

Анкета самоопределения обучающихся в условиях профилизации школы.

Фамилия, имя _____ Класс _____ Дата _____

1. Ваш предполагаемый профиль обучения в старших классах.

- 1.1. Социально-экономический (обществоведение, география).
- 1.2. Гуманитарный (история, литература, психология).
- 1.3. Физико-математический (физика, информатика, геометрия).
- 1.4. Естественно-научный (биология, география или физика, химия).
- 1.5. Филологический (иностраный язык, литература, русский язык).
- 1.6. Информационно-технологический (информатика, физика).
- 1.7. Агротехнологический (биология, химия).
- 1.8. Оборонно-технический (физика, история, геометрия).
- 1.9. Художественный (литература, музыка, искусство).
- 1.10. Универсальное обучение (непрофильные классы).
- 1.11. Другое.

2. Какие факторы оказали влияние на Ваш выбор будущей профессиональной деятельности и профильного 10,11 класса?

- 2.1. Мне нравятся входящие в этот профиль предметы.
- 2.2. Я плохо успеваю по другим предметам.
- 2.3. Этот профиль связан с моей будущей профессией.
- 2.4. Мне посоветовали родители.
- 2.5. Этот профиль выбрал мой друг.
- 2.6. Перспективность варианта для будущих этапов обучения.
- 2.7. Наличие шанса продолжить обучение в определенном учебном заведении.
- 2.8. У меня есть опыт посещения кружков, студий, связанных с этим профилем.
- 2.9. На мой выбор повлияли средства массовой информации, кинофильмы, лит. произведения.
- 2.10. Собственный практический опыт профессиональной работы.
- 2.11. Рекомендации учителей, психолога.
- 2.12. Другое (напишите).

3. С какими профессиями связан выбранный Вами профиль? _____

4. Какую из этих профессий Вы выбираете для себя? _____

5. Какое учебное заведение готовят специалистов по выбранной Вами профессии? _____

6. Какая форма изучения курсов по выбору была бы для Вас наиболее желательна?

6.1. Уроки, традиционные уч. занятия.	6.6. Совместное обучение с учащимися 10-11 кл.
6.2. Подготовка и защита проектов, рефератов, курсовых работ.	6.7. Индивидуальные консультации с преподавателем.
6.3. Проведение экспериментов, исследований.	6.8. Деловые и ролевые игры, тренинги.
6.4. Обучение в практической деятельности на предприятиях, в лабораториях.	6.9. Дистанционная (через Интернет)
6.5. Анализ ситуаций и игровое моделирование.	6.10. Другое.

7. Какая организация занятий наиболее предпочтительна для Вас?

7.1. Занятия в первую смену.	7.4. Дистанционное обучение.
7.2. Занятия во вторую смену.	7.5. Экстернат.
7.3. Занятия в субботу	7.6. Заочная форма.

8. Какой режим занятий по выбору (элективных курсов) является для Вас наиболее предпочтительным?

- 8.1. Регулярные занятия один раз в неделю.
- 8.2. Изучение курсов в специальные сессии 2-3 раза в год.
- 8.3. Другое. (напишите).

9. Какие цели Вы ставите перед собой на курсах по выбору?

- 9.1. Подготовиться к выпускным экзаменам 9 класса.
- 9.2. Углубиться в выбранный предмет?
- 9.3. Уточнить выбор профиля.
- 9.4. Нет конкретной цели.

10. Как Вы собираетесь продолжить свое образование после окончания 9 класса?

10.1. Продолжить обучение в школе (универсальный класс)	10.5. Продолжить обучение в колледже, техникуме, профессиональном училище.
10.2. Продолжить обуч. в профильном классе.	10.6. Работать, на работе овладеть профессией.
10.3. Учиться экстерном.	10.7. Пока не знаю.
10.4. Учиться в вечерней школе.	

11. Какие курсы по выбору Вы хотели бы изучить? _____

12. Как Вы считаете помогут ли Вам предлагаемые элективные курсы в выборе профиля, профессии, сферы деятельности?

12.1. Да.

12.2. Нет.

12.3. Затрудняюсь ответить.

13. Какие шаги Вы считаете необходимым предпринять со стороны школы и с Вашей стороны для Вашего успешного самоопределения?

13.1. Увеличить объем сведений о мире труда, людей и профессий.

13.2. Ввести в школу предметы типа «Твоя профессиональная карьера».

13.3. Проводить диагностику профессионально важных качеств.

13.4. Увеличить объем сведений об особенностях обучения в разл. учебных заведениях.

13.5. Чаще проводить экскурсии на различные предприятия.

13.6. Предоставлять возможность выполнения профессиональных проб.

13.7. Приблизить содержание образования к практической деятельности людей.

13.8. Учитывать устремления и склонности учащегося в уровне преподавания школьн. предм

13.9. Организовывать психолого-педагогическое консультирование учащихся для поддержки профессионального самоопределения.

13.10. Ничего не надо предпринимать.

13.11. Другое.

14. Какие образовательные средства Вы используете в процессе обучения?

Образовательные средства	Всегда	Часто	Редко	Никогда
14.1. Учебники				
14.2. Уроки				
14.3. Интернет				
14.4. Средства массовой информации				
14.5. Дополнительная литература				
14.6. Мультимедиа средства(DVD,CD)				
14.7. Общение со сверстниками				
14.8. Общение со старшими людьми				
14.9. Дополн. занятия в кружках, секциях, студиях.				

15. Что в наибольшей степени оказывает влияние на Ваш выбор образовательных средств?

15.1. Выбранный профиль.	15.6. Рекомендации родителей.
15.2. Материальное положение семьи.	15.7. Советы друзей.
15.3. Материально-техн. база школы	15.8. Рекомендации учителей.
15.4. Личные предпочтения	15.9. Другое.
15.5. Свои коммуникативные возможности	

16. Использованию каких образовательных средств Вы бы отдали предпочтение?

Анкета ученика.

1. Я с удовольствием рассказываю дома о школьных делах.
2. Учителя ко мне часто несправедливы.
3. Среди моих знакомых мне нравятся все без исключения.
4. Я нередко вмешиваюсь в игры одноклассников помимо своего желания.
5. Мои друзья не из нашего класса.
6. Дома у меня часто меняется настроение с хорошего на плохое и обратно.
7. В школе у меня обычно хорошее настроение.
8. У меня есть любимые учебные предметы.
9. Я, даже разозлившись, никогда не повышаю голос.
10. Я выполняю все домашние задания без напоминания старших.
11. Если меня поругали, у меня заметно портится настроение.
12. Дома мне охотно объясняют непонятное, новое.
13. Мне не хотелось бы ходить на некоторые уроки.
14. Я всегда выполняю то, что говорят старшие.
15. Я люблю пошутить над одноклассниками, например, напугать.
16. У меня есть интересные дела помимо школы, дома, а также кружков, секций.
17. Дома я избегаю лишних разговоров, предпочитаю молчать.
18. Обычно ко всем урокам я хорошо подготовлен.
19. У меня есть любимое занятие.
20. Я никогда не нарушал правила поведения в школе.
21. Я делаю уроки в одно и то же время.
22. Если меня дома разозлили, то, выходя из комнаты, я не редко хлопаю дверью.
23. Мне все нравится в отношениях домашних ко мне.
24. Если я получаю замечания от учителей, то нередко стараюсь доказать, что замечание несправедливо.
25. Я не люблю, даже изредка, говорить о себе, о своих достоинствах или о своих вещах.
26. Мы в классе частенько ссоримся, а бывает, и деремся.
27. Мне интереснее с ребятами из другого класса.
28. Дома говорят, что я нетерпелив.
29. Меня устраивает расписание уроков.
30. Я знаю, кем буду, когда окончу школу.
31. Я никогда ничего не боялся.
32. Я выполняю домашние задания быстрее многих ребят.
33. У меня много серьезных неприятностей в жизни.
34. Дома почти каждый день спрашивают меня о школьных делах.
35. Я редко сам обращаюсь к учителям.
36. Я всегда выполняю свои обещания.
37. Я нередко делаю замечания ученикам младших классов или более слабым ребятам.
38. Мне хочется, чтобы в нашем дворе было больше ребят.
39. Дома редко у кого есть время выслушать и понять меня.
40. Я люблю поговорить о школе, о школьных делах.
41. У меня есть способности.
42. Я всегда доброжелателен.
43. Я никогда не беру у одноклассников тетради, книги и другие вещи без их разрешения.
44. Когда я читаю или делаю уроки, мне мешают посторонние разговоры.
45. Если дома меня наказывают, то обычно справедливо.
46. На уроках учитель часто делает мне замечания.
47. Я всегда послушен.
48. Бывает, я развлекаюсь, пряча вещи у одноклассников.
49. Летние каникулы я провожу обычно в большой компании ребят.
50. Дома редко улыбаются мне.
51. После окончания уроков я бодр и весел.
52. У меня есть мечта.
53. Я всегда ем все, что мне дают.
54. Мне больше нравится строгий учитель.
55. Когда я сижу без дела, то чувствую себя беспокойно.

Тест «Выявление способностей».

Это про меня – 3 балла.

Для меня это характерно в зависимости от ситуации – 2 балла.

Мне это безразлично – 1 балл.

Для меня это не приемлемо - 0 баллов.

<p>Музыкальные способности.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Люблю музыку, всегда хочу ее послушать. 2. Очень быстро и легко запоминаю ритм и мелодию, внимательно вслушиваюсь в них. 3. Когда пою или играю на музыкальном инструменте, вкладываю в это свою энергию и настроение. 4. Сочиняю свои собственные мелодии и песни. 5. Умею или учусь играть на музыкальном инструменте. 	<p>Незаурядный интеллект.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Обладаю хорошей памятью. 2. Легко и быстро схватываю новый учебный материал. 3. Задаю много продуманных вопросов. 4. Люблю много читать. 5. Очень восприимчив, наблюдателен, быстро реагирую на все новое и неожиданное в жизни.
<p>Технические способности.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Интересуюсь самыми разнообразными механизмами и машинами. 2. Люблю находить причины неисправности механизмов или аппаратуры. 3. Могу чинить старые и испорченные приборы. 4. Люблю и умею рисовать чертежи и эскизы механизмов. 5. Интересуюсь специальной и технической литературой. 	<p>Спортивный талант.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Очень энергичен, все время хочу двигаться. 2. Предпочитаю играм и соревнованиям. 3. Мне кажется, что я всерьез не устаю. 4. Я почти всегда беру верх в соревнованиях и спортивных играх. 5. Я ловко управляюсь с любыми спортивным инвентарем.
<p>Способности к науке.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Обладаю способностями к восприятию абстракций и обобщению информации. 2. Умею четко выразить словами чужую и свою собственную мысль. 3. Люблю читать научную литературу и научные статьи. 4. Часто пытаюсь найти собственное объяснение причин и смысл самым разнообразным событиям. 5. С удовольствием провожу время за созданием собственных проектов. 	<p>Литературное дарование.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Если я рассказываю о чем-то, то умею придерживаться выбранного сюжета, не теряю основную мысль. 2. Люблю фантазировать. 3. В своих рассказах передаю эмоциональные состояния героев. 4. Мои пересказы очень интересны. 5. Иногда мне хочется написать книгу.
<p>Артистический талант.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Когда мне не хватает слов, я выражаю свои чувства мимикой и жестами. 2. Хочу, чтобы на мои рассказы слушающие эмоционально реагировали. 3. Меняю тональность голоса, непроизвольно подражаю человеку, о котором рассказываю. 4. С большим желанием выступаю перед аудиторией. 5. Очень хорошо передразниваю чьи-то привычки, позы, выражения. 	<p>Художественные способности.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Мне хочется выразить свои чувства в рисунке. 2. В своем творчестве, мне хочется изобразить весь окружающий мир. 3. Люблю посещать музеи и выставки. 4. В свободное время люблю сделать что-то своими руками. 5. Люблю украшать интерьер и одежду.

Подсчитайте количество баллов по каждой способности и разделите на 5 (найдите среднее арифметическое).

Диагностика личностного роста подростков (9-11 классы)

Инструкция: Вам предлагаются высказывания, для каждого из которых следует в баллах определить степень своего согласия или несогласия с ним.

- +4 – несомненно, да (очень сильное согласие)
- +3 – да конечно (сильное согласие)
- +2 – в общем, да (среднее согласие)
- +1 – скорее да, чем нет (слабое согласие)
- 0 – ни да, ни нет
- 1 – скорее нет, чем да (слабое несогласие)
- 2 – в общем, нет (среднее несогласие)
- 3 – нет, конечно (сильное несогласие)
- 4 – нет, абсолютно неверно (очень сильное несогласие)

1. Мне нравится, когда наша семья идет в гости, отмечает какой-нибудь праздник или просто собирается за общим столом.
2. Те, кто критикует происходящее в стране, не может считаться настоящими патриотами.
3. Бродячих собак нужно уничтожать, потому что они могут быть опасны.
4. Любой конфликт можно уладить, не прибегая к силе.
5. Я способен с радостью выполнять любую работу.
6. То, что взрослые называют культурными ценностями прошлого, на самом деле оказывается старой рухлядью.
7. Не стоит обращаться на уроке к учителю с вопросами, они отвлекают от главного.
8. Человек, совершивший преступление, никогда не сможет измениться к лучшему.
9. Глупо брать на себя риск ради пользы другого человека.
10. Даже самые странные люди с самыми необычными увлечениями и интересами должны иметь право защищать себя и свои взгляды.
11. Спортивные занятия – жизненная необходимость для здоровья каждого человека.
12. Большинство моих сверстников предпочитает общаться с красивыми людьми.
13. Свои проблемы я стремлюсь решать самостоятельно, собственными силами.
14. Я смогу прожить счастливо, не создавая собственной семьи.
15. Я многим обязан своей стране.
16. За новогодней елкой лучше сходить в лес, там можно выбрать самую пушистую.
17. Люди, выступающие против войны, на самом деле трусоваты.
18. Физический труд – удел неудачников.
19. Внешний вид – показатель уважения не только к себе, но и к окружающим.
20. Я люблю узнавать значения незнакомых мне слов.
21. Стране станет легче, если мы избавимся от психически больных людей.
22. Мне жаль беспомощных людей и хочется помочь им.
23. Есть нации и народы, которые не заслужили, чтобы к ним хорошо относились.
24. Я считаю, что курение или алкоголь способны помочь мне расслабиться, снять напряжение.
25. Я часто чувствую разочарование от жизни.
26. Выбирая, люди часто ошибаются, но я не боюсь сделать ошибку, совершая выбор.
27. Без семьи и детей человек чувствуют себя более свободным.
28. Я готов защищать свою родину в случае серьезной опасности.
29. Держать животных в передвижных зверинцах – бесчеловечно.
30. Фильмы – боевики со стрельбой и кровью воспитывают мужество.
31. Домохозяйка тоже может быть творческим человеком.
32. Нецензурные выражения в общении – признак бескультуры.
33. Учеба – занятие для ботаников.
34. Если ради справедливости надо убить человека, то это нормально.
35. Я испытываю сильные положительные эмоции, когда делаю кому-то подарки.
36. Большинство преступлений в нашем городе совершаются приезжими.
37. От одной дозы наркотиков я не стану наркоманом.
38. Я очень сильно переживаю любые, даже незначительные неудачи.
39. Я готов спорить с учителем, если считаю, что он не прав.
40. Я горжусь своей фамилией.
41. День победы (9 мая) – праздник не для всех, а только для ветеранов и пожилых людей.
42. Ввоз редких экзотических животных из-за рубежа – нормальный способ заработать деньги.
43. На военнопленных не должны распространяться права человека.
44. Я хотел бы подрабатывать в свободное время, если это не будет мешать учебе.
45. Какое общение без бутылки «Клинского»!
46. Человек не может знать всего, поэтому я не беспокоюсь по поводу своего незнания некоторых важных вещей.
47. Лучше оправдать десять преступников, чем казнить одного невиновного.
48. Люди, которые просят милостыню, скорее всего, ленивы и лживы.
49. Судейство в отношении наших на международных соревнованиях часто несправедливо, потому что россиян никто не любит.
50. Все состоявшиеся в жизни люди стараются поддерживать хорошую физическую форму.

51. Мне тяжело заводить знакомства с новыми людьми.
52. Для меня важно найти смысл собственной жизни.
53. Рассматривать старые семейные фотографии – занятие для чудаков.
54. Оказавшись за границей, я постараюсь, чтобы меня не воспринимали как россиянина.
55. Убирать мусор на туристических стоянках – глупое занятие.
56. Уступить в споре – значит показать свою слабость.
57. Хорошая учеба – это тоже важный и серьезный труд.
58. Проявления вандализма – одна из форм протеста молодежи.
59. Мне нравится копаться в энциклопедиях, журналах, словарях, там можно найти много интересного.
60. Я не могу себя хорошо чувствовать, когда окружающие меня люди чем-то подавлены.
61. Я могу пожертвовать своим благополучием ради помощи незнакомому мне человеку.
62. Несправедливо ставить людей с темным цветом кожи руководителями над белыми людьми.
63. Я предпочту активный отдых сидению у телевизора или компьютера.
64. Я неловко себя чувствую в незнакомой компании.
65. Мои поступки часто зависят от внешних обстоятельств.
66. Человеку не обязательно знать свою родословную.
67. Бывает, что я испытываю волнение, когда слышу песни о своей родине.
68. Если учесть все «за» и «против», то хранение в России иностранных ядерных отходов принесет больше финансовой выгоды, чем экологического вреда.
69. Мы – сильная военная держава, и именно поэтому нас должны уважать.
70. Субботник по очистке территории дома или школы – пережиток прошлого.
71. Я не могу представить русскую разговорную речь без мата.
72. Я думаю, что и без получения хороших знаний смогу в будущем сделать неплохую карьеру.
73. Пыток и издевательств не заслуживают даже отъявленные преступники, ведь они тоже люди.
74. Я готов помочь пожилому человеку только за вознаграждение.
75. Власти должны запретить доступ в нашу страну беженцев из экономически отсталых государств, так как их приток увеличивает уровень преступности.
76. Я думаю, что здоровье сегодня не самое главное в жизни.
77. Меня не угнетает временное одиночество.
78. Я чаще всего следую за мнением большинства.
79. Меня огорчает, что я не делаю для родителей всего, что мог бы.
80. Я хотел бы съездить в другие страны, но жить я предпочитаю в своей.
81. Я считаю, что носить шубы из натурального меха безнравственно.
82. Мне кажется, что в нашей стране слишком много оружия.
83. Я не могу заставить себя делать работу, которая мне не нравится.
84. Я могу нахамить человеку, если он мне чем-то не нравится.
85. Телевидение в первую очередь должно быть средством для развлечения и отдыха, и только во вторую – источником информации о событиях в стране и в мире.
86. Всех бомжей необходимо вылавливать и принуждать к работе.
87. Человеку свойственно никогда ничего не делать без оглядки на собственную выгоду.
88. Истинной религией может быть только одна единственная религия.
89. Вкусовые качества продуктов питания, на мой взгляд, важнее их полезности.
90. В глубине души я знаю, что оцениваю себя низко.
91. Когда я поступаю неправильно, меня мучает совесть.

Бланк для ответов и ключ.

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

Изучение общей самооценки с помощью опросника Г.Н.Казанцевой

Инструкция. Вам будут зачитаны утверждения, надо записать их номера и один из трех вариантов ответа: да, нет, не знаю, который в большей степени соответствует вашему поведению в подобной ситуации. Отвечать надо быстро, не задумываясь.

1. Обычно я рассчитываю на успех в своих делах.
2. Большую часть времени я нахожусь в подавленном настроении.
3. Со мной большинство ребят советуются (считаются).
4. У меня отсутствует уверенность в себе.
5. Я примерно так же способен и находчив, как большинство окружающих меня людей (ребят в классе).
6. Временами я чувствую себя никому не нужным.
7. Я все делаю хорошо (любое дело).
8. Мне кажется, что я ничего не достигну в будущем (после школы).
9. В любом деле я считаю себя правым.
10. Я делаю много такого, о чем в последствии жалею.
11. Когда я узнаю об успехах кого-нибудь, кого я знаю, то ощущаю это как собственное поражение.
12. Мне кажется, что окружающие смотрят на меня осуждающе.
13. Меня мало беспокоят возможные неудачи.
14. Мне кажется, что успешному выполнению мною поручений или дел мешают различные препятствия, которые не преодолеть.
15. Я редко жалею о том, что уже сделал.
16. Окружающие меня люди гораздо более привлекательные, чем я сам.
17. Я думаю, что я постоянно кому-нибудь необходим.
18. Мне кажется, что я занимаюсь гораздо хуже, чем остальные.
19. Мне чаще везет, чем не везет.
20. В жизни я всегда чего-то боюсь.

Обработка результатов. Подсчитывается количество согласий под нечетными номерами, из них вычитается количество согласий под четными номерами. Результат от -10 до -4 – низкая самооценка. От -3 до +3 – средняя самооценка, от 4 до 10 – высокая самооценка.

Тест «Карта интересов»

Инструкция. Отвечайте быстро, не задумываясь. Верный ответ (правильный) тот, который первым приходит на ум. Возможные ответы:

- очень нравится (++);
- нравится (+);
- не нравится (-);
- совсем не нравится (--).

Любите ли вы? Нравится ли вам? Хотели бы вы?

1. Читать книги типа «Занимательная физика».
2. Читать книги типа «Занимательная математика».
3. Знакомиться с достижениями в области автомобилестроения.
4. Читать технические журналы и узнавать о новинках компьютерной техники.
5. Узнавать об открытиях в химии, о жизни и деятельности выдающихся химиков.
6. Узнавать о жизни животных и растениях.
7. Узнавать о том, как люди научились бороться с болезнями, о достижениях в области медицины.
8. Знакомиться с различными странами по описаниям и географическим картам.
9. Читать книги об исторических моментах и личностях.
10. Читать произведения классиков мировой литературы.
11. Интересоваться историей развития искусства, слушать классику, джазовую музыку.
12. Интересоваться работой учителя, психолога.
13. Интересоваться искусством кулинарии, дизайна интерьера помещений, конструированием одежды, машин и иного автомобильного оборудования.
14. Читать книги о войнах и сражениях, узнавать о работе спасателей и службе в силовых ведомствах (пожарная, ФСБ).
15. Узнавать о проблемах в области соблюдения прав человека.
16. Интересоваться научно-популярной литературой о физических открытиях.
17. Читать научно-популярную литературу о жизни и деятельности выдающихся математиков.
18. Выяснять устройство машин и механизмов.
19. Посещать выставки компьютерной техники и оргтехники.
20. Проводить опыты по химии, следить за ходом химической реакции.
21. Изучать ботанику, зоологию, биологию.
22. Знакомиться с особенностями строения и функциями человеческого организма.
23. Узнавать об исследованиях новых местонахождений полезных ископаемых, изучать минералы.
24. Обсуждать текущие политические события в стране и за рубежом.
25. Знакомиться с литературно-критическими статьями.
26. Обсуждать кинофильмы, театральные постановки, художественные выставки, размышлять об эстетической стороне.
27. Интересоваться внутренним миром человека, узнавать причины поступков, помощь в преодолении трудностей.
28. Заботиться об уюте в доме, классе, устраивать элементы интерьера по своему вкусу.
29. Знакомиться с военной техникой, спецтехникой МЧС, разведтехникой ФСБ и т.д. Читать о жизни и деятельности великих разведчиков.
30. Интересоваться юридической литературой.
31. Проводить опыты по физике.
32. Решать математические задачи.
33. Заниматься автоделом в кружке или секции.
34. Работать за компьютером.
35. Готовить растворы, взвешивать реактивы.
36. Ухаживать за растениями, следить за их ростом, вести наблюдения, работать в саду, на огороде.
37. Изучать причины возникновения разных болезней.
38. Интересоваться экологической ситуацией в области, в стране, в мире.
39. Изучать историю возникновения народов и государств.
40. Писать статьи в школьную газету, участвовать в работе редколлегии, культурно-массового сектора.
41. Декламировать, петь, выступать на сцене.
42. Заниматься с детьми, разбирать конфликты, находить выход.
43. Шить, вязать, готовить пищу, мастерить, ремонтировать бытовые приборы, устройства, мебель и т.д.
44. Принимать участие в военно-спортивных состязаниях.
45. Знакомиться с конституционным устройством различных государств.
46. Заниматься в физическом кружке.
47. Заниматься в математическом кружке.
48. Ремонтировать авто- и мототехнику.
49. Разбираться в компьютерных программах.

50. Заниматься в химическом кружке.
51. Заниматься в биологическом кружке.
52. Знакомиться с работой медсестры, врача.
53. Составлять геологические и географические карты.
54. Посещать исторические музеи, знакомиться с памятниками культуры.
55. Письменно излагать свои мысли, наблюдения, вести дневник.
56. Заниматься в драмкружке.
57. Объяснять товарищам порядок выполнения учебных заданий.
58. Оказывать людям различные услуги (распечатка докладом ПК и т.д.).
59. Смотреть телепередачи о военной службе, работе ФСБ и спасателей, МВД.
60. Интересоваться содержательной стороной Уголовного кодекса, Кодекса об административных правонарушениях, Гражданского кодекса и т.д.
61. Участвовать в физических олимпиадах.
62. Участвовать в математических конкурсах.
63. Участвовать в соревнованиях по авто- и мотоспорту.
64. Участвовать в химических олимпиадах.
65. Участвовать в олимпиадах по информатике.
66. Участвовать в биологических олимпиадах.
67. Ухаживать за больными, интересоваться действием медицинских препаратов на организм человека в зависимости от заболевания.
68. Проводить топографическую съемку местности.
69. Выступать с сообщениями об исторических событиях.
70. Заниматься в литературном и лингвистическом кружке.
71. Играть на музыкальных инструментах, рисовать, оформлять и т.д.
72. Выполнять работу старосты класса, руководителей (организаторов) ответственных за сектора.
73. Заботиться об экономии семейного бюджета, советовать родителям.
74. Посещать военные училища, учебные заведения МЧС, МВД.
75. Готовить правовые доклады на правовую тематику.
76. Выступать с докладами о новых физических открытиях.
77. Организовывать математические конкурсы.
78. Изучать устройство и принцип действия узлов и агрегатов автомашин.
79. Изучать устройство и принцип действия компьютерной техники и оргтехники.
80. Принимать участие в химических кружках, вечерах посвященных проблематике в области химии.
81. Проводить опыты по биологии.
82. Изучать болезненные состояния людей, оказывать первую медицинскую помощь.
83. Участвовать в экологических и географических экспедициях, осуществлять контроль за экологической ситуацией (заборы воды).
84. Изучать историю родного края.
85. Участвовать в составлении и написании сценариев к КВН и др.
86. Принимать участие в художественной самодеятельности.
87. Организовывать игры для младших и сверстников.
88. Во время походов готовить еду, фотографировать, обслуживать, обеспечивать комфорт.
89. Изучать военное дело.
90. Интересоваться новыми нормативно-правовыми актами, особенностями законодательства.

I – Физика

II – Математика

III – Автодело

IV – Компьютер и оргтехника

V – Химия

VI – Биология и сельское хозяйство

VII – Медицина

VIII – География, экология

IX - История

X – Филология, журналистика

XI - искусство

XII - педагогика

XIII – труд в сфере обслуживания

XIV – военное дело, МЧС

XV - право

Методика для оценки стратегий и моделей преобладающего поведения

(Водопьянова Н.Е., Старченко Е.С.)

Инструкция. Вам предлагается 54 утверждения относительно поведения в напряженных (стрессовых) ситуациях. Оцените, пожалуйста, как Вы обычно поступаете в данных случаях. Для этого на листе ответов поставьте цифру от 1 до 5, которая наиболее соответствует вашим действиям.

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

Вопросы.

1. В любых сложных ситуациях Вы не сдаетесь.
2. Вы объединяетесь с другими людьми, чтобы вместе разрешить ситуацию.
3. Вы советуетесь с друзьями или близкими относительно того, что бы они сделали, оказавшись в вашем положении.
4. Вы всегда очень тщательно взвешиваете возможные варианты решений, ведь лучше быть осторожным, чем подвергать себя риску.
5. Вы полагаетесь на свою интуицию.
6. Как правило, Вы откладываете решение возникающей проблемы, надеясь, что она разрешится сама.
7. Вы стараетесь держать все под контролем, хотя и не показываете этого другим.
8. Вы полагаете, что иногда следует действовать столь быстро и решительно, чтобы застать других врасплох.
9. Решая неприятные проблемы, Вы выходите из себя и можете наломать немало дров.
10. Когда кто-нибудь из близких поступает с Вами несправедливо, Вы пытаетесь вести себя так, чтобы они не почувствовали. Что вы расстроены или обижены.
11. Вы стараетесь помочь другим при решении ваших общих проблем.
12. Вы не стесняетесь при необходимости обращаться к другим людям за помощью или поддержкой.
13. Без необходимости Вы не выкладываетесь полностью, предпочитая экономить свои силы.
14. Вы часто удивляетесь, что наиболее правильным является то решение, которое первым пришло к Вам в голову.
15. Иногда Вы предпочитаете заняться чем угодно, лишь бы забыть о неприятном деле, которое нужно делать.
16. Для достижения своих целей Вам часто приходится подыгрывать другим или подстраиваться под других людей, несколько кривить душой.
17. В определенных ситуациях Вы ставите свои личные интересы превыше всего, даже если это пойдет во вред другим.
18. Как правило, препятствия для решения ваших проблем или для достижения желаемого сильно выводят Вас из себя, можно сказать, что они Вас просто бесят.
19. Вы считаете, что в сложной ситуации лучше действовать самому, чем ждать, когда ее будут решать другие.
20. Находясь в трудной ситуации, вы раздумываете о том, как поступили бы в этом случае другие люди.
21. В трудные минуты для Вас очень важна эмоциональная поддержка близких людей.
22. Вы считаете, что во всех случаях лучше «семь раз и более отмерить, прежде чем отрезать».
23. Вы часто проигрываете из-за того, что не полагаетесь на свои предчувствия.
24. Вы не тратите свою энергию на разрешение того, что, возможно, само по себе разрешится.
25. Вы позволяете людям думать, что они могут повлиять на Вас, но на самом деле Вы - крепкий орешек и никому не позволяете манипулировать собой.
26. Вы считаете, что полезно демонстрировать свою власть и превосходство для укрепления собственного авторитета.
27. Вас можно назвать вспыльчивым человеком.
28. Вам бывает достаточно трудно ответить отказом на чьи-либо требования или просьбы.
29. Вы полагаете, что в критических ситуациях лучше действовать сообща с другими.
30. Вы считаете, что на душе может стать легче, если поделиться с другими своими переживаниями.
31. Вы ничего не принимаете на веру, так как полагаете, что в любой ситуации могут быть «подводные камни».
32. Ваша интуиция Вас никогда не подводит.
33. В конфликтной ситуации Вы убеждаете себя и других, что проблема «не стоит и выеденного яйца».
34. Иногда Вам приходится немного манипулировать людьми (решать свои проблемы, невзирая на интересы другого).
35. Иногда бывает очень выгодно поставить другого человека в неловкое и зависимое положение.
36. Вы считаете, что лучше решительно и быстро дать отпор тем, кто не согласен с вашим мнением, чем «тянуть кота за хвост».

37. Вы легко и спокойно можете защитить себя от несправедливых действий со стороны других, в случае необходимости сказать «нет» в ситуации эмоционального давления.
38. Вы считаете, что общение с другими людьми обогатит ваш жизненный опыт.
39. Вы полагаете, что поддержка других людей очень помогает вам в трудных ситуациях.
40. В трудных ситуациях вы долго готовитесь и предпочитаете сначала успокоиться. А потом уже действовать.
41. В сложных ситуациях лучше следовать первому импульсу, чем долго взвешивать возможные варианты.
42. По возможности Вы избегаете решительных действий, требующих большой напряженности и ответственности за последствия.
43. Для достижения своих заветных целей не грех и немного полукавить.
44. Вы ищите слабости у других людей и используете их со своей выгодой.
45. Грубость и глупость других людей часто приводит Вас в ярость или выводит из себя.
46. Вы испытываете неловкость, когда вас хвалят или говорят комплименты.
47. Вы считаете, что совместные усилия с другими людьми принесут больше пользы в любых ситуациях (при решении любых задач).
48. Вы уверены, что в трудных ситуациях вы всегда найдете понимание и сочувствие со стороны близких людей.
49. Вы полагаете, что во всех случаях нужно следовать принципу: «Тише едешь, дальше будешь».
50. Действие под влиянием первого порыва всегда хуже, чем трезвый расчет.
51. В конфликтных ситуациях Вы предпочитаете найти какие-либо важные и неотложные дела, позволяя другим заняться решением проблемы или надеясь, что время все расставит на свои места.
52. Вы полагаете, что хитростью можно порой добиться больше, чем действуя напрямую.
53. Цель оправдывает средства.
54. В значимых конфликтных ситуациях вы бываете агрессивным.

Методика диагностики оперативной оценки самочувствия, активности и настроения (САН)

Опросник состоит из 30 пар противоположных характеристик, по которым испытуемого просят оценить свое состояние. Каждая пара представляет собой шкалу, на которой испытуемый отмечает степень выраженности той или иной характеристики своего состояния в момент обследования.

Инструкция: Вам предлагается описать свое состояние, которое вы испытываете в настоящий момент, с помощью таблицы, состоящей из 30 полярных признаков. Вы должны в каждой паре выбрать ту характеристику, которая наиболее точно описывает Ваше состояние, и отметить цифру, которая соответствует степени(силе) выраженности данной характеристики.

Обработка данных: При подсчете крайняя степень выраженности негативного полюса пары оценивается в один балл, а крайняя степень выраженности позитивного полюса пары в семь баллов. При этом нужно учитывать, что полюса шкал постоянно меняются, положительные состояния всегда получают высокие баллы, а отрицательные – низкие. Полученные баллы группируются в соответствии с ключом в три категории и подсчитывается количество баллов по каждой из них.

Самочувствие (сумма баллов по шкалам) – 1, 2, 7, 8, 13, 14, 19, 20, 25, 26.

Активность (сумма баллов по шкалам) – 3, 4, 9, 10, 15, 16, 21, 22, 27, 28.

Настроение (сумма баллов по шкалам) – 5, 6, 11, 12, 17, 18, 23, 24, 29, 30.

Полученные результаты по каждой категории делятся на 10. Средний балл шкалы равен 4. Оценки, превышающие 4 балла, говорят о благоприятном состоянии испытуемого, оценки ниже 4 свидетельствуют об обратном. Нормальные оценки состояния лежат в диапазоне 5,0 – 5,5 баллов. Следует учесть, что при анализе функционального состояния важны не только значения отдельных его показателей, но и их соотношение.

Типовая карта методики САН

Ф.И.О. _____

Пол _____ Возраст _____

Дата _____ Время _____

1. Самочувствие хорошее	3	2	1	0	1	2	3	Самочувствие плохое
2. Чувствую себя сильным	3	2	1	0	1	2	3	Чувствую себя слабым
3. Пассивный	3	2	1	0	1	2	3	Активный
4. Малоподвижный	3	2	1	0	1	2	3	Подвижный
5. Веселый	3	2	1	0	1	2	3	Грустный
6. Хорошее настроение	3	2	1	0	1	2	3	Плохое настроение
7. Работоспособный	3	2	1	0	1	2	3	Разбитый
8. Полный сил	3	2	1	0	1	2	3	Обессиленный
9. Медлительный	3	2	1	0	1	2	3	Быстрый
10. Бездеятельный	3	2	1	0	1	2	3	Деятельный
11. Счастливый	3	2	1	0	1	2	3	Несчастный
12. Жизнерадостный	3	2	1	0	1	2	3	Мрачный

13. Напряженный	3	2	1	0	1	2	3	Расслабленный
14. Здоровый	3	2	1	0	1	2	3	Больной
15. Безучастный	3	2	1	0	1	2	3	Увлеченный
16. Равнодушный	3	2	1	0	1	2	3	Взволнованный
17. Восторженный	3	2	1	0	1	2	3	Унылый
18. Радостный	3	2	1	0	1	2	3	Печальный
19. Отдохнувший	3	2	1	0	1	2	3	Усталый
20. Свежий	3	2	1	0	1	2	3	Изнуренный
21. Сонливый	3	2	1	0	1	2	3	Возбужденный
22. Желание отдохнуть	3	2	1	0	1	2	3	Желание работать
23. Спокойный	3	2	1	0	1	2	3	Озабоченный
24. Оптимистичный	3	2	1	0	1	2	3	Пессимистичный
25. Выносливый	3	2	1	0	1	2	3	Утомляемый
26. Бодрый	3	2	1	0	1	2	3	Вялый
27. Соображать трудно	3	2	1	0	1	2	3	Соображать легко
28. Рассеянный	3	2	1	0	1	2	3	Внимательный
29. Полный надежд	3	2	1	0	1	2	3	Разочарованный
30. Довольный	3	2	1	0	1	2	3	Недовольный

Методика «Определение типа мышления»

У каждого человека преобладает определенный тип мышления. Эта методика поможет вам определить тип своего мышления. Если вы согласны с высказыванием, в бланке поставьте «+», если нет «-».

1. Мне легче что-либо сделать самому, чем объяснить другому.
2. Мне интересно было бы создавать компьютерные программы.
3. Я люблю читать книги.
4. Мне нравится живопись, скульптура, архитектура.
5. Даже в отлаженном деле я стараюсь что-то улучшить.
6. Я лучше понимаю, если объясняют на предметах или рисунках.
7. Я люблю играть в шахматы.
8. Мне легко излагать свои мысли как устно, так и письменно.
9. Когда я читаю книгу, я зрительно представляю ее героев.
10. Я предпочитаю самостоятельно планировать свою работу.
11. Мне нравится все делать своими руками.
12. В детстве я создавал (а) свой шифр для переписки с друзьями.
13. Я придаю большое значение сказанному слову.
14. Знакомые мелодии вызывают у меня в голове картины.
15. Я испытываю потребность в новых впечатлениях.
16. При решении задачи мне легче идти методом проб и ошибок.
17. Мне интересно разбираться в природе физических явлений.
18. Мне интересна работа телеведущего, журналиста.
19. Мне легко представить животное, которого нет в природе.
20. Мне больше нравится сама работа, чем ее результат.
21. Мне нравилось в детстве собирать конструктор.
22. Я предпочитаю точные науки (математику, физику).
23. Я могу оценить красоту некоторых стихотворений.
24. Знакомый запах вызывает в моей памяти прошлые события.
25. Мне трудно подчинять свою жизнь определенной системе.
26. Когда я слышу музыку, мне хочется петь или танцевать.
27. Я понимаю красоту математических формул.
28. Мне легко говорить перед любой аудиторией.
29. Я люблю посещать выставки, спектакли, концерты.
30. Я сомневаюсь даже в том, что для других очевидно.
31. Я люблю заниматься рукоделием, что-то мастерить.
32. Мне интересно было бы расшифровать тайные знаки.
33. Я легко усваиваю грамматические конструкции языка.
34. Мне понятны слова Ф.М.Достоевского: «Красота спасет мир».
35. Не люблю ходить одним и тем же путем.
36. Истинно только то, что можно потрогать и увидеть.
37. Я легко запоминаю формулы, символы, условные знаки.
38. Друзья любят слушать, когда я им что-то рассказываю.
39. Мне легко представить в зрительных образах содержание рассказа или фильма.
40. Я не могу успокоиться, пока не доведу свою работу до совершенства.

Обработка результатов. Подсчитайте плюсы в каждой из пяти колонок и запишите полученное число в пустой нижней клетке бланка. Каждая колонка соответствует определенному типу мышления. Количество баллов в каждой колонке указывает на уровень развития данного типа мышления (0-2 – низкий, 3-5 – средний, 6-8 – высокий).

1. Предметно-действенное мышление свойственно людям дела. Они усваивают информацию через движения. Их руками создан весь окружающий нас предметный мир. Они водят машины, стоят у станков, собирают компьютеры. Этот тип мышления преобладает у спортсменов.

2. Абстрактно-символическим мышлением обладают многие люди науки – физики-теоретики, математики, экономисты, программисты. Они усваивают информацию с помощью математических кодов и формул. Благодаря такому мышлению на основе гипотез сделаны многие открытия во всех областях науки.

3. Словесно-логическое мышление важно для учителя, переводчика, писателя, журналиста. Умение формулировать и излагать свои мысли необходимо руководителям и политикам.

4. Наглядно-образным мышлением обладают люди с художественным складом ума – художники, поэты, писатели, режиссеры, архитекторы, конструкторы, дизайнеры.

В чистом виде эти типы мышления встречаются редко. У большинства людей преобладает один или два типа. Для многих профессий, например, для психолога необходимо сочетание разных типов мышления. Это – **синтетическое мышление**.

5. Креативность – это способность мыслить творчески, находить нестандартные решения задачи. Креативностью может обладать человек с любым типом мышления. Это качество отличает людей, талантливых и успешных в любой сфере.

МОДТ. Многомерная оценка детской тревожности.

Инструкция: отвечайте «да» или «нет»

1. Часто ли ты чувствуешь себя обеспокоенным и взволнованным?
2. Часто ли твои одноклассники смеются над тобой, когда вы играете в разные игры?
3. Стараешься ли ты избегать игр, в которых делается выбор, только потому, что тебя могут не выбрать?
4. Как ты думаешь, теряют ли симпатии учителей те ученики, которые не справляются с учебной работой?
5. Можешь ли ты свободно говорить с родителями о вещах, которые тебя беспокоят?
6. Трудно ли тебе учиться не хуже других ребят?
7. Боишься ли ты вступать в спор?
8. Волнуешься ли ты, когда учитель говорит, что он собирается проверить, насколько хорошо ты знаешь материал?
9. Часто ли ты чувствуешь себя усталым?
10. Сказывается ли на желудке твое волнение?
11. Когда вечером ты лежишь в постели, часто ли ты испытываешь беспокойство по поводу того, что будет завтра?
12. Часто ли у тебя возникает ощущение, что никто из твоих одноклассников не хочет делать того, что хочешь делать ты?
13. Кажется ли тебе, что окружающие часто недооценивают тебя?
14. Доволен ли ты тем, как относятся к тебе учителя?
15. Можешь ли ты обратиться со своими проблемами к близким, не испытывая страха, что тебе будет хуже?
16. Часто ли тебе ставят более низкую оценку, чем ты ожидал?
17. Часто ли ты боишься выглядеть нелепо?
18. Обычно ты волнуешься при ответе или при выполнении контрольных заданий?
19. Чувствуешь ли ты себя бодрым после отдыха?
20. Случается ли тебе попадать в такие ситуации, когда ты чувствуешь, что твоё сердце вот-вот остановится?
21. Часто ли тебя что-то мучает, а что – не можешь понять?
22. Часто ли ты чувствуешь себя не таким, как большинство твоих одноклассников?
23. Часто ли ты боишься, что тебе не о чем будет говорить, когда кто-то начинает с тобой разговор?
24. Обладают ли некоторые ученики какими-то особыми правами, которых нет у других ребят в классе?
25. Кажется ли тебе иногда, что никто из родителей тебя хорошо не понимает?
26. Часто ли твои одноклассники смеются над тобой, когда ты делаешь ошибки?
27. Обычно тебя волнует то, что думают о тебе окружающие?
28. Выполнив задание, беспокоишься ли ты о том, хорошо ли с ним справился?
29. Чувствуешь ли ты себя хуже от волнений и ожидания неприятностей?
30. Случается ли, что ты испытываешь кожный зуд и покалывание, когда волнуешься?
31. Часто ли ты волнуешься из-за того, что, как выясняется позже, не имеет никакого значения?
32. Верно ли, что большинство ребят относятся к тебе по-дружески?
33. Испытываешь ли ты стеснение, находясь среди малознакомых людей?
34. Волнуешься ли ты, когда учитель просит остаться после уроков и поработать с ним индивидуально?
35. Когда у тебя плохое настроение, советуют ли тебе твои родители успокоиться и отвлечься?
36. Когда ты получаешь хорошие отметки, думает ли кто-нибудь из твоих друзей, что ты хочешь выделиться?
37. Часто ли, отвечая на уроке, ты переживаешь о том, что думают о тебе в это время другие?
38. Мечтаешь ли ты о том, чтобы поменьше волноваться, когда тебя спрашивают?
39. Часто ли у тебя болит голова после напряженного дня?
40. Бывает ли у тебя сильное сердцебиение в тревожных для тебя ситуациях?
41. Часто ли ты чувствуешь неуверенность в себе?
42. Нравится ли тебе тот одноклассник, к которому другие ребята относятся лучше всех?
43. Обычно ты боишься невольно обидеть других людей своими случайно сказанными словами или поведением?
44. Боишься ли ты критики со стороны учителя?
45. Начинают ли твои родители сердиться и возмущаться по поводу любого пустяка, совершенного тобой?
46. Надеешься ли ты в будущем учиться лучше, чем теперь?
47. Часто ли одноклассники смеются над твоей внешностью и поведением?
48. Бывает ли так, что, отвечая перед классом, ты начинаешь заикаться и не можешь ясно произнести ни одного слова?
49. Трудно ли тебе вставать по утрам вовремя?
50. Бывают ли у тебя внезапные чувства жара или озноба?
51. Трудно ли тебе сосредоточиться на чем-то одном?
52. Верно ли, что большинство твоих одноклассников не обращают на тебя внимания?
53. Часто ли ты, услышав смех, чувствуешь себя задетым и думаешь, что смеются над тобой?
54. Легко ли учителю привести тебя в замешательство своим неожиданным вопросом?
55. Часто ли твои родители интересуются тем, что тебя волнует и чего ты хочешь?
56. Боишься ли ты не справиться со своей работой?

57. Часто ли ты упрекаешь себя в том. Что не используешь многие свои способности?
58. Обычно ты спишь спокойно накануне контрольной или экзамена?
59. Легко ли ты засыпаешь вечером?
60. Кажется ли тебе иногда, что твое сердце бьется неравномерно?
61. Часто ли тебе снятся страшные сны?
62. Считаешь ли ты, что одеваешься в школу так же хорошо, как и твои одноклассники?
63. Боишься ли ты потерять симпатии других людей?
64. Считаешь ли ты, что педагоги относятся к тебе несправедливо?
65. Всегда ли родители с пониманием выслушивают твои взгляды и мнения?
66. Можешь ли ты быть очень настойчивым, если хочешь добиться определенной цели?
67. Трудно ли тебе писать, если при этом кто-то смотрит на твои руки?
68. Часто ли ты получаешь низкую оценку, хорошо зная материал, только из-за того, что волнуешься и теряешься при ответе?
69. Часто ли ты сердисься по мелочам?
70. Бывает ли так, что при волнении у тебя появляются красные пятна на шее и на лице?
71. Часто ли ты испытываешь страх в тех ситуациях, когда точно знаешь, что тебе ничто не угрожает?
72. Злятся ли некоторые из твоих одноклассников, когда тебе удается быть лучше их?
73. Обычно тебе безразлично, что думают о тебе другие?
74. Боишься ли ты, что тебя могут вызвать к директору?
75. Если ты сделаешь что-нибудь не так, будут ли твои родители постоянно и везде говорить об этом?
76. Снится ли тебе иногда, что ты в школе и не можешь ответить на вопрос учителя?
77. Нравится ли тебе быть первым, чтобы другие тебе подражали и следовали бы за тобой?
78. Если ты не можешь ответить, когда тебя спрашивают, чувствуешь ли ты, что вот-вот расплачешься?
79. Часто ли тебе приходится дома доделывать задания, которые ты не успел выполнить в классе?
80. Бывает ли тебе трудно дышать из-за волнения?
81. Боишься ли ты оставаться дома один?
82. Мешает ли твоя застенчивость подружиться с тем, с кем хотелось бы?
83. Часто ли бывает, что тебе кажется, будто окружающие смотрят на тебя как на никчемного и ненужного человека?
84. «Холодеет» ли у тебя все внутри, когда учитель делает тебе замечание?
85. Бывает ли тебе обидно, когда твое мнение не совпадает с мнением родителей, а они категорически настаивают на своем?
86. Часто ли тебе снится, что твои одноклассники могут сделать то, чего не можешь ты?
87. Боишься ли ты, что тебя неправильно поймут, когда ты захочешь что-то сказать?
88. Часто ли бывает такое, что у тебя слегка дрожит рука при выполнении контрольных заданий?
89. Легко ли тебе расплакаться из-за ерунды?
90. Боишься ли ты, что тебе вдруг станет дурно в классе?
91. Страшно ли тебе оставаться одному в темной комнате?
92. Доволен ли ты тем, как относятся к тебе одноклассники?
93. Трудно ли тебе получать такие отметки, каких ждут от тебя окружающие?
94. Снится ли тебе временами, что учитель в ярости из-за того, что ты не знаешь урок?
95. Чувствуешь ли ты себя никому не нужным каждый раз после ссоры с родителями?
96. Сильно ли ты переживаешь по поводу замечаний и отметок, которые тебя не удовлетворяют?
97. Дрожит ли слегка твоя рука, когда учитель просит сделать задание на доске перед всем классом?
98. Беспокоишься ли ты по дороге в школу о том, что учитель может дать классу проверочную работу?
99. Часто ли ты получаешь более низкую оценку, чем мог бы получить, из-за того, что не успел что-то сделать?
100. Потеют ли у тебя руки и ноги при волнении?

Диагностика мотивационной сферы старшеклассников.

Изучение мотивации успеха и боязни неудачи

Инструкция. Рядом с номером каждого утверждения напишите «да» или «нет», в зависимости от Вашего ответа.

1. Включаясь в работу, я надеюсь на успех.
2. В деятельности я активен.
3. Я склонен к проявлению инициативы.
4. Если мне предлагают ответственное задание, я постараюсь по возможности найти причину, чтобы отказаться от него.
5. Я склонен выбирать крайности: либо слишком легкие для меня задания, либо нереально трудные.
6. При встрече с препятствиями, я, как правило, не отступаю, а ищу способы их преодоления.
7. При чередовании успехов и неудач я 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 стараюсь планировать свое будущее на достаточно отдаленную перспективу.
12. Если я рискую, то с умом, а не бесшабашно.
13. Я не слишком настойчив в достижении цели, особенно если отсутствует внешний контроль.
14. Я 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 склоняюсь 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: «Да» - 1,2,3,6,8,10,11,12,14,16,18,19,20.

«Нет» - 4,5,7,9,13,15,17.

Подсчитывается общее количество баллов, по количеству ответов, совпадающих с ключом. Если испытуемый набрал от 1 до 7 баллов, диагностируется мотивация избегания неудачи, от 14 до 20 – мотивация достижения успеха. От 8 до 13 баллов – мотивационный полюс не выражен, при этом от 8-9 баллов - ближе к избеганию неудачи, а 12-13 баллов – к мотивации успеха.

ОПРОСНИК ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ГОТОВНОСТИ

Инструкция

Сейчас тебе будут предложены вопросы, в которых содержится описание какой-либо деятельности. Например, писать стихи, решать задачи по химии, составлять конспекты и т.п. Тебе надо на каждый предложенный вопрос дать четыре варианта ответа.

В 1-м ответе ты указываешь, насколько хорошо ты умеешь делать то, о чем написано в вопросе. Если ты делаешь это, как правило, хорошо, то в бланке ответов ты в нужную клетку под цифрой 1 ставишь 2 балла, если делаешь средне - 1 балл, если делаешь плохо или совсем не умеешь делать – 0 баллов.

Во 2-м ответе ты также в баллах оцениваешь свое отношение к этой деятельности, то есть нравится тебе это делать или нет. Если нравится, то в ту же клетку бланка ответов, но уже под цифрой 2 ты ставишь 2 балла., если тебе все равно, ты ставишь 1 балл, если не нравится – 0 баллов.

В 3-м ответе ты указываешь, хотел бы ты, чтобы на твоей будущей работе тебе было нужно заниматься описанной в вопросе деятельностью. Если ты этого хочешь, то в клетке бланка ответов под цифрой 3 ставишь 2 балла, если все равно – 1 балл, если не хочешь – 0 баллов.

Номер клетки в бланке ответов соответствует номеру вопроса в опроснике.

Если ты никогда не пробовал делать то, что описано в вопросе, то вместо баллов ставишь вы нужную клетку прочерк. При желании можешь дать на этот вопрос только 3-й ответ (в баллах).

Если в вопросе перечислено несколько разных действий, а ты умеешь делать какое-либо одно из них, то именно его ты и оцениваешь.

Шкала ответов

1-й ответ:

- делаю хорошо 2
- делаю средне 1
- делаю плохо, совсем не умею 0

2-й ответ:

- делать нравится 2
- все равно 1
- делать не нравится 0

3-й ответ:

- хотел бы, чтобы на работе было нужно 2
- все равно 1
- не хотел бы, чтобы на работе было нужно 0

1. В течение нескольких лет самостоятельно выращивать какие-либо растения, своевременно выполняя все работы, обеспечивающие их рост и развитие: полив, пересадку, удобрение и пр.
2. Ремонтировать механические и электротехнические устройства, в быту: замок, кран, утюг, светильник, велосипед, мотоцикл, радио и т.п.
3. При общении с людьми сдерживать внешние проявления раздражения, плохого настроения; быть терпеливым и доброжелательным даже с не очень приятными людьми.
4. Анализировать содержание научных, учебных, художественных текстов, выделять главное, делать обобщения, выводы.
5. Писать стихи, прозу, заметки, сочинения, оцениваемые многими в художественном плане достаточно высоко.
6. Собирать коллекции растений, изучать их различные виды.
7. Налаживать и чинить электронную аппаратуру: приемник, магнитофон, телевизор, аппаратуру для дискотек.
8. Объяснять содержание учебного материала, способ решения сложной задачи и т.п. ясным, легко понятным каждому языком.
9. Из крупных текстов делать выписки, группировать их по определенному признаку, составлять конспекты.
10. Мастерить нарядные подарочные изделия из бумаги, материи, дерева, металла, растений и прочее: панно, украшения, сувениры, букеты.
11. Разбираться в особенностях развития и во внешних отличительных признаках многочисленных видов растений.
12. По четкому образцу (рецепту, схеме, выкройке, плану) создавать изделия: кулинарные, швейные, модели, детали и пр.
13. Постоянно оказывать реальную помощь разным людям, нуждающимся в ней.
14. На иностранном языке отвечать на вопросы и задавать их, пересказывать тексты, участвовать в диалоге.
15. Создавать законченные произведения изобразительного искусства: живописи, скульптуры.
16. Отдавать много времени уходу и наблюдению за каким-нибудь животным: кормить, чистить, лечить, обучать.
17. Составлять и собирать схемы различных приборов и устройств; разбираться в принципе их действия.

18. Заниматься с детьми младшего возраста: играть, читать, обучать и пр.
19. Работать с текстами на иностранном языке: переводить, анализировать, переписывать, править.
20. Сочинять музыку, песни, имеющие успех у сверстников и взрослых.
21. Специально наблюдать за жизнью животных в природе, изучать их повадки, характерные формы поведения.
22. Из типовых деталей, предназначенных для изготовления (сборки, пошива и т.п.) определенных моделей или изделий создавать новые, придуманные самостоятельно.
23. Быстро и правильно распознавать сущность малознакомого человека, т.е. понимать причины его поступков, видеть «истинное лицо», часто скрытое за внешним поведением.
24. Выполнять задания по математике, в которых требуется составить логическую цепочку действий, используя при этом различные формулы, законы, теоремы.
25. Перед многими зрителями разыгрывать роли в спектаклях, декламировать стихи, прозу.
26. Разбираться в породах и видах домашних и диких животных, насекомых, птиц, рыб, их характерных внешних признаках и повадках.
27. Выполнять задания (по геометрии, черчению), в которых требуется мысленно представлять расположение предметов или их элементов в пространстве.
28. Оказывать активное влияние на разных людей: убеждать их поступать так, а не иначе, мирить, воспитывать, увлекать своими интересами.
29. Выполнять количественные расчеты, подсчеты данных (по формулам и без них), выводить на основе этого определенные следствия, устанавливать закономерности.
30. Выступать с исполнением музыкальных произведений (пьес, песен), танцевальных номеров.
31. Изучать строение «живой ткани» и мир микроорганизмов с помощью микроскопа и других аналогичных устройств.
32. Находить более рациональный (простой, короткий) способ решения задачи: логической, технической, конструкторской и т.п.
33. Организовывать коллективные вечера, походы и пр. мероприятия.
34. Работать с информацией, представленной в виде условных знаков, символов: составлять и «читать» карты, схемы, чертежи, графики.
35. Придумывать и создавать новые оригинальные модели одежды, причесок, украшений, детали интерьера помещений, кулинарные блюда.
36. При уходе за животными или растениями переносить ручной физический труд, соприкосновение с землей и отходами жизнедеятельности животных, специфический запах животных и пр.
37. Решать задачи по химии, разбираться в химических процессах.
38. Руководить работой других людей, давать им задания, добиваться их выполнения.
39. Запоминать правила, законы, теоремы, условные обозначения, формулы.
40. Составлять рецензии, оценивать (устно или письменно) работу художников, писателей, режиссеров, драматургов и др. специалистов творческих профессий.
41. Пополнять свои знания по различным разделам биологии с помощью специальной научной литературы, лекций, докладов.
42. Разбираться в физических процессах и закономерностях, решать задачи по физике.
43. Для выполнения работы вступать в контакты с незнакомыми или малознакомыми людьми.
44. Проверять правильность или логичность написанного текста, вычислений; исправлять ошибки.
45. Быстрее и чаще других замечать в других, в обычном – необычное, удивительное.
46. Длительное время проводить практические исследования, направленные на изучение животного и растительного мира.
47. Работать на электронно-вычислительной машине, решать какие-либо задачи с ее помощью.
48. Делать устные сообщения, доклады для класса, аудитории.
49. Тщательно выполнять «бумажную работу»: писать, чертить, вычислять, проверять и т.п.
50. Настойчиво и терпеливо «отделывать, оттачивать, переделывать» и т.п., добиваясь совершенства в создаваемом или выполняемом произведении или продукте.

Опросник профессиональных предпочтений Дж. Голланда.

- R (P)**-реалистический
- I (И)**-исследовательский (интеллектуальный)
- S (C)**-социальный
- C (K)**-конвенциональный
- E (П)**-предпринимательский
- A (A)**-артистический

R (P)-реалистический- мужской, несоциальный, стабильный занимается конкретными объектами (вещами, животными, машинами) и их практическим использованием.

Предпочитаемые виды деятельности:

1. Механические виды деятельности, управление большими машинами, использование инструментов, требующих точности, ловкости (токарный станок, бор дантиста, хирургический скальпель).
2. Строительство, ремонт, военные виды деятельности, конструкторские работы.
3. Любая деятельность, которая дает ощутимый результат;

Способности, которыми обладает R-тип:

1. Физическая сила, ручная ловкость.
2. Механические способности, изобретательность.
3. Математические способности.

Личностные качества и ценности:

1. надежность.
2. практичность, бережливость.
3. упорство, настойчивость, уверенность в себе, склонность к риску.
4. скромность, откровенность, застенчивость.
5. независимость, консервативность.
6. подчиняемость.
7. работу выполняет без лишних разговоров, работает тщательно, аккуратно.
8. не любит длинных разговоров.
9. более всего не схож с S-типом (социальным). При контакте может возникать недружелюбие, резкость, непонимание. Наиболее близок к I- и C-типам и предпочитает работать с ними.

Предпочитаемое окружение:

1. Природа, сельская местность.
2. Наименьшее взаимодействие с другими людьми.
3. Ситуации, требующие небрежной одежды.
4. Жесткие военные организации.
5. Транспорт, предприятия энергетики.

Типичные хобби:

1. Реставрация старых механизмов(автомобили, часы и т. д.).
2. Строительные и восстановительные работы.
3. Фермерство, дача, огород.
4. Охота, рыболовство, туризм.
5. Управление моторными видами транспорта.
6. Физически опасные виды спорта, спорт на открытом воздухе.

Профессии R- типа:

Плотник, картограф, фермер, инженер, лесничий, пилот, милиционер, ветеринар, водитель, сварщик. Техник- автомеханик, Техник-бурильщик, Техник- машиностроитель, Техник- нефтегазодобычи, Техник-связист, Техник-технолог(сборщик мебели, резчик по дереву, столяр), Техник-технолог, Техник- лесовод.

I (И) –исследовательский – интерес к абстрактным проблемам, исследовательской работе, познанию нового. Выбирают обычно математику и естественно- научные дисциплины.

Предпочитаемые виды деятельности:

1. Сбор информации, анализ.
2. Выполнение сложных заданий через размышления.
3. Самостоятельная работа с опорой на самого себя.
4. Выполнение научной работы.
5. Предпочитают размышления действиям.

Способности, которыми обладает I-тип:

1. Математические способности.

2. Аналитические навыки.
3. Склонность к науке.
4. Навыки письменного изложения мысли.
5. Рациональность.

Личностные качества и ценности:

1. Независимость, самостоятельность.
2. Сдержанность, методичность.
3. Любознательность, креативность.
4. Уверенность в себе.
5. Стиль работы: выясняет множество деталей, хочет выяснить причины, которые стоят за тем или иным явлением.
6. Более всего не схож с E (II) –типом. Взаимоотношения с этим типом порождают слишком много проблем и вопросов.

Предпочитаемое окружение:

1. Организации, предоставляющие свободу в действиях.
2. Университеты, институты, исследовательские и проектные лаборатории.
3. Ограниченность общения с людьми.

Типичные хобби:

1. Работа (часто поглощен своей работой и работает по много часов в день).
2. Сложные виды деятельности: (яхтенный спорт, подводное плавание, альпинизм, астрономия.).
3. Компьютеры: оценка, программирование, чтение научной литературы.

Профессии I- типа:

Астроном, биолог, географ, геолог, геофизик, инженер- программист, историк, культуролог, лингвист, маркетолог, социолог, физик, химик, эколог, математик.

S(C) - социальный - социально активный, испытывающий потребность во взаимодействии с другими людьми, обладает вербальными способностями. Ориентирован на работу с людьми.

Предпочитаемые виды деятельности:

1. Ориентация на работу в группе с людьми, а не с предметами.
2. Обучение, разъяснение.
3. Оказание помощи, консультирование, советование.
4. Организация групповых мероприятий.

Способности, которыми обладает S-тип:

1. Вербальные способности.
2. Навыки общения с людьми.
3. Преподавательские способности.

Личностные качества и ценности:

1. Ответственность, этичность, гуманистичность.
2. Понимание других.
3. Эмоционально теплые, жизнерадостные, оптимистичные.
4. Более всего не схож с R (P)-типом, близок к A- и E(II) типам.

Предпочитаемое окружение:

1. Социальные организации, школы.
2. Медицинские учреждения, психотерапевтические службы.
3. Агентства социальной защиты.

Типичные хобби:

1. Организация развлечения других.
2. Посещение общественных мероприятий.
3. Благотворительная и социальная работа.

Профессии S- типа:

Учитель, воспитатель, работник сферы здравоохранения (врач, медсестра), социальный работник, психолог, священнослужитель, адвокат, госслужащий, журналист, официант, бармен, агент по продаже недвижимости.

C (K)-конвенциональный предпочитает точную работу, работу со знаками, не любит неопределенность, ценит материальное положение, статус.

Предпочитаемые виды деятельности:

1. Работа, которая требует внимания к деталям и аккуратности.
2. Управление офисным оборудованием.
3. Ведение картотек, финансовых книг.

4. Делает отчеты, таблицы, диаграммы.

Способности, которыми обладает С (К) -тип:

1. Арифметические способности.
2. Канцелярские способности.
3. Аккуратность, пунктуальность.

Личностные качества и ценности:

1. Практичность, честность, сознательность.
2. Самоконтроль, осторожность.
3. Бережливость, интерес к деньгам, материальному благополучию.
4. Ему нужен четкий план, как действовать.
5. Наиболее не схож с типом А, ближе всего к типам R (P) и E (II).

Предпочитаемое окружение:

1. Хорошо работает в больших организациях на подчиненных ролях.
2. Большие финансовые организации, банки.
3. Отделы контроля качества, архивы, инспекции.

Типичные хобби:

1. Коллекционирование (марки, монеты).
2. Постройка моделей.
3. Игры с четкими и ясными правилами.

Профессии С (К) - типа:

Бухгалтер, банковский служащий, кассир, счетовод, банкир, секретарь, аудитор, ветеринарный врач, врач-кибернетик, фармацевт, налоговый инспектор, провизор, прокурор, следователь, финансист, библиотекарь, товаровед.

E (II)-предпринимательский – уверенный в себе, конкурентный, не любит монотонную умственную работу, стремится руководить и организовывать. Занимается предпринимательской деятельностью.

Предпочитаемые виды деятельности:

1. Работа с другими людьми.
2. Соревнование, риск.
3. Продажа, покупка, коммерция.
4. Управление людьми и проектами.
5. Политические компании, выборы, презентации.

Способности, которыми обладает E (II) -тип:

1. Способности организовать, говорить, убедить.
2. Руководящие и лидерские способности.
3. Склонность к предпринимательской деятельности.

Личностные качества и ценности:

1. Стремление к власти, к позиции лидера, к высокому статусу.
2. Азартный, самоуверенный, агрессивный, доминирующий.
3. Экстраверт.
4. Ориентирован на деньги, власть, материальное благополучие.
5. Оптимист, любит популярность.
6. Более всего не схож с I (И)- типом, ему лучше с S(C)- и C (K) –типами.

Предпочитаемое окружение:

1. Посты в государственных и политических организациях.
2. Промышленные фирмы, компании по продаже, агентства по продаже земли, домов, недвижимости.

Типичные хобби:

1. Членство в клубах.
2. Богатый отдых.
3. Развлечения, вечеринки.
4. Политическая деятельность.

Профессии E (II) - типа:

Коммерсант, предприниматель, брокер, адвокат, страховой агент, менеджер, специалист по рекламе, специалист по связям с общественностью, телеоператор, журналист, юрисконсульт.

А- артистический тип – женственный, чувствительный, испытывает потребность в самовыражении, избегает однообразия и физической работы. Область искусства и культуры.

Предпочитаемые виды деятельности:

1. Художественное творчество (живопись, скульптура, фотография, создание украшений, дизайн, композиция, литература).
2. Игра на музыкальных инструментах.
3. Актерская игра.

Способности, которыми обладает А (А) -тип:

1. Воображение.
2. Музыкальные способности.
3. Артистические способности.
4. Способности к языку.
5. Чувство гармонии, вкуса.

Личностные качества и ценности:

1. Независимость.
2. Эмоциональность.
3. Непрактичность.
4. Интуитивность, «правополушарность».
5. Демонстративность.
6. Оригинальность.
7. Более всего не схож с R (P)- типом, близок к I (И) - и S (С) – типу.

Предпочитаемое окружение:

1. Театры, студии, концертные площадки, мастерские, музеи, салоны красоты и т. д.

Типичные хобби:

1. Фотография, рисование, живопись.
2. Посещение концертов, театров, музеев.
3. Сочинение поэм, рассказов.
4. Танцы, музыка.

Профессии А (А) - типа:

Артист, архитектор, дизайнер, скульптор, дирижер, фотограф, учитель музыки, музыкант, директор музея, модельер, парикмахер, флорист, художник.

Опросник самоактуализации (тест САМОАЛ)

Цель: выявление общего личностного потенциала, способность человека к саморазвитию, самореализация сильных сторон личности.

Инструкция: из двух вариантов утверждений выберите тот, который вам больше нравится или лучше согласуется с вашими представлениями, точнее отражает ваше мнение. Здесь нет хороших или плохих, правильных или неправильных ответов, самым лучшим будет тот, который дан по первому побуждению.

№	Вариант а	Вариант б	Ключ	Шкала
1	Придет время, когда я заживу по-настоящему, не так, как сейчас.	Я уверен, что живу по настоящему уже сейчас.	Б	1
2	Я очень увлечен своим профессиональным делом (у меня есть серьезные увлечения в жизни).	Не могу сказать, что мне нравится моя работа и то, чем я занимаюсь.	А	2
3	Если незнакомец окажет мне услугу, я чувствую себя ему обязанным.	Принимая услугу незнакомца, я не чувствую себя обязанным ему.	Б	11
4	Мне бывает трудно разобраться в своих чувствах.	Я всегда могу разобраться в собственных чувствах.	Б	8
5	Я часто задумываюсь над тем, правильно ли я вел себя в той или иной ситуации.	Я редко задумываюсь над тем, насколько правильно мое поведение.	Б	6
6	Я внутренне смущаюсь, когда мне говорят комплименты.	Я редко смущаюсь, когда мне говорят комплименты.	Б	9
7	Способность к творчеству – природное свойство человека.	Далеко не все люди оделены способностью к творчеству.	А	3,7
8	Я меня не всегда хватает времени на то, чтобы следить за новинками литературы и искусства.	Я прилагаю силы, стараясь следить за новостями литературы и искусства	Б	4
9	Я часто принимаю рискованные решения.	Мне трудно принимать рискованные решения.	А	5,6
10	Иногда я могу дать собеседнику понять, что он кажется мне глупым и неинтересным.	Я считаю недопустимым дать понять человеку, что он кажется мне глупым и неинтересным.	А	6,10,11
11	Я люблю оставлять приятное «на потом».	Я не оставляю приятное «на потом».	А	1
12	Я считаю невежливым прерывать разговор, если он интересен только моему собеседнику.	Я могу быстро и непринужденно прервать разговор, интересный только одной стороне.	Б	11
13	Я стремлюсь к достижению внутренней гармонии.	Состояние внутренней гармонии, скорее всего, недостижимо.	А	5,8
14	Не могу сказать, что я себе нравлюсь.	Я себе нравлюсь.	Б	9
15	Я думаю, что большинству людей можно доверять.	Думаю, что без крайней необходимости людям доверять не стоит.	А	3
16	Плохо оплачиваемая работа не может приносить удовлетворения.	Интересное, творческое содержание работы – само по себе награда.	Б	2,5
17	Довольно часто мне бывает скучно.	Мне никогда не бывает скучно.	Б	1
18	Я не стану отступать от своих принципов даже ради полезных дел, которые могли бы рассчитывать на людскую благодарность.	Я бы предпочел отступить от своих принципов ради дел, за которые люди были бы мне благодарны.	а	2
19	Иногда мне трудно быть искренним.	Мне всегда удается быть искренним.	Б	11
20	Когда я нравлюсь себе, мне кажется, что я нравлюсь и окружающим.	Даже когда я себе нравлюсь, я понимаю, что есть люди, которым я неприятен.	Б	8
21	Я доверяю своим внезапно возникшим желаниям.	Свои внезапные желания я всегда стараюсь обдумать.	А	7,9
22	Я должен добиваться совершенства во всем, что я делаю.	Я не слишком расстраиваюсь, если мне не удастся добиваться совершенства во всем, что я делаю.	Б	9
23	Эгоизм – естественное свойство любого человека.	Большинству людей эгоизм не свойственен.	Б	3
24	Если я не сразу нахожу ответ на вопрос, то могу отложить его на неопределенное время.	Я буду искать ответ на интересующий меня вопрос не считаясь с затратами времени.	Б	1,4
25	Я люблю перечитывать понравившиеся мне книги.	Лучше прочесть новую книгу, чем возвращаться к уже прочитанной.	А	2,5
26	Я стараюсь поступать так, как ожидают окружающие.	Я не склонен задумываться о том, чего ждут от меня окружающие.	Б	1,6
27	Прошлое, настоящее и будущее	Думаю, что мое настоящее не очень-	А	1

	представляются мне единым целым.	то связано с прошлым или с будущим.		
28	Большая часть того, что я делаю, доставляет мне удовольствие.	Лишь немногие из моих занятий по настоящему меня радуют.	А	2,5
29	Стремясь разобраться в характере и чувствах окружающих, люди часто бывают бестактны.	Стремление разобраться в окружающих людях вполне естественно, и оправдывает некоторую бестактность.	Б	4,10,11
30	Я хорошо знаю, какие чувства я способен испытывать, а какие – нет.	Я еще не понял до конца, какие чувства я способен испытывать.	А	8
31	Я чувствую угрызения совести, если сержусь на тех, кого люблю.	Я не чувствую угрызений совести, когда сержусь на тех, кого люблю.	Б	6,7,8
32	Человек должен спокойно относиться к тому, что он может услышать о себе от других.	Вполне естественно обидеться, услышав неприятное мнение о себе.	А	6,9,11
33	Усилия, которых требует познание истины, стоят того, ибо приносят пользу.	Усилия, которых требует познание истины, стоят того, ибо доставляют удовольствие.	Б	4,5
34	В сложных ситуациях надо действовать испытанными способами – это гарантирует успех.	В сложных ситуациях надо находить принципиально новые решения.	Б	5
35	Люди редко раздражают меня.	Люди часто раздражают меня.	А	10
36	Если бы была возможность вернуться в прошлое, я бы там многое изменил.	Я доволен своим прошлым и не хочу в нем ничего менять.	Б	
37	Главное в жизни – приносить пользу и нравиться людям.	Главное в жизни – делать добро и служить истине.	Б	2,6
38	Иногда я боюсь показаться слишком нежным.	Я никогда не боюсь показаться слишком нежным.	Б	7,8
39	Я считаю, что выразить свои чувства обычно важнее, чем обдумывать ситуацию.	Не стоит необдуманно выражать свои чувства, не взвесив ситуацию.	А	7
40	Я верю в себя, когда чувствую, что способен справиться с задачами, стоящими передо мной.	Я верю в себя, даже тогда, когда не способен справиться со своими проблемами.	Б	9
41	Совершая поступки, люди руководствуются взаимными интересами.	По своей природе люди склонны заботиться лишь о собственных интересах.	А	3
42	Меня интересуют все новшества в моей профессиональной сфере (меня интересует новый материал в школе)	Я скептически отношусь к большинству нововведений в своей профессии (ко всему новому).	А	4
43	Я думаю, что творчество должно приносить пользу людям.	Я полагаю, что творчество должно приносить человеку удовольствие.	Б	5
44	У меня всегда есть своя собственная точка зрения по важным вопросам.	Формируя свою точку зрения, я склонен прислушиваться к мнениям уважаемых и авторитетных людей.	А	6
45	Секс без любви не является ценностью.	Даже без любви секс – очень значимая ценность.	А	2
46	Я чувствую себя ответственным за настроение собеседника.	Я не чувствую себя ответственным за настроение собеседника.	Б	10,11
47	Я легко мирюсь со своими слабостями.	Смирится со своими слабостями мне нелегко.	А	8
48	Успех в общении зависит от того, насколько человек способен раскрыть себя другому.	Успех в общении зависит от умения подчеркнуть свои достоинства и скрыть недостатки.	А	7,10,11
49	Мое чувство самоуважения зависит от того, чего я достиг.	Мое самоуважение не зависит от моих достижений.	Б	9
50	Большинство людей привыкли действовать по линии наименьшего сопротивления.	Большинство людей не склонны действовать по линии наименьшего сопротивления.	Б	3
51	Узкая специализация необходима для настоящего ученого.	Углубление в узкую специализацию делает человека ограниченным.	Б	4
52	Очень важно, есть ли у человека в жизни радость познания и творчества.	В жизни очень важно приносить пользу людям.	А	5
53	Мне нравится участвовать в жарких спорах.	Я не люблю споров.	А	4,10
54	Я интересуюсь предсказаниями, гороскопами, астрологическими прогнозами.	Подобные вещи меня не интересуют.	Б	1,4

55	Человек должен трудиться ради удовлетворения своих потребностей и блага своей семьи.	Человек должен трудиться, чтобы реализовать свои способности и желания.	Б	2,5
56	В решении личных проблем я руководствуюсь общепринятыми представлениями.	Свои проблемы я решаю так, как считаю нужным.	Б	6
57	Воля нужна для того, чтобы сдерживать желания и контролировать чувства.	Главное назначение воли – подхлестывать усилия и увеличивать энергию человека.	Б	7
58	Я не стесняюсь своих слабостей перед друзьями.	Мне нелегко обнаруживать свои слабости даже перед друзьями.	А	9
59	Человеку свойственно стремление к новому.	Люди стремятся к новому лишь по необходимости.	А	3
60	Я думаю, что неверно выражение «Век живи – век учись».	Выражение «Век живи – век учись» я считаю правильным.	Б	4
61	Я думаю, что смысл жизни заключается в творчестве.	Вряд ли в творчестве можно найти смысл жизни.	А	2,5
62	Мне бывает непросто познакомиться с человеком, который мне симпатичен.	Я не испытываю трудностей, знакомясь с людьми.	Б	10
63	Меня огорчает, что значительная часть жизни проходит впустую.	Не могу сказать, что какая-то часть моей жизни проходит впустую.	Б	1
64	Одаренному человеку непростительно пренебрегать своим долгом.	Талант и способности значат больше, чем долг.	Б	2,5
65	Мне хорошо удастся манипулировать людьми.	Я полагаю, что манипулировать людьми незэтично.	Б	11
66	Я стараюсь избегать огорчений.	Я делаю то, что считаю нужным, не считаясь с возможными огорчениями.	Б	6,8
67	В большинстве ситуаций я не могу позволить себе дурачиться.	Существует множество ситуаций, где я могу позволить себе подурачиться.	Б	7,9
68	Критика в мой адрес снижает мою самооценку.	Критика практически не влияет на мою самооценку.	Б	6,9
69	Зависть свойственна только неудачникам, которые считают, что их обошли.	Большинство людей завистливы, хотя и пытаются это скрыть.	А	3
70	Выбирая для себя занятия, человек должен учитывать его общественную значимость.	Человек должен прежде всего заниматься тем, что ему интересно.	Б	4,5
71	Я думаю, что для творчества необходимы знания в избранной области.	Я думаю, что знания для творчества совсем необязательны.	Б	5
72	Пожалуй, я могу сказать, что живу с ощущением счастья.	Я не могу сказать, что живу с ощущением счастья.	А	2
73	Я думаю, что люди должны анализировать себя и свою жизнь.	Я считаю, что самоанализ приносит больше вреда, чем пользы.	А	1
74	Я пытаюсь найти основания даже для тех своих поступков, которые совершаю просто потому, что мне этого хочется.	Я не ищу оснований для своих действий и поступков.	Б	6,7
75	Я уверен, что любой может прожить свою жизнь так, как ему хочется.	Я думаю, что у человека мало шансов прожить свою жизнь так, как хотелось бы.	А	6
76	О человеке никогда нельзя сказать с уверенностью, добрый он или злой.	Обычно оценить человека очень легко.	А	3
77	Для творчества нужно очень много свободного времени.	Мне кажется, в жизни всегда можно найти время для творчества.	Б	5
78	Обычно мне легко убедить собеседника в своей правоте.	В споре я пытаюсь понять точку зрения собеседника, а не переубедить его.	Б	10
79	Если я делаю что-либо исключительно для себя, мне бывает неловко.	Я не испытываю неловкости в такой ситуации.	Б	8,9
80	Я считаю себя творцом своего будущего.	Вряд ли я сильно влияю на собственное будущее.	А	1
81	Выражение «Добро должно быть с кулаками» я считаю правильным.	Вряд ли выражение «Добро должно быть с кулаками» можно считать правильным.	Б	2
82	По-моему, недостатки людей гораздо заметнее, чем их достоинства.	Достоинства человека увидеть гораздо легче, чем его недостатки.	Б	3
83	Иногда я боюсь быть самим собой.	Я никогда не боюсь быть самим собой.	Б	7
84	Я стараюсь не вспоминать о своих былых	Время от времени я склонен	А	9

	неприятностях.	возвращаться к воспоминаниям о прошлых неудачах.		
85	Я считаю, что целью жизни должно быть нечто значительное.	Я вовсе не считаю, что целью жизни непременно должно быть нечто значительное.	А	2
86	Люди стремятся к тому, чтобы понимать и доверять друг другу.	Замыкаясь в кругу собственных интересов, люди не понимают окружающих.	А	3
87	Я стараюсь не быть «белой вороной».	Я позволяю себе быть «белой вороной».	Б	6,7
88	В доверительной беседе люди обычно искренни.	Даже в доверительной беседе человеку трудно быть искренним.	А	
89	Бывает, что я стыжусь проявлять свои чувства.	Я никогда не стыжусь проявлять свои чувства.	Б	7,9
90	Я могу делать что-либо для других, не требуя, чтобы они это оценили.	Я вправе ожидать от людей, что они оценят то, что я для них делаю.	А	10
91	Я проявляю свое расположение к человеку, независимо от того, взаимно ли оно.	Я редко проявляю свое расположение к людям, не будучи уверенным, что оно взаимно.	А	7
92	Я думаю, что в общении нужно открыто проявлять недовольство другими.	Мне кажется, что в общении люди должны скрывать взаимное недовольство	А	6,7,10
93	Я мирюсь с противоречиями в самом себе.	Внутренние противоречия снижают мою самооценку.	А	8
94	Я стремлюсь открыто выражать свои чувства.	Думаю, что в открытом выражении чувств есть элемент несдержанности.	А	7
95	Я уверен в себе.	Не могу сказать, что я уверен в себе.	А	9
96	Достижение счастья не может быть целью человеческих отношений.	Достижение счастья – главная цель человеческих отношений.	Б	2
97	Меня любят потому, что я этого заслуживаю.	Меня любят потому, что я сам способен любить.	Б	9
98	Неразделенная любовь способна сделать жизнь невыносимой.	Жизнь без любви хуже, чем неразделенная любовь в жизни.	Б	2
99	Если разговор не удался, я пробую выстроить его по-иному.	Обычно в том, что разговор не сложился, виновна невнимательность собеседника.	А	11
100	Я стараюсь производить на людей хорошее впечатление.	Люди видят меня таким, каков я есть на самом деле.	Б	

Шкалы:

1. Ориентация во времени (способность жить настоящим) (*1,5).
2. Ценности (истина, добро, красота, целостность, справедливость, простота, легкость, игра, самодостаточность – ценности самоактуализирующейся личности).
3. Взгляд на природу человека (вера в человека) (*1,5).
4. Потребность в познании (*1,5).
5. Креативность.
6. Автономность.
7. Спонтанность.
8. Самопонимание (*1,5).
9. Аутосимпатия.
10. Контактность (*1,5).
11. Гибкость в общении (*1,5).

**Выявление и оценка
коммуникативных и организационных способностей (методика КОС- 1).**

1. Много ли у вас друзей ,с которыми вы постоянно общаетесь?
2. Часто ли вам удается склонить большинство своих товарищей к принятию ими вашего решения?
3. Долго ли вас беспокоит чувство обиды, причиненной вам кем-то из ваших товарищей?
4. Всегда ли вам трудно ориентироваться в создавшейся критической ситуации?
5. Есть ли у вас стремление к установлению новых знакомств с различными людьми?
6. Нравится ли вам заниматься общественной работой?
7. Верно ли, что вам приятнее и проще проводить время с книгой или за каким-либо другим занятием, чем с людьми?
8. Если возникли некоторые помехи в осуществлении ваших намерений, то легко ли вы отступаете от них?
9. Легко ли вы устанавливаете контакты с людьми, которые значительно старше вас по возрасту?
10. Любите ли вы организовывать и придумывать со своими товарищами различные игры и развлечения?
11. Трудно ли вам включаться в новые для вас компании?
12. Часто ли вам удается устанавливать контакты с незнакомыми людьми?
13. Легко ли вам удастся устанавливать контакты с незнакомыми людьми?
14. Стремитесь ли вы добиться, чтобы ваши товарищи действовали в соответствии с вашим мнением?
15. Трудно ли вам осваиваться в новом коллективе?
16. Верно ли, что у вас не бывает конфликтов с вашими товарищами из-за невыполнения ими своих обещаний, обязательств, обязанностей?
17. Стремитесь ли вы при удобном случае познакомиться и побеседовать с новым человеком?
18. Часто ли в решении дел вы принимаете инициативу на себя?
19. Раздражают ли вас окружающие люди и хочется ли вам побыть одному?
20. Правда ли, что вы обычно плохо ориентируетесь в незнакомой для вас обстановке?
21. Нравится ли вам постоянно находиться среди людей?
22. Возникает ли у вас раздражение, если вам не удастся закончить начатое дело?
23. Испытываете ли вы чувство затруднения, неудобства или стеснения, если приходится проявить инициативу, чтобы познакомиться с новым человеком?
24. Правда ли, что вы утомляетесь от частого обращения с товарищами?
25. Любите ли вы участвовать в коллективных играх?
26. Часто ли вы проявляете инициативу при решении вопросов, затрагивающих интересы ваших товарищей?
27. Правда ли, что вы чувствуете себя неуверенно среди малознакомых вам людей?
28. Верно ли, что вы редко стремитесь к доказательству своей правоты?
29. Полагаете ли вы, что вам не представляет особого труда внести оживление в малознакомую для вас компанию?
30. Принимали ли вы участие в общественной работе в школе, классе, группе?
31. Стремитесь ли вы ограничить круг своих знакомых небольшим количеством людей?
32. Верно ли, что вы не стремитесь отстаивать свое мнение или решение, если оно не было сразу принято вашими товарищами?
33. Чувствуете ли вы себя непринужденно, попав в незнакомую для вас компанию?
34. Охотно ли вы приступаете к организации различных мероприятий для своих товарищей?
35. Правда ли, что вы не чувствуете себя достаточно спокойным и уверенным, когда приходится говорить что-либо большой группе людей?
36. Часто ли вы опаздываете на деловые встречи, свидания?
37. Верно ли, что у вас много друзей?
38. Часто ли вы оказываетесь в центре внимания у своих друзей?
39. Часто ли вы смущаетесь, чувствуете неловкость при общении с малознакомыми людьми?
40. Правда ли, что вы не очень уверенно чувствуете себя в окружении большой группы людей?

Шкала оценок коммуникативных склонностей			Шкала оценок организаторских склонностей		
К	Оценка	Уровень	К	Оценка	Уровень
0,1 – 0,45	1	Низкий	0,2 – 0,55	1	Низкий
0,46 – 0,55	2	Ниже среднего	0,56 – 0,65	2	Ниже среднего
0,56 – 0,65	3	Средний	0,66 – 07	3	Средний
0,66 – 0,75	4	Высокий	0,71 – 0,8	4	Высокий
0,76 - 1	5	Очень высокий	0,81 - 1	5	Очень высокий

Оценочный критерий К=отношение количества совпадающих правильных ответов к 20

ДДО Опросник профессиональных склонностей (модификация методики Е.А. Климова)

Предположим, что у Вас появилась возможность делать то, что Вам нравится. Какое занятие Вы бы предпочли? Прочитав каждый вопрос, проставьте «+» в соответствующей клеточке бланка ответов. Не забудьте, что в каждой паре Вы должны что-то обязательно предпочесть.

1а. Ухаживать за животными.

1б. Работать с машинами, приборами: обслуживать, настраивать, ремонтировать.

2а. Лечить больных, помогать пожилым людям.

2б. Составлять таблицы, схемы, разрабатывать программное обеспечение.

3а. Создавать плакаты, иллюстрации и другую полиграфическую продукцию.

3б. Наблюдать за жизнью растений (определять их состояние).

4а. Обрабатывать дерево, металл, ткань, пластмассу и др. материалы.

4б. Рекламировать, продавать, распространять товары.

5а. Обсуждать, анализировать научно-популярные книги, статьи.

5б. Обсуждать, анализировать художественные книги, спектакли.

6а. Работать с животными.

6б. Обучать детей трудовым, учебным, спортивным и т.п. действиям.

7а. Рисовать, играть на музыкальных инструментах.

7б. Управлять подъемным краном, трактором, тепловозом и т.п.

8а. Сообщать нужные сведения, давать пояснения.

8б. Оформлять выставки, витрины или готовить к выпуску пьесы, концерты.

9а. Ремонтировать бытовую технику, жилище.

9б. Отыскивать ошибки в текстах, таблицах, графиках, рисунках.

10а. Лечить животных.

10б. Выполнять вычисления, расчеты.

11а. Выводить новые сорта растений, продукты питания и т.д.

11б. Конструировать, проектировать новые виды машин, зданий, одежды.

12а. Разбирать споры, улаживать ссоры между людьми, убеждать, советовать.

12б. Разбираться в чертежах, схемах, таблицах и т.п.

13а. Наблюдать за работой творческих коллективов.

13б. Наблюдать, изучать жизнь микроорганизмов.

14а. Обслуживать, налаживать медицинские приборы.

14б. Оказывать людям медицинскую помощь при ранениях, ушибах, ожогах.

15а. Составлять точные описания, отчеты в числовом выражении о наблюдаемых явлениях, событиях и предметах.

15б. Художественно описывать, рассказывать, изображать события: наблюдаемые или воображаемые.

16а. Производить анализы в медицинских или химических лабораториях.

16б. Осматривать больных, назначать лечение.

17а. Красить, расписывать изделия, стены помещений.

17б. Осуществлять монтаж здания, приборов, сборку машин.

18а. Организовывать экскурсии, выходы в театры, на природу.

18б. Играть на сцене, участвовать в спектаклях, концертах.

19а. Строить или изготавливать детали, изделия (машины, одежду)

19б. Чертить, рисовать карты, копировать чертежи, схемы.

20а. Обустройство леса, разбивать парки, защищать садовые растения от вредителей и болезней.

20б. Работать на компьютере, телепайпе.

Опросник «Учебно-познавательная мотивация»

Отвечайте на предлагаемые вопросы "да" или "нет".

1. Вы учитесь потому, что Вам интересно это делать?
2. Вы стремитесь применять полученную на уроках информацию?
3. Когда Вы что-то не понимаете, Вы задаете вопросы?
4. Вы считаете, что на данном этапе самое важное для Вас - накопление знаний?
5. Вы расширяете свои знания чтением дополнительной литературы?
6. Вы любите решать сложные задачи, над которыми нужно "поломать голову"?
7. Вы читаете статьи в научно-популярных журналах?
8. Вам нравятся вопросы "на смекалку"?
9. Вы стремитесь делать все возможное для преодоления затруднений в учебе?
10. Вам интересно побеседовать с учителем после урока?
11. Вам нравится самим находить ответы на разные вопросы?
12. Когда Вы отвечаете на уроках, Вы стремитесь использовать знания из других предметов?
13. Вам нравится разъяснять ребятам (друзьям) сложные вопросы?
14. Вы в состоянии бросить все остальное, когда ищите ответ на какой-то вопрос?
15. Всегда ли полученная Вами оценка соответствует уровню Ваших знаний?
16. Когда задание затрудняет Вас, Вы пробуете разные способы, чтобы добиться успеха?
17. Вам хочется сделать больше, чем задает учитель?
18. Вы часто подвергаете разные высказывания критике?
19. Ваша цель жизни - получить "классное" образование?
20. При ответе на уроке Вы высказываете собственное мнение?
21. Вы любите обсуждать научные проблемы?
22. При выполнении заданий Вы не успокаиваетесь, пока не достигнете конечного результата?
23. Когда знаете ответ на данный вопрос, а товарищ испытывает сложности, Вы хотите ему помочь?
24. Вы занимаетесь самообразованием?
25. Вам удается отыскивать любопытные вещи, над которыми Вы размышляете?
26. Вы верите, что хорошие знания обеспечат Вам успех в будущем?
27. Вы стремитесь быть в учебе впереди всех?
28. Вы пользуетесь энциклопедиями, справочниками?
29. Вы готовитесь к урокам, чтобы не получить "двойку"?
30. Вам приносит удовлетворение узнавание нового?
31. Вы считаете, что в книгах можно найти ответ на любой вопрос?
32. Вы предпочитаете узнать решение выполняемого задания заранее?

Посчитайте сумму положительных ответов.

15-25 баллов - средний уровень учебно-познавательной мотивации;

ниже 15 баллов - низкий уровень мотивации;

выше 25 баллов - высокий уровень мотивации.

