



EFFECTON STUDIO

**НАПРАВЛЕНИЯ И ПРОГРАММЫ
ИСПОЛЬЗОВАНИЯ КОМПЛЕКСА
В УЧРЕЖДЕНИЯХ СОЦЗАЩИТЫ**

www.effecton.ru



СОДЕРЖАНИЕ	2
ВВЕДЕНИЕ	5
ГЛАВА 1. СОДЕРЖАНИЕ КОМПЛЕКСА.....	6
1.1. Познавательные процессы	6
1.2. Личность.....	7
1.3. Состояние	8
1.4. Отношения.....	9
1.5. Развивающие методики	10
1.6. Профориентационные методики.....	10
1.7. Анализ результатов психологических экспериментов	11
ГЛАВА 2. ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ СЛУЖБА В УЧРЕЖДЕНИЯХ СОЦЗАЩИТЫ.....	12
2.1. Проблемы клиентов психологической службы соцзащиты	12
2.2. Основные задачи психологической службы в контексте работы с несовершеннолетними	12
2.3. Направления деятельности психологической службы.....	14
ГЛАВА 3. НАПРАВЛЕНИЯ И ПРОГРАММЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ КОМПЛЕКСА.....	17
EFFECTON STUDIO	17
3.1 Выявление причин неуспеваемости	17
3.2 Выявление синдрома дефицита внимания	18
3.3 Оценка динамики развития познавательных процессов и способностей.....	19
3.4 Работа с одаренными детьми.....	20
3.5 Психологическая экспертиза новых педагогических технологий.....	21
3.6 Анализ проблем личностного развития	22
3.7 Анализ текущего психологического состояния детей	24
3.8 Анализ текущего физического состояния детей	25
3.9 Психологический паспорт.....	25
3.10 Анализ межличностных отношений детей со сверстниками, педагогами	26
3.11 Разрешение конфликтов между учащимися и преподавателями	27
3.12 Анализ родительно-детских отношений.....	27
3.13 Профильное обучение детей	28
3.14 Профессиональная ориентация детей	29
3.15 Развитие познавательных процессов у детей	31
3.16 Оптимизация умственной работоспособности.....	32
3.17 Профилактика негативных факторов работы с компьютером	32
3.18 Психологический анализ педагогического коллектива	33
3.19 Личностно-ориентированная образовательная работа.....	34
3.20 Здоровьесберегающее образование.....	34
3.21 Статистический анализ результатов групповых исследований.....	35
ГЛАВА 4. ОПИСАНИЕ МЕТОДИК КОМПЛЕКСА	37
4.1 Познавательные процессы	37
4.1.1 Пакет «Zoo» (Зоопарк)	37
4.1.2 Пакет «Внимание»	38

4.1.3	Пакет «Память»	40
4.1.4	Пакет «Ягуар»	44
4.1.5	ШТОМ (школьный тест освоенности мышления)	48
4.1.6	ШТУР (школьный тест умственного развития)	48
4.1.7	AIST (Amthauer Intelligenz Struktur Test)	49
4.1.8	Тест социального интеллекта Гилфорда	50
4.1.9	Пакет «КИО (комплексное исследование одаренности)»	51
4.2	Пакет «Личность»	53
4.2.1	Личностный опросник Кеттелла (CPQ)	53
4.2.2	Личностный опросник Кеттелла (16-PF)	54
4.2.3	Тест-опросник Шмишека (детский и взрослый варианты)	55
4.2.4	Личностный опросник Айзенка (EPI)	56
4.2.5	Личностный опросник Айзенка (подростковый вариант)	57
4.2.6	Тест-опросник Стреляу	57
4.2.7	Шкала личностной тревожности Спилбергера-Ханина	58
4.2.8	Опросник для выявления агрессивности Басса-Дарки	59
4.2.9	ТМД (тест мотивации достижения)	59
4.3	Пакет «Состояние»	60
4.3.1	Тест «САН (самочувствие, активность, настроение)»	60
4.3.2	Шкала ситуационной тревожности	60
4.3.3	Шкала эмоциональных состояний Уэссмана-Рикса	60
4.3.4	Цветовой тест Люшера	61
4.3.5	Оценка физического здоровья детей	63
4.3.6	Оценка физического состояния взрослых	63
4.3.7	Определение биологического возраста	63
4.3.8	Оценка психологического состояния младших школьников	64
4.3.9	Оценка нервно-психического напряжения	64
4.4	Пакет «Отношения»	64
4.4.1	Анкета "Мотивация учения и причины неуспеваемости"	64
4.4.2	Анкета родителей	64
4.4.3	Опросник Лири (диагностика межличностных отношений)	65
4.4.4	Ориентационная анкета Басса	66
4.4.5	Опросник «Способы реагирования в конфликте»	67
4.4.6	Опросник «Отношение к учебному заведению»	68
4.4.7	Опросник «Отношение детей к преподавателям»	68
4.4.8	Опросник профессиональной направленности личности преподавателя	68
4.4.9	Опросник «Психологический климат в педагогическом коллективе»	69
4.4.10	Тест-опросник родительского отношения	69
4.4.11	Опросник АСВ (Анализ семейного воспитания)	71
4.5	Тренажер «Комфорт»	72
4.5.1	Упражнения йоги для профилактики утомления зрения	73
4.5.2	Физические упражнения	73
4.5.3	Японский точечный массаж Шиатцу	73
4.5.4	Упражнения японской дыхательной терапии	73
4.5.5	Психотехнические упражнения американской имаготерапии	73
4.6	Профориентация	74
4.6.1	Анкета оптанта	74
4.6.2	Методика определения профессионального личностного типа Голланда	74
4.6.3	Опросник профессиональных предпочтений Кабардовой	75
4.6.4	Карта интересов Голомштока	76

4.6.5	Методика изучения склонностей Синявского и Федоришина.....	76
4.6.6	Методика "Мотивы выбора профессии"	77
4.6.7	Опросник для оценки мотивации к достижению цели Элерса.....	77
4.6.8	Методика оценки уровня притязаний Бороздиной	77
4.6.9	Словарь современных профессий.....	78
4.6.10	Профессиограммы современных профессий	78
4.7	Психодиагностика профессиональной деятельности.....	79
4.7.1	Выявление менеджерских способностей	79
4.7.2	Выявление предпринимательских способностей.....	79
4.7.3	Выявление лидерских качеств у мужчин	80
4.7.4	Выявление лидерских качеств у женщин	80
4.7.5	Оценка творческого потенциала	80
4.7.6	Оценка мотивации к успеху и боязни неудачи.....	81
4.7.7	Оценка уровня контроля над жизненными ситуациями	81
4.7.8	Оценка лояльности сотрудника к своей организации, компании, фирме	82
4.7.9	Оценка уверенности в себе	83
4.7.10	Оценка волевых качеств личности	83
4.7.11	Оценка нервно-психической устойчивости	84
4.7.12	Оценка степени готовности к риску.....	84
4.7.13	Оценка уровня развития адаптационных способностей.....	84
4.8	Обработка и анализ данных	85
4.8.1	СОРТ (статистическая обработка результатов тестирования).....	85



Специализированный комплекс компьютерных психодиагностических и развивающих программ Effecton Studio предназначен для эффективной работы психолога в учреждениях соцзащиты.

Компьютерная психодиагностика предоставляет психологу целый ряд существенных преимуществ:

- быстрое получение диагностических результатов, что крайне важно при консультировании;
- освобождение от трудоемких рутинных операций, таких как инструктирование, ведение протокола, обработка результатов;
- повышение точности регистрации результатов и устранение неизбежных ошибок обработки объемных тестов;
- повышение уровня стандартизации обследования;
- использование сложных алгоритмов обработки информации;
- создание банка психологических данных;
- наличие интеллектуального интерфейса, в частности возможность получения справки, развернутого психодиагностического заключения.
- удобство и компактность хранения психодиагностических результатов.



ГЛАВА 1. СОДЕРЖАНИЕ КОМПЛЕКСА

Комплекс состоит из семи тематических разделов, отражающих основные виды психодиагностической работы психолога, содержит 12 программных пакетов, включающих более 150 тестов и развивающих упражнений.

Продуманный подбор методик позволяет психологу работать со всеми участниками реабилитационного и воспитательного процессов – детьми младшего, подросткового, юношеского возраста, педагогами, родителями.

1.1. ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ ПРОЦЕССЫ

Развитие познавательных способностей во многом определяет успешность освоения учебных программ. С помощью компьютерных программ, входящих в комплекс Effecton Studio, можно быстро и точно оценить качество восприятия, внимания, памяти, мышления учащихся. Это позволит определить уровень и динамику их развития, причины неуспеваемости, проводить развивающие занятия с одаренными детьми и коррекционные занятия с детьми, чьи познавательные способности недостаточны для успешного обучения, формировать профильные классы.

Зоопарк (ZOO). Для диагностики интенсивности, устойчивости, помехоустойчивости, переключения внимания в норме, и при нарушениях внимания у учащихся младшего школьного возраста. Может использоваться для развития внимания. Содержит 4 игровых теста и опросник DSM-4 для выявления синдрома дефицита внимания.

Внимание (тестирование и тренировка). Для диагностики и тренировки объема, интенсивности, устойчивости, избирательности, переключаемости внимания детей подросткового, юношеского возраста и взрослых, профориентации. Содержит 14 тестов и 15 упражнений.

Память (тестирование и оптимизация). Для диагностики и тренировки всех видов кратковременной и долговременной памяти детей подросткового, юношеского возраста и взрослых. Содержит 20 тестов и более 30 рекомендаций.

ЯГУАР. Для диагностики умственной и сенсорной работоспособности в разных условиях деятельности (скоростные и точностные характеристики, помехоустойчивость) детей подросткового, юношеского возраста и взрослых, профориентации. Прекрасный интеллектуальный тренажер. Содержит 15 игровых тестов.

ШТОМ 2, 3, 5 (школьный тест освоенности мышления). Для изучения особенностей мышления детей младшего школьного возраста.

ШТУР (школьный тест умственного развития). Для диагностики умственного развития детей подросткового возраста. Позволяет количественно оценить как общий уровень интеллекта, так и степень овладения учащимися трех учебных циклов - общественно-гуманитарного, естественно-научного и физико-математического.

AIST (тест структуры интеллекта Амтхауэра). Для диагностики структуры интеллекта и уровня интеллектуального развития у детей юношеского возраста и взрослых, профориентации. Определение коэффициента интеллекта (IQ).

ТЕСТ СОЦИАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА ГИЛФОРДА. Для диагностики уровня социального интеллекта у детей подросткового, юношеского возраста и взрослых, профориентации (позволяет прогнозировать успешность деятельности педагогов, психологов, психотерапевтов, журналистов, менеджеров, юристов, следователей, врачей, политиков, бизнесменов).

Одаренность. Для диагностики языковых, математических, технических способностей, поведенческих характеристик одаренности у учащихся подросткового, юношеского возраста и взрослых, профориентации, формирования профильных классов.

1.2. Личность

Важное значение для успешности обучения и воспитания детей имеет знание скрытых от внешнего наблюдения педагогов индивидуальных личностных особенностей. В зависимости от типа темперамента, характера протекания нервных процессов, акцентуаций характера, уровня тревожности и психоэмоциональной устойчивости по-разному, подчас противоположными методами, должна строиться практика педагогических воздействий.

Личностные опросники Кеттелла (CPQ) и (16-PF). Углубленная диагностика личностных особенностей и выявление нарушений формирования личности у детей подросткового, юношеского возраста и взрослых. Анализ факторов второго порядка (интеллектуальные особенности, эмоционально-волевые особенности, коммуникативные свойства, вероятность социопатии, неконтролируемого поведения и т.п.). Сравнение со стандартными личностными профилями (эффективные лидеры, антисоциальные личности, наркоманы) - 16-PF.

Тест-опросники Шмишека (детский и взрослый варианты). Для выявления акцентуаций характера у детей всех возрастных групп, во многом определяющих развитие, процессы адаптации, психическое здоровье.

Личностные опросники Айзенка (подростковый вариант) и (EPI). Для изучения и коррекции индивидуально-психологических особенностей: «экстра – интроверсии» и «нейротизма» (эмоциональной неустойчивости) у детей подросткового, юношеского возраста и взрослых. Для подросткового варианта теста приведена коррекционная программа, позволяющая исключить или уменьшить негативные характерологические проявления индивидуальных психологических особенностей детей.

Тест-опросник Стреляу. Для изучения основных свойств высшей нервной деятельности: уровня процессов возбуждения, уровня процессов торможения, уравновешенности и подвижности нервных процессов, во многом определяющих адаптивность, адекватность и эффективность деятельности в разных ситуациях.

ШКАЛА ЛИЧНОСТНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ СПИЛБЕРГЕРА. Для исследования уровня личностной тревожности у детей подросткового, юношеского возраста и взрослых, во многом обуславливающей поведение детей и прямо коррелирующей с эмоциональными и невротическими срывами, с психосоматическими заболеваниями.

Опросник Басса-Дарки. Для исследования уровня проявления и основных видов агрессии и враждебности у детей подросткового, юношеского возраста и взрослых.

ТМД. Для анализа мотивации достижений у детей подросткового, юношеского возраста и взрослых. Выявление доминирования одного из двух обобщенных устойчивых мотивов личности: мотива стремления к успеху и мотива избегания неудачи.

1.3. Состояние

Состояние психического и физического здоровья также является важным фактором успешного обучения. Возможность оценки влияния учебного процесса на состояние детей позволяет оптимизировать построение учебного процесса и своевременно выявлять детей с учебной дезадаптацией.

Тест САН (самочувствие, активность, настроение). Для экспресс-диагностики психологического состояния детей подросткового, юношеского возраста и взрослых. Наибольшую ценность тест представляет для анализа динамики показателей в зависимости от каких-либо значимых для детей событий.

Шкала ситуационной тревожности. Для экспресс-диагностики уровня ситуационной тревожности у детей подросткового, юношеского возраста и взрослых. Позволяет измерить состояние тревожности, возникающее как эмоциональная реакция на стрессовую ситуацию, например, экзамен.

Цветовой тест Люшера. Для диагностики нервно-психических состояний и выявления внутриличностных конфликтов у детей подросткового, юношеского возраста и взрослых. Определение нервно-психического состояния (существующая ситуация, источник стресса, проблемы); прогноз работоспособности (уровень продуктивности нервно-психического напряжения, уровень мобилизованности физических и психических ресурсов, вероятное поведение в экстремальной ситуации).

Шкалы эмоциональных состояний Уэсмана-Рикса. Для текущей оценки эмоционального состояния детей подросткового, юношеского возраста и взрослых. Содержат шкалы "спокойствие-тревожность", "энергичность-усталость", "приподнятость-подавленность", "уверенность-беспомощность". Результаты теста статистически значимо связаны с объективными показателями эмоциональных состояний. Суммарный показатель после экзамена положительно коррелирует с успешностью ответа на экзамене.

Оценка физического здоровья детей. Для оценки физического здоровья детей всех возрастных групп по результатам пяти морфологических и функциональных показателей: индекс Кетле (массо-ростовые показатели); индекс Робинсона (качество регуляции сердечно-сосудистой системы); индекс Скибинского (функциональные возможности органов дыхания и кровообращения); индекс Шаповаловой (двигательные качества); индекс Руфье (адаптационные резервы кардио-респираторной системы). Методика позволяет получить значения каждого индекса и интегральную оценку уровня физического здоровья детей.

Оценка психологического здоровья детей. Для оценки уровня гармоничности развития личности ребенка младшего школьного возраста, нравственного благополучия, деформации личности, невротизации, неуверенности в себе, общительности, эгоистичности. Методика позволяет уже на ранней стадии выявить психологические нарушения у детей, особенно на рубеже начальной и средней школы. Низкие результаты по ряду шкал могут быть основанием для консультации психотерапевта с целью выяснения реальных причин некоторых особенностей поведения ребенка.

Оценка физического состояния взрослых. Для определения индекса физического состояния детей юношеского возраста и взрослых, на основании совокупности взаимосвязанных признаков - физическая работоспособность, функционирование органов и систем организма, пол, возраст, конституция тела.

Оценка нервно-психического напряжения. Позволяет выявить начинающееся перенапряжение регуляторных систем организма у детей подросткового, юношеского возраста и взрослых. В случае диагностики чрезмерного

нервно-психического напряжения обследуемому лицу следует рекомендовать обратиться к врачу для углубленного исследования и назначения лечения, так как возможен переход к патологическому состоянию.

Оценка биологического возраста. Позволяет определить биологический возраст у мужчин и женщин и отклонение его величины от календарного возраста. Наличие отклонения свидетельствует о тенденциях старения организма.

1.4. ОТНОШЕНИЯ

Практика обучения и воспитания в учебных заведениях имеет дело с группами детей, между которыми складываются довольно сложные взаимоотношения. Педагогические воздействия, адресованные отдельным учащимся, опосредствуются этими отношениями. В связи с этим, педагог должен знать, какие взаимоотношения сложились между учащимися. Для администрации большое значение имеет объективная информация о взаимоотношениях между учащимися и преподавателями.

Анкета "Мотивация учения и причины неуспеваемости". Для анализа неуспеваемости у детей младшего и подросткового школьного возраста.

Ориентационная анкета Басса. Для оценки направленности личности у детей юношеского возраста и взрослых по трем базисным поведенческим шкалам: направленность на себя; направленность на общение, направленность на дело.

Опросник Лири (диагностика межличностных отношений). Для изучения интерперсонального поведения у детей подросткового, юношеского возраста и взрослых. Позволяет выявить преобладающий тип отношений к людям в самооценке и взаимооценке. С помощью этого теста можно определить, как и в чем нарушаются отношения в группе или в учебном заведении, и затем использовать полученные результаты для психокоррекции.

Отношение детей к классу и к школе. Для выявления личностного отношения детей подросткового и юношеского возраста к классу и образовательному учреждению.

Анкета "учитель-ученик". Для анализа социально-психологического климата в коллективе детей и педагогов. Позволяет выявить отношение детей подросткового и юношеского возраста к учителю по уровню компетентности как специалиста; по степени симпатии детей к учителю как к личности; по уровню реального взаимодействия детей и учителя

Опросник профессиональной направленности личности преподавателя. Для анализа степени включенности преподавателя в профессию по четырем критериям - общительность, организованность, направленность на предмет, интеллигентность.

Опросник способов реагирования в конфликте. Для анализа тенденции взаимоотношений в группе детей подросткового и юношеского возраста, в педагогическом коллективе в сложных условиях, для определения наиболее предпочитаемой формы социального поведения в ситуации конфликта.

Анкета "психологический климат в педагогическом коллективе". Для анализа сформированности и динамики развития коллектива.

Анкета родителей. Для анализа причин недисциплинированности и неуспеваемости детей младшего школьного возраста.

Тест-опросник родительского отношения. Для родителей, обращающихся по вопросам воспитания и общения с детьми младшего школьного возраста.

Опросник АСВ. Анализ семейного воспитания в проблемных семьях, в которых дети младшего и подросткового возраста имеют отклонения в поведении.

1.5. РАЗВИВАЮЩИЕ МЕТОДИКИ

Психика детей и педагогов испытывает большую нагрузку в учебных заведениях. С помощью специально подобранных психокоррекционных методик, в том числе имаготерапии, дыхательных упражнений, точечного массажа, йоги, можно научиться быстро входить в работу, длительно поддерживать высокую работоспособность, эффективно снимать умственное утомление и стресс. Некоторым учащимся для улучшения обучаемости показано развитие высших психических функций.

Комфорт. Для оптимизации умственной работоспособности. Для профилактики негативных факторов работы с компьютером при длительности работы более 3-х часов в день. Содержит оригинальный комплекс психотехнических, дыхательных и физических оздоровительных методик и упражнений для быстрого включения в работу, повышения выносливости при умственной работе, улучшения способности к обучению, увеличения энергетики мозга, предотвращения перенапряжения зрения, повышения стрессоустойчивости.

Пакеты «Внимание», «Память».

Пакеты «Внимание» и «Память» включают помимо батареи тестов обширные разделы, содержащие упражнения и рекомендации для развития основных свойств внимания и видов памяти.

Пакеты «Зоопарк», «Ягуар».

Выполнение тестов, входящих в эти пакеты, допускающих многократное ретестирование, эффективно для улучшения восприятия внимания, сенсорных процессов, мышления.

1.6. ПРОФОРИЕНТАЦИОННЫЕ МЕТОДИКИ

Успешность обучения в учебном заведении, последующего профессионального обучения, качество и удовлетворенность последующей учебой или работой тесно связаны со склонностями, внутренними мотивами и наиболее выраженными способностями детей. Методики, входящие в пакет "Психология в социальной работе", позволяют провести квалифицированную психологическую консультацию по профориентации.

Профориентация (8 профориентационных методик)

Для проведения психологической консультации по профориентации. Позволяет определить информированность о мире профессий; наличие и сформированность профессионального плана; осознанность выбора профессии и ведущие мотивы; интересы и склонности; профессиональные предпочтения; уровень притязаний. **Содержит также "Словарь профессий" и "Банк профессиограмм"**

ППД (психодиагностика профессиональной деятельности). Комплекс из 14 методик для оценки творческого потенциала, мотивационной структуры личности, уровня субъективного контроля в разных жизненных ситуациях, оценки уверенности в себе, волевых качеств, нервно-психической устойчивости, степени готовности к риску, уровня развития адаптационных способностей; для выявления административных, менеджерских, предпринимательских способностей, лояльности, лидерских качеств. Для проведения психологической консультации по профориентации и профессионального отбора.

ПАКЕТ «СТАТИСТИЧЕСКАЯ ОБРАБОТКА ДАННЫХ». Без статистической обработки данных невозможно обобщить результаты психодиагностики, сделать корректные выводы о проведенных исследованиях, подготовить научную публикацию.

1.7. АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ЭКСПЕРИМЕНТОВ

«СОРТ» — Статистическая обработка результатов тестирования

Представляет собой специализированный модуль, позволяющий психологу автоматически формировать требуемый набор данных для анализа из базы результатов или вводить данные вручную. В программу интегрированы наиболее востребованные для проведения анализа статистические функции – среднее, ошибка среднего, среднеквадратическое отклонение, достоверность различий средних арифметических, коэффициенты корреляции.

2.1. ПРОБЛЕМЫ КЛИЕНТОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СЛУЖБЫ СОЦЗАЩИТЫ

Все обращения в психологическую службу соцзащиты можно разделить на три основные группы в соответствии со сферой деятельности: проблемы с учебной/профессиональной деятельностью (в зависимости от возраста и статуса обратившегося), семейные проблемы, проблемы личностного характера.

Таким образом, в контексте работы с детьми сотрудники службы соцзащиты имеют дело со школьными проблемами (включающими трудности обучения, отсутствие учебной мотивации, подготовку к школе, отставание в умственном развитии, дефекты речи, педагогическую запущенность, отставание в учебе из-за дефектов внимания, мотивации, интеллекта).

Семейные проблемы в работе с детьми, как правило, означают трудности родительно-детских отношений, а также отношений с другими членами семьи.

Личностные проблемы связаны с межличностными отношениями со сверстниками, педагогами, конфликтностью, агрессивностью, эмоциональными проблемами, дезадаптацией, личностным развитием, самоопределением, самореализацией.

Следует отметить, что перечисленные проблемы, как правило, взаимосвязаны, и проблема в одной из сфер часто сказывается и на благополучии других сфер жизни ребенка.

Вышеназванные проблемы могут определять задачи и направления деятельности психолога в работе службы психологического сопровождения учреждений Социальной защиты.

2.2. ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СЛУЖБЫ В КОНТЕКСТЕ РАБОТЫ С НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИМИ

Деятельность психологической службы учреждений соцзащиты во многом ориентирована на оказание помощи детям и членам их семей различных категорий нуждающихся в социально-психологической поддержке. Основной целью деятельности службы является социально-психологическое сопровождение, личностная и социальная адаптация детей и подростков. С этой целью осуществляется организация и проведение психодиагностической, консультационной, коррекционной, развивающей, и просветительской работы.

В рамках **социально-психологической работы** выделяются следующие задачи:

- Организация Социально-психологического консультирования.
- Проведение Психологической диагностики и обследования личности.
- Проведение Психологической коррекции.
- Осуществление Социально-психологического патронажа.
- Организация и проведение Психологических тренингов.
- Разработка и Проведение занятий в группах взаимоподдержки, клубах общения.

- Оказание Экстренной психологической помощи (в том числе по телефону) и медико-психологическая помощь в условиях чрезвычайных ситуаций (катастроф, терактов).
- Обучение персонала соцработников азам предоставления психологической помощи, в виде беседы, общения, выслушивания, подбадривания, мотивация к активности, создания положительной атмосферы, взаимопомощи и сотрудничества.

В рамках **социально-педагогической работы** выделяются следующие задачи:

- Социально-педагогическое консультирование.
- Социально-педагогическая диагностика и обследование личности.
- Педагогическая коррекция.
- Анимационные услуги (экскурсии, посещения театров, выставок, концерты художественной самодеятельности, праздники, юбилеи и другие культурные мероприятия). Организация и проведение клубной и кружковой работы для формирования и развития интересов.
- Содействие в получении образования инвалидами с учетом их физических возможностей и умственных способностей; создание условий для дошкольного воспитания детей и получения образования по специальным программам; создание условий для получения школьного образования по специальным программам; создание условий для получения инвалидами среднего специального и профессионального образования.
- Помощь в социально-трудовой реабилитации: создание условий для использования трудовых возможностей с учетом физических ограничений, для участия в лечебно-трудовой деятельности; проведение мероприятий по обучению доступным профессиональным навыкам, восстановлению личностного и социального статуса.
- Социально-педагогический патронаж.
- Обучение инвалидов пользованию техническими средствами реабилитации.
- Профессиональная реабилитация инвалидов, их профессиональное консультирование.
- Содействие в получении образования и (или) профессии инвалидами в соответствии с их физическими возможностями и умственными способностями.
- Содействие в организации обучения на дому детей-инвалидов.
- Организация профессиональной ориентации, профессионального обучения, трудоустройства подростков.
- Содействие в организации труда подростков-инвалидов и членов их семей на дому, обеспечении сырьем и сбыте готовой продукции.
- Обучение детей-инвалидов навыкам самообслуживания, поведения в быту и общественных местах, самоконтролю, навыкам общения и другим формам жизнедеятельности.
- Организация обучения детей и подростков, находящихся в стационарных учреждениях социального обслуживания, по школьной программе.
- Организация обучения детей-инвалидов с нарушениями слуха, их родителей и других заинтересованных лиц языку жестов.

2.3. НАПРАВЛЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СЛУЖБЫ

Психологическая профилактика:

- разработка, апробация и внедрение развивающих программ для детей разных возрастов с учетом задач каждого возрастного этапа;
- контроль за соблюдением психогигиенических условий обучения и развития детей в образовательных учреждениях и семье, обеспечением гармоничного, психического развития и формирования личности детей на каждом этапе их развития; элиминированием неблагоприятных психологических факторов в образовательной среде, семье;
- обеспечение условий оптимального перехода детей на следующую возрастную ступень, предупреждение возможных осложнений в психическом развитии и становлении личности детей и подростков в процессе непрерывной социализации;
- подготовка детей и подростков к сознанию тех сфер жизни, в которых они хотели бы реализовать свои способности и знания;
- своевременное предупреждение возможных нарушений психосоматического и психического здоровья детей.

Психологическое просвещение:

- предоставление своевременной информации об индивидуальных психологических особенностях детей и подростков, динамике процесса развития, необходимой для оказания психологической помощи детям, их родителям, педагогам;

Социальная и психологическая диагностика:

Социальная и психологическая диагностика – выявление особенностей социального и психологического развития ребенка, сформированности определенных социальных и психологических новообразований, соответствия уровня развития умений, знаний, навыков личностных и межличностных особенностей возрастным ориентирам, требованиям общества.

Психологическая диагностика в рамках социально-психологической работы с детьми осуществляется по следующим направлениям:

- Выявление уровня психологической готовности детей к школе.
- Диагностика уровня адаптации детей к школе.
- Диагностика уровня адаптации детей при переходе из начального в среднее звено школы.
- Диагностика уровня адаптации детей при переходе из среднего в старшее звено школы.
- Диагностика профессионального самоопределения учащихся.
- Диагностика личностных особенностей детей группы риска.
- Диагностика творческих способностей детей.
- Диагностика межличностных взаимоотношений.
- Диагностика уровня развития познавательных процессов.

Психодиагностика проводится со следующими целями:

- определение причин нарушений в обучении, поведении и развитии несовершеннолетних,
- выявление индивидуальных психологических личностных особенностей,
- способностей и склонностей детей для обеспечения наиболее полного личностного и профессионального самоопределения;
- оценка влияния педагогического процесса на психологическое состояние детей;
- выявление одаренных детей;
- профессиональная ориентация;
- оценка межличностных отношений детей, детей и учителей в классах, в образовательном учреждении.
- психологическая экспертиза новых педагогических технологий;

Психологическое сопровождение предпрофильной подготовки и профильного обучения учащихся.

Социально-психологическая коррекция:

- разработка рекомендаций, программы социальной и психологической коррекционной или развивающей работы с детьми, и осуществление этой программы.

Развивающая и психокоррекционная работа:

- активное взаимодействие психолога с детьми и взрослыми, обеспечивающее психическое развитие и становление личности детей, реализации возрастных и индивидуальных возможностей развития детей.
- участие в разработке, апробации и внедрении комплексных психолого-медико-педагогических развивающих и коррекционных программ;
- реализация комплекса индивидуальных ориентированных мер по ослаблению, снижению или устранению отклонений в физическом, психическом, нравственном развитии несовершеннолетних.

Психологическое консультирование (индивидуальное, групповое, семейное):

- консультирование администрации образовательного учреждения по вопросам управления педагогическим коллективом, администрации и педагогов по вопросам развития, обучения и воспитания и образования детей.
- консультирование родителей и членов семей детей по вопросам воспитания, семейных и межличностных отношений и взаимодействия в семье.

Психологическая реабилитация:

- психологическое сопровождение детей, членов их семей в процессе консультативной и коррекционной работы с ним.

При этом в начальной, в основной и в старшей школе работа психолога имеет разные акценты.

В начальной школе – это диагностика готовности к обучению в школе, диагностика и обеспечение процесса адаптации к школе, повышение заинтересованности детей в учебной деятельности, диагностика динамики интеллектуального развития ребенка, развитие познавательной и учебной мотивации, развитие самостоятельности и самоорганизации, диагностика внутреннего психологического состояния ребенка, диагностика социального развития ре-

бенка, поддержка в формировании желания и умения учиться, развитие творческих способностей.

В основной школе – сопровождение перехода в среднюю школу, отслеживание психического состояния подростков, диагностика личностных особенностей подростков, поддержка в решении задач личностного и ценностно-смыслового самоопределения и саморазвития, психологическое исследование семьи и внутрисемейного климата, помощь в решении личностных проблем и проблем социализации, помощь в построении конструктивных отношений с родителями и сверстниками, профилактика девиантного поведения, разного рода зависимостей, социально-психологический анализ класса и внутриклассных отношений.

В старшей школе – это помощь в профильной ориентации и профессиональном самоопределении, выявление профессиональных склонностей подростков, диагностика интеллектуального состояния, развитие временной перспективы, развитие психосоциальной компетентности, профилактика девиантного поведения, зависимостей, поддержка в самопознании, поиске смысла жизни, социально-психологический анализ класса и внутриклассных отношений.

3.1 ВЫЯВЛЕНИЕ ПРИЧИН НЕУСПЕВАЕМОСТИ

Выявление причин неуспеваемости из-за дефектов восприятия, внимания, памяти, интеллекта, из-за отсутствия учебной мотивации.

Наиболее частое обращение к психологу связано с просьбой выявления причин неуспеваемости детей и помощи в их устранении. Основными такими причинами являются отставание в развитии или дефекты познавательных процессов - восприятия, внимания, памяти, мышления, несформированность учебной деятельности, состояние здоровья, отсутствие учебной мотивации. В обязанности школьного психолога также входит своевременное первичное выявление детей с различными отклонениями и нарушениями развития и направление их в психолого-педагогические центры для консультирования и коррекционной работы. Известный специалист в области возрастнопсихологического консультирования Бурменская Г.В. приводит схему обследования неуспевающего ребенка:

- проверяется, не нарушены ли познавательные процессы;
- проверяется обучаемость ребенка;
- анализируются особенности мотивации ребенка;
- проверяются учебные навыки;
- выясняется сфера межличностных отношений ребенка;
- анализируется стиль воспитания в семье, виды помощи родителей ребенку в учебной деятельности;
- выявляются причины обращения, собирается подробный анамнез, наличие медицинского диагноза.

Комплекс «Effecton» предоставляет широкие возможности для проведения психодиагностической работы по выявлению причин неуспеваемости детей. Уровень развития всех познавательных процессов может быть детально исследован с помощью пакетов **«ВНИМАНИЕ»**, **«ПАМЯТЬ»**, **«ЯГУАР»** (оценка восприятия, сенсомоторных процессов и умственной работоспособности), **«ШТОМ (школьный тест освоенности мышления)»** для детей 2,3,4,5 классов; **«ШТУР (школьный тест умственного развития)»** для детей подросткового возраста; **«AIST (Amthauer Intelligenz Struktur Test)»** - тест исследования структуры интеллекта для юношеского возраста и взрослых, **«Тест языковых способностей Зиверта»** для определения языкового интеллекта у детей подросткового, юношеского возраста, **«Тест технических способностей Беннета»** для оценки технического мышления у детей подросткового, юношеского возраста, **«Тест математических способностей Зиверта»** для определения математического интеллекта у детей подросткового, юношеского возраста.

Особенности мотивации детей могут быть изучены с помощью методик, входящих в пакет **«ЛИЧНОСТЬ»**. Анкета **«Мотивация учения и причины неуспеваемости»** позволяет получить ответы детей на группу вопросов, связанных с обучением и успеваемостью. Ученик ранжирует ответы по важности и зна-

чимости для себя по 10-ти балльной шкале. «ТМД (тест мотивации достижения)» позволяет выявить доминирование одного из двух обобщенных устойчивых мотивов личности: мотива стремления к успеху и мотива избегания неудачи у детей юношеского возраста.

Для анализа сферы межличностных отношений детей можно использовать «Опросник «Отношение к учебному заведению». Вторая часть этого опросника направлена на выявление «атмосферы» в классе. «Тест социального интеллекта Гилфорда» позволяет оценить уровень развития социального интеллекта, способности межличностного взаимодействия.

Для анализа стиля воспитания мы рекомендуем опросник «АСВ», предназначенный для исследования проблемных семей, в которых есть нервные дети и подростки с явными акцентуациями характера и отклонениями в поведении. Опросник позволяет детально диагностировать основные формы нарушения семейного воспитания и характер его нарушений, такие как уровень протекции, степень удовлетворения потребностей, уровень требовательности к ребенку в семье, решение личностных проблем родителями за счет ребенка.

Состояние психического и физического здоровья детей ориентировочно может быть оценено с помощью методик, входящих в пакет «СОСТОЯНИЕ». Тест «Оценка физического здоровья детей» проводится по пяти морфологическим и функциональным системам организма, характеризующих уровень развития массо-ростовых показателей; качество регуляции сердечно-сосудистой системы; функциональные возможности органов дыхания и кровообращения; уровень развития двигательных качеств — силы, быстроты, выносливости, а также функциональные возможности кардио-респираторной системы; уровень адаптационных резервов кардио-респираторной системы, в результате компьютерная программа выдает оценки по каждой функциональной системе и интегральную оценку уровня физического здоровья детей обоего пола в возрасте от шести до 17 лет. Опросник «Оценка нервно-психического напряжения» позволяет диагностировать чрезмерное нервно-психическое напряжение, что является основанием для обращения к врачу для углубленного исследования и назначения лечения.

3.2 ВЫЯВЛЕНИЕ СИНДРОМА ДЕФИЦИТА ВНИМАНИЯ

Синдром дефицита внимания (СДВ) представляет собой самую распространенную форму хронических нарушений поведения у детей (от 2 до 20% по разным данным). В 6-7 лет более 90% детей с СДВ уже расцениваются воспитателями и учителями как проблемные. Симптомы СДВ (невнимательность, гиперактивность, импульсивность) обнаруживаются, по меньшей мере, в двух сферах деятельности (в школе, дома, в труде, в играх), вызывая явные ухудшения в успешности ее выполнения, а также значительный психологический дискомфорт и дезадаптацию. При поступлении ребенка в школу симптомы СДВ самым негативным образом отражаются на школьной успеваемости. Около половины детей с СДВ отстают в школе и даже остаются на второй год.

В начальных классах - излишняя активность в отстаивании собственных интересов, невзирая на требования учителя, крайняя нетерпеливость; в подростковом возрасте - хулиганские выходки и асоциальное поведение. Прогноз СДВ к наступлению подросткового периода ухудшают нарушения поведения, агрессивность, трудности во взаимоотношениях со сверстниками, слабая успеваемость, низкая самооценка. Такие подростки склонны к развитию депрессии, а также к частому употреблению алкоголя, наркотиков, с трудом адаптируются к коллективу, им свойственны "бунтарский" дух, отрицание

авторитетов, нарушения семейных правил, незрелое и безответственное поведение.

Диагноз СДВ ставится детским психиатром, но предварительный диагноз может поставить и школьный психолог, используя разработанный нами специализированный пакет **«ЗООПАРК»**. Пакет содержит 4 игровых теста для количественной оценки устойчивости, интенсивности, помехоустойчивости и переключаемости внимания у детей младшего школьного возраста. Проведенные нами исследования показали, что результаты тестов у здоровых детей и детей с СДВ достоверно различаются. Поэтому, если результаты тестирования ребенка ниже результатов здоровых детей, программа указывает на это и предлагает заполнить опросник DSM-4 для выявления поведенческих характеристик детей с СДВ. Если и результаты опросника указывают на вероятность СДВ, это является основанием для обращения к детскому психиатру.

Длительность выполнения каждого теста не превышает трех минут. Рекомендуется выполнять в одну сессию не более трех тестов. Точность диагностики во многом зависит от правильности понимания ребенком инструкций (все инструкции приведены на экране монитора), поэтому необходимо провести предварительное теоретическое и практическое ознакомление ребенка с тестами.

3.3 ОЦЕНКА ДИНАМИКИ РАЗВИТИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНЫХ ПРОЦЕССОВ И СПОСОБНОСТЕЙ

Оценка динамики развития познавательных процессов и способностей детей на всех ступенях обучения является одной из главных задач психологической службы. В младшем школьном возрасте развитие внимания, памяти, мышления еще не закончено, и уровень развития этих познавательных процессов во многом определяет обучаемость детей. В подростковом и в юношеском возрасте психодиагностика познавательных процессов и способностей помогает решить целый комплекс актуальных задач, таких как выявление причин неуспеваемости, работа с одаренными детьми, экспертиза новых педагогических технологий, профессиональная ориентация и других.

Оценка динамики развития предполагает проведение повторных исследований, интервал между которыми в зависимости от цели исследования может составлять от полугода до года. Исследование следует проводить по следующей схеме:

- определение предмета исследования (что, и для чего предполагается исследовать);
- выбор адекватных методик исследования (информативных, допускающих ретестирование, дифференцированных);
- формирование выборки испытуемых (однородной и стратифицированной);
- проведение исследования;
- статистическая обработка результатов исследования.

Для оценки динамики развития познавательных процессов и способностей детей всех возрастных групп в комплексе «Effecton» предусмотрены все необходимые методики. Это пакеты **«ВНИМАНИЕ»** для углубленного изучения концентрации, устойчивости, избирательности, переключаемости внимания; **«ПАМЯТЬ»** – для всесторонней оценки механической, логической, оперативной, образной кратковременной и долговременной памяти; **«ЯГУАР»** – для оценки восприятия, сенсомоторных процессов и умственной работоспособности; **«ШТОМ (школьный тест освоенности мышления)»** для детей

2,3,4,5 классов; «**ШТУР (школьный тест умственного развития)**» для детей подросткового возраста; «**AIST (Amthauer Intelligenz Struktur Test)**» - один из лучших и наиболее часто используемых тестов интеллекта для юношеского возраста и взрослых; «**Тест социального интеллекта Гилфорда**» позволяет измерить общий уровень развития социального интеллекта, а также оценить частные способности понимания поведения людей : способность предвидения последствий поведения, адекватность отражения вербальной и невербальной экспрессии, понимание логики развития сложных ситуаций межличностного взаимодействия, понимание внутренних мотивов поведения людей; «**Тест языковых способностей Зиверта**» предназначен для определения коэффициента языкового интеллекта у детей подросткового, юношеского возраста и взрослых (от 14 до 50 лет); «**Тест технических способностей Беннета**» предназначен для оценки технического мышления у детей подросткового, юношеского возраста и взрослых; «**Тест математических способностей Зиверта**» предназначен для определения коэффициента математического интеллекта у детей подросткового, юношеского возраста и взрослых.

Статистическая обработка результатов тестирования основной и контрольной групп детей может быть проведена с помощью пакета «СОПТ (статистическая обработка результатов тестирования)».

3.4 РАБОТА С ОДАРЕННЫМИ ДЕТЬМИ

"Одаренными и талантливыми учащимися являются те, которые выявлены профессионально подготовленными людьми, как обладающие потенциалом к высоким достижениям в силу выдающихся способностей. Такие дети требуют дифференцированных учебных программ и/или помощи, которые выходят за рамки обычного школьного обучения для того, чтобы иметь возможность реализовать свои потенции и сделать вклад в развитие общества. Дети, склонные к высоким достижениям, могут и не демонстрировать их сразу, но иметь потенции к ним в любой из следующих областей (в одной или в сочетании): общие интеллектуальные способности; конкретные академические способности; творческие или продуктивные способности; лидерские способности; психомоторные способности; художественные и исполнительские искусства" (Определение одаренности Комитета по образованию США).

Выявление одаренных детей достаточно сложная многоступенчатая процедура. Один из ведущих специалистов в этой области Щебланова Е.И. выделяет семь диагностических этапов:

1. Номинация (называние); имена кандидатов в одаренные;
2. Выявление проявлений одаренности в поведении и разных видах деятельности учащегося на основании данных наблюдений, рейтинговых шкал, ответов на анкеты и т.п.;
3. Изучение условий и истории развития учащегося в семье, его интересов, увлечений сведения о семье, о раннем развитии ребенка, о его интересах и необычных способностях с помощью опросников и интервью;
4. Оценка учащегося его сверстниками сведения о способностях, не проявляющихся в успеваемости и достижениях с помощью опросников;
5. Самооценка способностей, мотивации, интересов, успехов с помощью опросников, самоотчетов, собеседования;
6. Оценка работ (экзаменационных в т.ч.), достижений, школьной успеваемости;
7. Психологическое тестирование: показатели интеллектуального (особенности абстрактного и логического мышления, математические способно-

сти, технические способности, лингвистические способности, память и т.д.) творческого и личностного развития учащегося с помощью психодиагностических тестов.

Для выявления поведенческих характеристик одаренных детей в познавательной, мотивационной, творческой и лидерской областях; математических, языковых, технических способностей специально предназначен пакет **«КИО (комплексное исследование одаренности)»**. Для выявления общих интеллектуальных способностей в разном возрасте следует использовать методики из пакета «Интеллект» - **«ШТОМ»** (8-11 лет), **«ШТУР»** (12-14 лет), **«АИСТ»** (старше 14 лет), **«Тест социального интеллекта Гилфорда»** (от 9 лет и старше) и пакеты для углубленного исследования таких познавательных процессов как **«Внимание»** и **«Память»**. Для выявления психомоторных способностей с успехом может быть использован пакет **«ЯГУАР»**. Методики из пакета **«Личность»** будут полезны для изучения индивидуальных личностных особенностей одаренных детей.

3.5 ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ЭКСПЕРТИЗА НОВЫХ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ТЕХНОЛОГИЙ

(уровень развития, психологическое и физическое состояние детей)

При разработке новых педагогических технологий в образовательных учреждениях и учреждениях соцзащиты, обязательным условием является проведение психологической экспертизы влияния новых педагогических технологий на уровень развития, на психологическое и физическое состояние детей.

Проведение психологической экспертизы включает следующие основные этапы:

- определение предмета исследования (уровень развития высших психических функций, психологическое или физическое состояние детей);
- выбор адекватных методик исследования (информативных, допускающих ретестирование, дифференцированных);
- формирование основной и контрольной выборок испытуемых (однородных и стратифицированных);
- проведение исследования (до, во время, и после обучения с использованием новых педагогических технологий);
- статистическая обработка результатов исследования.

Для оценки влияния новых педагогических технологий на уровень развития высших психических функций детей комплекс «Effecton» представляет уникальные возможности. Это пакеты **«ВНИМАНИЕ»** для углубленного изучения концентрации, устойчивости, избирательности, переключаемости внимания; **«ПАМЯТЬ»** - для всесторонней оценки механической, логической, оперативной, образной кратковременной и долговременной памяти; **«ЯГУАР»** - для оценки восприятия, сенсомоторных процессов и умственной работоспособности; **«ШТОМ (школьный тест освоенности мышления)»** для детей 2,3,4.5 классов; **«ШТУР (школьный тест умственного развития)»** для детей подросткового возраста; **«АИСТ (Amthauer Intelligenz Struktur Test)»** - один из лучших и наиболее часто используемых тестов интеллекта для юношеского возраста и взрослых; **«Тест социального интеллекта Гилфорда»** позволяет измерить общий уровень развития социального интеллекта, а также оценить частные способности понимания поведения людей: способность предвидения последствий поведения, адекватность отражения вербальной и невербальной экспрессии, понимание логики развития сложных ситуаций межличностного взаимодействия, понимание внутренних

мотивов поведения людей; **«Тест языковых способностей Зиверта»** предназначен для определения коэффициента языкового интеллекта у детей подросткового, юношеского возраста и взрослых (от 14 до 50 лет); **«Тест технических способностей Беннета»** предназначен для оценки технического мышления у детей подросткового, юношеского возраста и взрослых; **«Тест математических способностей Зиверта»** предназначен для определения коэффициента математического интеллекта у детей подросткового, юношеского возраста и взрослых.

Для оценки влияния новых педагогических технологий на психическое и физическое состояние детей следует использовать методики из пакет **«СОСТОЯНИЕ»**. Тест **«САН (самочувствие, активность, настроение)»** позволяет количественно оценить динамику психического состояния детей по трем шкалам — самочувствие, активность, настроение в зависимости вида и режима обучения. **«Шкала ситуационной тревожности»** позволяет измерить состояние тревожности, возникающее как эмоциональная реакция на стрессовую ситуацию. Очень высокая реактивная тревожность вызывает нарушение высших психических функций. **«Шкала эмоциональных состояний Уэссмана-Рикса»** содержит шкалы "спокойствие — тревожность", "энергичность, бодрость — усталость", "приподнятость — подавленность", "уверенность в себе — подавленность", "уверенность в себе — чувство беспомощности". Результаты шкалы статистически значимо связаны с объективными показателями эмоциональных состояний: пульсом, тремором, разностью артериального давления. **«Цветовой тест Люшера»** позволяет получить информацию о работоспособности и истощаемости НС (способности на протяжении определенного времени сохранять максимальную продуктивность деятельности); о вегетативном коэффициенте, отражающем установку на активную деятельность, подкрепленную достаточными энергоресурсами или установку на отдых, покой; об аутогенной норме, которая является индикатором нервно-психического благополучия, характеризующим уровень продуктивности нервно-психической напряженности. Опросник **«Оценка нервно-психического напряжения»** позволяет выявить начинающееся перенапряжение регуляторных систем организма.

Статистическая обработка результатов тестирования основной и контрольной групп детей может быть проведена с помощью пакета «СОРТ (статистическая обработка результатов тестирования)».

3.6 АНАЛИЗ ПРОБЛЕМ ЛИЧНОСТНОГО РАЗВИТИЯ

(конфликтность, агрессивность, эмоциональные проблемы, дезадаптация)

Второе по частоте обращение к психологу связано с проблемами личностного развития детей. Основными проблемами личностного развития являются трудности общения, нарушения в эмоциональной сфере, тревожность, гиперактивность и импульсивность, конфликтность, агрессивность и другие.

Для психодиагностики личностных особенностей и обнаружения нарушений формирования личности в младшем школьном, в подростковом и в юношеском возрасте предназначены пакеты **«ЛИЧНОСТЬ»** и **«ОТНОШЕНИЯ»**. Опросник **«Оценка психологического состояния младших школьников»** основывается на результатах заполнения специальной анкеты одним из родителей, касающейся наличия и развития у ребенка личностных качеств, отражающих гармоничность развития личности ребенка, нравственное благополучие ребенка, деформацию личности ребенка, невротизацию ребенка, неуверенностью ребенка в себе, общительность ребенка, эгоистичность ребенка. Данная методика позволяет уже на ранней стадии выявить психологические нарушения у детей, особенно на рубеже начальной и средней школы. Низкие результаты по ряду шкал могут быть основанием для консультации психотерапевта с целью выяснения реальных причин некоторых особенностей пове-

дения ребенка. *Личностные опросники Кеттелла (CPQ) и (16-PF)* характеризуют основные личностные факторы в подростковом и в юношеском возрасте, а также наличие тревожности, независимости, "живости" мозга, и анализ возможности депрессии, неконтролируемого поведения, параноидальных тенденций, социопатии, агрессивного поведения, чрезмерной одержимости и ригидности, поведения безрассудного типа, конфликтности. При совпадении результатов теста 16 PF с усредненными результатами ряда выборок однородных групп испытуемых (алкоголики, антисоциальные личности, преступники, наркоманы, общий невротический профиль, общий шизофренический профиль), более чем на 93% результаты выводятся в виде сравнительных таблиц. *«Тест-опросники Шмишека (детский и взрослый варианты)»* предназначены для выявления акцентуированных свойств характера и темперамента школьников подросткового и юношеского возраста, оказывающих существенное влияние на личностное развитие детей. *«Личностные опросники Айзенка (подростковый вариант и EPI)»* используется для изучения базисных личностных измерений человека - экстра-интроверсии и нейротизма. Высокие показатели по экстраверсии и нейротизму соответствуют психиатрическому диагнозу истерии, а высокие показатели по интроверсии к нейротизму - состоянию тревоги или реактивной депрессии. В зависимости от сочетаний показателей экстраверсии и нейротизма в подростковом варианте опросника разработана коррекционная программа, позволяющая исключить или уменьшить негативные характерологические проявления индивидуально-психологических особенностей школьников. *«Шкала личностной тревожности Спилбергера-Ханина»* позволяет измерить тревожность как личностное свойство, во многом обуславливающее поведение детей. Личностная тревожность характеризует устойчивую склонность воспринимать большой круг ситуаций как угрожающие, реагировать на такие ситуации состоянием тревоги. Очень высокая личностная тревожность прямо коррелирует с наличием невротического конфликта, с эмоциональными и невротическими срывами и с психосоматическими заболеваниями. *«Опросник Басса-Дарки»* позволяет качественно и количественно охарактеризовать проявления агрессии и враждебности. Под агрессивностью понимается свойство личности, характеризующееся наличием деструктивных тенденций, в основном в области субъектно-объектных отношений. Враждебность понимается как реакция, развивающая негативные чувства и негативные оценки людей и событий. По результатам теста рассчитываются индекс враждебности и индекс агрессивности. Для более полной и обоснованной оценки этих проявлений следует пользоваться этим вопросником в совокупности с другими личностными тестами психических состояний (например, опросниками Кеттелла и Спилбергера-Ханина). *«ТМД (тест мотивации достижения)»* позволяет выявить доминирование одного из двух обобщенных устойчивых мотивов личности: мотива стремления к успеху и мотива избегания неудачи. Определяется, какая мотивационная тенденция доминирует у испытуемого: доминирование мотивации избегания неудачи или доминирование мотивации достижения. *«Анкета родителей»* предназначена для анализа причин недисциплинированности и неуспеваемости школьников младшего возраста. Анкета позволяет получить информацию о ребенке по таким характеристикам как поведение, исполнительность, отзывчивость, трудолюбие, воспитанность, критичность и самокритичность, отношение к домашним заданиям, к общественным поручениям, к классу и школе. *«Опросник Лири (диагностика межличностных отношений)»* позволяет выявить преобладающий тип отношений к людям в самооценке и взаимооценке. С помощью этого опросника можно определить у детей подросткового и юношеского возраста, как и в чем нарушаются их отношения в коллективе или в семье, и затем использовать полученные результаты для психологической коррекции. *«Тест-опросник родительского отношения»* предназначен для выявления родительского отношения у лиц, обращающихся за психологической помощью по вопросам воспитания детей и проблем общения с ними. Опросник позволяет выявить эмоциональное от-

ношение к ребенку, заинтересованность в его делах и планах, межличностную дистанцию в отношениях с ребенком, форму контроля за поведением ребенка, особенности восприятия и понимания ребенка родителями. «Опросник АСВ (анализ семейного воспитания)» предназначен для исследования проблемных семей, в которых есть нервные дети и подростки с явными акцентуациями характера и отклонениями в поведении. Опросник позволяет детально диагностировать основные формы нарушения семейного воспитания и характер его нарушений, такие как уровень протекции, степень удовлетворения потребностей, уровень требовательности к ребенку в семье, решение личностных проблем родителями за счет ребенка.

3.7 АНАЛИЗ ТЕКУЩЕГО ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ДЕТЕЙ

Понимание текущего психологического состояния детей необходимо психологу для решения целого ряда важных задач:

- контроль психологического состояния детей при использовании здоровьесберегающих технологий образования;
- выявление причин неуспеваемости;
- выявление причин девиантного поведения;
- контроль адаптации детей в начальной школе и при переходе к основной школе;
- экспертиза влияния режима обучения на детей;
- профилактика суицида.

Пакет «СОСТОЯНИЕ» содержит все необходимые для этих целей методики. **Тест «САН»** позволяет провести экспресс-анализ динамики самочувствия, активности и настроения в зависимости от каких-либо значимых для детей событий или режима обучения. «**Шкала ситуационной тревожности**» позволяет измерить состояние тревожности, возникающее как эмоциональная реакция на стрессовую ситуацию. Реактивная тревожность характеризуется напряжением, беспокойством, нервозностью. Очень высокая реактивная тревожность вызывает нарушение высших психических функций и как следствие нарушение способности к обучению. «**Шкала эмоциональных состояний**» **Уэсмана-Рикса** содержит шкалы "спокойствие — тревожность", "энергичность, бодрость — усталость", "приподнятость — подавленность", "уверенность в себе — подавленность", "уверенность в себе — чувство беспомощности". Результаты опросника статистически значимо связаны с физиологическими показателями эмоциональных состояний. Полезная и обширная информация о причинах психологического дискомфорта может быть получена с помощью «**Цветового теста**» **Люшера**: тревоги, компенсации, конфликты, источники стресса; желаемые цели и средства эмоционального поведения; устремления и защитное эмоциональное поведение; существующее эмоциональное положение, текущее состояние, настрой, уместное эмоциональное поведение; сдерживаемые качества, временно утраченные свойства, отложенные возможности, ограничиваемые, воспринимаемые как неуместные и находящиеся в резерве; источники неосознаваемой тревожности, потребности, затормаживаемые ввиду нецелесообразности; актуальная эмоциональная проблема; аутогенная норма (чем больше показатель, тем выше уровень непродуктивной нервно-психической напряженности, заключающейся в завышенном расходовании нервно-психических ресурсов, при столь же низком коэффициенте полезного действия). По результатам «**Оценки психологического состояния младших школьников**» психолог может выявить гармоничность развития личности ребенка, нравственное благополучие ребенка, степень деформации личности ребенка, наличие невротизации ребенка, неуверенность ребенка в себе, общительность ребенка, эгои-

стичность ребенка. Данная методика позволяет уже на ранней стадии выявить психологические нарушения у детей, особенно на рубеже начальной и средней школы. Низкие результаты по ряду шкал могут быть основанием для консультации психотерапевта с целью выяснения реальных причин некоторых особенностей поведения ребенка. Опросник **«Оценка нервно-психического напряжения»** позволяет выявить начинающееся перенапряжение регуляторных систем организма у старших школьников. В случае диагностики чрезмерного нервно-психического напряжения учащегося следует рекомендовать обратиться к врачу для углубленного исследования и назначения лечения, так как возможен переход от донозологического состояния к патологическому.

3.8 АНАЛИЗ ТЕКУЩЕГО ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ДЕТЕЙ

Изучение текущего физического состояния детей на практике очень часто находится в компетенции школьного психолога и используется для контроля физического состояния детей при использовании здоровьесберегающих технологий; для выявления причин неуспеваемости; контроля адаптации детей в начальной школе и при переходе к основной школе; экспертизы влияния режима обучения на детей.

Методики для оценки текущего физического состояния детей включены в пакет **«СОСТОЯНИЕ»**. В первую очередь это методика *«Оценка физического здоровья детей»*. Оценка физического здоровья детей основывается на результатах пяти морфологических и функциональных показателей, характеризующих уровень развития ребенка: массо-ростовых показателей; качества регуляции сердечно-сосудистой системы; функциональных возможностей органов дыхания и кровообращения; уровня развития двигательных качеств; адаптационных резервов кардио-респираторной системы. Методика позволяет получить значения по каждому показателю и интегральную оценку уровня физического здоровья детей обоего пола в возрасте от шести до 18 лет. С помощью **«Цветового теста» Люшера** может быть получена оценка работоспособности и истощаемости учащегося (способность на протяжении определенного времени сохранять максимальную продуктивность деятельности) и вегетативный коэффициент, отражающий установку на активную деятельность, подкрепленную достаточными энергоресурсами или установку на отдых, покой.

3.9 ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ПАСПОРТ

Психологический паспорт ребенка можно рассматривать и разрабатывать в широком контексте работы всех учреждений и служб обеспечивающих социально – психологический и учебный процессы. Он отражает психическое развитие детей, уровень адаптации как показатель благополучия среды, причины психосоматической дезадаптации, возрастные и типологические особенности высшей нервной деятельности, стрессоустойчивость организма, темперамент, работоспособность, утомляемость, самоанализ межличностных отношений.

Информация, содержащаяся в психологическом паспорте, позволяет разработать конкретные рекомендации для детей, учителей, родителей, администрации образовательного учреждения по медико-реабилитационной и психологической коррекционной работе с выявленными отклонениями; по профориентационной работе со старшеклассниками. При этом формируется информационная база данных, которая может быть использована для составления социально-психологического паспорта класса, образовательного учреждения и т.д. Психодиагностическое исследование динамических характеристик 2-3 раза в год создает систему отслеживания динамики состояния

психического здоровья детей, позволяет направленно влиять на процессы их обучения и воспитания.

Мы рекомендуем при составлении психологического паспорта учащегося использовать методики из пакетов **«ИНТЕЛЛЕКТ»**, **«ЛИЧНОСТЬ»**, **«СОСТОЯНИЕ»**, **«ОТНОШЕНИЯ»**, **«Профориентация»**. Выбор тех или иных психологических показателей определяется «пропускной способностью» психологической службы, возрастом детей, конкретными задачами, поставленными специалистами Социально –реабилитационного центра или службой психологического сопровождения образовательного учреждения. Для подготовки социально-психологического паспорта класса необходим пакет **«СОРТ»**.

3.10 АНАЛИЗ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ ДЕТЕЙ СО СВЕРСТНИКАМИ, ПЕДАГОГАМИ

Эффективность воспитательного процесса в образовательных учреждениях, особенно в старших классах, во многом зависит от глубины понимания классным руководителем и педагогами характера межличностных взаимоотношений детей. Для администрации большое значение имеет объективная информация о взаимоотношениях между учащимися и педагогами.

Помочь им может школьный психолог, используя методики, входящие в пакет «ОТНОШЕНИЯ».

Эффективным методом диагностики межличностных отношений в малой группе (учебном коллективе, семье) является социометрия. Социометрия позволяет исследовать структуру, характер отношений людей, и, как следствие, находить более продуктивные способы воздействия, как на весь коллектив, так и на отдельных его членов. Каждому обследуемому группы предлагается, отвечая на специальные вопросы, осуществить выбор наиболее предпочитаемых членов группы для совместной деятельности. На основе совокупности ответов всех членов группы оценивается социальный статус каждого члена группы, структура межличностных отношений, сплоченность группы. Это измерение происходит по определенному социометрическому критерию, а его результаты принимают вид социометрической матрицы, или схемы (социограмма). Для младших школьников подходит методика *«Подарки»*. Дети должны выбрать одноклассников, которым они хотели бы сделать подарки. Путем подсчета выборов определяется, какое количество выборов получил каждый ребенок и сколько взаимных выборов он имеет.

Социометрическая структура группы заключается в распределении детей по четырем статусным категориям: «звезды» (более 5 выборов), «предпочитаемые» (от 3 до 5 выборов), «принятые» (1–2 выбора), «изолированные» (не имеют ни одного выбора). Определяются также уровень благополучия взаимоотношений в группе, удовлетворенность детей своими отношениями со сверстниками, коэффициент изолированности в группе. Для юношеского возраста и взрослых используется методика «Социометрический опрос». Члены коллектива должны ответить на 4 вопроса, касающиеся желания или нежелания совместной работы и совместного отдыха. По результатам опроса строится социометрическая матрица, позволяющая выявить структурные элементы межличностных отношений внутри коллектива – лидеров, изолированных элементов, «отверженных», подгруппы, и типы их коммуникативных связей, а также получить показатели сплоченности и разобщенности группы (Примечание: социометрические методики находятся в стадии отладки).

Для анализа взаимоотношений между учащимися подросткового и юношеского возраста и педагогами используется *Опросник «Отношение детей к преподавателям»*.

Опросник позволяет оценить отношение детей к педагогам по трем параметрам: уровню компетентности как специалиста, степени симпатии детей к педагогу, поведению педагога. Оценки детей необходимо суммировать и усреднить. Для качественного анализа групповых результатов будет полезен пакет «**СОРТ**».

3.11 РАЗРЕШЕНИЕ КОНФЛИКТОВ МЕЖДУ УЧАЩИМИСЯ И ПРЕПОДАВАТЕЛЯМИ

Конфликтные взаимоотношения между учащимися и педагогами – постоянная проблема образовательных учреждений. Нежелание или неспособность учиться, отклоняющееся поведение с одной стороны, низкая профессиональная и психологическая подготовка, формальное отношение к работе, слабое здоровье с другой, приводят к снижению эффективности конечного результата обучения. Психолог должен понять психологические особенности ученика и педагога, на основании чего дать рекомендации по разрешению конфликта. Очень важна и профилактическая работа по предотвращению конфликтов.

Для диагностической работы в этом направлении рекомендуем использовать методики из пакетов «ЛИЧНОСТЬ» («Личностные опросники Кеттелла», «Тест Шмишека», «Тест Басса-Дарки», «Тест Люшера» и др.) и «ОТНОШЕНИЯ» («Опросник интерперсонального диагноза Лири», «Опросник «Способы реагирования в конфликте» и др.), с помощью которых могут быть сделаны заключения об индивидуальных психологических особенностях участников конфликта, и о типе их поведения в конфликтной ситуации. Исследование интеллектуальной сферы детей разных возрастных групп позволяют провести пакеты «Штом», «Штур», «АИСТ». Выявить намечающиеся «болевые точки» во взаимоотношениях «ученик-учитель» позволяют опросники «Отношение детей к преподавателям» и «Опросник нервно-психической напряженности».

3.12 АНАЛИЗ РОДИТЕЛЬСКО-ДЕТСКИХ ОТНОШЕНИЙ

Родительско-детские отношения оказывают серьезное влияние на эмоциональное, психологическое состояние и поведение детей в школе и в повседневном общении в социуме. Поэтому важной задачей психолога является психологический анализ родительско-детских отношений у проблемных детей, особенно в младшем школьном и в подростковом возрасте, и разработка конкретных рекомендаций по их нормализации.

Для диагностики родительско-детских отношений в младшем школьном возрасте мы рекомендуем специализированные опросники из пакета «**ОТНОШЕНИЯ**». Это «*Анкета родителей*», предназначенная для анализа причин недисциплинированности и неуспеваемости школьников младшего возраста. Анкета заполняется родителями и позволяет получить информацию о поведении, исполнительности, отзывчивости, трудолюбии, воспитанности, самокритичности, отношении к домашним заданиям ребенка. «*Тест-опросник родительского отношения*», предназначенный для выявления родительского отношения у лиц, обращающихся за психологической помощью по вопросам воспитания детей и проблем общения с ними. Опросник позволяет выявить эмоциональное отношение к ребенку, заинтересованность в его делах и планах, межличностную дистанцию в отношениях с ребенком, форму контроля за поведением ребенка, особенности восприятия и понимания ребенка родителями. Опросник «*АСВ (анализ семейного воспитания)*», предназначенный для исследования проблемных семей, в которых есть нервные дети и подростки с явными акцентуациями характера и отклонениями в поведении. Опросник позволяет детально диагностировать основные формы нарушения се-

мейного воспитания и характер его нарушений, такие как уровень протекции, степень удовлетворения потребностей, уровень требовательности к ребенку в семье, решение личностных проблем родителями за счет ребенка. Анкета «Оценка психологического состояния младших школьников», позволяющая определить уровень гармоничности развития личности ребенка, нравственного благополучия ребенка, деформации личности ребенка, невротизации ребенка, неуверенности ребенка в себе, общительности ребенка, эгоистичности ребенка. Низкие результаты по ряду шкал могут быть основанием для консультации психотерапевта с целью выяснения реальных причин некоторых особенностей поведения ребенка.

Подростковый возраст характеризуется обостренным чувством тревоги, беспокойством, раздражительностью, диспропорцией психического и физического развития, агрессивностью. Это период становления собственного «Я», период поиска моральных ценностей и принципов, период переживания противоречивых чувств, период протестующего характера, период возникновения множества проблем в межличностных отношениях. Для диагностики индивидуальных психологических особенностей подростков с целью последующего консультирования родителей мы рекомендуем методики из пакетов **«ЛИЧНОСТЬ»** и **«СОСТОЯНИЕ»**. В частности, *«Личностный опросник Кеттелла (16-PF)»* позволяет обнаружить нарушения формирования личности в юношеском и во взрослом возрасте. В настоящее время этот опросник является наиболее популярным средством экспресс-диагностики личности. В компьютерной программе проводится также анализ факторов второго порядка - тревожности, независимости, анализ возможности депрессии, неконтролируемого поведения, параноидальных тенденций, социопатии, агрессивного поведения, чрезмерной одержимости и ригидности, поведения безрассудного типа. *«Тест-опросник Шмишека»* предназначен для выявления акцентуированных свойств характера и темперамента школьников подросткового, юношеского возраста и взрослых. Личности, у которых основные черты ярко выражены, названы акцентуированными. В случае воздействия неблагоприятных факторов они могут приобретать патологический характер. *«Личностный опросник Айзенка (EPI)»* используется для изучения базисных личностных измерений человека - экстра-интроверсии и нейротизма. Высокие показатели по экстраверсии и нейротизму соответствуют психиатрическому диагнозу истерии, а высокие показатели по интроверсии к нейротизму - состоянию тревоги или реактивной депрессии. *«Шкала личностной тревожности Спилбергера-Ханина»* позволяет измерить тревожность как личностное свойство, во многом обуславливающее поведение детей. Очень высокая личностная тревожность прямо коррелирует с наличием невротического конфликта, с эмоциональными и невротическими срывами и с психосоматическими заболеваниями. *«Опросник Басса-Дарки»* позволяет качественно и количественно охарактеризовать проявления агрессии и враждебности.

3.13 Профильное обучение детей

Идея профильного обучения, состоит в том, чтобы снизить учебную нагрузку и дать учащимся старшего школьного возраста возможность изучать то, что им действительно интересно и необходимо, в рамках образовательного учреждения. Наряду со спецшколами и школами со старшими классами разных специализаций, появятся и школы, в которых на выбор старшеклассникам будет предоставлено ряд углубленных курсов, и они смогут выбрать несколько из них. Предполагается создание трех блоков учебных курсов: общефедеральный с обязательными предметами, профильный с детальным изучением приоритетных предметов и элективный блок - узкие предметы по интересам. В связи с этим актуальной задачей становится помощь учащимся 8-9-го классов в определении интересующих их направлений профильного обучения.

Эта работа проводится с использованием пакетов **«Профориентация»**, **«ППД»**, **«КИО»**, **«ЛИЧНОСТЬ»**. Пакеты «КПМ-8» и «ППД» содержат методики, позволяющие определить ведущие мотивы, интересы и склонности, профессиональные предпочтения, уровень притязаний детей. По результатам психологической диагностики с помощью пакетов «КИО», «ЛИЧНОСТЬ» учащимся могут быть предоставлены рекомендации о возможных направлениях профессиональной деятельности, наиболее соответствующих их способностям и психологическим особенностям личности.

3.14 ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ ДЕТЕЙ

Профессиональная ориентация - это система научно обоснованных мероприятий, направленных на подготовку молодёжи к выбору профессии с учётом особенностей личности и социально-экономической ситуации на рынке труда, на оказание помощи молодёжи в профессиональном самоопределении и трудоустройстве.

Профессиональная ориентация детей является одной из основных задач как образовательных учреждений всех типов так и учреждений Социальной защиты, входит в круг обязанностей их психологических служб, педагогических коллективов, органов управления образованием и соцзащиты.

Важнейшими направлениями профессиональной ориентации в образовательных учреждениях являются:

- **профессиональная информация** — ознакомление детей с современными видами производства, состоянием рынка труда, потребностями в квалифицированных кадрах, содержанием и перспективами развития рынка профессий, формами и условиями их освоения, требованиями, предъявляемыми профессиями к человеку, возможностями профессионально-квалификационного роста и самосовершенствования в процессе трудовой деятельности;
- **профессиональная консультация** — оказание помощи учащимся в профессиональном самоопределении с целью принятия осознанного решения о выборе профессионального пути с учетом его психологических особенностей и возможностей, а также потребностей общества;
- **профессиональный подбор** — предоставление рекомендаций учащимся о возможных направлениях профессиональной деятельности, наиболее соответствующих его психологическим, психофизиологическим, физиологическим особенностям, на основе результатов психологической, психофизиологической и медицинской диагностики;
- **психологическая поддержка** — методы, способствующие снижению психологической напряженности, формированию позитивного настроения и уверенности в будущем.

Службы психологического сопровождения в учреждениях СРЦ.

- активно содействуют формированию личностного и интеллектуального потенциала детей;
- создают психологические условия для наиболее полного развития творческих способностей, познавательной и нравственно-мотивационной сфер личности;
- оказывают психологическую помощь родителям в преодолении отклонений в интеллектуальном и личностном развитии детей, в разрешении конфликтных ситуаций,
- внедряют достижения психологии в практику образовательно-воспитательного процесса.

Для проведения профориентационной работы в образовательных учреждениях предназначен **пакет «КПМ – 8»** (Комплекс профориентационных методик)». Пакет содержит восемь специальных методик для проведения профориентационной консультации, словарь современных профессий, профессиографическое описание современных профессий.

«КПМ – 8» позволяет определить: информированность о мире профессий; наличие и сформированность профессионального плана; осознанность выбора профессии и ведущие мотивы; интересы и склонности; профессиональные предпочтения; уровень притязаний.

Необходимая информация для профподбора профессий может быть получена при использовании пакета **«ППД (Психодиагностика профессиональной деятельности)»**. В пакет включены три блока тестов:

Тесты для оценки неспецифических личностных качеств, необходимых для успешного выполнения любой профессиональной деятельности:

- Оценка творческого потенциала.
- Оценка мотивации к успеху и боязни неудачи.
- Оценка уровня контроля над жизненными ситуациями.
- Оценка лояльности к организации.

Тесты для оценки волевых и адаптационных качеств, необходимых для успешного выполнения профессиональной деятельности, связанной с ответственностью, нервно-психическим напряжением, с риском для здоровья:

- Оценка уверенности в себе.
- Оценка волевых качеств личности.
- Оценка нервно-психической устойчивости.
- Оценка степени готовности к риску.
- Оценка уровня развития адаптационных способностей.

Тесты для выявления профессиональных способностей:

- Выявление административных способностей.
- Выявление менеджерских способностей
- Выявление предпринимательских способностей.
- Выявление лидерских качеств у мужчин.
- Выявление лидерских качеств у женщин.

Методики, позволяющие определить личностные особенности детей, для учета требований, предъявляемых профессиями к человеку, размещены в пакете **«Личность»** - Личностные опросники Кеттелла (CPQ) и (16-PF), Опросник Шмишека, Личностный опросник Айзенка (EPI), Опросник Стреляу, Шкала личностной тревожности, Опросник Басса-Дарки, ТМД (Тест мотиваций достижений).

Методики, позволяющие определить уровень развития познавательных процессов и способностей детей, для учета требований, предъявляемых профессиями к человеку, размещены в пакете **«Интеллект»** - «Внимание», «Память», «Ягуар», «Тест социального интеллекта Гилфорда», «КИО (математические, технические, языковые способности)», «ШТУР (Школьный тест умственного развития)», «АИСТ (Тест структуры интеллекта Амтхауэра)».

3.15 РАЗВИТИЕ ПОЗНАВАТЕЛЬНЫХ ПРОЦЕССОВ У ДЕТЕЙ

(Внимание, память, мышление)

Развитие познавательных процессов у детей полезно в любом возрасте (как для детей с нормальным онтогенетическим развитием, так и для детей с отставанием в развитии), однако оптимальным следует считать младший школьный возраст, когда ряд высших психических функций находится в сенситивном периоде развития.

Для развития основных свойств внимания в младшем школьном возрасте мы рекомендуем пакет **«ЗООПАРК»**. Он содержит 4 игровых теста для оценки интенсивности *«Ежики»*, устойчивости *«Игра с фламинго»*, помехоустойчивости *«Игра с фламинго 2»* и переключаемости внимания *«Обезьяны с бананами»*, допускающих многократное ретестирование. Выполнение этих тестов – увлекательная игра и одновременно эффективная тренировка.

Для развития основных свойств внимания в подростковом и юношеском возрасте предназначен пакет **«ВНИМАНИЕ»**, включающий 14 игровых упражнений. Упражнения *«Развитие образной памяти»* и *«Мысленное фото»* направлены на развитие образной памяти, что позволит в течение длительного времени удерживать информацию, поступающую по зрительным каналам. Упражнения *«Лазерная концентрация»*, *«Вечное движение»*, *«Мир музыки»*, *«Формула Будды»*, *«Биологические часы»* направлены на тренировку устойчивой концентрации внимания в течение длительного периода времени (до 30 минут). Упражнения различаются по объектам концентрации: концентрация на неподвижном внешнем объекте, на движущемся внешнем объекте, на звуках, на внутренних объектах – дыхании и пульсе. Упражнения *«Двойная фигура»* и *«Фигаро»* тренируют избирательность внимания зрительной и слуховой модальности. Упражнения *«Самоконтроль»* и *«Сенсорное переключение»* позволяют тренировать переключение внимания внутри одной или нескольких сенсорных модальностей. Упражнения *«Таблицы Шульте с фиксацией взора»* и *«Воздушная акробатика»* тренируют распределение внимания. С помощью 14 тестов, включенных в пакет, можно проверить эффективность занятий.

Для оптимизации запоминания в подростковом и в юношеском возрасте мы предлагаем соответствующий раздел пакета **«ПАМЯТЬ»**. Упражнения и рекомендации в нем имеют четко очерченную рубрику и содержат все необходимое для самостоятельной работы. Перед началом занятий следует внимательно просмотреть все упражнения и рекомендации. Затем освоить разделы: *ПСИХОГИГИЕНИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ, ОПТИМАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ДЛЯ ЗАПОМИНАНИЯ, ОСМЫСЛЕННОЕ ЗАПОМИНАНИЕ, ИСПОЛЬЗОВАНИЕ АНАЛИЗАТОРОВ ПРИ ЗАПОМИНАНИИ*, так как они достаточно просты для понимания, не требуют тренировки и дают быстрый позитивный эффект. Далее, Вы можете освоить разделы: *ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ЗАПОМИНАНИЕ, РАЗВИТИЕ ОБРАЗНОЙ ПАМЯТИ, АССОЦИАТИВНОЕ ЗАПОМИНАНИЕ, МНЕМОТЕХНИКА*. Эти разделы более сложны и достижение значимых результатов потребует времени и терпения. Заниматься нужно регулярно, последовательно и постепенно, следуя инструкциям. С помощью 18 тестов, включенных в пакет, можно проверить эффективность занятий.

Для тренировки восприятия сенсомоторных процессов, мышления в разных условиях деятельности у детей всех возрастных групп мы рекомендуем, не имеющий аналогов, пакет **«ЯГУАР»**. Пакет содержит 15 игровых тестов, допускающих многократное ретестирование. Выполнение этих тестов, как и тестов пакета «Зоопарк», увлекательная игра и одновременно эффективная тренировка. Методики для оценки и тренировки восприятия: *«Точность восприятия размеров»*, *«Точность восприятия пространства»*, *«Точность восприятия времени»*, для оценки и тренировки сенсомоторных процессов: *«Ско-*

рость простой зрительно-моторной реакции», «Скорость простой аудио-моторной реакции», «Скорость сложной зрительно-моторной реакции», «Точность реакции на движущийся объект», «Теппинг-тест», «Стабильность сенсомоторики», «Помехоустойчивость сенсомоторики», для оценки и тренировки умственной работоспособности: «Бдительность», «Стабильность умственной деятельности», «Работоспособность при дефиците времени», «Работоспособность при дефиците информации», «Помехоустойчивость умственной работоспособности».

Подробные инструкции по выполнению упражнений приводятся на экране монитора непосредственно перед выполнением заданий.

Перед началом занятий следует просмотреть внимательно все комплексы упражнений и рекомендации. Упражнения не следует выполнять все подряд. Выберите те, где результаты диагностики ниже среднего уровня. Некоторые упражнения потребуют тренировки для достижения позитивных результатов. Занимайтесь регулярно, в среднем по 30 минут в день, следуя рекомендациям и правилам, изложенным в инструкциях.

3.16 ОПТИМИЗАЦИЯ УМСТВЕННОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ

Тренажер **«Комфорт»** содержит обширный комплекс научно обоснованных, эффективных оздоровительных методик и упражнений для быстрого включения в работу, для повышения выносливости при умственной работе, для улучшения способности к обучению, для увеличения энергетики мозга, для предотвращения перенапряжения зрения, для повышения стрессоустойчивости.

Подробные инструкции по выполнению упражнений приводятся на экране монитора непосредственно перед выполнением заданий.

Перед началом занятий следует просмотреть внимательно все комплексы упражнений и рекомендации. Назначение упражнений приводится в введении к каждому разделу. Упражнения не следует выполнять все подряд. Выберите те, которые необходимы в данный момент. Некоторые упражнения потребуют тренировки для достижения позитивных результатов. Во время первой стадии обучения рекомендуется использовать иллюстративный материал, тренажеры и музыкальное сопровождение. Занятия требуют регулярности и следованию рекомендациям и правилам, изложенным в инструкциях. Работу с тренажером можно сочетать с упражнениями других разделов комплекса.

3.17 ПРОФИЛАКТИКА НЕГАТИВНЫХ ФАКТОРОВ РАБОТЫ С КОМПЬЮТЕРОМ

Научные исследования показывают, что интенсивная и/или длительная работа за компьютером, поначалу незаметно, но самым серьезным образом сказывается на состоянии здоровья. Нарушения зрительной функции – близорукость, повышение внутриглазного давления, рези и жжение в глазах, умственное переутомление, невроты, головные боли, боли в мышцах шеи и в пояснице, писчий спазм приводят к снижению или потере трудоспособности многих детей и учителей, которые проводят за компьютером в школе или дома больше трех часов в день.

Для профилактики профессиональных вредностей работы с компьютером применяется тренажер **«Комфорт»**. В него включены пять комплексов упражнений:

- Комплекс упражнений йоги для профилактики утомления зрения.
- Комплекс физических упражнений для улучшения мозгового кровообращения и уменьшения напряжения мышц шеи, снижения утомления мышц плечевого пояса и рук, туловища и ног.

- Комплекс рекомендаций по использованию японского точечного массажа Шиацу.
- Комплекс упражнений японской дыхательной терапии.
- Комплекс психотехнических упражнений американской имаготерапии.

Все упражнения проводятся непосредственно на рабочем месте, например, в компьютерном классе. *Длительность каждого упражнения не превышает трех минут.*

3.18 ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОЛЛЕКТИВА

Социально - психологический климат в педагогическом коллективе определяется отношениями между людьми, настроением, самочувствием, удовлетворенностью в процессе совместной деятельности и общения. Особенность деятельности педагогического коллектива обусловлена тем, что в повседневной педагогической деятельности учителя сталкиваются с рядом трудностей, которые могут вызывать стрессовые ситуации, и устойчивость педагога к стрессогенным факторам сильно влияет на продуктивность его педагогической деятельности. Педагогический коллектив с положительным социально-психологическим климатом отличается благоприятной морально-психологической атмосферой, дружелюбием, чувством долга и ответственности, взаимной требовательностью, защищенностью его членов.

Психологический анализ педагогического коллектива может быть проведен с помощью методик, входящих в пакеты «ОТНОШЕНИЯ» и «СОСТОЯНИЕ». Начать анализ следует с изучения отношения детей к образовательному учреждению - опросник «*Отношение к учебному заведению*» и анализа уровня сформированности коллектива *Опросник «Психологический климат в педагогическом коллективе»*. Следующий шаг – выявление отношения детей к учителям - опросник «*Отношение детей к преподавателям*». Опросник позволяет оценить отношение детей к преподавателю по уровню компетентности преподавателя как специалиста, степени симпатии детей к преподавателю, поведению преподавателя. В дальнейшем, полезно получить ряд значимых психологических характеристик учителей, негативно оцениваемых учащимися, в частности профессиональной направленности личности, способов реагирования в конфликте, оценить уровень нервно-психической напряженности. Ценную информацию можно получить при использовании *Опросника интерперсонального диагноза Лири*, позволяющего выявить преобладающий тип отношений к людям в самооценке и взаимооценке. С помощью этого опросника можно определить, как и в чем нарушаются отношения в коллективе, и затем использовать полученные результаты для психологической коррекции. «*Опросник профессиональной направленности личности преподавателя*» позволяет оценить выраженность четырех форм профессиональной направленности педагога — общительность, организованность, направленность на предмет, интеллигентность. *Опросник «Способы реагирования в конфликте»* выявляет наиболее предпочитаемую (часто неадекватную) форму социального поведения в ситуации конфликта, тенденции взаимоотношений в сложных условиях. *Опросник «Оценка нервно-психического напряжения»* позволяет выявить начинающееся перенапряжение регуляторных систем организма. В случае диагностики чрезмерного нервно-психического напряжения обследуемому лицу следует рекомендовать обратиться к врачу.

На основании проведенного анализа должны быть разработаны конкретные психологические рекомендации, как для отдельных педагогов, так и для администрации образовательного учреждения в целом.

3.19 ЛИЧНОСТНО-ОРИЕНТИРОВАННАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ РАБОТА

В личностно-ориентированной образовательной работе ребенок - главное действующее лицо всего образовательного процесса. Личностно-ориентированная образовательная работа подразумевает ориентацию на обучение, воспитание и развитие всех детей с учетом их индивидуальных особенностей: возрастных, физиологических, психологических, интеллектуальных; образовательных потребностей, ориентацию на разный уровень сложности программного материала, доступного ребенку; выделение групп детей по знаниям, способностям; распределение детей по однородным группам: успеваемости, способностям, профессиональной направленности; отношение к каждому ребёнку как к уникальности. Особая психолого-педагогическая задача, обучение одаренных детей. Речь идёт о диагностике как общей (интеллект и креативность), так и специальной одаренности - музыкальной, сенсомоторной, литературной и т.д. (см. 4.5.).

Личностно-ориентированное образование значительно повышает роль и увеличивает объем психодиагностических исследований для оптимального решения образовательных и воспитательных задач. Использование для этих целей компьютерного комплекса «Effecton» предоставляет «инновационным образовательным учреждениям» и «реабилитационным центрам» принципиально новые возможности. В состав комплекса включено большое количество психодиагностических и развивающих методик, необходимых для реализации задач личностно-ориентированного образования. Это все методики пакета **«СОСТОЯНИЕ»**, позволяющие оценить текущее психологическое и физическое состояние детей всех возрастных групп и учителей, методики пакета **«ЛИЧНОСТЬ»** для оценки индивидуально-психологических особенностей детей, диагностические и развивающие методики пакета **«ИНТЕЛЛЕКТ»** для оценки и развития познавательных процессов и способностей, методики пакета **«ОТНОШЕНИЯ»** для оценки межличностных, в том числе родительско-детских отношений, и отношений учитель-ученик, тренажер **«КОМФОРТ»** для оптимизации умственной работоспособности, методики пакета **«КПМ-8 (комплекс профориентационных методик)»**.

3.20 ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ

Все возрастающая интенсификация учебного процесса, использование новых форм и технологий обучения, более раннее начало систематического обучения приводят к росту числа детей, не способных без особого напряжения адаптироваться к учебным нагрузкам. В связи с этим растет число детей с наличием "пограничных" состояний и хронических заболеваний. В связи с этим во многих образовательных учреждениях помимо решения педагогических задач решаются задачи содействия охране и укреплению здоровья детей, в частности учебная нагрузка и методы преподавания соотносится с возрастными и индивидуальными особенностями детей; проводится работа по предупреждению патологических нарушений, непосредственно связанных с образовательным процессом; по снижению учебных перегрузок детей, приводящих их к состоянию переутомления, к «школьным стрессам»; по правильной организации физической активности детей; по предупреждению распространения среди детей вредных привычек, зависимостей.

Основными направлениями работы психологов, применяющих здоровьесберегающее образование являются:

- психодиагностика, выделение группы "благополучных" детей и детей с проблемами развития;

- развивающая и психокоррекционная работа, создание условий для целостного психического развития школьников, их психического здоровья, решение

психического развития школьников, их психического здоровья, решение конкретных проблем обучения, поведения или психического самочувствия;

- консультирование и просвещение школьников, их родителей и педагогов, проведение консультаций после обследования и по просьбе учителей, классных руководителей; посредничество в конфликтах и переговорах;
- работа школьной медико-психолого-педагогической комиссии; направление детей к невропатологу, психоневрологу, медицинскому психологу.
- психологическое здоровье учителей;
- здоровьесберегающее сопровождение образовательного процесса - это система взаимодействия всех субъектов образовательного процесса по формированию, сохранению и укреплению здоровья детей. Система взаимодействия включает:
- анализ и коррекцию физического здоровья;
- анализ и коррекцию психического здоровья, в том числе определение уровня школьной зрелости, диагностику личностных особенностей, интеллектуального развития, психоэмоционального состояния, утомляемости, психологической адаптации, "зон риска"; составление коррекционно-развивающих программ, работу кабинета психологической разгрузки;
- здоровьесберегающее образование, обеспечение адекватного и оптимального режима функционирования, определение оптимального режима учебной деятельности, разработку технологий сопровождения "групп риска", организацию исследовательской деятельности, направленной на выявление уровней здоровья детей и установление взаимосвязи между показателями физического, психического состояния и объемами учебной нагрузки
- социально-педагогическую диагностику учащегося: образовательную компетентность, мотивационную направленность, субъектно-личностную компетентность, профессиональную готовность

Здоровьесберегающее образование существенно повышает роль и увеличивает объем психодиагностических исследований. Авторы проекта принимали активное участие в методическом оснащении здоровьесберегающих центров образовательных учреждений России, поэтому в комплекс «Effecton» включено большое количество психодиагностических и развивающих методик, необходимых для реализации здоровьесберегающих технологий образовательного процесса. Прежде всего, это все методики пакета **«СОСТОЯНИЕ»**, позволяющие оценить текущее психологическое и физическое состояние детей всех возрастных групп и учителей, методики пакета **«ЛИЧНОСТЬ»** для оценки индивидуально-психологических особенностей детей, диагностические и развивающие методики пакета **«ИНТЕЛЛЕКТ»** для оценки и развития познавательных процессов и способностей, методики пакета **«ОТНОШЕНИЯ»** для оценки межличностных, в том числе родительно-детских отношений, и отношений учитель-ученик, тренажер **«КОМФОРТ»** для оптимизации умственной работоспособности.

3.21 СТАТИСТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ ГРУППОВЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ

Статистический анализ результатов исследований, является необходимым и обязательным условием корректной работы любой психологической службы.

Ни один вывод по результатам группового психодиагностического тестирования, ни одна научная публикация не могут быть сделаны без проведения статистического анализа. Вместе с тем, опыт показывает, что в большинстве случаев школьные психологи и психологи реабилитационных центров не владеют, в достаточной степени, математическими методами статистического анализа результатов исследований. В связи с этим, нами разработан специальный пакет **«СОРТ (статистическая обработка результатов тестирования)»**, позволяющий легко и быстро получить основные статистические показатели результатов исследований, такие как «Объем данных», «Средняя арифметическая», «Среднее квадратическое отклонение», «Средняя ошибка», «Оценка достоверности разницы между средними арифметическими», «Коэффициент корреляции». Подробное описание использования этого пакета приведено в Руководстве пользователя.

4.1 ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ ПРОЦЕССЫ

4.1.1 ПАКЕТ «ZOO» (ЗООПАРК)

«ZOO» - это батарея компьютерных тестов нового поколения для углубленной диагностики основных свойств внимания у детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста. Использование тестов позволяет исследовать и количественно оценить устойчивость, интенсивность, истощаемость, помехоустойчивость и переключаемость внимания в детском возрасте, в том числе, у детей с синдромом дефицита внимания (СДВ). Все тесты выполнены в форме игр для повышения мотивации испытуемых. Использование ПЭВМ сделало возможным предъявление динамического стимульного материала и обработку промежуточных результатов в реальном времени с учетом качества работы испытуемых. Принципиально новыми являются ряд показателей внимания и получение в ходе тестирования только статистически достоверных результатов.

При исследовании устойчивости внимания на экране монитора появляются ребенок и страус. Перед ними яблоко. Задача испытуемого как можно быстрее нажать клавишу (Enter) на клавиатуре и тогда яблоко попадет в его корзину. Если же он замешкается, то яблоко достанется страусу. Компьютер анализирует среднее время реакции и среднее квадратическое отклонение. Показателем устойчивости внимания является среднее квадратическое отклонение времени простой зрительно моторной реакции в мс. Идея теста заключается в том, что при устойчивом внимании колебания латентных периодов реакций испытуемого закономерно ниже, чем при неустойчивом внимании.

При исследовании помехоустойчивости внимания одна минута «борьбы» со страусом за яблоки без помех сменяется одной минутой работы в условиях помех - появляются световые и звуковые помехи (гром, молнии, дождь), отвлекающие испытуемого, но не усложняющие непосредственно выполнение задания. Показателем помехоустойчивости является коэффициент «К», вычисляемый по формуле $K=100(i1/i2)$, где $i1$ - устойчивость внимания при работе без помех, $i2$ - устойчивость внимания при работе с помехами, выраженный в процентах.

При исследовании интенсивности внимания на экране монитора появляются ежик и ежиха, отличающиеся размерами. Ребенок должен указать, нажатием соответствующей клавиши (Z - слева на экране монитора, M - справа), местонахождение ежика (положение животных меняется по случайному закону). При правильном ответе различие в размерах животных уменьшается, при неправильном - увеличивается. Время принятия решения не учитывается. Таким образом, определяется минимальная, правильно различаемая, разница в размерах изображений. Этот показатель, зависящий от возрастных особенностей восприятия и остроты зрения, используется во второй части теста, нивелируя межиндивидуальные различия испытуемых. В второй части теста испытуемому предъявляются изображения с минимальной, правильно различаемой разницей в размерах, но теперь меняется время предъявления изображений, при правильных ответах оно уменьшается, при неправильных - увеличивается. Таким образом, определяется минимальное время правильного различения изображений, которое и является показателем интенсивно-

сти внимания, выраженное в мс. Идея этого теста заключается в том, что для правильного ответа при уменьшении времени экспозиции изображений требуется большая интенсивность внимания. Принципиально важным для точности исследования является введение в программу алгоритма вычисления статистической достоверности результатов по критерию серий, что исключает случайное угадывание правильного ответа при выборе из двух альтернатив.

При исследовании переключаемости внимания на экране монитора появляются две обезьяны с кормушками для бананов. При появлении банана в левой кормушке ребенок должен отдать банан, нажатием соответствующей клавиши (Z), первой обезьяне, а при появлении банана в правой кормушке, отдать банан (нажатием клавиши M) второй обезьяне. В этой части теста определяется среднее время сложной зрительно-моторной реакции. Работа заканчивается после того, как ошибка среднего достигает 5% уровня, что гарантирует достоверность результатов. Во второй части теста, через заданные интервалы времени, раздается звуковой сигнал, являющийся командой на изменение алгоритма работы на противоположный (при появлении банана в левой кормушке - M, в правой - Z). При этом, время отставления тестирующего стимула (банана) от кондиционирующего (команды на переключение режима деятельности) составляет 800 мс. Количество переключений внимания равно 10. Измеряется время сложной зрительно моторной реакции после каждого переключения, затем результаты усредняются. Идея теста заключается в том, что для переключения внимания требуется некоторое время на перестройку мозговых процессов с одной деятельности на другую. Если тестирующий стимул будет подаваться после кондиционирующего раньше, чем произошла перестройка, то реакция испытуемого будет либо неправильной, либо с увеличенным латентным периодом. Но, если время отставления тестирующего стимула от кондиционирующего равно или больше времени перестройки мозговых процессов, то время реакции будет сопоставимо с временем реакции выбора до переключения внимания. Показателем переключаемости внимания служит разность среднего времени реакций до (П1), и после (П2) переключений внимания (П2 - П1), выраженная в мс. Время отставления тестирующего и кондиционирующего стимулов (800 мс) выбрано эмпирически, на основании результатов апробации теста, среднее время реакции у детей от 6 до 10 лет после переключения внимания при этом превышает среднее время реакции до переключения внимания.

Рекомендуется выполнять в одну сессию не более трех тестов. Точность диагностики во многом зависит от правильности понимания ребенком инструкций (все инструкции приведены на экране монитора), поэтому необходимо провести предварительное теоретическое и практическое ознакомление ребенка с тестами.

Длительность выполнения каждого теста (за исключением исследования истощаемости внимания) не превышает трех минут.

4.1.2 ПАКЕТ «ВНИМАНИЕ»

Не имеющий аналогов комплекс из 13 тестов и 14 развивающих упражнений, позволяющий оценить и улучшить объем, концентрацию, устойчивость, помехоустойчивость, избирательность, распределение и переключаемость внимания. Для повышения мотивации испытуемых все тесты и упражнения выполнены в игровой форме с использованием изобразительных и музыкальных средств. Возрастной диапазон – учащиеся всех ступеней обучения и взрослые.

Каждое свойство может быть исследовано несколькими взаимодополняющими тестами, что позволяет получить более точную оценку. Каждый тест имеет несколько параллельных форм, что позволяет проводить многократное

тестирование одних и тех же испытуемых. Назначение тестов и процедура тестирования приведены в инструкциях перед каждым тестом.

Тест «Разведчик» предназначен для оценки объема внимания. После предупредительного звукового сигнала испытуемому будет предъявлена "военная карта" с обозначением аэродромов. Следует запомнить их расположение и сразу же после появления чистой карты внести в нее местонахождение аэродромов при помощи мышки. Количество аэродромов будет увеличиваться от двух до девяти до тех пор, пока испытуемый не ошибется 2 раза. В случае ошибки, в нужном квадратике аэродрома появится красный самолет. После двух ошибок, тестирование заканчивается, и можно получить результат этого тестирования по сопоставимой 4-х балльной шкале.

Тест «Штурман». Аналог теста Рисса. Испытуемый должен проследить мысленным взором маршрут каждого из участников соревнования (номера участников 1, 2, ..., 10 проставлены слева на рисунке) и определить их место на финише. Затем ввести его (место) в компьютер, нажимая цифровые клавиши. (0 для того, чтобы ввести число 10). Также для выбора места можно использовать мышку. Оценка устойчивости зрительного внимания производится на основании подсчета процента правильных ответов. Абсолютные значения переводятся в балльные оценки. *Длительность теста — 1 минута.*

Тест "Корректор" предназначен для оценки интенсивности и устойчивости зрительного внимания. Тест выполняется четыре минуты. Оценка результатов производится на основании динамики количества просмотренных знаков и количества ошибок поминутно (устойчивость) и суммарного показателя концентрации внимания ($ПВ = КЗ \setminus КО + 1$, где КЗ – количество просмотренных знаков, КО - количество ошибок).

Тест "Спортивное ориентирование" предназначен для оценки устойчивости зрительного внимания. *Время на выполнение теста - одна минута.* Оценка результатов производится на основании подсчета процента правильных ответов.

Тест "Кузнечик" предназначен для оценки устойчивости слухового внимания. Оценка результатов производится на основании количества правильно отслеженных "прыжков" кузнечика с учетом заданного уровня сложности теста. Тест может быть также использован для тренировки устойчивости внимания детей.

Тест "Чет-нечет" предназначен для оценки устойчивости сенсорного внимания. Оценка результатов производится на основании вычисления среднего квадратического отклонения латентных периодов реакций испытуемых с учетом количества правильных ответов.

Тест "Анаграмма" предназначен для оценки избирательности внимания. Оценка результатов производится на основании вычисления количества правильных ответов с учетом времени выполнения теста.

Тест "Калейдоскоп" предназначен для оценки избирательности внимания. Оценка результатов производится на основании вычисления абсолютной точности ответов (в процентах).

Тест "Красно-черная таблица" предназначен для оценки переключаемости и распределения внимания. Время выполнения теста - 5 минут. Оценка результатов производится на основании вычисления количества правильных ответов.

Тест "Бухгалтер" предназначен для оценки переключаемости внимания. Оценка результатов производится на основании вычисления коэффициента переключаемости. $КП = (КО2 - О2) / (КО1 - О1)$, где КО2 - среднее количество ответов в первые 10 с после переключения; О2 - среднее количество ошибок в первые 10 с после переключения; КО1 - количество ответов за 50 с перед

переключением; О1 - количество ошибок за 50 с перед переключением. Время выполнения теста - 6 минут.

Тест *"Пропущенные числа"* предназначен для оценки распределения внимания. Оценка результатов производится на основании вычисления количества правильных ответов.

Тест *"Таблицы Шульте"* предназначен для оценки распределения внимания, но в литературе есть упоминания об использовании теста для оценки переключаемости и объема внимания. Оценка результатов производится на основании вычисления времени выполнения задания.

Тест *Струпа* предназначен для оценки концентрации внимания, а также способности к выделению основного фактора и игнорированию остальных побочных факторов.

Стимульный материал представляет собой два бланка с названиями цветов. На первом бланке названия цветов написаны черным по белому. На втором - названия цветов написаны разными цветами, причем название цвета иногда совпадает, а иногда не совпадает с цветом надписи.

Испытуемому предъявляется вначале черно-белый бланк, а затем цветной. Каждый бланк предъявляется в течение 40 сек. Испытуемый читает вначале на первом, затем на втором бланке напечатанные слова по строкам слева направо максимально быстро. Если за это время он дочитает последнюю строчку, начинает заново читать с верхней строки.

Оцениваются два показателя: количество прочитанных слов и количество ошибок. В норме при прочтении второго бланка наблюдается уменьшение количества слов на 5-10% или появление 1-3 ошибок (запинок) на бланк.

Обычно человек реагирует на повышение информационной нагрузки снижением скорости деятельности или ухудшением ее качества при сохранении скорости выполнения. Снижение скорости и появление ошибок одновременно говорит о невысокой способности к концентрации внимания и о неудачно выбранной тактике поведения в условиях информационной нагрузки.

Упражнения *"Развитие образной памяти"* и *"Мысленное фото"* направлены на развитие образной памяти, что позволит в течение длительного времени удерживать информацию, поступающую по зрительным каналам.

Упражнения *"Лазерная концентрация"*, *"Вечное движение"*, *"Мир музыки"*, *"Формула Будды"*, *"Биологические часы"* направлены на тренировку устойчивой концентрации внимания в течение длительного периода времени. Упражнения различаются по объектам концентрации: концентрация на неподвижном внешнем объекте, на движущемся внешнем объекте, на звуках, на внутренних объектах - дыхании и пульсе. Упражнение *"Двойная фигура"* тренирует избирательность внимания. Упражнения *"Самоконтроль"* и *"Сенсорное переключение"* позволяют тренировать переключение внимания внутри одной или нескольких сенсорных модальностей. Упражнения *"Таблицы Шульте с фиксацией взора"* и *"Воздушная акробатика"* тренируют распределение внимания.

4.1.3 ПАКЕТ «ПАМЯТЬ»

Не имеющий аналогов комплекс из 18 тестов и более 30 упражнений, мнемотехнических приемов и рекомендаций для всесторонней оценки кратковременной и долговременной памяти и оптимизации запоминания.

Исследование кратковременной памяти:

Запоминание цифр (объем механической памяти Лезера). В ходе выполнения теста испытуемому предъявляется 20 цифровых рядов с экспозицией 3 с. Задача испытуемого - правильно воспроизвести предъявленный цифровой ряд

в любой последовательности. Первый предъявленный ряд содержит 7 цифр, в случае правильного воспроизведения следующий ряд увеличивается на одну цифру, а в случае неправильного - уменьшается на одну цифру и т.д. Результатами теста являются средняя длина цифрового ряда и среднее количество правильно воспроизведенных цифр в ряду с учетом времени экспозиции цифровых рядов.

Запоминание чисел (объем механической памяти). Испытуемому по очереди предъявляются 10 двузначных чисел. Их следует запомнить и после звукового сигнала ввести с клавиатуры то, что запомнено, в любой последовательности. (Числа вводить цифровыми клавишами, после набора каждого числа нажимается Enter). Тестирование повторяется дважды. Оценка теста производится на основании вычисления процента правильных ответов в двух пробах. Абсолютные значения переводятся в балльные оценки

Здесь, и далее, используется перевод "сырых" оценок в балльные по десяти-балльной шкале от 0 до 9 баллов. Балльные оценки рассчитаны для учащихся старших классов городских школ и студенты начальных курсов университета, поэтому при тестировании испытуемых других возрастных групп или иного социума следует нормировать результаты на основании собственной экспериментальной выборки.

Запоминание слогов (объем механической памяти Эббингауза). Испытуемому предъявляются ряды бессмысленных слогов, число их будет постепенно увеличиваться по мере выполнения заданий. Их следует запоминать и после звукового сигнала вводить с клавиатуры то, что запомнено в любой последовательности. (Слоги вводить буквенными клавишами, после набора каждого слога нажимается Enter). Тестирование начинается с двух слогов и продолжается до ошибки. Оценка результатов производится на основании количества правильно воспроизведенных слогов.

Объем смысловой зрительной памяти. Испытуемому по очереди предъявляются 10 слов. Их следует запомнить и после звукового сигнала ввести с клавиатуры то, что запомнено в любой последовательности (слова вводить буквенными клавишами, после набора каждого слова нажимается Enter). Тестирование повторяется дважды. Оценка результатов производится на основании вычисления процента правильных ответов в двух пробах.

Объем смысловой слуховой памяти. Испытуемому "произносятся компьютером" 10 слов. Их следует запомнить и после звукового сигнала ввести с клавиатуры то, что запомнено в любой последовательности (слова вводить буквенными клавишами, после набора каждого слова нажимается Enter). Оценка результатов производится также, как и в предыдущем тесте.

Объем ассоциативной памяти. Испытуемому по очереди предъявляются 15 пар слов, имеющих смысловые связи. (Например : дождь - зонт). Их следует запомнить. После этого в ответ на появление на экране слова из левой части ряда, необходимо ввести с клавиатуры соответствующее ему слово из правой части ряда (слова вводить буквенными клавишами, после набора каждого слова нажимается Enter). Оценка результатов производится на основании вычисления коэффициента ассоциативной памяти. $КАП = \frac{ПО}{15}$, где ПО - количество правильно подставленных слов.

Объем логической памяти. Испытуемому предъявляется короткий рассказ, в нем ряд смысловых единиц (фрагментов содержания), все они в некоторой логической связи (эти единицы: числа и существительные в именительном падеже выделены в тексте). Рассказ следует прочитать и запомнить содержание. После этого испытуемый должен воспроизвести рассказ с использованием всех выделенных логических единиц. Для этого можно воспользоваться одним из двух способов: помощью инструктора или же самостоятельной работой с компьютером. Оценка результатов производится на основании

количества воспроизведенных в пересказе смысловых единиц.

Объем оперативной памяти. Испытуемому предъявляется ряд из 5 однозначных чисел. Их следует запоминать. Потом в уме сложить первое число со вторым и ввести результат в компьютер (Enter); второе число с третьим и ввести результат; третье число с четвертым и ввести результат; четвертое число с пятым и ввести результат. Всего четыре суммы. Если не удастся подсчитать все суммы, ввести, сколько получится. Тестирование повторяется с десятью рядами чисел. Оценка результатов производится на основании количества правильно произведенных вычислений.

Объем образной памяти. Испытуемому предъявляются девять неструктурированных изображений на фиксированное время. Их следует запомнить. После исчезновения предъявленных изображений, появляется таблица из 28 изображений, содержащая и те изображения, которые запоминались. Необходимо выделить каждое запомненное изображение при помощи стрелок и нажать Enter. Оценка результатов производится на основании количества правильно выделенных изображений.

Исследование долговременной памяти:

Скорость механического запоминания. Испытуемому предъявляются 8 бессмысленных слогов в течение 16 с. Их следует запомнить. После звукового сигнала необходимо ввести с клавиатуры то, что запомнено в любой последовательности. Если задание не выполнено полностью, весь ряд слогов появится снова, и так до тех пор, пока испытуемый не запомнит и правильно не введет весь материал. Определяются объем (ОЗ) и успешность заучивания (УЗ). $УЗ = КП + КО + Т$, где КП - количество повторений, КО - количество ошибок, Т - общее время заучивания. $ОЗ = КП + СП$, где СП - средний прирост запоминаемой информации в процессе заучивания (сумма всех $D[i]$, деленных на $n-1$ (i меняется от 1 до $n-1$), где $d[i] = a[i+1] - a[i]$, $a[i]$ - количество правильно воспроизведенных элементов при i -ом повторении, n - общее количество повторений). Перевод первичных оценок в шкальные осуществлялся по 10-балльной шкале.

Скорость запоминания не связанных слов. Испытуемому предъявляются 20, не связанных друг с другом, слов в течение 40 с. Их следует запомнить. После звукового сигнала необходимо ввести с клавиатуры то, что запомнено в любой последовательности. Если задание не выполнено полностью, весь ряд слов появится снова, и так до тех пор, пока не будет запомнен и правильно введен весь материал. Обработка результатов производится точно также, как при заучивании слогов.

Скорость запоминания слов, имеющих смысловые связи. Испытуемому предъявляются пары слов, имеющие смысловые связи. Их следует запомнить. После звукового сигнала в ответ на появление слова из левой части ряда необходимо ввести с клавиатуры соответствующее ему слово из правой половины ряда. Если задание не выполнено полностью, весь ряд слов появится снова, и так до тех пор, пока не будет запомнен и правильно введен весь материал. Обработка результатов производится точно также, как при заучивании слогов.

Скорость запоминания образов. Испытуемому предъявляется изображение. Его следует рассмотреть и запомнить. Через 30 секунд на экране появятся вопросы по этому рисунку, на которые необходимо ответить, стрелками выбрав правильный ответ и нажав Enter. Если задание не будет выполнено полностью, изображение появится снова и так до тех пор, пока испытуемый не даст правильный ответ на все вопросы. Обработка результатов производится точно также, как при заучивании слогов.

Точность воспроизведения бессмысленных слогов. Этот тест проводится в течение двух дней с интервалом более 24 часов. Испытуемому предъявляют-

ся бессмысленные слоги. Слоги следует запомнить и, после звукового сигнала, ввести с клавиатуры то, что запомнено в любой последовательности. Если задание выполнено не полностью, весь ряд слогов появится снова, и так до тех пор, пока испытуемый не запомнит и правильно не воспроизведет весь стимульный материал. Продолжение тестирования должно проводиться через указанный выше интервал времени. Определяется коэффициент долговременного запоминания $KДЗ = ОП + Т$, где основной показатель $ОП = С - m / C + m \times 100$. Прибавка на время (Т), идет с определенной величины основного показателя. Точность воспроизведения бессмысленных слогов определяется по количеству воспроизведенных слогов по прошествии 24 часов. Абсолютные значения переводятся в балльные оценки по 20-балльной шкале

Точность воспроизведения слов. Этот тест проводится в течение двух дней с интервалом более 24 часов. Испытуемому предъявляются слова, не связанные друг с другом. Слова следует запомнить и, после звукового сигнала, ввести с клавиатуры то, что запомнено в любой последовательности. Если задание выполнено не полностью, весь ряд слов появится снова, и так до тех пор, пока испытуемый не запомнит и правильно не воспроизведет весь стимульный материал. Продолжение тестирования должно проводиться через указанный выше интервал времени. Точность воспроизведения слов определяется по количеству воспроизведенных слов по прошествии 24 часов. Обработка результатов производится также как в тесте "точность запоминания бессмысленных слогов".

Точность воспроизведения связанных пар слов. Этот тест проводится в течение двух дней с интервалом более 24 часов. Испытуемому предъявляются пары не связанных между собой слов. Слова следует запомнить. После звукового сигнала в ответ на появление на экране монитора слова из левой части ряда необходимо ввести с клавиатуры соответствующее ему слово из правой половины ряда. Если задание не будет выполнено полностью, весь ряд слов появится снова, и так до тех пор, пока испытуемый не запомнит и правильно не введет весь стимульный материал. Продолжение тестирования должно проводиться через указанный выше интервал времени. Точность воспроизведения связанных по смыслу слов определяется по количеству воспроизведенных слов по прошествии 24 часов. Обработка результатов производится также как в тесте "точность запоминания бессмысленных слогов".

Точность воспроизведения образов. Испытуемому предъявляется изображение на экране монитора. Его следует рассмотреть и запомнить. Через 30 секунд на экране появляются вопросы, на которые необходимо ответить. Тестирование будет продолжаться до тех пор, пока испытуемый не ответит правильно на все вопросы. Точность воспроизведения образов определяется по количеству набора образов по прошествии 24 часов.

Упражнения и рекомендации включают следующие разделы:

- Психогигиенические рекомендации для лучшего запоминания.
- Оптимальные условия для запоминания.
- Осмысленное запоминание.
- Использование ведущего анализатора при запоминании.
- Использование эмоций при запоминании.
- Использование релаксации при запоминании.
- Использование ассоциаций при запоминании.
- Мнемотехники для запоминания русских слов.
- Мнемотехники для запоминания иностранных слов.

- Мнемотехники для запоминания цифр.

4.1.4 ПАКЕТ «ЯГУАР»

Пакет "Ягуар" является лучшей программой комплекса, и включает уникальную коллекцию тестов, направленных на изучение точностных, скоростных и надежностных качеств человека. Оценка этих качеств производится на основе измерения свойств восприятия, сенсомоторных реакций и умственной работоспособности в различных условиях. Все тесты реализованы в игровой форме с привлечением широкого диапазона аудиовизуальных средств, что существенно повышает мотивацию испытуемых при выполнении заданий тестирования. Пакет «Ягуар» может также использоваться в качестве эффективного интеллектуального тренажера для детей младшего и подросткового возраста.

Тест «Дом» (Точность восприятия размеров). Оценивает способность испытуемого к точному восприятию размеров геометрических объектов. Измеряется в процентах правильных ответов по отношению к общему количеству вопросов.

Испытуемому предъявляется составной геометрический объект — схема дома. Ее элементы выступают в качестве фигур-эталонов в каждом из 16 заданий теста. Среди вариантов ответа в этих заданиях приводятся фигуры, незначительно отличающиеся по своим параметрам между собой и фигурой-эталонном. Оценка точности восприятия производится на основании степени успешности установления соответствия между фигурами.

Время в секундах, которое испытуемый затратил на прохождение теста. Может принимать любые положительные значения, поскольку на продолжительность теста не установлено никаких ограничений.

Тест «Бюро точного времени» (Точность восприятия пространства). Оценивает способность испытуемого к точному восприятию пространства. В данном тесте испытуемому предъявляется циферблат механических часов, каждый раз по-разному ориентированный в пространстве, причем из подписей к делениям на циферблате приводится только одна. Задачей испытуемого является определение правильного количества часов и минут в каждом из 42-х вопросов. Измеряется в процентах правильных ответов по отношению к общему количеству вопросов. *На выполнение теста отводится 10 минут.*

Тест «Рыбалка» (Точность восприятия времени). В качестве визуальной метафоры эталонного временного интервала в тесте используется движение рыбы в прозрачной воде от момента ее появления до полного исчезновения в камышах. Затем, по прошествии идентичного интервала времени, который испытуемый измеряет руководствуясь собственными ощущениями, он должен реагировать нажатием кнопки мышки или клавиатуры. В случае, если измерение интервала было произведено с отклонением, не превышающим установленный порог точности, рыбак, находящийся в лодке достает пойманную рыбу. В общей сложности тест состоит из 10 попыток. Результаты рассчитываются в процентах на основании степени успешности определения временных интервалов равной длительности. *На выполнение теста отводится 5 минут.*

Тест «Тир» (Время простой зрительно-моторной реакции). Основным героем этого теста является стрелок из лука, в задачу которого, а, следовательно, и задачу испытуемого, входит спускать тетиву как можно быстрее при изменении цвета установленной перед ним мишени. Для увеличения мотивации, близость стрелы к центру мишени зависит от скорости реакции пользователя. Тест состоит из 10 попыток. Показатели теста: среднее время реакции испытуемого на зрительные стимулы в миллисекундах; время реакции на каждый стимул. *На выполнение теста отводится 3 минуты.*

Тест «Дуэль» (Время простой аудио-моторной реакции). В этом тесте участвует три действующих лица: секундант и два дуэлянта, один из которых отождествляется с испытуемым. Задача последнего заключается в том, чтобы реагировать как можно быстрее на выстрел секунданта. В случае, если время реакции меньше заданного порога (220 мс), дуэлянт побеждает, в противном случае проигрывает. Тест состоит из 10 попыток. Показатели теста: среднее время реакции испытуемого на звуковые стимулы в миллисекундах; время реакции на каждый стимул. *На выполнение теста отводится 3 минуты.*

Тест «Такси» (Время сложной зрительно-моторной реакции). При прохождении данного теста, испытуемый должен реагировать как можно быстрее на предъявление машины желтого цвета. Таким образом, случайным здесь является не только время появления машины, но ее цвет. Десять машин такси рассредоточено среди двадцати машин других цветов, т.е. общее количество предъявляемых во время теста машин — 30 шт. Показатели теста: среднее время мультальтернативной реакции испытуемого на зрительные стимулы в миллисекундах; время реакции на каждый стимул. *На выполнение теста отводится 10 минут.*

Тест «Каскадер» (Реакция на движущийся объект). Будучи предназначенной для оценки точности движений, динамического глазомера и уравновешенности основных нервных процессов, тест переносит испытуемого на съемочную площадку кинофильма для участия в сцене в качестве каскадера. В роли движущегося объекта выступает грузовой автомобиль, на крышу которого каскадер должен прыгнуть, вовремя среагировав на контрольное событие — совмещение фронтальной части кабины грузовика с нарисованной на дороге чертой. С целью увеличения мотивации испытуемого предусмотрено три варианта «приземления» каскадера с изображением неудачи в случае слишком ранней или слишком поздней реакции. В тесте предлагается произвести 20 прыжков. Оценивает точность сенсомоторного реагирования на движущийся объект на основании алгебраического суммирования времен опережающих и запаздывающих реакций. Выражается в миллисекундах. Количество опережающих реакций может использоваться как характеристика возбуждающих процессов в центральной нервной системе. Количество запаздывающих реакций может использоваться как характеристика тормозных процессов в центральной нервной системе. *На выполнение теста отводится 6 минут.*

Тест «Дятел» (Теппинг-тест). Предназначен для оценки скоростных характеристик и стабильности двигательной системы, а также исследования силы/слабости нервной системы.

Как следует из названия теста, в качестве визуального символа теппинга в системе Ягуар выбран дятел. При нажатии испытуемым реальной клавиши Enter на клавиатуре, дятел клюет нарисованную на экране клавишу, а при отпуске — возвращается в исходное положение.

Показатель динамической работоспособности представляет собой безразмерную величину, способную принимать значения от 0 до 500, которая вычисляется посредством выравнивания интервального динамического ряда, составленного из значений количества нажатий на клавишу за каждые 10 секунд теста. Используется при исследовании свойств нервной системы. Показатель «Лабильность двигательного аппарата» представляет собой безразмерную десятибалльную величину, вычисляемую на основе средней частоты теппинга за первые 10 секунд теста. Согласно экспериментальным данным, максимальная частота движений, производимая кистью ведущей руки, в среднем может быть равна от 58 до 83 ударов за 10 секунд. Количество нажатий за каждые 10 секунд — набор из 12 значений, каждое из которых равно количеству нажатий на клавишу в течение соответствующего десятисекундного интервала времени. Показатель «Тип нервной системы» может

принимать три значения: «сильный», «средний» и «слабый» в зависимости от значения показателя динамической работоспособности.

Длительность теста составляет 120 секунд. В связи со спецификой теста, в случае прерывания тестирования в течение этого интервала, промежуточные результаты не рассчитываются.

Тест «Часовой». Оценивает уровень бдительности, то есть способности к правильному и быстрому реагированию на редкие значимые раздражители. Недогруженность полезной информацией, отсутствие необходимости в частых управляющих воздействиях часто приводят к потере бдительности и расчленению связей между восприятием, принятием решения и действием. Разреженные сигналы, предусматриваемые методикой, реализованы в тесте как нарушения в последовательном движении сигнальной точки по кругу, причем с вероятностью $\frac{1}{2}$ за небольшое время до нарушения может возникнуть предупреждение. Стандартное время прохождения теста — 1 час, но для удобства пользователя предусмотрена работа в облегченном режиме, *длительность которого составляет 15 минут.* Крайне важно мотивировать испытуемого на максимально возможное качество выполнения теста.

Показатель бдительности выражается в процентах, вычисляемых на основании сравнения латентных периодов реакций испытуемых на редкие сигналы с предупреждением и без предупреждения. Оценивается также среднее время, которое требуется испытуемому для того, чтобы прореагировать на сигнал без предупреждения и на сигнал с предварительным предупреждением. *Длительность теста 15 или 60 минут.*

Тест «Охота» (Стабильность сенсомоторной деятельности). Стабильность — это способность сохранять требуемое качество деятельности в течение определенного времени (можно характеризовать стабильность также устойчивостью результатов при повторных испытаниях). Показателем теста является дисперсия латентных периодов зрительно-моторной реакции.

На время выполнения этого теста, главными героями по ту сторону экрана становятся охотник на уток и, непосредственно сами утки, находящиеся, естественно, по другую сторону ружья. В задачу охотника, а, значит и испытуемого, входит как можно быстрее нажимать курок при появлении очередной утки в поле зрения.

Показателем данного теста является балльная оценка, которая рассчитывается как функция от обоих основных переменных теста (дисперсии зрительно-моторной реакции и среднего времени зрительно-моторной реакции). В тесте производится 50 выстрелов. *На выполнение теста отводится 5 минут.*

Тест «Светофор» (Помехоустойчивость сенсомоторной деятельности). При прохождении этого теста, испытуемый ставится в условия управления легковым автомобилем при проезде через регулируемый перекресток и должен реагировать нажатием различных клавиш в зависимости от цвета сигнала светофора. Тест проводится в течение 6 минут, причем по нечетным минутам испытуемый работает без помех, а по четным — с помехами. В случае прерывания тестирования, промежуточные результаты могут быть рассчитаны только при проведении теста как минимум в течение 2 полных минут.

Показатели теста: время реакции на сигналы без помех - среднее значение латентных периодов реакции испытуемого, измеренных при работе в отсутствии помех (мс); время реакции на сигналы с помехами - среднее значение латентных периодов реакции испытуемого, измеренных при работе с помехами (мс); коэффициент помехоустойчивости - отношение времени реакции на сигналы без помех ко времени реакции с помехами, выраженное в процентах. Таким образом, этот параметр может принимать значения больше 100%, что происходит в случае, если в присутствии помех пользователь реагирует быстрее, чем без них и меньше 100 в противном случае; общее коли-

чество ошибок - алгебраическая сумма ошибочных реакций в обоих режимах работы. *На выполнение теста отводится 10 минут.*

Тест «В банке» (Стабильность интеллектуальной деятельности). Испытуемый переносится в условия утрированно рутинной банковской деятельности, в процессе которой он вынужден анализировать пары чисел, составленных по специальному псевдослучайному алгоритму, на предмет их совпадения. Пары чисел выводятся на 10 страницах, на каждой из которых помещается 20 шт. Балльная оценка теста рассчитывается как функция от трех переменных (дисперсии среднего времени ответа в с, дисперсии количества ошибок и среднего времени ответа в с в пересчете на одну страницу). Тест является аналогом известного Миннесотского конторского теста, который широко используется за рубежом при проведении профотбора банковских служащих. Может использоваться для интегральной оценки произвольного внимания. *На выполнение теста отводится в среднем 10 минут.*

Тест «На почте» (Умственная работоспособность при дефиците времени). Ситуация дефицита времени моделируется с использованием идеи конвейера, по которому движутся конверты, отличающиеся размером и цветом. Предполагается, что испытуемый отправляет каждый из таких конвертов в один из трех ящиков согласно правилу соответствия, указанному в задании, причем он реагирует во время движения письма по конвейеру. В случае правильного и своевременного ответа, скорость письма возрастает, в противном случае — уменьшается. Таким образом, дефицит времени на выполнение задания требует от испытуемого быстро анализировать ситуацию, своевременно принимать решение и без колебания его реализовывать. Угроза срыва выполнения задания из-за недостатка времени приводит к увеличению эмоциональной напряженности. Оценка теста осуществляется на основании определения среднего времени успешно реализованных заданий. Показателем теста является среднее время экспозиции - величина, показывающая среднее время латентных периодов реакции пользователя, рассчитанное для всех своевременных реакций. Измеряется в миллисекундах. Фиксируется также количество правильных ответов и значения времен экспозиции в миллисекундах для всех реакций. Для реакций, принятых испытуемым несвоевременно или пропущенных, место в наборе принимает значение 0 и обрабатывается соответствующим образом при вычислении результирующей оценки. *На выполнение теста отводится 5 минут.*

Тест «Клад» (Умственная работоспособность при дефиците информации). Выполнение деятельности в условиях дефицита (недостатка) информации, определяется способностью к целенаправленной селекции и декодированию полезной информации, способностью к мысленной реконструкции и обобщению тех реальных признаков, значение которых необходимо для решения задачи.

В качестве объектов – носителей информации в тесте используются пять дверей, отличающихся номером для серебряного клада или номером и размером — для золотого. Цель испытуемого заключается в том, чтобы найти клад, спрятанный за определенной последовательностью таких дверей. Критерием решения задачи является прохождение трех рядов дверей подряд с первой попытки. При этом, чтобы нивелировать различия в случайном выборе правильного ответа при прохождении первых двух рядов дверей (до открытия которых информации еще не достаточно для установления общей закономерности правильных номеров дверей), эти результаты исключаются из рассмотрения.

Тест имеет два уровня сложности: серебряный и золотой, отличающихся друг от друга тем, что в первом случае для восстановления полезной информации используется анализ только одного параметра предъявляемых объектов, а во втором — уже двух. Это позволяет исследовать более широкий кон-

тингент испытуемых, предлагая более сложный вариант теста более зрелой возрастной категории пользователей.

Показатели теста: время работы при поиске клада - общее время в секундах, затраченное испытуемым на прохождение теста; коэффициент работоспособности - показатель в процентах, характеризующий работоспособность пользователя в условиях дефицита информации. Вычисляется на основании количества ходов, потребовавшихся для решения задачи. *На выполнение теста отводится от 1 до 10 минут.*

Тест «Экзамен» (*Помехоустойчивость интеллектуальной деятельности*). Из набора двухсимвольных буквенно-цифровых сочетаний испытуемому предлагается выбрать то, которое соответствует заданному эталону. Тест проводится в течение 6 минут, причем по нечетным минутам испытуемый работает без помех, а по четным — с помехами. В случае прерывания тестирования, промежуточные результаты могут быть рассчитаны только при проведении теста как минимум в течение 2 полных минут.

Показатели этого теста аналогичны показателям теста «светофор» и измеряются в тех же величинах. *На выполнение теста отводится 10 минут.*

4.1.5 ШТОМ (школьный тест освоенности мышления)

Тест позволяет количественно оценить основные компоненты понятийного мышления детей 2,3,4 и 5 классов. Понятийное мышление - это специфическая деятельность оперирования понятиями. В ней можно выделить формальную и содержательную стороны. Формальная сторона представлена законами формальной логики. Содержательная сторона характеризуется последовательностью этапов освоения понятия. Первый этап, с условным названием "знание", определяется умением назвать понятие и описать его. Второй этап определяется умением сравнивать понятия по некоторому критерию и, в частности, выделять данное понятие в ряду других (этап - сравнение). Третий, высший этап, характеризуется умением устанавливать содержательные отношения между понятиями (этап - отношение). Большинство заданий этого теста базируются на материалах школьных учебников. Задания распределены по предметам (русский язык, математика, литература, история, природоведение и общая осведомленность).

Оценка результатов и выводы:

Каждый правильный ответ оценивается одним баллом. Освоенность понятийного мышления оценивается в процентах (процент правильных ответов). В результатах также содержится информация о проценте правильных ответов на вопросы, относящиеся к учебным предметам.

Тест имеет две параллельные формы «А» и «Б» для проведения ретестирования. Время тестирования не ограничено, но в среднем занимает 15 минут.

4.1.6 ШТУР (школьный тест умственного развития)

Тест ШТУР позволяет количественно оценить как общий уровень интеллекта, так и степень овладения учащимися трех учебных циклов: общественно-гуманитарного, естественно-научного, физико-математического. Тест включает 6 субтестов с различным набором заданий. Всего 119 заданий.

Оценка результатов и выводы:

Обработка результатов тестирования осуществляется следующим образом: индивидуальные показатели по субтестам 1,2,3,4,6 равны количеству правильно выполненных заданий (то есть по 1 баллу за каждый правильный ответ). Результаты выполнения субтеста 5 в зависимости от качества обобщения оцениваются 2, 1, или 0 баллов. Результаты этого субтеста оценивает экспериментатор (инструктор). Оценку 2 балла получают обобщения, совпа-

дающие с приведенными на экране (для вывода этой информации на экран следует нажать клавишу F1). Более широкие категориальные, чем приведенные на экране, или более узкие, но правильные обобщения оцениваются в 1 балл. Неправильные ответы получают нулевую оценку. Индивидуальным показателем выполнения теста в целом является сумма баллов, полученных при сложении результатов решения всех наборов заданий. В разделе "Результаты" содержится также информация о количестве баллов по каждому субтесту и о качестве выполнения заданий, отнесенных к разным областям знаний, к разным школьным предметам, к разным типам логических связей.

Тест имеет две эквивалентные формы «А» и «Б».

Время на выполнение каждого субтеста ограничено и составляет соответственно: Осведомленность (1-й субтест) - 20 заданий за 8 мин., Осведомленность (2-й субтест) - 20 заданий за 4 мин., Аналогии - 25 заданий за 10 мин., Классификации - 20 заданий за 7 мин., Обобщение - 19 заданий за 8 мин., Числовые ряды - 15 заданий за 7 мин. Общее время тестирования 44 минуты.

4.1.7 AIST (AMTHAUER INTELLIGENZ STRUKTUR TEST)

Система AIST является адаптированной версией одного из лучших и наиболее часто используемых тестов интеллекта. AIST предназначен для измерения уровня интеллектуального развития лиц в возрасте от 14 до 60 лет. AIST состоит из девяти субтестов, каждый из которых направлен на измерение различных функций интеллекта и может рассматриваться как количественный одномерный тест, а все вместе - как многомерный профильный тест.

Субтесты:

1-й субтест «Логический отбор» - позволяет исследовать индуктивное мышление, языковое чутье. Задача испытуемого - закончить предложение одним из приведенных слов. Количество заданий - 20. Время выполнения - 6 минут.

2-й субтест «Определение общих черт» - позволяет исследовать комбинаторные способности, способности к абстрагированию, оперированию вербальными понятиями. В задачах предлагается пять слов, из которых четыре объединены определенной смысловой связью, а одно - лишнее. Это слово и следует выделить в ответе. Количество заданий - 20, время выполнения субтеста - 6 минут.

3-й субтест «Аналогии» - позволяет исследовать комбинаторные способности. В заданиях предлагаются три слова, между первым и вторым существует определенная связь. После третьего слова - прочерк. Из пяти прилагаемых к заданию вариантов необходимо выбрать такое слово, которое было бы связано с третьим таким же образом, как и первые два. Количество заданий - 20, время выполнения - 13 минут.

4-й субтест «Классификация» - позволяет исследовать способность к вынесению суждений. Испытуемый должен обозначить два слова общим понятием. Количество заданий - 16. Время выполнения - 8 минут.

5-й субтест «Задания на счет» - позволяет исследовать уровень развития практического математического мышления. Субтест состоит из 20 арифметических задач. Время решения - 10 минут.

6-й субтест «Ряды чисел» - позволяет исследовать индуктивное мышление, способность оперировать с числами. В 20 заданиях необходимо установить закономерность числового ряда и продолжить его. Время выполнения - 10 минут.

7-й субтест «Выбор фигур» - позволяет исследовать пространственное воображение, комбинаторные способности. В заданиях приводятся разделенные на части геометрические фигуры. При выборе ответа следует найти номер фигуры, которая соответствует разделенной на части. Количество заданий - 20. Время выполнения - 7 минут.

8-й субтест «Задания с кубиками» - как и в предыдущем субтесте, позволяет исследовать пространственное воображение и комбинаторные способности. В каждом из 20 заданий приведен куб в определенном, измененном по отношению к ряду кубов, обозначенными цифрами, положении. Необходимо идентифицировать куб с одним из обозначенных цифрами. Время решения - 9 минут.

9-й субтест «Задания на внимание и память» - позволяет исследовать способность к сосредоточению внимания и к сохранению в памяти усвоенной информации. Предлагается запомнить ряд слов и найти их среди других, предлагаемых в задании. Слова для запоминания объединены в таблице по определенным категориям. Всего предлагается запомнить 25 слов (время заучивания таблицы - 3 минуты). Время выполнения 20 заданий - 6 минут.

Оценка результатов и выводы:

При подсчете «сырых» оценок каждое правильное решение оценивается в один балл. Для получения оценки выполнения 4-го субтеста необходимо участие инструктора. После появления на экране сообщения «Позовите, пожалуйста, инструктора», инструктор должен нажать клавишу F1 и оценить введенный испытуемым ответ (на экране будет предъявлен правильный и введенный ответы), нажав клавишу "Y" или "Enter" - при правильном ответе и "N" или "Esc" - если ответ неправильный или же не был введен вообще. Первичные оценки по каждому субтесту переводятся в шкальные оценки в зависимости от возраста испытуемого, таким образом, структуру интеллекта можно охарактеризовать по профилю успешности решения отдельных групп заданий. Сумма первичных баллов по всем субтестам переводится в общую оценку уровня интеллекта. На экран видеотерминала выводятся результаты выполнения каждого субтеста, шкальные оценки, «профиль интеллекта» и общая оценка интеллектуального развития испытуемого. Размах шкалы варьирует в зависимости от номера субтеста и возраста испытуемого. Минимальные значения варьируют от 63 до 84, а максимальные от 123 до 136. при вычислении шкальных баллов и построении графика профиля интеллекта, в случае невыполнения какого-либо из субтестов (разделов), берется минимальное количество баллов по соответствующей шкале.

AIST разрабатывался в первую очередь как тест диагностики уровня общих способностей для анализа профессиональной пригодности и рекомендаций по выбору профессии, имеет высокие показатели текущей и прогностической валидности. *Длительность тестирования 90 минут.*

4.1.8 Тест социального интеллекта Гилфорда

Тест Гилфорда позволяет измерить общий уровень развития социального интеллекта, а также оценить частные способности понимания поведения людей: способность предвидения последствий поведения, адекватность отражения вербальной и невербальной экспрессии, понимание логики развития сложных ситуаций межличностного взаимодействия, понимание внутренних мотивов поведения людей. Социальный интеллект является профессионально важным качеством для профессий типа "человек-человек" и позволяет прогнозировать успешность деятельности педагогов, психологов, психотерапевтов, журналистов, менеджеров, юристов, следователей, врачей, политиков, бизнесменов. Методика рассчитана на весь возрастной диапазон, начиная с 9 лет.

Оценка результатов и выводы:

Субтест 1 «Истории с завершением» - испытуемые, получившие высокие оценки по субтесту, умеют четко выстраивать стратегию собственного поведения для достижения поставленной цели. Успешное выполнение субтеста предполагает умение ориентироваться в невербальных реакциях участников взаимодействия и знание нормо-ролевых моделей и правил, регулирующих поведение людей. Испытуемые с низкими оценками по субтесту плохо понимают связь между поведением и его последствиями. Такие люди могут часто совершать ошибки (в том числе и противоправные действия), попадать в конфликтные, а возможно, и в опасные ситуации, потому что неверно представляют себе результаты своих действий или поступков других.

Субтест 2 «Группы экспрессии» - испытуемые с высокими оценками по субтесту могут правильно оценивать состояния, чувства, намерения людей по их невербальным проявлениям, мимике, позам, жестам, и придают большое значение невербальному общению, обращая внимание на невербальные реакции участников коммуникации.

У испытуемых с низкими оценками по субтесту можно отметить плохое владение языком телодвижений, взглядов и жестов. Они больше ориентируются на вербальное содержание сообщений и могут ошибаться в понимании смысла слов собеседника, потому что мало учитывают сопровождающие их невербальные реакции.

Субтест 3 «Вербальная экспрессия» - испытуемые с высокими оценками по субтесту имеют высокую чувствительность к характеру и оттенкам человеческих взаимоотношений, помогающую им быстро и правильно понимать то, что люди говорят друг другу (речевую экспрессию) в контексте определенной ситуации, конкретных взаимоотношений. Такие люди могут находить подходящий тон общения с разными собеседниками в разных ситуациях и имеют большой выбор ролевого поведения, обладая ролевой пластичностью.

Испытуемые с низкими оценками по субтесту плохо распознают различные смыслы, которые могут принимать одни и те же вербальные сообщения в зависимости от характера взаимоотношений людей и контекста ситуации общения. Такие люди часто говорят невпопад и ошибаются в интерпретации слов собеседника.

Субтест 4 «Истории с дополнениями» - испытуемые с высокими оценками по субтесту способны распознавать структуру межличностных ситуаций в динамике, анализировать сложные ситуации взаимодействия людей, понимают логику их развития, чувствуют изменение смысла ситуации при включении в коммуникацию различных участников. Испытуемым с низкими оценками по субтесту трудно анализировать ситуации межличностного взаимодействия и они, как правило, плохо адаптируются к разного рода взаимоотношениям между людьми (семейным, деловым, дружеским и другим).

Время, отведенное на каждый субтест, ограничено: 1 субтест - 6 минут, 2 субтест - 7 минут, 3 субтест - 5 минут, 4 субтест - 10 минут. Общее время тестирования составляет 30-35 минут.

4.1.9 ПАКЕТ «КИО (КОМПЛЕКСНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ОДАРЕННОСТИ)»

Опросник Рензулли

Опросник предназначен для выявления 25 поведенческих характеристик одаренных детей младшего школьного и подросткового возраста по четырем шкалам: познавательная деятельность; мотивация; лидерство; творчество.

Оценка результатов и выводы:

Наличие каждого качества оценивается одним баллом. Подсчитывается также сумма баллов по каждой шкале и по опроснику в целом. *Длительность тестирования 5 минут.*

Опросник не имеет пороговых значений одаренности, но позволяет обратить внимание на детей, получивших высокие оценки, а также дать структурированное качественное описание поведенческих характеристик детей, отнесенных к категории одаренных на основании других методов.

Тест языковых способностей Зиверта

Тест предназначен для определения коэффициента языкового интеллекта у детей подросткового, юношеского возраста и взрослых (от 14 до 50 лет). Содержит 30 заданий, требующих нахождения одинаковых по значению слов, аналогий, правильного понимания смысла пословиц, памяти на слова. В каждом задании испытуемые должны выбрать правильный ответ из четырех вариантов.

Оценка результатов и выводы

Каждый правильный ответ оценивается одним баллом. Коэффициент языкового интеллекта определяется с помощью специальной оценочной таблицы. Шкальная оценка имеет шесть градаций: очень хорошо (соответствует коэффициенту языкового интеллекта = 130 баллов); хорошо (соответствует коэффициенту языкового интеллекта = 120 баллов); выше среднего (соответствует коэффициенту языкового интеллекта = 110 баллов); ниже среднего (соответствует коэффициенту языкового интеллекта = 90 баллов); низкий (соответствует коэффициенту языкового интеллекта = 80 баллов); очень низкий (соответствует коэффициенту языкового интеллекта 70 баллов). *Длительность тестирования 15 минут.*

Тест технических способностей Беннета

Тест Беннета предназначен для оценки технического мышления у детей подросткового (с 12 лет), юношеского возраста и взрослых, умения читать чертежи, разбираться в схемах технических устройств и их работе, решать физико-технические задачи. Содержит 70 заданий, требующих решения технических задач. В каждом задании испытуемые должны выбрать правильный ответ из трех вариантов.

Оценка результатов и выводы:

Каждый правильный ответ оценивается одним баллом. Уровень технических способностей определяется с помощью специальной оценочной таблицы. Шкальная оценка имеет шесть градаций: очень высокий; хороший; выше среднего; ниже среднего; низкий; очень низкий. *Длительность тестирования 30 минут.*

Тест математических способностей Зиверта

Тест предназначен для определения коэффициента математического интеллекта у детей подросткового, юношеского возраста и взрослых (от 14 до 50 лет). Содержит 29 заданий, требующих математических вычислений, понимания простых математических правил, логического мышления. В каждом задании испытуемые должны выбрать правильный ответ из четырех вариантов.

Оценка результатов и выводы:

Каждый правильный ответ оценивается одним баллом. Коэффициент математического интеллекта определяется с помощью специальной оценочной таблицы. Шкальная оценка имеет шесть градаций: очень хорошо (соответствует коэффициенту математического интеллекта = 130 баллов); хорошо (соответствует коэффициенту математического интеллекта = 120 баллов); выше

среднего (соответствует коэффициенту математического интеллекта = 110 баллов); ниже среднего (соответствует коэффициенту математического интеллекта = 90 баллов); низкий (соответствует коэффициенту математического интеллекта = 80 баллов); очень низкий (соответствует коэффициенту математического интеллекта 70 баллов). *Длительность тестирования 15 минут.*

4.2 ПАКЕТ «ЛИЧНОСТЬ»

4.2.1 Личностный опросник Кеттелла (CPQ)

Для исследования личностных особенностей и обнаружения нарушений формирования личности в младшем школьном возрасте.

Содержит 12 шкал для измерения степени выраженности основных личностных черт: - холодность-доброжелательность (фактор А). Высокие оценки свидетельствуют об открытом, общительном дружелюбном поведении, низкие - об обособленности, холодности и отчужденности.

- высокая-низкая степень развития интеллекта (фактор В). Высокая оценка отражает хороший уровень развития вербального интеллекта, легкость усвоения новых знаний. Ребенок с низкой оценкой примитивно подходит к решению своих проблем. У таких детей часто отмечается невнимательность, утомляемость. По этому фактору прослеживаются четкие различия между успевающими и неуспевающими школьниками.
- эмоциональная неустойчивость-стабильность (фактор С). Высокие оценки свидетельствуют о спокойности, уравновешенности, разумности поведения. Низкие - о капризности, непостоянстве, уклонении от трудностей, переменчивости в отношениях и интересах.
- уравновешенность-возбудимость (фактор D). Шкала выявляет тенденцию отвечать беспокойством, возбуждением, чрезмерно реагировать на внешнее раздражение. Школьники, получившие высокие оценки по этой шкале, легко обижаются на замечания и бурно реагируют на малейшие неудачи. Низкие оценки характеризуют эмоциональную безмятежность и спокойствие.
- покорность-независимость (фактор Е). Школьник, получивший высокий балл по этой шкале, активен, деятелен, настойчив и упрям. При низкой оценке - более послушен.
- озабоченность-беспечность (фактор F). Высокая оценка по шкале характеризует оптимизм, живость, самоуверенность, низкая - рассудительность, осторожность и предупредительность.
- низкая-высокая добросовестность (фактор G). Шкала измеряет, в какой степени школьник включен в систему ценностей, характерную для взрослых. В период детства, оценка по этой шкале очень зависит от школьного окружения.
- робость-смелость (фактор Н). Шкала измеряет степень общительности ребенка, также как и фактор А. Но, если школьник с высокой оценкой по фактору А общителен потому, что любит находиться среди людей, то школьник с высокой оценкой по фактору Н общителен потому, что легко и смело взаимодействует с людьми. Ребенок с низкой оценкой по шкале Н испытывает чувство неловкости и неуверенности, избегает общения, скопления людей.
- твердость-мягкосердечность (фактор I). Высокие оценки по шкале свидетельствуют об утонченности, романтичности, богатом воображении, низкие - о твердости, суровости и мужественности.

- самоуверенность-подавленность (фактор О). Ребенок, имеющий по данному фактору высокую оценку, полон предчувствия неудач, легко выводится из душевного равновесия, часто имеет плохое настроение, в то же время ребенок с низкой оценкой спокоен, редко расстраивается. Этот фактор более всего коррелирует с проявлением психических нарушений. Высокие оценки по шкале могут являться следствием невроза, депрессии или психической травмы.
- низкий самоконтроль-высокий самоконтроль (фактор Q3). Высокие показатели по данному фактору могут быть расценены как хорошая социальная приспособляемость, успешное овладение нормами окружающей жизни. Низкие значения свидетельствуют о неумении контролировать свое поведение в соответствии с социальными нормативами, характеризуют плохую организованность ребенка в учебных и других мероприятиях.
- расслабленность-напряженность (фактор Q4). Высокая оценка по шкале свидетельствует о возбуждении, суетливости, немотивированном беспокойстве, низкая - о спокойствии, вялости, полной самоудовлетворенности.

Оценка результатов и выводы:

Значимый ответ на каждый из вопросов оценивается в один балл. Сумма баллов по каждой шкале переводится в оценки - стеноны. Оценки 1 и 10 стенонов представляют собой диаметрально противоположные значения одного двухполюсного свойства личности. Результаты представляются в цифровой и в графической форме.

Тест предназначен для исследования личностных особенностей и обнаружения нарушений формирования личности школьников младшего возраста.
Длительность тестирования 20 минут.

4.2.2 Личностный опросник Кеттелла (16-PF)

Для исследования личностных особенностей и обнаружения нарушений формирования личности в юношеском и в взрослом возрасте.

Предназначен для измерения шестнадцати личностных черт, характеризующих структуру личности:

- 1) Фактор А - добросердечность - отчужденность.
- 2) Фактор В - мышление абстрактное - конкретное.
- 3) Фактор С - эмоциональная устойчивость - неустойчивость.
- 4) Фактор Е - доминантность - подчиненность.
- 5) Фактор F - беспечность - озабоченность.
- 6) Фактор G - обязательность - безответственность.
- 7) Фактор Н - смелость - робость.
- 8) Фактор I - мягкость - твердость характера.
- 9) Фактор L - подозрительность - доверчивость.
- 10) Фактор М - мечтательность - практичность.
- 11) Фактор N - проницательность - наивность.
- 12) Фактор О - тревожность - безмятежность.
- 13) Фактор Q1- радикализм - консерватизм.
- 14) Фактор Q2- самостоятельность - зависимость от группы.
- 15) Фактор Q3- самоконтроль - импульсивность.

16) Фактор Q4- напряженность - расслабленность.

В настоящее время этот опросник является наиболее популярным средством экспресс-диагностики личности. Он используется во всех ситуациях, когда необходимо знание индивидуально-психологических особенностей человека.

Оценка результатов и выводы:

Результаты выражаются в шкале стенов с минимальным значением в 0 баллов, максимальным - 10 баллов и средним - 5.5 балла. Низким значениям соответствуют 1 - 3 стенов, средним значениям соответствуют 4 - 7 стенов, высоким значениям соответствуют 8 - 10 стенов. Полученные результаты представлены в виде профиля личности. На основании качественного и количественного анализа содержания личностных факторов выделяются следующие блоки факторов:

1. Интеллектуальные особенности: факторы В, М, Q1.
2. Эмоционально-волевые особенности: факторы С, G, I, O, Q3, Q4.
3. Коммуникативные особенности и особенности межличностного взаимодействия: факторы А, Н, F, Q2, N, L.

Шкала "мотивационного искажения" (MD) введена для выявления случаев, когда испытуемые пытаются создать слишком благоприятное представление о себе. Если оценка по шкале MD выше 9 баллов, возможно испытуемый сознательно манипулирует тестовыми результатами (например, при приеме на работу) или испытуемого очень беспокоит вопрос о том, как он выглядит в глазах окружающих. В этих случаях следует провести эмпирическую коррекцию результатов, чтобы исключить сознательные или неосознанные попытки обследуемых исказить оценки по личностным шкалам в позитивном направлении.

В данной программе проводится также анализ факторов второго порядка - экстраверсии, тревожности, независимости, "живости" мозга, и анализ возможности - депрессии, неконтролируемого поведения, параноидальных тенденций, социопатии, агрессивного поведения, чрезмерной одержимости и ригидности, поведения безрассудного типа, конфликтов с руководством. В таблицах демонстрируются факторы, имеющие отношение к той или иной возможности, диагностическое значение их величины и их численные значения (Например, анализ возможности: Депрессии: F-:2 O+:8 означает, что при низких значениях фактора F и при высоких значениях фактора O, возможность депрессии присутствует. Цифры - численное значение фактора в результате выполнения теста). Все случаи выявления высокой вероятности того или иного события выделяются красным шрифтом.

При совпадении результатов теста с усредненными результатами ряда выборок однородных групп испытуемых (алкоголики, антисоциальные личности, преступники, наркоманы, общий невротический профиль, общий шизофренический профиль, общий психотический профиль, руководители высшего звена бизнеса, избранные лидеры, эффективные лидеры, технические лидеры, психологи, мужья в устойчивых семьях, жены в устойчивых семьях, мужья в неустойчивых семьях, жены в неустойчивых семьях) более чем на 93% результаты выводятся в виде сравнительных таблиц.

Тест предназначен для исследования личностных особенностей школьников подросткового, юношеского возраста и взрослых. *Длительность тестирования 30 минут.*

4.2.3 ТЕСТ-ОПРОСНИК ШМИШЕКА (ДЕТСКИЙ И ВЗРОСЛЫЙ ВАРИАНТЫ)

Утверждается (Леонгард), что все черты личности могут быть разделены на основные и на дополнительные. Основные черты - это стержень личности,

они определяют ее развитие, процессы адаптации, психическое здоровье. При значительной выраженности основные черты характеризуют личность в целом. В случае воздействия неблагоприятных факторов они могут приобретать патологический характер. Личности, у которых основные черты ярко выражены, названы акцентуированными. Акцентуированные личности не следует рассматривать в качестве патологических, в них потенциально заложены как возможности социально положительных достижений, так и социально отрицательный заряд.

Выделено 10 типов акцентуированных личностей:

1. Демонстративный тип. Характеризуется повышенной способностью к вытеснению.
2. Педантичный тип. Лица этого типа отличаются повышенной ригидностью, инертностью психических процессов, неспособностью к вытеснению травмирующих переживаний.
3. "Застревающий тип". Характерна чрезмерная стойкость аффекта.
4. Возбудимый тип. Повышенная импульсивность, ослабление контроля над влечениями и побуждениями.
5. Гипертимический тип. Повышенный фон настроения в сочетании с оптимизмом и высокой активностью.
6. Дистимический тип. Сниженный фон настроения, пессимизм, фиксация теневых сторон жизни, заторможенность.
7. Тревожно – боязливый тип. Склонность к страхам, робость и пугливость.
8. Циклотимический тип. Смена гипертимических и дистимических фаз.
9. Аффективно – экзальтированный тип. Легкость перехода от состояния восторга к состоянию печали.
10. Эмотивный тип. Родственен аффективно - экзальтированному, но проявления не столь бурные. Лица этого типа отличаются особой впечатлительностью и чувствительностью.

Тест-опросник состоит из 88 вопросов.

Оценка результатов и выводы:

Сумма "сырых" баллов умноженная на соответствующий коэффициент дает показатель типа акцентуации. Максимальный показатель по каждому типу акцентуации - 24 балла. Признаком акцентуации считается величина, превосходящая 12 баллов. Полученные данные представлены в виде "профиля личностной акцентуации".

Взрослый и детский варианты опросника содержат одинаковое количество вопросов, одинаковые типы акцентуаций личности и одинаковые методы обработки результатов. Различия между вариантами опросника заключаются в формулировке вопросов.

Тест предназначен для выявления акцентуированных свойств характера и темперамента школьников подросткового, юношеского возраста и взрослых. *Длительность тестирования 10 минут.*

4.2.4 Личностный опросник Айзенка (EPI)

Используется для изучения базисных личностных измерений человека - экстра-интроверсии и нейротизма. Экстра - интроверсия - это комплексы скоррелированных между собой черт. Типичный экстраверт общителен, имеет широкий круг знакомств, импульсивен, оптимистичен, слабо контролирует свои эмоции и чувства. Типичный интроверт - это спокойный, застенчивый,

интроспективный человек, который отдален от всех, кроме близких людей. Он планирует свои действия заблаговременно, любит порядок во всем и держит свои чувства под контролем. Нейротизм (или эмоциональная неустойчивость) представляет собой континуум от "нормальной аффективной стабильности" до ее выраженной лабильности. Нейротизм не тождественен неврозу, но у лиц с высоким показателем по данной шкале в стрессовых ситуациях может развиться невроз. Нейротическая личность характеризуется неадекватно сильными реакциями по отношению к вызывающим их раздражителям. Высокие показатели по экстраверсии и нейротизму соответствуют психиатрическому диагнозу истерии, а высокие показатели по интроверсии к нейротизму - состоянию тревоги или реактивной депрессии.

Опросник состоит из 48 вопросов (24 вопроса предназначены для диагностики экстра-интроверсии, 24 вопроса - для диагностики нейротизма), а также 9 вопросов, составляющих шкалу "лжи" по которой определяются тенденции обследуемого представить себя в лучшем свете.

Оценка результатов и выводы:

Показатель, превышающий 12 баллов (максимум 24 балла) свидетельствует об экстравертированности, ниже 12 баллов (минимум 12 баллов) - об интровертированности; показатель, превышающий 12 баллов по шкале нейротизма, отражает психоэмоциональную неустойчивость. Показатель по шкале "лжи", равный 4 - 5 баллам, является критическим, он свидетельствует о тенденции отвечающего давать только хорошие ответы, что влияет на достоверность оцениваемых показателей.

Тест предназначен для выявления индивидуально-психологических особенностей школьников юношеского возраста и взрослых. *Длительность тестирования 10 минут.*

4.2.5 Личностный опросник Айзенка (подростковый вариант)

Имеет то же назначение и то же научное обоснование, что и личностный опросник Айзенка для взрослых – EPI (см. выше). Опросник состоит из 60 вопросов (24 вопроса предназначены для диагностики экстра-интроверсии, 24 вопроса - для диагностики нейротизма, 12 вопросов составляют шкалу "лжи").

Оценка результатов и выводы:

Ответы, совпадающие с ключом, оцениваются в один балл. Нормативы для подростков: экстраверсия - 11-14 баллов, нейротизм - 10-15 баллов, "ложь" — 4-5 баллов.

В зависимости от сочетаний показателей экстраверсии и нейротизма, разработана коррекционная программа, позволяющая исключить или уменьшить негативные характерологические проявления индивидуально-психологических особенностей школьников.

Тест предназначен для изучения и коррекции индивидуально-психологических особенностей и характерологических проявлений школьников подросткового возраста. *Длительность тестирования 10 минут.*

4.2.6 ТЕСТ-ОПРОСНИК СТРЕЛЯУ

Позволяет измерить основные характеристики нервной деятельности: уровень процессов возбуждения и торможения, а также подвижности нервных процессов.

Тест содержит три шкалы, реализованные в виде перечня из 134 вопросов.

Оценка результатов и выводы:

Результат подсчитывается отдельно по каждой шкале. Ответ, совпадающий с ключом, оценивается в два балла, нейтральный ответ в один балл. "Сырые" баллы по каждой шкале сравниваются со статистическими границами: Шкала $M(x) \pm S$, где $M(x)$ – среднее от нормативной выборки, а S – стандартное отклонение:

1	37	12
2	32	11
3	36	12

Если результат попадает в границы $M \pm S$, то показатель считается средне выраженным. Отклонение в ту или иную сторону соответственно считается высоким или низким уровнем выраженности данного свойства.

Интерпретация результатов: Высокий уровень силы возбудительного процесса: нервная система выдерживает длительное и часто повторяющееся возбуждение. Характерна способность к осуществлению эффективной деятельности в ситуации, требующей энергичных действий. Низкий уровень силы возбудительного процесса: противоположен предыдущему. Высокий уровень силы тормозного процесса: характерна способность к отказу от активности в условиях запретов. Низкий уровень силы тормозного процесса: возможна способность к неадекватным импульсивным действиям в ситуациях, требующих отказа от активности. Высокая подвижность нервных процессов: характерна способность к быстрой перестройке при столкновении с новой ситуацией, выраженная готовность и желание взаимодействовать с новыми явлениями и предметами. Низкая подвижность нервных процессов: возможны затруднения в переходе к новым навыкам, избегание новых ситуаций. Анализируется также дополнительный индекс R (уравновешенность), вычисляющийся как отношение значения показателя силы возбуждения и значения показателя силы торможения. Уравновешенность нервных процессов возбуждения и торможения тем выше, чем ближе значение R к единице. При существенном сдвиге баланса нервных процессов в сторону возбуждения вероятны неуравновешенное поведение, сильные кратковременные эмоциональные переживания, неустойчивое настроение, слабое терпение, агрессивное поведение, переоценка своих способностей, хорошая адаптация к новому, рискованность, стремление к цели сильное с полной отдачей, боевое отношение к опасности без особого расчета, плохая помехоустойчивость. При существенном сдвиге баланса нервных процессов в сторону торможения вероятны уравновешенное поведение, устойчивое настроение, слабые эмоциональные переживания, хорошее терпение, сдержанность, хладнокровие, невозмутимое отношение к опасности, реальная оценка своих способностей, хорошая помехоустойчивость.

Тест предназначен для изучения типа нервной деятельности школьников юношеского возраста и взрослых. *Длительность тестирования 25 минут.*

4.2.7 ШКАЛА ЛИЧНОСТНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ СПИЛБЕРГЕРА-ХАНИНА

Позволяет измерить тревожность как личностное свойство, во многом обуславливающее поведение детей. Личностная тревожность характеризует устойчивую склонность воспринимать большой круг ситуаций как угрожающие, реагировать на такие ситуации состоянием тревоги. Очень высокая личностная тревожность прямо коррелирует с наличием невротического конфликта, с эмоциональными и невротическими срывами и с психосоматическими заболеваниями. Шкала самооценки личностной тревожности включает 20 вопросов-суждений. На каждый вопрос возможны 4 варианта ответа по степени интенсивности.

Оценка результатов и выводы:

Итоговый показатель может находиться в диапазоне от 20 до 80 баллов. При интерпретации показателей можно ориентироваться на следующие оценки тревожности: до 30 баллов - низкая; 31 - 44 балла - умеренная; 45 и более - высокая.

Тест предназначен для исследования уровня тревожности у школьников юношеского возраста и взрослых.

Тестирование занимает 5 минут.

4.2.8 Опросник для выявления агрессивности Басса-Дарки

Позволяет качественно и количественно охарактеризовать проявления агрессии и враждебности. Под агрессивностью понимается свойство личности, характеризующееся наличием деструктивных тенденций, в основном в области субъектно-объектных отношений. Враждебность понимается как реакция, развивающая негативные чувства и негативные оценки людей и событий. Дифференцируя проявления агрессии и враждебности, авторы выделяют следующие 8 видов реакций:

1. **Физическая агрессия** - использование физической силы против другого лица.
2. **Косвенная** - агрессия, окольным путем направленная на другое лицо или не на кого не направленная.
3. **Раздражение** - готовность к проявлению негативных чувств при малейшем возбуждении (вспыльчивость, грубость).
4. **Негативизм** - оппозиционная манера поведения от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся обычаев и законов.
5. **Обида** - зависть и ненависть к окружающим за действительные и вымышленные действия.
6. **Подозрительность** - в диапазоне от недоверия и осторожности по отношению к людям до убеждения в том, что другие люди планируют и приносят вред.
7. **Вербальная агрессия** - выражение негативных чувств как через форму (крик, визг), так и через содержание словесных ответов (проклятия, угрозы).
8. **Чувство вины** - выражает возможное убеждение субъекта в том, что он является плохим человеком, что поступает зло, а также ощущаемые им угрызения совести.

Опросник состоит из 75 утверждений. Оценка результатов и выводы:

Ответы оцениваются по 8 шкалам. Индекс враждебности включает в себя 5 и 6 шкалу, а индекс агрессивности - 1, 3, 7 шкалы. Нормой агрессивности является величина ее индекса, равная 21 ± 4 , а враждебности - 7 ± 3 . Для более полной и обоснованной оценки этих проявлений следует пользоваться этим вопросником в совокупности с другими личностными тестами психических состояний (например, опросниками Кеттелла и Спилберга-Ханина).

Тест предназначен для исследования агрессивности школьников подросткового и юношеского возраста. *Длительность тестирования 15 минут.*

4.2.9 ТМД (ТЕСТ МОТИВАЦИИ ДОСТИЖЕНИЯ)

Позволяет выявить доминирование одного из двух обобщенных устойчивых мотивов личности: мотива стремления к успеху и мотива избегания неудачи. Тест состоит из утверждений, касающихся отдельных сторон характера, а также мнений и чувств по поводу некоторых жизненных ситуаций. Испытуе-

мые оценивают свое согласие или несогласие с каждым из утверждений по семибалльной шкале (+3, +2, +1, 0, -1, -2, -3).

Оценка результатов и выводы:

На основе подсчета суммарного балла определяется, какая мотивационная тенденция доминирует у испытуемого: 0-80 баллов - доминирование мотивации избегания неудачи, 81-175 баллов - мотивация не выражена, 176-224 баллов - доминирование мотивации достижения

Тест предназначен для анализа мотивов поведения у школьников юношеского возраста и взрослых. *Длительность тестирования 6 минут.*

4.3 ПАКЕТ «СОСТОЯНИЕ»

4.3.1 ТЕСТ «САН (САМОЧУВСТВИЕ, АКТИВНОСТЬ, НАСТРОЕНИЕ)»

Опросник позволяет количественно оценить текущее психическое состояние обследуемого по трем шкалам — самочувствие, активность, настроение. Анкета состоит из 30 противоположных по смыслу характеристик. Испытуемые должны отмечать то место на 9-балльной шкале, которое в наибольшей степени отражает их состояние в данный момент.

Оценка результатов и выводы:

Суммарные результаты по каждому из трех состояний усредняются и могут варьировать от одного (наихудший показатель) до девяти (наилучший показатель) баллов. Наибольшую ценность представляет экспресс-анализ динамики этих показателей текущего состояния в зависимости от каких-либо значимых для личности событий или режима обучения и работы. *Длительность тестирования 5 минут.*

4.3.2 ШКАЛА СИТУАЦИОННОЙ ТРЕВОЖНОСТИ

Шкала позволяет количественно и качественно измерить состояние тревожности, возникающее как эмоциональная реакция на стрессовую ситуацию. Реактивная тревожность характеризуется напряжением, беспокойством, нервозностью. Очень высокая реактивная тревожность вызывает нарушение высших психических функций.

Шкала самооценки включает 20 вопросов — суждений. На каждый вопрос возможны 4 варианта ответа по степени интенсивности.

Оценка результатов и выводы:

Итоговый показатель может находиться в диапазоне от 20 до 80 баллов. При интерпретации показателей можно ориентироваться на следующие оценки тревожности: до 30 баллов — низкая; 31 — 44 балла — умеренная; 45 и более — высокая.

Шкала предназначена для экспресс-диагностики уровня ситуативной тревожности у школьников юношеского возраста и взрослых. *Длительность тестирования 5 минут.*

4.3.3 ШКАЛА ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ УЭССМАНА-РИКСА

Содержит шкалы "спокойствие — тревожность", "энергичность, бодрость — усталость", "приподнятость — подавленность", "уверенность в себе — подавленность", "уверенность в себе — чувство беспомощности". Испытуемые должны выбрать в каждом из предложенных наборов суждений то, которое лучше всего описывает их состояние сейчас.

Оценка результатов и выводы:

Номер суждения, выбранного из каждого набора, является индивидуальным значением по соответствующей шкале, а сумма баллов по четырем шкалам — общей характеристикой состояния испытуемого. Показано, что результаты теста статистически значимо связаны с объективными показателями эмоциональных состояний: пульсом, тремором, разностью артериального давления. Суммарный показатель после экзамена значимо положительно коррелирует с успешностью ответа на экзамене. *Длительность тестирования 5 минут.*

4.3.4 ЦВЕТОВОЙ ТЕСТ ЛЮШЕРА

Цветовой тест построен на принципах функциональной психологии. Испытуемый избирает цвета в последовательности от наиболее приятных до наиболее неприятных.

Первое место: решительно предпочитаемый (наиболее приятный) цвет и обозначается знаком +. Оно показывает "тактический метод" человека, избираемый им, и средства, на которые он полагается или которыми он пользуется для достижения своей цели. *Второе место:* также помечается знаком +: оно показывает истинную цель. *Третье и четвертое места:* оба характеризуются знаком х. Цвета в этих разрядах показывают состояние, в котором мы себя ощущаем, или собственную диспозицию, самочувствие. *Пятое и шестое места:* перед ними стоит знак индифферентности =. Цвета в этих разрядах не отвергаются, они соответствуют состоянию избравшего их. Они определяют собой свойства, которые в настоящий момент для него прекратили свое действие и сейчас более не действуют. *Седьмое и восьмое места:* они имеют перед собой знак - и означают "противонаправленность". Цвета, которые избирающий отвергает как несимпатичные, представляют собой ту самую потребность, которая тормозится целесообразным преимуществом. Если бы потребность оказалась спонтанно удовлетворенной, то последствиями оказались бы неприятности. Иными словами, отвергнутые цвета показывают потребность, которую тормозят по соображениям целесообразности.

Четыре основных цвета: синий, зеленый, красный и желтый (1, 2, 3 и 4) особенно важны, так как они представляют собой фундаментальные психические потребности:

- синий - потребность в покое и удовлетворении;
- зеленый - в самоутверждении;
- красный - в активности и успехе;
- желтый - в ожидании и в ориентированном в будущее желании.

Поэтому четыре основных цвета в тесте должны появиться на первых четырех или на пяти местах, если выбирающий здоров, уравновешен, свободен от конфликтов и подавления.

Модификация цвета - фиолетовый, коричневый, черный и серый (5, 6, 7 и 8) - относятся к другой категории. Черный - это отрицание цвета, а серый в тесте абсолютно нейтрален и бесцветен. Фиолетовый цвет - это смесь синего и красного, коричневый смешивается из оранжево-красного и черного. Предпочтение, отдаваемое одной из модификаций цвета: черному, серому или коричневому, в большинстве случаев указывает на нарушение.

Оценка результатов и выводы:

Тест позволяет получить следующие показатели текущего психологического состояния:

- Тревоги, компенсации, конфликты, источники стресса;
- Интенсивность тревоги и компенсации;

- Оценка работоспособности и истощаемости (Способность на протяжении определенного времени сохранять максимальную продуктивность деятельности определяется по целостности "рабочей группы", которая состоит из трех основных цветов:

ЗЕЛЕНый обеспечивает упорство продолжать работу во что бы то ни стало, не взирая на трудности, определяет гибкость воли и способность преодолевать сопротивление с тем, чтобы довести работу до конца. КРАСНый обеспечивает силу воли и потребность в энергичной деятельности, приносящей удовлетворение от осознания того, что нечто сделано в соответствии с желаниями. ЖЕЛТый связан с оптимистической верой в эффективность работы и со способностью испытывать удовольствие от действий, а также с потребностью в поиске нового и интересного; СИНИй цвет сугубо пассивен и спокоен, а потому связывается не с работой, а с равновесием и удовлетворенностью. Если все составляющие "рабочей группы" стоят вместе и находятся в начале ряда, это предполагает способность успешного завершения работы, несмотря на ее длительность и предполагаемые трудности).

- Желаемые цели и средства эмоционального поведения; устремления и защитное эмоциональное поведение ("+" группа);
- Существующее эмоциональное положение, текущее состояние, настрой, уместное эмоциональное поведение ("х" группа);
- Сдерживаемые качества, временно утраченные свойства, отложенные возможности, ограничиваемые, воспринимаемые как неуместные и находящиеся в резерве ("=" группа).
- Источники неосознаваемой тревожности. потребности, затормаживаемые ввиду нецелесообразности ("-" группа);
- Актуальная эмоциональная проблема (напряжение "+" и "-" групп);
- Вегетативный коэффициент (Принято считать, что красный и желтый цвета являются мобилизующими и ассоциируются с деятельностью, а синий и зеленый цвета пассивные, ассоциируемые с бездействием. Отношение испытуемого к этим двум парам цветов отражает его энергетическую установку. Величина вегетативного коэффициента (ВК) определяется по формуле: $ВК = \frac{18-Кр.-Желт.}{18-Син.-Зел.}$, где вместо названия цветов подставляются их места в выборе испытуемого. Диапазон изменений ВК от 0.2 до 5 баллов. $ВК > 1$ (4-9 баллов) отражают установку на активную деятельность, подкрепленную достаточными энергоресурсами, а < 1 (1-3 баллов) – установку на отдых, покой. Уровень оптимальной мобилизации соответствует значениям ВК от 1 до 1.5 (4,5 баллов) и увеличивает успешность деятельности в стрессовых ситуациях. Значения $ВК > 1.5$ (6,7 баллов) характерны для состояния перевозбуждения).
- Аутогенная норма (Аутогенная норма по Люшеру соответствует следующей последовательности цветовых предпочтений 34251607 и является индикатором нервно-психического благополучия. Мера удаленности цветовых предпочтений испытуемого от аутогенной нормы (СО) вычисляется как сумма отклонений по всем восьми цветам. Диапазон изменений СО от 0 до 32 баллов. Чем больше показатель СО, тем выше уровень непродуктивной нервно-психической напряженности. Эта напряженность заключается в завышенном расходовании нервно-психических ресурсов, при столь же низком коэффициенте полезного действия. Показатель СО позволяет прогнозировать эффективность и успешность профессиональной деятельности).

Примечание! Отсутствуют данные об исследованиях валидности и надежности цветового теста Люшера. Цветотест представляет собой довольно сложную диагностическую систему с качественным характером оценки результа-

тов тестирования, а потому никто не застрахован от диагностических ошибок, случайностей и непредсказуемых нарушений в работе с ним. Не следует забывать об опасности получения ошибочных результатов, на основе которых могут быть сделаны недостоверные выводы. *Длительность тестирования 5 минут.*

4.3.5 ОЦЕНКА ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ

Оценка физического здоровья школьников основывается на результатах пяти морфологических и функциональных показателей:

- *индекс Кетле* — характеризует уровень развития массо-ростовых показателей;
- *индекс Робинсона* — характеризует качество регуляции сердечно-сосудистой системы;
- *индекс Скибинского* — характеризует функциональные возможности органов дыхания и кровообращения;
- *индекс Шаповаловой* — характеризует уровень развития двигательных качеств — силы, быстроты, выносливости, а также функциональные возможности кардио-респираторной системы;
- *индекс Руфье* — характеризует уровень адаптационных резервов кардио-респираторной системы.

Оценка результатов и выводы:

Методика позволяет получить значения каждого индекса и интегральную оценку уровня физического здоровья детей обоего пола в возрасте от шести до 18 лет. *Длительность тестирования 20 минут.*

4.3.6 ОЦЕНКА ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ВЗРОСЛЫХ

Физическое состояние" понимается в данном контексте как готовность к выполнению какой-либо физической работы и определяется совокупностью взаимосвязанных признаков, таких как физическая работоспособность, функционирование органов и систем организма, пол, возраст, конституция тела.

Оценка результатов и выводы:

Методика позволяет определить индекс физического состояния практически здоровых мужчин и женщин в возрасте от 18 до 60 лет. *Длительность тестирования 20 минут.*

4.3.7 ОПРЕДЕЛЕНИЕ БИОЛОГИЧЕСКОГО ВОЗРАСТА

Большую популярность и распространение получил в настоящее время метод оценки старения с помощью показателя биологического возраста. При одном и том же календарном возрасте различных людей, степень старения их организмов и отдельных органов, элементов и систем их организмов, может быть различна. Биологический возраст закономерно связан с некоторыми показателями жизнедеятельности человека.

Оценка результатов и выводы:

Методика позволяет определить биологический возраст у мужчин и женщин и отклонение его величины в годах от календарного возраста. Наличие отклонения свидетельствует о тенденциях старения организма. *Длительность тестирования 10 минут.*

4.3.8 ОЦЕНКА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Оценка психологического состояния основывается на результатах заполнения специальной анкеты одним из родителей, касающейся наличия и развития у ребенка 50 качеств.

Оценка результатов и выводы:

На основании результатов анкетирования можно определить уровень:

- гармоничности развития личности ребенка,
- нравственного благополучия ребенка,
- деформации личности ребенка,
- невротизации ребенка,
- неуверенности ребенка в себе,
- общительности ребенка,
- эгоистичности ребенка.

В каждом случае возможны три градации психологической оценки: низкий, средний, высокий. Данная методика позволяет уже на ранней стадии выявить психологические нарушения у детей, особенно на рубеже начальной и средней школы. Низкие результаты по ряду шкал могут быть основанием для консультации психотерапевта с целью выяснения реальных причин некоторых особенностей поведения ребенка. *Длительность тестирования 10 минут.*

4.3.9 ОЦЕНКА НЕРВНО-ПСИХИЧЕСКОГО НАПРЯЖЕНИЯ

Опросник Т.А. Немчина представляет собой перечень 30 основных признаков нервно-психического напряжения, составленный по данным клинико-психологического наблюдения.

Оценка результатов и выводы:

Опросник позволяет выявить начинающееся перенапряжение регуляторных систем организма. В случае диагностики чрезмерного нервно-психического напряжения обследуемому лицу следует рекомендовать обратиться к врачу для углубленного исследования и назначения лечения, так как возможен переход от донозологического состояния к патологическому. *Длительность тестирования 6 минут.*

4.4 ПАКЕТ «ОТНОШЕНИЯ»

4.4.1 АНКЕТА "МОТИВАЦИЯ УЧЕНИЯ И ПРИЧИНЫ НЕУСПЕВАЕМОСТИ»

Позволяет получить ответы детей на группу вопросов, связанных с обучением и успеваемостью. Ученик ранжирует ответы по важности и значимости для себя, проставляя цифры от одного до десяти.

Оценка результатов и выводы:

В результатах выводятся три наиболее значимых ответа на каждый из вопросов. Предназначена для анализа причин неуспеваемости школьников младшего и подросткового возраста. *Длительность тестирования 6 минут.*

4.4.2 АНКЕТА РОДИТЕЛЕЙ

Позволяет получить информацию о ребенке по 10 характеристикам: поведение, исполнительность, отзывчивость, трудолюбие, воспитанность, критичность и самокритичность, отношение к домашним заданиям, к общественным поручениям, к классу и школе. На каждый вопрос родители дают один из че-

тырех вариантов ответов. Предназначена для анализа причин недисциплинированности и неуспеваемости школьников младшего возраста. *Длительность тестирования 5 минут.*

4.4.3 Опросник Лири (диагностика межличностных отношений)

Опросник Лири позволяет выявить преобладающий тип отношений к людям в самооценке и взаимооценке по 8 базисным качествам. С помощью этого опросника можно определить, как и в чем нарушаются отношения в коллективе или в семье, и затем использовать полученные результаты для психологической коррекции. Опросник включает 128 утверждений (характерологических свойств), которые группируются в 8 "типов отношений", связанных с различными личностными чертами.

Типы отношения к окружающим

I. Авторитарный

- Экстремальная форма — автократическое, диктаторское и педантичное поведение, маниакальные проявления. Вызывает поведение следующих типов: поддающаяся пассивность; восхищенная благодарность.
- Адаптивная форма — энергичное компетентное поведение и авторитет, основанный на способностях человека.

II. Эгоистичный

- Экстремальная форма — эгоистическое поведение, эгоцентризм, эксгибиционизм, возвышение себя над остальными. Вызывает поведение следующих типов: упрямая подозрительность, скромная робость, поддающаяся пассивность, восхищенная благодарность.
- Адаптивная форма — проявление независимости и веры в свои силы.

III. Агрессивный

- Экстремальная форма — ригидно твердое, бесчувственное поведение без учета ситуации, типичное преимущество для психопатов. Вызывает поведение типа: общепризнанная успешность, упрямая подозрительность, скромная робость.
- Адаптивная форма — приемлемые проявления жестокости, резкости, когда они учитывают ситуацию.

IV. Подозрительный

- Экстремальная форма — подозрительное, критическое поведение, отказ от социальных норм, чувство разочарования, отчуждения. Вызывает поведение типа: самоуверенная независимость, самоутверждение как соперничество, неласковая строгость.
- Адаптивная форма — приемлемый критический подход к социальным отношениям.

V. Подчиняемый

- Экстремальная форма — пассивное самоуничижение, слабость, без учета данной ситуации. Вызывает поведение типа: самоуверенная независимость, самоутверждение как соперничество, неласковая строгость, бесцеремонная критичность.
- Адаптивная форма — проявляется скромность, робость, эмоциональная сдержанность, способность подчиняться.

VI. Зависимый

- Экстремальная форма — полная зависимость, отсутствуют проявления независимости, враждебности и власти, поведение боязливое и беспомощное. Вызывает поведение: навязчивая доминантность, общепризнанная успешность, слишком большая деликатность, альтруистическая ответственность.
- Адаптивная форма — доверие и восхищение, адекватное данной ситуации.

VII. Дружелюбный

- Экстремальная форма — стереотипно приятное, любовное поведение без учета данной ситуации — стремление удовлетворить требования других быть положительным и поддерживать положительные отношения. Вызывает поведение типа: дружеская любовь, слишком большая деликатность.
- Адаптивная форма — экстравертированное дружеское поведение, желание сотрудничать, склонность к конформизму, предпочтение хороших социальных отношений.

VIII. Альтруистический

- Экстремальная форма — ригидное повторение типичных форм поведения без учета ситуации, слишком большая активность по отношению к другим, неадекватное стремление брать на себя ответственность за других. Вызывает поведение типа: тревожное доверие, доверчивая кооперативность.
- Адаптивная форма — ответственное, деликатное поведение, выбирает дружеский способ общения, помогает другим, завязывает эмоциональные контакты. Это положительный социальный тип личности.

Оценка результатов и выводы:

Максимальная оценка по каждой шкале — 16 баллов, она разделена на 4 степени выраженности отношения: 0-4 балла — низкая (адаптивное поведение); 5-8 баллов — умеренная (адаптивное поведение); 12 баллов — высокая (экстремальное поведение); 13-16 баллов — экстремальная (до патологии). Полученные баллы переносятся на дискограмму. Концы векторов соединяются и образуют личностный профиль. По специальным формулам определяются показатели по двум основным факторам: доминирование и дружелюбие.

- Доминирование = $(I - V) + 0,7 * (VIII + II - IV - VI)$;
- Дружелюбие = $(VII - III) + 0,7 * (VIII - II - IV + VI)$.

Качественный анализ полученных данных проводится путем сравнения дискограмм, демонстрирующих различия в самооценке, идеальном "я", оценке близких людей. Опросник предназначен для изучения интерперсонального поведения школьников юношеского возраста и взрослых. *Длительность тестирования 6 минут.*

4.4.4 ОРИЕНТАЦИОННАЯ АНКЕТА БАССА

Анкета позволяет выявить направленность личности по трем важным для профпригодности шкалам: направленность на себя, направленность на общение, направленность на дело.

1. *Направленность на себя* — ориентация на прямое вознаграждение и удовлетворение безотносительно работы и сотрудников, агрессивность в достижении статуса, властность, склонность к соперничеству, раздражительность, тревожность, интровертированность.

2. *Направленность на общение* — стремление при любых условиях поддерживать отношения с людьми, ориентация на совместную деятельность, но часто в ущерб выполнению конкретных заданий или оказанию искренней помощи людям, ориентация на социальное одобрение, зависимость от группы, потребность в привязанности и эмоциональных отношениях с людьми.
3. *Направленность на дело* — заинтересованность в решении деловых проблем, выполнение работы как можно лучше, ориентация на деловое сотрудничество, способность отстаивать в интересах дела собственное мнение, которое полезно для достижения общей цели.

Анкета состоит из 27 пунктов-суждений, по каждому из которых возможны три варианта ответов, соответствующие трем видам направленности личности. Респондент должен выбрать один ответ, который в наибольшей степени выражает его мнение или соответствует реальности, и еще один, который, наоборот, наиболее далек от его мнения, или же наименее соответствует реальности.

Оценка результатов и выводы:

Ответ "наиболее" получает 2 балла, "наименее" — 0, оставшийся невыбранным — 1 балл. Баллы, набранные по всем 27 пунктам, суммируются для каждого вида направленности отдельно. Позволяет выявить наиболее предпочитаемые формы социального поведения индивида в ситуации конфликта, а также определить тенденции его взаимоотношений в сложных условиях. В конфликтной ситуации, согласно Томасу, выделяют два основных стиля поведения. *Длительность тестирования 6 минут.*

4.4.5 Опросник «Способы реагирования в конфликте»

В соответствии с основными стилями поведения выделяются следующие способы реагирования в конфликте:

- *Соревнование (соперничество)* — неэффективный, однако часто применяемый стиль поведения в конфликтах, это выражается в стремлении добиться своих интересов, не принимая во внимание интересы других.
- *Приспособление* — пренебрежение собственными интересами ради других.
- *Компромисс* — соглашение между конфликтующими сторонами, которое достигается путем взаимных уступок.
- *Избегание* — уклонение, как от кооперации, так и пренебрежение собственными интересами.
- *Сотрудничество* — альтернативное решение конфликта, которое полностью удовлетворяет интересы конфликтующих сторон.

Опросник включает 30 пар утверждений, и в каждой паре испытуемый отмечает те, которые ближе его стилю поведения.

Оценка результатов и выводы:

Оценки суммируются по каждому из факторов и сравниваются между собой для выявления наиболее предпочитаемой формы социального поведения испытуемого в ситуации конфликта, тенденции его взаимоотношений в сложных условиях. Полученные результаты показывают возможности человека к проявлению соответствующих форм поведения в конфликтных ситуациях.

- в случае избегания конфликта, ни одна из сторон не достигнет успеха;

- в случаях соперничества, приспособления и компромисса, кто-то выигрывает, кто-то проигрывает, или обе стороны проигрывают, потому что идут на компромисс;
- только в ситуации сотрудничества обе стороны оказываются в выигрыше.

Опросник предназначен для анализа взаимоотношений в педагогическом коллективе. *Длительность тестирования 6 минут.*

4.4.6 Опросник «ОТНОШЕНИЕ К УЧЕБНОМУ ЗАВЕДЕНИЮ»

Опросник состоит из двух частей. В первой части испытуемые должны ответить на шесть вопросов, каждый из которых имеет шесть вариантов ответов, оцениваемых от 1 до 5 баллов. Во второй части испытуемым предлагаются противоположные по смыслу пары характеристик, с помощью которых можно описать атмосферу в любой группе. Испытуемые проставляют 10 оценок по девятибалльной шкале, характеризуя атмосферу в своем классе.

Оценка результатов и выводы:

В первой части опросника итоговый показатель может составлять от 6 (очень неблагоприятная оценка) до 30 (очень высокая оценка) баллов. Во второй части - наилучший результат — 9 баллов, наихудший — 90 баллов. Опросник предназначен для школьников подросткового и юношеского возраста.

Поскольку данный тест часто применяется для групп испытуемых, для качественного анализа групповых результатов следует использовать расширенные возможности менеджера профилей пользователя. *Длительность тестирования 5 минут.*

4.4.7 Опросник «ОТНОШЕНИЕ ДЕТЕЙ К ПРЕПОДАВАТЕЛЯМ»

Опросник предназначен для анализа социально-психологического климата в образовательном учреждении. Опросник позволяет оценить отношение детей к преподавателю по трем параметрам: уровню компетентности преподавателя как специалиста, степени симпатии детей к преподавателю, поведения преподавателя. В зависимости от задачи, опросник может заполняться учащимися или преподавателями. В анкету включены 24 вопроса.

Оценка результатов и выводы:

Каждый вопрос, совпадающий с ключом, оценивается в один балл. Результаты представлены в виде суммы баллов по гностическому, эмоциональному, поведенческому компонентам отношения учеников к преподавателю, и общего количества баллов. За один сеанс работы можно оценить отношение учащегося к преподавателям всех основных учебных дисциплин. Оценки детей в дальнейшем необходимо суммировать и усреднить. Поскольку данный тест часто применяется для групп испытуемых, для качественного анализа групповых результатов могут потребоваться расширенные возможности менеджера профилей пользователя. *Длительность тестирования от 5 минут.*

4.4.8 Опросник профессиональной направленности личности преподавателя

Опросник позволяет оценить выраженность четырех форм профессиональной направленности преподавателя — общительность, организованность, направленность на предмет, интеллигентность. Опросник включает также шкалу мотивации одобрения и, если по этому фактору ответы выходят за рамки нормы, они не подлежат дальнейшей интерпретации.

Оценка результатов и выводы:

Результаты представлены в графическом виде по 10-ти балльной шкале. Структуру личности типа "коммуникатор" составляют такие качества, как

общительность, доброта, внешняя привлекательность, высокая нравственность. Сюда же могут быть отнесены эмоциональность и пластичность поведения, имеющие тесные связи с этими качествами. Преподаватель-коммуникатор, отличающийся экстравертированностью, низкой конфликтностью, доброжелательностью, способностью к эмпатии, любовью к учащимся, реализует свои воспитательные воздействия через поиск механизмов совместимости с учащимися. Структуру личности типа "организатор" составляют такие качества как требовательность, организованность, сильная воля, энергичность. Преподаватель-организатор, оказывается наиболее приспособленным для реализации исполнительной, мобилизующей и организаторской функции. Структуру личности типа "предметник" составляют такие качества как наблюдательность, профессиональная компетентность, стремление к творчеству. Преподаватель-предметник лучше реализует конструктивную, методическую, обучающую, ориентировочную функции, чем остальные. Структуру личности типа "интеллигент" составляют такие качества как высокий интеллект, общая культура и высокая нравственность. Преподаватель-интеллигент способен обеспечить выполнение в своей профессиональной деятельности гностической, воспитательной, информационной, пропагандистской, развивающей, исследовательской функции, а также функции самосовершенствования. *Длительность тестирования 10 минут.*

4.4.9 Опросник «Психологический климат в педагогическом коллективе»

Опросник предназначен для анализа уровня сформированности коллектива и динамики его развития. Опросник позволяет оценить уровень социально-психологического климата в коллективе по 13 основным показателям. В режиме "тестирование" испытуемый оценивает по семибалльной шкале 13 свойств психологического климата в коллективе.

Оценка результатов и выводы:

В зависимости от усредненной алгебраической суммы оценок, выводится шесть видов оценок социально-психологического климата в коллективе:

- высокая степень благоприятности;
- средняя степень благоприятности;
- низкая степень благоприятности;
- начальная неблагоприятность;
- средняя неблагоприятность;
- сильная неблагоприятность.

Длительность тестирования 5 минут.

4.4.10 Тест-опросник родительского отношения

Опросник предназначен для выявления родительского отношения у лиц, обращающихся за психологической помощью по вопросам воспитания детей и проблем общения с ними.

Опросник позволяет выявить эмоциональное отношение к ребенку, заинтересованность в его делах и планах, межличностную дистанцию в отношениях с ребенком, форму контроля за поведением ребенка, особенности восприятия и понимания ребенка родителями. Высокий тестовый балл по соответствующим шкалам интерпретируется как: отвержение, социальная желательность, симбиоз, гиперсоциализация и инфантилизация.

Шкалы опросника:

1. **Принятие-отвержение.** Шкала отражает интегральное эмоциональное отношение к ребенку. Содержание одного полюса шкалы: родителю нравится ребенок таким, какой он есть. Родитель уважает индивидуальность ребенка, симпатизирует ему. Родитель стремится проводить много времени вместе с ребенком, одобряет его интересы и планы. На другом полюсе шкалы: родитель воспринимает своего ребенка плохим, неприспособленным, неудачливым. Ему кажется, что ребенок не добьется успеха в жизни из-за низких способностей, небольшого ума, дурных наклонностей. По большей части родитель испытывает к ребенку злость, досаду, раздражение, обиду. Он не доверяет ребенку и не уважает его.
2. **Кооперация** — социально-желательный образ родительского отношения. Содержательно эта шкала раскрывается так: родитель заинтересован в делах и планах своего ребенка, старается во всем помочь ребенку, сочувствует ему. Родитель высоко оценивает интеллектуальные и творческие способности ребенка, испытывает чувство гордости за него. Он поощряет инициативу и самостоятельность ребенка, старается быть с ним на равных. Родитель доверяет ребенку, старается встать на его точку зрения в спорных вопросах.
3. **Симбиоз** — шкала отражает межличностную дистанцию в общении с ребенком. При высоких баллах по этой шкале можно считать, что родитель стремится к симбиотическим отношениям с ребенком. Содержательно эта тенденция описывается так — родитель ощущает себя с ребенком единым целым, стремится удовлетворить все потребности ребенка, оградить его от трудностей и неприятностей жизни. Родитель постоянно ощущает тревогу за ребенка, ребенок ему кажется маленьким и беззащитным. Тревога родителя повышается, когда ребенок начинает автономизироваться в силу обстоятельств, так как по своей воле родитель не предоставляет ребенку самостоятельности никогда.
4. **Авторитарная гиперсоциализация** — отражает форму и направление контроля за поведением ребенка. При высоком балле по этой шкале в родительском отношении данного родителя отчетливо просматривается авторитаризм. Родитель требует от ребенка безоговорочного послушания и дисциплины. Он старается навязать ребенку во всем свою волю, не в состоянии встать на его точку зрения. За проявление своеволия ребенка сурово наказывают. Родитель пристально следит за социальными достижениями ребенка, его индивидуальными особенностями, привычками, мыслями, чувствами.
5. **Маленький неудачник** — отражает особенности восприятия и понимания ребенка родителем. При высоких значениях по этой шкале в родительском отношении данного родителя имеются стремления инфантилизировать ребенка, приписывать ему личную и социальную несостоятельность. Родитель видит ребенка младшим по сравнению с реальным возрастом. Интересы, увлечения, мысли и чувства ребенка кажутся родителю детскими, несерьезными. Ребенок представляется не приспособленным, не успешным, открытым для дурных влияний. Родитель не доверяет своему ребенку, досадует на его неуспешность и неумелость. В связи с этим родитель старается оградить ребенка от трудностей жизни и строго контролировать его действия.

Оценка результатов и выводы:

При подсчете тестовых баллов по всем шкалам учитывается ответ "верно". Результаты представлены в процентах. Высокий тестовый балл по соответствующим шкалам интерпретируется как: отвержение, социальная желательность, симбиоз, гиперсоциализация, инфантилизация.

Опросник предназначен для выявления родительского отношения у лиц, обращающихся за психологической помощью по вопросам воспитания школьников младшего возраста и общения с ними. *Длительность тестирования 5 минут.*

4.4.11 Опросник АСВ (Анализ семейного воспитания)

Предназначен для исследования проблемных семей, в которых есть нервные дети и подростки с явными акцентуациями характера и отклонениями в поведении. Опросник позволяет детально диагностировать основные формы нарушения семейного воспитания и характер его нарушений, такие как уровень протекции, степень удовлетворения потребностей, уровень требовательности к ребенку в семье, решение личностных проблем родителями за счет ребенка. В опроснике АСВ диагностируются следующие нарушения семейного воспитания:

Уровень протекции (Сколько сил, времени уделяют родители воспитанию ребенка):

- Гиперпротекция (чрезмерная) — шкала Г+.
- Гипопротекция (недостаточная) — шкала Г-.

Степень удовлетворения потребностей (В какой мере деятельность родителей нацелена на удовлетворение потребностей ребенка как материально-бытовых, так и духовных):

- Потворствование (стремление родителей к максимальному и некритическому удовлетворению любых потребностей ребенка) — шкала У+.
- Игнорирование потребностей ребенка (недостаточное стремление родителей к удовлетворению потребностей ребенка) — шкала У-.

Уровень требовательности к ребенку в семье (Они выступают в виде обязанностей, запретов, наказаний):

- Чрезмерность требований-обязанностей представляет риск психотравматизма — шкала Т+.
- Недостаточность требований-обязанностей приводит к трудности привлечения ребенка к какому-либо делу — шкала Т-.
- Чрезмерность требований-запретов формирует реакцию эмансипации или предопределяет развитие черт сенситивной и тревожно-мнительной акцентуации — шкала З+.
- Недостаточность требований-запретов стимулирует развитие гипертимного, неустойчивого типа характера — шкала З-.
- Чрезмерность санкций — чрезмерное реагирование даже на незначительные нарушения поведения — шкала С+.
- Минимальность санкций — упование на поощрение, сомнение в результативности любых наказаний — шкала С-.

Неустойчивость стиля воспитания (Резкая смена стиля, приемов воспитания, формирующая упрямство — шкала Н).

Классификация типов нарушений семейного воспитания выглядит следующим образом:

- Потворствующая гиперпротекция. Подросток находится в центре внимания семьи, которая стремится к максимальному удовлетворению его потребностей. Этот тип воспитания способствует развитию демонстративных (истероидных) и гипертимных черт характера у подростков.

- Доминирующая гиперпротекция. Подросток находится в центре внимания родителей, которые отдают ему много сил и времени, лишая самостоятельности, ставя многочисленные ограничения и запреты. Такое воспитание усиливает реакцию эмансипации и обуславливает острые аффективные реакции экстрапунитивного типа. При тревожно-мнительном (психастеническом), сенситивном, астено-невротическом типах отклонений характера доминирующая гиперпротекция усиливает астенические черты.
- Эмоциональное отвержение. В крайнем варианте это воспитание по типу "Золушки". Формирует и усиливает черты инертно-импульсивной (эпилептоидной) акцентуации характера и эпилепсидной психопатии, ведет к декомпенсации и формированию невротических расстройств у подростков с эмоционально-лабильной, сенситивной, астено-невротической акцентуациями характера.
- Гипопротекция. Подросток предоставлен себе, родители не интересуются им, не контролируют его. Такое воспитание особенно неблагоприятно при акцентуациях гипертимного, неустойчивого и конформного типов.
- Повышенная моральная ответственность. Этот тип воспитания характеризуется сочетанием высоких требований к подростку с недостатком внимания к нему со стороны родителей, меньшей заботой о нем. Стимулирует развитие черт тревожно-мнительной (психастенической) акцентуации характера.

Довольно часто родители склонны решать личностные проблемы за счет ребенка. Это может выражаться в следующем:

- Расширение сферы родительских чувств — шкала РРЧ.
- Предпочтение в подростке детских качеств — шкала ПДК.
- Воспитательная неуверенность родителя — шкала ВН.
- Фобия утраты ребенка — шкала ФУ.
- Неразвитость родительских чувств — шкала НРЧ.
- Проекция на подростка собственных нежелательных качеств — шкала ПНК.
- Вынесение конфликта между супругами в сферу воспитания — шкала ВК.
- Сдвиг в установке родителей по отношению к полу ребенка — предпочтение мужских качеств — шкала ПМК.
- Сдвиг в установке родителей по отношению к полу ребенка — предпочтение женских качеств — шкала ПЖК.

Опросник содержит 130 утверждений о воспитании детей.

Оценка результатов и выводы:

Родитель указывает, согласен или не согласен он с каждым утверждением. Число ответов "согласен" по каждой шкале суммируются. При этом для каждой шкалы имеется диагностическое значение и если оно достигнуто или превзойдено, то у обследованного родителя считается установленным указанный тип отклонения в воспитании. Результаты представляются в цифровой и в графической форме.

Опросник предназначен для исследования проблемных семей, в которых школьники младшего и подросткового возраста имеют отклонения в поведении. *Длительность тестирования 15 минут.*

4.5 ТРЕНАЖЕР «КОМФОРТ»

Тренажер «Комфорт» включает пять комплексов упражнений.

4.5.1 Упражнения йоги для профилактики утомления зрения

При напряженной зрительной работе отдых нужен глазам уже через 30 - 60 минут в течение 3-7 минут. Предлагаемые упражнения вызывают активную циркуляцию крови в тканях глаз, что способствует выведению токсинов, стимулируют нервные окончания, расслабляют глазные мышцы и дают прекрасный отдых зрению.

4.5.2 Физические упражнения

Для улучшения мозгового кровообращения и уменьшения напряжения мышц шеи, снижения утомления мышц плечевого пояса и рук, туловища и ног. Предлагаемые упражнения оказывают механическое воздействие на стенки шейных кровеносных сосудов, повышают их эластичность, вызывают расширение кровеносных сосудов головного мозга и их кровенаполнение. Все это повышает интенсивность мозгового кровообращения и облегчает умственную деятельность. Упражнения для мышц шеи улучшают кровоснабжение и снижают статическое напряжение. Динамические упражнения для отдельных мышечных групп плечевого пояса и рук улучшают кровоснабжение, снижают напряжение и утомление. Упражнения для ног усиливают венозное кровообращение и предотвращают застойные явления и отеки в нижних конечностях.

4.5.3 Японский точечный массаж Шиatsu

Точечный массаж - это эффективный многократно апробированный метод коррекции функционального состояния человека. Профессор Намикоши пишет, что "точечный массаж может дать приток жизненных сил работнику умственного труда и значительно стимулировать его возможности". Практически все точки для массажа расположены над кровеносными сосудами или нервами, а их стимуляция вызывает улучшение кровоснабжения и нормализацию регуляторных процессов в организме.

4.5.4 Упражнения японской дыхательной терапии

Кислород - один из важнейших элементов поддержания обмена веществ в организме, средство преобразования питательных веществ в ресурсы чистой энергии. У работающих за компьютером поверхностное дыхание, в котором принимают участие только легкие, чаще верхушки легких. Такое дыхание ухудшает самочувствие и здоровье. Дыхательные упражнения имеют своей целью ускорение подачи кислорода, лучшее его усвоение и выведение углекислого газа. Они оказывают мощное положительное влияние на физическое и психическое состояние человека.

4.5.5 Психотехнические упражнения американской имаготерапии

Психотехнические упражнения имаготерапии направлены на выработку навыков и умений самостоятельного контроля и регулирования психофизиологического состояния. В результате обучения, произносимые словесные формулы вызывают, в зависимости от их содержания, физиологические изменения в организме с выраженными эффектами мобилизации, уменьшения реакции на стресс, быстрого отдыха.

Все упражнения научно обоснованы и эффективны, проводятся непосредственно на рабочем месте, например, в компьютерном классе. *Длительность каждого упражнения не превышает трех минут.*

Предназначен для оптимизации умственной работоспособности (в первую очередь при работе с компьютером) - быстрого включения в работу, повышения выносливости при умственной работе, улучшения способности к обучению, увеличения энергии мозга, предотвращения перенапряжения

зрения, повышения стрессоустойчивости.

4.6 ПРОФОРИЕНТАЦИЯ

4.6.1 АНКЕТА ОПТАНТА

Анкета позволяет получить первичную информацию об интересах, наклонностях, способностях и возможностях, характере мотивации выбора профессии, уровне самооценки оптанта, а также о главных направлениях профориентационной работы. Испытуемому предлагается заполнить анкету. В ряде случаев ответы формализованы, в этих случаях необходимо только переместить курсор на соответствующую формулировку и нажать левую клавишу мышки. В других случаях ответ вводит сам оптанта или профконсультант. Тестирование занимает 10 минут.

4.6.2 МЕТОДИКА ОПРЕДЕЛЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ЛИЧНОСТНОГО ТИПА ГОЛЛАНДА

Методика позволяет выявить шесть основных типов социальной направленности личности:

1) Реалистический тип - несоциальный, ориентированный на настоящее, эмоционально стабильный, занимающийся конкретными объектами (вещами, инструментами, машинами), отдающий предпочтение занятиям, требующим моторной ловкости, конкретности. Развита математические, невербальные способности.

Рекомендуются профессии: механик, электрик, инженер, агроном и т.д.

2) Интеллектуальный тип - несоциален, аналитичен, рационален, независим, оригинален. Преобладают теоретические ценности, любит решать задачи, требующие абстрактного мышления, интеллектуал. Гармонично развиты вербальные и невербальные способности.

Предпочитает научные профессии: ботаник, астроном, математик, физик.

3) Социальный тип - обладает социальными умениями, нуждается в контактах. Черты его характера: стремление поучать и воспитывать, психологический настрой на человека, гуманность. Представитель данного типа старается держаться в стороне от интеллектуальных проблем; активен, но часто зависим от мнения группы людей. Проблемы решает, опираясь на эмоции, чувства, умение общаться. Обладает хорошими вербальными способностями.

Рекомендуемые занятия: обучение и лечение (учителя, врачи, психологи).

4) Конвенциональный тип - предпочитает четко структурированную деятельность. Характер стереотипный, конкретный, практический. Не проявляет критичность, оригинальность, консервативен, зависим, ригиден (не любит смену деятельности). Слабо развиты организаторские способности, преобладают математические способности.

Предпочтительны профессии, связанные с канцелярией и расчетом.

5) Предприимчивый тип - избирает цели, которые позволяют проявить энергию, энтузиазм, импульсивность, любит приключения. Представитель данного типа доминантен, любит признание, любит руководить. Ему не нравится практический труд, а также занятия, требующие интеллектуальных усилий, усидчивости. Хорошо решает задачи, связанные с руководством, статусом и властью, агрессивен и предприимчив, обладает хорошими вербальными способностями.

Предпочтительна следующая деятельность: артист, журналист, телеоператор, заведующий, директор, дипломат и т.п.

б) Артистический тип - опирается на эмоции, воображение, интуицию; имеет сложный взгляд на жизнь. Независим в решениях, оригинален. Высоко развиты моторные и вербальные способности. Для представителей данного типа характерен высокий жизненный идеал с утверждением своего «я». Он несоциален в том смысле, что не придерживается условностей общества.

Предпочитает творческие занятия: музыку, рисование, литературное творчество. Испытуемому предлагается инструкция, согласно которой из каждой пары профессий, нужно указать одну, предпочитаемую. Всего 42 выбора.

Оценка результатов и выводы:

Оценка теста производится на основании выбора профессий, предпочитаемых тем или иным профессиональным личностным типом. Максимальная сумма баллов по одной шкале, указывает на тип социальной направленности оптанта. Если близкие оценки получены по нескольким шкалам, это свидетельствует о несформированности профессионального типа личности.

Тестирование занимает 8 минут.

4.6.3 ОПРОСНИК ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ПРЕДПОЧТЕНИЙ КАБАРДОВОЙ

Методика позволяет выявить отношение оптанта к различным типам профессий, а также проанализировать соотношение мотивационного (желание), когнитивного (отношение к профессии) и практического (умения) компонентов. Испытуемому предлагается оценить в баллах свое отношение, желание и умение (нравится - 2, безразлично - 1, не нравится - 0; хочу заниматься - 2, безразлично - 1, не хочу - 0; делаю хорошо - 2, делаю средне - 1, не получается - 0) выполнять различные виды деятельности, характеризующие шесть типов профессий, различающихся по признаку предмета или объекта, с которым взаимодействует человек в процессе труда.

Первую группу составляют профессии типа человек - знаковая система. Объектами являются условные знаки, шифры, коды, таблицы. В этой области работают корректоры, программисты, машинистки, статистики, экономисты.

Основой второго типа являются отношения человек - техника, объектом труда служат технические системы, машины, аппараты и установки, материалы и энергия. К таким профессиям относятся: радиомеханик, токарь, слесарь, шофер, тракторист, инженер.

Третью группу составляют профессии типа человек - живая природа, где объектом труда являются живые организмы, растения, животные и биологические процессы. Сюда входят такие профессии, как агроном, зоотехник, ветеринар, садовод, лесник и т.п.

Человек - художественный образ - основа четвертого типа. Объектом труда этих специальностей служат художественные образы, их роли, элементы и особенности. К названному типу относятся, например, такие специальности, как ювелир, фотограф, музыкант, художник, искусствовед, писатель, артист и т.д.

Пятую группу образуют профессии типа человек - человек, где объектом труда являются люди, группы, коллективы. Специальности - сфера обслуживания, медицина, педагогика, юриспруденция и т.д.

Шестую группу составляют профессии типа человек - неживая природа. Сюда входят такие профессии, как астроном, географ, геолог, метеоролог, химик, физик, картограф.

Оценка результатов и выводы:

Оценка теста проводится на основании суммы баллов по каждой из шести шкал. Результаты представляются в виде гистограммы, каждый столбик в которой соответствует определенному типу профессий, а цена одного деления равна 20%.

Максимальная сумма баллов указывает на предпочтение, а минимальная - на неприятие определенного типа профессий. Если близкие оценки получены по нескольким шкалам, это свидетельствует о несформированности интересов к тем или иным областям деятельности. Тестирование занимает 10 минут.

4.6.4 КАРТА ИНТЕРЕСОВ ГОЛОМШТОКА

Предназначена для изучения интересов и склонностей школьников старших классов в 23 сферах деятельности: физика, математика, химия, астрономия, биология, медицина, сельское хозяйство, филология, журналистика, история, искусство, геология, география, общественная деятельность, право, транспорт, педагогика, рабочие специальности, сфера обслуживания, строительство, легкая промышленность, техника, электротехника.

Карта интересов насчитывает 174 вопроса, на каждую сферу деятельности приходится по шесть вопросов. Обработка ответов заключается в подсчете положительных и отрицательных ответов по каждой группе вопросов. Оптант должен ответить на каждый вопрос: то, о чем спрашивается, очень ему нравится (+2), просто нравится (+1), есть сомнения или ответ неизвестен (0), не нравится (-1) или же очень не нравится (-2).

Оценка результатов и выводы:

Уровень выраженности каждого качества считается высоким, если число баллов больше или равно 8; выше среднего - 5..7; средним - 1..4; ниже среднего - -5..0; низким - меньше или равно -6. Столбцы, получившие максимальное количество плюсов, указывают на предпочитаемые сферы деятельности; при оценке направленности интересов испытуемого их следует учитывать в первую очередь. Если количество плюсов в нескольких столбцах одинаково, то преобладающим интересам оптанта соответствуют те из них, которые содержат меньшее количество минусов. Для наиболее обоснованных выводов обращается внимание также и на столбцы с наибольшим количеством минусов.

При интерпретации данных учитывается и распределение плюсов и минусов по горизонтали. Первые две строки листа ответов говорят о поверхностных интересах и увлечениях. Вторые две строки содержат сведения о склонностях оптанта, о стремлении к углубленному познанию. Две последние строки дают представление о развитых склонностях и наличии некоторых навыков и умений, о стремлении к практической деятельности. Большое количество плюсов говорит о хорошо развитых профессиональных интересах. Малое количество плюсов и большое количество минусов свидетельствует о несформированности познавательных и профессиональных интересов. Тестирование занимает 20 минут.

4.6.5 МЕТОДИКА ИЗУЧЕНИЯ СКЛОННОСТЕЙ СИНЯВСКОГО И ФЕДОРИШИНА

Методика предназначена для определения выраженности коммуникативных и организаторских склонностей. Испытуемым предлагается ответить на 40 вопросов, выражая свое мнение ответами "Да" или "Нет".

Оценка результатов и выводы:

Показатель выраженности первого или второго вида склонностей определяется в каждом случае по сумме количества десяти положительных и десяти отрицательных ответов на соответствующие вопросы, разделенной на 20.

Полученные результаты соотносятся с оценочной шкалой. Тестирование занимает 8 минут.

4.6.6 Методика "Мотивы выбора профессии"

При выборе профессии человек может руководствоваться следующими мотивами: общественной значимостью профессии, престижем, заработком, возможностью продвижения по службе и т.д. Методика позволяет определить, почему выбирается та или иная профессия и предвидеть, насколько успешно оптант будет ею овладевать, насколько серьезно, увлеченно будет работать, насколько устойчивым будет интерес к избранной деятельности. Все мотивы можно разделить на внутренние и внешние.

Внутренние мотивы выбора той или иной профессии - ее общественная и личная значимость; удовлетворение, которое приносит работа благодаря ее творческому характеру; возможность общения, руководства другими людьми и т.д. Внутренняя мотивация возникает из потребностей самого человека, поэтому на ее основе человек трудится с удовольствием, без внешнего давления.

Внешняя мотивация - это заработок, стремление к престижу, боязнь осуждения, неудачи и т.д. Внешние мотивы можно разделить на положительные и отрицательные. К положительным мотивам относятся: материальное стимулирование, возможность продвижения по службе, одобрение коллектива, престиж, т.е. стимулы, ради которых человек считает нужным приложить свои усилия. К отрицательным мотивам относятся воздействия на личность путем давления, наказаний, критики, осуждения и других санкций негативного характера.

Преобладание внутренних мотивов и положительной внешней мотивации наиболее эффективно с точки зрения удовлетворенности трудом и его производительности.

Оценка результатов и выводы:

Испытуемому предлагается оценить по 5-балльной шкале каждое из 20 утверждений, характеризующих либо внутренние индивидуально значимые или внутренние социально значимые мотивы, либо внешние положительные, или внешние отрицательные, мотивы. Максимальная сумма указывает на преобладающий вид мотивации. Тестирование занимает 6 минут.

4.6.7 Опросник для оценки мотивации к достижению цели Элерса

Опросник предназначен для определения уровня мотивации к достижению цели к успеху. Испытуемому предлагается ответить на 41 вопрос, выражая свое согласие или несогласие ответами «да» или «нет».

Оценка результатов и выводы:

Ответы суммируются по одному баллу при совпадении с ключом. Мотивация к достижению цели считается высокой при числе баллов больше или равном 22; средней - 11-21; невысокой - меньше или равной 10. Тестирование занимает 8 минут.

4.6.8 Методика оценки уровня притязаний Бороздиной

Методика предназначена для выявления самооценки оптанта. Испытуемому предлагается выполнить моторную пробу, перемещая курсор, поставить значки "+" в максимальном числе маленьких квадратов на экране монитора, при этом он должен назвать количество квадратов, которое он сможет заполнить за 10 секунд. После пробы сравниваются предполагаемый и реальный результаты. Далее по той же схеме осуществляются еще три пробы,

причем на третьей пробе время выполнения задания уменьшается до 8 секунд. Оценка результатов и выводы:

Оценка теста производится на основании анализа целевого расхождения. Средняя величина целевого отклонения (ЦО) подсчитывается по формуле, предполагающей сравнение УП (уровня притязаний) и УД (уровня достижений):

$$ЦО = \frac{УП(I) - УД(I) + УП(II) - УД(II) + УП(IV) - УД(III)}{3}$$

Стандарты целевого отклонения:

- 5 и выше - нереально высокий уровень притязаний;
- 3 - 4.99 - высокий уровень притязаний (внутри нормальных границ);
- 1 - 2.99 - умеренный уровень притязаний (внутри нормальных границ);
- 1.49 - 0.99 - низкий уровень притязаний;
- 1.50 и ниже - нереально низкий уровень притязаний.

Если оптант имеет низкий уровень притязаний, ему показан тренинг достижений, постоянное, положительное подкрепление его деятельности, особенно в тех сферах, где выявлены определенные способности и склонности оптанта. Если самооценка завышена, целесообразно скорректировать профессиональный план таких оптантов, объективировать их самооценку. Тестирование занимает 6 минут.

4.6.9 СЛОВАРЬ СОВРЕМЕННЫХ ПРОФЕССИЙ

Предназначен для ознакомления детей с новыми профессиями. Содержит более 100 современных профессий.

Пример: РЕКРУТЕР: Находит работодателей, имеющих вакансии и заинтересованных в наборе персонала, заключает договора. Производит поиск и отбор возможных кандидатов на свободные рабочие места (собеседования, профессиональные и психологические тестирования), представляет соискателей работодателю. Формирует банк данных лиц, занимающихся поиском работы.

4.6.10 ПРОФЕССИОГРАММЫ СОВРЕМЕННЫХ ПРОФЕССИЙ

Предназначены для ознакомления детей и психологов с требованиями новых профессий к работнику. Содержат профессиографическое описание более ста современных профессий.

Пример: Продавец продовольственных и непродовольственных товаров.

Содержание труда: производит нарезку, взвешивание товара, примерку, отмеривание, демонстрацию товара и т. д., консультирует о свойствах, вкусовых особенностях товара, подготавливает товары к продаже, оформляет магазинные витрины, изучает спрос покупателей.

Должен знать: ассортимент, классификацию, характеристику, назначение товаров, розничные цены, нормы естественной убыли при хранении продовольственных товаров, принципы оформления витрин, правила взвешивания и упаковки товаров, обслуживания покупателей, эксплуатации торгового оборудования.

Профессионально важные качества: эстетический вкус; хорошая и емкая память; внимательность, наблюдательность, терпеливость; хорошо развитые коммуникативные способности; способность быстро перераспределять внимание; среднее физическое развитие.

Квалификационные требования: ПТУ.

Медицинские противопоказания: аллергические и заразные заболевания; нарушения функций опорно-двигательного аппарата; варикозное расширение вен; плоскостопие; болезни, сопровождающиеся потерей сознания; плохие слух и зрение.

4.7 ПСИХОДИАГНОСТИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Выявление административных способностей. Методика позволяет оценить выраженность и соотношение административных и лидерских способностей. Испытуемый должен определить степень согласия с каждым из 20 высказываний по 10-балльной шкале. Полное согласие с высказыванием отмечается 10 баллами, согласие наполовину отмечается 5 баллами, полное несогласие – 0.

Оценка результатов и выводы:

Баллы суммируются по шкале администратора и по шкале лидерства. Соотношение лидерских и административных качеств является показателем теста. Любая величина < 1 указывает на превалирование административных качеств. Тестирование занимает 5 минут.

Методика полезна для решения задач профессионально-психологического отбора и психологического сопровождения профессиональной деятельности.

4.7.1 ВЫЯВЛЕНИЕ МЕНЕДЖЕРСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ

Методика позволяет оценить возможности осуществлять функции менеджера. Испытуемый отвечает на 30 вопросов по 3-х варианта ответов в каждом. Оценка результатов и выводы:

Баллы суммируются, максимальный результат – 30 баллов. На основании полученного результата по 3-х балльной шкале оцениваются способности к работе менеджера как низкие, средние, высокие. Тестирование занимает 6 минут. Методика полезна для решения задач профессионально-психологического отбора и психологического сопровождения профессиональной деятельности.

4.7.2 ВЫЯВЛЕНИЕ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ

Методика позволяет оценить наличие или отсутствие способностей к предпринимательской деятельности. Испытуемый отвечает утвердительно или отрицательно на 29 вопросов, касающихся способностей и знаний, необходимых начинающему предпринимателю.

Оценка результатов и выводы:

Каждый положительный ответ оценивается одним баллом. Подсчитывается сумма баллов. Сумма баллов >16 - присутствуют все необходимые качества, чтобы стать предпринимателем. Целеустремленность, энергия и вера в успех помогут реализовать любую стоящую идею. От 13 до 17 баллов - шансы на успех в качестве предпринимателя не столь очевидны. Однако не исключена успешная карьера коммерсанта. Сумма баллов <13 – качества, необходимые хорошему предпринимателю не выявлены.

Тестирование занимает 5 минут.

Методика полезна для решения задач профессионально-психологического отбора и психологического сопровождения профессиональной деятельности.

4.7.3 ВЫЯВЛЕНИЕ ЛИДЕРСКИХ КАЧЕСТВ У МУЖЧИН

Методика позволяет оценить способность мужчины быть лидером. Испытуемый отвечает утвердительно или отрицательно на 50 вопросов, на основании ответов делается вывод, обладает ли он психологическими качествами, необходимыми лидеру.

Оценка результатов и выводы:

- Сумма < 25 баллов - качества лидера выражены слабо.
- Сумма баллов от 26 до 35 - качества лидера выражены средне.
- Сумма баллов от 36 до 40 - лидерские качества выражены сильно.
- Сумма баллов > 40 - данный человек, как лидер, склонен к диктату.

Тестирование занимает 10 минут.

Методика полезна для решения задач профессионально-психологического отбора и психологического сопровождения профессиональной деятельности.

4.7.4 ВЫЯВЛЕНИЕ ЛИДЕРСКИХ КАЧЕСТВ У ЖЕНЩИН

Методика позволяет оценить способность женщины быть лидером. Испытуемая выбирает пять утверждений, которые представляются ей наиболее отвечающими ее положению и взглядам из вопросов раздела «Что мне нравится в моей работе?», и затем то же самое из раздела «Что мне мешает в моей работе?».

Оценка результатов и выводы:

В зависимости от выбранных утверждений, способность женщины быть лидером оцениваются по 3-х балльной шкале: А – честолюбивая, целеустремленная личность, для которой карьера – главное в жизни; Б – средний уровень; В – инертная, покладистая личность, не желающая рисковать.

Тестирование занимает 10 минут.

Методика полезна для решения задач профессионально-психологического отбора и психологического сопровождения профессиональной деятельности.

4.7.5 ОЦЕНКА ТВОРЧЕСКОГО ПОТЕНЦИАЛА

Методика позволяет оценить личностный творческий потенциал. Испытуемый отвечает на 18 вопросов, из трех вариантов ответа на каждый вопрос необходимо выбрать только один.

Оценка результатов и выводы:

Вопросы 1, 6, 7, 8 определяют границы любознательности; Вопросы 2, 3, 4, 5 – веру в себя; Вопросы 9 и 15 – постоянство; Вопрос 10 – амбициозность; Вопрос 11 – зрительную память; Вопросы 12 и 13 – «слуховую» память; Вопрос 14 – стремление быть независимым; Вопросы 16, 17 – способность абстрагироваться; Вопрос 18 – степень сосредоточенности. За ответ «а» – 3 очка; за ответ «б» – 1; за ответ «в» – 2.

Общая сумма набранных очков характеризует уровень творческого потенциала: 49 и более очков - Значительный творческий потенциал, предоставляющий богатый выбор возможностей. Доступны самые разнообразные формы творчества. От 24 до 48 очков - Нормальный творческий потенциал. Присутствуют качества, которые позволяют творить, но есть и проблемы, которые тормозят процесс творчества. 23 и менее очков - Творческий потенциал невелик. Но, возможно, испытуемый недооценил свои способности.

Тестирование занимает 10 минут.

Методика полезна для решения задач профессионально-психологического отбора и психологического сопровождения профессиональной деятельности.

4.7.6 ОЦЕНКА МОТИВАЦИИ К УСПЕХУ И БОЯЗНИ НЕУДАЧИ

Методика позволяет оценить тип личностной мотивации испытуемого. Испытуемый отвечает на 20 вопросов, из двух вариантов ответа на каждый вопрос необходимо выбрать только один.

Оценка результатов и выводы:

За каждое совпадение ответа с ключом испытуемому дается 1 балл. Количество набранных баллов от 1 до 7 - мотивация на неудачу (боязнь неудачи). При данном типе мотивации активность человека связана с потребностью избежать срыва, порицания, наказания, неудачи. Вообще в основе этой мотивации лежит идея избегания и идея негативных ожиданий. Начиная дело, человек уже заранее боится возможной неудачи, думает о путях избегания этой гипотетической неудачи, а не о способах достижения успеха. Люди, мотивированные на неудачу, обычно отличаются повышенной тревожностью, низкой уверенностью в своих силах. Стараются избегать ответственных заданий, а при необходимости решения сверхответственных задач могут впадать в состояние близкое к паническому. Все это, вместе с тем, может сочетаться с весьма ответственным отношением к делу. Количество набранных баллов от 8 до 13 - мотивационный полюс ярко не выражен. Количество набранных баллов от 14 до 20 - мотивация на успех (надежда на успех). При такой мотивации человек, начиная дело, имеет в виду достижение чего-то конструктивного, положительного. В основе активности человека лежит надежда на успех и потребность в достижении успеха. Такие люди обычно уверены в себе, в своих силах, ответственны, инициативны и активны. Их отличает настойчивость в достижении цели, целеустремленность.

Тестирование занимает 5 минут.

Методика полезна для решения задач профессионально-психологического отбора и психологического сопровождения профессиональной деятельности.

4.7.7 ОЦЕНКА УРОВНЯ КОНТРОЛЯ НАД ЖИЗНЕННЫМИ СИТУАЦИЯМИ

Методика позволяет оценить степень сознательной активной деятельности личности. Испытуемый отвечает на 44 вопроса, на основании ответов делается вывод, в какой степени человек в разных жизненных ситуациях ощущает себя активным субъектом собственной деятельности, а в какой - пассивным объектом действия других людей и внешних обстоятельств. Из шести вариантов ответов на каждый вопрос нужно выбрать только один.

Оценка результатов и выводы:

Результаты заполнения опросника преобразуются в баллы по 10-ти балльной шкале. Шкала общей интернальности I_o . Высокий показатель по этой шкале (8-10 баллов) соответствует высокому уровню субъективного контроля над любыми значимыми ситуациями. Такие люди считают, что большинство важных событий в их жизни было результатом их собственных действий, что они могут ими управлять, и, следовательно, чувствуют свою собственную ответственность за эти события и за то, как складывается их жизнь в целом. Низкий показатель по шкале I_o (1-3 балла) соответствует низкому уровню субъективного контроля. Такие испытуемые не видят связи между своими действиями и значимыми для них событиями их жизни, не считают себя способными контролировать их развитие и полагают, что большинство их являются результатом случая или действий других людей.

Шкала интернальности в области достижений I_d . Высокие показатели по этой шкале соответствуют высокому уровню субъективного контроля над

эмоционально положительными событиями и ситуациями. Такие люди считают, что всего хорошего, что было и есть в их жизни, они добились сами и что они способны с успехом преследовать свои цели и в будущем. Низкие показатели по шкале I_d свидетельствуют о том, что человек приписывает свои успехи, достижения и радости внешним обстоятельствам—везению, счастливой судьбе или помощи других людей.

Шкала интернальности в области неудач I_n . Высокие показатели по этой шкале говорят о развитом чувстве субъективного контроля по отношению к отрицательным событиям и ситуациям, что проявляется в склонности обвинять самого себя в разнообразных неудачах, неприятностях и страданиях. Низкие показатели I_n свидетельствуют о том, что испытуемый склонен приписывать ответственность за подобные события другим людям или считать их результатом невезения.

Шкала интернальности в семейных отношениях I_c . Высокие показатели по этой шкале означают, что человек считает себя ответственным за события его семейной жизни. Низкий I_c указывает на то, что субъект считает не себя, а своих партнеров причиной значимых ситуаций, возникающих в его семье.

Шкала интернальности в области производственных отношений I_p . Высокий I_p свидетельствует о том, что человек считает свои действия важным фактором в организации собственной производственной деятельности, в складывающихся отношениях в коллективе, в своем продвижении и т. д. Низкий I_p указывает на то, что испытуемый склонен приписывать более важное значение внешним обстоятельствам -руководству, товарищам по работе, везению—невезению.

Шкала интернальности в области межличностных отношений I_m . Высокий показатель I_m свидетельствует о том, что человек считает себя в силах контролировать свои неформальные отношения с другими людьми, вызывать к себе уважение и симпатию и т. д. Низкий I_m , напротив, указывает на то, что он не считает себя способным активно формировать свой круг общения и склонен считать свои отношения результатом действия своих партнеров.

Шкала интернальности в отношении здоровья к болезни I_z . Высокие показатели I_z свидетельствуют о том, что испытуемый считает себя во многом ответственным за свое здоровье: если он болен, то обвиняет в этом самого себя и полагает, что выздоровление во многом зависит от его действий. Человек с низким I_z считает здоровье и болезнь результатом случая и надеется на то, что выздоровление придет в результате действий других людей, первым делом врачей.

Тестирование занимает 10 минут.

Методика полезна для решения задач профессионально-психологического отбора и психологического сопровождения профессиональной деятельности.

4.7.8 Оценка лояльности сотрудника к своей организации, компании, фирме

Методика позволяет оценить степень лояльности сотрудника. Испытуемый отвечает на 36 вопросов по 11-балльной шкале о своем отношении к организации, в которой он работает. Оценка результатов и выводы:

Оцениваются ответы только на суждения 1 3 4 5 11 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 27 32 34. Остальные - для камуфляжа истинных целей исследования. Каждое суждение имеет градацию от 1 до 11. Градация 11 соответствует максимально позитивной оценке данного суждения, градация 1 – максимально негативное отношение, 6 – нейтральное отношение.

В зависимости от выбранной градации присваивается соответствующий балл (см. табл.)

Градация	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Балл	+5	+4	+3	+2	+1	0	-1	-2	-3	-4	-5

Интерпретация: +54- +90 баллов – высокая лояльность; +18- +54 – средняя; -18 – +18 – низкая; -19 – -90 – совершенно нелоялен.

Тестирование занимает 10 минут.

Методика полезна для психологического сопровождения профессиональной деятельности.

4.7.9 ОЦЕНКА УВЕРЕННОСТИ В СЕБЕ

Методика позволяет оценить степень уверенности в себе. Испытуемый указывает по 5-ти балльной шкале степень согласия с 30 утверждениями, описывающими различные типы поведения (5 — очень характерно для меня, описание очень верное. 4 — довольно характерно для меня — скорее да, чем нет. 3 — отчасти характерно, отчасти не характерно. 2 — довольно не характерно для меня — скорее нет, чем да. 1 — совсем не характерно для меня, описание не верно).

Оценка результатов и выводы:

К сумме баллов за следующую группу вопросов: 3, 6, 7, 8, 10; 18, 20, 21, 22, 25, 27, 28, 29, прибавляется число 72 и вычитается суммы баллов за следующие вопросы: 1, 2, 4, 5, 9, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 19, 23, 24, 26, 30. Количество набранных баллов - 0 – 24 – очень неуверен в себе; 25 – 48 – скорее неуверен, чем уверен; 49 – 72 – среднее значение уверенности; 73 – 96 – уверен в себе; 97 – 120 – излишне самоуверен.

Тестирование занимает 6 минут.

Методика полезна для решения задач профессионально-психологического отбора и психологического сопровождения профессиональной деятельности.

4.7.10 ОЦЕНКА ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ ЛИЧНОСТИ

Методика позволяет оценить силу воли и твердость характера.

Испытуемый выбирает наиболее подходящий ответ из нескольких альтернативных ответов на 20 вопросов.

Оценка результатов и выводы:

За каждый избранный ответ испытуемый получает 0,1,2 или 3 балла, баллы суммируются. Сумма баллов <14 – характер и воля слабые. Сумма баллов от 15 до 25 – характер и воля достаточно твердые, а поступки в основном реалистичные и взвешенные.

Сумма баллов от 26 до 38 – характер и его воля очень твердые, а поведение в большинстве случаев – достаточно ответственное. Сумма баллов > 38 – воля и характер близки к идеальным, но не исключено, что испытуемый оценил себя необъективно. Тестирование занимает 6 минут.

Методика полезна для решения задач профессионально-психологического отбора и психологического сопровождения профессиональной деятельности.

4.7.11 ОЦЕНКА НЕРВНО-ПСИХИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ

Пункты шкалы НПУ	Значение пунктов шкалы НПУ
1	> 32
2	29-32
3	23-28
4	18-22
5	14-17
6	11-13
7	9-10
8	7-8
9	6
10	<6

Методика позволяет оценить степень нервно-психической устойчивости испытуемого и вероятность его дезадаптации в стрессовой ситуации. Испытуемый отвечает утвердительно или отрицательно на 84 вопроса.

Оценка результатов и выводы:

Подсчитывается сумма баллов – правильных ответов, соответствующих "ключу". Нервно-психическая неустойчивость тем выше, чем больше получено баллов. Полученный балл надо соотнести с 10-балльной шкалой НПУ. Чем больше значение пункта условной шкалы, тем больше нервно-психическая устойчивость и меньше риск дезадаптации в стрессе. Чем ниже пункт, тем больше нервно-психическая неустойчивость в стрессе

Методика содержит шкалу для проверки искренности ответов. Если по данной шкале опрашиваемый набирает 5 и более баллов, результаты опроса недостоверны, ибо человек хочет казаться лучше, а не таким, какой он есть!

Тестирование занимает 20 минут.

Методика полезна для решения задач профессионально-психологического отбора и психологического сопровождения профессиональной деятельности. Используется в частности при отборе

сотрудников милиции.

4.7.12 ОЦЕНКА СТЕПЕНИ ГОТОВНОСТИ К РИСКУ

Методика позволяет оценить склонность испытуемого к рискованным действиям. Испытуемый отвечает на 25 вопросов по 5-ти балльной шкале (от -2 до +2 баллов) о степени своей готовности совершить рискованные действия.

Оценка результатов и выводы:

Подсчитывается сумма набранных баллов. Общая оценка теста дается по непрерывной шкале как отклонение от среднего значения. Положительные ответы, свидетельствуют о склонности к риску. Результаты могут варьировать от -50 до +50 баллов. < -30 баллов: испытуемый слишком осторожен; От -10 до +10 баллов: средние значения; > +20 баллов: склонен к риску. Высокая готовность к риску сопровождается низкой мотивацией к избеганию неудач (защитой). У руководителей предприятий и офицеров готовность к риску выше средних значений. С возрастом готовность к риску падает. У более опытных работников готовность к риску ниже, чем у неопытных работников.

Тестирование занимает 6 минут.

Методика полезна для решения задач профессионально-психологического отбора и психологического сопровождения профессиональной деятельности.

4.7.13 ОЦЕНКА УРОВНЯ РАЗВИТИЯ АДАПТАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ

Методика позволяет оценить адаптационные возможности индивида и определить категорию его профессиональной пригодности по показателю личностного потенциала социально-психологической адаптации.

Испытуемый отвечает утвердительно или отрицательно на 165 вопросов касающиеся собственного самочувствия, поведения, характера.

Оценка результатов и выводы:

Набранные баллы суммируются, «сырые» оценки переводятся в баллы по 10-ти балльной шкале. При этом выявляются 3 группы адаптационных способ-

ностей (1 – группа хороших адаптационных способностей; 2 – группа удовлетворительной адаптации; 3 – группа сниженной адаптации) и 4 категории профессиональной пригодности (1-я категория – наиболее высокий уровень профессиональной пригодности, 4-я категория – наиболее низкий уровень профессиональной пригодности). Кроме того, по показателям «Личностный потенциал социально-психологической адаптации», «Поведенческая регуляция», «Коммуникативный потенциал», «Моральная нормативность» представлены оценки по 3-х балльной шкале (низкий, средний, высокий уровень). Шкала достоверности оценивает степень объективности ответов. Если общее количество баллов по этой шкале больше 10, то полученные результаты следует считать необъективными. Тестирование занимает 30 минут.

Методика полезна для решения задач профессионально-психологического отбора и психологического сопровождения профессиональной деятельности.

4.8 ОБРАБОТКА И АНАЛИЗ ДАННЫХ

4.8.1 СОРТ (СТАТИСТИЧЕСКАЯ ОБРАБОТКА РЕЗУЛЬТАТОВ ТЕСТИРОВАНИЯ)

Пакет предназначен для статистического анализа результатов психологического тестирования. Программа позволяет быстро и безошибочно вычислять все необходимые для корректной работы практического психолога статистические показатели:

- Объем данных.
- Средняя арифметическая.
- Среднее квадратическое отклонение.
- Средняя ошибка.
- Оценка достоверности разницы между средними арифметическими.
- Коэффициент корреляции показателей.

Объем данных (n) характеризует число единиц анализируемых значений в выборке. Средняя арифметическая (\bar{x}) является обобщенной величиной, отражающей особенности результатов измерений.

$$\bar{x} = \frac{\sum x_i}{n}$$

Среднее квадратическое отклонение (σ) – показатель, характеризующий вариацию значений в выборке:

$$\sigma = \sqrt{\frac{\sum (x_i - \bar{x})^2}{n - 1}}$$

Средняя ошибка (s_x) представляет собой среднюю величину расхождения между средними значениями результатов измерений в выборке и генеральной совокупностью.

$$Sx = \frac{\sigma}{\sqrt{n}}$$

Оценка достоверности разницы между средними арифметическими двух выборочных совокупностей (t) позволяет определить, случайна она, то есть в пределах ошибки выборочности или достоверна, то есть удовлетворяет требуемому уровню значимости.

Эмпирическое значение сравнивается с табличными значениями t при разных уровнях значимости, на основании чего определяется достоверность различий.

$$t = \frac{d}{S_d}, \text{ где } d = x_{2cp.} - x_{1cp.}; S_d = \sqrt{\frac{s^2}{x_1} + \frac{s^2}{x_2}}$$

Коэффициент корреляции (r) характеризует взаимозависимость показателей и может изменяться от -1 до +1. Значение $r=0$ указывает на возможное отсутствие зависимости, значение 1 свидетельствует о согласованности показателей. Смысл корреляции заключается в сопряженности вариации признаков. Так как r всегда вычисляется на основе ограниченной совокупности, необходима оценка достоверности r . Она производится путем сопоставления полученного r с табличными значениями при разных уровнях значимости и разном числе степеней свободы.

Пакет «СОПТ» позволяет автоматически формировать выборку данных из профилей пользователей, и осуществлять ручной ввод результатов тестирования. Подробное описание работы пакета приведено в соответствующем разделе Руководства пользователя.