

Министерство образования Республики Беларусь

Учреждение образования

«Белорусский государственный педагогический университет
имени Максима Танка»

ЭФФЕКТИВНОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ КУРАТОРА И СТУДЕНТОВ

Методические рекомендации

Минск 2007

УДК 378.18(075.8)
ББК 74.58я73
Э949

Печатается по решению редакционно-издательского совета БГПУ,
рекомендовано секцией психологических наук
(протокол № 2 от 04.04.07)

Авторы-составители:

кандидаты психологических наук, доценты кафедры психологии
БГПУ А. М. Гадилія, С. А. Месникович

Рецензенты:

доктор психологических наук, профессор кафедры психологии
БГПУ Ю. А. Коломейцев;
кандидат психологических наук, заведующий кафедрой психологии
ЧУО «БІП – Беларускі інстытут прававедання» Н. К. Плавнік

Эффективное взаимодействие куратора и студентов : метод. рек. /
Э949 авт.-сост. А. М. Гадилія, С. А. Месникович. – Минск : БГПУ, 2007. – 68 с.
ISBN 978-985-501-382-3.

В пособии рассматриваются основные психологические проблемы взаимодействия куратора и студентов. Представлены темы, включающие в себя методические руководства по проведению внеаудиторной работы куратора с обучающимися вуза на основе современных психологических концепций, наиболее мобильные методики социально-психологической диагностики.

Адресуется кураторам БГПУ, может быть использовано преподавателями высших и средних учебных заведений, аспирантами.

УДК 378.18(075.8)
ББК 74.58я73

© Гадилія А. М., Месникович С. А.,
авт.-сост., 2007
© БГПУ, 2007

ISBN 978-985-501-382-3

Предисловие

Личность студента представляет собой социальную сущность молодого человека, готовящегося к высококвалифицированному выполнению функций специалиста той или иной области трудовой деятельности. Студенчество входит в особую социальную группу, пополняющую ряды интеллигенции. Ведущая деятельность студента – учебно-профессиональная, предполагающая развитие интеллекта, нравственное, физическое и духовное становление.

Вместе с тем недостаток жизненного опыта молодых людей затрудняет решение многих вопросов вузовской учебы. В настоящее время до 80% первокурсников – лица моложе 20 лет. Проведенные в высшей школе исследования свидетельствуют о том, что развитие личности студента на различных курсах характеризуется некоторыми психологическими особенностями. Необходимо отметить, что имеет место неравномерность психического развития, проявляющаяся в том, что отдельные психические процессы и качества, хотя они и являются взаимосвязанными, у студентов развиваются разными темпами.

Особое внимание педагогов в этой связи должно быть направлено на квалифицированную помощь и поддержку обучающихся первого-второго курсов, поскольку на младших курсах происходит адаптация к учебному процессу в вузе. Адаптация студентов – сложное явление, имеющее различные направления: адаптация к новой культурной среде (город, вуз, общежитие), адаптация к новому коллективу; адаптация к новому виду деятельности и т. д.

К основным причинам трудности адаптации студентов относят:

- резкую смену содержания, объема и характера учебного материала, методов обучения, отсутствие навыков самостоятельной работы;
- острые переживания по поводу недостаточной подготовленности к обучению в вузе, ощущение недостатка способностей к учебе;
- сосредоточенность на своих проблемах и недостатках (волевых, интеллектуальных и нравственных) перед возросшими требованиями вуза либо, наоборот, отказ их признания;
- разлука с семьей и близкими людьми, отсутствие привычного круга общения;
- тревожность и сомнения в правильности выбора вуза и специальности, отсутствие мотивов учения;

- неудовлетворительный контакт с некоторыми преподавателями (в основном по «тяжелым» предметам).

У первокурсников, вчерашних выпускников средних учебных заведений, появляются новые личностные черты и свойства характера: повышенное чувство собственного достоинства («Я – студент, а не школьник»), многообразие интересов к различным отраслям знаний; изменения в отношениях с представителями противоположного пола, относительно большая личная свобода и независимость от родителей.

Указанные обстоятельства актуализируют проблему оптимального вхождения студентов в жизнь вуза. Важная роль в создании условий для решения этой проблемы отводится куратору. Куратор призван помочь выбрать студенту свой путь обучения в вузе, способствовать адаптации обучающихся младших курсов к учебно-воспитательному процессу. Нередко он становится единственным человеком, к которому студент обращается за помощью и за советом по различным проблемам. Через кураторов студент постигает сущность факультета, на котором он учится, особенности вуза и вузовского образования в целом.

Вместе с тем кураторы испытывают определенные затруднения в психологическом сопровождении воспитания студентов. Неоправданно малое количество методических разработок направлено на оказание помощи кураторам в их деятельности. Настоящее издание призвано восполнить этот пробел. Пособие содержит психологический инструментарий, который позволит кураторам оптимизировать процесс взаимодействия со студентами. Составители сделали попытку дать максимально доступное и практико-ориентированное изложение диагностических методик, не упрощая и не деформируя содержание тестов. Подбор материала и способ его подачи благоприятствуют возможности применения методик на практике кураторами, не имеющими базового психологического образования. Одна из дидактических особенностей практикума состоит в том, что для углубленного рассмотрения каждой темы он ориентирует педагогов на использование современной психологической литературы.

В *главе 1* содержатся психологические методики, направленные на изучение куратором личностных особенностей студентов и особенностей группы, а также тесты, позволяющие обучающимся осуществить самодиагностику личностных свойств и качеств, затратив при этом небольшое количество времени. Результаты диагностики позволят эффективнее организовать процесс воспитания и самовоспитания студентов. В главу также включены методики, которые способствуют самопознанию самих кураторов.

Задания и психологические рекомендации, помещенные в *главе 2*, могут быть использованы как дидактический материал для проведения кураторских часов, направленных на повышение личностной и профессиональной психологической культуры студентов. Содержание данной главы – отправная точка для проведения бесед и дискуссий в процессе внеаудиторной работы со студентами.

Глава 3 посвящена профилактике «синдрома эмоционального сгорания» у кураторов, поскольку деятельность кураторов сопряжена со стрессами и большими психологическими нагрузками. В *приложении* приводится тематика проведения кураторских часов.

Глава 1. Диагностика личности студента и особенностей взаимодействия в студенческой группе

Для изучения личностных особенностей студентов и специфики взаимодействия в группе предлагаются следующие психологические методики.

Методика «Учебные интересы»

Цель – установление характера и особенностей учебных интересов и склонностей студентов.

Порядок проведения

Студентам предлагается ответить на следующие вопросы:

1. Что больше всего вас привлекает в вузе? (Отметьте подходящий вариант.)
Варианты ответов:
а) общение с товарищами;
б) получение отметок на практических занятиях;
в) общественная работа;
г) узнавание нового;
д) сам процесс учения;
е) самостоятельная работа;
ж) другое (укажите, что именно).
2. Какой учебный предмет вам кажется наиболее трудным? (Назовите его и, если можно, объясните, в чем именно заключается трудность.)
3. Какой учебный предмет вам кажется наиболее интересным? (Назовите его и укажите, в чем именно состоит ваш интерес к этому предмету, что больше всего вас интересует в нем.)
4. Какой из учебных предметов вы считаете самым полезным для своей профессиональной деятельности после окончания вуза? (Назовите его и укажите, почему именно этот предмет вам наиболее полезен.)
5. Какие учебные предметы, по вашему мнению, можно было бы не изучать и почему?
6. Какие учебные предметы надо было бы, по вашему мнению, включить в обучение и почему?

Обработка полученных данных

Контент-анализ содержания ответов позволяет установить характер учебно-познавательных мотивов студента, наличие у него определенных склонностей.

Опросник «Внеучебные интересы»

Цель – определение внеучебных интересов.

1. В свободное от учебных занятий время я предпочитаю:

- а) общение с друзьями;
- б) участие в общественных мероприятиях;
- в) посещение спортивных секций;
- г) посещение кружков и факультативов;
- д) чтение художественной литературы;
- е) свободное времяпровождение;
- ж) другое (укажите).

2. При выборе направления внеаудиторных занятий я выбрал бы такое, которое связано:

- а) со спортом;
- б) с научной деятельностью;
- в) с художественной самодеятельностью;
- г) с походами и поездками;
- д) с организацией поисков, раскопок;
- е) с оказанием помощи другим людям;
- ж) с организацией мероприятий для детей;
- з) другое (укажите).

3. Какие кружки, факультативы и спортивные секции вам нравилось посещать в школьные годы:

- а) танцевальные;
- б) театральные;
- г) музыкальные;
- д) спортивные;
- е) предметные (укажите название школьного предмета);
- д) технические;
- е) психологические;
- ж) другие (укажите какие).

4. Если бы у вас была возможность составлять расписание на неделю на вашем курсе и включать в него предметы, которые не изучаются в вузе, какой предмет вы бы включили в расписание? Почему?

5. Когда я стану педагогом, то во внеклассной работе с детьми буду в первую очередь уделять большое внимание:

- а) спортивной подготовке учеников;
- б) участию школьников в художественной самодеятельности;

- в) организации вечеров и дискотек для учеников;
- г) организации «клуба знатоков» для школьников;
- д) организации поездок, экскурсий;
- е) организации КВН;
- ж) оказанию помощи нуждающимся людям (старикам, инвалидам и т. д.);
- з) организации олимпиад и кружков по преподаваемому мной предмету;
- и) организации технических кружков;
- к) другое (укажите).

Методика «Закончи предложение»

Цель – выявление отношения к нравственным нормам, определяющим некоторые нравственные качества личности (самокритичность, коллективизм, самостоятельность, справедливость, честность).

Порядок проведения

Студентам в довольно быстром темпе (чтобы они были вынуждены сразу дать наиболее привычный для них ответ) предлагается закончить предложения, содержащие рассуждения на темы морали.

1. Если я знаю, что поступил неправильно, то ...
2. Когда я затрудняюсь сам принять правильное решение, то ...
3. Выбирая между интересным, но необязательным, и необходимым, но скучным занятием, я обычно ...
5. Когда в моем присутствии обижают человека, я ...
6. Когда ложь становится единственным средством хорошего отношения ко мне, я ...

Обработка полученных данных

Контент-анализ содержания ответов позволяет определить отношение студентов к нравственным нормам.

Экспресс-диагностика уровня самооценки

Инструкция

Отвечая на вопросы, указывайте, как часто для вас перечисленные ниже состояния по такой шкале:

Очень часто – 4 балла.

Часто – 3 балла.

Иногда – 2 балла.

Редко – 1 балл.

Никогда – 0 баллов.

Опросник

1. Я часто волнуюсь понапрасну.
2. Мне хочется, чтобы мои друзья подбадривали меня.

3. Я боюсь выглядеть глупцом.
4. Я беспокоюсь за свое будущее.
5. Внешний вид других куда лучше, чем мой.
6. Как жаль, что многие не понимают меня.
7. Чувствую, что не умею как следует разговаривать с людьми.
8. Люди ждут от меня очень многого.
9. Чувствую себя скованным.
10. Мне кажется, что со мной должна случиться какая-нибудь неприятность.
11. Меня волнует мысль о том, как люди относятся ко мне.
12. Я чувствую, что люди говорят обо мне за моей спиной.
13. Я не чувствую себя в безопасности.
14. Мне не с кем поделиться своими мыслями.
15. Люди не особенно интересуются моими достижениями.

Обработка и интерпретация результатов

Чтобы определить уровень своей самооценки, нужно сложить все баллы по утверждениям. А теперь подсчитайте, каков общий суммарный балл.

Уровни самооценки:

10 баллов и менее – завышенный уровень.

11–29 баллов – средний, нормативный уровень реалистической оценки своих возможностей.

Более – заниженный уровень.

Диагностика волевого потенциала личности

Инструкция

Прочитайте приведенные вопросы и постарайтесь ответить на них с максимальной объективностью. В случае согласия с содержанием вопроса ставьте «да»; сомнения, неуверенности – «не знаю» (или «бывает», «случается»); несогласия – «нет».

Опросник

1. В состоянии ли вы завершить начатую работу, которая вам неинтересна, независимо от того, позволяют ли время и обстоятельства оторваться и потом снова вернуться к ней?
2. Преодолеете ли вы без особых усилий внутреннее сопротивление, когда нужно сделать что-то неприятное (например, пойти на дежурство в выходной день)?
3. Когда попадаете в конфликтную ситуацию (на учебе или в быту), в состоянии ли вы взять себя в руки настолько, чтобы взглянуть на ситуацию со стороны, с максимальной объективностью?
4. Если вам прописана диета, сможете ли вы преодолеть все кулинарные соблазны?

5. Пойдете ли вы силы встать утром раньше обычного, как было запланировано вечером?
6. Останетесь ли вы на месте происшествия, чтобы дать свидетельские показания?
7. Быстро ли вы отвечаете на письма?
8. Если у вас вызывает страх предстоящий полет на самолете или посещение стоматолога, сумеете ли вы без особого труда преодолеть это чувство и в последний момент не изменить своего намерения?
9. Будете ли вы принимать очень неприятное лекарство, которое вас настойчиво рекомендуют врачи?
10. Сдержите ли вы данное сгоряча обещание, даже если выполнение его принесет вам немало хлопот, иными словами, являетесь ли вы человеком слова?
11. Без колебаний ли вы отправляетесь в путешествие (деловую поездку) в незнакомый город?
12. Строго ли вы придерживаетесь распорядка дня: времени пробуждения, приема пищи, занятий, уборки и прочих дел?
13. Относитесь ли вы неодобрительно к библиотечным задолженникам?
14. Отвлечет ли вас очень интересная телепередача от выполнения срочной работы?
15. Сможете ли вы прервать ссору и замолчать, какими бы обидными ни казались вам слова противной стороны?

Обработка результатов

Ответ «да» оценивается в 2 балла; «не знаю» – 1 балл; «нет» – 0; затем суммируются полученные баллы. Если вы набрали:

1–12 баллов – с силой воли дела обстоят у вас неважно. Вы просто делаете то, что легче и интереснее, даже если это может повредить вам. К обязанностям нередко относитесь спустя рукава, что бывает причиной неприятностей для вас. Ваша позиция выражается примерно так: «Что мне, больше всех нужно?». Любую просьбу, любую обязанность вы воспринимаете чуть ли не как физическую боль. Дело тут не только в слабой воле, но и в эгоизме. Постарайтесь взглянуть на себя именно с учетом этой оценки, может быть, это поможет вам изменить свое отношение к окружающим и кое-что переделать в своем характере. Если удастся – от этого вы только выиграете.

13–21 балл – сила воли у вас средняя. Если столкнетесь с препятствием, то начнете действовать, чтобы преодолеть его. Но если увидите обходной путь, тут же воспользуетесь им. Не переусердствуете, но данное вами слово сдержите. Неприятную работу постараетесь выполнить, хотя и поворчите. По доброй воле лишние обязанности на себя не возьмете. Это иногда отрицательно сказывается на отношении к вам руководителей, не с лучшей стороны харак-

теризует и в глазах окружающих. Если хотите достичь в жизни большего – тренируйте волю.

22–30 баллов – с силой воли у вас все в порядке. На вас можно положиться – вы не подведете. Вас не страшат ни новые поручения, ни дальние поездки, ни те дела, которые иных путают. Но иногда ваша твердая и непримиримая позиция по непринципиальным вопросам досаждают окружающим. Сила воли – это хорошо, но необходимо обладать еще и такими качествами, как гибкость, снисходительность, доброта.

Экспресс-диагностика организаторских способностей

Цель – изучение организаторских способностей и выявление уровня владения ими.

Инструкция

Перед вами 20 вопросов, требующих однозначного ответа «да» или «нет». В бланке ответов необходимо рядом с номером вопроса проставить соответствующий для вас ответ.

Опросник

1. Вам часто удастся склонить своих друзей или коллег в пользу своего мнения?
2. Вы часто попадете в такие ситуации, когда затрудняетесь, как поступить?
3. Доставляет ли вам удовольствие общественная работа?
4. Вы обычно легко отступаете от своих планов и намерений?
5. Вы любите придумывать или организовывать с окружающими игры, соревнования, развлечения?
6. Вы часто откладываете на завтра то, что можно сделать сегодня?
7. Вы обычно стремитесь к тому, чтобы окружающие поступали в соответствии с вашими мнениями или советами?
8. Это верно, что у вас редко бывают конфликты с друзьями, если они нарушают свои обязательства?
9. Вы часто в своем окружении берете на себя инициативу при принятии решения?
10. Это верно, что новая обстановка или новые обстоятельства вас могут выбить на первых порах из привычной колеи?
11. У вас, как правило, возникает чувство досады, когда что-либо из задуманного не получается?
12. Вас раздражает, когда приходится выступать в роли посредника или советчика?
13. Вы обычно активны на собраниях?
14. Это верно, что вы стараетесь избегать ситуации, когда нужно доказывать свою правоту?

15. Вас раздражают поручения и просьбы?
16. Это верно, что вы стараетесь, как правило, уступать друзьям?
17. Вы обычно охотно берете на себя участие в организации праздников, торжеств?
18. Вас выводит из себя, когда опаздывают?
19. К вам часто обращаются за советом или помощью?
20. У вас в основном получается жить по принципу: дал слово – держи?

Обработка и интерпретация результатов

Анализ результатов начинается с сопоставления полученных ответов с нижеприведенным ключом.

Ключ

«Да»: 1, 3, 5, 7, 9, 11, 13, 17, 18, 19, 20.

«Нет»: 2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 15, 16.

Затем необходимо подсчитать сумму совпадений с ключом. Коэффициент организаторских способностей равен дробь, где числитель – сумма совпадений с ключом, умноженная на 100%, а знаменатель – 20.

Уровни самооценки:

- До 40% – уровень организаторских способностей низкий.
- 40–70% – средний.
- Свыше 70% – высокий.

Диагностика мотивации успеха и боязни неудачи

Инструкция

Отвечая на нижеприведенные вопросы, необходимо ответить «да» или «нет». Если вы затрудняетесь с ответом, то вспомните, что «да» подразумевает как явное «да», то есть «скорее да, чем нет». То же относится и к ответу «нет». Отвечать на вопросы следует достаточно быстро, подолгу не задумываясь. Ответ, первым пришедший в голову, как правило, и является наиболее точным.

Опросник

1. Включаясь в работу, надеюсь на успех.
2. В деятельности активен.
3. Склонен к проявлению инициативы.
4. При выполнении ответственных заданий стараюсь по возможности найти причины отказа от них.
5. Часто выбираю крайности: либо легкие задания, либо нереально трудные.
6. При встрече с препятствиями, как правило, не отступаю, а ищу способы их преодоления.
7. При чередовании успехов и неудач склонен к переоценке своих успехов.

8. Продуктивность деятельности в основном зависит от моей целеустремленности, а не от внешнего контроля.
9. При выполнении достаточно трудных заданий в условиях ограниченного времени результативность моей деятельности ухудшается.
10. Я склонен проявлять настойчивость в достижении цели.
11. Я склонен планировать мое будущее на достаточно отдаленную перспективу.
12. Если рискую, то с умом, а не беспечно.
13. Я не очень настойчив в достижении цели, особенно если отсутствует внешний контроль.
14. Предпочитаю ставить перед собой средние по трудности или слегка завышенные, но достижимые цели.
15. В случае неудачи при выполнении задания его притягательность для меня снижается.
16. При чередовании успехов и неудач я больше склонен к переоценке своих неудач.
17. Предпочитаю планировать свое будущее лишь на ближайшее время.
18. При работе в условиях ограниченного времени результативность деятельности у меня улучшается, даже если задание достаточно трудное.
19. В случае неудачи я, как правило, не отказываюсь от поставленной цели.
20. Если я сам выбрал для себя задание, то в случае неудачи его притягательность только возрастает.

Ключ

1 балл получают ответы «да» на вопросы 1–3, 6, 10–12, 14, 16, 18–20; ответы «нет» на вопросы 4–5, 7, 9, 13, 15, 17. Подсчитывается общее количество баллов. Если испытуемый набирает от 1 до 7 баллов, то диагностируется мотивация на неудачу (боязнь неудачи). Если он набирает от 14 до 20 баллов, то диагностируется мотивация на успех (надежда на успех). Если количество набранных баллов находится в пределах от 8 до 13, то следует считать, что мотивационный полюс не выражен. При этом 8–9 баллов – ближе к боязни неудачи, а 12–13 – к мотивации успеха.

Анкета «Познавательные и образовательные потребности»

Цель – изучение познавательных и образовательных потребностей школьников в различных областях, степени и источников их удовлетворения.

Инструкция

Укажите, в какой степени и в каких областях удовлетворены ваши познавательные и образовательные потребности.

Для этого в бланке для ответов около каждой области поставьте одну из следующих цифр.

- 1 – совершенно не удовлетворены. 2 – удовлетворены в малой степени.
3 – удовлетворены наполовину. 4 – в большей степени удовлетворены.
5 – полностью удовлетворены.

1. В области техники через источники:

- а) кино, телевидение, радио;
- б) газеты, журналы;
- в) интернет (электронная почта и т. д.);
- г) научную, научно-популярную, художественную литературу;
- д) общение со знакомыми, друзьями;
- е) центры, выставки, различные службы вне школы (укажите);
- ж) школьные предметы;
- з) родители, семья;
- и) клубы, кружки, секции в школе;
- к) прочие (назовите).

2. В области человекознания, здоровья, воспитания, развития (медицинские, психологические, этические, педагогические проблемы человека) через источники:

- а) кино, телевидение;
- б) газеты, журналы;
- в) интернет (электронная почта и т. д.);
- г) научную, научно-популярную, художественную литературу;
- д) общение со знакомыми, друзьями;
- е) центры, выставки, различные службы вне школы (укажите);
- ж) школьные предметы;
- з) родители, семья;
- и) клубы, кружки, секции в школе;
- к) прочие (назовите).

3. В области литературы и искусства (живопись, музыка и т. д.) через источники:

- а) кино, телевидение;
- б) радио;
- в) газеты, журналы;
- г) интернет (электронная почта и т. д.);
- д) научную, научно-популярную, художественную литературу;
- е) общение со знакомыми, друзьями;
- ж) центры, выставки, различные службы вне школы (укажите);
- з) школьные предметы;
- и) родители, семья;
- к) клубы, кружки, секции в школе;
- л) прочие (назовите).

4. В области естествознания (биология, химия, физика и т. д.) через источники:

- а) кино, телевидение;
- б) радио;
- в) газеты, журналы;
- г) интернет (электронная почта и т. д.);
- д) научную, научно-популярную, художественную литературу;
- е) общение со знакомыми, друзьями;
- ж) центры, выставки, различные службы вне школы (укажите);
- з) школьные предметы;
- и) родители, семья;
- к) клубы, кружки, секции в школе;
- л) прочие (назовите).

5. В области политики, экономики через источники:

- а) кино, телевидение;
- б) радио;
- в) газеты, журналы;
- г) интернет (электронная почта и т. д.);
- д) научную, научно-популярную, художественную литературу;
- е) общение со знакомыми, друзьями;
- ж) центры, выставки, различные службы вне школы (укажите);
- з) школьные предметы;
- и) родители, семья;
- к) клубы, кружки, секции в школе;
- л) прочие (назовите).

6. В области спорта, физкультуры через источники:

- а) кино, телевидение;
- б) радио;
- в) газеты, журналы;
- г) интернет (электронная почта и т. д.);
- д) научную, научно-популярную, художественную литературу;
- е) общение со знакомыми, друзьями;
- ж) центры, выставки, различные службы вне вуза (укажите);
- з) вузовские предметы;
- и) родители, семья;
- к) клубы, кружки, секции в вузе;
- л) прочие (назовите).

Анкета изучения восприятия индивидом группы

Из предложенных трех вариантов ответов выберите тот, который отражает вашу точку зрения.

1. Лучшими партнерами по группе я считаю тех, кто:

- А. Знает больше, чем я.
- Б. Все вопросы стремится решать сообща.
- В. Не отвлекает внимание преподавателя.

2. Лучшими преподавателями являются те, которые:

- А. Имеют индивидуальный подход.
- Б. Создают условия для помощи со стороны других.
- В. Создают в коллективе атмосферу, в которой никто не боится высказываться.

3. Я рад, когда мои друзья:

- А. Знают больше, чем я, и могут мне помочь.
- Б. Умеют самостоятельно, не мешая другим, добиваться успехов.
- В. Помогают другим, когда представится случай.

4. Больше всего мне нравится, когда в группе:

- А. Некому помогать.
- Б. Мне не мешают при выполнении задания.
- В. Остальные слабее подготовлены, чем я.

5. Мне кажется, что я способен на максимальное, когда:

- А. Я могу получить помощь и поддержку со стороны других.
- Б. Мои усилия вознаграждаются.
- В. Есть возможность проявить инициативу, полезную для всех.

6. Мне нравятся коллективы, в которых:

- А. Каждый готов помочь другому студенту.
- Б. Каждый занят своим делом и не мешает другим.
- В. Каждый может использовать других для решения задач.

7. Студенты оценивают как самых плохих таких преподавателей, которые:

- А. Создают дух соперничества между студентами.
- Б. Не уделяют студентам достаточного внимания.
- В. Не создают условия для помощи группы.

8. Больше всего удовлетворения в жизни дает:

- А. Возможность работы, когда тебе никто не мешает.
- Б. Возможность получения новой информации от других.
- В. Возможность сделать полезное другим людям.

9. Основная роль педагога должна заключаться:

- А. В воспитании людей с развитым чувством долга.
- Б. В подготовке приспособленных к самостоятельной жизни людей.
- В. В подготовке людей, умеющих извлекать помощь из общения с другими.

10. Если перед группой стоит какая-то проблема, то я:

- А. Предпочитаю, чтобы другие решали эту проблему.
- Б. Предпочитаю работать самостоятельно, не опираясь на помощь других.
- В. Стремлюсь внести свой вклад в решение проблемы.

11. Лучше всего я бы учился, если бы преподаватель:

- А. Имел ко мне индивидуальный подход.
- Б. Создавал условия для получения помощи мной со стороны других.
- В. Поощрял инициативу студентов, направленную на достижение общего успеха.

12. Нет ничего хуже того случая, когда:

- А. Ты не в состоянии добиться самостоятельно успеха.
- Б. Чувствуешь себя не нужным в группе.
- В. Тебе не помогают окружающие.

13. Больше всего я ценю:

- А. Личный успех, в котором есть доля заслуги моих друзей.
- Б. Общий успех, в котором есть и моя заслуга.
- В. Успех, достигнутый ценой собственных усилий.

14. Я хотел бы:

- А. Работать в коллективе, в котором применяются основные приемы и методы совместной работы.
- Б. Работать индивидуально с преподавателем.
- В. Работать с компетентными в этой области людьми.

Ключ

Индивидуалистическое	Коллективистское	Прагматическое
1 В	1 Б	1 А
2 А	2 В	2 Б
3 Б	3 В	3 А
4 Б	4 А	4 В
5 Б	5 В	5 А
6 Б	6 А	6 В
7 Б	7 А	7 В
8 А	8 В	8 Б
9 Б	9 А	9 В
10 Б	10 В	10 А
11 А	11 В	11 Б
12 А	12 Б	12 В
13 В	13 Б	13 А
14 Б	14 А	14 В

Обработка результатов

Каждый ответ соответствует одному баллу, баллы суммируются по каждому типу и выводится формула доминантного типа восприятия:

$пИ + пП + пК$, где $п$ количество баллов по каждому типу восприятия.

И – индивидуалистическое, К – коллективистическое, П – прагматическое.

Диагностика коммуникативного контроля (М. Шнайдер)

Цель – изучение уровня коммуникативного контроля.

Согласно М. Шнайдеру, люди с высоким коммуникативным контролем постоянно следят за собой, хорошо осведомлены, где и как себя вести. Управляют своими эмоциональными проявлениями. Вместе с тем они испытывают значительные трудности в спонтанности самовыражения, они не любят не прогнозируемых ситуаций. Люди с низким коммуникативным контролем непосредственны и открыты, но могут восприниматься окружающими как излишне прямолинейные и навязчивые.

Инструкция

Внимательно прочитайте 10 высказываний, отражающих реакции на некоторые ситуации общения. Каждое из них оцените как верное (в) или неверное (н) применительно к себе, поставив рядом с каждым пунктом соответствующую букву.

Опросник

1. Мне трудно подражать другим людям.
2. Я смог бы овалить дурака, чтобы привлечь внимание окружающих.
3. Из меня мог бы выйти неплохой актер.
4. Другим людям иногда кажется, что мои переживания более глубоки, чем это есть на самом деле.
5. В компании я редко оказываюсь в центре внимания.
6. В различных ситуациях в общении с другими людьми я часто веду себя по-разному.
7. Я могу отстаивать только то, в чем искренне убежден.
8. Чтобы преуспеть в делах и в отношениях с людьми, я часто бываю именно таким, каким меня ожидают видеть.
9. Я могу быть дружелюбным с людьми, которых не выношу.
10. Я не всегда такой, каким кажусь.

Обработка и интерпретация

По 1 баллу начисляется на ответ «н» на вопросы 1, 5, 7 и за ответ «в» на все остальные вопросы. Подсчитывается сумма баллов.

0–3 балла – низкий коммуникативный контроль; высокая импульсивность в общении, открытость, раскованность, поведение мало подвержено измене-

ниям в зависимости от ситуации общения и не всегда соотносится с поведением других людей.

4–6 баллов – средний коммуникативный контроль; в общении непосредственен, искренне относится к другим, но сдержан в эмоциональных проявлениях, соотносит свои реакции с поведением окружающих людей.

7–10 баллов – высокий коммуникативный контроль; постоянно следит за собой, управляет выражением своих эмоций.

Методика «Социометрия»

В основе лежит метод, разработанный Дж. Морено. В настоящее время имеет много модификаций.

Цель – диагностика эмоциональных связей, то есть взаимных симпатий между членами группы.

Задачи:

- а) измерение степени сплоченности-разобщенности в группе;
- б) выявление соотносительного авторитета членов групп по признакам симпатии и антипатии; (лидеры, звезды, отвергнутые);
- в) обнаружение внутригрупповых сплоченных образований во главе с неформальными лидерами.

Методика позволяет сделать моментальный срез с динамики внутригрупповых отношений с тем, чтобы впоследствии использовать полученные результаты для переструктурирования групп, повышения их сплоченности и эффективности деятельности.

Подготовка исследования

Обследованию может подвергнуться группа лиц любого возраста, начиная от дошкольного, имеющая некоторый опыт взаимодействия и общения. В зависимости от задач, которые призвано решить исследование, и от особенностей (возрастных и профессиональных) изучаемых групп, формируются критерии социометрического выбора. Критерий – это вид деятельности, для выполнения которой индивиду нужно выбрать или отвергнуть одного или нескольких членов группы. Он формулируется в виде определенного вопроса социометрического теста. По содержанию критерии могут быть формальными и неформальными. С помощью формальных критериев измеряются отношения по поводу совместной деятельности, ради выполнения которой создана группа. Неформальные критерии служат для измерения эмоционально-личностных взаимоотношений, не связанных с совместной деятельностью (например, выбор товарища для досуга).

В зависимости от ориентации критерии делятся на позитивные («С кем бы Вы хотели работать?») и негативные («С кем бы Вы не хотели работать?»). После выбора и формулировки критериев составляется опросник, содержащий инструкцию и перечень критериев.

Порядок исследования

Перед началом опроса проводится инструктаж тестируемой группы (социометрическая разминка). В ходе его следует объяснить группе цель исследования, подчеркнуть важность его результатов для группы, показать, как нужно выполнять задания, гарантировать сохранение тайны ответов.

Примерный текст инструкции: «При формировании Вашей группы, естественно, не могли быть учтены Ваши пожелания, поскольку Вы были недостаточно знакомы друг с другом. Сейчас взаимоотношения в группе достаточно определились, и для Вас и для Ваших преподавателей выгодно учитывать ваши пожелания при организации деятельности вашего коллектива. Постарайтесь быть искренними в ответах. Исследователи гарантируют тайну индивидуальных ответов».

Необходимо постараться установить атмосферу доверия в отношениях с группой. Отсутствие доверия к экспериментатору, подозрения в том, что результаты опроса могут быть использованы во вред испытуемому, приводит к отказу выполнять задание в целом либо к отказу осуществить негативный выбор.

После этого приступаем непосредственно к опросу, в котором участвуют все члены группы. Респонденты должны записать фамилии членов группы, выбранных ими по тому или иному критерию, в опросный лист и указать свою фамилию. В процессе опроса необходимо следить за тем, чтобы опрашиваемые не общались между собой, постоянно подчеркивать и напоминать об обязательности ответов на все вопросы. Не следует торопиться, подгонять испытуемых с ответами. В то же время, если испытуемые не имеют списка членов группы, не нужно препятствовать визуальным контактам. Фамилии отсутствующих желательно написать на доске.

Возможны три основных способа выбора:

- а) количество выборов ограничивается (3–5);
- б) разрешается полная свобода выбора (каждый может записать столько решений, сколько пожелает);
- в) испытуемый ранжирует всех членов группы в зависимости от предложенного критерия.

С точки зрения простоты и удобства обработки результатов предпочтительнее первый способ. С точки зрения надежности и достоверности полученных результатов – третий. Кроме того, методом ранжирования удастся снять опасение за отрицательный выбор.

В настоящем пособии приведен пример обследования группы при помощи первого способа выбора, то есть когда каждый респондент имеет право выбрать только трех человек. Вопросы в прямой форме составлены по позитивному критерию.

Бланк социометрического опроса

Ф.И.О. _____

Курс (группа) _____

Ответьте на поставленные вопросы, записав под каждым из них три фамилии членов вашей группы с учетом отсутствующих.

1. Если вашу группу будут расформировывать, с кем бы Вы хотели продолжить совместно учиться в новом коллективе?

А) _____

Б) _____

В) _____

2. Кого из группы Вы бы пригласили на свой день рождения?

А) _____

Б) _____

В) _____

3. С кем из своей группы Вы бы пошли в многодневный туристический поход?

А) _____

Б) _____

В) _____

Обработка и интерпретация результатов

Составление социоматрицы. Социоматрица – это таблица, в которую вносятся результаты опроса.

№	Ф.И.О.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1	Арбузов Р. М.											
2	Баранова И. И.											
3	Вольский М. М.											
4	...											
5	...											
6	...											
7	...											
8	...											
9	...											

Взаимные выборы обводятся кружком или полукругом (если взаимность не полная). Количество полученных выборов – социометрический статус группы, который сравнивается с теоретически возможным числом выборов: $(11 \times 9) = 99$.

Существует и такой социометрический параметр, как «индекс групповой сплоченности»:

С гр. = сумма взаимных выборов, деленная на общее число взаимных выборов в группе.

Показатель хорошей групповой сплоченности: 0,6–0,7. На основе социоматрицы возможно построение социограммы, которая делает возможным наглядное представление социометрии в виде схемы – «мишени».

Каждая окружность в социограмме имеет свое значение.

1. Внутренний круг – это так называемая «зона звезд», в которую попадают лидеры, набравшие максимальное количество выборов.
2. Второй круг – зона предпочитаемых, в которую входят лица, набравшие выборов в количестве ниже среднего показателя.
3. Третий круг – зона пренебрегаемых, в которую вошли лица, набравшие выборов в количестве ниже среднего показателя.
4. Четвертый круг – зона изолированных – это те, которые не получили ни одного очка.

Социограмма наглядно представляет наличие группировок в коллективе и взаимоотношения между ними (симпатии и антипатии).

Методика «Эстетические наклонности»

Цель – выявление художественных интересов (предпочтения) студентов.

Процедура проведения

Студентам предлагается ответить на следующие вопросы:

1. Какой вид искусства тебе больше нравится: театр, кино, художественная литература, изобразительное искусство, эстрадная или классическая музыка?
2. Какой рассказ, повесть, роман или стихотворение тебе нравится? Напиши название.
3. Какие художественные книги ты прочитал за последние две недели?
4. Какой кинофильм тебе нравится? Напиши название.
5. Какая скульптура или картина художника тебе нравится?
6. Сколько раз за последние 12 месяцев ты бывал на выставках картин художников или скульптуры?
7. Какое музыкальное произведение (симфония, песня, танцевальная мелодия, опера, оперетта, балет) тебе нравится?
8. Если знаешь, напиши фамилию любого композитора и какое-нибудь название его произведения.
9. Сколько раз за последние 12 месяцев ты бывал на оперных, балетных спектаклях и на концертах серьезной музыки?
10. Какой спектакль драматического театра тебе нравится?
11. Какие передачи по телевидению ты любишь больше всего?

Обработка результатов

Качественный анализ ответов студентов позволяет выявить их художественные предпочтения.

Методика

«Эмоциональная возбудимость – уравновешенность»

Методика разработана Б. Н. Смирновым.

Инструкция

Вам предлагается ответить на несколько вопросов. Отвечайте на каждый вопрос «да» («+») или «нет» («-»), ставя свой ответ рядом с номером вопроса. Отвечайте на все вопросы, ничего не пропуская.

Учащимся дается бланк ответов либо они его заготавливают сами, записывая числа от 1 до 15 тремя столбиками по 5 чисел в каждом.

Опросник

1. Часто ли вас терзает чувство вины?
2. Бывает ли, что вы передаете слухи?
3. Часто ли у вас бывают подъемы и спады настроения?
4. Бывает ли так, что вы не выполняете своих обещаний?
5. Часто ли чувствуете, что нуждаетесь в людях, которые вас понимают, могут ободрить и утешить?
6. Возникают ли у вас такие мысли, что вы не хотели бы, чтобы о них знали другие?
7. Вспыльчивы и легко ли вы ранимы намеками и шутками над вами?
8. Вы любите подшучивать над другими?
9. Вы принимаете все близко к сердцу?
10. Возникало ли у вас, хотя и временно, чувство раздражения к родителям?
11. Беспокоит ли вас чувство, что вы чем-то хуже других?
12. У вас есть привычки, от которых следовало бы избавиться?
13. Вас можно быстро рассердить?
14. Бывает ли, что вы говорите о вещах, в которых совсем не разбираетесь?
15. Часто ли вам снятся кошмары?

Обработка результатов

За ответ «да» по вопросу 15 начисляется 1 балл, по вопросам 3 и 5 – по 2 балла, по вопросам 1, 7, 9, 11, 13, 14 – по 3 балла. Подсчитывается общая сумма баллов.

Искренность определяется по ответам на вопросы 2, 4, 6, 8, 10, 12, 14. За ответ «да» по вопросам 6 и 8 начисляется 1 балл, по вопросам 2 и 4 – по 2 балла, по вопросам 10, 12, 14 – по 3 балла. Подсчитывается сумма баллов. Если опрашиваемый набирает в сумме 1–7 баллов, то искренность его ответов низкая, как низка надежность и диагностики эмоциональной возбудимости.

Интерпретация результатов

Эмоциональная возбудимость:

18–20 баллов – очень высокая;

- 14–17 баллов – высокая;
8–13 баллов – средняя;
4–7 баллов – низкая;
0–3 балла – очень низкая.

Методика «Шкала вспыльчивости»

Методика является фрагментом опросника «Личностная агрессивность и конфликтность» Е. П. Ильина и П. А. Ковалева и показывает уровень самооценки эмоциональной возбудимости.

Инструкция

Прочитайте предложенные Вам утверждения и дайте ответ: согласны ли вы с ними (поставьте знак «+») или нет (поставьте знак «-»).

Опросник

1. Я легко раздражаюсь, но быстро успокаиваюсь.
2. Если кто-нибудь выводит меня из себя, я не обращаю на это внимания.
3. Я гораздо более раздражителен, чем кажется.
4. Я всегда спокойно реагирую на критику, даже если она кажется мне несправедливой.
5. Меня охватывает ярость, когда надо мной насмеются.
6. У меня никогда не бывает вспышек гнева.
7. Меня возмущает, когда люди толкают меня на улице или в транспорте.
8. В конфликтной ситуации я веду себя спокойно.
9. Я не умею сдерживаться, когда меня незаслуженно упрекают.
10. Обычно меня трудно вывести из себя.

Обработка данных

За ответы «да» по пунктам 1, 3, 5, 7, 9 и за ответы «нет» по пунктам 2, 4, 6, 8, 10 начисляется по 1 баллу. Подсчитывается сумма набранных баллов. Если опрашиваемый набирает 8–10 баллов, то у него высокая эмоциональная возбудимость, если он набирает 4 балла и меньше, то у него низкая эмоциональная возбудимость. Баллы от 5 до 7 характеризуют средний уровень эмоциональной возбудимости.

Методика «Тревожность студентов»

Методика взята из книги «Эмоции и чувства» Е. П. Ильина. Она является модификацией опросника Ж. Тейлор.

Инструкция

Вам предлагается согласиться с рядом положений опросника или отвергнуть их, поставив рядом с соответствующим номером протокола знак «+» или «-».

Опросник

1. Мне с трудом удается сосредоточить внимание на лекции.
2. Отступление преподавателя от основной темы лекции сильно отвлекает меня.
3. Меня постоянно тревожат мысли о предстоящем зачете или экзамене.
4. Временами мне кажется, что мои знания по тому или иному предмету ничтожны.
5. Отчаявшись выполнить какое-либо задание, я обычно «опускаю руки».
6. Я не успеваю усваивать материал лекций, и это вызывает чувство неуверенности в себе.
7. Я очень болезненно реагирую на критические замечания преподавателя.
8. Неожиданный вопрос преподавателя приводит меня в замешательство.
9. Положение в нашей учебной группе сильно беспокоит меня.
10. Я безвольный человек, и это отражается на моей успеваемости.
11. Я с трудом сосредоточиваюсь на выполнении какого-либо задания, и это раздражает меня.
12. Несмотря на уверенность в своих знаниях, я испытываю страх перед зачетом и экзаменом.
13. Порой мне кажется, что я не смогу усвоить всего учебного материала, и меня пугает возможность «отсева».
14. Во время ответа на семинарах, зачетах, экзаменах меня смущает необходимость выступать перед аудиторией.
15. Возможность неудачи на сессии очень тревожит меня.
16. Во время выступления на семинарах или ответах на экзаменах я от волнения начинаю заикаться.
17. Моё настроение во многом зависит от успешного выполнения учебных заданий.
18. Я часто ссорюсь с товарищами по группе из-за пустяков и потом об этом жалею.
19. «Микроклимат» в группе очень влияет на моё настроение.
20. После горячего спора или ссоры я долго не могу успокоиться.
21. У меня редко бывают головные боли после длительной и напряженной умственной деятельности.
22. Меня ничто не может вывести из хорошего расположения духа.
23. Неудачи в учебе не очень волнуют меня.
24. Я не волнуюсь и не испытываю сильного сердцебиения перед экзаменом, если уверен в своих знаниях.
25. Я захожу на экзамен в числе первых и не задумываюсь над выбором билета.
26. Мне не требуется времени на обдумывание дополнительного вопроса.
27. Насмешки однокурсников не портят мне настроения.
28. Я спокойно сплю в период сессии, и мне не снятся экзамены.
29. В коллективе я чувствую себя легко и непринужденно.

30. Мне легко организовать свой рабочий день, я всегда успеваю сделать то, что запланировал.

Обработка результатов

Утверждения 1–20 – учитываются ответы «да» (+), 21–30 – учитываются ответы «нет» (-). Ответы «не знаю» не учитываются. За каждый ответ в соответствии с ключом начисляется 1 балл.

Интерпретация

Чем больше набранная сумма баллов, тем больше эмоциональная неустойчивость у обследованного студента. Наиболее информативны положения 3, 12, 13, 15, 24 (тревога, боязнь), 6, 10, 14 (неуверенность в себе), 7, 20, 27 (болезненная раздражительность).

Тест «Любовь ли это?»

Цель – анализ духовно-душевной «составляющей» отношения к близкому человеку, определение в глубине своих чувств и таких его основах, как альтруизм, взаимопонимание, уважение.

Инструкция

Как говорили еще в древности, настоящая любовь предполагает самоотдачу (альтруизм), взаимопонимание, взаимоуважение. Проверьте себя, можно ли назвать ваше чувство настоящей любовью.

Предлагаем вам ответить на следующие вопросы, объединенные в три группы: самоотдача, взаимопонимание, уважение.

Выберите ответы А или Б, если вы выбрали вариант А, то уточните какой именно: а, б или в. Ответы запишите.

1. Самоотдача

1А. Если мне грустно, я скажу об этом другу, потому что:

- а) он утешит меня;
- б) я хочу разделить свое настроение с ним;
- в) я должен поделиться с ним своими чувствами.

1Б. Если мне грустно, я обычно не говорю о своей грусти другу.

2А. Я хочу порадовать своего друга, потому что:

- а) он сделает приятное для меня;
- б) это будет ему приятно;
- в) я должен это сделать.

2Б. Я не стремлюсь радовать своего друга, поскольку он знает, что у меня и так много забот.

3А. Я люблю рассказывать другу:

- а) он считает меня веселым человеком;
- б) мне нравится видеть его смеющимся;
- в) я должен поддерживать его хорошее настроение.

3Б. Я не весело своего друга, так как я плохой рассказчик.

4А. Мне нравится говорить другу комплименты, потому что:

- а) это возвратится сторицей;
- б) это приносит ему удовольствие;
- в) это совершенно для него необходимо.

4Б. У меня нет необходимости хвалить друга, так как он и так чувствует мое расположение к нему.

5А. Я дарю другу подарки и делаю сюрпризы, потому что:

- а) он ценит мое внимание;
- б) это доставляет ему радость;
- в) хочу поздравить его с праздником, днем рождения.

5Б. Считаю, что лучше всего отдать деньги, пусть друг сделает покупку по своему усмотрению.

6А. Я стараюсь выглядеть привлекательно, потому что мой друг:

- а) замечает это;
- б) получает от этого удовольствие;
- в) ждет этого от меня.

6Б. Моему другу неважно, как я выгляжу.

7А. Я показываю своему другу, что я его люблю:

- а) когда у меня возникает в этом потребность;
- б) часто, ведь это ему приятно;
- в) так как у него есть право ожидать это.

7Б. Считаю демонстрацию моих чувств к другу излишней.

8А. Следует чем-то поступиться, когда в этом возникает необходимость, потому что:

- а) друг уступит в ответ;
- б) уступать тоже приятно;
- в) я обязан это делать.

8Б. Уступать другу вовсе не обязательно.

Постарайтесь не торопиться и ответить возможно точно. Теперь подсчитайте свои ответы а, б, в, Б. Если большинство ответов подойдет под одну букву, то это будет наиболее соответствовать определенному типу реакций.

II. Взаимопонимание

1А. Когда я вижу, что мой друг рассержен или расстроен, то я обычно:

- а) не обращаю на это внимания;
- б) тоже злюсь;
- в) стараюсь понять, в чем дело.

1Б. Я часто удивляюсь причинам, вызывающим у друга раздражение

2А. Когда мой друг не согласен со мной:

- а) я поступаю по-своему вместо того, чтобы спорить;
- б) это бывает редко: он понимает, что расстроит меня;
- в) я стараюсь взглянуть на вещи «его глазами».

2Б. Разногласия с другом часто бывают для меня неожиданностью.

3А. Когда мой друг чего-то хочет:

- а) я стараюсь отгадать, что именно;
- б) обычно я знаю все его желания;
- в) я догадываюсь о его желании, зная его образ мыслей.

3Б. Желания моего друга непредсказуемы.

4А. Если я понимаю, что мои действия раздражают друга:

- а) я обычно не обращаю внимания на его реакцию, пока он не успокоится;
- б) я говорю ему, чтобы он не придавал значения всяким пустякам;
- в) я стараюсь понять, что его раздражает, и перестаю делать это.

4Б. Мне никогда не удастся отгадать, что именно раздражает моего друга.

5А. Когда мой друг делает глупую ошибку:

- а) мне стыдно за него;
- б) я стараюсь объяснить ему, какую глупость он сделал;
- в) я не касаюсь большого вопроса, ему и без того плохо.

5Б. Глупые ошибки друга часто вызывают у меня недоумение.

6А. Когда мой друг сталкивается с трудностями:

- а) я стараюсь не вмешиваться;
- б) я пытаюсь дать ему совет, как поступить;
- в) я знаю, как он поступит.

6Б. Я не могу поверить, что у друга могут быть неприятности.

7А. Когда мой друг высказывает свое мнение:

- а) я его игнорирую, если оно расходится с моим;
- б) я стараюсь объяснить ему его неправоту;
- в) я обычно понимаю причины, стоящие за его мнением.

7Б. Меня часто удивляет образ мыслей моего друга.

8А. Важно понимать, что чувствует и думает мой друг:

- а) чтобы избежать глупых ситуаций;
- б) потому, что это позволяет предотвратить его ошибки;
- в) так как это поможет мне глубже понять его индивидуальность.

8Б. Мне непонятны мысли и чувства моего друга.

Подведите итог так же, как и в первой группе вопросов.

III. Уважение

1 А. Проявляю ли я интерес к работе моего друга?

- а) да, это важно, потому что его успехи означают улучшение нашего благосостояния;
- б) да, это вдохновляет его, и я хочу помочь ему во всем, что он делает;
- в) нет, это не входит в круг моих обязанностей.

1 Б. Мои личные проблемы для меня важнее всего.

2А. Очень внимательно слушаю все, о чем говорит мой друг, так как это:

- а) помогает мне направлять его мысли;
- б) дает мне возможность понимать и вдохновлять его;
- в) показывает мое хорошее отношение к нему.

2Б. У меня нет времени вникать в проблемы друга.

3А. Я не делаю замечаний другу, так как это:

- а) неправильно, поскольку он не нуждается в моем руководстве;
- б) важно для поддержания его самосознания, самооценки;
- в) снимает с меня ответственность за его поведение.

3Б. Я не критикую друга, поскольку берегу свои силы и время.

4А. Если увлечения друга отличаются от моих, то:

- а) обычно не очень интересны для меня;
- б) помогает укрепить мое уважение и расположение к нему;
- в) для меня в основном приемлемы.

4Б. Я не интересуюсь увлечениями моего друга.

5А. Недостатки моего друга:

- а) часто раздражают меня, и я стараюсь их исправлять;
- б) принимаю их как свои;
- в) это то, с чем приходится считаться.

5Б. Я хочу, чтобы у моего друга не было никаких недостатков.

6А. Мое отношение к хобби друга:

- а) прекрасное, если я могу разделить его интересы;
- б) это то, что необходимо в нем поддержать;
- в) это то, что следует позволять ему делать.

6Б. Увлечения друга хороши до тех пор, пока не затрагивают моих интересов.

7А. Поддерживать в моем друге стремление к упрочению своего социального положения:

- а) важно для меня;
- б) не буду, если мой друг не хочет этого;
- в) мой долг.

7Б. Социальный статус моего друга очень прочен.

8А. Ожидать, что друг постоянно будет в хорошей форме – это:

- а) нормальное требование;
- б) завышенное требование;
- в) вдохновляет его.

8Б. Для меня не имеет значения настроение друга.

9А. Выбор друга у меня вызывает одобрение:

- а) если он прав;
- б) если это необходимо для поддержания его «Я»;
- в) поскольку это моя обязанность.

9Б. Я часто не соглашаюсь с выбором друга.

10А. Уважение к личности друга:

- а) важно для взаимопонимания;
- б) способствует его личностному росту;
- в) это обязанность, о которой нельзя забывать.

10Б. Я не придаю значения вопросам взаимоуважения – это громкие слова.

Обработка результатов

Если в группе I преобладает вариант ответа «а» – вы эгоистичны. Отдавая всего себя, вы ждете чего-то взамен. Ваша мотивация направлена только на получение желаемого и до настоящей любви пока далеко.

Если вы предпочли вариант ответа «б» – вы любите бескорыстно. Способность отдавать, не чувствуя себя ущемленным и ничего не требуя взамен, показывает, что вы счастливы. Настоящая самоотдача порождает взаимность.

Если превалирует вариант ответа «в», то ваша самоотдача – это ваши жертвы. Вы можете воспринимать ее как милость с вашей стороны. Такое отношение небезопасно. Ваша любовь превратится в тяжелое бремя для обоих.

Если преобладает вариант 1Б – 8Б – вы безразличны друг другу. Для вас самоотдача – необоснованное требование, а без него не бывает любви.

Если в группе II вы больше внимания уделили варианту ответа «а», то это также указывает на эгоистичность. Нежелание знать подлинные чувства своего друга ведет к потере взаимопонимания, замкнутости «на себе», утрате чувства. Если преобладает вариант «б», то это – свидетельство вашего доминирования в общении с другом. Вы не понимаете своего друга, а пытаетесь руководить им. Но это невозможно. Необходимо смотреть на него его же глазами, только тогда можно говорить о настоящей любви.

Если вы предпочли вариант «в», то это указывает на настоящую любовь.

Если преобладает вариант 1Б–8Б, это говорит о вашем ложном представлении о друге, иначе вы знали бы причины его поведения. Пока вы не можете видеть его реально, трудно достичь настоящей любви.

Превалирование ответов «а» в группе III указывает на вашу эгоистичность. Вас больше заботит уважение к себе, чем к другу. Вы позволяете ему проявлять свою индивидуальность только тогда, когда это отвечает вашим требованиям. Это еще не любовь!

Преобладание ответов «б» выражает вашу любовь. Вы уважаете друга как личность и заботитесь о дальнейшем его совершенствовании. Взаимное уважение друг к другу обогащает жизнь обоих.

Предпочтение варианта ответов «в» говорит о том, что ваше уважение идет от чувства долга. Вы не цените друга объективно как индивидуума, который нуждается в поощрении к совершенствованию. Более того, вы видите в проявлениях его индивидуальности неизбежное отрицательное начало. Такое отношение не способствует усилению любви.

Преобладание ответов 1Б–10Б указывает на ваше безразличие. Вас ничто не связывает с вашим другом. Вместо того чтобы разделять его интересы, вы игнорируете их.

Если результаты ваших подсчетов соответствуют «выражению любви» во всех трех разделах – не сомневайтесь, ваше чувство истинно. Если в каком-то из разделов – другой результат, это не значит, что настоящая любовь невозможна. Ваша способность к изменению во многом зависит не только от вашей

го желания, но и от отношения вашего друга к вам. Можно попробовать сравнить и обсудить с ним результаты.

Тест «Диагностика эмпатии»

Осуществите самодиагностику исследования эмпатии по тесту И. М. Юсупова.

Инструкция

Для выявления уровня эмпатийных тенденций необходимо, отвечая на каждое из 36 утверждений, приписывать ответам следующие числа: если Вы ответили «не знаю» – 0, ответу «нет, никогда» припишите 1, «иногда» – 2, «часто» – 3, «почти всегда» – 4, и ответу «да, всегда» – 5. Отвечать нужно на все пункты.

1. Мне больше нравятся книги о путешествиях, чем книги из серии «Жизнь замечательных людей».
2. Взрослых детей раздражает забота родителей.
3. Мне нравится размышлять о причинах успехов и неудач других людей.
4. Среди всех музыкальных телесериалов предпочитаю «Современные ритмы».
5. Чрезмерную раздражительность и несправедливые упреки больного надо терпеть, даже если они продолжаются годами.
6. Больному человеку можно помочь даже словом.
7. Посторонним людям не следует вмешиваться в конфликт между двумя лицами.
8. Старые люди, как правило, обидчивы без причин.
9. Когда в детстве слушал грустную историю, на мои глаза сами по себе наворачивались слезы.
10. Раздраженное состояние моих родителей влияет на мое настроение.
11. Я равнодушен к критике в мой адрес.
12. Мне больше нравится рассматривать портреты, чем картины с пейзажами.
13. Я всегда прощал все родителям, даже если они были неправы.
14. Если лошадь плохо тянет, ее нужно хлестать.
15. Когда я читаю о драматических событиях в жизни людей, то чувствую, словно это происходит со мной.
16. Родители относятся к своим детям справедливо.
17. Видя ссорящихся подростков или взрослых, я вмешиваюсь.
18. Я не обращаю внимания на плохое настроение своих родителей.
19. Я подолгу наблюдаю за поведением животных, откладывая другие дела.
20. Фильмы и книги могут вызвать слезы только у несерьезных людей.
21. Мне нравится наблюдать за выражением лиц и поведением незнакомых людей.
22. В детстве я приводил домой бездомных кошек и собак.

23. Все люди необоснованно озлоблены.
24. Глядя на постороннего человека, мне хочется угадать, как сложится его жизнь.
25. В детстве младшие по возрасту ходили за мной по пятам.
26. При виде покалеченного животного я стараюсь ему чем-то помочь.
27. Человеку станет легче, если внимательно выслушать его жалобы.
28. Увидев уличное происшествие, я стараюсь не попадать в число свидетелей.
29. Младшим нравится, когда я предлагаю им свою идею, дело или развлечение.
30. Люди преувеличивают способность животных чувствовать настроение своего хозяина.
31. Из затруднительной конфликтной ситуации человек должен выходить самостоятельно.
32. Если ребенок плачет, на то есть свои причины.
33. Молодежь должна всегда удовлетворять любые просьбы и чудачества стариков.
34. Мне хотелось разобраться, почему некоторые мои одноклассники иногда были задумчивы.
35. Беспорядочных домашних животных следует отлавливать и уничтожать.
36. Если мои друзья начинают обсуждать со мной свои личные проблемы, я стараюсь перевести разговор на другую тему.

Прежде чем подсчитать полученные результаты, проверьте степень открытости, с которой Вы отвечали. Не ответили ли Вы «не знаю» на некоторые из утверждений под номерами: 3, 9, 11, 13, 28, 36, а также не поместили ли пункты 11, 13, 15, 27, ответами «да, всегда?» Если это так, то Вы не желали быть открытыми перед собой, а в некоторых случаях стремились выглядеть в лучшем свете. Результатам тестирования можно доверять, если по всем перечисленным утверждениям Вы дали не более трех неискренних ответов, при четырех уже следует сомневаться в их достоверности, а при пяти – можете считать, что работу выполнили напрасно. Теперь просуммируйте все баллы, приписанные ответам на пункты: 2, 5, 8, 9, 10, 12, 13, 15, 16, 19, 21, 22, 24, 25, 26, 27, 29 и 32. Соотнесите результат со шкалой развитости эмпатийных тенденций.

Если Вы набрали от 82 до 90 баллов – это очень высокий уровень эмпатийности. У Вас болезненно развито сопереживание. В общении, как барометр, тонко реагируете на настроение собеседника, еще не успевшего сказать ни слова. Вам трудно от того, что окружающие используют Вас в качестве громоотвода, обрушивая на Вас свое эмоциональное состояние. Плохо чувствуете себя в присутствии «тяжелых» людей. Взрослые и дети охотно доверяют Вам свои тайны и идут за советом. Нередко испытываете комплекс вины, опасаясь причинить людям хлопоты, не только словом, но даже взглядом боитесь

задеть их. Беспокойство за родных и близких не покидает Вас. В то же время сами очень ранимы. Можете страдать при виде покалеченного животного или не находить себе места от случайного холодного приветствия Вашего шефа. Ваша впечатлительность порой долго не дает заснуть. Будучи в расстроенных чувствах, вы нуждаетесь в эмоциональной поддержке со стороны. При таком отношении к жизни Вы близки к невротическим срывам. Побеспокойтесь о своем психическом здоровье.

От 63 до 81 балла – высокая эмпатийность. Вы чувствительны к нуждам и проблемам окружающих, великодушны, склонны многое им прощать. С неподдельным интересом относитесь к людям. Вам нравится «читать» их лица и «заглядывать» в их будущее. Вы эмоционально отзывчивы, общительны, быстро устанавливаете контакты и находите общий язык. Должно быть, и дети тянутся к Вам. Окружающие ценят Вас за душевность. Вы стараетесь не допускать конфликты и находить компромиссные решения. Хорошо переносите критику в свой адрес. В оценке событий больше доверяете своим чувствам и интуиции, чем аналитическим выводам. Предпочитаете работать с людьми, нежели в одиночку. Постоянно нуждаетесь в социальном одобрении своих действий. При всех перечисленных качествах Вы не всегда аккуратны в точной и кропотливой работе. Не стоит особого труда вывести Вас из равновесия.

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

12–36 баллов – низкий уровень эмпатийности. Вы испытываете затруднения в установлении контактов с людьми, неуютно чувствуете себя в шумной компании. Эмоциональные проявления в поступках окружающих подчас кажутся Вам непонятными и лишены смысла. Отдаете предпочтение уединенным занятиям конкретным делом, а не работе с людьми. Вы – сторонник точных формулировок и рациональных решений. Вероятно, у Вас мало друзей, а тех, кто есть, цените больше за деловые качества и ясный ум, чем за чуткость и отзывчивость. Люди платят Вам тем же. Бывает, когда чувствуете свою отчужденность; окружающие не слишком жалуют Вас своим внимани-

ем. Но это поправимо, если Вы раскроете свой панцирь и станете пристальнее всматриваться в поведение близких и принимать их потребности как свои.

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

Тест «Эффективное общение»

Посмотрите на следующие утверждения и ответьте, верны ли они по отношению к вам.

1. Я думаю, что если попытаться настаивать на своем, это приведет к конфликту.
2. Поговорив с человеком, я часто обнаруживаю, что непонятно, чего я вообще добился.
3. Результат переговоров обычно зависит от того, как поведет себя мой собеседник.
4. Мне часто бывает трудно установить контакт с человеком, который мне нужен.
5. Я легко справляюсь с ситуациями, когда мой собеседник раздражен и даже агрессивен.
6. Бывает, что договорившись о чем-то, я вижу, что мне это не нужно (или нужно совсем другое).
7. Иногда, когда разговор затягивается, я не могу закруглить его, никого не обижая.
8. Случается, что я никак не могу начать разговор.
9. Бывает, что начинается конфликт, хотя я, кажется, делаю все, чтобы его не было.
10. Как бы ни шли переговоры, я помню про свои цели.
11. Как правило, я легко возвращаю своего «перескакивающего» с темы на тему собеседника в нужное русло.
12. Обычно мне удается привлечь внимание к себе и тому, что я говорю.

Посчитайте свои баллы.

Конфликтная компетентность – начислите себе по 1 баллу за ответы: 1, 9 – «нет», 5 – «да». Если вы набрали менее 2 баллов, значит, у вас есть трудности с поведением в конфликтных ситуациях. Возможно, вы сдаетесь или,

наоборот, давите, избегаете, а не предотвращаете. Вам обязательно надо обучиться навыкам профилактики и выхода из конфликта. Если вы набрали 2–3 балла, значит, у вас есть умение управлять конфликтами, предотвращать их, когда они вам не нужны, выходить из конфликтной ситуации самому и выводить партнера.

Постановка и удержание цели переговоров – начислите себе по 1 баллу за ответы: 2, 6 – «нет», 10 – «да». Если вы набрали менее 2 баллов, будьте внимательны к тому, как вы ставите цель. Может быть, стоит даже написать ее на бумаге и внимательно прочитать – точно ли это то, чего вы хотите. Цель – это половина результата. Вторая половина – это то, как вы удерживаете цель в переговорах. Возможно, вам нужны дополнительные навыки. Если вы набрали 2–3 балла, значит, вы умеете сформулировать свою цель и не потерять ее в ходе беседы.

Ведение переговоров – начислите себе по 1 баллу за ответы: 3, 7 – «нет», 11 – «да». Если вы набрали менее 2 баллов, то вашим собеседникам удастся навязывать вам свои «правила игры». В таком случае вам необходимы навыки управления беседой – удержания инициативы, управление временем и тематикой беседы и т. д. Если вы набрали 2–3 балла, значит, вы умеете «вести» переговоры туда и в таком темпе, как вам надо.

Коммуникация – начислите себе по 1 баллу за ответ: 4, 8 – «нет», 12 – «да». Если вы набрали менее 2 баллов, значит, у вас есть трудности с общением и вам необходимо обучиться базовым коммуникативным навыкам: как установить контакт, как создать атмосферу общения и т. д. Если ваш результат составит 2–3 балла, то вы умеете общаться.

Тест «Оценка профессиональной направленности личности учителя»

Инструкция

В данном опроснике перечислены свойства, которые могут быть присущи Вам в большей или меньшей степени.

При этом соответственно возможны два варианта ответов:

а) верно, описываемое свойство типично для моего поведения или присуще мне в большей степени.

б) неверно, описываемое свойство не типично для моего поведения или присуще мне в минимальной степени.

Прочитав утверждение и выбрав один из вариантов ответа, следует отметить его на листе, зачеркнув нужную букву.

1. Я бы вполне мог жить один, вдали от людей (а, б).
2. Я часто побеждаю других своей самоуверенностью (а, б).
3. Твердые знания по моему предмету могут существенно облегчить жизнь человека (а, б).
4. Люди должны больше, чем сейчас, придерживаться законов морали (а, б).

5. Я внимательно читаю каждую книгу, прежде чем вернуть ее в библиотеку (а, б).
6. Мой идеал рабочей обстановки – тихая комната с рабочим столом (а, б).
7. Люди говорят, что мне нравится делать все своим оригинальным способом (а, б).
8. Среди моих идеалов видное место занимают личности ученых, сделавших большой вклад в мой предмет (а, б).
9. Окружающие считают, что на грубость я просто не способен (а, б).
10. Я всегда внимательно слежу за тем, как я одет (а, б).
11. Бывает, что все утро я ни с кем не хочу разговаривать (а, б).
12. Мне важно, чтобы во всем, что меня окружает, не было беспорядка (а, б).
13. Большинство моих друзей – люди, интересы которых имеют много общего с моей профессией (а, б).
14. Я подолгу анализирую свое поведение (а, б).
15. Дома я веду себя за столом так же, как в ресторане (а, б).
16. В компании я предоставляю другим возможность шутить и рассказывать всякие истории (а, б).
17. Меня раздражают люди, которые не могут быстро принимать решения (а, б).
18. Если у меня есть немного свободного времени, то я предпочитаю почитать что-нибудь по моей дисциплине (а, б).
19. Мне неудобно дурачиться в компании, даже если другие это делают (а, б).
20. Иногда я люблю поздоровать об отсутствующих (а, б).
21. Мне очень нравится приглашать гостей и развлекать их (а, б).
22. Я редко выступаю вразрез с мнением коллектива (а, б).
23. Мне больше нравятся люди, хорошо знающие свою профессию, независимо от их личностных особенностей (а, б).
24. Я не могу быть равнодушным к проблемам других (а, б).
25. Я всегда охотно признаю свои ошибки (а, б).
26. Худшее наказание для меня – быть закрытым в одиночестве (а, б).
27. Усилия, затраченные на составление планов, не стоят этого (а, б).
28. В школьные годы я пополнял свои знания, читая специальную литературу (а, б).
29. Я не осуждаю человека за обман тех, кто позволяет себя обманывать (а, б).
30. У меня не возникает внутреннего протеста, когда меня просят оказать услугу (а, б).
31. Вероятно, некоторые люди считают, что я слишком много говорю (а, б).
32. Я избегаю общественной работы и связанной с этим ответственности (а, б).
33. Наука – это то, что больше всего интересует меня в жизни (а, б).
34. Окружающие считают мою семью интеллигентной (а, б).
35. Перед длительной поездкой я всегда тщательно продумываю, что с собой взять (а, б).

36. Я живу сегодняшним днем в большей степени, чем другие люди (а, б).
37. Если есть выбор, то я предпочитаю организовать внеклассное мероприятие, чем рассказывать ученикам что-нибудь по предмету (а, б).
38. Основная задача учителя -- передать ученику знания по предмету (а, б).
39. Я люблю читать книги и статьи на темы нравственности, морали, этики (а, б).
40. Иногда меня раздражают люди, которые обращаются ко мне с вопросами (а, б).
41. Большинство людей, с которыми я бываю в компаниях, несомненно рады меня видеть (а, б).
42. Думаю, мне понравилась бы работа, связанная с ответственной административно-хозяйственной деятельностью (а, б).
43. Я вряд ли расстроюсь, если придется провести свой отпуск, обучаясь на курсах повышения квалификации (а, б).
44. Моя любезность часто не нравится другим людям (а, б).
45. Были случаи, когда я завидовал удаче других (а, б).
46. Если мне кто-нибудь нагрубит, то я могу быстро забыть об этом (а, б).
47. Как правило, окружающие прислушиваются к моим предложениям. (а, б)
48. Если бы мне удалось перенестись в будущее на короткое время, то я в первую очередь набрал бы книг по моему предмету (а, б).
49. Я проявляю большой интерес к судьбе других (а, б).
50. Я никогда с улыбкой не говорил неприятных вещей (а, б).

Обработка результатов

Для обработки результатов опроса необходимо использовать ключ ответов, который сравнивается с ответами испытуемого. Каждый ответ оценивается по двухбалльной шкале:

- ответ, совпадающий с ключом, оценивается в 1 балл;
- ответ, не совпадающий с ключом, приравнивается к 0.

Каждый личностный параметр оценивается через суммирование оценок по группе вопросов. Суммарная оценка по фактору не превышает 10 баллов. Зона нормы находится в пределах 3–7 баллов.

Обработку результатов обычно начинают со шкалы мотивации одобрения, так как в том случае, если ответ выходит за рамки нормы по этому фактору, следует признать, что испытуемый стремился исказить результаты, и они не подлежат дальнейшей интерпретации.

Код опросника

Общительность – 1б, 6б, 11б, 16б, 21а, 26а, 31а, 36а, 41а, 46а.

Организованность – 2а, 7а, 12а, 17а, 22б, 27б, 32б, 37а, 42а, 47а

Направленность на предмет – 3а, 8а, 13а, 18а, 23а, 28а, 33а, 38а, 43а, 48а.

Интеллигентность – 4а, 9а, 14а, 19а, 24а, 29б, 34а, 39а, 44а, 49а.

Мотивация одобрения – 5а, 10а, 15а, 20б, 25а, 30а, 35а, 40б, 45б, 50а.

Каждое из направлений профессиональной направленности считается недостаточно развитым, если по данной шкале получено менее трех баллов, и ярко выраженным при количестве баллов более семи. Для большей наглядности полученные результаты целесообразно выразить в виде круговой или столбчатой диаграммы. Выраженность одного фактора свидетельствует о мононаправленности личности учителя, а выраженность нескольких факторов может интерпретироваться как результат полинаправленности.

Структуру личности типа «Организатор» составляют такие качества, как требовательность, организованность, сильная воля, энергичность. Для «Предметника» характерны наблюдательность, профессиональная компетентность, стремление к творчеству. Согласно имеющимся связям, велика вероятность существования и промежуточного типа «Предметник-организатор», сочетающего в себе характеристики обоих этих типов. Возможно, его отличием от «Предметника» будет более жесткая направленность учащихся на предмет и организацию их деятельности именно внутри предметных знаний. Это позволяет дифференцировать его от «чистого» «Организатора», основное направление деятельности которого находится в плоскости внеклассной работы.

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. Тип «Интеллигент» характеризуется высоким интеллектом, общей культурой и высокой нравственностью. Последнее качество, выступает как связующее звено между названными типами. Это является подтверждением тому, что вполне возможно обнаружение промежуточного типа, условно «Интеллигента-оптимиста», обладающего выраженностью качеств обоих типов. Вероятно, существуют промежуточные типы, образованные разными направлениями типизации педагогов, основанные на базе предметных знаний, например, «Предметник-коммуникатор», «Предметник-просветитель». В то же время вероятность появления «Интеллигента-организатора» очень мала, хотя теоретически и этот тип имеет право на существование.

Из указанных типов учителей (коммуникатор, предметник, организатор и интеллигент) каждый имеет свои способы, механизмы и каналы передачи воспитательных воздействий.

Тест «Оценка уровня общительности учителя»

Общий уровень общительности (по В. Ф. Ряховскому)

Инструкция

Вашему вниманию предлагается несколько простых вопросов. Отвечайте быстро, однозначно: «да», «нет», «иногда».

1. Вам предстоит ординарная или деловая встреча. Выбивает ли Вас ее ожидание из колеи?

2. Вызывает ли у Вас смущение и неудовольствие поручение выступить с докладом, сообщением, информацией на каком-либо совещании, собрании или тому подобном мероприятии?
3. Не откладываете ли Вы визит к врачу до последнего момента?
4. Вам предлагают выехать в командировку в город, где Вы никогда не бывали. Приложите ли Вы максимум усилий, чтобы избежать этой командировки?
5. Любите ли Вы делиться своими переживаниями с кем бы то ни было?
6. Раздражаетесь ли Вы, если незнакомец на улице обратится к Вам с просьбой (показать дорогу, назвать время, ответить на какой-то вопрос)?
7. Верите ли Вы, что существует проблема «отцов и детей» и что людям разных поколений трудно понимать друг друга?
8. Постесняетесь ли Вы напомнить знакомому, что он забыл Вам вернуть деньги, которые занял несколько месяцев назад?
9. В ресторане либо в столовой Вам подали явно недоброкачественное блюдо. Промолчите ли Вы, лишь рассерженно отодвинув тарелку?
10. Оказавшись один на один с незнакомым человеком, Вы не вступите с ним в беседу и будете тяготиться, если первым заговорит он. Так ли это?
11. Вас приводит в ужас любая длинная очередь, где бы она ни была (в магазине, библиотеке, кассе кинотеатра). Предпочитаете ли Вы отказаться от своего намерения или встанете в хвост и будете томиться в ожидании?
12. Бойтесь ли Вы участвовать в какой-либо комиссии по рассмотрению конфликтных ситуаций?
13. У Вас есть собственные сугубо индивидуальные критерии оценки произведений литературы, искусства, культуры, и никаких чужих мнений на этот счет Вы не приемлете. Это так?
14. Услышав где-либо в кулуарах высказывание явно ошибочной точки зрения по хорошо известному Вам вопросу, предпочитаете ли Вы промолчать и не вступать в спор?
15. Вызывает ли у Вас досаду чья-либо просьба помочь разобраться в том или ином служебном вопросе или учебной теме?
16. Охотнее ли Вы излагаете свою точку зрения (мнение, оценку) в письменной форме, чем в устной?

Оценка ответов

«да» – 2 очка, «иногда» – 1 очко, «нет» – 0 очков.

Полученные очки суммируются, и по классификатору определяется, к какой категории людей относится испытуемый.

Классификатор к тексту В. Ф. РЯХОВСКОГО

30–32 очка. Вы явно некоммуникабельны, и это Ваша беда, так как страдаете от этого больше Вы сами. Но и близким Вам людям нелегко. На Вас трудно положиться в деле, которое требует групповых усилий. Старайтесь быть общительнее, контролируйте себя.

25–29 очков. Вы замкнуты, не разговорчивы, предпочитаете одиночество, поэтому у Вас мало друзей. Новая работа и необходимость новых контактов если не ввергают Вас в панику, то надолго выводят из равновесия. Вы знаете эту особенность своего характера и бываете недовольны собой. Но не ограничивайтесь только таким недовольством – в Вашей власти переломить эти особенности характера. Разве не бывает, что при какой-либо сильной увлеченности Вы приобретаете вдруг полную коммуникабельность? Стоит только встряхнуться.

19–24 очков. Вы, в известной степени, общительны и в незнакомой обстановке чувствуете себя вполне уверенно. Новые проблемы Вас не путают. И все же с новыми людьми сходитесь с оглядкой, в спорах и диспутах участвуете неохотно. В Ваших высказываниях порой слишком много сарказма, без всякого на то основания. Эти недостатки исправимы.

14–18 очков. У Вас нормальная коммуникабельность. Вы любознательны, охотно слушаете интересного собеседника, достаточно терпеливы в общении с другими, отстаиваете свою точку зрения без вспыльчивости. Без неприятных переживаний идете на встречу с новыми людьми. В то же время не любите шумных компаний, экстравагантные выходки и многословие вызывают у Вас раздражение.

9–13 очков. Вы весьма общительны (порой, быть может, даже сверх меры). Любопытны, разговорчивы, любите высказываться по разным вопросам, что, бывает, вызывает раздражение окружающих. Охотно знакомитесь с новыми людьми. Любите бывать в центре внимания, никому не отказываете в просьбах, хотя не всегда можете их выполнить. Бывает, вспылите, но быстро отходите. Чего Вам недостает, так это усидчивости, терпения и отваги при столкновении с серьезными проблемами. При желании, однако, Вы можете себя заставить не отступать.

4–8 очков. Вы, должно быть, «рубаха-парень». Общительность бьет из Вас ключом. Вы всегда в курсе всех дел. Вы любите принимать участие во всех дискуссиях, хотя серьезные темы могут вызвать у вас мигрень и даже хандру. Охотно берете слово по любому вопросу, даже если имеете о нем поверхностное представление. Всюду чувствуете себя в своей тарелке. Беретесь за любое дело, хотя не всегда можете успешно довести его до конца. По этой самой причине руководители и коллеги относятся к Вам с некоторой опаской и сомнениями. Задумайтесь над этими фактами.

3 очка и менее. Ваша коммуникабельность носит болезненный характер. Вы говорливы, многословны, вмешиваетесь в дела, которые не имеют к Вам

никакого отношения. Беретесь судить о проблемах, в которых совершенно не компетентны. Вольно или невольно Вы часто бываете причиной разного рода конфликтов в Вашем окружении. Вспыльчивы, обидчивы, нередко бываете необъективны. Серьезная работа – не для Вас. Людям – и на работе, и дома, и вообще повсюду – трудно с Вами. Да, Вам надо поработать над собой и своим характером! Прежде всего, воспитывайте в себе терпеливость и сдержанность, уважительно относитесь к людям, наконец, подумайте о своем здоровье – такой стиль жизни не проходит бесследно.

Литература для кураторов

1. Альманах психологических тестов. М., 1996.
2. Крупенин А. Л., Крохина И. М. Эффективный учитель. Практическая психология для педагогов. Ростов н/Д, 1995.
3. Практическая психология для преподавателя / под ред. В. Тутушкиной. М., 1997.
1. Рогов Е. И. Настольная книга практического психолога в образовании. М., 1995.
2. Фридман Л. М. [и др.]. Изучение личности учащегося и ученических коллективов. М., 1988.