1.Шкала личностной тревожности (А.М.Прихожан)

Цель: определение уровня личностной тревожности.

Методика относится к числу бланковых, что позволяет проводить ее коллективно. Бланк содержит необходимые сведения об испытуемом, инструкцию и содержание методики.

Инструкция:

(На первой странице бланка). На следующих страницах перечислены ситуации, обстоятельства, с которыми ты встречаешься в жизни. Некоторые из них могут быть для тебя неприятными, так как могут вызвать тревогу, беспокойство или страх.

Внимательно прочти каждое предложение, представь себя в этих обстоятельствах и обведи кружком одну из цифр справа - 0, 1, 2, 3 или 4, - в зависимости от того, насколько эта ситуация для тебя неприятна, насколько она может вызвать у тебя беспокойство, опасения или страх.

Если ситуация совершенно не кажется тебе неприятной, в столбик "Ответ" поставь цифру 0.

Если она немного тревожит, беспокоит тебя, в столбик "Ответ" поставь цифру 1.

Если беспокойство и страх достаточно сильны и тебе хотелось бы не попадать в такую ситуацию, в столбик "Ответ" поставь цифру 2.

Если ситуация очень неприятна и с ней связаны сильные беспокойство, тревога, страх, в столбик "Ответ" поставь цифру 3.

При очень сильном беспокойстве, очень сильном страхе в столбик "Ответ" поставь цифру 4.

Переверни страницу.

(На второй странице инструкция продолжается) Твоя задача - представить себе каждую ситуацию (себя в этой ситуации), определить, насколько она может вызвать у тебя тревогу, беспокойство, страх, опасения, и обвести одну из цифр, определяющих, насколько она для тебя неприятна.

Что означает каждая цифра, написано вверху страницы (Далее следует текст методики).

Варианты ответов

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Нет | Немного | Достаточно | Значительно | Очень |
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |

Форма А

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Ситуация | Ответ |
| 1 | Отвечать у доски |  |
| 2 | Оказаться среди незнакомых ребят |  |
| 3 | Участвовать в соревнованиях, конкурсах, олимпиадах |  |
| 4 | Слышать заклятия |  |
| 5 | Разговаривать с директором школы |  |
| 6 | Сравнивать себя с другими |  |
| 7 | Учитель смотрит по журналу, кого спросить |  |
| 8 | Тебя критикуют, в чем-то упрекают |  |
| 9 | На тебя смотрят, когда ты что-нибудь делаешь (наблюдают за тобой во время работы, решения задачи) |  |
| 10 | Видеть плохие сны |  |
| 11 | Писать контрольную работу, выполнять тест по какому-нибудь предмету |  |
| 12 | После контрольной, теста - учитель называет отметки |  |
| 13 | У тебя что-то не получается |  |
| 14 | Смотреть на человека, похожего на мага, колдуна |  |
| 15 | На тебя не обращают внимания |  |
| 16 | Ждешь родителей с родительского собрания |  |
| 17 | Тебе грозит неуспех, провал |  |
| 18 | Слышать смех за своей спиной |  |
| 19 | Не понимать объяснений учителя |  |
| 20 | Думаешь о том, чего ты сможешь добиться в будущем |  |
| 21 | Слышать предсказания о космических катастрофах |  |
| 22 | Выступать перед зрителями |  |
| 23 | Слышать, что какой-то человек "напускает порчу" на других |  |
| 24 | С тобой не хотят играть |  |
| 25 | Проверяются твои способности |  |
| 26 | На тебя смотрят как на маленького |  |
| 27 | На экзамене тебе достался 13-й билет |  |
| 28 | На уроке учитель неожиданно задает тебе вопрос |  |
| 29 | Оценивается твоя работа |  |
| 30 | Не можешь справиться с домашним заданием |  |
| 31 | Засыпать в темной комнате |  |
| 32 | Не соглашаешься с родителями |  |
| 33 | Берешься за новое дело |  |
| 34 | Разговаривать с школьным психологом |  |
| 35 | Думать о том, что тебя могут "сглазить" |  |
| 36 | Замолчали, когда ты подошел (подошла) |  |
| 37 | Слушать страшные истории |  |
| 38 | Спорить со своим другом (подругой) |  |
| 39 | Думать о своей внешности |  |
| 40 | Думать о призраках, других страшных, "потусторонних" существах |  |

Примечание. Пункты 5, 8, 9, 17, 31 заимствованы из шкалы О.Кондаша.

Форма Б

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Ситуация | Ответ |
| 1 | Отвечать у доски |  |
| 2 | Требуется обратиться с вопросом, просьбой к незнакомому человеку |  |
| 3 | Участвовать в соревнованиях, конкурсах, олимпиадах |  |
| 4 | Слышать заклятия |  |
| 5 | Разговаривать с директором школы |  |
| 6 | Сравнивать себя с другими |  |
| 7 | Учитель делает тебе замечание |  |
| 8 | Тебя критикуют, в чем-то упрекают |  |
| 9 | На тебя смотрят, когда ты что-нибудь делаешь (наблюдают за тобой во время работы, решения задачи) |  |
| 10 | Видеть плохие или "вещие" сны |  |
| 11 | Писать контрольную работу, выполнять тест по какому-нибудь предмету |  |
| 12 | После контрольной, теста - учитель называет отметки |  |
| 13 | У тебя что-то не получается |  |
| 14 | Мысль о том, что неосторожным поступком можно навлечь на себя гнев потусторонних сил |  |
| 15 | На тебя не обращают внимания |  |
| 16 | Ждешь родителей с родительского собрания |  |
| 17 | Тебе грозит неуспех, провал |  |
| 18 | Слышать смех за своей спиной |  |
| 19 | Не понимать объяснений учителя |  |
| 20 | Думаешь о своем будущем |  |
| 21 | Слышать предсказания о космических катастрофах |  |
| 22 | Выступать перед большой аудиторией |  |
| 23 | Слышать, что какой-то человек "напускает порчу" на других |  |
| 24 | Ссориться с родителями |  |
| 25 | Участвовать в психологическом эксперименте |  |
| 26 | На тебя смотрят как на маленького |  |
| 27 | На экзамене тебе достался 13-й билет |  |
| 28 | На уроке учитель неожиданно задает тебе вопрос |  |
| 29 | Думаешь о своей привлекательности для девочек (мальчиков) |  |
| 30 | Не можешь справиться с домашним заданием |  |
| 31 | Оказаться в темноте, видеть неясные силуэты, слышать непонятные шорохи |  |
| 32 | Не соглашаешься с родителями |  |
| 33 | Берешься за новое дело |  |
| 34 | Разговаривать с школьным психологом |  |
| 35 | Думать о том, что тебя могут "сглазить" |  |
| 36 | Замолчали, когда ты подошел (подошла) |  |
| 37 | Общаться с человеком, похожим на мага, экстрасенса |  |
| 38 | Слушать, как кто-то говорит о своих любовных похождениях |  |
| 39 | Смотреться в зеркало |  |
| 40 | Кажется, что нечто непонятное, сверхъестественное может помешать тебе добиться желаемого |  |

Примечание. Пункты 5, 8, 9, 17, 31 заимствованы из шкалы О. Кондаша.

Ключ является общим для обеих форм.

Школьная тревожность: 1, 5, 7, 11, 12, 16, 19, 28, 30, 34

Самооценочная тревожность: 3, 6, 8, 13, 17, 20, 25, 29, 33, 39

Межличностная тревожность: 2, 9, 15, 18, 22, 24, 26, 32, 36, 38

Магическая тревожность: 4, 10, 14, 21, 23, 27, 31, 35, 37, 40

Обработка и интерпретация результатов теста

При обработке ответ на каждый из пунктов шкалы оценивается количеством баллов, соответствующим округленной при ответе на него цифре. Подсчитывается общая сумма баллов по шкале в целом и отдельно по каждой субшкале.

Полученная сумма баллов представляет собой первичную, или "сырую", оценку.

Первичная оценка переводится в шкальную. В качестве шкальной оценки используется стандартная десятка. Для этого данные испытуемого сопоставляются с нормативными показателями группы учащихся соответствующего возраста и пола. Результат, полученный по всей шкале, интерпретируется как показатель общего уровня тревожности, по отдельным субшкалам - отдельных видов тревожности.

Общая тревожность



Школьная тревожность



Самооценочная тревожность



Межличностная тревожность



Магическая тревожность



2. Рисуночный тест "Моя семья"

Материал:

- лист бумаги;

- набор цветных карандашей.

Инструкция:

Предложите подростку нарисовать свою семью. Позвольте подростку рисовать, пребывая лишь наедине с самим собой. Тем временем, "работая", вам надо незаметно для ребенка наблюдать за тем, как он рисует, что рисует, где рисует.

После окончания рисования уточните некоторые детали наводящими вопросами. Затем проанализируйте данные рисуночной пробы. И если вы научитесь правильно трактовать эти данные, то сможете не только выявить нюансы, но и оттенки их, всю гамму чувств, переживаемых ребенком в своей семье. Все то, что подросток тщательно скрывает, все то, что прячет где-то в глубине и не способен высказать вам вслух, все то, что в нем "бурлит" и "закипает", все то, что мучает и беспокоит его ежедневно, вдруг неожиданно, подобно джинну из бутылки, "вырывается" наружу и застывает с "немым криком" на бумаге. И, застывая, молча крича, молит вас о помощи. И этот "крик" должен услышать каждый из родителей. Ведь нам, родителям, навряд ли придет в голову, что очень часто мы - виновники всех бед ребенка.

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

Остановимся на некоторых особенностях анализа рисунка

1. Последовательность выполнения задания.

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

2. Сюжет рисунка.

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

Как уже было сказано выше, иногда дети просто отказываются от рисования или ограничиваются каким-нибудь, особенно кажущимся на первый взгляд отвлеченным сюжетом, где нет никакой семьи. Но это только на первый взгляд. Рисунок семьи "без семьи" - крик протеста ребенка и подаваемый им, таким образом, сигнал бедствия - SOS. Когда ваш ребенок рисует семью "без семьи", забросьте дела и решите шараду. Задумайтесь - почему? Наведите мосты. Иначе вы можете "прозевать" что-то существенное в вашем ребенке и потеряете "ключ" от него.

Если рисунок семьи у ребенка ассоциирует с чем-то приятным, с теплыми, нежными воспоминаниями, он освещает всех членов семьи или кого-то из них ярким солнцем - символом ласки, добра и любви. Если над групповым портретом семьи темные тучи или льет дождь, то, вероятнее всего, это связано с дискомфортом ребенка.

3. Последовательность расположения членов семьи.

Обычно первым ребенок изображает или самого любимого им члена семьи, или, по его мнению, самого значительного и авторитетного в доме. Если самым значительным ребенок считает себя, он, не скрывая это, рисует свою фигуру первой. Последовательность расположения других членов семьи и их порядковые номера указывают на отношение к ним ребенка, вернее, на их роль в семье в глазах ребенка или на отношение их, по мнению рисующего, к нему. Чем выше порядковый номер у изображенного члена семьи, тем ниже его авторитет у ребенка. Обычно самый последний нарисованный родственник имеет самый низкий авторитет. Поэтому, если ребенок интуитивно ощущает себя отвергнутым и ненужным родителям, то он изображает себя после всех.

4. Размеры фигур членов семьи.

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

5. Величина пространства

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

При эмоциональной близости все родственники в семье нарисованы почти вплотную друг к другу и практически не разобщены. Чем ближе ребенок изображает себя по отношению к какому-либо члену семьи, тем выше его степень привязанности к этому родственнику. Чем дальше ребенок находится от какого-то члена семьи, тем меньше его привязанность к этому члену. Когда ребенок считает себя отвергнутым, он отделен значительным пространством от других.

6. Место расположения ребенка на рисунке

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

7. Когда ребенок почему-то "забывает" вдруг нарисовать себя.

Ищите вескую причину в своих семейных отношениях. Они обычно не совсем примерные и, очевидно, тягостны ребенку. Изображение ребенком семьи без себя - сигнал конфликта между ним и кем-то в вашем доме или семьей всей в целом, и у ребенка в связи с этим нет чувства общности с другими близкими ему людьми. Своим рисунком таким способом художник выражает свою реакцию протеста против неприятия его в семье. Интуитивно догадавшись, что он давно отвергнут вами, что вы его почти "забыли", заботясь о других в семье, ребенок "мстит" вам на бумаге, не понимая, что отказом от рисования себя он выдает свои секреты, невольно выплеснув наружу клокочущий в нем дискомфорт.

8. Когда ребенок почему-то "забывает" вдруг нарисовать кого-то из родителей или других реальных членов своей семьи.

Вероятнее всего, некто иной, а именно "забытый" родственник ребенка и есть источник его дискомфорта, переживаний и мучений. Умышленно "забыв" включить такого близкого в состав своей семьи, ребенок как бы нам указывает путь на выход из конфликтной ситуации и на разрядку негативной семейной атмосферы. Довольно часто этим способом художник "устраняет" конкурентов, пытаясь погасить хоть на мгновение кипящую в нем ревность к другим детям или к родителям своего пола. Особенно упорно "мстит" ребенок и не рисует на бумаге того члена семьи, который постоянно подавляет и унижает его в доме. Поэтому обычно на вопрос: "Где этот член семьи?" - ребенок, продолжая "мстить" ему, несет в ответ сплошные небылицы, нелепости и несуразности, вроде того, что этот родственник выносит мусор, моет пол, стоит в углу.. Короче говоря, таким путем ребенок, пусть наивно, но мечтает взять реванш, хотя бы мысленно унизив близкого, который постоянно унижает его реально каждый день.

9. Когда ребенок почему-то "дополняет" вдруг свою семью

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

Помимо посторонних лиц, художник часто "дополняет" свою семью животным миром: мы видим птиц, зверей, но больше всего преданных и нужных человеку кошек и собак. И если в этих "дополнениях" нет никакой идентификации с реальным членом семьи ребенка, и если кошки и собаки... просто выдуманные, их нет на самом деле у художника, но он мечтает, чтобы они были и заменили ему родственников и друзей, то это значит, что ребенок жаждет быть кому-то нужным. Ему с рождения необходимо, чтобы его любили и чтобы он ответно тоже кого-то горячо любил. И если вы не удовлетворили его своей любовью, то он интуитивно ищет любовь на стороне. Поэтому задумайтесь серьезнее над тем, с какой целью ваш ребенок, который будто бы ничем не обделен, упрямо каждый раз на всех рисунках своей семьи штампует призраки несуществующих и не живущих в доме кошек и собак, которых даже вы не обещали ему приобрести. Задумайтесь серьезно. И расцените это как симптом, говорящий вам о дефиците нужного общения и дефиците нежности и ласки, который ощущает ваш ребенок. Задумайтесь: не вы ли виноваты в этом дефиците?

10. Когда ребенок почему-то вместо семьи рисует только одного себя "забыв" нарисовать всех остальных, то это чаще всего говорит о том, что он не ощущает себя полноценным членом своей семьи и чувствует, что для него в ней просто не хватает места.

Довольно часто на рисунках одного себя неприятие ребенка членами семьи видно через эмоциональный фон и сумрачную цветовую гамму. Одиночество отвергнутого в возрасте, когда еще дети не способны обходиться без родителей, - грозный признак неблагополучной ситуации в семье для вашего ребенка. Иногда художник при изображении семьи специально выделяет только одного себя, чтобы подчеркнуть свою значительность для остальных. Это чаще всего делают кумиры семьи или дети, не скрывающие свой эгоцентризм. От отвергнутых такой ребенок отличается невольным любованием собой, что обычно видно по окраске и детализации одежды или по второстепенным фоновым предметам, создающим праздничный настрой.

11. Чтобы провести подробнее анализ, детально рассмотрите, как ребенок вырисовывает лица и другие части тела. Особенно информативен рисунок головы. Когда вы видите, что автор почему-то пропускает на рисунке известные ему части лица или вообще изображает лицо "без лица", то есть, помимо контура лица, на нем ничего нет (ни глаз, ни рта, ни носа...), то это чаще всего - выражение протеста художника по отношению к изображенному им этим способом члену семьи, из-за которого ребенок, очевидно, постоянно переполнен негативными эмоциями.

Когда художник так изображает свое лицо, лицо без глаз, без рта, без носа, то это признак отчужденности его в семье и нарушения общения со многими людьми.

Когда из всех частей лица заметны на рисунке только одни глаза, то, вероятнее всего, ребенок вас осведомляет, что этот член семьи все время наблюдает и следит за ним, не допуская никаких его проступков, ребячьих шалостей и баловства. И этот родственник "все вижу" - источник большинства конфликтных ситуаций для ребенка. Аналогичным может быть рисунок близкого "все слышу", на котором автор поглощен изображением ушей, превышающих размеры ушей Чебурашки. Когда из всех частей ребенок выделяет лишь рот, то, вероятнее всего, "хозяин рта", как прессом, давит на художника, "воспитывая" его бесконечными нотациями, нравоучениями в рамках собственной морали, и культивирует в нем страх.

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

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

Когда безруким на рисунке мы видим самого ребенка, то, вероятнее всего, таким путем художник хочет нас осведомить о том, что он совсем бессилен и не имеет права голоса в семье.

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

12.Цветовая гамма рисунка

Это своеобразный индикатор палитры чувств, излучаемых ребенком при воспоминании о близких, которых он изображает. Особенности и нюансы эмоционального отношения детей к отдельным членам своей семьи или к семье всей в целом, романтика привязанностей их и тщательно скрываемая нелюбовь, сомнения, тревоги и надежды как будто "закодированы" в цвете, которым разукрашен каждый персонаж. И вам, родителям, необходимо найти шифр к коду, чтобы вовремя прийти на помощь, великодушно протянув всю руку, отчаянно хватающемуся за тонкую соломинку, по той или иной причине сникшему под прессом жестких будней и житейских неурядиц, вашему ребенку.

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

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

Особенно нарядны мамы. Свою любовь к ним дети выражают конструированием для них таких моделей фантастической одежды, патенты на которые, наверно бы, закупили у них модные журналы. Помимо платьев, юбок, блузок, где рюшки, вышивки, воланы, у многих мам в ушах сережки, на шеях бусы и заколки в волосах. Почти все мамы в модной обуви и с необычными прическами. А если вы вглядитесь в цвет волос их, то чаще всего скажете: так не бывает - с каких пор волосы оранжевые, желтые и даже синие. Так не бывает в жизни, но бывает на рисунке, когда ребенок в половодье нежных чувств, выплескивающихся этим способом наружу.

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

Холодные тона, изображенные ребенком, - как красный цвет на светофоре, сигнализирующий "стоп". Остановитесь на минутку. Задумайтесь, что это значит. Спросите себя мысленно: "Почему?"

Холодные тона, как правило, свидетели конфликтных отношений между ребенком и рисуемым им этими тонами членом его семьи. Особенно информативен черный цвет, обычный черный цвет, чаще всего несущий информацию об эмоциональном неприятии ребенком того из родственников на рисунке, кого он им изобразил. И это неприятие бывает явным или скрытым. О явном неприятии вам, кроме цвета, подскажет еще ряд деталей. О скрытом вам придется догадаться, распутывая лабиринты чувств ребенка. И если черным цветом почему-то вдруг разукрашен родственник, которого ребенок любит, то, вероятнее всего, таким путем непроизвольно рисующий выплескивает на бумагу все то, что тайно беспокоит, волнует, мучает его по отношению к изображенному им члену своей семьи. И как бы только в этих случаях художник ни пытался уверить вас, что рисовал по памяти, почти с натуры, и у его отца действительно любимая рубашка - "черная", и мама тоже всем цветам предпочитает "черный цвет", а у сестры и вправду косы "черные", вам надо тщательно проверить и понять причину его "реализма". Особенно когда на этом же рисунке другие родственники сказочно одеты и волосы их сказочно раскрашены.

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

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

Давайте посмотрим, какими средствами, деталями, нюансами художник сообщает вам о своей роли в собственной семье и о сложившихся в ней отношениях между другими членами семьи.

1.Эмоциональная привязанность ребенка к одному из родителей, как правило, изображается так, что ребенок находится вплотную к этому родителю или же рядом с ним. Величина пространства между ними минимальна. Нередко руки их протянуты друг к другу, подчеркивая полное согласие между родителем и обожающим его ребенком. Почти всегда художник пытается нарисовать любимого родителя одним из первых на рисунке. Фигура этого родителя обычно выше всех других фигур или хотя бы превышает рост ребенка, тем самым как бы придавая юному художнику своеобразную, понятную ему лишь одному, необходимую для жизни защищенность. Чтобы родитель выглядел еще внушительнее, нередко дети помещают его на специально выдуманный ими пьедестал. Родитель, обожаемый ребенком, не только тщательно им вырисовывается, но и наряжен в самые волшебные наряды, которые по яркости цветов гораздо ярче самых ярких одежд художника. Бывают случаи, когда наряд художника и самой лучшей для него на свете мамы или самого прекрасного на свете папы идентичны. В период первой романтической любви к родителям обычно девочки рисуют себя рядом с папами, а мальчики - поближе к мамам. В период подражания ребенка родителям своего пола закономерность эта изменяется и девочки уже находятся вплотную к мамам, а мальчики - вплотную к папам. Причем родитель, обожаемый ребенком, не нарисован контурами и штрихами, а вырисовывается буквально до деталей.

Когда ребенок почему-то, вдруг рисуя себя рядом с обожаемым родителем, невольно между этим "рядом" оставляет пустой промежуток, то, вероятнее всего, этот промежуток - отражение невидимого нам барьера между двумя любящими людьми. Чаще всего этот барьер - черты характера родителя, отталкивающие от себя ребенка и заставляющие юного художника придерживаться при общении с родителем определенной, как на поводке, дистанции.

Свое неудовлетворение ребенок обычно выражает черным цветом или хотя бы одним сумрачным мазком. Взгляните на рисунок девочки-подростка. Здесь черный цвет брюк обожаемого папы свидетельствует о волнениях ребенка по поводу того, что папа стал употреблять спиртное.

Когда привязанность ребенка обоюдна, он счастлив, достигая всех вершин блаженства.

Когда любовь ребенка безответна, она является нетлеющим источником психического дискомфорта юного художника. Поэтому, анализируя рисунок и "разгадав", кто больше всех необходим ребенку, вы постарайтесь сделать шаг ему навстречу. Пусть он почувствует, как он необходим.

2.Отверженность ребенка в семье (эмоциональное неприятие). Когда ребенок ощущает себя лишним и ненужным, отверженным в своей семье, он или просто не желает и не хочет рисовать свою семью, или рисует ее, позабыв нарисовать себя. В отдельных случаях художник размещает свою маленькую и невзрачную фигурку вдали от всех, подчеркивая этим свое одиночество среди родных. Довольно часто между отдаленным от всех ребенком и членами его семьи находятся какие-то ненужные предметы, усиливающие разобщенность нарисованных людей. Нередко дети пустой промежуток вдруг заполняют теми родственниками, которых нет, или реально существующими, но весьма далекими. Роль буфера играют часто также кошки и собаки.

Когда ребенок ощущает себя лишним и ненужным в своей семье, его фигура меньше всех, одежда мрачная и незаметная. Такой ребенок часто просто изображает себя контурами и штрихами, не останавливаясь на деталях, рисуя себя в завершении сюжета. В тех случаях, когда ребенок, вопреки всему, привязан все-таки к кому-то из родителей или к обоим сразу, он их рисует теплыми тонами, не скупясь на ласковые краски. И эти теплые тона в контрасте с теми холодными тонами, которыми изображен художник, свидетели уже образовавшейся или начавшей образовываться пропасти взаимоотношений между ребенком и его семьей.

Как правило, отверженные дети обычно "забывают" нарисовать того из членов своей семьи, который, по их мнению, их отвергает.

3.Конфликтная ситуация в семье. Известно, что чем младше и чувствительней ребенок, тем чаще он считает себя виновником конфликтов в своей семье, расценивая их в виде расплаты за баловство, непослушание и детские грехи. Ребенок, чувствуя себя виновным, отвержен в собственных глазах, поэтому его рисунки почти всегда напоминают аналогичные рисунки при эмоциональном неприятии детей в семье. Чаще всего художник "забывает" нарисовать того из близких, из-за кого, как он считает, возник конфликт. А если все-таки ребенок рисует того человека, он, чтобы привлечь к нему внимание, изображает его выше или ниже всех, стоящих рядом, в холодных, траурных тонах. Нередко при конфликтной ситуации в семье все родственники нарисованы лишь контурами, а разобщенность их видна в том, что они отдалены все друг от друга ненужными предметами, пустыми промежутками, как будто существуют не все вместе, а каждый сам с собой.

Когда ребенок при конфликтах "забывает" вдруг нарисовать себя, то этим как бы он наказывает самого себя. Когда ребенок неожиданно для вас изображает себя рядом с теми родственниками, к которым не питает теплых чувств, то этим способом он чаще всего хочет уменьшить, нейтрализовать, а может быть, и полностью замять конфликт.

4. Ревность к одному из родителей в семье. Когда ребенок ощущает ревность к кому-то из родителей, то он пытается ее завуалировать тем, что внезапно "забывает" вдруг нарисовать "ненужного" родителя или, рисуя его, оттесняет всеми способами на задний план. Как правило, "мешающий" родитель намного ниже всех, невзрачен и неряшливо одет. Нередко у ребенка хватает терпения лишь на то, чтобы изобразить его хотя бы контурами. "Мешающий" родитель на рисунке чаще всего "бездействует", в то время как любимый занят с ребенком общим делом.

5.Ревность к братьям и сестрам. Чем тяжелее справиться ребенку с нахлынувшим вдруг на него чувством соперничества к другим детям в семье, тем явственнее выдает он это чувство, несмотря на маскировку. Обычно младший ревнует к старшему, а старший - к младшему ребенку в доме. Но тяжелее всего среднему: его любовь к родителям с ним делят сразу двое - и самый младший, и самый старший. Еще труднее маленьким ревнивцам в многодетных семьях. Нередко брат ревнует маму с папой к своей сестре, сестра ревнует к брату. Короче говоря, в любой семье, где несколько детей, всегда есть почва, на которой вырастает ревность. И вы, родители, об этом должны помнить, чтобы вырвать с корнем даже ее первые ростки.

Обычно тот ребенок, к которому ревнуют, рисуется вблизи с родителями или вплотную к ним. Нередко с этого ребенка и начинается рисунок, чтобы привлечь ваше внимание к "любимчику"; ревнивец или тщательно, буквально до деталей, вырисовывает всю его фигуру, увеличивая рост и наряжая в броские одежды, лишний раз подчеркивая этим, как "любимчику" живется хорошо в семье, или же, забыв о всех предосторожностях и "расправляясь" со своим "мучителем" хотя бы на бумаге, изображает его контурами в траурных тонах, чтобы дать понять вам, как "любимчик" неприятен самому художнику. Если ревность так сильна, что ваш ребенок сам не в силах справиться с собою, он нечаянно вдруг "забывае" включить в круг своей семьи то брата, то сестру, а то обоих сразу, хотя помнит о существовании их в доме. Есть еще один вариант. Чтобы привлечь к себе внимание родителей, ревнивец, тщательно рисуя братьев и сестер, не оставляет себе места на рисунке или же изображает свою хрупкую фигурку в отдалении от всех, подчеркивая этим, что он - лишний. Если в вашей семье несколько детей и один из них во время пробы на рисунке лишь изображает рядом с вами братьев и сестер, "забыв" нарисовать себя, или же рисует себя в отдалении от всех, задумайтесь, в чем все-таки причина дискомфорта юного художника и нет ли вашей вины в этом.

6. Неполная семья. Наверное, особенно, тяжелой травмой в детском возрасте является развод родителей. Ребенку просто не понять, как это могут его любимый папа (чаще всего уходит папа) или мама, без которой вообще невозможно жить, уйти из дома, причем надолго, навсегда. И где-то в глубине души, считая именно себя виновником событий, он хочет и мечтает возвратить былое, расставив все по старым, прежним, таким удобным для него местам.

Кроме того, ребенок хочет скрыть конфликт от посторонних, особенно тогда, когда рисуночную пробу проводите не вы. Поэтому обычно на рисунке присутствуют все члены семьи, если даже они уже бывшие. Причем родитель, не живущий в доме, изображается последним, после длительных раздумий, пауз, грызения карандашей. Ребенок, словно Гамлет, должен сделать выбор: "быть или не быть"... нарисовать... или не стоит... И если выбор сделан, чтобы все-таки нарисовать, отсутствующий член семьи рисуется как будто он реальный и очень часто даже имеет много сходства с самим художником. Нередко такой член семьи изображается неясным контуром, а между ним и всеми остальными присутствуют различные предметы, домашние животные, соседи, родственники и друзья или приветливые незнакомцы - явления волшебных грез ребенка, короче говоря, все те, кто сможет смягчить участь юного художника.

Когда ребенок уже привыкает и по-своему смиряется, что у него неполная семья, он все рисует так, как есть на самом деле. И чтобы лишний раз нам показать, что ему это безразлично, он компенсирует отсутствие родителя какими-то другими, важными для данного момента для него деталями. Как правило, неполная семья, изображенная ребенком, почти всегда имеет буферную зону на рисунке, зону надежды, зону домысла и грез ребенка, поэтому в любой момент неполная семья способна превратиться в полную.

7. Единственный ребенок очень часто рисует себя между мамой и папой. Когда в семье нет никаких конфликтов, он - главное звено объединения родителей. Чем меньше расстояние между ребенком и родителями, тем ближе члены всей семьи друг к другу, тем крепче родственные чувства, связывающие их. Когда в семье не все благополучно или в период романтической любви к родителям, семейная идиллия в виде триады - мама, ваш ребенок, папа или папа, ваш ребенок, мама - претерпевает крах. И на рисунке юного художника последовательность расположения всех членов семьи может иметь множество вариантов. А при хронической конфликтной ситуации, при резко выраженном дефиците общения в семье ребенок, словно инопланетянин, ищет новые контакты вне семьи и "дополняет" свою семью теми, кто никогда не жил в их доме, но с кем он сможет в трудную минуту отвести хотя бы душу. Чаще всего единственный ребенок, рассказывая о семье, изображает тип родительского воспитания.

Распознавание типов воспитания по рисункам

Приведем примеры наиболее часто встречающихся вариантов рисунков различных типов воспитания детей. Прочитать о типах воспитания детей в семье вы можете здесь

1. Кумир семьи.

При этом типе воспитания ребенок чаще всего начинает рисовать семью с изображения себя, причем его фигура в центре листа бумаги. Родители находятся чуть поодаль, любуясь им. Величина фигур их ниже или вровень с величиной фигуры их кумира. Художник выделяет себя яркими нарядами, на голове его нередко красуется корона. А маленькие девочки-кумиры почти всегда отождествляют себя с юными принцессами. Наряд родителей гораздо прозаичнее и служит серым фоном для сравнения. На этом фоне выглядит кумир, как будто праздник среди будней.

2. Гиперопека.

Ребенок начинает рисовать семью с того, кто больше всего его опекает. Затем рисует рядом с ним себя. Обычно гиперопекаемые дети находятся вплотную к маме с папой или, по крайней мере, крепко держат их за руки. Вернее, крепко держат за руки ребенка сами мама с папой. Когда ребенок на рисунке что-то делает, родители любуются им, не спуская с него восхищенный взгляд. При этом типе воспитания ребенок ниже ростом, чем родители, лишь иногда бывая вровень с ними. Его одежда очень схожа по расцветке с нарядом мамы или папы, а иногда обоих сразу: он не стремится, как кумир, быть праздником на фоне будней, прекрасно понимая, что гиперопека для него - своеобразная китайская стена, вселяющая лишний раз уверенность в себе.

3. Гипоопека.

При этом типе воспитания ребенок чаще всего выражает свое отношение к происходящему различными вариантами рисунков. Нередки случаи, когда он, тщательно изображая всю свою семью, вдруг "забывает" среди всех нарисовать себя. А на вопросы: "Где ты?", "Почему забыл?" - придумывает самые обыденные версии, оправдывающие в данный миг его отсутствие: "В детском саду", "Гуляю во дворе", "Учительница задержала в школе".

Полярный этому варианту вариант, когда ребенок почему-то из всех членов семьи предпочитает рисовать лишь только самого себя, при этом утверждая, что никого нет дома: родители ушли в кино, к кому-то в гости, не пришли с работы.

Когда ребенок все-таки рисует полностью свою семью, он лишний раз подчеркивает разобщенность ее членов большими промежутками пространства между ними, невольно наводящими на мысль, что каждый член семьи здесь существует только сам по себе, ему нет никакого дела до других, тем более до юного художника. Рисуя полностью свою семью, себя ребенок размещает в отдалении от всех, довольно обособленно и одиноко. И это создает иллюзию одновременного присутствия - отсутствия его среди других.

Довольно часто при гипоопеке дети изображают себя лишь только контурами. Фигуры их намного ниже фигур других даже тогда, когда эти "другие" реально ниже юного художника. Как правило, рисунок при гипоопеке вмещает в себя и холодные, и теплые тона, их разные нюансы и оттенки. Когда художник, несмотря на этот метод воспитания, боготворит своих родителей, он не жалеет на них самых ярких красок. Себя же ребенок, даже наряжая, не видит празднично одетым. В его нарядах обязательно найдется хоть одна деталь, но выкрашенная в холодные тона, причем из всех этих тонов преобладает черный цвет.

4. Безнадзорность.

Безнадзорные дети чаще всего отказываются от рисования. Они просто не знают, что такое семья. После долгих раздумий, поддавшись на уговоры, согласившись участвовать в пробе, ребенок рисует себя в виде маленького, крохотного человека в огромном пространстве. Совершенно один, человечек, которого можно рассматривать под микроскопом, наряжен в одежду холодных тонов. Траурный цвет этих тонов - словно душа его, вывернутая наизнанку, переполненная одиночеством. Безысходностью и ненужностью веет от этой души.

5. Воспитание по типу "Золушки".

При этом типе воспитания ребенок начинает рисовать семью обычно с того брата или с той сестры, которому или которой его противопоставляют в доме. За братом или за сестрой рисуются родители, а сам художник оставляет себе место где-то в отдалении от всех или вообще не оставляет, подчеркивая этим, что он лишний и ненужный в собственной семье. Все на рисунке сфокусировано на сопернике ребенка. Его фигура выше ростом, чем рисующего, монументальнее, значительнее. Он - или в центре, в окружении родных, или же - первый среди всех. Им восхищаются, любуются... особенно когда он что-то делает. И если даже "Золушка" во сто крат лучше его делает какие-то задания, родители не придают "ее" заданиям особого значения. При этом типе воспитания ребенок не умеет и не в силах скрыть его подтачивающую ревность. Поэтому рисунок переполнен холодными тонами. И, мстя сопернику, художник часто наряжает его прозаичнее и будничнее, чем себя, нередко этим затрудняя ваш анализ и трактовку данного рисунка.

6. "Ежовые рукавицы".

При этом типе воспитания ребенку очень тяжело нарисовать семью всю в целом. Боясь кого-то из родителей или обоих сразу, он хочет "нейтрализовать" свой страх хотя бы на бумаге. Поэтому обычно на рисунке нет именно того из членов всей его семьи, кто держит его в этих "рукавицах". Зато себя ребенок окружает любыми родственниками, кроме своих родителей, и даже дальними знакомыми, короче говоря, теми людьми, кто хоть в какой-то мере, но способен, пускай даже на время, смягчить его участь, уменьшив степень дискомфорта. Когда ребенку на рисунке приходится изобразить родителей, тогда обычно он в своем сюжете не оставляет места для себя, во всяком случае, не раскрывает истинной причины.

При этом типе воспитания размер фигуры у ребенка на рисунке намного ниже, чем размер фигур его родителей, причем не просто ниже, а умышленно занижен.Как правило, тот член семьи, который держит юного художника в "ежовых рукавицах", изображен им с необычно большим ртом, чаще всего раскрытым, или с огромными когтистыми руками.

Когда ребенок таким типом воспитания родителями буквально доведен до белого каления и так боится их, что хоть и хочет, но никак не смеет "позабыть" нарисовать "мучителя", то он рисует его чаще всего без какого-либо рта вообще или совсем без рук, чтоб хотя бы таким наивным способом уменьшить пленивший его страх.

Как правило, рисунок переполнен холодными тонами. Все теплые тона принадлежат лишь тем, кто дарит ласку и жалеет юного художника, хотя бы на каплю облегчая этим его жизнь.

7. Воспитание по типу повышенной моральной ответственности.

На первый взгляд обычно кажется, что все рисунки таких детей - всего лишь навсего одна из многих копий типичного рисунка при гиперопеке. Но это только на первый взгляд. На самом деле при повышенной ответственности художник точно так же, как и при гиперопеке, мечтает показать себя нам в выгодном для него свете, то чем-то занятым, то что-то делающим, чтоб обратить, хотя бы на это часть нашего внимания.

Однако, сам того не сознавая, как правило, ребенок высветляет в таких рисунках все нюансы и оттенки родительского воспитания в семье. И если при гиперопеке родители действительно не в силах отвести свой восхищенный взгляд от действий юного художника, при этом типе воспитания их взгляд совсем не восхищенный, скорее оценочный и даже чуть предвзятый. И цветовая гамма на рисунке бывает самой разной. Однако чаще всего член семьи, который заложил фундамент повышенной ответственности у ребенка, окрашен им намного холоднее, чем другие. По крайней мере, на нем есть всегда хотя бы один темный мазок, скорее всего черный - своеобразный индикатор подлинного отношения ребенка к изображенному им члену своей семьи. Простой, обычный индикатор, срывающий все маски.

8. Воспитание "в культе болезни".

И на рисунке культ всегда есть культ, какой бы он не был. Пусть даже несмотря на то, что это - всего-навсего лишь культ болезни. При этом типе воспитания рисунок будто бы пронизан всепоглощающим эгоцентризмом. Над всеми властвует ребенок. И вы невольно концентрируете на его фигуре свое внимание. Как и кумир или как при гиперопеке - ребенок на таком рисунке чаще всего в центре. Вокруг него те, кто ухаживает постоянно за ним в доме. Обычно это мама или бабушка. На долю других членов семьи редко остается место на бумаге. Довольно часто дети даже на рисунке изображают, как они болеют, а рядом с ними те, кто опекает их вседенно и всенощно, вернее - постоянно. Но как бы ни казался нам печальным иногда такой сюжет, "больной" предпочитает его все-таки раскрасить теплыми тонами.

9. Воспитание по типу "кронпринца".

"Кронпринцы" первыми рисуют вещи. Мир вещизма окружает их со всех сторон буквально с самого рождения, мир вещизма, а не мир людей. Затем "кронпринц" обычно на рисунке изображает самого себя, играющего с этими вещами. Родителей он вспоминает редко. Гораздо чаще он помещает рядом с собой своих друзей, которые способны разделить с ним одиночество, играя вместе с маленьким "кронпринцем" его заморскими, бесценными игрушками. Нередки случаи, когда "кронпринцы" "заменяют" рисунок собственной семьи рисунком комнаты с вещами..

10. Противоречивое воспитание.

Такой тип воспитания довольно трудно уловить по одному рисунку. Ребенок чаще всего "группирует" отдельных членов семьи в маленькие группы. Себя он помещает рядом с тем, к кому больше всего привязан. А тех из родственников, кто ему "мешает", обычно размещает в отдалении. Нередки случаи, когда художник в виде "буфера" рисует своих бабушек и дедушек даже тогда, когда их нет уже в живых.

11. Смена образцов воспитания.

Рисунок чаще всего выявляет причину смены типа воспитания ребенка, а не сам тип, тип, собственно которого и нет.

При появлении в семье новорожденного бывший кумир обычно "забывает" нарисовать его среди родных или, изображая малыша рядом с родителями, не оставляет места для себя. Когда из дома навсегда уходит папа, ребенок еще долго продолжает рисовать его в семье, как будто ничего и не произошло, нередко даже начиная свой рисунок именно с отца. Наверное, он просто вспоминает о добром и прекрасном прошлом, которое бы хотелось возвратить и сделать его снова настоящим.

3. Метод "Незаконченные предложения", разработанный Саксом и Леви.

Он включает 60 незаконченных предложений, которые могут быть разделены на 15 групп, характеризующих в той или иной степени систему отношений обследуемого к семье, к представителям своего или противоположного пола, к сексуальным отношениям, к вышестоящим по служебному положению и подчиненным. Некоторые группы предложений имеют отношение к испытываемым человеком страхам и опасениям, к имеющемуся у него чувству осознания собственной вины, свидетельствуют о его отношении к прошлому и будущему, затрагивают взаимоотношения с родителями и друзьями, собственные жизненные цели.

Для каждой группы предложений выводится характеристика, определяющая данную систему отношений как положительную, отрицательную или безразличную.

Ключ

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| N п/п | Группы предложений | NN заданий | | | |
| 1 | Отношение к отцу | 1 | 16 | 31 | 46 |
| 2 | Отношение к себе | 2 | 17 | 32 | 47 |
| 3 | Нереализованные возможности | 3 | 18 | 33 | 48 |
| 4 | Отношение к подчиненным | 4 | 19 | 34 | 49 |
| 5 | Отношение к будущему | 5 | 20 | 35 | 50 |
| 6 | Отношение к вышестоящим лицам | 6 | 21 | 36 | 51 |
| 7 | Страхи и опасения | 7 | 22 | 37 | 52 |
| 8 | Отношение к друзьям | 8 | 23 | 38 | 53 |
| 9 | Отношение к своему прошлому | 9 | 24 | 39 | 54 |
| 10 | Отношение к лицам противоположного пола | 10 | 25 | 40 | 55 |
| 11 | Сексуальные отношение | 11 | 26 | 41 | 56 |
| 12 | Отношения к семье | 12 | 27 | 42 | 57 |
| 13 | Отношение к сотрудникам | 13 | 28 | 43 | 58 |
| 14 | Отношение к матери | 14 | 29 | 44 | 59 |
| 15 | Чувство вины | 15 | 30 | 45 | 60 |

Такая количественная оценка облегчает выявление у обследуемого дисгармоничной системы отношений. Но более важно, конечно, качественное изучение дополнительных предложений.

Исследованию методом "незаконченные предложения" должно предшествовать установление контакта с обследуемым для получения искренних, естественных ответов. Но даже если тестируемый рассматривает исследование как нежелательную процедуру и, стремясь скрыть мир своих глубоких переживаний, дает формальные, условные ответы, опытный психолог может извлечь массу информации, отражающей систему личностных отношений.

Инструкция:

"На бланке теста необходимо закончить предложения одним или несколькими словами".

Бланк тестируемого \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1.Думаю, что мой отец редко\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2. Если все против меня, то \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

3. Я всегда хотел \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

4. Если бы я занимал руководящий пост\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

5. Будущее кажется мне \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

6.Мое начальство \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

7. Знаю, что глупо, но боюсь \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

8. Думаю, что настоящий друг\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

9. Когда я был ребенком\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

10.Идеалом женщины (мужчины) для меня является\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

11. Когда я вижу женщину рядом с мужчиной\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

12. По сравнению с большинством других моя семья\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

13. Лучше всего мне работается с\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

14. Моя мать и я\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

15. Сделал бы все, чтобы забыть\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

16. Если бы мой отец только захотел\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

17. Думаю, что я достаточно способен, чтобы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

18. Я мог бы быть очень счастливым, если бы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

19. Если кто-нибудь работает под моим руководством\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

20. Надеюсь на\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

21. В школе мои учителя\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

22. Большинство моих товарищей не знают, что я боюсь\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

23. Не люблю людей, которые\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

24. Когда-то\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

25. Считаю, что большинство юношей (девушек)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

26. Супружеская жизнь кажется мне\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

27. Моя семья обращается со мной как с\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

28. Люди, с которыми я работаю\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

29. Моя мать\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

30. Моей самой большой ошибкой было\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

31. Я хотел бы, чтобы мой отец\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

32. Моя наибольшая слабость заключается в том\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

33. Моим скрытым желанием в жизни является\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

34. Мои подчиненные\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

35. Наступит тот день, когда\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

36. Когда ко мне приближается мой начальник\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

37. Хотелось бы мне перестать бояться\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

38. Больше всех люблю тех людей, которые\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

39. Если бы я снова стал молодым\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

40. Считаю, что большинство женщин (мужчин)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

41. Если бы у меня была нормальная половая жизнь\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

42. Большинство известных мне семей\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

43. Люблю работать с людьми, которые\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

44. Считаю, что большинство матерей\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

45. Когда я был молодым, то чувствовал вину, если\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

46. Думаю, что мой отец\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

47. Когда мне начинает не везти, я\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

48. Больше всего я хотел бы в жизни\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

49. Когда я даю другим поручение\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

50. Когда буду старым\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

51. Люди, превосходство которых над собой я признаю\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

52. Мои опасения не раз заставляли меня\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

53. Когда меня нет, мои друзья\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

54. Моим самым живым воспоминанием детства является\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

55. Мне очень не нравится, когда женщины (мужчины)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

56. Моя половая жизнь\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

57. Когда я был ребенком, моя семья\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

58. Люди, которые работают со мной\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

59. Я люблю свою мать, но\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

60. Самое худшее, что мне случилось совершить, это\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

4. Тест "Исследование тревожности" (опросник Спилбергера)

Шкала ситуативной тревожности (СТ)

Инструкция:

Прочитайте внимательно каждое из приведенных ниже предложений и зачеркните цифру в соответствующей графе справа в зависимости от того, как вы себя чувствуете в данный момент. Над вопросами долго не задумывайтесь, поскольку правильных и неправильных ответов нет.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Суждение | Нет, это не так | Пожалуй, так | Верно | Совершенно верно |
| 1 | Я спокоен | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 2 | Мне ничто не угрожает | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 3 | Я нахожусь в напряжении | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 4 | Я внутренне скован | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 | Я чувствую себя свободно | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 6 | Я расстроен | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 7 | Меня волнуют возможные неудачи | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 8 | Я ощущаю душевный покой | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 9 | Я встревожен | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 10 | Я испытываю чувство внутреннего удовлетворения | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 11 | Я уверен в себе | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 12 | Я нервничаю | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 13 | Я не нахожу себе места | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 14 | Я взвинчен | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 15 | Я не чувствую скованности | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 16 | Я доволен | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 17 | Я озабочен | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 18 | Я слишком возбужден и мне не по себе | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 19 | Мне радостно | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 20 | Мне приятно | 1 | 2 | 3 | 4 |

Шкала личной тревожности (ЛТ)

Инструкция:

Прочитайте внимательно каждое из приведенных ниже предложений и зачеркните цифру в соответствующей графе справа в зависимости от того, как вы себя чувствуете обычно. Над вопросами долго не думайте, поскольку правильных или неправильных ответов нет.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Суждение | Никогда | Почти никогда | Часто | Почти всегда |
| 21 | У меня бывает приподнятое настроение | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 22 | Я бываю раздражительным | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 23 | Я легко расстраиваюсь | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 24 | Я хотел бы быть таким же удачливым, как и другие | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 25 | Я сильно переживаю неприятности и долго не могу о них забыть | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 26 | Я чувствую прилив сил и желание работать | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 27 | Я спокоен, хладнокровен и собран | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 28 | Меня тревожат возможные трудности | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 29 | Я слишком переживаю из-за пустяков | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 30 | Я бываю вполне счастлив | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 31 | Я все принимаю близко к сердцу | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 32 | Мне не хватает уверенности в себе | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 33 | Я чувствую себя беззащитным | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 34 | Я стараюсь избегать критических ситуаций и трудностей | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 35 | У меня бывает хандра | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 36 | Я бываю доволен | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 37 | Всякие пустяки отвлекают и волнуют меня | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 38 | Бывает, что я чувствую себя неудачником | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 39 | Я уравновешенный человек | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 40 | Меня охватывает беспокойство, когда я думаю о своих делах и заботах | 1 | 2 | 3 | 4 |

Обработка результатов:

1. Определение показателей ситуативной и личностной тревожности с помощью ключа.

2. На основе оценки уровня тревожности составление рекомендаций для коррекции поведения испытуемого.

3.Вычисление среднегруппового показателя СТ и ЛТ и их сравнительный анализ в зависимости, например, от половой принадлежности испытуемых.

При анализе результатов самооценки надо иметь в виду, что общий итоговый показатель по каждой из подшкал может находиться в диапазоне от 20 до 80 баллов. При этом, чем выше итоговый показатель, тем выше уровень тревожности (ситуативной или личностной). При интерпретации показателей можно использовать следующие ориентировочные оценки тревожности: до 30 баллов - низкая, 31-44 балла - умеренная; 45 и более высокая.

Ключ

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Номера суждения |  | Ответы | | |
| Никогда | Почти никогда | Часто | Почти всегда |
| СТ | | | | |
| 1 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 2 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 3 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 4 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 6 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 7 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 8 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 9 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 10 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 11 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 12 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 13 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 14 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 15 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 16 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 17 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 18 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 19 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 20 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| ЛТ | | | | |
| 21 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 22 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 23 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 24 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 25 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 26 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 27 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 28 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 29 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 30 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 31 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 32 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 33 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 34 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 35 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 36 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 37 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 38 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 39 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 40 | 1 | 2 | 3 | 4 |

По каждому испытуемому следует написать заключение, которое должно включать оценку уровня тревожности и при необходимости рекомендации по его коррекции. Так, лицам с высокой оценкой тревожности следует формировать чувство уверенности и успеха. Им необходимо смещать акцент с внешней требовательности, категоричности, высокой значимости в постановке задач на содержательное осмысление деятельности и конкретное планирование по подзадачам. Для низкотревожных людей, напротив, требуется пробуждение активности, подчеркивание мотивационных компонентов деятельности, возбуждение заинтересованности, высвечивание чувства ответственности в решении тех или иных задач.

По результатам обследования группы также пишется заключение, оценивающее группу в целом по уровню ситуативной и личностной тревожности, кроме того, выделяются лица, высоко - и низкотревожные.

5. Рисуночный тест "Семья, которую я хочу"

Инструкция:

Переверните лист бумаги на другую сторону нарисуйте теми же карандашами еще одну семью, но не семью - близнец, а ту, которую бы вы хотел иметь, иначе говоря - "Семью, которую хочу".

Второй рисунок - это позитив после работы ретушера с негативом первого рисунка. Второй рисунок - это "вход" в желаемое, "вход" в "Прекрасное Далеко", которое бы подросток не прочь иметь уже сейчас. Вы не найдете на втором рисунке даже намек на силуэты будущего мужа или будущей жены художника. Вы не найдете на втором рисунке его будущих детей. Подросток это просто вам еще не в силах сам изобразить.

"Семью, которую хочу" он представляет только в настоящем. "Прекрасное Далеко" для него желаемо сегодня. И чтобы оно стало явным, надо так немного лишь устранить препятствия, мешающие на пути. И он легко их "устраняет" на бумаге, "нейтрализуя" их собственными методами. Поэтому обычно на рисунке "Семья, которую хочу" нередко "исчезает" кто-то из истинной семьи ребенка или же появляются сомнительные родственники, о которых мало кто и знал. Художник или "укорачивает", или "удлиняет" свою семью, производя в ней лишь понятную ему замену и смену декораций. Когда же видимой замены нет, тогда обычно на втором рисунке последовательность расположения фигур родителей ребенка, а также его братьев и сестер иная и отличается намного от той, которую мы видели при пробе "Моя семья". Как правило, почти все родственники почему-то меняются местами. И если вдруг отец художника держал его в "ежовых рукавицах" и из-за этого был первым на рисунке "Моя семья", то вторая проба расставляет все как надо. Поэтому, когда ребенок все-таки решает в новой семье "оставить" даже и такого папу, то он рисует его в отдалении от всех и после всех.

Тот родственник, которого подросток почему-то "забывает" изобразить в "Семье, которую хочу", как правило, и есть источник его дискомфорта, причина всех переживаний и невзгод. И, "исключив" его самостоятельно из членов собственной семьи и таким образом свершив свой "суд", художник как бы нам подсказывает выход из создавшегося положения и "намекает", как его осуществить.

Наверное, вы убедились сами в том, что чаще всего многое в анализе рисунка "Моя семья" объясняет только лишь рисунок "Семья, которую хочу". И если б вам пришлось вдруг ограничиться одним рисунком, вы сомневались б в собственных догадках. Поэтому, когда вдруг будет трудно интерпретировать рисуночный тест "Моя семья", используйте его вариант "Семья, которую хочу".