_\_\_\_

---

---

---

---

## Практическая 9-10.

### Раздел 2. Социальная адаптация

#### Тема 4. Понятие социальной адаптации. Фрустрация как показатель дезадаптации

#### Вопрос. Стрессоустойчивость и социальная адаптация

**Методика:** Определение стрессоустойчивости и социальной адаптации [3, с. 546; 4, с. 194-195; 5, с. 96-97].

**Авторы:** Holmes, D., Rahe R.

**Цель:** измерение уровня стрессоустойчивости и социальной адаптации личности.

**Материал:** текст методики, бланк ответов (см. Приложение б).

#### Инструкция:

1. В тексте методики представлены 43 события, которые могут произойти с человеком в его обыденной жизни; каждое событие оценено авторами по степени значимости для человека в баллах.
2. Вспомните события, которые происходили с Вами в течение последнего года и отметьте их в бланке ответов; если событие происходило два и более раз в течение последнего года, его необходимо отметить соответственно количеству раз; если событие не происходило, отмечать его в бланке ответов не требуется.

#### Обработка результатов.

1. Обработка производится на основе подсчета суммы баллов и ее соотношения с ключом.
2. Описанию и интерпретации подлежат два показателя - вероятность возникновения психосоматических заболеваний и степень сопротивляемости стрессорам:

| Сумма баллов | Степень сопротивляемости стрессу                        |
|--------------|---|
| 150-199      | Высокая   |
| 200-299      | Пороговая   |
| 300 и >      | Низкая (ранимость)                                      |
| Сумма баллов | Вероятность возникновения психосоматических заболеваний |
| 11-150       | Низкая  |
| 151-299      | Средняя   |
| 300 и >      | Высокая   |

#### Задания.

1. Оцените индивидуальный уровень сопротивляемости стрессу и вероятность возникновения психосоматических заболеваний; результаты занесите в таблицу ( $\Sigma_{\text{инд}}$ ); также занесите в таблицу групповые показатели ( $M_x$  группа,  $СКО$  группа и  $C_v$  группа); сформулируйте вывод о степени дифференцированности группового показателя сопротивляемости стрессу; на основе данных таблицы постройте гистограмму.
2. Выделите те события, по которым были набраны наиболее высокие баллы и подробно опишите их влияние на Ваше поведение и деятельность.
3. Дайте определение понятиям: а) стресс; б) стрессоустойчивость; в) адаптация.

#### Литература для подготовки:

1. Большой психологический словарь / под ред. Б.Г. Мещерякова, В.П. Зинченко; 3-е изд., доп. и перераб. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2007. – 672 с.
2. Кондаков И.М. Психология. Иллюстрированный словарь: более 600 иллюстраций и 1700 статей. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК; М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2003. – 508 с.
3. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. – СПб: Питер, 2001. – 749 с.
4. Мантрова И.Н. Методическое руководство по психофизиологической и психологической диагностике. – Иваново: ООО «Нейрософт», 2007. – 216 с.
5. Шутценбергер А.А. Тяжелобольной пациент (15-летний опыт применения психодрамы для лечения рака) // Вопросы психологии. – 1990. - №5. – С. 94-106.

#### Выполнение заданий:

##### Задание 1.





## Практическая 11-12.

### Раздел 2. Социальная адаптация

#### Тема 4. Понятие социальной адаптации. Фрустрация как показатель дезадаптации

#### Вопрос. Нервно-психическая устойчивость и дезадаптация

**Методика:** Определение нервно-психической устойчивости (НПУ), риска дезадаптации в стрессе «Прогноз» [4, с. 534-538].

**Авторы:** коллектив Санкт-Петербургской военно-медицинской академии.

**Цель:** оценка уровня нервно-психической устойчивости; профотбор лиц, пригодных для работы в экстремальных ситуациях.

**Материал:** текст опросника, бланк ответов (см. Приложение 7).

#### Инструкция:

1. Ответьте на 84 утверждения, касающихся Вашего поведения и деятельности в прошлом и настоящем; при согласии с утверждением в бланке ответов отметьте «Да», при несогласии - «Нет».

#### Обработка результатов.

1. Обработка производится согласно ключу; при совпадении ответа с ключом присваивается 1 балл:

|                    | № вопросов  |
|--------------------|---|
| «Да»               | 3, 5, 7, 10, 16, 20, 26, 27, 29, 32, 35, 37, 40, 41, 42, 44, 45, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 56, 57, 59, 60, 62, 63, 64, 65, 66, 67, 69, 70, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 77, 78, 79, 80, 81, 82, 83, 84 |
| «Нет»              | 2, 12, 13, 14, 19, 21, 23, 24, 28, 30, 33, 37, 38, 39, 46, 49, 54, 55, 58, 61, 68   |
| Шкала лжи:<br>«Да» | 1, 4, 6, 8, 9, 11, 15, 17, 18, 22, 25, 31, 34, 36, 43   |

2. Полученную сумму баллов необходимо соотнести с контрольной таблицей, на основании которой производится заключение о степени НПУ и риске дезадаптации в стрессе.

Контрольная таблица

| Баллы НПУ | Стандартные баллы | Интерпретация   |
|-----------|-------------------|---|
| 33 и >    | 1                 | чем < стандартный балл, тем > нервно-психическая неустойчивость в стрессе |
| 29-32     | 2                 |   |
| 23-28     | 3                 |   |
| 18-22     | 4                 |   |
| 14-17     | 5                 | средний уровень   |
| 11-13     | 6                 | чем > стандартный балл, тем > НПУ и меньше риск дезадаптации в стрессе    |
| 9-10      | 7                 |   |
| 7-8       | 8                 |   |
| 6         | 9                 |   |
| 5 и <     | 10                |   |

3. Согласно ключу подсчитывается сумма баллов по шкале лжи; если сумма равна 5 и > баллам, ответы не правдоподобны.

#### Задания.

1. Оцените индивидуальный показатель НПУ и занесите результаты в таблицу ( $\sum_{инд}$ ); также занесите в таблицу групповые показатели ( $M_x$  группа,  $СКО$  группа и  $C_v$  группа); сформулируйте вывод о степени дифференцированности группового показателя НПУ; на основе данных таблицы постройте гистограмму; сформулируйте вывод о степени сходства/различий индивидуальных и групповых показателей НПУ.

2. Дайте определение или краткую теоретическую характеристику понятиям: а) нервно-психическая устойчивость; б) адаптация; в) дезадаптация; г) стресс; д) стрессор.

#### Литература для подготовки:

1. Большой психологический словарь / под ред. Б.Г. Мещерякова, В.П. Зинченко; 3-е изд., доп. и перераб. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2007. – 672 с.

2. Кондаков И.М. Психология. Иллюстрированный словарь: более 600 иллюстраций и 1700 статей. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК; М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2003. – 508 с.

3. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. – СПб: Питер, 2001. – 749 с.

4. Психодиагностика персонала. Методика и тесты / сост. Райгородский Д.Я.; в 2 тт. – Т.2 – Самара: Бахрах-М, 2007. – 560 с.

**Выполнение заданий:**

**Задание 1.**

| Показатель                      | $\Sigma_{\text{инд}}$ | $M_{\text{х группа}}$ | $СКО_{\text{группа}}$ | $C_{\text{v группа}}$ |
|---------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Нервно-психическая устойчивость |                       |                       |                       |                       |

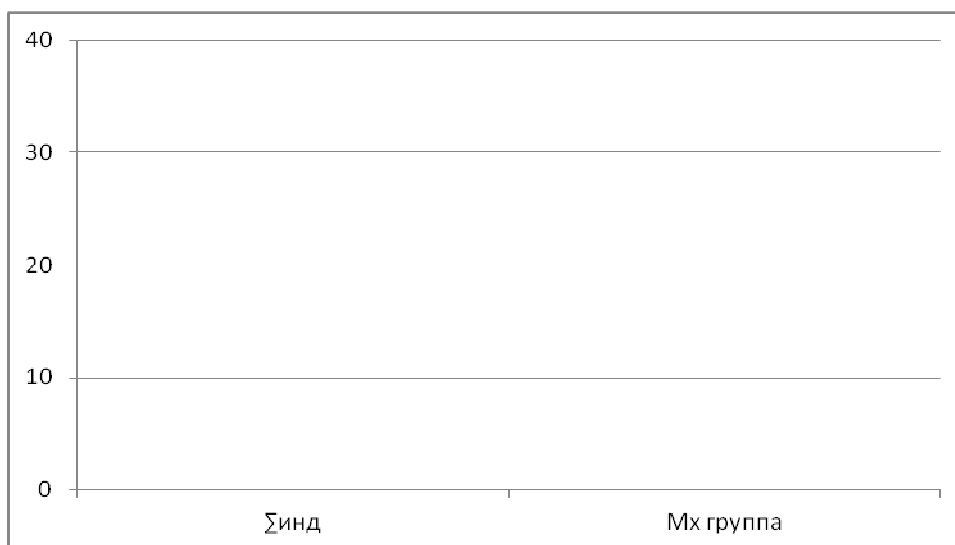
---

---

---

---

---



---

---

---

---

---

---

**Задание 2.**

а) НПУ - \_\_\_\_\_

---

---

б) Адаптация – \_\_\_\_\_

---

---

в) Деадаптация – \_\_\_\_\_

---

---

г) Стресс - \_\_\_\_\_

---

---

д) Стрессор - \_\_\_\_\_

---

---

## Практическая 13-14.

### Раздел 2. Социальная адаптация

#### Тема 4. Понятие социальной адаптации. Фрустрация как показатель дезадаптации

#### Вопрос. Адаптированность и алекситимия

**Методика:** Торонтская алекситимическая шкала (TAS) (адаптация институтом им. В.М. Бехтерева) [2].

**Автор:** Taylor G.J.

**Цель:** определение индивидуального уровня алекситимии.

**Материал:** текст методики (см. Приложение 8)

**Инструкция:**

1. Ответьте на 26 утверждений, касающихся Вашей повседневной жизни, оценив степень согласия с утверждениями выбором одного из пяти вариантов ответа: 1 - совершенно не согласен; 2 - скорее не согласен; 3 - ни то, ни другое; 4 - скорее согласен; 5 - совершенно согласен.

2. В тексте методики в столбце «Варианты ответа» отметьте выбранный вариант ответа.

**Обработка результатов.**

1. Обработка осуществляется согласно ключу, при совпадении ответа с которым присваивается 1 балл:

- прямые вопросы: 2, 3, 4, 7, 8, 10, 14, 16, 17, 18, 19, 20, 22, 23, 25, 26.

- обратные вопросы: 1, 5, 6, 9, 11, 12, 13, 15, 21, 24.

2. Суммирование полученных баллов дает общий уровень выраженности алекситимии; интерпретация результатов осуществляется согласно контрольной шкале:

- 74 и > баллов - «алекситимический» тип личности;

- 62 и < баллов - «неалекситимический» тип личности.

**Задания.**

1. Оцените индивидуальный уровень алекситимии и занесите результаты в таблицу ( $\sum_{\text{инд}}$ ); также занесите в таблицу групповые показатели ( $M_x$  группа,  $СКО$  группа и  $С_v$  группа); сформулируйте вывод о степени дифференцированности группового показателя алекситимии; на основе данных таблицы постройте гистограмму; сформулируйте вывод о степени сходства/различий индивидуальных и групповых показателей алекситимии.

2. Дайте определение или краткую теоретическую характеристику понятиям: а) алекситимия; б) эмоции; в) аффект.

**Литература для подготовки:**

1. Большой психологический словарь / под ред. Б.Г. Мещерякова, В.П. Зинченко; 3-е изд., доп. и перераб. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2007. – 672 с.

2. Ересько Д.Б., Исурина Г.Л., Кайдановская Е.В. Алекситимия и методы ее определения при пограничных психосоматических расстройствах. – СПб.: Психоневрологический ин-т им. В.М. Бехтерева, 1994. – 17 с.

3. Блейхер В.М., Крук И.В. Толковый словарь психиатрических терминов: Ок. 3000 терминов; под ред. С.Н. Бокова. - Воронеж: НПО «МОДЭК», 1995 - 638 с.

**Выполнение заданий:**

**Задание 1.**

| Показатель  | $\sum_{\text{инд}}$ | $M_x$ группа | $СКО$ группа | $С_v$ группа |
|-------------|---------------------|--------------|--------------|--------------|
| Алекситимия |                     |              |              |              |

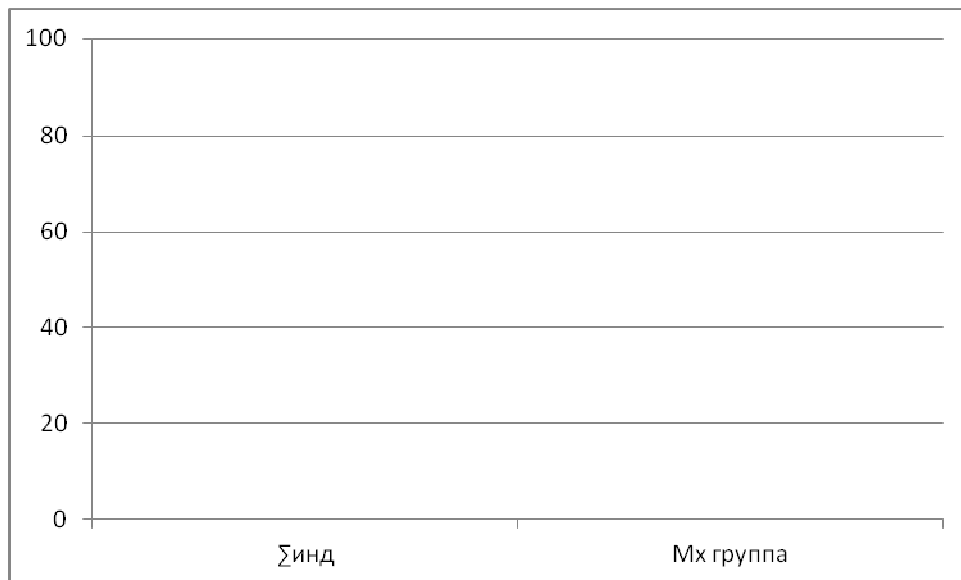
---

---

---

---

---



---

---

---

---

---

---

**Задание 2.**

а) Алекситимия - \_\_\_\_\_

---

---

б) Эмоции – \_\_\_\_\_

---

---

в) Аффект – \_\_\_\_\_

---

---

## Практическая 15-16.

### Раздел 2. Социальная адаптация

**Тема 4.** Понятие социальной адаптации. Фрустрация как показатель дезадаптации

**Вопрос.** Адаптированность как комплексный показатель психического состояния

#### Методики:

**I. Опросник социально-психологической адаптации** (Приложение 5).

**II. Определение стрессоустойчивости и социальной адаптации** (Приложение 6).

**III. Определение нервно-психической устойчивости (НПУ), риска дезадаптации в стрессе «Прогноз»** (Приложение 7).

**IV. Торонтская алекситимическая шкала (TAS)** (Приложение 8).

**Цель:** оценка общего уровня адаптированности личности.

**Материал:** результаты диагностики по четырем методикам.

#### Задания.

1. Используя результаты диагностики по четырем методикам заполните сводную таблицу, постройте гистограмму и сформулируйте вывод об уровне индивидуальной и групповой адаптированности.

2. Посчитайте с помощью параметрического критерия t-Стьюдента различия между индивидуальными и групповыми показателями адаптированности; заполните итоговую таблицу; сформулируйте вывод о статистической значимости различий; для подсчета критерия t-Стьюдента и определения уровня значимости используйте рекомендованную литературу [1, с. 164-165]. Используйте собственные показатели по четырем методикам в качестве стандартных значений.

3. С целью определения силы и направления взаимосвязи между всеми десятью показателями адаптированности по четырем методикам используйте коэффициент ранговой корреляции Спирмена ( $r$  -Спирмена) [1, с. 153-156]:

а) в качестве исходных данных используйте результаты диагностики каждого члена группы;

б) по итогам анализа заполните корреляционную матрицу и постройте коррелограмму;

в) проинтерпретируйте силу и направление взаимосвязи между всеми переменными анализа.

#### Литература для подготовки:

1. Наследов А.Д. Математические методы психологического исследования. Анализ и интерпретация данных. – СПб.: Речь, 2004. – 392 с.

#### Выполнение заданий:

##### Задание 1.

| №  | методика; показатели                                    | $\sum_{\text{инд}}$ | $M_{\text{группа}}$ |
|--|---|---------------------|---------------------|
| Опросник социально-психологической адаптации           |   |                     |                     |
| 1.   | Адаптация   |                     |                     |
| 2.   | Принятие других   |                     |                     |
| 3.   | Интернальность  |                     |                     |
| 4.   | Самопринятие  |                     |                     |
| 5.   | Эмоциональный комфорт                                   |                     |                     |
| 6.   | Стремление к доминированию                              |                     |                     |
| Определение стрессоустойчивости и социальной адаптации |   |                     |                     |
| 1.   | Степень сопротивляемости стрессу                        |                     |                     |
| 2.   | Вероятность возникновения психосоматических заболеваний |                     |                     |
| «Прогноз»  |   |                     |                     |
| 1.   | Нервно-психическая устойчивость                         |                     |                     |
| Торонтская алекситимическая шкала                      |   |                     |                     |
| 1.   | Алекситимия   |                     |                     |



|  |   |  |  |  |
|--|---|--|--|--|
| 6.   | Стремление к доминированию                              |  |  |  |
| Определение стрессоустойчивости и социальной адаптации |   |  |  |  |
| 1.   | Степень сопротивляемости стрессу                        |  |  |  |
| 2.   | Вероятность возникновения психосоматических заболеваний |  |  |  |
| «Прогноз»  |   |  |  |  |
| 1.   | Нервно-психическая устойчивость                         |  |  |  |
| Торонтская алекситимическая шкала                      |   |  |  |  |
| 1.   | Алекситимия   |  |  |  |

**Примечание: \***

$t_{st}$  – значение критерия t-Стьюдента;

$p$  – значение уровня значимости различий - укажите один из четырех вариантов:  $p > 0,05$ ;  $p \leq 0,05$ ;  $p \leq 0,01$ ;  $p \leq 0,001$ ;

вывод – указывается наличие и направление различий:

- если различия не значимы, то напишите -  $\sum_{инд} = M_x$  группа;

- если различия значимы, то напишите -  $\sum_{инд} < M_x$  группа или  $\sum_{инд} > M_x$

---



---



---



---



---



---

**Задание 3.**

**Корреляционная матрица.**

|     | А | ПД | И | С | ЭК | СД | СС | ВПЗ | НПУ | Ал |
|-----|---|----|---|---|----|----|----|-----|-----|----|
| А   | 0 |    |   |   |    |    |    |     |     |    |
| г   |   |    |   |   |    |    |    |     |     |    |
| р   |   |    |   |   |    |    |    |     |     |    |
| ПД  |   | 0  |   |   |    |    |    |     |     |    |
| г   |   |    |   |   |    |    |    |     |     |    |
| р   |   |    |   |   |    |    |    |     |     |    |
| И   |   |    | 0 |   |    |    |    |     |     |    |
| г   |   |    |   |   |    |    |    |     |     |    |
| р   |   |    |   |   |    |    |    |     |     |    |
| С   |   |    |   | 0 |    |    |    |     |     |    |
| г   |   |    |   |   |    |    |    |     |     |    |
| р   |   |    |   |   |    |    |    |     |     |    |
| ЭК  |   |    |   |   | 0  |    |    |     |     |    |
| г   |   |    |   |   |    |    |    |     |     |    |
| р   |   |    |   |   |    |    |    |     |     |    |
| СД  |   |    |   |   |    | 0  |    |     |     |    |
| г   |   |    |   |   |    |    |    |     |     |    |
| р   |   |    |   |   |    |    |    |     |     |    |
| СС  |   |    |   |   |    |    | 0  |     |     |    |
| г   |   |    |   |   |    |    |    |     |     |    |
| р   |   |    |   |   |    |    |    |     |     |    |
| ВПЗ |   |    |   |   |    |    |    | 0   |     |    |
| г   |   |    |   |   |    |    |    |     |     |    |
| р   |   |    |   |   |    |    |    |     |     |    |
| НПУ |   |    |   |   |    |    |    |     | 0   |    |
| г   |   |    |   |   |    |    |    |     |     |    |





## Практическая 17-18.

### Раздел 4. Готовность к школьному обучению

#### Тема 11. Структура диагностики к школьному обучению

#### Вопрос. Развитие и профилактика физиологической готовности к обучению в школе

##### Вопрос 1. Физиологическая готовность к обучению в школе [1, с. 10-65].

Задание:

- а) Дайте определение понятию физиологическая готовность к обучению в школе (ФГОШ).
- б) Какие критерии физиологической готовности к обучению в школе выделяет автор?

##### Вопрос 2. Игры и упражнения по развитию мелких движений рук

**Материал:**

1. игры и упражнения по развитию мелких движений рук;
2. игры и упражнения по координации движений пальцев рук;
3. игры и упражнения по предупреждению и снятию писчего спазма.

**Задание:**

- а) опишите цель каждого вида игр с детьми;
- б) дайте краткую характеристику каждого вида игр;
- в) с целью закрепления материала организуйте в группе по одной игре из каждого типа игр.

##### Вопрос 3. Игры и упражнения для развития мышц плечевого пояса, спины, позвоночника и корпуса:

**Материал:**

- а) Игра с детьми младшего школьного возраста «Улей»;
- б) Игра с детьми младшего школьного возраста «Гусеница».

**Задание:**

- а) опишите цель каждой игры с детьми;
- б) дайте краткую характеристику особенностей каждой игры;
- в) с целью закрепления материала организуйте в группе рассматриваемые игры.

##### Вопрос 4. Упражнения по профилактике зрительной усталости:

**Материал:**

- а) Игра с детьми младшего школьного возраста «Тренировка наружных мышц глаз»;
- б) Игра с детьми младшего школьного возраста «Метка на стекле».

**Задание:**

- а) опишите цель каждой игры с детьми;
- б) дайте краткую характеристику особенностей каждой игры;
- в) с целью закрепления материала организуйте в группе рассматриваемые игры.

##### Вопрос 5. Упражнения на мышечное расслабление:

**Материал:**

- а) Мышечная релаксация по контрасту с напряжением;
- б) Мышечная релаксация по представлению.

**Задание:**

- а) опишите цель каждого вида игр с детьми;
- б) дайте краткую характеристику особенностей каждого вида игр;
- в) с целью закрепления материала организуйте в группе по одной игре из каждого вида игр.

##### Литература для подготовки:

1. Нижегородцева Н.В., Шадриков В.Д. Психолого-педагогическая готовность ребенка к школе. – М.: ВЛАДОС, 2001. – 256 с.
2. Нижегородцева Н.В. Системогенетический анализ готовности к обучению; под ред. В.Д. Шадрикова. - Ярославль: Аверс Пресс, 2004. - 368 с.

##### Выполнение заданий.





## VI. Самостоятельная работа

### Самостоятельная 1-2.

#### Раздел 4. Готовность к школьному обучению

#### Тема 9. Содержание готовности к школьному обучению

#### Вопрос. Диагностика психологической готовности к обучению в школе

##### Методики:

**I. «Ранжирование мотивов учения детей дошкольного возраста (для воспитателей)»** [2, с. 141-142].

**Цель:** оценка сформированности внутренней позиции школьника.

**Материал:** текст методики (см. Приложение 9.1.).

##### Инструкция:

1. Предложите воспитателю проранжировать типичные способы поведения ребенка в процессе выполнения учебных заданий; каждому типу поведения соответствует тип мотива.
2. На первое место воспитатель должен поставить тот способ поведения, который является для ребенка наиболее частым, на последнее – наименее частым.

##### Обработка результатов:

1. Совместно с воспитателем выберите один, два или группу мотивов, которые являются доминирующими в поведении ребенка.
2. По итогам выбора формулируется вывод о том, насколько преобладающие мотивы отражают сформированность внутренней позиции школьника.

**II. «Ранжирование мотивов учения детей дошкольного возраста (для родителей)»** [2, 124-143].

**Цель:** оценка сформированности внутренней позиции школьника.

**Материал:** текст методики (см. Приложение 9.2.).

##### Инструкция:

1. Предложите одному из родителей проранжировать типичные способы поведения ребенка в процессе выполнения учебных заданий; каждому типу поведения соответствует тип мотива.
2. На первое место родитель должен поставить тот способ поведения, который является для ребенка наиболее частым, на последнее – наименее частым.

##### Обработка результатов:

1. Совместно с родителем выберите один, два или группу мотивов, которые являются доминирующими в поведении ребенка.
2. По итогам выбора формулируется вывод о том, насколько преобладающие мотивы отражают сформированность внутренней позиции школьника.

**III. Тест «Раскрась картинку»** [2, 150-152].

**Цель:** оценка сформированности способности понимать и принимать задачи взрослого.

**Материал:** два контурных рисунка (см. Приложение 9.3.).

##### Инструкция:

1. Подготовьте «Контурный рисунок 1», раскрасив объекты рисунка необычными цветами: дерево - красное, небо - черное, солнце - зеленое, облака - коричневые, земля – синяя; второй контурный рисунок необходимо оставить пустым для ребенка.
2. Предложите ребенку раскрасить «Контурный рисунок 2» по образцу: «Раскрась картинку так же, как у меня».
3. После окончания рисования попросите ребенка проконтролировать себя, ответив на вопросы - все ли правильно сделано и похожа ли картинка на образец?

##### Обработка результатов:

1. В зависимости от степени выполнения задачи, ребенок может быть отнесен к одной из четырех групп детей:
  - а) принимает и понимает задачу (хочет выполнить задание взрослого и понимает, что надо делать);
  - б) принимает, но не понимает задачу (хочет выполнить, но не понял, что надо делать);
  - в) не принимает, но понимает (понимает, что требуется сделать, но не хочет это выполнять, либо хочет выполнить по-своему);
  - г) не принимает и не понимает (не хочет выполнять заданное и не понимает суть задания).

**IV. «Беседа с ребенком и наблюдение за его поведением при решении учебных задач»** [1, с. 156-198].

**Цель:** оценка сформированности основных компонентов вводных навыков.

**Материал:** примеры заданий для проверки сформированности вводных навыков (см. Приложение 9.4.).

**Инструкция:**

1. В процессе беседы с ребенком и наблюдением за его поведением проводится анализ трех компонентов вводных навыков: речевые знания и умения, математические знания и представления, навыки учебной работы:

1) Речевые знания и умения: а) знание букв, умение читать; б) звуковой анализ слова; в) построение фразы; г) словарный запас; д) фонематический слух.

2) Математические знания и представления: а) счет в пределах десяти; б) состав числа; в) решение арифметических задач; г) представление о форме; д) пространственные представления.

3) Навыки учебной работы: а) посадка за столом (партой); б) способ удерживания пишущего предмета; в) ориентация на странице в тетради, книге; г) умение слушать и выполнять задание педагога; д) знание и выполнение правил поведения на уроке (занятии).

**Обработка результатов:**

1. По результатам беседы и наблюдения за поведением ребенка необходимо подготовить заключение о необходимости проведения коррекционной, развивающей работы по тем компонентам вводных навыков, в которых были выявлены недостатки.

**V. Тест «Продолжи узор»** [2, 199-218].

**Цель:** диагностика сформированности умения выполнять графические движения.

**Материал:** лист бумаги в клеточку, на котором уже написана с левой стороны последовательность однотипных графических элементов (см. Приложение 9.5.).

**Инструкция:**

1. Выложите перед ребенком лист бумаги в клеточку, на котором уже написана с левой стороны последовательность однотипных графических элементов: два маленьких/два больших/два маленьких/два больших; предложите ребенку продолжить этот «узор» до конца строчки.

**Обработка результатов:**

1. Анализу подлежат шесть параметров графического изображения линий узора: характер линий, размер элементов, форма элементов, наклон, отклонение от строчки и последовательность элементов.

2. Каждый параметр оценивается от 0 до 1 балла; сумма по каждому параметру складывается и делается заключение о сформированности графического навыка ребенка.

| №  | Параметры линий              |   | Баллы |
|----|------------------------------|---|-------|
| 1. | Характер линий               | ровная, прямая, нажим ровный                          | 1     |
|    |                              | неровная, дрожащая, двойная, искривленная             | 0     |
| 2. | Размер элементов             | соответствует эталону                                 | 1     |
|    |                              | не соответствует эталону                              | 0     |
| 3. | Форма элементов              | соответствует эталону                                 | 1     |
|    |                              | не соответствует эталону                              | 0     |
| 4. | Наклон                       | соответствует эталону                                 | 1     |
|    |                              | не соответствует эталону                              | 0     |
| 5. | Отклонение от строчки        | незначительное  | 1     |
|    |                              | значительное  | 0     |
| 6. | Последовательность элементов | правильно воспроизведена последовательность элементов | 1     |
|    |                              | неверно воспроизведена последовательность элементов   | 0     |

**Уровни сформированности графического навыка:**

**5-6 баллов** - графический навык сформирован достаточно хорошо;

**3-4 балла** - есть некоторые трудности в выполнении графических движений; необходимо подобрать упражнения для коррекции тех составляющих графического навыка, которые развиты слабо;

**0-2 баллов** - графический навык развит очень слабо; возможны серьезные трудности при обучении письму в школе.

**VI. Тест на изучение слуховой вербальной памяти** [2, с. 19-22; 2, с. 244].

**Цель:** изучение индивидуальных особенностей слуховой вербальной памяти.

**Материал:** 12 пар слов, не связанных по смыслу (см. Приложение 9.6.).

**Инструкция:**

1. Предложите ребенку заучить пары слов, не связанные по смыслу; прочитайте 12 пар слов.
2. После заучивания пар слов называйте первое слово пары, а ребенок должен либо назвать, либо записать второе слово пары.
3. После первого воспроизведения повторите первое слово каждой пары, а ребенок снова либо называет, либо записывает второе слово пары; так продолжается до тех пор, пока ребенок не воспроизведет правильно все вторые слова пар.

**Обработка результатов:**

1. Подсчитайте количество проб, потребовавшихся для полного запоминания всех слов.
2. Соотнесите этот показатель с показателями в контрольной таблице и сформулируйте вывод об уровне развития вербальной памяти.

|                        |       |     |   |   |   |
|------------------------|-------|-----|---|---|---|
| <b>Количество проб</b> | 6 и > | 4-5 | 3 | 2 | 1 |
| <b>Уровень/оценка</b>  | 1     | 2   | 3 | 4 | 5 |

**VII. Тест на развитие зрительного анализа** [2, с. 230-243].

**Цель:** оценка уровня развития способности осуществлять зрительный анализ фигур.

**Материал:** геометрические фигуры (см. Приложение 9.7.)

**Инструкция:**

1. Выложите перед ребенком поочередно четыре геометрические фигуры, нарисованные на отдельных карточках.
2. Выкладывая фигуры, предложите ребенку нарисовать каждую фигуру на тетрадном листе в клеточку, соблюдая пропорции.

**Обработка результатов:**

1. Каждая из четырех фигур оценивается в отдельности по степени ее соответствия образцу от 0 до 2 баллов.
2. Баллы, начисленные за каждую фигуру, суммируются.

| <b>Качество выполнения задания</b>   | <b>Баллы</b> |
|--|--------------|
| Фигура полностью соответствует эталону   | 2            |
| Фигура по форме соответствует эталону или похожа на него, но размеры и/или пропорции изменены; фигура может быть нарисована не по клеточкам. | 1            |
| Рисунок не соответствует эталону.  | 0            |

3. Оценка уровня развития зрительного анализа производится в соответствии с 8 балльной шкалой:  
**7-8** - хорошо развито образно-схематическое мышление; также хорошо развита способность зрительного анализа геометрических фигур;  
**3-6** - ребенок не умеет выделять элементы графического изображения и соотносить их по форме и размеру; он воспринимает фигуру целостно, «схватывает» и запоминает ее целиком, не анализируя ее свойства.  
**0-2** - зрительный анализ развит слабо.

**VIII. Тест «Классификация предметных картинок»** [2, с. 218-229].

**Цель:** оценка развития способности ребенка к обобщению.

**Материал:** карточки с изображениями предметов (см. Приложение 9.8.).

**Инструкция:**

1. Разложите перед ребенком заранее подготовленные карточки с изображением знакомых предметов (морковь, тетрадь, яблоко, лошадь, шкаф, заяц, девочка, огурец, корова, шапка-ушанка, стол, груша, доктор, ручка, карандаш, пальто, коза, платье, портфель, шляпа, кресло, лиса, мальчик, собака, медведь, белка, шарф, диван, кот, капуста, помидор, апельсин, трамвай, автобус, самосвал, елка).
2. Предложите ребенку внимательно рассмотреть все карточки и разложить их на группы по принципу - подходящее к подходящему.
3. После того, как ребенок разложит все карточки на группы, предложите ребенку назвать группы одним словом и объяснить, почему он объединил карточки в эти группы, чем они похожи.

4. После выполнения задания в свободной форме предложите ребенку разложить карточки на определенное количество групп:

- а) разделить предметы на 8 групп (овощи, фрукты, домашние животные, дикие животные, люди, мебель, одежда, школьные предметы);
- б) разделить предметы на 3 группы (растения, животные, предметы-вещи);
- в) разделить предметы на 2 группы (живое, неживое).

#### **Обработка результатов:**

1. По результатам выполнения теста проводится качественный анализ развития способности к обобщениям по трем основным показателям: а) выделение существенных признаков предметов; б) правильное объединение их в группы; в) название предметов одним обобщающим словом.

2. Уровень развития способности к обобщению определяется исходя из характеристик:

**Отсутствие обобщений** - не выделяет существенные признаки предметов одного класса, не может объединить их в группу, назвать обобщающим словом.

**Уровень простого синтеза** - правильно объединяет предметы, но назвать образованную группу правильно не может: либо перечисляет предметы, либо пересчитывает, называет их количество.

**Уровень наглядного обобщения** - правильно объединяет предметы, но не называет их обобщающим словом, вместо этого: а) подменяет название группы указанием на действие, которое производит этот предмет, или на то, что с ним можно делать («Это растет, а это бежит», «Из этого едят» и т.п.); б) заменяет название группы названием одного из предметов; в) называет материал, из которого сделаны предметы («Эти железные, а лошадь не из железа»).

**Уровень предварительного словесного обобщения** - правильно объединяет предметы, называет обобщающим словом, но при этом путает понятия или дает неточное название (например, вместо «птицы» говорит «животные»).

**Уровень полного словесного обобщения** - правильно объединяет и называет обобщающим словом.

#### **IX. Определение уровня развития произвольной регуляции деятельности («Графический диктант») [2, с. 244-252].**

**Цель:** оценка уровня развития произвольной регуляции деятельности.

**Материал:** образцы узоров для рисования (см. Приложение 9.9.)

#### **Инструкция:**

1. Расположите перед ребенком тетрадный лист в клеточку; предложите ребенку под диктовку начать рисовать первый узор из фигур; после того, как ребенок дважды правильно повторит последовательность фигур, выстраивающихся в узор, предложите ребенку самостоятельно продолжить рисовать узор до конца тетрадного листа.

2. После окончания рисования первого узора предложите ребенку повторить задание со вторым узором.

3. После рисования второго узора предложите ребенку рисовать третий узор с теми же условиями.

#### **Обработка результатов:**

1. Каждая часть узора оценивается отдельно в зависимости от степени соответствия заданному образцу; результаты выполнения трех заданий суммируются.

| Качество выполнения задания                                 | Балл |
|---|------|
| Узор полностью соответствует заданному                      | 2    |
| Узор похож на заданный, но есть ошибки и пропуски элементов | 1    |
| Задание не выполнено  | 0    |

2. Оценка части узора, нарисованного под диктовку взрослого, позволяет оценить сформированность умения ребенка работать по инструкции взрослого:

**5-6 баллов** - у ребенка достаточно сформирован навык работы по инструкции взрослого, он способен внимательно слушать педагога и точно выполнять его задания.

**3-4 балла** - данное учебно-важное качество сформировано недостаточно хорошо.

**0-2 балла** – низкий уровень развития. Чаще всего такой результат показывают дети, не имевшие опыта взаимодействия со взрослым в ситуации обучения, не имеющие навыка работы по пошаговой инструкции педагога.

3. Оценка части узора, продолженной ребенком самостоятельно, позволяет определить уровень развития действий самоконтроля и самооценки:

**4-6 баллов** – хороший уровень;



**1-3 балла** – средний уровень;

**0 баллов** – низкий уровень.

**Задания:**

**Задание 1.** По результатам методики «Ранжирование мотивов учения детей дошкольного возраста (для воспитателей)» выберите один, два или группу доминирующих в поведении ребенка мотивов; сформулируйте вывод о степени сформированности внутренней позиции школьника.

**Задание 2.** По результатам методики «Ранжирование мотивов учения детей дошкольного возраста (для родителей)» выберите один, два или группу доминирующих в поведении ребенка мотивов; сформулируйте вывод о степени сформированности внутренней позиции школьника; сравните результаты двух методик и сформулируйте общий вывод о сформированности внутренней позиции школьника у исследуемого ребенка.

**Задание 3.** По результатам методики «Раскрась картинку» оцените поведение ребенка, отнеся его к одной из четырех групп детей по способности понимать и принимать задачи взрослого; сформулируйте вывод об уровне развития у ребенка данной способности.

**Задание 4.** По результатам беседы и наблюдения за ребенком опишите недостатки, которые имеются у ребенка в уровне развития вводных навыков.

**Задание 5.** Оцените уровень сформированности графического навыка у ребенка, сформулировав вывод о степени соответствия параметров графического изображения заданному образцу.

**Задание 6.** По результатам выполнения теста на изучение слуховой вербальной памяти сформулируйте вывод об уровне развития вербальной памяти ребенка.

**Задание 7.** По результатам выполнения теста на развитие зрительного анализа оцените уровень развития способности осуществлять зрительный анализ фигур.

**Задание 8.** По результатам выполнения теста на классификацию предметных картинок оцените уровень развития способности ребенка к обобщению.

**Задание 9.** По результатам выполнения графического диктанта оцените уровень развития произвольной регуляции деятельности ребенка.

**Литература для подготовки:**

1. Лабораторный практикум по психологии человека. Часть 1. Диагностика познавательных способностей / Сост. Н.П. Ансимова, Е.Г. Заверткина, Н.Г. Рукавишникова. - Ярославль: Изд-во ЯГПУ, 2002. 64 с.

2. Нижегородцева Н.В., Шадриков В.Д. Психолого-педагогическая готовность ребенка к школе. – М.: ВЛАДОС, 2001. – 256 с.

**Выполнение заданий:**

**Задание 1.** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Задание 2.** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Задание 3.** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

---

---

**Задание 4.**

Речевые знания и умения - \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

---

---

---

Математические знания и представления - \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

---

---

---

Навыки учебной работы - \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

---

---

---

**Задание 5.** \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

---

---

---

**Задание 6.** \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

---

---

---

**Задание 7.** \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

---

---

---

**Задание 8.** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Задание 9.** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

### Самостоятельная 3.

#### Раздел 4. Готовность к школьному обучению

#### Тема 11. Структура диагностики к школьному обучению

#### Вопрос. Диагностика социальной готовности к обучению в школе

##### I. Диагностика отношения к себе.

###### Методики:

###### 1. Опросник Е.З. Басиной [1, с. 79-80].

**Цель:** анализ особенностей представлений ребенка о себе.

**Материал:** текст методики (см. Приложение 10.1.).

###### Инструкция:

1. Предложите ребенку ответить на пять вопросов, носящих открытый характер.
2. В случае затруднений с ответами, поясните или измените форму вопроса.

###### Обработка результатов:

1. В ходе обработки учитываются количественные и качественные показатели отношения ребенка к себе.
2. Оценив количество названных качеств, оцените широту представлений ребенка о себе.
3. Оценив количество качеств, характеризующих ребенка в различных видах деятельности и в различных ситуациях, оцените дифференцированность представлений о себе.
4. Оцените степень осознанности и критичности отношения к себе.
5. Оценке также подлежит соотношение реальных и идеальных представлений.

###### 2. Методика «Лесенка» [1, с. 80-82].

**Цель:** изучение особенностей самооценки и соотношения реального и идеального «Я»

**Материал:** нарисованная на бумаге лесенка с семью ступеньками (см. Приложение 10.2.)

###### Инструкция:

1. Перед началом выполнения задания объясните ребенку его содержание следующим образом: «Если всех детей рассадить на этой лестнице, то на трех верхних ступеньках окажутся хорошие дети: умные, добрые, сильные, послушные - чем выше, тем лучше (покажите: «хорошие», «очень хорошие», «самые хорошие»); на трех нижних ступеньках окажутся плохие дети - чем ниже, тем хуже («плохие», «очень плохие», «самые плохие»); на средней ступеньке дети не плохие и не хорошие; покажи, на какую ступеньку ты поставишь себя. Объясни почему».
2. После того как ребенок сделает пометку, спросите его: «Ты такой на самом деле или хотел бы быть таким? Пометь, какой ты на самом деле и каким хотел бы быть»; «покажи, на какую ступеньку тебя поставила бы мама (воспитательница, учительница)».
3. В ходе работы с ребенком используйте стандартный набор характеристик: «хороший - плохой», «добрый - злой», «умный - глупый», «сильный - слабый», «смелый - трусливый», «самый старательный - самый небрежный»; количество характеристик можно сократить.

###### Обработка результатов:

Оценив место, на которое ставит себя ребенок, и, ориентируясь на содержание типов самооценки, сформулируйте вывод об уровне самооценки: если ребенок ставит себя на среднюю ступеньку, это может говорить о том, что он либо не понял задание, либо не хочет его выполнять; дети с заниженной самооценкой из-за высокой тревожности и неуверенности в себе часто отказываются выполнять задание, на все вопросы отвечают: «Не знаю»; дети с задержкой развития не понимают и не принимают это задание, действуют наобум; неадекватно завышенная самооценка свойственна детям младшего и среднего дошкольного возраста: они не видят своих ошибок, не могут правильно оценить себя, свои поступки и действия.

Наиболее характерные особенности выполнения задания,  
свойственные детям разным типом самооценки

| Способ выполнения задания   | Тип самооценки                    |
|---|-----------------------------------|
| Не раздумывая, ставит себя на самую высокую ступеньку; считает, что мама и воспитатель оценивают его также; аргументируя свой выбор, ссылается на мнение взрослого: «Я хороший. Хороший и больше» | Неадекватно завышенная самооценка |

|   |                       |
|---|-----------------------|
| никакой, это мама так сказала».   |                       |
| После некоторых раздумий и колебаний ставит себя на самую высокую ступеньку, объясняя свои действия, называет какие-то свои недостатки и промахи, но объясняет их внешними, независящими от него, причинами, считает, что оценка взрослых в некоторых случаях может быть несколько ниже его собственной: «Я, конечно, хороший, но иногда ленюсь. Мама говорит, что я неаккуратный». | Завышенная самооценка |
| Обдумав задание, ставит себя на 2-ю или 3-ю ступеньку, объясняет свои действия, ссылаясь на реальные ситуации и достижения, считает, что оценка взрослого такая же либо несколько ниже.   | Адекватная самооценка |
| Ставит себя на нижние ступеньки, свой выбор не объясняет либо ссылается на мнение взрослого: «Мама так сказала».  | Заниженная самооценка |

### 3. Составление узоров различной степени сложности [1, с. 88-91].

**Цель:** определение уровня притязаний и потребности в достижении.

**Материал:** узоры различной степени сложности и карточки-образцы (см. Приложение 10.3.).

#### **Инструкция:**

1. Перед началом выполнения заданий дайте ребенку следующую инструкцию: «Сейчас мы будем составлять узоры. У меня три вида заданий: легкие, средней сложности и трудные. Если ты выберешь трудное задание и справишься с ним, получишь 5 баллов, если среднее - 4, если легкое - 3. Если ты выберешь задание и не справишься, получишь только 2 балла. Старайся набрать больше баллов. А теперь скажи, какое задание ты выбираешь». Покажите ребенку карточки, разложенные стопками: «Посмотрите на эти задания. Вот легкие, вот средней трудности, вот трудные. Выбирай то, с которым сможешь справиться».
2. После выбора уровня сложности заданий объясните ребенку, что из квадратиков с красной, белой и красно-белой раскраской необходимо составить узоры, нарисованные на карточках.
3. После выполнения задания скажите ребенку, справился он или нет; затем снова предложите сделать выбор; всего нужно выполнить 4 задания.
4. По ходу выполнения задания можете специально создавать ситуацию успеха или неудачи: оценивайте деятельность ребенка как неуспешную, ограничив время для выполнения задания или указывая на недостатки в работе, или оценивайте деятельность как успешную, предоставив больше времени на ее выполнение или незаметно оказав помощь ребенку, если он испытывает какие-то затруднения.

#### **Обработка результатов:**

1. По окончании работы определите число выполненных и невыполненных заданий в зависимости от степени их трудности;
2. Оценка уровня притязаний осуществляется исходя из разделения детей на 4 группы:

| Действия ребенка при выполнении задания  | Уровень притязаний   |
|--|--|
| 1. Выбирает после достижения успеха более сложные задания, а после неудачи - менее сложные.                              | <i>Адекватная реакция на успех и неудачу.</i><br>Уровень притязаний соответствует возможностям ребенка. Ему свойственно стремление к успеху.       |
| 2. Стремится выбирать более сложные задания, независимо от постигшей его неудачи и степени трудности предыдущих заданий. | <i>Неадекватная реакция на неудачу.</i><br>Уровень притязаний выше реальных возможностей ребенка. Ему свойственно стремление к успеху.             |
| 3. Всегда выбирает несложные задания, независимо от того, достигает успеха или нет.                                      | <i>Неадекватная реакция на успех.</i><br>Уровень притязаний ниже реальных возможностей ребенка. Ему свойственно стремление избегать неудач.        |
| 4. Достижение успеха и неудачи не влияют на выбор задания. Задания выбираются хаотично, независимо от их трудности.      | <i>Неадекватная реакция на успех и неудачу.</i><br>Уровень притязаний не сформирован. Такие действия характерны для детей более младшего возраста. |

## II. Диагностика отношений с родителями.

### 1. Опросник родительских отношений [1, с. 93-97].

**Авторы:** Варга А.Я., Столин В.В.

**Цель:** анализ особенностей семейного воспитания и отношения родителей к своему ребенку.

**Материал:** текст опросника, бланк ответов (см. Приложение 10.4.).

#### **Инструкция:**

1. Родителю предлагается ответить на 61 вопрос, касающийся его отношения к ребенку.
2. В бланке ответов при положительном ответе на вопрос, родитель должен проставить знак «+», при отрицательном – «-».

#### **Обработка результатов:**

1. Обработка производится в соответствии с ключом, где каждой шкале родительского отношения соответствуют определенные баллы.
2. При обработке результатов за положительный ответ присваивается 1 балл, за отрицательный – 0.

| Шкала                | Ответы  |
|----------------------|---|
| Принятие-отвержение  | 3, 6, 8, 10, 12, 14, 15, 16, 18, 20, 23, 24, 26, 27, 29, 37, 38, 39, 40, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 49, 51, 52, 53, 55, 56, 60 |
| Кооперация           | 24, 25, 31, 33, 34, 35, 36  |
| Симбиоз              | 1, 4, 7, 28, 32, 41, 58   |
| Контроль             | 2, 19, 30, 48, 50, 57, 59   |
| Отношение к неудачам | 5, 9, 11, 13, 17, 22, 54, 61  |

#### 3. Интерпретации подлежат высокие и низкие баллы по каждой шкале:

| Шкала                | Уровень (в баллах) |         |         |
|----------------------|--------------------|---------|---------|
|                      | Низкий             | Средний | Высокий |
| Принятие-отвержение  | 0-8                | 9-23    | 24-32   |
| Кооперация           | 0-2                | 3-6     | 7-8     |
| Симбиоз              | 0-2                | 3-5     | 6-7     |
| Контроль             | 0-2                | 3-5     | 6-7     |
| Отношение к неудачам | 0-2                | 3-6     | 7-8     |

4. Вывод об уровне выраженности той или иной шкалы осуществляется на основе содержательной интерпретации высоких и низких баллов (см. Приложение 10.4.)

### 2. Схема наблюдения за ребенком «Отношение ребенка к чужому взрослому» (для родителей и воспитателя) [1, с. 99-100].

**Цель:** выявление тревожных симптомов трудностей ребенка в общении со взрослыми.

**Материал:** текст методики, бланк ответов (см. Приложение 10.5.).

#### **Инструкция:**

1. Предложите родителю оценить особенности его общения со взрослыми.
2. При наличии в поведении ребенка той или иной характеристики отметьте в бланке ответов знаком «+» соответствующее утверждение.

#### **Обработка результатов:**

1. Если та или иная характеристика поведения присутствует у ребенка, она оценивается в 1 балл
2. Отношение ребенка к чужому взрослому может быть охарактеризовано следующим образом:

| Баллы | Особенности отношения к чужому взрослому  |
|-------|---|
| 10-7  | у ребенка серьезные трудности в общении, обусловленные негативными переживаниями по поводу контактов с чужим взрослым   |
| 4-6   | трудности в общении могут быть обусловлены не отношением к взрослому, а конкретной ситуацией (не отвечает на вопрос воспитателя из-за боязни, что другие дети будут над ним смеяться) или недостатками воспитания |
| 1-3   | скорее всего, это проявление некоторых индивидуальных особенностей ребенка, с которыми нужно познакомить учителя до начала школьного обучения   |

### III. Диагностика отношения к школе и учению.

**Стандартная беседа Т.А. Нежновой [1, с. 122-124].**

**Цель:** исследование внутренней позиции школьника и выявление характера ориентации на школьно-учебную действительность.

**Материал:** текст беседы, бланк ответов (см. Приложение 10.6.).

**Инструкция:**

1. Ребенку предлагается ответить на 5 вопросов, касающихся его отношения к школе и учебе.
2. На каждый вопрос возможны три варианта ответов – А, Б и В.
3. В бланке ответов отмечайте ответ ребенка, выбирая соответствующую ответу букву.

**Обработка результатов:**

1. Каждый вариант ответа (А, Б, В) отражает характер ориентации ребенка:  
А – ориентация на содержание учебной деятельности;  
Б – ориентация на внешние атрибуты учебной деятельности и школьной жизни;  
В – ориентация на внешкольные виды деятельности и условия.
2. Варианты ответа ребенка оцениваются в баллах: А – 2 балла, Б – 1 балл; В – 0 баллов; баллы суммируются и формулируется вывод об особенностях внутренней позиции школьника:

| Баллы | Особенности внутренней позиции школьника  |
|-------|---|
| 10-9  | школьно-учебная ориентация ребенка и положительное отношении к школе (внутренняя позиция школьника достаточно сформирована)       |
| 8-5   | преимущественный интерес ребенка к внешней атрибутике школьной жизни (начальная стадия формирования внутренней позиции школьника) |
| 4-0   | ребенок не проявляет интереса к школе (внутренняя позиция школьника не сформирована)  |

**Задания.**

**Задание 1.** Проанализировав ответы ребенка на вопросы методики Е.З. Басиной, оцените основные параметры самооотношения, предлагаемые автором.

**Задание 2.** На основании выполнения методики «Лесенка», сформулируйте вывод об уровне самооценки ребенка.

**Задание 3.** Проанализировав действия ребенка при выполнении заданий разной степени сложности, сформулируйте вывод, соответствует ли уровень притязаний реальным возможностям ребенка, адекватно или неадекватно он реагирует на успех или неудачу в работе.

**Задание 4.** Оцените уровень выраженности стилей детско-родительских отношений; сформулируйте общий вывод о характере детско-родительских отношений.

**Задание 5.** Сформулируйте вывод об особенностях отношения ребенка к чужому взрослому.

**Задание 6.** Сформулируйте вывод об уровне сформированности внутренней позиции школьника; также опишите наиболее характерные проявления этого уровня в жизни ребенка.

**Литература для подготовки:**

1. Нижегородцева Н.В., Шадриков В.Д. Психолого-педагогическая готовность ребенка к школе. – М.: ВЛАДОС, 2001. – 256 с.

**Выполнение заданий:**

**Задание 1.**

Широта представлений о себе – \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Дифференцированность представлений о себе – \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Осознанность и критичность отношения к себе – \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Особенности соотношения реальных и идеальных представлений – \_\_\_\_\_

---

---

---

---

**Задание 2.** \_\_\_\_\_

---

---

---

---

**Задание 3.** \_\_\_\_\_

---

---

---

---

**Задание 4.**

Принятие-отвержение - \_\_\_\_\_

---

---

---

---

Кооперация – \_\_\_\_\_

---

---

---

---

Симбиоз – \_\_\_\_\_

---

---

---

---

Контроль – \_\_\_\_\_

---

---

---

---

Отношение к неудачам ребенка – \_\_\_\_\_

---

---

---

---

**Задание 5.** \_\_\_\_\_

---

---

---

---

**Задание 6.** \_\_\_\_\_

---

---

---

---



---

---

---

---

---

## Самостоятельная 4.

### Раздел 4. Готовность к школьному обучению

#### Тема 12. Изучение эмоциональной и поведенческой сфер младшего школьника

##### Вопрос. Карта наблюдения Д. Стотта

###### Методика:

**Карта наблюдения Д. Стотта [1, с. 168-178; 2].**

**Цель:** изучение эмоциональной и поведенческой сфер ребенка; выявление таких симптомов, которые свидетельствуют о наличии эмоциональных проблем и отклонений в поведении ребенка.

###### Описание:

1. Карта наблюдения Д. Стотта включает 198 фрагментов фиксированных форм поведения, о наличии или отсутствии которых у ребенка должен судить наблюдатель, заполняющий карту; эти фрагменты сгруппированы в 16 синдромов:

1. Недоверие к новым людям, вещам, ситуациям
2. Депрессия
3. Уход в себя
4. Тревожность по отношению к взрослым
5. Враждебность по отношению к взрослым
6. Тревога по отношению к детям
7. Недостаток социальной нормативности (асоциальность)
8. Враждебность к детям
9. Неугомонность
10. Эмоциональное напряжение
11. Невротические симптомы
12. Неблагоприятные условия среды
13. Сексуальное развитие
14. Умственная отсталость
15. Болезни и органические нарушения
16. Физические дефекты

2. Подробное описание содержания каждого симптома представлено в рекомендованной литературе.

**Материал:** текст карты наблюдений, бланк ответов (см. Приложение 11).

###### Инструкция:

1. Педагогу предлагают регистрационный бланк, в котором он указывает фамилию, имя ребенка и дату заполнения; самостоятельно укажите точный возраст ребенка; в регистрационном бланке, заполняемом учителем (воспитателем), должны отсутствовать надписи «нарушения» и «неприспособленность», а также расшифровка синдромов; напротив каждого синдрома должна стоять римская цифра, соответствующая номеру синдрома в опросном листе.

2. В регистрационном бланке зачеркиваются те цифры, которые соответствуют формам поведения (фрагментам), наиболее характерным для данного ребенка; в бланке номера симптомов не всегда идут по порядку, их расположение зависит от значимости того или иного симптома для квалификации синдрома (данную подробность педагогу можно не уточнять).

3. Перед началом заполнения регистрационного бланка необходимо дать педагогу инструкцию: «Просим Вас принять участие в обследовании данного ребенка. Для этого Вам необходимо внимательно прочитать следующие утверждения. Если они характерны для ребенка, то в регистрационном бланке зачеркните клеточку с соответствующим номером. Если такое поведение не характерно для этого ребенка, то никаких пометок делать не надо. Для удобства Вашей работы и дальнейшей обработки результатов описания поведения разбиты на несколько блоков, поэтому в бланке ответов содержится несколько строк. Номер строки соответствует номеру в предлагаемой Вам карте наблюдения».

###### Обработка результатов.

1. В регистрационном бланке вертикальная черта отделяет более тяжелые нарушения (справа) от менее тяжелых (слева).

2. При подсчете результатов зачеркнутому симптому слева присваивается один балл, тогда как зачеркнутый симптом справа оценивается двумя баллами; подсчитывается сумма баллов по каждому синдрому и общий коэффициент дезадаптированности по сумме баллов по всем синдромам.

3. Структура заполненной карты может быть различной; интерпретировать результаты можно исходя из одного из четырех вариантов:

**1 вариант.**

Число выделенных фрагментов незначительно, они относятся к разным синдромам, большинство из них сосредоточено в левой части бланка - коэффициент дезадаптации незначительный (в целом не более 25 баллов), следовательно, развитие эмоционально-волевой сферы ребенка можно считать соответствующим норме.

**2 вариант.**

Число выделенных фрагментов незначительно, но большинство из них сосредоточено в правой части бланка, что свидетельствует о серьезных нарушениях поведения, при отсутствии какого-либо доминирующего синдрома. Особое внимание стоит уделить синдромам под номерами II - депрессия; III - уход в себя; V - враждебность по отношению к взрослым; VIII - враждебность к детям; X - эмоциональное напряжение; XI - невротические симптомы.

**3 вариант.**

Выделенные фрагменты сосредоточены в правой части бланка, что свидетельствует о серьезных нарушениях поведения, при этом выделяется какой-либо доминирующий синдром, который относится к одному из выше перечисленных.

**4 вариант.**

Число выделенных фрагментов достаточно большое, но все они сосредоточены в левой части бланка при отсутствии какого-либо доминирующего синдрома - если коэффициент дезадаптации превышает 25 баллов, то это свидетельствует о серьезности нарушения механизмов личностной адаптации; такой ребенок составляет группу риска, но, тем не менее, его развитие считается соответствующим норме.

**Задания.**

1. Подсчитайте уровень дезадаптированности по отдельным синдромам и общий уровень дезадаптированности ребенка; по результатам подсчета сформулируйте вывод о наиболее выраженных синдромах дезадаптированности.
2. Соотнесите полученные результаты с одним из четырех вариантов структуры заполненной карты и сформулируйте вывод об особенностях эмоциональной и поведенческой сфер ребенка.

**Литература для подготовки:**

1. Рабочая книга школьного психолога / И.В. Дубровина, М.К. Акимова, Е.М. Борисова и др.; под ред. И.В. Дубровиной. - М.: Просвещение, 1991. - 303 с.
2. Пакет психодиагностических методик для рабочего места педагога-психолога общеобразовательного учреждения. – Ярославль: Ресурс, 2009. – Выпуск 115. CD.

**Выполнение заданий:**

**Задание 1.**

| № синдрома | баллы | № синдрома | баллы | № синдрома | баллы | № синдрома | баллы |
|------------|-------|------------|-------|------------|-------|------------|-------|
| I          |       | V          |       | IX         |       | XIII       |       |
| II         |       | VI         |       | X          |       | XIV        |       |
| III        |       | VII        |       | XI         |       | XV         |       |
| IV         |       | VIII       |       | XII        |       | XVI        |       |

Общий уровень дезадаптированности - \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

**Задание 2.** \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

---

---

---

## Самостоятельная 5-7.

**Раздел 5.** Формирование психологических новообразований в младшем школьном возрасте  
**Тема 14.** Методы диагностики сформированности психологических новообразований младшего школьного возраста

### Методики:

#### 1. Тест «Исключение понятий» [3].

**Цель:** оценка способности обобщения, сформированности понятийного мышления ребенка, определение тех существенных для ребенка признаков понятий (предметов или явлений), которыми он пользуется для проведения обобщающих операций.

**Материал:** текст методики, бланк фиксации результатов (см. Приложение 12.1).

#### Инструкция:

1. Ребенку предъявляется набор слов по четыре слова в каждом; педагог объясняет ребенку, что он должен найти в каждом наборе слов лишнее, «неподходящее» слово и назвать его.
2. После того как ребенок назвал это слово, педагог просит ребенка объяснить по какому признаку (принципу) он это сделал, и подобрать ко всем остальным словам (понятиям) обобщающее слово.
3. В тех случаях, когда ребенок не понимает суть задач, педагог может ее объяснить на примере первой группы слов.
4. Если ребенок быстро справляется с заданием, можно продолжить обследование с наборами из пяти слов.

#### Обработка результатов:

1. В ходе выполнения ребенком задания фиксации подлежат следующие показатели:
  - а) сформированность операции обобщения;
  - б) характер ошибок при выделении обобщающих признаков;
  - в) характер и развернутость объяснений ребенка;
  - г) стиль деятельности ребенка.
  - д) уровень обобщающих операций в категориях: объединение по конкретному, конкретно-ситуативному, функциональному, понятийному или латентному признакам;
  - е) возможность ребенка оценить собственные суждения, его критичность к результатам собственной деятельности.
2. В бланке фиксации результатов отмечайте особенности развития способности обобщения ребенка.

#### 2. Тест «Выбор простых аналогий» [3].

**Цель:** выявление возможности установления логической связи между словами и понятиями.

**Материал:** текст методики, бланк фиксации результатов (см. Приложение 12.2).

#### Инструкция:

1. Ребенку предлагается бланк, на котором в левом столбце расположены пары слов, объединенные по аналогии друг с другом; в правом столбце над чертой расположено слово пары, а под чертой предлагается набор из пяти слов, одно из которых является вторым словом пары. Первое и второе слово пары также объединены друг с другом по аналогии.
2. От ребенка требуется, установив аналогию пары слов в левом столбце, выбрать в правом столбце под чертой то слово, которое по такой же аналогии связано со словом над чертой.
3. Перед тем, как ребенок приступит к выполнению задания, с ним желательно разобрать задачу на примере первой пары слов.

#### Обработка результатов:

1. В ходе выполнения ребенком задания помимо правильности его выполнения фиксируются следующие показатели:
  - а) возможность удержания инструкции и логики задания;
  - б) критичность ребенка к результатам своей деятельности;
  - в) доступность операций установления логических связей по аналогии в целом;
  - г) стратегию (-и) выделения ребенком логических связей и отношений между понятиями;
  - д) возможность зрительного анализа большого объема печатного материала;
  - е) наличие ответов импульсивного характера;
  - ж) инертность в выборе связей;
  - з) объем и характер необходимой помощи при обучении.

2. В бланке фиксации результатов отмечайте особенности развития способности установления логической связи между словами и понятиями.

### **3. Опросник «Мотивация учения и адаптация ребенка в школе» [2].**

**Автор:** Лусканова Н.Г.

**Цель:** оценка уровня школьной адаптации, степени овладения учебной деятельностью и удовлетворенности ею учащихся начальных классов.

**Материал:** текст методики, бланк фиксации результатов (см. Приложение 12.3.).

#### **Инструкция:**

1. Ребенку задается 10 вопросов, касающихся его школы, класса, учителя и школьных друзей.
2. Исходя из того, что ответы ребенка чаще будут носить открытый характер, фиксируйте содержание ответа, исходя из следующей шкалы:
  - отрицательный ответ - 0 баллов;
  - нейтральный ответ – 1;
  - положительный ответ - 3 балла.
3. В ситуации, когда ответ не является конкретным, задавайте ребенку уточняющие вопросы.

#### **Обработка результатов:**

1. Ответы ребенка на вопросы суммируются, и уровень школьной мотивации определяется исходя из следующей шкалы:
  - 25-30 - высокий уровень школьной адаптации;
  - 20-24 - средняя норма;
  - 15-19 - внешняя мотивация;
  - 10-14 - низкая школьная мотивация;
  - < 10 - негативное отношение к школе, школьная дезадаптация.
2. Помимо определения уровня школьной мотивации можно, исходя из ответов ребенка на конкретные вопросы, определить, какие составляющие внутренней позиции школьника не сформированы, нуждаются в коррекции, развитии и т.п.

### **4. Опросник «Направленность на приобретение знаний» [3].**

**Авторы:** Ильин Е.П., Курдюкова Н.А.

**Цель:** оценка уровня выраженности мотивации на приобретение знаний.

**Материал:** текст методики, бланк фиксации результатов (см. Приложение 12.4.).

#### **Инструкция:**

1. Ребенку предлагается набор утверждений, относящихся к особенностям его учебной деятельности.
2. Каждое утверждение предполагает один из двух вариантов ответа – «а» и «б».

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

1. За каждый ответ, соответствующий ключу, присваивается 1 балл.
2. О мотивации на приобретение знаний свидетельствуют ответы «а» и «б» на следующие вопросы:
  - ответы «а» - вопросы: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 9, 10, 11;
  - ответы «б» - вопросы: 7, 12.
3. О выраженной направленности на приобретение знаний свидетельствует сумма баллов от 7 до 12.

### **5. Опросник «Направленность на отметку» [3].**

**Автор:** Ильин Е.П., Курдюкова Н.А.

**Цель:** определение доминирующей мотивационной направленности учебной деятельности - на приобретение знаний или на отметку.

**Материал:** текст методики, бланк фиксации результатов (см. Приложение 12.5.).

#### **Инструкция:**

1. Ребенку предлагается набор вопросов, относящихся к особенностям его учебной деятельности.
2. На каждый вопрос ребенок должен ответить, соглашаясь (ответ «Да») или не соглашаясь (ответ «Нет») с наличием у него такой особенности.

#### **Обработка результатов:**

1. За каждый ответ, соответствующий ключу, присваивается 1 балл.
2. О мотивации на отметку свидетельствуют ответы «Да» и «Нет» на следующие вопросы:
  - ответы «Да» - вопросы: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9;
  - ответы «Нет» - вопросы: 10, 11, 12.

3. Чем больше ребенок получил баллов по методике, тем больше для него характерна мотивация на получение отметки.

4. С целью более дифференцированной оценки мотивационной направленности следует соотнести результаты, полученные в этой методике и в методике «Направленность на приобретение знаний».

## **6. Тест «Графический диктант» [3].**

**Автор:** Эльконин Д.Б..

**Цель:** оценка умения выполнять задания взрослого и возможности самостоятельно выполнить требуемое задание по зрительно воспринимаемому образцу.

**Материал:** примеры образцов (узоров) рисования линий (см. Приложение 12.6.).

### **Инструкция:**

1. Ребенку выдается тетрадный лист в клетку, в правом верхнем углу которого записывается фамилия и имя, дата проведения обследования. С левой стороны каждого листа, на расстоянии 4 клеток от левого края, ставятся три точки одна под другой (расстояние между ними по вертикали — 7 клеток).

2. Ребенку дается вводная инструкция: «Сейчас мы с тобой будем учиться рисовать разные узоры. Надо постараться, чтобы они получились красивыми и аккуратными. Для этого ты должен внимательно слушать меня - я буду говорить, в какую сторону и на сколько клеточек провести линию. Проводи только те линии, которые я буду диктовать. Когда прочертишь линию, жди, пока я не скажу, куда направить следующую. Каждую новую линию начинай там, где кончилась предыдущая, не отрывая карандаш от бумаги. Ты помнишь, где правая рука? Это та рука, в которой ты держишь карандаш. Вытяни ее в сторону. Видишь, она показывает на дверь (дается реальный ориентир, имеющийся в классе). Итак, когда я скажу, что надо провести линию направо, ты ее проводишь вот так - к двери (на доске, заранее расчерченной на клетки, проводится линия слева направо длиной в одну клетку). Это проведена линия на одну клетку вправо. А теперь я, не отрывая руки, провожу линию на две клетки вверх, а теперь — на три клетки направо». (Слова сопровождаются вычерчиванием линий на доске.)

3. После этого необходимо перейти к рисованию тренировочного узора, которое сопровождается инструкцией: «Начинаем рисовать первый узор. Поставь карандаш на самую верхнюю точку. Внимание! Рисуй линию: одна клетка вниз. Не отрывай карандаш от бумаги. Теперь одна клетка направо. Одна клетка вверх. Одна клетка направо. Одна клетка вниз. Одна клетка направо. Одна клетка вверх. Одна клетка направо. Одна клетка вниз. Дальше продолжай рисовать такой же узор сам». На самостоятельное продолжение узора дается 1,5-2 минуты. Ребенка следует предупредить, что не обязательно занимать всю ширину страницы. По окончании тренировочного узора нужно перейти к рисованию двух основных узоров.

4. Инструкция к первому основному узору: «Теперь поставь карандаш на следующую точку. Приготовились? Внимание! Одна клетка вверх. Одна клетка направо. Одна клетка вверх. Одна клетка направо. Одна клетка вниз. Одна клетка направо. Одна клетка вниз. Одна клетка направо. Одна клетка вверх. Одна клетка направо. А теперь сам продолжай рисовать этот узор. (Через некоторое время.) Все. Этот узор дальше рисовать не надо».

5. Инструкция ко второму основному узору: «Займемся последним узором. Поставь карандаш на следующую точку. Начинаю диктовать. Внимание! Три клетки вверх. Одна клетка направо. Две клетки вниз. Одна клетка направо. Две клетки вверх. Одна клетка направо. Три клетки вниз. Одна клетка направо. Две клетки вверх. Одна клетка направо. Две клетки вниз. Одна клетка направо. Три клетки вверх. Теперь сам продолжай рисовать этот узор».

### **Обработка результатов:**

1. При анализе результатов выполнения задания (анализируются только основные узоры) необходимо порознь оценить действия под диктовку и правильность самостоятельного продолжения узора. Первый показатель свидетельствует об умении внимательно слушать и четко выполнять указания взрослого, не отвлекаясь на посторонние раздражители, второй - о степени самостоятельности ребенка в учебной работе. И в том, и в другом случае ориентируются на следующие критерии оценивания:

1) *высокий уровень*: оба узора в целом соответствуют диктуемому; в одном из них встречаются отдельные ошибки;

2) *средний уровень*: оба узора частично соответствуют диктуемому (содержат ошибки) или один узор сделан безошибочно, а другой не соответствует диктуемому;

3) *уровень ниже среднего*: один узор частично соответствует диктуемому, другой - не соответствует;

4) *низкий уровень*: ни один из двух узоров не соответствует диктуемому.

2. Необходимо обратить особое внимание на детей-левшей, так как во вводной инструкции ребенку напоминают, что правая рука - это та, в которой он держит карандаш. Кроме того, некоторые будущие первоклассники путают не только правую и левую сторону, но также верх и низ листа бумаги, и не все умеют отсчитать одну, две или три клетки. В связи с этим не всегда представляется возможным установить причину некачественного выполнения задания, а именно: является ли причиной невнимательность ребенка или трудность восприятия на слух задания, а может быть, дело в том, что он не ориентируется в понятиях «лево - право», «верх - низ» и не умеет считать.

### 7. Тест «Корректурная проба» [1, с. 47-51].

**Автор:** Bourdon B.

**Цель:** оценка степени устойчивости внимания.

**Материал:** корректурная таблица (см. Приложение 12.7.).

#### **Инструкция:**

1. Ребенку предлагается бланк с корректурной таблицей, в которой построчно и беспорядочно расположены буквы русского алфавита.
2. Ребенок в течение 10 минут должен находить и зачеркивать в таблице буквы К, С, Е.
3. После истечения каждой минуты работы сообщайте ребенку об этом, а последний должен ставить вертикальную черту в том месте, на котором он закончил просматривать буквы.

#### **Обработка результатов:**

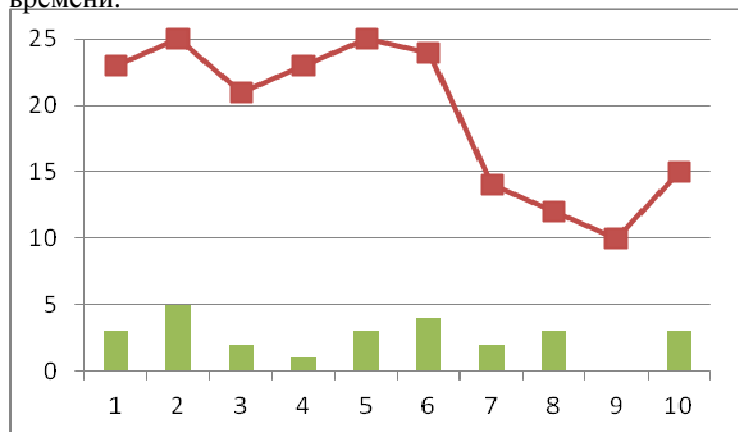
1. В ходе обработки результатов фиксируются два показателя:

- а) количество просмотренных знаков в минуту времени;
- б) количество ошибок в минуту времени (ошибка - пропущенные и неправильно зачеркнутые знаки).

2. Результаты заносятся в таблицу:

| Показатель          | Минуты |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|---------------------|--------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
|                     | 1      | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Просмотренные знаки |        |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
| Количество ошибок   |        |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

3. Анализ устойчивости внимания сопровождается построением графика, на котором кривая линия обозначает количество просмотренных знаков, а гистограмма – количество ошибок в минуту времени.



4. Исходя из данных графика интерпретируются следующие показатели:

- а) уровень устойчивости внимания;
- б) распределение ошибок по времени;
- в) работоспособность ребенка.

### 8. Методика диагностики самооценки [3].

**Авторы:** Dembo Т., Рубинштейн С.Я. (модификация Прихожан А.М.; вариант для младшей школы).

**Цель:** оценка уровня и содержания самооценки младших школьников.

**Материал:** бланк методики (см. Приложение 12.8.).

#### **Инструкция:**

1. Ребенку предлагается бланк с 8 вертикально расположенными линиями; сверху и снизу каждой линии указаны биполярные характеристики качеств личности:



а) здоровый - больной; б) аккуратный - неаккуратный; в) умелый - неумелый; г) умный - глупый; д) добрый - злой; е) есть друзья - нет друзей; ж) веселый - скучный; з) хороший ученик - плохой ученик; размер каждой линии строго определен и равен 100 мм.

2. Объясните ребенку, что эти линии позволяют оценить человека по уровню выраженности у него того или иного свойства; при этом с ребенком следует разобрать в качестве примера какое-либо свойство человека, поясняя тем самым условия и правила выполнения им методики.

3. После того, как ребенок понял условия задачи дается общая инструкция: «Посмотри на первую линию. Она поможет тебе рассказать о своем здоровье. Наверху находятся самые здоровые, а в самом низу - очень больные. А как ты оцениваешь свое здоровье? Где поставишь свой крестик? Теперь ты научился оценивать себя с помощью линий. Посмотри теперь на вторую линию. В самом верху написано «аккуратный», внизу - «неаккуратный». На самом верху этой линии крестик ставят самые аккуратные ребята, у которых в тетради никогда не бывает даже помарки, даже пятнышка. А в самом низу - ужасные неряхи, самые неаккуратные. Где находишься ты? Посмотри внимательно на свой листок и поставь свой крестик».

#### **Обработка результатов:**

1. Помня, что размер каждой линии равен 100 мм, необходимо перевести полученные результаты в баллы, соответствующие отмеченному ребенком уровню выраженности у него каждого качества; оценке подлежат все характеристики самооценки, кроме первой «здоровый - больной».

2. В ходе обработки результатов проводится анализ отдельных показателей и общего уровня самооценки:

а) *показатели*: высота самооценки в мм/баллах отражает уровень самооценки каждой характеристики;

б) *общий уровень*: подсчет медианы семи показателей самооценки дает показатель общего уровня самооценки.

3. Также оцените дифференцированность самооценки, подсчитав вариативность, и сравнив ее со средним показателем всего класса.

4. После обработки полученных результатов баллы по каждой шкале соотносятся с нормативными показателями самооценки, представленными в таблице:

**Показатели уровня самооценки**

| Группы испытуемых | Низкий | Норма   |         | Очень высокий |
|-------------------|--------|---------|---------|---------------|
|                   |        | Средний | Высокий |               |
| Девочки           | 0-60   | 61-80   | 81-92   | 92-100        |
| Мальчики          | 0-52   | 53-67   | 68-89   | 90-100        |

#### **9. «Тест на развитие самоконтроля» [3].**

**Авторы:** Нижегородцева Н.В., Шадриков В.Д.

**Цель:** оценка сформированности способности обращать внимание на содержание собственных действий, способность к оценке результатов этих действий и своих возможностей.

**Материал:** картинки с изображением сверстников ребенка в ситуациях неуспеха в деятельности (см. Приложение 12.9.).

#### **Инструкция:**

1. Перед ребенком поочередно выкладываются четыре картинки, на которых изображены его сверстники в ситуациях неуспеха в деятельности.

а) на 1 картинке изображено, как девочка берет лейку, хочет полить цветы, но не может ее поднять;

б) на 2 картинке нарисована скамейка, через которую прыгает мальчик, но видно, что он зацепился и падает;

в) на 3 картинке девочка собирается качаться на качелях, но никак не может забраться на них;

г) на 4 картинке нарисован мальчик на склоне снежной горы со сломанной лыжей.

2. Ребенок должен объяснить, что нарисовано (если ситуация понята ребенком неправильно, взрослый дает необходимые разъяснения), объяснить причину неудач детей, изображенных на картинках, и предложить свои варианты решения практической задачи.

#### **Обработка результатов:**

1. Все оценки ребенком предлагаемых ситуаций могут быть в итоге сведены к трем вариантам ответа. Каждый вариант отражает ту или иную степень сформированности самоконтроля ребенка, а также его самооценочных суждений:

*1 вариант:* если ребенок объясняет, что причина неудач в лейке, скамейке, качелях, горке, т.е. неудачи происходили по не зависящим от персонажей причинам, значит, он еще не научился оценивать себя и контролировать свои действия; скорее всего, столкнувшись с неудачей, он бросит начатое дело и займется чем-нибудь другим.

*2 вариант:* если ребенок видит причину события в самих персонажах и предлагает им потренироваться, подрасти, набраться сил, позвать на помощь, значит, у него хорошая способность к самооценке и самоконтролю.

*3 вариант:* когда ребенок видит причину неудач и в персонаже, и в объекте, это говорит еще и о хорошей способности к разностороннему анализу ситуации.

2. Важно отметить, что второй и третий варианты ответов свойственны детям, прошедшим кризис 7 лет и способным более правильно (адекватно) оценивать себя и контролировать свою деятельность; первый вариант ответа - типично «дошкольный», как правило, сочетается с неадекватно завышенной самооценкой, с неумением контролировать и оценивать себя.

### **Задания.**

1. По результатам выполнения теста «Исключение понятий» оцените и сформулируйте вывод об уровне сформированности способности обобщения и понятийного мышления ребенка.

2. По результатам выполнения теста «Выбор простых аналогий» оцените и сформулируйте вывод об уровне развития способности установления логической связи между словами и понятиями.

3. Оцените уровень школьной мотивации ребенка и сформулируйте вывод о том, какие составляющие внутренней позиции школьника не сформированы, нуждаются в коррекции, развитии.

4. Оцените и сформулируйте вывод об уровне выраженности мотивации на приобретение знаний.

5. Оцените уровень выраженности мотивации на приобретение знаний у ребенка; сформулируйте вывод о характере мотивационной направленности, обобщив результаты методик «Направленность на приобретение знаний» и «Направленность на отметку».

6. Оцените уровень развития способности ребенка выполнять задания под диктовку и самостоятельно продолжать узор; сформулируйте вывод о развитии диагностируемых умений по отдельности.

7. Оцените и сформулируйте вывод об особенностях а) уровня устойчивости внимания; б) распределении ошибок по времени; в) работоспособности ребенка; постройте линейный график и гистограмму по образцу.

8. Подсчитав медиану (Me) семи показателей самооценки, сформулируйте вывод об общем уровне самооценки ребенка; оцените дифференцированность самооценки, подсчитав вариативность, и сравнив ее со средним показателем всего класса; сформулируйте вывод о соответствии самооценки ребенка нормативному показателю.

9. Оцените и сформулируйте вывод о сформированности способности обращать внимание на содержание собственных действий, способность к оценке результатов этих действий и своих возможностей.

### **Литература для подготовки:**

1. Лабораторный практикум по психологии человека. Часть 1. Диагностика познавательных способностей (Методические рекомендации) / Сост. Н.П. Ансимова, Е.Г. Заверткина, Н.Г. Рукавишникова. - Ярославль: Изд-во ЯГПУ, 2002. - 64 с.

2. Лусканова Н.Г. Методы исследования детей с трудностями в обучении. - М.: Фолиум, 1993. – 30 с.

3. Пакет психодиагностических методик для рабочего места педагога-психолога общеобразовательного учреждения. – Ярославль: Ресурс, 2009. – Выпуск 115. CD.

### **Выполнение заданий:**

**Задание 1.** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Задание 2.** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

---

**Задание 3.** \_\_\_\_\_

---

---

---

---

**Задание 4.** \_\_\_\_\_

---

---

---

---

**Задание 5.** \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

---

**Задание 6.** \_\_\_\_\_

---

---

---

---

**Задание 7а.** \_\_\_\_\_

---

---

**Задание 7б.** \_\_\_\_\_

---

---

**Задание 7в.** \_\_\_\_\_

---

---

**Задание 8.**

Me = \_\_\_\_\_

Cv = \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

---

**Задание 9.** \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

## **VII. Учебно-методическое обеспечение зачета**

### **Требования к зачету**

#### **I. Общие требования.**

1. Условием успешной сдачи зачета по дисциплине «Психология адаптивного и дезадаптивного поведения» является полное выполнение всех практических заданий и самостоятельной работы.
2. В случае невыполнения какого-либо задания студент отвечает на вопрос, относящийся к нему на зачете.
3. На зачете в форме ответов на вопросы студенту предлагается ответить на два вопроса из предложенного списка, а также на вопросы, отражающие содержание невыполненных заданий.

#### **II. Вопросы к зачету.**

1. Понятие адаптации в философии, биологии и психологии.
2. Психологические и психофизиологические исследования адаптации.
3. Специфика адаптация личности в условиях практической деятельности.
4. Понятие социальной адаптации. Фрустрация как показатель дезадаптации.
5. Жизненный путь личности и типичные ситуации, требующие активной адаптации.
6. Адаптации в условиях начального школьного обучения.
7. Адаптации в условиях среднего школьного обучения.
8. Адаптации в условиях учебно-профессионального обучения.
9. Содержание готовности к школьному обучению.
10. Структура психологической готовности к школьному обучению.
11. Структура диагностики к школьному обучению.
12. Изучение эмоциональной и поведенческой сфер младшего школьника.
13. Психологические новообразования младшего школьного возраста.
14. Методы диагностики сформированности психологических новообразований младшего школьного возраста.
15. Копинг-поведение в стрессовых ситуациях (CISS).
16. Адаптационная значимость стратегий копинг-поведения (Тест Хейма).
17. Способы преодоления трудностей в различных сферах психической деятельности (WCQ; SACS).
18. Исследование социально-психологической адаптации.
19. Исследование стрессоустойчивости личности.
20. Измерение нервно-психической устойчивости личности.
21. Особенности эмоциональной сферы в процессе адаптации.
22. Психологическая готовность к обучению в школе.
23. Эмоциональная и поведенческая сферы младшего школьника.
24. Развитие и профилактика физиологической готовности к обучению в школе.
25. Диагностика социальной готовности к обучению в школе.
26. Диагностика сформированности психологических новообразований в младшем школьном возрасте.

### VIII. Рекомендуемая литература

1. Абрамова Г.С. Возрастная психология / - 4-е изд., стереотип. - М.: Академия, 1999. - 672 с.
2. Азарова Т.В. Афанасьева Е.И. Битянова М.Р. Работа психолога в начальной школе / Изд. 2-е. - М.: Генезис, 2001. - 352 с.
3. Ансимова Н.П., Кузнецова И.В. Профорентация, профотбор и профессиональная адаптация молодежи. - Ярославль, 2000. - 119 с.
4. Белан Е.А. Психология совладающего поведения. - Краснодар: Кубан. гос. ун-т, 2004. - 82 с.
5. Березин Ф.Б. Психология и психофизиологическая адаптация человека. Л.: Наука, 1988. - 270 с.
6. Битянова М.Р. Адаптация ребенка к школе: диагностика, коррекция, педагогическая поддержка. - М.: Совершенство, 1997. - 120 с.
7. Битянова М.Р. Организация психологической работы в школе. - М.: Генезис, 2000. - 298 с.
8. Блейхер В.М., Крук И.В. Толковый словарь психиатрических терминов: Ок. 3000 терминов; под ред. С.Н. Бокова. - Воронеж: НПО «МОДЭК», 1995 - 638 с.
9. Большой психологический словарь / под ред. Б.Г. Мещерякова, В.П. Зинченко; 3-е изд., доп. и перераб. - СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2007. - 672 с.
10. Витцлак Г. Бранденбургская модель школьной адаптации // Мир психологии. - 1998. - №1. - С. 206-218.
11. Водопьянова Н.Е. Психодиагностика стресса. - СПб.: Питер, 2009 - 336 с.
12. Дубровина И.В., Акимова М.К., Борисова Е.М. Рабочая книга школьного психолога / Под ред. И.В. Дубровиной. - М.: Просвещение, 1991. - 303 с.
13. Ерьсько Д.Б., Исурина Г.Л., Кайдановская Е.В. Алекситимия и методы ее определения при пограничных психосоматических расстройствах. - СПб.: Психоневрологический ин-т им. В.М. Бехтерева, 1994. - 17 с.
14. Заваденко Н.Н. Школьная дезадаптация: психоневрологические и нейропсихологические исследования // Вопросы психологии. - 1999. - №4. - С. 21-28.
15. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. - СПб.: Питер, 2001. - 749 с.
16. Каган В.Е. Психогенные формы школьной дезадаптации // Вопросы психологии. - 1984. - №4. - С. 89-96.
17. Карпов А.В., Орел В.Е., Тернопол В.Я. Психология профессиональной адаптации. - Ярославль: Аверс-Пресс, 2003. - 161 с.
18. Кондаков И.М. Психология. Иллюстрированный словарь: более 600 иллюстраций и 1700 статей. - СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК; М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2003. - 508 с.
19. Крюкова Т.Л., Куфтяк Е.В. Опросник способов совладания (адаптация методики WCQ) // Журнал практического психолога. - 2007. - № 3. - С. 93-112.
20. Крюкова Т.Л. Методы изучения совладающего поведения: три копинг-шкалы. - Кострома: Авантитул, 2007. - 60 с.
21. Крюкова Т.Л. Психология совладающего поведения. - Кострома: Авантитул, 2004. - 344 с.
22. Крюкова Т.Л. Психология совладающего поведения в разные периоды жизни. - Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова, 2010 - 294 с.
23. Крюкова Т.Л., Сапоровская М.В., Куфтяк Е.В. Психология семьи: жизненные трудности и совладание с ними. - СПб.: Речь, 2005. - 240 с.
24. Лабораторный практикум по психологии человека. Часть 1. Диагностика познавательных способностей / Сост. Н.П. Ансимова, Е.Г. Заверткина, Н.Г. Рукавишникова. - Ярославль: Изд-во ЯГПУ, 2002. - 64 с.
25. Лусканова Н.Г. Методы исследования детей с трудностями в обучении. - М.: Фолиум, 1993. - 30 с.
26. Мантрова И.Н. Методическое руководство по психофизиологической и психологической диагностике. - Иваново: ООО «Нейрософт», 2007. - 216 с.
27. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество / 4-е изд., стереотип. - М.: Академия, 1999. - 456 с.
28. Набиуллина Р.Р., Тухтарова И.В. Механизмы психологической защиты и совладания со стрессом (определение, структура, функции, виды, психотерапевтическая коррекция). - Казань: ИП Тухтаров В.Н., 2003. - 99 с.
29. Наследов А.Д. Математические методы психологического исследования. Анализ и интерпретация данных. - СПб.: Речь, 2004. - 392 с.
30. Нижегородцева Н.В. Системогенетический анализ готовности к обучению. - Ярославль: Аверс-Пресс, 2004. - 338 с.

31. Нижегородцева Н.В., Шадриков В.Д. Психолого-педагогическая готовность ребенка к школе. – М.: Владос, 2001. – 256 с.
32. Обухова Л.Ф. Детская (возрастная) психология. - М.: Российское педагогическое агентство, 1996. - 374 с.
33. Пакет психодиагностических методик для рабочего места педагога-психолога общеобразовательного учреждения. – Ярославль: Ресурс, 2009. – Выпуск 115. CD.
34. Петунс О.В. Анализ исследований совладающего поведения личности в психологической науке. - М. - :СГИ, 2006. - 38 с.
35. Практикум по психологии менеджмента и профессиональной деятельности / под ред. Г.С. Никифорова, М.А. Дмитриевой, В.М. Снеткова. – СПб.: Речь, 2001. – 444 с.
36. Психодиагностика персонала. Методика и тесты / сост. Райгородский Д.Я.; в 2 тт. – Т.2 – Самара: Бахрах-М, 2007. – 560 с.
37. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми / И.В. Дубровина, А.Д. Андреева, Е.Е. Данилова, Т.В. Вохмянина / Под ред. И.В. Дубровиной. – М.: Академия, 1998. - 160 с.
38. Рабочая книга школьного психолога / И.В. Дубровина, М.К. Акимова, Е.М. Борисова и др.; под ред. И.В. Дубровиной. - М.: Просвещение, 1991. - 303 с.
39. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога. – М.: ВЛАДОС, 1999. – 384 с.
40. Ромм М.В. Адаптация личности в социуме: Теоретико-методологический аспект. - Новосибирск: Наука, 2002. – 272 с.
41. Совладающее поведение. Современное состояние и перспективы / Под редакцией А.Л. Журавлева, Т.Л. Крюковой, Е.А. Сергиенко. – М.: Институт психологии РАН, 2008. – 480 с.
42. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. - М.: Изд-во Института Психотерапии, 2002. - 490 с.
43. Шутценбергер А.А. Тяжелобольной пациент (15-летний опыт применения психодрамы для лечения рака) // Вопросы психологии. – 1990. - №5. – С. 94-106.
44. Эльконин Б.Д. Введение в психологию развития (в традиции культурно-исторической теории Л.С. Выготского). - М.: Тривола, 1994. - 168 с.

## IX. Приложения.

### Приложение 1.

#### Практическая 1-2

**Раздел 1.** Проблема адаптации в психологии и других гуманитарных науках

**Тема 2.** Психологические и психофизиологические исследования адаптации

**Вопрос.** Методы исследования копинг-поведения

#### Бланк опросника «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях»

**Инструкция.** Ниже приводятся возможные реакции человека на различные трудные, огорчающие или стрессовые ситуации. Укажите, как часто вы ведете себя подобным образом в трудной стрессовой ситуации. Для этого в бланке ответов выберите один из 5 вариантов ответа:

1 – никогда; 2 – редко; 3 – иногда; 4 - чаще всего; 5 - очень часто

1. Стараюсь тщательно распределить свое время.
2. Сосредоточиваюсь на проблеме и думаю, как ее можно решить.
3. Думаю о чем-то хорошем, что было в моей жизни.
4. Стараюсь быть на людях.
5. Виню себя за нерешительность.
6. Делаю то, что считаю самым подходящим в данной ситуации.
7. Погружаюсь в свою боль и страдания.
8. Виню себя за то, что оказался в данной ситуации.
9. Хожу по магазинам, ничего не покупая.
10. Думаю о том, что для меня самое главное.
11. Стараюсь больше спать.
12. Балую себя любимой едой.
13. Переживаю, что не могу справиться с ситуацией.
14. Испытываю нервное напряжение.
15. Вспоминаю, как я решал аналогичные проблемы раньше.
16. Говорю себе, что это происходит не со мной.
17. Виню себя за слишком эмоциональное отношение к ситуации.
18. Иду куда-нибудь перекусить или пообедать.
19. Испытываю эмоциональный шок.
20. Покупаю себе какую-нибудь вещь.
21. Определяю курс действий и придерживаюсь его.
22. Обвиняю себя за то, что не знаю, как поступить.
23. Иду на вечеринку.
24. Стараюсь вникнуть в ситуацию.
25. Застываю, «замораживаюсь», и не знаю, что делать.
26. Немедленно предпринимаю меры, чтобы исправить ситуацию.
27. Обдумываю случившееся или свое отношение к случившемуся.
28. Жалею, что не могу изменить случившегося или свое отношение к случившемуся.
29. Иду в гости к другу.
30. Беспokoюсь о том, что я буду делать.
31. Провожу время с дорогим человеком.
32. Иду на прогулку.
33. Говорю себе, что это никогда не случится вновь.
34. Сосредоточиваюсь на своих общих недостатках.
35. Разговариваю с тем, чей совет я особенно ценю.
36. Анализирую проблему, прежде чем реагировать на нее.
37. Звоню другу.
38. Испытываю раздражение.
39. Решаю, что теперь важнее всего делать.
40. Смотрю кинофильм.
41. Контролирую ситуацию.
42. Прилагаю дополнительные усилия, чтобы все сделать.

43. Разрабатываю несколько различных решений проблемы.
44. Беру отпуск или отгул, отдаляюсь от ситуации.
45. Отыгрываюсь на других.
46. Использую ситуацию, чтобы доказать, что я могу сделать это.
47. Стараюсь собраться, чтобы выйти победителем из ситуации.
48. Смотрю телевизор.

### Бланк ответов к опроснику CISS

1 – никогда; 2 – редко; 3 – иногда; 4 - чаще всего; 5 - очень часто

|     |             |               |
|-----|-------------|---------------|
| ФИО | пол (м / ж) | возраст (лет) |
|-----|-------------|---------------|

| №  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | №  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | №  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|----|---|---|---|---|---|----|---|---|---|---|---|----|---|---|---|---|---|
| 1  |   |   |   |   |   | 17 |   |   |   |   |   | 33 |   |   |   |   |   |
| 2  |   |   |   |   |   | 18 |   |   |   |   |   | 34 |   |   |   |   |   |
| 3  |   |   |   |   |   | 19 |   |   |   |   |   | 35 |   |   |   |   |   |
| 4  |   |   |   |   |   | 20 |   |   |   |   |   | 36 |   |   |   |   |   |
| 5  |   |   |   |   |   | 21 |   |   |   |   |   | 37 |   |   |   |   |   |
| 6  |   |   |   |   |   | 22 |   |   |   |   |   | 38 |   |   |   |   |   |
| 7  |   |   |   |   |   | 23 |   |   |   |   |   | 39 |   |   |   |   |   |
| 8  |   |   |   |   |   | 24 |   |   |   |   |   | 40 |   |   |   |   |   |
| 9  |   |   |   |   |   | 25 |   |   |   |   |   | 41 |   |   |   |   |   |
| 10 |   |   |   |   |   | 26 |   |   |   |   |   | 42 |   |   |   |   |   |
| 11 |   |   |   |   |   | 27 |   |   |   |   |   | 43 |   |   |   |   |   |
| 12 |   |   |   |   |   | 28 |   |   |   |   |   | 44 |   |   |   |   |   |
| 13 |   |   |   |   |   | 29 |   |   |   |   |   | 45 |   |   |   |   |   |
| 14 |   |   |   |   |   | 30 |   |   |   |   |   | 46 |   |   |   |   |   |
| 15 |   |   |   |   |   | 31 |   |   |   |   |   | 47 |   |   |   |   |   |
| 16 |   |   |   |   |   | 32 |   |   |   |   |   | 48 |   |   |   |   |   |



## Приложение 2.

### Практическая 1-2

**Раздел 1.** Проблема адаптации в психологии и других гуманитарных науках

**Тема 2.** Психологические и психофизиологические исследования адаптации

**Вопрос.** Методы исследования копинг-поведения

### Текст опросника Хейма

#### Инструкция:

Вам предложены утверждения, касающиеся особенностей Вашего поведения. Вспомните, каким образом Вы чаще всего разрешаете трудные и стрессовые ситуации и ситуации высокого эмоционального напряжения. Обведите тот номер, который Вам подходит. В каждом разделе утверждений необходимо выбрать только один вариант, при помощи которого Вы разрешаете свои трудности.

#### Утверждения:

##### Форма А

1. «Говорю себе: в данный момент есть что-то важнее, чем трудности».
2. «Говорю себе: это судьба, нужно с этим смириться».
3. «Это несущественные трудности, не все так плохо, в основном все хорошо».
4. «Я не теряю самообладания и контроля над собой в тяжелые минуты и стараюсь никому не показывать своего состояния».
5. «Я стараюсь проанализировать, все взвесить и объяснить себе, что же случилось».
6. «Я говорю себе: по сравнению с проблемами других людей мои – это пустяк».
7. «Если что-то случилось, то так угодно Богу».
8. «Я не знаю, что делать и мне временами кажется, что мне не выпутаться из этих трудностей».
9. «Я придаю своим трудностям особый смысл, преодолевая их, я совершенствуюсь сам».
10. «В данное время я полностью не могу справиться с этими трудностями, но со временем смогу справиться и с ними, и с более сложными».

##### Форма Б

1. «Я всегда глубоко возмущен несправедливостью судьбы ко мне и протестую».
2. «Я впадаю в отчаяние, я рыдаю и плачу».
3. «Я подавляю эмоции в себе».
4. «Я всегда уверен, что есть выход из трудной ситуации».
5. «Я доверяю преодолению своих трудностей другим людям, которые готовы помочь мне».
6. «Я впадаю в состояние безнадежности».
7. «Я считаю себя виноватым и получаю по заслугам».
8. «Я впадаю в бешенство, становлюсь агрессивным».

##### Форма В

1. «Я погружаюсь в любимое дело, стараясь забыть о трудностях».
2. «Я стараюсь помочь людям и в заботах о них забываю о своих горестях».
3. «Стараюсь не думать, всячески избегаю сосредотачиваться на своих неприятностях».
4. «Стараюсь отвлечься и расслабиться (с помощью алкоголя, успокоительных средств, вкусной еды и т.п.)».
5. «Чтобы пережить трудности, я берусь за осуществление давней мечты (еду путешествовать, поступаю на курсы иностранного языка и т. п.)».
6. «Я изолируюсь, стараюсь остаться наедине с собой».
7. «Я использую сотрудничество со значимыми мне людьми для преодоления трудностей».
8. «Я обычно ищу людей, способных помочь мне советом».

#### Бланк ответов к опроснику Хейма

В каждой форме нужно выбрать только одно (1) утверждение

| ФОРМА А |                |       | ФОРМА Б |               |       | ФОРМА В |               |       |
|---------|----------------|-------|---------|---------------|-------|---------|---------------|-------|
| №       | Утверждения    | Выбор | №       | Утверждения   | Выбор | №       | Утверждения   | Выбор |
| 1       | Утверждение 1  |       | 1       | Утверждение 1 |       | 1       | Утверждение 1 |       |
| 2       | Утверждение 2  |       | 2       | Утверждение 2 |       | 2       | Утверждение 2 |       |
| 3       | Утверждение 3  |       | 3       | Утверждение 3 |       | 3       | Утверждение 3 |       |
| 4       | Утверждение 4  |       | 4       | Утверждение 4 |       | 4       | Утверждение 4 |       |
| 5       | Утверждение 5  |       | 5       | Утверждение 5 |       | 5       | Утверждение 5 |       |
| 6       | Утверждение 6  |       | 6       | Утверждение 6 |       | 6       | Утверждение 6 |       |
| 7       | Утверждение 7  |       | 7       | Утверждение 7 |       | 7       | Утверждение 7 |       |
| 8       | Утверждение 8  |       | 8       | Утверждение 8 |       | 8       | Утверждение 8 |       |
| 9       | Утверждение 9  |       |         |               |       |         |               |       |
| 10      | Утверждение 10 |       |         |               |       |         |               |       |

**Виды и типы копинг-стратегий**  
**Форма А (когнитивные копинг-стратегии)**

| № утверждения | Тип копинг-стратегии           | Уровень адаптированности |
|---------------|--------------------------------|--------------------------|
| 1             | Игнорирование                  | Н                        |
| 2             | Смирение                       | Н                        |
| 3             | Диссимуляция                   | Н                        |
| 4             | Сохранение самообладания       | А                        |
| 5             | Проблемный анализ              | А                        |
| 6             | Относительность                | О                        |
| 7             | Религиозность                  | О                        |
| 8             | Растерянность                  | Н                        |
| 9             | Придача смысла                 | О                        |
| 10            | Установка собственной ценности | А                        |

**Форма Б (эмоциональные копинг-стратегии)**

| № утверждения | Тип копинг-стратегии   | Уровень адаптированности |
|---------------|------------------------|--------------------------|
| 1             | Протест                | А                        |
| 2             | Эмоциональная разрядка | О                        |
| 3             | Подавление Эмоций      | Н                        |
| 4             | Оптимизм               | А                        |
| 5             | Пассивная кооперация   | О                        |
| 6             | Покорность             | Н                        |
| 7             | Самообвинение          | Н                        |
| 8             | Агрессивность          | Н                        |

**Форма В (поведенческие копинг-стратегии)**

| № утверждения | Тип копинг-стратегии | Уровень адаптированности |
|---------------|----------------------|--------------------------|
|---------------|----------------------|--------------------------|

|   |                           |   |
|---|---------------------------|---|
| 1 | Отвлечение                | О |
| 2 | Альтруизм                 | А |
| 3 | Активное избегание        | Н |
| 4 | Компенсация               | О |
| 5 | Конструктивная активность | О |
| 6 | Отступление               | Н |
| 7 | Сотрудничество            | А |
| 8 | Обращение                 | А |

### Приложение 3.

#### Практическая 3-4.

**Раздел 1.** Проблема адаптации в психологии и других гуманитарных науках

**Тема 2.** Психологические и психофизиологические исследования адаптации

**Вопрос.** Методы исследования копинг-поведения

#### Текст опросника о способах копинга (Копинг-тест Лазаруса)

**Инструкция:** оцените, насколько часто вы использовали предлагающиеся способы поведения в трудных ситуациях.

Выберите один из 4 вариантов ответа: **0** – никогда; **1** – редко; **2** – иногда; **3** – часто.

#### «Оказавшись в трудной ситуации, я ...»

1. ...сосредотачивался на том, что мне нужно было делать дальше - на следующем шаге.
2. ...начинал что-то делать, зная, что это все равно не будет работать, главное - делать хоть что-нибудь.
3. ...пытался склонить вышестоящих к тому, чтобы они изменили свое мнение.
4. ...говорил с другими, чтобы больше узнать о ситуации.
5. ...критиковал и укорял себя.
6. ...пытался не сжигать за собой мосты, оставляя все, как оно есть.
7. ...надеялся на чудо.
8. ...смирялся с судьбой: бывает, что мне не везет.
9. ...вел себя, как будто ничего не произошло.
10. ...старался не показывать своих чувств.
11. ...пытался увидеть в ситуации что-то положительное.
12. ...спал больше обычного.
13. ...срывал свою досаду на тех, кто навлек на меня проблемы.
14. ...искал сочувствия и понимания у кого-нибудь.
15. ...во мне возникла потребность выразить себя творчески.
16. ...пытался забыть все это.
17. ...обращался за помощью к специалистам.
18. ...менялся или рос как личность в положительную сторону.
19. ...извинялся или старался все заглаживать.
20. ...составлял план действия.
21. ...старался дать какой-то выход своим чувствам.
22. ...понимал, что сам вызвал эту проблему.
23. ...набирался опыта в этой ситуации.
24. ...говорил с кем-либо, кто мог конкретно помочь в этой ситуации.
25. ...пытался улучшить свое самочувствие едой, выпивкой, курением или лекарствами.
26. ...рисковал напропалую.
27. ...старался действовать не слишком поспешно, доверяясь первому порыву.
28. ...находил новую веру во что-то.
29. ...вновь открывал для себя что-то важное.
30. ...что-то менял так, что все улаживалось.
31. ...в целом избегал общения с людьми.
32. ...не допускал это до себя, стараясь об этом особенно не задумываться.
33. ...спрашивал совета у родственника или друга, которых уважал.
34. ...старался, чтобы другие не узнали, как плохо обстоят дела.
35. ...отказывался воспринимать это слишком серьезно.
36. ...говорил о том, что я чувствую.
37. ...стоял на своем и боролся за то, чего хотел.
38. ...вымещал это на других людях.
39. ...пользовался прошлым опытом - мне приходилось уже попадать в такие ситуации.
40. ...знал, что надо делать и удваивал свои усилия, чтобы все наладить.
41. ...отказывался верить, что это действительно произошло.
42. ...я давал обещание, что в следующий раз все будет по-другому.

43. ...находил пару других способов решения проблемы.  
 44. ...старался, что мои эмоции не слишком мешали мне в других делах.  
 45. ...что-то менял в себе.  
 46. ...хотел, чтобы все это скорее как-то образовалось или кончилось.  
 47. ...представлял себе, фантазировал, как все это могло бы обернуться.  
 48. ...молился.  
 49. ...прокручивал в уме, что мне сказать или сделать.  
 50. ...думал о том, как бы в данной ситуации действовал человек, которым я восхищаюсь и старался подражать ему.

**Бланк ответов к опроснику о способах копинга (Копинг-тест Лазаруса)**

|     |             |               |
|-----|-------------|---------------|
| ФИО | Пол (м / ж) | Возраст (лет) |
|-----|-------------|---------------|

| №  | 0 | 1 | 2 | 3 | №  | 0 | 1 | 2 | 3 |
|----|---|---|---|---|----|---|---|---|---|
| 1  |   |   |   |   | 26 |   |   |   |   |
| 2  |   |   |   |   | 27 |   |   |   |   |
| 3  |   |   |   |   | 28 |   |   |   |   |
| 4  |   |   |   |   | 29 |   |   |   |   |
| 5  |   |   |   |   | 30 |   |   |   |   |
| 6  |   |   |   |   | 31 |   |   |   |   |
| 7  |   |   |   |   | 32 |   |   |   |   |
| 8  |   |   |   |   | 33 |   |   |   |   |
| 9  |   |   |   |   | 34 |   |   |   |   |
| 10 |   |   |   |   | 35 |   |   |   |   |
| 11 |   |   |   |   | 36 |   |   |   |   |
| 12 |   |   |   |   | 37 |   |   |   |   |
| 13 |   |   |   |   | 38 |   |   |   |   |
| 14 |   |   |   |   | 39 |   |   |   |   |
| 15 |   |   |   |   | 40 |   |   |   |   |
| 16 |   |   |   |   | 41 |   |   |   |   |
| 17 |   |   |   |   | 42 |   |   |   |   |
| 18 |   |   |   |   | 43 |   |   |   |   |
| 19 |   |   |   |   | 44 |   |   |   |   |
| 20 |   |   |   |   | 45 |   |   |   |   |
| 21 |   |   |   |   | 46 |   |   |   |   |
| 22 |   |   |   |   | 47 |   |   |   |   |
| 23 |   |   |   |   | 48 |   |   |   |   |
| 24 |   |   |   |   | 49 |   |   |   |   |
| 25 |   |   |   |   | 50 |   |   |   |   |

## Приложение 4.

### Практическая 5-6.

**Раздел 1.** Проблема адаптации в психологии и других гуманитарных науках

**Тема 2.** Психологические и психофизиологические исследования адаптации

**Вопрос.** Методы исследования копинг-поведения

### Шкала SACS

**Инструкция:** Вам предлагаются 54 утверждения относительно поведения в напряженных (стрессовых) ситуациях; оцените Ваше типичное поведение в данных случаях. Для этого в бланке ответов поставьте цифру от 1 до 5, которая наиболее соответствует вашим действиям. Если утверждение полностью описывает ваши действия или переживания, то рядом с номером вопроса поставьте 5 (ответ «да, совершенно верно»). Если утверждение совсем не подходит вам, тогда поставьте 1 (ответ «нет, это совсем не так»).

1. В любых сложных ситуациях вы не сдаетесь.
2. Объединяетесь с другими людьми, чтобы вместе разрешить ситуацию.
3. Советуетесь с друзьями или близкими о том, что бы они сделали, оказавшись в вашем положении.
4. Вы всегда очень тщательно взвешиваете возможные варианты решений (лучше быть осторожным, чем подвергать себя риску).
5. Вы полагаетесь на свою интуицию.
6. Как правило, вы откладываете решение возникшей проблемы в надежде, что она разрешится сама.
7. Стараетесь держать все под контролем, хотя и не показываете этого другим.
8. Вы полагаете, что иногда необходимо действовать столь быстро и решительно, чтобы застать других врасплох.
9. Решая неприятные проблемы, выходите из себя и можете наломать немало дров.
10. Когда кто-либо из близких поступает с вами несправедливо, вы пытаетесь вести себя так, чтобы они не почувствовали, что вы расстроены или обижены.
11. Стараетесь помочь другим при решении ваших общих проблем.
12. Не стесняетесь при необходимости обращаться к другим людям за помощью или поддержкой.
13. Без необходимости не выкладываетесь полностью, предпочитая экономить свои силы.
14. Вы часто удивляетесь, что наиболее правильным является то решение, которое первым пришло в голову.
15. Иногда предпочитаете заняться чем угодно, лишь бы забыть о неприятном деле, которое нужно делать.
16. Для достижения своих целей вам часто приходится подыгрывать другим или подстраиваться под других людей (несколько кривить душой).
17. В определенных ситуациях вы ставите свои личные интересы превыше всего, даже если это пойдет во вред другим.
18. Как правило, препятствия для решения ваших проблем или достижения желаемого сильно выводят вас из себя, можно сказать, что они просто бесят вас.
19. Вы считаете, что в сложных ситуациях лучше действовать самому, чем ждать, когда ее будут решать другие.
20. Находясь в трудной ситуации, вы раздумываете о том, как бы поступили в этом случае другие люди.
21. В трудные минуты для вас очень важна эмоциональная поддержка близких людей.
22. Считаете, что во всех случаях лучше семь раз отмерить, прежде чем отрезать.
23. Вы часто проигрываете из-за того, что не полагаетесь на свои предчувствия.
24. Вы не тратите свою энергию на разрешение того, что, возможно, само по себе рассеется.
25. Позволяете другим людям думать, что они могут повлиять на вас, но на самом деле вы – крепкий орешек и никому не позволяете манипулировать собой.
26. Считаете, что полезно демонстрировать свою власть и превосходство для укрепления собственного авторитета.
27. Вас можно назвать вспыльчивым человеком.

28. Вам бывает достаточно трудно ответить отказом на чьи-либо требования или просьбы.
29. Вы полагаете, что в критических ситуациях лучше действовать сообща с другими.
30. Вы считаете, что на душе может стать легче, если поделиться с другими своими переживаниями.
31. Ничего не принимаете на веру, так как полагаете, что в любой ситуации могут быть «подводные камни».
32. Ваша интуиция вас никогда не подводит.
33. В конфликтной ситуации убеждаете себя и других, что проблема не стоит и выеденного яйца.
34. Иногда вам приходится немного манипулировать людьми (решать свои проблемы, невзирая на интересы других).
35. Бывает очень выгодно поставить другого человека в неловкое и зависимое положение.
36. Вы считаете, что лучше решительно и быстро дать отпор тем, кто не согласен с вашим мнением, чем тянуть кота за хвост.
37. Вы легко и спокойно можете защитить себя от несправедливых действий со стороны других, в случае необходимости сказать «нет» в ситуации эмоционального давления.
38. Вы считаете, что общение с другими людьми обогатит ваш жизненный опыт.
39. Вы полагаете, что поддержка других людей очень помогает вам в трудных ситуациях.
40. В трудных ситуациях вы долго готовитесь и предпочитаете сначала успокоиться, а потом уже действовать.
41. В сложных ситуациях лучше следовать первому импульсу, чем долго взвешивать возможные варианты.
42. По возможности избегаете решительных действий, требующих большой напряженности и ответственности за последствия.
43. Для достижения своих заветных целей не грех и немного полукавить.
44. Ищите слабости других людей и используете их со своей выгодой.
45. Грубость и глупости других людей часто приводят вас в ярость (выводят вас из себя).
46. Вы испытываете неловкость, когда вас хвалят или говорят комплименты.
47. Считаете, что совместные усилия с другими принесут больше пользы в любых ситуациях (при решении любых задач).
48. Вы уверены, что в трудных ситуациях вы всегда найдете понимание и сочувствие со стороны близких людей.
49. Вы полагаете, что во всех случаях нужно следовать принципу «тише едешь, дальше будешь».
50. Действие под влиянием первого порыва всегда хуже, чем трезвый расчет.
51. В конфликтных ситуациях предпочитаете найти какие-либо важные и неотложные дела, позволяя другим заняться решением проблемы или надеясь, что время все расставит на свои места.
52. Вы полагаете, что хитростью можно добиться порою больше, чем действуя напрямую.
53. Цель оправдывает средства.
54. В значимых и конфликтных ситуациях вы бываете агрессивны.

Бланк ответов к опроснику «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций» (SACS)

|     |             |               |
|-----|-------------|---------------|
| ФИО | Пол (м / ж) | Возраст (лет) |
|-----|-------------|---------------|

|   |    |    |    |    |    |   |   |   |   |
|---|----|----|----|----|----|---|---|---|---|
| № | №  | №  | №  | №  | №  | № | № | № | № |
| 1 | 10 | 19 | 28 | 37 | 46 |   |   |   |   |
| 2 | 11 | 20 | 29 | 38 | 47 |   |   |   |   |
| 3 | 12 | 21 | 30 | 39 | 48 |   |   |   |   |
| 4 | 13 | 22 | 31 | 40 | 49 |   |   |   |   |
| 5 | 14 | 23 | 32 | 41 | 50 |   |   |   |   |
| 6 | 15 | 24 | 33 | 42 | 51 |   |   |   |   |
| 7 | 16 | 25 | 34 | 43 | 52 |   |   |   |   |
| 8 | 17 | 26 | 35 | 44 | 53 |   |   |   |   |
| 9 | 18 | 27 | 36 | 45 | 54 |   |   |   |   |

## Приложение 5.

### Практическая 7.

#### Раздел 2. Социальная адаптация

#### Тема 4. Понятие социальной адаптации. Фрустрация как показатель дезадаптации

#### Вопрос. Социально-психологическая адаптация

#### Текст опросника социально-психологической адаптации

1. Испытывает неловкость, когда вступает с кем-нибудь в разговор.
2. Нет желания раскрываться перед другими.
3. Во всём любит состязание, соревнование, борьбу.
4. Предъявляет к себе высокие требования.
5. Часто ругает себя за сделанное.
6. Часто чувствует себя униженным.
7. Сомневается, что может нравиться кому-нибудь из лиц противоположного пола.
8. Свои обещания выполняет всегда.
9. Теплые, добрые отношения с окружающими.
10. Человек сдержанный, замкнутый; держится ото всех чуть в стороне.
11. В своих неудачах винит себя.
12. Человек ответственный; на него можно положиться.
13. Чувствует, что не в силах хоть что-нибудь изменить, все усилия напрасны.
14. На многое смотрит глазами сверстников.
15. Принимает в целом те правила и требования, которым надлежит следовать.
16. Собственных убеждений и правил не хватает.
17. Любит мечтать - иногда прямо среди бела дня. С трудом возвращается от мечты к действительности.
18. Всегда готов к защите и даже нападению: «застревает» на переживаниях обид, мысленно перебирая способы мщения.
19. Умеет управлять собой и собственными поступками, заставлять себя, разрешать себе; самоконтроль для него — не проблема.
20. Часто портится настроение: накатывает уныние, хандра.
21. Все, что касается других, не волнует: сосредоточен на себе; занят собой.
22. Люди, как правило, ему нравятся.
23. Не стесняется своих чувств, открыто их выражает.
24. Среди большого стечения народа бывает немножко одиноко.
25. Сейчас очень не по себе. Хочется все бросить, куда-нибудь спрятаться.
26. С окружающими обычно ладит.
27. Всего труднее бороться с самим собой.
28. Настораживает незаслуженное доброжелательное отношение окружающих.
29. В душе - оптимист, верит в лучшее.
30. Человек неподатливый, упрямый; таких называют трудными.
31. К людям критичен и судит их, если считает, что они этого заслуживают.
32. Обычно чувствует себя не ведущим, а ведомым: ему не всегда удается мыслить и действовать самостоятельно.
33. Большинство из тех, кто его знает, хорошо к нему относится, любит его.
34. Иногда бывают такие мысли, которыми не хотелось бы ни с кем делиться.
35. Человек с привлекательной внешностью.
36. Чувствует себя беспомощным, нуждается в ком-то, кто был бы рядом.
37. Приняв решение, следует ему.
38. Принимает, казалось бы, самостоятельные решения, не может освободиться от влияния других людей.
39. Испытывает чувство вины, даже когда винить себя как будто не в чем.
40. Чувствует неприязнь к тому, что его окружает.
41. Всем доволен.
42. Выбит из колеи: не может собраться, взять себя в руки, организовать себя.
43. Чувствует вялость; все, что раньше волновало, стадо вдруг безразличным.



44. Уравновешен, спокоен.
45. Разозлившись, нередко выходит из себя.
46. Часто чувствует себя обиженным.
47. Человек порывистый, нетерпеливый, горячий: не хватает сдержанности.
48. Бывает, что сплетничает.
49. Не очень доверяет своим чувствам: они иногда подводят его.
50. Довольно трудно быть самим собой.
51. На первом месте рассудок, а не чувство: прежде чем что-либо сделать, подумает.
52. Происходящее с ним толкует на свой лад, способен напридумывать лишнего... Словом - не от мира сего.
53. Человек терпимый к людям и принимает каждого таким, каков он есть.
54. Старается не думать о своих проблемах.
55. Считает себя интересным человеком - привлекательным как личность, заметным.
56. Человек стеснительный, легко тушуетя.
57. Обязательно нужно напоминать, подталкивать, чтобы довел дело до конца.
58. В душе чувствует превосходство над другими.
59. Нет ничего, в чем бы выразил себя, проявил свою индивидуальность, свое Я.
60. Боится того, что подумают о нем другие.
61. Честолюбив, неравнодушен к успеху, похвале: в том, что для него существенно, старается быть среди лучших.
62. Человек, у которого в настоящий момент многое достойно презрения.
63. Человек деятельный, энергичный, полон инициатив.
64. Пасует перед трудностями и ситуациями, которые грозят осложнениями.
65. Себя просто недостаточно ценит.
66. По натуре вожак и умеет влиять на других.
67. Относится к себе в целом хорошо.
68. Человек настойчивый, напористый; ему всегда важно настоять на своем.
69. Не любит, когда с кем-нибудь портятся отношения, особенно - если разногласия грозят стать явными.
70. Подолгу не может принять решение, а потом сомневается в его правильности.
71. Пребывает в растерянности, все спуталось, все смешалось у него.
72. Доволен собой.
73. Невезучий.
74. Человек приятный, располагающий к себе.
75. Лицом, может, и не очень пригож, но может нравиться как человек, как личность.
76. Презирает лиц противоположного пола и не связывается с ними.
77. Когда нужно что-то сделать, охватывает страх: а вдруг – не справлюсь, а вдруг – не получится.
78. Легко, спокойно на душе, нет ничего, что сильно бы тревожило.
79. Умеет упорно работать.
80. Чувствует, что растет, взрослеет: меняется сам и отношение к окружающему миру.
81. Случается, что говорит о том, в чем совсем не разбирается.
82. Всегда говорит только правду.
83. Встревожен, обеспокоен, напряжен.
84. Чтобы заставить хоть что-то сделать, нужно как следует настоять, и тогда он уступит.
85. Чувствует неуверенность в себе.
86. Обстоятельства часто вынуждают защищать себя, оправдываться и обосновывать свои поступки.
87. Человек уступчивый, податливый, мягкий в отношениях с другими.
88. Человек толковый, любит размышлять.
89. Иной раз любит прихвастнуть.
90. Принимает решения и тут же их меняет; презирает себя за безволие, а сделать с собой ничего не может.
91. Старается полагаться на свои силы, не рассчитывает на чью-то помощь.
92. Никогда не опаздывает.
93. Испытывает ощущение скованности, внутренней несвободы.
94. Выделяется среди других.
95. Не очень надежный товарищ, не во всем можно положиться.
96. В себе все ясно, себя хорошо понимает.

97. Общительный, открытый человек; легко сходится с людьми.  
 98. Силы и способности вполне соответствуют тем задачам, которые приходится решать; со всем может справиться.  
 99. Себя не ценит: никто его всерьез не воспринимает; в лучшем случае к нему снисходительны, просто терпят.  
 100. Беспокоится, что лица противоположного пола слишком занимают мысли.  
 101. Все свои привычки считает хорошими.

**Бланк ответов опросника социально-психологической адаптации**

|     |           |               |
|-----|-----------|---------------|
| ФИО | Пол (м/ж) | Возраст (лет) |
|-----|-----------|---------------|

- «0» - ко мне совершенно не относится  
 «1» - сомневаюсь, что можно отнести ко мне  
 «2» - не решаюсь отнести к себе  
 «3» - похоже на меня, но нет уверенности  
 «4» - на меня похоже; «5» - точно про меня

|    |  |    |  |    |  |    |  |    |  |    |  |     |  |
|----|--|----|--|----|--|----|--|----|--|----|--|-----|--|
| №  |  | №  |  | №  |  | №  |  | №  |  | №  |  | №   |  |
| 1  |  | 16 |  | 31 |  | 46 |  | 61 |  | 76 |  | 91  |  |
| 2  |  | 17 |  | 32 |  | 47 |  | 62 |  | 77 |  | 92  |  |
| 3  |  | 18 |  | 33 |  | 48 |  | 63 |  | 78 |  | 93  |  |
| 4  |  | 19 |  | 34 |  | 49 |  | 64 |  | 79 |  | 94  |  |
| 5  |  | 20 |  | 35 |  | 50 |  | 65 |  | 80 |  | 95  |  |
| 6  |  | 21 |  | 36 |  | 51 |  | 66 |  | 81 |  | 96  |  |
| 7  |  | 22 |  | 37 |  | 52 |  | 67 |  | 82 |  | 97  |  |
| 8  |  | 23 |  | 38 |  | 53 |  | 68 |  | 83 |  | 98  |  |
| 9  |  | 24 |  | 39 |  | 54 |  | 69 |  | 84 |  | 99  |  |
| 10 |  | 25 |  | 40 |  | 55 |  | 70 |  | 85 |  | 100 |  |
| 11 |  | 26 |  | 41 |  | 56 |  | 71 |  | 86 |  | 101 |  |
| 12 |  | 27 |  | 42 |  | 57 |  | 72 |  | 87 |  |     |  |
| 13 |  | 28 |  | 43 |  | 58 |  | 73 |  | 88 |  |     |  |
| 14 |  | 29 |  | 44 |  | 59 |  | 74 |  | 89 |  |     |  |
| 15 |  | 30 |  | 45 |  | 60 |  | 75 |  | 90 |  |     |  |

**Бланк обработки результатов**

| компоненты адаптации   | Баллы/формулы                          | Нормы*    |          |
|------------------------|--|-----------|----------|
|                        |  | подростки | взрослые |
| а. Адаптивность        |  | 68-170    | 68-136   |
| б. Деадаптивность      |  | 68-170    | 68-136   |
| Адаптация              | $A = \frac{a}{a+b} \times 100\%$       | свои      | группа   |
| а. Принятие других     |  | 12-30     | 12-24    |
| б. Непринятие других   |  | 14-35     | 14-28    |
| Принятие других        | $L = \frac{1,2a}{1,2a+b} \times 100\%$ | свои      | группа   |
| а. Внутренний контроль |  | 26-65     | 26-52    |
| б. Внешний контроль    |  | 18-45     | 18-36    |
| Интернальность         | $I = \frac{a}{a+1,4b} \times 100\%$    | свои      | группа   |
| а. Принятие себя       |  | 22-52     | 22-42    |
| б. Непринятие себя     |  | 14-35     | 14-28    |
| Самопринятие           | $S = \frac{a}{a+b} \times 100\%$       | свои      | группа   |

|                             |                                    |       |        |
|-----------------------------|------------------------------------|-------|--------|
|                             |                                    |       |        |
| а. Эмоциональный комфорт    |                                    | 14-35 | 14-28  |
| б. Эмоциональный дискомфорт |                                    | 14-35 | 14-28  |
| Эмоциональный комфорт       | $E = \frac{a}{a+b} \times 100\%$   | свои  | группа |
| а. Доминирование            |                                    | 6-15  | 6-12   |
| б. Ведомость                |                                    | 12-30 | 12-24  |
| Стремление к доминированию  | $D = \frac{2a}{2a+b} \times 100\%$ | свои  | группа |
| Эскапизм                    |                                    | 10-25 | 10-20  |
| Лживость                    |                                    | 18-45 | 18-36  |

**Приложение:** \* - значения ниже или выше представленного диапазона говорят о низком и высоком уровне выраженности компонента адаптированности.

## Приложение 6.

### Практическая 8.

#### Раздел 2. Социальная адаптация

#### Тема 4. Понятие социальной адаптации. Фрустрация как показатель дезадаптации

#### Вопрос. Стрессоустойчивость и социальная адаптация

#### Текст методики Холмса и Праге

| №   | Событие   | балл | №   | Событие   | балл |
|-----|---|------|-----|---|------|
| 1.  | Смерть супруга (супруги)                                      | 100  | 23. | Сын или дочь покидают дом   | 29   |
| 2.  | Развод  | 73   | 24. | Проблемы с родственниками мужа (жены)   | 29   |
| 3.  | Разъезд супругов (без оформления развода), разрыв с партнером | 65   | 25. | Выдающееся личное достижение, успех   | 28   |
| 4.  | Тюремное заключение   | 63   | 26. | Супруг бросает работу (или приступает к работе)   | 26   |
| 5.  | Смерть близкого члена   | 63   | 27. | Начало или окончание обучения в учебном заведении   | 26   |
| 6.  | Травма или болезнь  | 53   | 28. | Изменение условий жизни   | 25   |
| 7.  | Женитьба, свадьба   | 50   | 29. | Отказ от каких-то индивидуальных привычек, изменение стереотипов поведения                                  | 24   |
| 8.  | Увольнение с работы   | 47   | 30. | Проблемы с начальством, конфликты   | 23   |
| 9.  | Примирение супругов   | 45   | 31. | Изменение условий или часов работы  | 20   |
| 10. | Уход на пенсию  | 45   | 32. | Перемена места жительства   | 20   |
| 11. | Изменение в состоянии здоровья членов семьи                   | 44   | 33. | Смена места обучения  | 20   |
| 12. | Беременность партнерши  | 40   | 34. | Изменение привычек, связанных с проведением досуга или отпуска  | 19   |
| 13. | Сексуальные проблемы  | 39   | 35. | Изменение привычек, связанных с вероисповеданием  | 19   |
| 14. | Появление нового члена семьи, рождение ребенка                | 39   | 36. | Изменение социальной активности   | 18   |
| 15. | Реорганизация на работе                                       | 39   | 37. | Ссуда или заем для покупки менее крупных вещей (машины, телевизора)   | 17   |
| 16. | Изменение финансового положения                               | 38   | 38. | Изменение индивидуальных привычек, связанных со сном, нарушение сна   | 16   |
| 17. | Смерть близкого друга   | 37   | 39. | Изменение числа живущих вместе членов семьи, изменение характера и частоты встреч с другими членами семьи   | 15   |
| 18. | Изменение профессиональной ориентации, смена места работы     | 36   | 40. | Изменение привычек, связанных с питанием (количество потребляемой пищи, диета, отсутствие аппетита и т. п.) | 15   |
| 19. | Усиление конфликтности отношений с супругом                   | 35   | 41. | Отпуск  | 13   |
| 20. | Ссуда или заем на крупную покупку (например, дома).           | 31   | 42. | Рождество, встреча Нового года, день рождения   | 12   |

|     |  |    |     |   |    |
|-----|--|----|-----|---|----|
| 21. | Окончание срока выплаты ссуды или займа, растущие долги  | 30 | 43. | Незначительное нарушение правопорядка (штраф за нарушение правил уличного движения) | 11 |
| 22. | Изменение должности, повышение служебной ответственности | 29 |     |   |    |

**Бланк ответов к методике Холмса и Раге**

|     |             |               |
|-----|-------------|---------------|
| ФИО | Пол (м / ж) | Возраст (лет) |
|-----|-------------|---------------|

| №  | балл | №  | балл | №  | балл |
|----|------|----|------|----|------|
| 1  |      | 16 |      | 31 |      |
| 2  |      | 17 |      | 32 |      |
| 3  |      | 18 |      | 33 |      |
| 4  |      | 19 |      | 34 |      |
| 5  |      | 20 |      | 35 |      |
| 6  |      | 21 |      | 36 |      |
| 7  |      | 22 |      | 37 |      |
| 8  |      | 23 |      | 38 |      |
| 9  |      | 24 |      | 39 |      |
| 10 |      | 25 |      | 40 |      |
| 11 |      | 26 |      | 41 |      |
| 12 |      | 27 |      | 42 |      |
| 13 |      | 28 |      | 43 |      |
| 14 |      | 29 |      |    |      |
| 15 |      | 30 |      |    |      |

## Приложение 7.

### Практическая 9.

#### Раздел 2. Социальная адаптация

#### Тема 4. Понятие социальной адаптации. Фрустрация как показатель дезадаптации

#### Вопрос. Нервно-психическая устойчивость и дезадаптация

#### Текст опросника «Прогноз»

1. Иногда мне в голову приходят такие нехорошие мысли, что лучше о них никому не рассказывать.
2. В детстве у меня была такая компания, где все старались всегда и во всем стоять друг за друга.
3. Временами у меня бывают приступы смеха или плача, с которыми я никак не могу справиться.
4. Бывали случаи, когда я не сдерживал своих обещаний.
5. У меня часто болит голова.
6. Иногда я говорю неправду.
7. Раз в неделю или чаще я без всякой видимой причины внезапно ощущаю жар во всем теле.
8. Бывало, что я говорил о вещах, в которых не разбираюсь.
9. Бывает, что я сержусь.
10. Теперь мне трудно надеяться на то, что чего-нибудь добьюсь в жизни.
11. Бывает, что я откладываю на завтра то, что нужно сделать сегодня.
12. Я охотно принимаю участие во всех собраниях и других общественных мероприятиях.
13. Самая трудная борьба для меня – борьба с самим собой.
14. Мышечные судороги и подергивания у меня бывают очень редко.
15. Иногда, когда я неважно себя чувствую, я бываю раздражительным.
16. Я довольно безразличен к тому, что со мной будет.
17. В гостях я держусь за столом лучше, чем дома.
18. Если мне не грозит штраф и машин по близости нет, я могу перейти улицу там, где мне хочется, а не там, где положено.
19. Я считаю, что моя семейная жизнь такая же хорошая, как и у большинства моих знакомых.
20. Мне часто говорят, что я вспыльчив.
21. Запоры у меня бывают редко.
22. В игре я предпочитаю выигрывать.
23. Последние несколько лет большую часть времени я чувствую себя хорошо.
24. Сейчас мой вес постоянен – я не полнею и не худею.
25. Мне приятно иметь среди своих знакомых значительных людей, это как бы придает мне вес в собственных глазах.
26. Я был бы довольно спокоен, если бы у кого-нибудь из моей семьи были неприятности из-за нарушения закона.
27. С моим рассудком творится что-то неладное.
28. Меня беспокоят мои сексуальные (половые) проблемы.
29. Когда я пытаюсь что-то сказать, то часто замечаю, что у меня дрожат руки.
30. Руки у меня такие же ловкие и проворные, как прежде.
31. Среди моих знакомых есть люди, которые мне не нравятся.
32. Думаю, что я человек обреченный.
33. Я ссорюсь с членами моей семьи очень редко.
34. Бывает, что я с кем-нибудь немного посплетничаю.
35. Часто я вижу сны, о которых лучше никому не рассказывать.
36. Бывало, что при обсуждении некоторых вопросов я, особенно не задумываясь, соглашался с мнением других.
37. В школе я усваивал материал медленнее, чем другие.
38. Моя внешность меня в общем устраивает.
39. Я вполне уверен в себе.
40. Раз в неделю или чаще я бываю очень возбужденным и взволнованным.
41. Кто-то управляет моими мыслями.
42. Я ежедневно выпиваю необычно много воды.
43. Бывает, что неприличная или непристойная шутка вызывает у меня смех.

44. Счастливей всего я бываю, когда один.
45. Кто-то пытается воздействовать на мои мысли.
46. Я любил сказки Андерсена.
47. Даже среди людей я обычно чувствую себя одиноким.
48. Меня злит, когда меня торопят.
49. Меня легко привести в замешательство.
50. Я легко теряю терпение с людьми.
51. Часто мне хочется умереть.
52. Бывало, что я бросал начатое дело, т. к. боялся, что не справлюсь с ним.
53. Почти каждый день случается что-нибудь, что пугает меня.
54. К вопросам религии я отношусь равнодушно – они не занимают меня.
55. Приступы плохого настроения бывают у меня редко.
56. Я заслуживаю сурового наказания за свои поступки.
57. У меня были очень необычные мистические переживания.
58. Мои убеждения и взгляды непоколебимы.
59. У меня бывали периоды, когда из-за волнения я терял сон.
60. Я человек нервный, легко возбудимый.
61. Мне кажется, что обоняние у меня такое же, как и у других людей (не хуже).
62. Все у меня получается плохо, не так, как надо.
63. Я почти всегда ощущаю сухость во рту.
64. Большую часть времени я чувствую себя усталым.
65. Иногда я чувствую, что близок к нервному срыву.
66. Меня очень раздражает, что я забываю, куда кладу вещи.
67. Я очень внимательно отношусь к тому, как я одеваюсь.
68. Приключенческие рассказы мне нравятся больше, чем рассказы о любви.
69. Мне очень трудно приспособиться к новым условиям жизни, работы. Переход к любым другим условиям жизни, работы, учебы кажется невыносимым.
70. Мне кажется, что по отношению именно ко мне особенно часто поступают несправедливо.
71. Я часто чувствую себя несправедливо обиженным.
72. Мое мнение часто не совпадает с мнением окружающих.
73. Я часто испытываю чувство усталости от жизни и мне не хочется жить.
74. На меня обращают внимание чаще, чем на других.
75. У меня бывают головные боли и головокружения из-за переживаний.
76. Часто у меня бывают периоды, когда мне никого не хочется видеть.
77. Мне трудно проснуться в назначенный час.
78. Если в моих неудачах кто-то виноват, я не оставлю его безнаказанным.
79. В детстве я был капризный и раздражительный.
80. Мне известны случаи, когда мои родственники лечились у невропатологов и психиатров.
81. Иногда я принимаю валериану, элениум, кодеин и другие успокаивающие средства.
82. У меня есть судимые родственники.
83. В юности я имел приводы в милицию.
84. Случалось, что мне грозили оставить в школе на второй год.

### Бланк ответов к опроснику «Прогноз»

| ФИО |    |     | Пол (м/ж) |    |     | Возраст (лет) |    |     |    |    |     |
|-----|----|-----|-----------|----|-----|---------------|----|-----|----|----|-----|
| №   | Да | Нет | №         | Да | Нет | №             | Да | Нет | №  | Да | Нет |
| 1   |    |     | 23        |    |     | 45            |    |     | 67 |    |     |
| 2   |    |     | 24        |    |     | 46            |    |     | 68 |    |     |
| 3   |    |     | 25        |    |     | 47            |    |     | 69 |    |     |
| 4   |    |     | 26        |    |     | 48            |    |     | 70 |    |     |
| 5   |    |     | 27        |    |     | 49            |    |     | 71 |    |     |
| 6   |    |     | 28        |    |     | 50            |    |     | 72 |    |     |
| 7   |    |     | 29        |    |     | 51            |    |     | 73 |    |     |
| 8   |    |     | 30        |    |     | 52            |    |     | 74 |    |     |

|    |  |  |    |  |  |    |  |  |    |  |  |
|----|--|--|----|--|--|----|--|--|----|--|--|
| 9  |  |  | 31 |  |  | 53 |  |  | 75 |  |  |
| 10 |  |  | 32 |  |  | 54 |  |  | 76 |  |  |
| 11 |  |  | 33 |  |  | 55 |  |  | 77 |  |  |
| 12 |  |  | 34 |  |  | 56 |  |  | 78 |  |  |
| 13 |  |  | 35 |  |  | 57 |  |  | 79 |  |  |
| 14 |  |  | 36 |  |  | 58 |  |  | 80 |  |  |
| 15 |  |  | 37 |  |  | 59 |  |  | 81 |  |  |
| 16 |  |  | 38 |  |  | 60 |  |  | 82 |  |  |
| 17 |  |  | 39 |  |  | 61 |  |  | 83 |  |  |
| 18 |  |  | 40 |  |  | 62 |  |  | 84 |  |  |
| 19 |  |  | 41 |  |  | 63 |  |  |    |  |  |
| 20 |  |  | 42 |  |  | 64 |  |  |    |  |  |
| 21 |  |  | 43 |  |  | 65 |  |  |    |  |  |
| 22 |  |  | 44 |  |  | 66 |  |  |    |  |  |



## Приложение 8.

### Практическая 10.

**Раздел 2.** Социальная адаптация

**Тема 4.** Понятие социальной адаптации. Фрустрация как показатель дезадаптации

**Вопрос.** Адаптированность и алекситимия

#### Текст методики «Торонтская алекситимическая шкала» (TAS)

**Инструкция:**

1 - совершенно не согласен; 2 - скорее не согласен; 3 - ни то, ни другое; 4 - скорее согласен; 5 - совершенно согласен.

| Утверждения  | Варианты ответа |   |   |   |   |
|--|-----------------|---|---|---|---|
|  | 1               | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Когда я плачу, всегда знаю, почему  |                 |   |   |   |   |
| 2. Мечты - это потеря времени  |                 |   |   |   |   |
| 3. Я хотел бы быть не таким застенчивым  |                 |   |   |   |   |
| 4. Я часто затрудняюсь определить, какие чувства испытываю   |                 |   |   |   |   |
| 5. Я часто мечтаю о будущем  |                 |   |   |   |   |
| 6. Мне кажется, я так же способен легко заводить друзей, как и другие  |                 |   |   |   |   |
| 7. Знать, как решать проблемы, более важно, чем понимать причины этих решений                                  |                 |   |   |   |   |
| 8. Мне трудно находить правильные слова для моих чувств  |                 |   |   |   |   |
| 9. Мне нравится ставить людей в известность о своей позиции по тем или иным вопросам                           |                 |   |   |   |   |
| 10. У меня бывают физические ощущения, которые непонятны даже докторам   |                 |   |   |   |   |
| 11. Мне недостаточно знать, что привело к такому результату, мне необходимо знать, почему и как это происходит |                 |   |   |   |   |
| 12. Я способен с легкостью описать свои чувства  |                 |   |   |   |   |
| 13. Я предпочитаю анализировать проблемы, а не просто их описывать   |                 |   |   |   |   |
| 14. Когда я расстроен, не знаю, печален ли я, испуган или зол  |                 |   |   |   |   |
| 15. Я часто даю волю воображению   |                 |   |   |   |   |
| 16. Я провожу много времени в мечтах, когда не занят ничем другим  |                 |   |   |   |   |
| 17. Меня часто озадачивают ощущения, появляющиеся в моем теле  |                 |   |   |   |   |
| 18. Я редко мечтаю   |                 |   |   |   |   |
| 19. Я предпочитаю, чтобы все шло само собой, чем понимать, почему произошло именно так                         |                 |   |   |   |   |
| 20. У меня бывают чувства, которым я не могу дать вполне точное определение                                    |                 |   |   |   |   |
| 21. Очень важно уметь разбираться в эмоциях  |                 |   |   |   |   |
| 22. Мне трудно описывать свои чувства по отношению к людям   |                 |   |   |   |   |
| 23. Люди мне говорят, чтобы я больше выражал свои чувства  |                 |   |   |   |   |
| 24. Следует искать более глубокие объяснения происходящему   |                 |   |   |   |   |
| 25. Я не знаю, что происходит у меня внутри  |                 |   |   |   |   |
| 26. Я часто не знаю, почему я сержусь  |                 |   |   |   |   |

## Приложение 9.1.

### Самостоятельная 1.

#### Раздел 4. Готовность к школьному обучению

#### Тема 9. Содержание готовности к школьному обучению

#### Вопрос. Диагностика психологической готовности к обучению в школе

Текст методики «Ранжирование мотивов учения детей дошкольного возраста  
(для воспитателей)»

Ранжирование мотивов учения детей дошкольного возраста (для воспитателей)

| ФИО ребенка                                       | Учреждение  | ФИО воспитателя |
|---|---|-----------------|
| <b>Тип мотива</b>                                 | <b>Характеристика поведения ребенка</b>                                   | <b>Ранг</b>     |
| 1. Социальные мотивы                              | На занятиях ребенок занимается, потому что это важно и нужно              |                 |
| 2. Учебно-познавательные мотивы                   | Ребенок занимается лишь тогда, когда ему это интересно                    |                 |
| 3. Оценочный мотив                                | Ребенок занимается на занятии, потому что его хвалит за это воспитатель   |                 |
| 4. Позиционный мотив                              | Ребенок занимается тогда, когда на занятии много атрибутики, пособий      |                 |
| 5. Внешние мотивы, не связанные со школой условия | Ребенок занимается тогда, когда на этом настаивает воспитатель            |                 |
| 6. Игровые  | Ребенок хорошо занимается лишь тогда, когда занятие построено в виде игры |                 |

## Приложение 9.2.

### Самостоятельная 1.

#### Раздел 4. Готовность к школьному обучению

#### Тема 9. Содержание готовности к школьному обучению

#### Вопрос. Диагностика психологической готовности к обучению в школе

Текст методики «Ранжирование мотивов учения детей дошкольного возраста  
(для родителей)»

Ранжирование мотивов учения детей дошкольного возраста (для воспитателей)

|             |             |                  |
|-------------|-------------|------------------|
| ФИО ребенка | Учреждение: | ФИО воспитателя: |
|-------------|-------------|------------------|

| Тип мотива  | Характеристика поведения и возможный ответ ребенка  | Ранг |
|---|---|------|
| 1. Социальные мотивы                              | Я хочу в школу, потому что все дети должны учиться, это нужно и важно                                   |      |
| 2. Учебно-познавательные                          | Стремление к новым знаниям, желание научиться читать и писать, широкий круг интересов                   |      |
| 3. Оценочный мотив                                | Я хочу в школу, потому что там я буду получать только пятерки   |      |
| 4. Позиционный мотив                              | Я хочу в школу, потому что там большие, а в детском саду маленькие, мне купят тетради, пенал и портфель |      |
| 5. Внешние мотивы, не связанные со школой условия | Я пойду в школу, потому что мама так сказала  |      |
| 6. Игровые - воспринимает школу как новую игру    | Я хочу в школу, потому что там можно играть с друзьями  |      |

### Приложение 9.3.

#### Самостоятельная 1.

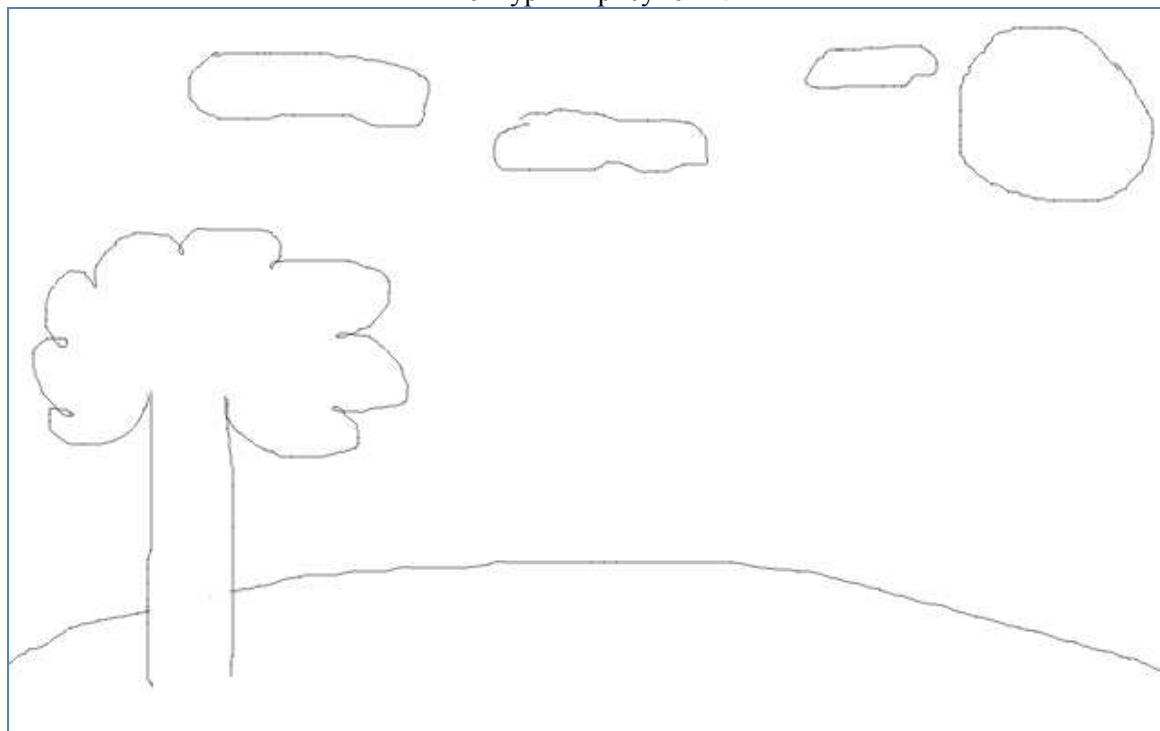
Раздел 4. Готовность к школьному обучению

Тема 9. Содержание готовности к школьному обучению

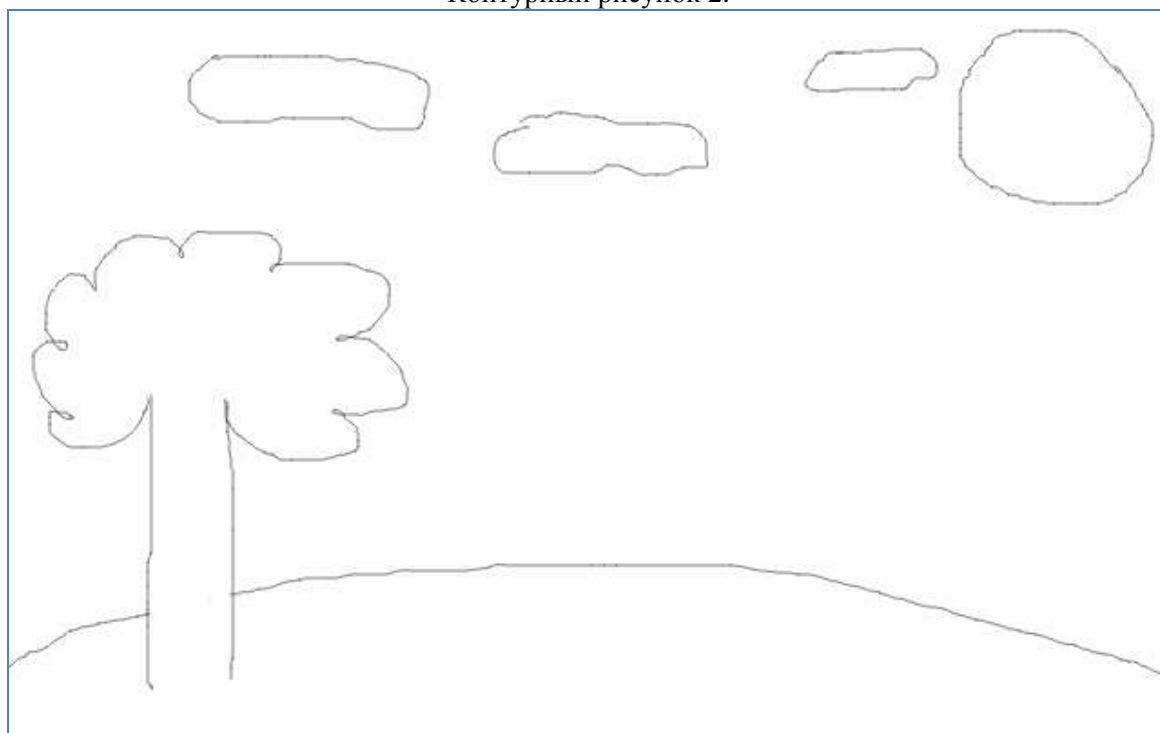
Вопрос. Диагностика психологической готовности к обучению в школе

#### Контурные рисунки к тесту «Раскрась картинку»

Контурный рисунок 1.



Контурный рисунок 2.



## Приложение 9.4.

### Самостоятельная 1.

#### Раздел 4. Готовность к школьному обучению

#### Тема 9. Содержание готовности к школьному обучению

#### Вопрос. Диагностика психологической готовности к обучению в школе

#### Задания к методике

#### «Беседа с ребенком и наблюдение за его поведением при решении учебных задач».

#### I. Задания на изучение речевых знаний и умений.

##### Задание 1. Знание букв, умение читать.

Подготовьте для чтения простой текст, картинку с буквами алфавита и предложите ребенку прочитать текст или назвать буквы.

##### Задание 2. Звуковой анализ слова.

Подготовьте ряд слов и попросите ребенка, прочитав их, сказать, где ставится ударение в слове; если ребенок быстро справляется с заданием, усложните его, дав более трудные слова.

##### Задание 3. Построение фразы.

Подготовьте набор связанных по смыслу слов и предложите ребенку составить фразу или рассказ из этого набора.

##### Задание 4. Словарный запас.

а) Предложите ребенку сыграть в ассоциации, когда он на каждое Ваше слово будет говорить любое другое слово, приходящее ему на ум; перед началом игры приведите примеры.

б) Предложите ребенку придумывать синонимы к словам, которые Вы будете ему называть; перед началом игры приведите примеры.

в) Предложите ребенку придумывать антонимы к словам, которые Вы будете ему называть; перед началом игры приведите примеры.

##### Задание 5. Фонематический слух.

Предложите ребенку ряд заданий, в которых он должен различить звуки в словах:

а) **Выдели слово:** предложите ребенку хлопать в ладоши (топать ногой, ударять по коленкам, поднимать руку вверх и т.п.) тогда, когда он услышит слова с заданным звуком.

б) **Какой звук есть во всех словах:** произнесите три - четыре слова, в каждом из которых есть один и тот же звук: ШУБА, КОШКА, МЫШЬ; спросите у ребенка, какой звук есть во всех этих словах.

в) **Подумай, не торопись:** предложите ребенку задания на сообразительность:

- подобрать слово, которое начинается на последний звук слова СТОЛ;

- вспомнить название птицы, в котором был бы последний звук слова СЫР (воробей, грач);

- подобрать слово, в котором первый звук был бы «К», а последний – «А»;

- назвать предмет в комнате с заданным звуком (например: что заканчивается на А; что начитается на С, в середине слова звук Т и т.п.).

#### II. Задания на изучение математических знаний и представлений.

##### Задание 1. Счет в пределах десяти.

Предложите ребенку сосчитать от 1 до 10 и обратно.

##### Задание 2. Состав числа.

Предложите ребенку ответить на вопрос – из каких чисел состоит простое число (например: из каких двух чисел состоит число 2, 3, 4 и т.п.).

##### Задание 3. Решение арифметических задач.

Предложите ребенку простые арифметические задачи на сложение и вычитание в пределах десяти.

##### Задание 4. Представление о форме.

Предложите ребенку задания на оперирование основными геометрическими фигурами - квадрат, круг, треугольник, прямоугольник, овал:

а) разложите перед ребенком карточки с геометрическими фигурами и предложите разложить по отдельности карточки с нарисованными квадратами, кругами, треугольниками и т.п.

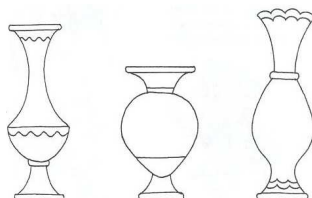
б) разрежьте карточки в форме геометрических фигур на кусочки и перемешивает их; из разрезанных кусочков ребенок должен собрать круг, квадрат, треугольник и т.п.

### Задание 5. Пространственные представления.

Предложите ребенку задания, в которых от него требуется обозначить пространственное положение вещей, предметов:

а) предложите ребенку показать правую, левую руку/ногу; предложите ребенка сказать и показать – справа или слева от него находится входная дверь, окно, доска и т.д.

б) предложите ребенку разноцветные карандаши и лист бумаги, на котором контуром нарисованы три вазы, отличающиеся по высоте и ширине друг от друга; ребенок должен выполнить следующие задания: вазу, которая находится посередине, нужно закрасить красным карандашом; вазу, которая расположена справа, нужно закрасить желтым карандашом; вазу слева нужно закрасить синим карандашом; справа от синей вазы нужно нарисовать цветок; слева от желтой вазы нужно нарисовать мяч.



в) предложите ребенку карандаш и листок, на котором нарисованы сидящие на дереве воробьи; на другом дереве сидит воробьишка, которая просит своих детей лететь в разных направлениях; ребенок должен помочь воробьям выполнить задания мамы, нарисовав карандашом стрелку в нужном направлении: птенцу с красным бантиком надо лететь вверх; воробушку в зеленой кепочке надо лететь вниз; птенчику с желтым бантиком надо лететь направо; воробушку в синей кепочке надо лететь налево.



### III. Задания на изучение навыков учебной работы.

#### Задание 1. Посадка за столом (партой).

Понаблюдайте за ребенком во время его работы за партой; правильная посадка ученика за школьную мебель характеризуется следующими критериями:

- туловище находится в вертикальном положении, он сидит за партой прямо;
- оба плеча должны находиться на одной высоте и мысленно проведенная линия через плечевые суставы должна быть параллельна поверхности стола;
- посадка должна обеспечивать полное соприкосновение стоп ребенка с полом;
- бедра и таз должны полностью соприкоснуться со скамейкой стула, ребенок не должен висеть между доской парты и полом;
- спина ребенка должна опираться на спинку стула.

#### Задание 2. Способ удерживания пишущего предмета.

Наблюдая за письмом ребенка, соотнесите способ удерживания ручки с основными критериями:

- ручка не должна быть зажата в кулак (нужно представить, что на среднем пальце правой руки есть «подушечка», на которую укладывается ручка; указательный и большой пальцы захватывают ручку сверху; большой палец расположен несколько выше указательного;
- конец указательного пальца должен отступать от кончика стержня на 1,5-2 см.;
- верхний конец ручки должен быть направлен в плечо; рука при письме опирается на основание запястья, на внешнее ребро ладони и мизинец; по мере письма медленно передвигается ребро ладони,

мягко скользят по бумаге, оставляя главной точкой опоры основание запястья.

**Задание 3. Ориентация на странице в тетради, книге.**

Наблюдая за работой ребенка во время письма, чтения, отметьте понимание ребенком пространственных отношений при письме в тетради и книге.

**Задание 4. Умение слушать и выполнять задание педагога.**

С целью изучения сформированности этого умения можете использовать методики, целью которых является диагностика произвольной регуляции деятельности: «Графический диктант» (Д.Б. Эльконин), методика определения уровня развития произвольной регуляции деятельности («Графический диктант» Н.В. Нижегородцевой) (см. Самостоятельную 2).

**Задание 5. Знание и выполнение правил поведения на уроке (занятии).**

Беседуя с ребенком, задайте ребенку ряд вопросов о том, как должен вести себя ученик на уроке (что делать, когда в класс заходит учитель; что делать, когда учитель задает вопрос и просит ученика ответить и т.д.); также, наблюдая за поведением ребенка в классе, учебной группе, соотнесите информацию, полученную в ходе беседы, с реальным поведением ребенка.

**Приложение 9.5.**

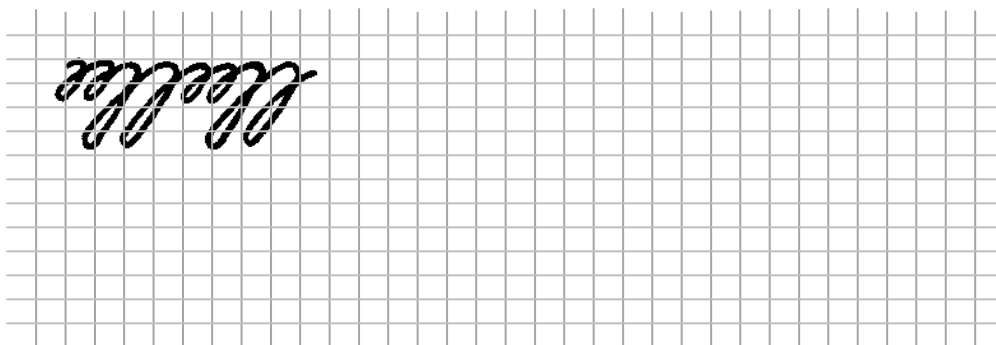
**Самостоятельная 1.**

**Раздел 4.** Готовность к школьному обучению

**Тема 9.** Содержание готовности к школьному обучению

**Вопрос.** Диагностика психологической готовности к обучению в школе

**Задание к методике «Продолжи узор»**





## Приложение 9.6.

### Самостоятельная 1.

#### Раздел 4. Готовность к школьному обучению

#### Тема 9. Содержание готовности к школьному обучению

#### Вопрос. Диагностика психологической готовности к обучению в школе

#### Пары слов к методике «Тест на изучение слуховой вербальной памяти»

|                 |
|-----------------|
| Кресло – Пила   |
| Клей – Лев      |
| Стрела – Дерево |
| Диван – Запад   |
| Сестра – Вода   |
| Трамвай – Стул  |
| Петух – Пальто  |
| Овца – Зерно    |
| Самовар – Глаз  |
| Море – Муза     |
| Пожар – Плод    |
| Земля – Свет    |

## Приложение 9.7.

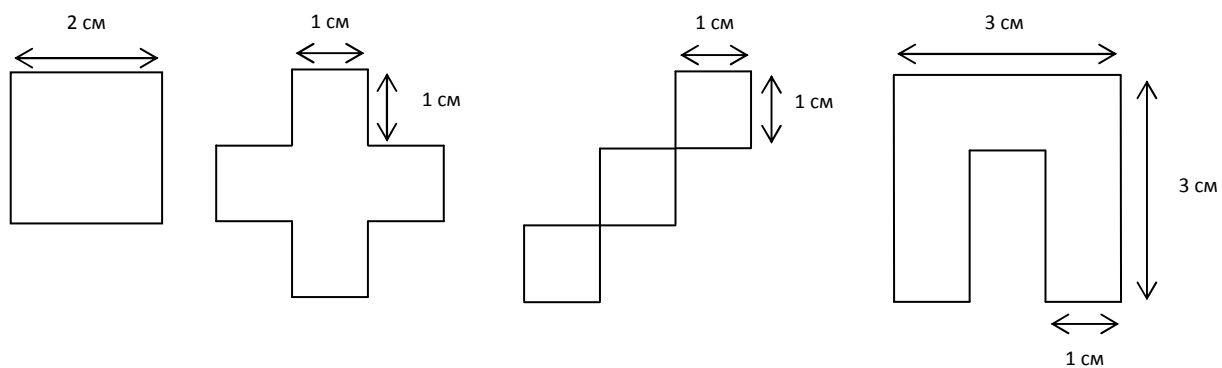
### Самостоятельная 1.

#### Раздел 4. Готовность к школьному обучению

#### Тема 9. Содержание готовности к школьному обучению

#### Вопрос. Диагностика психологической готовности к обучению в школе

#### Геометрические фигуры к методике «Тест на развитие зрительного анализа»





## Приложение 9.9.

### Самостоятельная 1.

Раздел 4. Готовность к школьному обучению

Тема 9. Содержание готовности к школьному обучению

Вопрос. Диагностика психологической готовности к обучению в школе

Образцы узоров для рисования к методике  
«Определение уровня развития произвольной регуляции деятельности»  
(«Графический диктант»)

1. □ + ○ □ + ○ □ +
2. △ || □ || △ || □ ||
3. + + ○ □ + + ○ □

## **Приложение 10.1.**

### **Самостоятельная 3.**

#### **Раздел 4. Готовность к школьному обучению**

#### **Тема 11. Структура диагностики к школьному обучению**

#### **Вопрос. Диагностика социальной готовности к обучению в школе**

#### **Вопросы к методике Е.З. Басиной**

1. Что ты больше всего на свете любишь? Что вообще ты любишь, что тебе нравится?
2. Что ты больше всего на свете не любишь? Чего ты вообще не любишь, что тебе не нравится?
3. Представь себе человека, который бы тебе так нравился, что ты хотел бы быть таким, как он, хотел бы быть похож на него. Какой это человек? Каким бы ты хотел быть? На кого бы ты хотел быть похож?
4. Представь себе человека, который бы тебе так не нравился, что ты ни за что не хотел бы быть на него похож. Какой это человек? Каким бы ты не хотел быть? На кого бы ты не хотел быть похож?
5. Что ты можешь рассказать о себе? Какой ты сам?

**Приложение 10.2.**

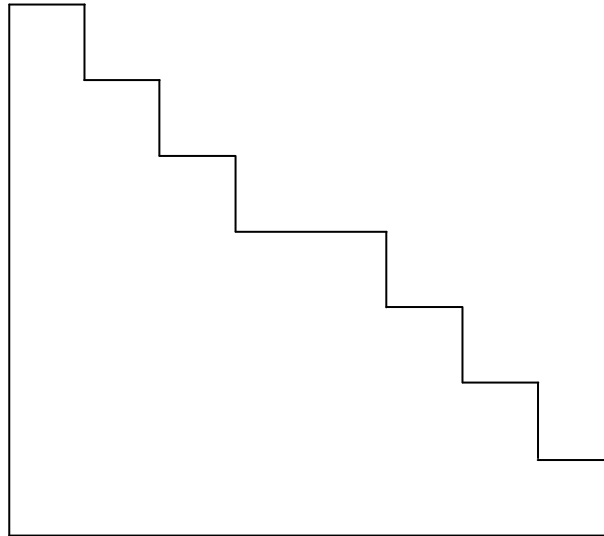
**Самостоятельная 3.**

**Раздел 4.** Готовность к школьному обучению

**Тема 11.** Структура диагностики к школьному обучению

**Вопрос.** Диагностика социальной готовности к обучению в школе

**Бланк к методике «Лесенка»**



### Приложение 10.3.

#### Самостоятельная 3.

#### Раздел 4. Готовность к школьному обучению

#### Тема 11. Структура диагностики к школьному обучению

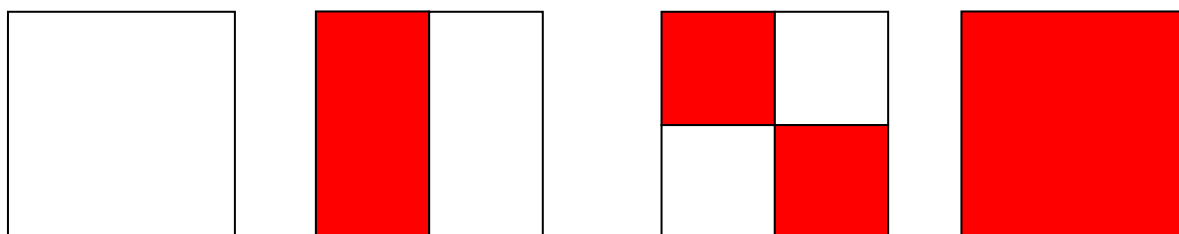
#### Вопрос. Диагностика социальной готовности к обучению в школе

#### Узоры различной степени сложности

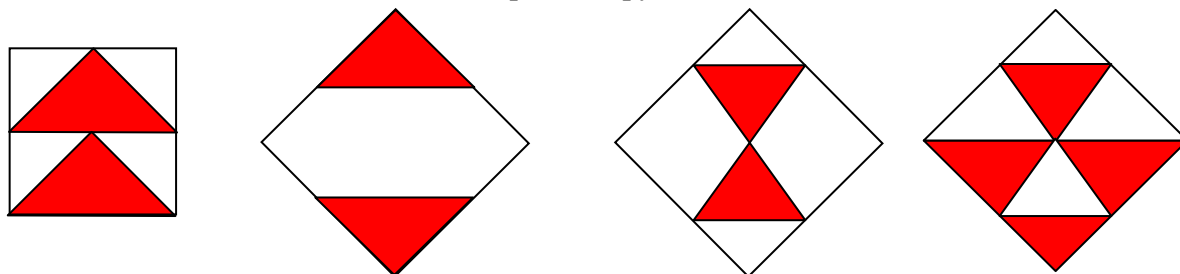
Квадратики, из которых выполняется узор



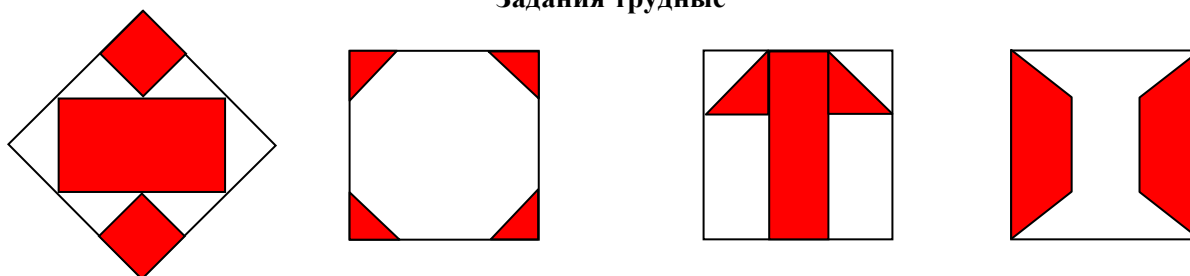
#### Задания легкие



#### Задания средней трудности



#### Задания трудные



## Приложение 10.4.

### Самостоятельная 3.

#### Раздел 4. Готовность к школьному обучению

#### Тема 11. Структура диагностики к школьному обучению

#### Вопрос. Диагностика социальной готовности к обучению в школе

#### Текст опросника детско-родительских отношений

1. Я всегда сочувствую своему ребенку.
2. Я считаю своим долгом знать все, о чем думает мой ребенок.
3. Мне кажется, что поведение моего ребенка значительно отклоняется от нормы.
4. Нужно подольше держать ребенка в стороне от реальных жизненных проблем, если они его травмируют.
5. Я испытываю к ребенку чувство симпатии.
6. Я уважаю своего ребенка.
7. Хорошие родители ограждают ребенка от трудностей жизни.
8. Мой ребенок часто мне неприятен.
9. Я всегда стараюсь помочь своему ребенку.
10. Бывают случаи, когда недоброе отношение к ребенку приносит ему пользу.
11. По отношению к своему ребенку я испытываю досаду.
12. Мой ребенок ничего не добьется в жизни.
13. Мне кажется, что друга? дети потешаются над моим ребенком.
14. Мой ребенок часто совершает такие поступки, которые заслуживают осуждения.
15. Мой ребенок отстает в психологическом развитии и для своего возраста выглядит недостаточно развитым.
16. Мой ребенок специально ведет себя плохо, чтобы досадить мне.
17. Мой ребенок, как губка, впитывает в себя все самое плохое.
18. При всем старании моего ребенка трудно научить хорошим манерам.
19. Ребенка с детства следует держать в жестких рамках, только тогда из него вырастет хороший человек.
20. Я люблю, когда друзья моего ребенка приходят к нам в дом.
21. Я всегда принимаю участие в играх и делах ребенка.
22. К моему ребенку постоянно «липнет» все дурное.
23. Мой ребенок не добьется успехов в жизни.
24. Когда в компании говорят о детях, мне становится стыдно, что мой ребенок не такой умный и способный, как другие дети.
25. Я жалею своего ребенка.
26. Когда я сравниваю своего ребенка со сверстниками, то они кажутся мне воспитаннее и разумнее, чем мой ребенок.
27. Я с удовольствием провожу с ребенком свое свободное время.
28. Я часто жалею о том, что мой ребенок вырастет, и с нежностью вспоминаю то время, когда он был еще совсем маленьким.
29. Я часто ловлю себя на том, что с неприязнью и враждебно отношусь к ребенку.
30. Я мечтаю о том, чтобы мой ребенок достиг того, что лично мне не удалось в жизни.
31. Родители должны не только требовать от ребенка, но и сами приспособиваться к нему, относиться к нему с уважением, как к личности.
32. Я стараюсь выполнять все просьбы и пожелания моего ребенка.
33. При принятии решений в семье следует учитывать мнение ребенка.
34. Я очень интересуюсь жизнью своего ребенка.
35. Я часто признаю, что в своих требованиях и претензиях ребенок по-своему прав.
36. Дети рано узнают о том, что родители могут ошибаться.
37. Я всегда считаюсь с ребенком.
38. Я испытываю дружеские чувства по отношению к ребенку.
39. Основная причина капризов моего ребенка – это эгоизм, лень и упрямство.
40. Если проводить отпуск с ребенком, то невозможно нормально отдохнуть.
41. Самое главное – чтобы у ребенка было спокойное, беззаботное детство.



42. Иногда мне кажется, что мой ребенок не способен ни на что хорошее.
43. Я разделяю увлечения моего ребенка.
44. Мой ребенок кого угодно может вывести из себя.
45. Огорчения моего ребенка мне всегда близки и понятны.
46. Мой ребенок часто меня раздражает.
47. Воспитание ребенка – это сплошная нервотрепка.
48. Строгая дисциплина в детстве развивает сильный характер.
49. Я не доверяю своему ребенку.
50. За строгое воспитание дети потом благодарят своих родителей.
51. Иногда мне кажется, что я ненавижу своего ребенка.
52. В моем ребенке больше недостатков, чем достоинств.
53. Мне близки интересы моего ребенка, я их разделяю.
54. Мой ребенок не в состоянии сделать что-либо самостоятельно, и если он это делает, то обязательно получается не так, как нужно.
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. 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. Ребенок должен дружить с теми детьми, которые нравятся его родителям.

#### Бланк ответов

|           | Да | Нет |           | Да | Нет |           | Да | Нет |           | Да | Нет |    | Да | Нет |
|-----------|----|-----|-----------|----|-----|-----------|----|-----|-----------|----|-----|----|----|-----|
| <b>1</b>  |    |     | <b>16</b> |    |     | <b>31</b> |    |     | <b>46</b> |    |     | 61 |    |     |
| <b>2</b>  |    |     | <b>17</b> |    |     | <b>32</b> |    |     | <b>47</b> |    |     |    |    |     |
| <b>3</b>  |    |     | <b>18</b> |    |     | <b>33</b> |    |     | <b>48</b> |    |     |    |    |     |
| <b>4</b>  |    |     | <b>19</b> |    |     | <b>34</b> |    |     | <b>49</b> |    |     |    |    |     |
| <b>5</b>  |    |     | <b>20</b> |    |     | <b>35</b> |    |     | <b>50</b> |    |     |    |    |     |
| <b>6</b>  |    |     | <b>21</b> |    |     | <b>36</b> |    |     | <b>51</b> |    |     |    |    |     |
| <b>7</b>  |    |     | <b>22</b> |    |     | <b>37</b> |    |     | <b>52</b> |    |     |    |    |     |
| <b>8</b>  |    |     | <b>23</b> |    |     | <b>38</b> |    |     | <b>53</b> |    |     |    |    |     |
| <b>9</b>  |    |     | <b>24</b> |    |     | <b>39</b> |    |     | <b>54</b> |    |     |    |    |     |
| <b>10</b> |    |     | <b>25</b> |    |     | <b>40</b> |    |     | <b>55</b> |    |     |    |    |     |
| <b>11</b> |    |     | <b>26</b> |    |     | <b>41</b> |    |     | <b>56</b> |    |     |    |    |     |
| <b>12</b> |    |     | <b>27</b> |    |     | <b>42</b> |    |     | <b>57</b> |    |     |    |    |     |
| <b>13</b> |    |     | <b>28</b> |    |     | <b>43</b> |    |     | <b>58</b> |    |     |    |    |     |
| <b>14</b> |    |     | <b>29</b> |    |     | <b>44</b> |    |     | <b>59</b> |    |     |    |    |     |
| <b>15</b> |    |     | <b>30</b> |    |     | <b>45</b> |    |     | <b>60</b> |    |     |    |    |     |

#### Содержание уровней выраженности стилей детско-родительских отношений

| Шкала               | Высокие баллы   | Низкие баллы   |
|---------------------|---|--|
| Принятие-отвержение | <b>24-32</b>  | <b>0-8</b>   |
|                     | у родителя имеется выраженное положительное отношение к ребенку; взрослый принимает ребенка таким, какой он есть, уважает и признает его индивидуальность, одобряет его интересы, поддерживает планы, проводит с ним достаточно много времени и не жалеет об этом | взрослый испытывает по отношению к ребенку в основном только отрицательные чувства: раздражение, злость, досаду, даже иногда ненависть; такой родитель считает своего ребенка неудачником, не верит в его будущее, низко оценивает его способности и нередко |

|                      |   |  |
|----------------------|---|--|
|                      |   | своим отношением подавляет ребенка   |
| Кооперация           | <b>7-8</b><br>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  | <b>0-2</b><br>взрослого мало интересуют занятия и увлечения ребенка, он не придает им большого значения, не испытывает удовольствия от совместной деятельности с ребенком и общения с ним; способности ребенка оценивает низко |
| Симбиоз              | <b>6-7</b><br>родитель ощущает себя с ребенком единым целым, стремится удовлетворить все его потребности, оградить от трудностей и неприятностей жизни; родитель постоянно ощущает тревогу за ребенка, представляя его маленьким и беззащитным; тревога родителя повышается, когда ребенок отдаляется от него волею обстоятельств, по своей воле такие родители не предоставляют ребенку самостоятельности никогда  | <b>0-2</b><br>взрослый, напротив, устанавливает психологическую дистанцию между собой и ребенком, мало заботится о нем   |
| Контроль             | <b>6-7</b><br>в родительском отношении 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 своеволие ребенка строго наказывают; родитель пристально следит за достижениями ребенка, его индивидуальными особенностями, привычками, мыслями, чувствами   | <b>0-2</b><br>контроль практически отсутствует   |
| Отношение к неудачам | <b>7-8</b><br>родитель воспринимает ребенка младшим по сравнению с его реальным возрастом; стремится инфантилизировать ребенка, приписывая ему личную и социальную несостоятельность; интересы, увлечения, мысли и чувства ребенка кажутся родителю детскими и несерьезными; ребенок представляется неприспособленным, неуспешным, открытым для дурных влияний - «маленьким неудачником»; родитель не доверяет своему ребенку, досадует на его неуспешность и неумелость, поэтому старается оградить ребенка от трудностей жизни и строго контролировать его действия | <b>0-2</b><br>неудачи ребенка взрослый считает случайными и верит в него   |

## Приложение 10.5.

### Самостоятельная 3.

#### Раздел 4. Готовность к школьному обучению

#### Тема 11. Структура диагностики к школьному обучению

#### Вопрос. Диагностика социальной готовности к обучению в школе

#### Текст методики «Отношение ребенка к чужому взрослому»

1. Разговаривает с воспитателем или другим значимым для него взрослым только тогда, когда находится с ним наедине или после некоторых усилий «разговорить» его.
2. Лжет из боязни.
3. Очень бурно переживает, плачет, обижается, если ему делают замечание.
4. Слишком тревожен, чтобы быть непослушным.
5. Любит, чтобы к нему проявляли симпатию, но не просит о ней.
6. Никогда не приносит взрослому и не показывает найденных им вещей.
7. Здоровается с воспитателем только тогда, когда тот обратит на него внимание.
8. Не подходит к взрослому по собственной инициативе.
9. Никогда не просит о помощи.
10. Легко становится «нервным», краснеет, если ему задают вопрос.

#### Бланк ответов

| ФИО ребенка |           | Возраст (лет) |          | Пол ( м / ж ) |            |
|-------------|-----------|---------------|----------|---------------|------------|
| <b>№</b>    | <b>Да</b> | <b>Нет</b>    | <b>№</b> | <b>Да</b>     | <b>Нет</b> |
| 1           |           |               | 6        |               |            |
| 2           |           |               | 7        |               |            |
| 3           |           |               | 8        |               |            |
| 4           |           |               | 9        |               |            |
| 5           |           |               | 10       |               |            |

## Приложение 10.6.

### Самостоятельная 3.

#### Раздел 4. Готовность к школьному обучению

#### Тема 11. Структура диагностики к школьному обучению

#### Вопрос. Диагностика социальной готовности к обучению в школе

#### Текст методики «Стандартная беседа Т.А. Нежной»

| №  | Вопросы беседы   | Варианты ответа  |
|----|--|--|
| 1. | Хочешь ли ты идти в школу?   | А - очень хочу   |
|    |  | Б - так себе, не знаю  |
|    |  | В - не хочу  |
| 2. | Почему ты хочешь идти в школу?   | А - интерес к учению, занятиям: хочу научиться читать, писать, стать грамотным, умным, много знать, узнать новое и т.д.  |
|    |  | Б - интерес к внешней школьной атрибутике: новая форма, книги, портфель и т.д.   |
|    |  | В - внеучебные интересы: в садике надоело, в школе не спят, там весело, все ребята идут в школу, «мама сказала»  |
| 3. | Готовишься ли ты к школе? Как ты готовишься (тебя готовят к школе)?  | А - освоение некоторых навыков чтения, письма, счета: с мамой учили буквы, решали задачки и т.д.   |
|    |  | Б - приобретение формы, школьных принадлежностей   |
|    |  | В - занятия, не относящиеся к школе  |
| 4. | Нравится ли тебе в школе? Что тебе нравится (не нравится) больше всего? (Предварительно у ребенка спрашивают, был ли он в школе) | А - уроки, школьные занятия, не имеющие аналогов в дошкольной жизни ребенка  |
|    |  | Б - внеучебные занятия и прочие, не связанные с учением моменты: перемена, занятия во внеурочное время, перемены, личность учителя, внешний вид школы, оформление класса |
|    |  | В - уроки художественно-физкультурного цикла, знакомые и близкие ребенку в дошкольном детстве и продолжающиеся в школе   |
| 5. | Если бы тебе не надо было ходить в школу и в детский сад, чем бы ты занимался дома, как бы проводил свой день?                   | А - занятия учебного типа: «Писал бы буквы, читал» и т.д.  |
|    |  | Б - дошкольные занятия: рисование, конструирование   |
|    |  | В - занятия, не имеющие отношения к школе: игры, гулянье, помощь по хозяйству, уход за животными   |

#### Бланк ответов

| № | Варианты ответа |   |   |
|---|-----------------|---|---|
|   | А               | Б | В |
| 1 |                 |   |   |
| 2 |                 |   |   |
| 3 |                 |   |   |
| 4 |                 |   |   |
| 5 |                 |   |   |

## Приложение 11.

### Самостоятельная 4.

#### Раздел 4. Готовность к школьному обучению

#### Тема 12. Изучение эмоциональной и поведенческой сфер младшего школьника

#### Вопрос. Карта наблюдения Д. Стотта

#### Текст методики «Карта наблюдения Д. Стотта»

**Инструкция:** просим Вас принять участие в обследовании данного ребенка. Для этого Вам необходимо внимательно прочитать следующие утверждения. Если они характерны для ребенка, то в регистрационном бланке зачеркните клеточку с соответствующим номером. Если такое поведение не характерно для ребенка, то никаких пометок делать не надо. Для удобства Вашей работы и дальнейшей обработки результатов описания поведения разбиты на несколько блоков, поэтому в бланке ответов содержится несколько строк. Номер строки соответствует номеру в предлагаемой Вам карте наблюдения.

#### I.

1. Разговаривает с учителем только тогда, когда находится с ним наедине.
2. Плачет, когда ему делают замечания.
3. Никогда не предлагает никому никакой помощи, но охотно оказывает ее, если его об этом попросят.
4. Ребенок «подчиненный» (соглашается на «невьигрышные» роли, например, во время игры бежит за мячом, в то время когда другие спокойно на это смотрят).
5. Слишком тревожен, чтобы быть непослушным.
6. Лжет из боязни.
7. Любит, если к нему проявляют симпатию, но не просит о ней.
8. Никогда не приносит учителю цветов или других подарков, хотя его товарищи часто это делают.
9. Никогда не приносит и не показывает учителю найденных им вещей, хотя его товарищи часто это делают.
10. Имеет только одного хорошего друга и, как правило, игнорирует остальных мальчиков и девочек в классе.
11. Здоровается с учителем только тогда, когда тот обратит на него внимание. Хочет быть замеченным.
12. Не подходит к учителю по собственной инициативе.
13. Слишком застенчив, чтобы попросить о чем-то (например, о помощи).
14. Легко становится «нервным», плачет, краснеет, если ему задают вопрос.
15. Легко устраняется от активного участия в игре.
16. Говорит невыразительно, бормочет, особенно тогда, когда с ним здороваются.

#### II.

1. Во время ответа на занятии иногда старателен, иногда ни о чем не заботится.
2. В зависимости от самочувствия либо просит о помощи в выполнении школьных задания, либо нет.
3. Ведет себя очень по-разному. Старательность в учебной комнате меняется почти ежедневно.
4. В играх иногда активен, иногда апатичен.
5. В свободное время иногда проявляет полное отсутствие интереса к чему бы то ни было.
6. Выполняя ручную работу, иногда очень старателен, иногда нет.
7. Нетерпелив, теряет интерес к работе по мере ее выполнения.
8. Рассерженный, «впадает в бешенство».
9. Может работать в одиночестве, но быстро устает.
10. Для ручной работы не хватает физических сил.
11. Вял, безынициативен (в классе).
12. Апатичен, пассивен, невнимателен.
13. Часто наблюдаются внезапные и резкие спады энергии.
14. Движения замедлены.

15. Слишком апатичен, чтобы из-за чего-нибудь расстраиваться (и, следовательно, ни к кому не обращается за помощью).
16. Взгляд «тупой» и равнодушный.
17. Всегда ленив и апатичен в играх.
18. Часто мечтает наяву.
19. Говорит невыразительно, бормочет.
20. Вызывает жалость (угнетенный, несчастный), редко смеется.

### III.

1. Абсолютно никогда ни с кем не здоровается.
2. Не реагирует на приветствия.
3. Не проявляет дружелюбия и доброжелательности к другим людям.
4. Избегает разговоров («замкнут в себе»).
5. Мечтает и занимается чем-то иным вместо занятий (живет в другом мире).
6. Совершенно не проявляет интереса к ручной работе.
7. Не проявляет интереса к коллективным играм.
8. Избегает других людей.
9. Держится вдали от взрослых, даже тогда, когда чем-то задет или в чем-то подозревается.
10. Совершенно изолируется от других детей (к нему невозможно приблизиться).
11. Производит такое впечатление, как будто совершенно не замечает других людей.
12. В разговоре беспокоен, сбивается с темы разговора.
13. Ведет себя подобно «настороженному животному».

### IV.

1. Очень охотно выполняет свои обязанности.
2. Проявляет чрезмерное желание здороваться с учителем.
3. Слишком разговорчив (докучает своей болтовней).
4. Очень охотно приносит цветы и другие подарки учителю.
5. Очень часто приносит и показывает учителю найденные им предметы, рисунки, модели и т.п.
6. Чрезмерно дружелюбен по отношению к учителю.
7. Преувеличенно много рассказывает учителю о своих занятиях в семье.
8. «Подлизывается», старается понравиться учителю.
9. Всегда находит предлог занять учителя своей особой.
10. Постоянно нуждается в помощи и контроле со стороны учителя.
11. Добивается симпатии учителя. Приходит к нему с различными мелкими делами и жалобами на товарищей.
12. Пытается «монополизировать» учителя (занимать его исключительно собственной особой).
13. Рассказывает фантастические, вымышленные истории.
14. Пытается заинтересовать взрослых своей особой, но не прилагает со своей стороны никаких стараний в этом направлении.
15. Чрезмерно озабочен тем, чтобы заинтересовать собой взрослых и приобрести их симпатии.
16. Полностью «устраняется», если его усилия не увенчаются успехом.

### V.

1. Переменчив в настроениях.
2. Исключительно нетерпелив, кроме тех случаев, когда находится в «хорошем» настроении.
3. Проявляет упорство и настойчивость в ручной работе.
4. Часто бывает в плохом настроении.
5. При соответствующем настроении предлагает свою помощь или услуги.
6. Когда о чем-то просит учителя, то бывает иногда очень сердечным, иногда - равнодушным.
7. Иногда стремится, а иногда избегает здороваться с учителями.
8. В ответ на приветствие может выражать злость или подозрительность.
9. Временами дружелюбен, временами в плохом настроении.
10. Очень переменчив в поведении. Иногда кажется, что он умышленно плохо выполняет работу.
11. Портит общественную и личную собственность (в домах, садах, общественном транспорте).
12. Вульгарный язык, рассказы, стихи, рисунки.
13. Неприятен, в особенности когда защищается от предъявляемых ему обвинений.
14. «Бормочет под нос», если чем-то недоволен.

15. Негативно относится к замечаниям.
16. Временами лжет без какого-либо повода и без затруднений.
17. Раз или два был замечен в воровстве денег, сладостей, ценных предметов.
18. Всегда на что-то претендует и считает, что несправедливо наказан.
19. «Дикий» взгляд. Смотрит «исподлобья».
20. Очень непослушен, не соблюдает дисциплину.
21. Агрессивен (кричит, угрожает, употребляет силу).
22. Охотнее всего дружит с так называемыми «подозрительными типами».
23. Часто ворует деньги, сладости, ценные предметы.
24. Ведет себя непристойно.

#### VI.

1. «Играет героя», особенно когда ему делают замечания.
2. Не может удержаться чтобы не «играть» перед окружающими.
3. Склонен «прикидываться дурачком».
4. Слишком смел (рискует без надобности).
5. Заботится о том, чтобы всегда находиться в согласии с большинством. Навязывается другим. Им легко управлять.
6. Любит быть в центре внимания.
7. Играет исключительно (или почти исключительно) с детьми старше себя.
8. Старается занять ответственный пост, но опасается, что не справится с ним.
9. Хвастает перед другими детьми.
10. Паясничает (строит из себя шута).
11. Шумно ведет себя, когда учителя нет в группе.
12. Одевается вызывающе (брюки, прическа - мальчики, преувеличенность в одежде, косметике - девочки).
13. Со страстью портит общественное имущество.
14. Дурацкие выходки в группе сверстников.
15. Подражает хулиганским проделкам других.

#### VII.

1. Не заинтересован в занятиях, успехе.
2. Занимается только тогда, когда над ним «стоят» или когда его заставляют работать.
3. Работает вне школы только тогда, когда его контролируют или заставляют работать.
4. Не застенчив, но проявляет безразличие при ответе на вопросы учителя.
5. Не застенчив, но никогда не просит о помощи.
6. Никогда добровольно не берется ни за какую работу.
7. Не заинтересован в одобрении или не одобрении взрослых.
8. Сводит к минимуму контакты с учителем, но нормально общается с другими людьми.
9. Избегает учителя, но разговаривает с другими людьми.
10. Списывает домашние задания.
11. Берет чужие книги без разрешения.
12. Эгоистичен, любит интриги, портит другим детям игры.
13. В играх с другими детьми проявляет хитрость и непорядочность.
14. «Нечестный игрок» (играет только для личной выгоды, обманывает в играх).
15. Не может смотреть прямо в глаза другому.
16. Скрытен и недоверчив.

#### VIII.

1. Мешает другим детям в играх, подсмеивается над ними, любит их пугать.
2. Временами очень недоброжелателен по отношению к тем детям, которые не принадлежат к тесному кругу его общения.
3. Надоедает другим детям, пристает к ним.
4. Ссорится, обижает других детей.
5. Пытается своими замечаниями, действиями создать определенные трудности у других детей.
6. Прячет или уничтожает предметы, принадлежащие другим детям.
7. Находится по преимуществу в плохих отношениях с другими детьми.
8. Пристает к более слабым детям.
9. Другие дети его не любят или даже не терпят.

10. Дерется не соответствующим образом (кусается, царапается и пр.).

#### **IX.**

1. Очень неряшлив.
2. Отказывается от контактов с другими детьми таким образом, что это для них очень неприятно.
3. Легко примиряется с неудачами в ручном труде.
4. В играх совершенно не владеет собой.
5. Непунктуален, нестарателен. Часто забывает или теряет карандаши, книги, другие предметы.
6. Неровный, безответственный в ручном труде.
7. Нестарателен в школьных занятиях.
8. Слишком обеспокоен, чтобы работать в одиночку.
9. В группе не может быть внимателен или длительно на чем-либо сосредоточиться.
10. Не знает, что с собой делать. Ни на чем не может остановиться хотя бы на относительно длинный срок.
11. Слишком беспокоен, чтобы запомнить замечания или указания взрослых.

#### **X.**

1. Играет игрушками, слишком детскими для его возраста.
2. Любит игры, но быстро теряет к ним интерес.
3. Слишком инфантилен в речи.
4. Слишком незрел, чтобы прислушиваться и следовать указаниям.
5. Играет исключительно (преимущественно) с более младшими детьми.
6. Слишком тревожен, чтобы решиться на что-либо.
7. Другие дети пристают к нему (он является «козлом отпущения»).
8. Его часто подозревают в том, что он прогуливает уроки, хотя на самом деле он пытался это сделать раз или два.
9. Часто опаздывает.
10. Уходит с отдельных уроков.
11. Неорганизован, разболтан, несобран.
12. Ведет себя в группе (классе) как посторонний, отверженный.

#### **XI.**

1. Заикается, запинаясь. «Трудно вытянуть из него слово».
2. Говорит беспорядочно.
3. Часто моргает.
4. Бесцельно двигает руками. Разнообразные «тики».
5. Грызет ногти.
6. Ходит, подпрыгивая.
7. Сосет палец (старше 10 лет).

#### **XII.**

1. Часто отсутствует в школе.
2. Не бывает в школе по нескольку дней.
3. Родители сознательно лгут, оправдывая отсутствие ребенка в школе.
4. Вынужден оставаться дома, чтобы помогать родителям.
5. Неряшлив, «грязнуля».
6. Выглядит так, как будто очень плохо питается.
7. Значительно некрасивее других детей.

#### **XIII.**

1. Очень раннее развитие, чувствительность к противоположному полу.
2. Задержки в половом развитии.
3. Проявляет извращенные сексуальные наклонности.

#### **XIV.**

1. Сильно отстает в учебе.
2. «Туп» для своего возраста.
3. Совершенно не умеет читать.
4. Огромные недостатки в знании элементарной математики.
5. Совершенно не понимает математики.
6. Другие дети относятся к нему как к дурачку.
7. Попросту глуп.

#### **XV.**



1. Неправильное дыхание.
2. Частые простуды.
3. Частые кровотечения из носа.
4. Дышит через рот.
5. Склонность к ушным заболеваниям.
6. Склонность к кожным заболеваниям.
7. Жалуется на частые боли в желудке и тошноту.
8. Частые головные боли.
9. Склонность чрезмерно бледнеть или краснеть.
10. Болезненные, покрасневшие веки.
11. Очень холодные руки.
12. Косоглазие.
13. Плохая координация движений.
14. Неестественные позы тела.

### XVI.

1. Плохое зрение.
2. Слабый слух.
3. Слишком маленький рост.
4. Чрезмерная полнота.
5. Другие ненормальные особенности телосложения.

### Регистрационный бланк

Дата \_\_\_\_\_

ФИО ребенка \_\_\_\_\_ Возраст ребенка \_\_\_\_\_ Пол ребенка \_\_\_\_\_

ФИО педагога \_\_\_\_\_

|     |      |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|-----|------|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
|     | I    | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7  | 8  | 9  | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |    |    |    |    |    |    |    |
|     | II   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7  | 9  | 10 | 8  | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |    |    |    |
|     | III  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7  | 8  | 9  | 10 | 11 | 12 | 13 |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| IV  | 1    | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 9  | 11 | 13 | 15 | 8  | 10 | 12 | 14 | 16 |    |    |    |    |    |    |    |    |
| V   | 1    | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8  | 9  | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
|     | VI   | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8  | 9  | 10 | 1  | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |    |    |    |    |    |    |    |    |
| VII | 1    | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 8 | 9  | 10 | 11 | 7  | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |    |    |    |    |    |    |    |    |
|     | VIII | 1 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8  | 9  | 10 | 2  |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|     | IX   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7  | 8  | 9  | 10 | 11 |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|     | X    | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 9 | 10 | 6  | 7  | 8  | 11 | 12 |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|     | XI   | 2 | 3 | 4 | 1 | 5 | 6 | 7  |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|     | XII  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7  |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|     | XIII | 1 | 2 | 3 |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|     | XIV  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7  |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| XV  | 1    | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8  | 9  | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|     | XVI  | 1 | 2 | 4 | 5 | 3 |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |

## Приложение 12.1.

**Раздел 5.** Формирование психологических новообразований в младшем школьном возрасте  
**Тема 14.** Методы диагностики сформированности психологических новообразований младшего школьного возраста

### Текст методики «Исключение понятий»

#### Наборы из четырех слов:

1. Яблоко, морковь, капуста, перец.
2. Ботинки, сапоги, шнурки, валенки.
3. Ручка, бумага, карандаш, фломастер.
4. Корова, коза, лось, лошадь.
5. Термометр, врач, учитель, медсестра.

#### Наборы из пяти слов:

1. Тюльпан, лилия, фасоль, ромашка, фиалка.
2. Река, озеро, море, мост, пруд.
3. Кукла, прыгалки, песок, мяч, юла.
4. Стол, ковер, кресло, кровать, табурет.
5. Тополь, береза, орешник, липа, осина.
6. Курица, петух, орел, гусь, индюк.
7. Круг, треугольник, четырехугольник, указка, квадрат.
8. Саша, Витя, Стасик, Петров, Коля.
9. Число, деление, сложение, вычитание, умножение.
10. Веселый, быстрый, грустный, вкусный, осторожный.

#### Бланк фиксации результатов

ФИО \_\_\_\_\_ Пол ( м / ж )    Возраст (лет)

| №  | Показатель   | Характеристика |
|----|--|----------------|
| 1. | Сформированность операции обобщения  |                |
| 2. | Характер ошибок при выделении обобщающих признаков   |                |
| 3. | Характер и развернутость объяснений ребенка  |                |
| 4. | Стиль деятельности ребенка   |                |
| 5. | Уровень обобщающих операций в категориях   |                |
| 6. | Возможность ребенка оценить собственные суждения, его критичность к результатам собственной деятельности |                |

## Приложение 12.2.

**Раздел 5.** Формирование психологических новообразований в младшем школьном возрасте  
**Тема 14.** Методы диагностики сформированности психологических новообразований младшего школьного возраста

### Текст методики «Выбор простых аналогий»

|     |                              |   |
|-----|------------------------------|---|
| 1.  | Ложка<br>-----<br>Каша       | Вилка<br>-----<br>Масло, Нож, Тарелка, Мясо, Посуда               |
| 2.  | Школа<br>-----<br>Обучение   | Больница<br>-----<br>Доктор, Ученик, Учреждение, Лечение, Больной |
| 3.  | Лошадь<br>-----<br>Жеребёнок | Корова<br>-----<br>Пастбище, Рога, Молоко, Теленок, Бык           |
| 4.  | Ухо<br>-----<br>Слушать      | Зубы<br>-----<br>Видеть, Лечить, Рот, Щека, Жевать                |
| 5.  | Собака<br>-----<br>Шерсть    | Щука<br>-----<br>Овца, Ловкость, Рыба, Удочки, Чешуя              |
| 6.  | Чай<br>-----<br>Сахар        | Суп<br>-----<br>Вода, Тарелка, Крупа, Соль, Ложка                 |
| 7.  | Дерево<br>-----<br>Сук       | Рука<br>-----<br>Топор, Перчатка, Нога, Работа, Палец             |
| 8.  | Коньки<br>-----<br>Зима      | Лодка<br>-----<br>Лед, Каток, Весло, Лето, Река                   |
| 9.  | Свинец<br>-----<br>Тяжелый   | Пух<br>-----<br>Трудный, Перина, Перья, Легкий, Куриный           |
| 10. | Тонкий<br>-----<br>Голстый   | Безобразный<br>-----<br>Красивый, Жирный, Грязный, Урод, Веселый  |
| 11. | Яйцо<br>-----<br>Скорлупа    | Картофель<br>-----<br>Суп, Шелуха, Курица, Огород, Капуста        |
| 12. | Нож<br>-----<br>Сталь        | Стол<br>-----<br>Вилка, Дерево, Стул, Пища, Скатерть              |

### Бланк фиксации результатов

ФИО \_\_\_\_\_ Пол ( м / ж )    Возраст (лет)

| №  | Показатель  | Характеристика |
|----|---|----------------|
| 1. | Возможность удержания инструкции и логики задания                       |                |
| 2. | Критичность ребенка к результатам своей деятельности                    |                |
| 3. | Доступность операций установления логических связей по аналогии в целом |                |
| 4. | Стратегия (-и) выделения ребенком логических связей и отношений между   |                |

|    |   |  |
|----|---|--|
|    | понятиями   |  |
| 5. | Возможность зрительного анализа большого объема печатного материала |  |
| 6. | Наличие ответов импульсивного характера                             |  |
| 7. | Инертность в выборе связей  |  |
| 8. | Объем и характер необходимой помощи при обучении                    |  |

| <b>№</b> | <b>Стимульное слово</b> | <b>Ответ ребенка</b> |
|----------|-------------------------|----------------------|
| 1.       | Вилка                   |                      |
| 2.       | Больница                |                      |
| 3.       | Корова                  |                      |
| 4.       | Зубы                    |                      |
| 5.       | Щука                    |                      |
| 6.       | Суп                     |                      |
| 7.       | Рука                    |                      |
| 8.       | Лодка                   |                      |
| 9.       | Пух                     |                      |
| 10.      | Безобразный             |                      |
| 11.      | Картофель               |                      |
| 12.      | Стол                    |                      |

### Приложение 12.3.

**Раздел 5.** Формирование психологических новообразований в младшем школьном возрасте  
**Тема 14.** Методы диагностики сформированности психологических новообразований младшего школьного возраста

#### Текст методики «Мотивация учения и адаптация ребенка в школе»

1. Тебе нравится в школе или не очень?
2. Утром, когда ты просыпаешься, ты всегда с радостью идешь в школу или тебе хочется остаться дома?
3. Если бы учитель сказал, что завтра в школу необязательно приходить всем ученикам, ты бы пошел в школу или остался дома?
4. Тебе нравится, когда у вас отменяют какие-нибудь уроки?
5. Ты хотел бы, чтобы не задавали домашних заданий?
6. Ты хотел бы, чтобы в школе остались одни предметы?
7. Ты часто рассказываешь о школе родителям?
8. Ты бы хотел, чтобы у тебя был менее строгий учитель?
9. У тебя в классе много друзей?
10. Тебе нравятся твои одноклассники?

#### Бланк фиксации результатов

ФИО \_\_\_\_\_

Пол ( м / ж )

Возраст (лет)

| № вопроса | Ответ ребенка |             |               |
|-----------|---------------|-------------|---------------|
|           | Отрицательный | Нейтральный | Положительный |
| 1.        |               |             |               |
| 2.        |               |             |               |
| 3.        |               |             |               |
| 4.        |               |             |               |
| 5.        |               |             |               |
| 6.        |               |             |               |
| 7.        |               |             |               |
| 8.        |               |             |               |
| 9.        |               |             |               |
| 10.       |               |             |               |

## Приложение 12.4.

**Раздел 5.** Формирование психологических новообразований в младшем школьном возрасте  
**Тема 14.** Методы диагностики сформированности психологических новообразований младшего школьного возраста

### Текст методики «Направленность на приобретение знаний»

1. Получив плохую отметку, ты, придя домой:
  - а) сразу садишься за уроки, повторяя и то, что плохо ответил;
  - б) садишься смотреть телевизор или играть на компьютере, думая, что урок по этому предмету будет еще через день.
2. После получения хорошей отметки ты:
  - а) продолжаешь добросовестно готовиться к следующему уроку;
  - б) не готовишься тщательно, так как знаешь, что все равно не спросят.
3. Бывает ли, что ты остаешься недоволен ответом, а не отметкой:
  - а) да;
  - б) нет.
4. Что для тебя учеба:
  - а) познание нового;
  - б) обременительное занятие.
5. Зависят ли твои отметки от тщательности подготовки к уроку:
  - а) да;
  - б) нет.
6. Анализируешь ли ты после получения низкой отметки, что ты сделал неправильно:
  - а) да;
  - б) нет.
7. Зависит ли твое желание готовить домашнее задание от того, выставляют ли за него отметки:
  - а) да;
  - б) нет.
8. Легко ли ты начинаешь учебу после каникул:
  - а) да;
  - б) нет.
9. Жалеешь ли ты, что не бывает уроков из-за болезни учителя:
  - а) да;
  - б) нет.
10. Когда ты, перейдя в следующий класс, получаешь новые учебники, тебя интересует, о чем в них идет речь:
  - а) да;
  - б) нет.
11. Что, по-твоему, лучше - учиться или болеть:
  - а) учиться;
  - б) болеть.
12. Что для тебя важнее - отметки или знания:
  - а) отметки;
  - б) знания.

### Бланк фиксации результатов

ФИО \_\_\_\_\_

Пол ( м / ж )

Возраст (лет)

| № | А | Б | №  | А | Б |
|---|---|---|----|---|---|
| 1 |   |   | 6  |   |   |
| 2 |   |   | 7  |   |   |
| 3 |   |   | 8  |   |   |
| 4 |   |   | 9  |   |   |
| 5 |   |   | 10 |   |   |

## Приложение 12.5.

**Раздел 5.** Формирование психологических новообразований в младшем школьном возрасте  
**Тема 14.** Методы диагностики сформированности психологических новообразований младшего школьного возраста

### Текст методики «Направленность на отметку»

| №   | Вопросы   | Да | Нет |
|-----|---|----|-----|
| 1.  | Помнишь ли ты, когда получил первую в жизни двойку?   |    |     |
| 2.  | Беспокоит ли тебя, что твои отметки несколько хуже, чем у других учеников класса?   |    |     |
| 3.  | Бывает ли, что перед контрольной работой сердце у тебя начинает учащенно биться?  |    |     |
| 4.  | Краснеешь ли ты при объявлении тебе плохой отметки?   |    |     |
| 5.  | Если в конце недели ты получишь плохую отметку, у тебя в выходной день плохое настроение?                                     |    |     |
| 6.  | Если тебя долго не вызывают, это тебя беспокоит?  |    |     |
| 7.  | Волнует ли тебя реакция сверстников на полученную тобой отметку?  |    |     |
| 8.  | После получения хорошей отметки готовишься ли ты к следующему уроку как следует, хотя знаешь, что все равно скоро не спросят? |    |     |
| 9.  | Тревожит ли тебя ожидание опроса?   |    |     |
| 10. | Было бы тебе интересно учиться, если бы отметок вообще не было?   |    |     |
| 11. | Захочешь ли ты, чтобы тебя спросили, если будешь знать, что отметку за ответ не поставят?                                     |    |     |
| 12. | После получения отметки на уроке ты продолжаешь активно работать?   |    |     |

## Приложение 12.6.

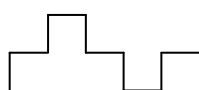
**Раздел 5.** Формирование психологических новообразований в младшем школьном возрасте  
**Тема 14.** Методы диагностики сформированности психологических новообразований младшего школьного возраста

### Примеры образцов (узоров) рисования линий в методике «Графический диктант»

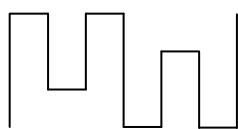
Образец 1.



Образец 2.



Образец 3.





## Приложение 12.7.

**Раздел 5.** Формирование психологических новообразований в младшем школьном возрасте  
**Тема 14.** Методы диагностики сформированности психологических новообразований младшего школьного возраста

### Корректирующая таблица

с х а в с х е в и х н а и с х н в х в к с н а и с е х в х е н а и с н  
в н х и в с н а в с а в с н а е к е а х в к е с в с н а и с а и с н а  
н х и с х в х е к в х и в х е и с н е и н а и е н к х к и к х е к в к  
х а к с х н с к а и с е к в х н а и с н х е к х и с н а к с к в х к в  
и с н а и к а е х к и с н а и к х е х е и с н а х к е к х в и с н а и  
с н а и с в н к х в а и с н а х е к е х с н а к с в е е в а и с н а  
к х к е к н в и с н к х в е х с н а и с к е с и к н а е с н к х к в и  
к а х в е и в н а х и е н а и к в и е а к е и в а к с в е и к с н а в  
н к е с н к с в х и е с в х к н в в с к в е в к н и е с а в и е х е в  
х е и в к а и с н а с н а и с х а к в н н а к с х а и е n a s n a i s  
е в х к х с н е и с n a i s n k v k x в е к е в к в n a i s n a i s n  
а в а n a x k a с e s n a i s e s x k в a i s n a s a v k x s n e i s  
в и к в e n a i e n e k х a в и х н в и х к х e х н в и s n в с e a x  
н к e х в и э n a e i s n в i a e в a e n х в х в i s n a e i e k a i  
к e i s n e s a e i x в к e в e i s n a e a i s n k в e х и k x n k e  
е a k a e k х e в с k х e k х n a i s n k в e в e s n a i s e k х e k  
и s n e i s n в i e x k в х e i v n a k i s х a i e v k e в k i e х e  
в х в k i s n a i a i e n a k s х k i в х n i k м s n a i v e s n a  
с n a i k в e х k в k e s в k s n х i a s n a k s х k х в х e a e s k  
и s n a i e x k e k e i x n в х a k e i s n a i k х в s х n в i e x  
e n a i s a k в s n х a e s х a i s n a e n k i s х k e х в х в s k n  
e k х e k n a i v k в k х e х i s n a i x k a х e n a i e n i k в k e  
e х в k в i e х a i e х e k в s n e i e s в n e в i s n a e a х n х k  
и s n a i e i n e в i s n a i v e в х s i s в a i e в х e i x s k e i  
e в х в a e s n a s n k i s х e a e x k в e х e a i s n a s в a i s x  
х в e k х s n k i s e k a e k s n a i i e x s e x s n a i s n в e k х  
a в e n a х i a k х в e i v e a i k в a в i x n a х k s в х e х i v х  
н s i e a х s n a n a e s n в k s n х a e в i k a i k n k n a в s n s  
s i a e s в k х e k s n a k s х в х k в s n х k s в e х k a s n a i s  
n a i s n х a в k e в х k i e i s n a i n х a s n e х k s х e в k х e  
х e в х e n в i x n k в х e k n a i s n х a i v e n a i x n х k в х e  
k i s n k e k n s в i a s в a e x s х в a i s n a e k х e k a i v n a  
a e n k a i s х a i s n х i s в k в s e k х в e k i s n a i s n a i s  
и s k a i k в k n в х s k в n a i e n i s n a i х a в k n в e х в a  
e в х e v n a i s k a i a n a k х k в k e в e k в n х i s k a i s n в  
n a n s n х s х в k i s n a i e x e k х n a i s n в e х в e i s n х в

## Приложение 12.8.

**Раздел 5.** Формирование психологических новообразований в младшем школьном возрасте

**Тема 14.** Методы диагностики сформированности психологических новообразований младшего школьного возраста

### Бланк методики диагностики самооценки

Фамилия, имя \_\_\_\_\_ Возраст \_\_\_\_ Класс \_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_

здоровый

аккуратный

умелый

умный

добрый

есть друзья

веселый

хороший ученик

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

больной

неаккуратный

неумелый

глупый

злой

нет друзей

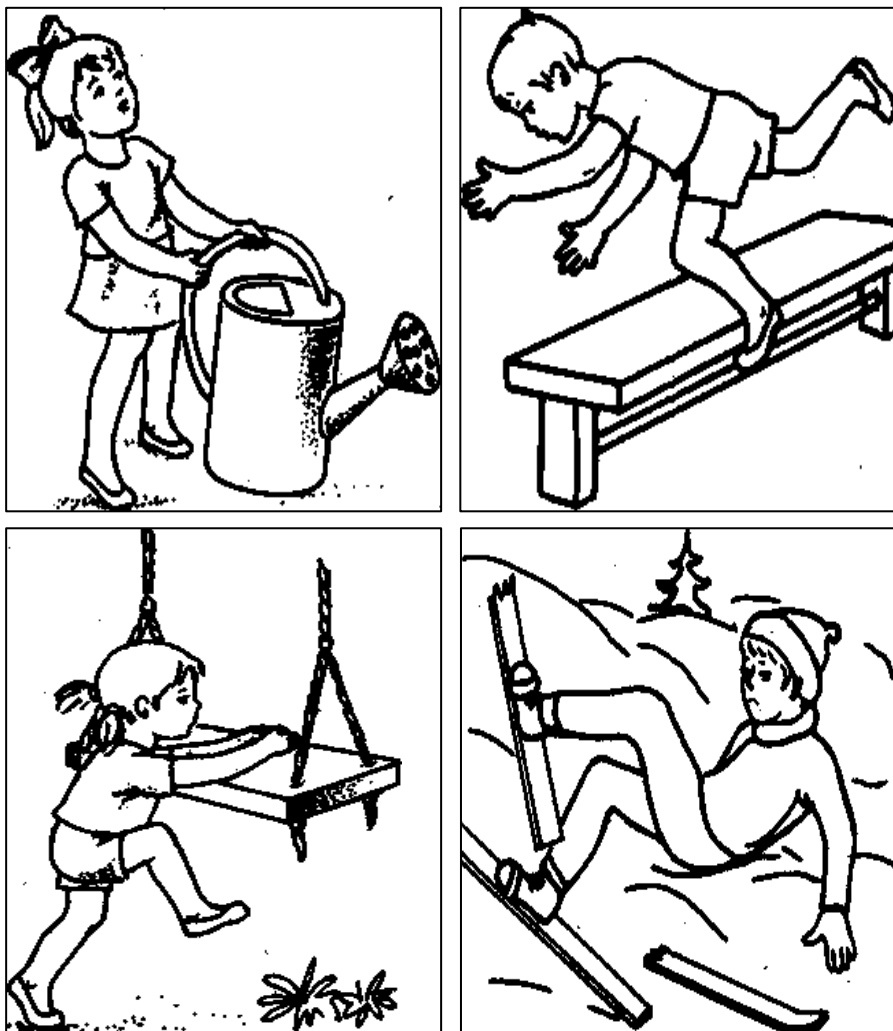
скучный

плохой ученик

### Приложение 12.9.

Раздел 5. Формирование психологических новообразований в младшем школьном возрасте  
Тема 14. Методы диагностики сформированности психологических новообразований младшего школьного возраста

Картинки с изображением сверстников ребенка в ситуациях неуспеха в деятельности



*Учебное издание*

**РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ ПО ДИСЦИПЛИНЕ  
«ПСИХОЛОГИЯ АДАПТИВНОГО И ДЕЗАДАПТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ»**

Учебно-методическое пособие

Юрий Николаевич Слепко  
Анна Эдуардовна Цымбалюк

Издательство Международной Академии Психологических Наук