

Диагностикалық әдістемелер жинағы

Педагог-психологтерге көмек ретінде



1-том



Диагностика

Мазмұны

Бөлімдер	Бөлімдердің атауы	Бет
	Аннотация	
	Кіріспе	1
	Бастапқы диагностиканы жүргізу кестесі	4
I.	Бастапқы диагностика нәтижелері бойынша әрекет ету алгоритмі және білім алушыларды психологиялық-педагогикалық сүйемелдеуді ұйымдастыру	6
II.	Білім алушылардың қауіп факторлары мен қиындықтарын диагностикалау	23
	1-сыныптағы бастапқы диагностика	
	Балалардың мектепке әлеуметтік-психологиялық бейімделуін сараптамалық бағалау сызбасы (педагогтер үшін)	24
	Балалардың мектепке әлеуметтік-психологиялық бейімделуін сараптамалық бағалау сызбасы (ата-аналар үшін)	28
	2–4-сыныптардағы бастапқы диагностика	
	«Саған қалай қарайды?» экспресс-сауалнамасы (2-сынып)	30
	5-сыныптағы бастапқы диагностика (бейімделу кезеңі)	
	О.Н. Хмельницкаяның «Бесінші сынып оқушыларының мазасыздық деңгейін анықтау» әдістемесі	33
	5–11-сыныптардағы бастапқы диагностика	
	К. Риффтің жасөспірімдердің психологиялық әл-ауқат шкаласы	36
	RCADS-25	40
	«Саған қалай қарайды?» экспресс-сауалнамасы (5–7-сыныптар)	48
	«Саған қалай қарайды?» экспресс-сауалнамасы (8–11-сыныптар)	57

	Жалғыздықты сезінудің дифференциалды сауалнамасы (ЖСДС)	65
	DASS-20	70
	Спилбергер–Ханиннің мазасыздықты анықтау әдістемесі	77
	Тереңдетілген диагностиканың навигациялық картасы	84
III.	Суицидтік қауіпті және психоэмоционалдық жағдайды бағалаудың тереңдетілген диагностикасы	88
	Басс–Перридің агрессивтілік сауалнамасы	89
	Айзенктің психикалық күйлерді өзін-өзі бағалау әдістемесі	95
	Филлипстің мектептегі мазасыздық тесті	102
	А. Бектің үмітсіздік шкаласы	111
	Е.Г. Норкинаның «Буллинг құрылымын анықтау» әдістемесі	125
	PSS-C / БКСШ	132
	М.А. Панфилованың «Кактус» проективті әдістемесі	136
	«Отбасылық социограмма» тесті	144
	«Отбасы суреті» проективті әдістемесі	149
	«Жаңбыр астындағы адам» проективті әдістемесі	157
	«Өмірде жоқ жануар» проективті әдістемесі	165
	«Үй – Ағаш – Адам» проективті әдістемесі	181
	Е.Н. Волкованың аяқталмаған сөйлемдер әдістемесі	191
	Қорытынды	195

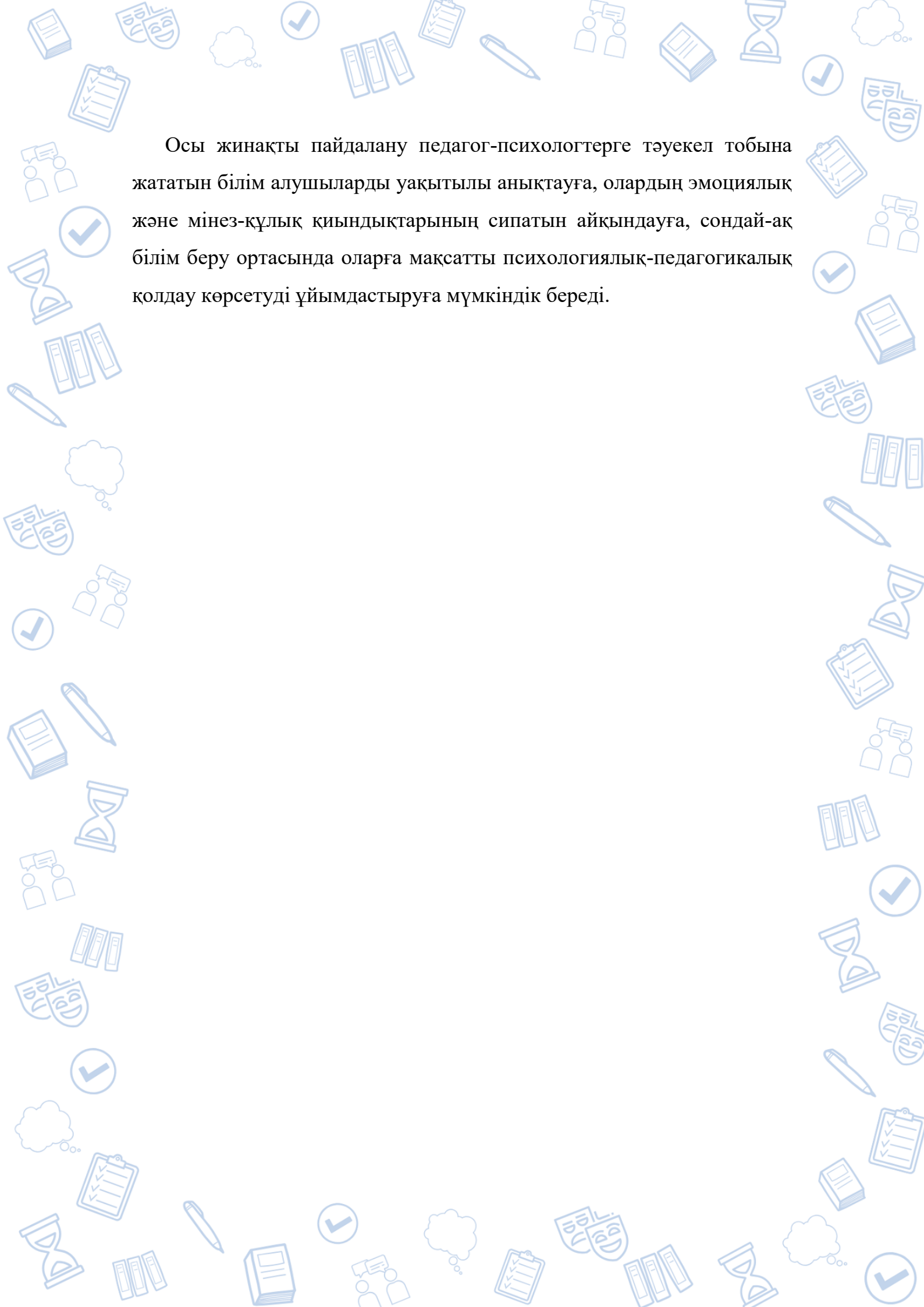
АННОТАЦИЯ

«Балалар арасындағы суицидтік қауіптерді ерте анықтауға бағытталған халықаралық тәсілдер негізінде диагностикалық әдістемелерді бейімдеу және жаңарту» жинағы білім беру жүйесіндегі педагог-психологтерге арналған тәжірибеге бағытталған диагностикалық құрал болып есептеледі.

Жинақ материалдары балалар мен жасөспірімдердің психоэмоционалдық жағдайын бағалаудың заманауи халықаралық тәсілдерін ескере отырып, ЮНИСЕФ өкілдерімен және Психологиялық қолдау орталығының (ПҚО) сарапшылар тобымен бірлесіп әзірленді. Ұсынылған әдістемелер суицидтік қауіптерді, эмоционалды қолайсыздықты, бейімделу қиындықтарын, буллингтің салдарын және психологиялық осалдықтың басқа да факторларын ерте кезеңде анықтауға бағытталған.

Жинаққа педагог-психологке білім алушының психологиялық жағдайын кезең-кезеңімен бағалау жүйесін құруға мүмкіндік беретін бастапқы (жалпы, жаппай) және тереңдетілген диагностика әдістемелері енгізілген. Стандартталған және проективті әдістемелердің нәтижелері бірыңғай диагностикалық жүйе аясында қарастырылатын кешенді тәсілге ерекше назар аударылған.

Жинақта диагностиканы жүргізу кестесі, қауіп факторлары анықталған жағдайда педагог-психологтің әрекет ету алгоритмі, сондай-ақ білім алушылардың анықталған эмоциялық, мінез-құлықтық және әлеуметтік қиындықтарына байланысты диагностикалық әдістемелерді қолданудың навигациялық картасы ұсынылған. Бұл маманға диагностиканы жүйелі және бірізді ұйымдастыруға, сондай-ақ баланы психологиялық-педагогикалық сүйемелдеуді тиімді жүзеге асыруға мүмкіндік береді.



Осы жинақты пайдалану педагог-психологтерге тәуекел тобына жататын білім алушыларды уақытылы анықтауға, олардың эмоциялық және мінез-құлық қиындықтарының сипатын айқындауға, сондай-ақ білім беру ортасында оларға мақсатты психологиялық-педагогикалық қолдау көрсетуді ұйымдастыруға мүмкіндік береді.

КІРІСПЕ

Қазіргі білім беру ортасы балалар мен жасөспірімдерге түсетін эмоциялық жүктеменің артуымен, тұлғааралық қарым-қатынастардың күрделенуімен және психологиялық қауіп факторларының көбеюімен сипатталады. Осындай жағдайда суицидтік қауіптерді және олармен байланысты эмоциялық әрі мінез-құлық көріністерін ерте анықтау ерекше маңызға ие.

Балалар мен жасөспірімдер арасындағы суицидтік қауіп, әдетте, бірден байқалмайды және көбінесе мазасыздық, агрессивтілік, депрессиялық реакциялар, жалғыздық сезімі, бейімделу қиындықтары, сондай-ақ буллингті қоса алғанда, қолайсыз әлеуметтік өзара қарым-қатынас тәжірибесі сияқты жағдайлардың астарында жасырынып жатады. Осыған байланысты бастапқы және тереңдетілген бағалау әдістерін ұштастыратын заманауи диагностикалық тәсілдерді қолдану қажеттілігі артып отыр.

Осы жинақ педагог-психологке арналған тәжірибелік құрал ретінде әзірленген және диагностикалық жұмысты жүйелі ұйымдастыруға бағытталған. Онда қауіп факторларын бастапқы анықтаудан бастап, білім алушылардың эмоционалды жағдайы мен тұлғааралық қарым-қатынастарын терең талдауға дейінгі кезең-кезеңімен жүзеге асырылатын тәсіл ұсынылған.

Жинақтың ерекшелігі – бағалаудың дәлдігін арттыруға және психологиялық қолдауды қажет ететін балаларды уақытылы анықтауды қамтамасыз етуге мүмкіндік беретін халықаралық диагностикалық тәсілдер мен бейімделген әдістемелердің біріктірілуі.

ЖИНАҚТЫҢ МАҚСАТЫ

Педагог-психологтерді халықаралық тәсілдерге негізделген заманауи диагностикалық құралдармен қамтамасыз ету арқылы білім

алушылардағы суицидтік қауіптерді, эмоционалды қолайсыздықты және психологиялық осалдық факторларын ерте анықтап, кейіннен оларға уақытылы психологиялық-педагогикалық қолдау көрсетуді ұйымдастыру.

ЖИНАҚТЫҢ МІНДЕТТЕРІ

1. Білім алушылардың суицидтік қауіптері мен эмоциялық жағдайын бағалауға арналған бастапқы (жалпы, жаппай) және тереңдетілген диагностиканың бейімделген әдістемелерін ұсыну.

2. Мазасыздықты, депрессиялық күйлерді, жалғыздық сезімін, буллингтің салдарын және бейімделу қиындықтарын қоса алғанда, қауіп факторларын ерте анықтауды қамтамасыз ету.

3. Әртүрлі әдістемелердің нәтижелерін кешенді талдау негізінде нәтижелерді талдаудың бірыңғай тәсілін қалыптастыру.

4. Кейінгі жеке психологиялық-педагогикалық қолдауды жоспарлау үшін диагностиканың тәжірибелік бағытын қамтамасыз ету.

5. Педагог-психологтердің суицидке бейім мінез-құлықтың ерте алдын алу бағытындағы кәсіби құзыреттілігін дамытуға қолдау көрсету.

МАҚСАТТЫ АУДИТОРИЯ

Жинақ орта білім беру, техникалық және кәсіптік білім беру ұйымдарының педагог-психологтеріне, сондай-ақ психологиялық-педагогикалық сүйемелдеу қызметтерінің мамандарына арналған.

Материалдарды әлеуметтік педагогтердің, сынып жетекшілерінің және мектеп әкімшілігінің қатысуымен жүргізілетін салааралық жұмыста қолдануға болады. Сонымен қатар, жекелеген әдістемелерді мектеп оқушылары мен колледж студенттерін қоса алғанда, әртүрлі жас санатындағы білім алушылармен жеке және топтық диагностикалық жұмыста пайдалануға болады.

ӘДІСТЕМЕЛІК НЕГІЗ

Жинақ балалар мен жасөспірімдердің психикалық денсаулығын бағалаудың заманауи халықаралық тәсілдеріне негізделген. Оның ішінде көпдеңгейлі анықтау, тәуекелді айқындауға бағдарланған диагностика және эмоциялық жағдайды кешенді бағалау қағидаттары басшылыққа алынған.

Әдістемелік негіз жас ерекшелік және педагогикалық психологияның қағидалары, когнитивті-мінез-құлық тәсілі, сондай-ақ суицидке бейім мінез-құлықтың алдын алуға арналған заманауи модельдерін құрайды. Диагностика барысында сандық (стандартталған) және сапалық (проективті) әдістерді үйлестіріп қолдануға ерекше назар аударылады.

Жинақтағы барлық әдістемелер қауіп-қатерді ерте анықтаудың бірыңғай жүйесінің құрамдас бөліктері ретінде қарастырылады. Олар жеке-дара қолданылмайды, керісінше баланың психологиялық-педагогикалық дамуының жалпы көрінісі аясында кешенді түрде түсіндіріледі.

Бастапқы диагностиканы жүргізу кестесі

Сыныптар	І жартыжылдық					ІІ жартыжылдық				
	Қазан І онкүндік	Қазан ІІ онкүндік	Қараша ІІ онкүндік	Қараша ІІІ онкүндік	Желтоқсан	Қаңтар ІІІ онкүндік	Ақпан І онкүндік	Ақпан ІІ онкүндік	Ақпан ІІІ онкүндік	Наурыз- мамыр
1 сынып		Мектепке бейімделуді бақылау картасы (педагогтер/ата- аналар үшін) (20/20) (сынып жетекшілері толтырады)	Нәтижелері бойынша жұмыс*	Нәтижелері бойынша жұмыс*	Нәтижелері бойынша жұмыс*	Нәтижелері бойынша жұмыс*	Нәтижелері бойынша жұмыс*	1. Мектепке бейімделуді бақылау картасы (педагогтер/ата- аналар үшін) (20/20) (педагог- психологтер толтыруға қатысады)	Нәтижелері бойынша жұмыс*	Нәтижелері бойынша жұмыс*
2-4 сынып		Мектепке бейімделуді бақылау картасы (педагогтер/ата- аналар үшін) (20/20)	«Саған қалай қарайды?» экспресс- сауалнамасы (7)	Нәтижелері бойынша жұмыс*	Нәтижелері бойынша жұмыс*	Нәтижелері бойынша жұмыс*	Нәтижелері бойынша жұмыс*	1. «Саған қалай қарайды?» экспресс- сауалнамасы (7)	Нәтижелері бойынша жұмыс*	Нәтижелері бойынша жұмыс*
5 сынып	1. «Саған қалай қарайды?» экспресс- сауалнамасы (15); 2. О.Н. Хмельницкаяның «Бесінші сынып оқушыларының мазасыздық деңгейін анықтау» әдістемесі (15); 3. К. Риффтің жасөспірімдерді ң психологиялық әл-ауқат шкаласы (18)	Нәтижелері бойынша жұмыс*	Нәтижелері бойынша жұмыс*	Нәтижелері бойынша жұмыс*	Нәтижелері бойынша жұмыс*	Нәтижелері бойынша жұмыс*	1. RCADS-25 (25); 2. «Саған қалай қарайды?» экспресс- сауалнамасы (15); 3. ЖСДС, Е.Н. Осин, Д.А. Леонтьев (15)	Нәтижелері бойынша жұмыс*	Нәтижелері бойынша жұмыс*	Нәтижелері бойынша жұмыс*

Сыныптар	I жартыжылдық					II жартыжылдық				
	Қазан I онкүндік	Қазан II онкүндік	Қараша II онкүндік	Қараша III онкүндік	Желтоқсан	Қаңтар III онкүндік	Ақпан I онкүндік	Ақпан II онкүндік	Ақпан III онкүндік	Наурыз- мамыр
6-8 сыныптар	1. «Саған қалай қарайды?» экспресс-сауалнамасы (15); 2. К. Риффтің жасөспірімдердің психологиялық әл-ауқат шкаласы (18)	Нәтижелері бойынша жұмыс*	Нәтижелері бойынша жұмыс*	1. RCADS-25 (25)	Нәтижелері бойынша жұмыс*	Нәтижелері бойынша жұмыс*	1. Спилбергер–Ханин мазасыздық шкаласы (40); 2. «Саған қалай қарайды?» экспресс-сауалнамасы (15); 3. ЖСДС, Е.Н. Осин, Д.А. Леонтьев (15)	Нәтижелері бойынша жұмыс*	Нәтижелері бойынша жұмыс*	Нәтижелері бойынша жұмыс*
9-11 сыныптар және колледждің 1-2 курстары	1. «Саған қалай қарайды?» экспресс-сауалнамасы (15); 2. К. Риффтің жасөспірімдердің психологиялық әл-ауқат шкаласы (18)	Нәтижелері бойынша жұмыс*	Нәтижелері бойынша жұмыс*	1. DASS-20 (20)	Нәтижелері бойынша жұмыс*	1. Спилбергер–Ханин мазасыздық шкаласы (40); 2. «Саған қалай қарайды?» экспресс-сауалнамасы (15); 3. ЖСДС, Е.Н. Осин, Д.А. Леонтьев (15)	Нәтижелері бойынша жұмыс*	Нәтижелері бойынша жұмыс*	Нәтижелері бойынша жұмыс*	Нәтижелері бойынша жұмыс*

I. БАСТАПҚЫ ДИАГНОСТИКА НӘТИЖЕЛЕРІ БОЙЫНША ӘРЕКЕТ ЕТУ ЖӘНЕ БІЛІМ АЛУШЫЛАРДЫ СҮЙЕМЕЛДЕУДІ ҰЙЫМДАСТЫРУ АЛГОРИТМІ

АЛГОРИТМНІҢ МАҚСАТЫ

Бұл алгоритм бастапқы диагностикуаны жүргізуден бастап, балаға көмек көрсетуді ұйымдастыруға және оның нәтижелілігін бақылауға дейінгі **бірзді әрекеттер бағыты** ретінде құрылады. Диагностика жеке-дара аяқталған іс-шара ретінде емес, назар аударуды, қолдауды немесе ведомствоаралық көмекті қажет етуі мүмкін білім алушыларды анықтаудың **алғашқы кезеңі** ретінде қарастырылады.

Ұсынылған сызба **диагностикалық белгі анықталған сәттен бастап балаға нақты көмек көрсету әрекеттеріне дейінгі жалпы бағытты** көрсетеді. Әрбір келесі бөлім бақылау нысанына кімдердің енгізілетінін, жағдайды нақтылау қалай жүргізілетінін және сүйемелдеуге кім жауапты екенін айқындайды.

Алгоритм сызбасы

Алгоритм диагностикалық белгіден педагог-психологтің нақты іс-әрекеттеріне дейінгі бірзді әрекеттер тізбегі ретінде құрылады. Әрбір диагностикалық кезең бастапқы диагностикуаны жүргізуден бастап психологиялық-педагогикалық қолдау көрсетуді ұйымдастыруға және өзгеріс динамикасын бағалауға дейінгі жұмыстың толық циклін қамтиды.



НЕГІЗГІ ҚАҒИДАТ

Диагностика нәтижелері бойынша жұмыс әрбір диагностикалық кезең аяқталғаннан кейін басталады. Егер білім алушы кемінде бір әдістеме бойынша қауіп аймағына түссе немесе маркерлік сұрақ бойынша маңызды жауап берсе, ол бақылау нысанына енгізіліп, көрсеткіштерге сәйкес тереңдетілген диагностика жүргізу үшін жеке диагностикалық кездесуге жіберіледі.

1. ДИАГНОСТИКА ЖҮРГІЗУ КЕСТЕСІ БОЙЫНША ЖҰМЫСТЫҢ ЖАЛПЫ ЛОГИКАСЫ

Бастапқы диагностика педагог-психолог тарапынан бекітілген кестеге сәйкес жүргізіледі. Кестеде диагностиканы өткізу кезеңдері, білім алушылардың жас ерекшелік топтары және тиісті сыныптарға арналған әдістемелер тізімі айқындалады.

Осы кесте негізінде педагог-психолог өзінің жұмыс жоспарын құрады: диагностиканы өткізу мерзімдерін, сыныптарды, қолданылатын әдістемелерді, нәтижелерді өңдеу тәртібін, жеке диагностикалық кездесулердің уақытын және диагностика нәтижелері бойынша жүргізілетін жұмыс кезеңдерін анықтайды.

Диагностика нәтижелері бойынша жұмыс жарты жылдықтағы барлық диагностикалар аяқталғаннан кейін емес, әрбір диагностикалық кезеңнен кейін басталады. Егер белгілі бір жас тобы бойынша диагностика жүргізілсе, педагог-психолог нәтижелерді бірден өңдейді, білім алушыларды қауіп деңгейлері бойынша бөледі, қажетті негіздер болған жағдайда оларды бақылау нысанына енгізеді және әрі қарай жеке диагностикалық жұмыстарды ұйымдастырады.

КЕСТЕНІ ҚОЛДАНУ ҮШІН МАҢЫЗДЫ

Кестеде «Диагностика нәтижелері бойынша жұмыс» деп белгіленген кезеңдер нәтижелерді өңдеуге, жеке диагностикалық кездесулер өткізуге, тереңдетілген диагностика жүргізуге, сары және қызыл аймақтағы білім алушыларды сүйемелдеуге, топтық жұмыстарды ұйымдастыруға және динамиканы бағалауға арналған.

2. БАСТАПҚЫ ДИАГНОСТИКА НӘТИЖЕЛЕРІ БОЙЫНША ҚАУІП АЙМАҚТАРЫ

Білім алушыларды қауіп аймақтарына бөлу бастапқы диагностика нәтижелері өңделгеннен кейін жүргізіледі. Бұл баланы қандай да бір

белгімен айқындау немесе таңбалау үшін емес, педагог-психолог жұмысының әрі қарайғы кезеңдері мен тереңдігін анықтау үшін қажет.

Қауіп аймағы / санаты	Санатқа енгізу негіздері	Әрі қарайғы әрекет ету логикасы
Жасыл аймақ	Диагностика нәтижелері бойынша айқын қауіптер анықталмаған, маркерлік жауаптар жоқ.	Білім алушы бақылау нысанына енгізілмейді, бірақ сыныптағы жалпы алдын алу жұмыстарға қатысады.
Сары аймақ	Орташа қауіп деңгейі немесе қолайсыздықтың қалыпты белгілері анықталған (кемінде бір әдістеме бойынша).	Білім алушы бақылау нысанына енгізіледі, жеке диагностикалық кездесу өткізіледі және көрсеткіштерге сәйкес тереңдетілген диагностика жүргізіледі.
Қызыл аймақ	Қауіп деңгейінің жоғары болуы, айқын қолайсыздық белгілерінің анықталуы немесе бірнеше қолайсыз көрсеткіштердің қатар кездесуі.	Білім алушы міндетті түрде бақылау нысанына енгізіледі, жеке диагностикалық кездесу басым тәртіппен жүргізіледі.
Маркерлік жауаптар	Жалпы нәтиже қауіп аймағына жатқызылмаса да, жекелеген сұрақ бойынша маңызды жауап анықталған.	Білім алушы бақылау нысанына енгізіледі және берілген жауаптың мазмұнына сәйкес жеке диагностикалық жұмысқа жіберіледі.

3. БІЛІМ АЛУШЫЛАРДЫ БАҚЫЛАУ НЫСАНЫНА ЕНГІЗУ

Бақылау нысанына бастапқы диагностика нәтижелері бойынша әрі қарай жеке жұмыс жүргізуге негіздер анықталған білім алушылар енгізіледі.

Аймақ	Негіз	Бақылау нысанына енгізу	Алдағы әрекет
Жасыл аймақ	Диагностика нәтижелері бойынша айқын қауіп-қатер белгілері анықталмады.	Енгізілмейді	Жалпы алдын алу жұмыстарға қатыстыру.
Сары аймақ	Эмоциялық, мінез-құлықтық немесе әлеуметтік қолайсыздықтың орташа деңгейдегі белгілері байқалады.	Енгізіледі	Жеке әңгәмелесу өткізу, себептерін нақтылау.
Қызыл аймақ	Қауіп-қатердің немесе қолайсыздықтың айқын белгілері анықталды.	Міндетті түрде енгізіледі	Міндетті жеке әңгәмелесу өткізу, жағдайды жан-жақты зерттеу.
Маңызды жауаптар	Жекелеген сұрақтарға берілген жауаптар жалпы нәтиже қауіп аймағына жатпаса да, ықтимал қолайсыздық белгілерін көрсетеді.	Енгізіледі	Жағдайды жеке нақтылау.
Әлеуметтік қауіп-қатер	Баланың жағдайына ерекше назар аударуды қажет ететін әлеуметтік факторлар анықталды.	Енгізіледі	Әлеуметтік-педагогикалық сүйемелдеуді ұйымдастыру.

ЕНГІЗУ СЕБЕБІ ҚАЛАЙ ТІРКЕЛЕДІ

Бақылау нысанында енгізу себебі қысқаша көрсетіледі: «_____ әдістемесінің нәтижесі бойынша қызыл аймақ», «_____ әдістемесінің нәтижесі бойынша сары аймақ», «_____ маркерлік сұраққа маңызды жауап», «_____ және _____ әдістемелері бойынша жоғары көрсеткіштердің ұштасуы».



Маңызды: бақылау нысанына енгізу – қорытынды, диагноз немесе таңба тағатын шара емес. Бұл қауіп белгісі анықталғаннан кейін баланы назардан тыс қалдырмауға және жағдайды одан әрі нақтылауды қамтамасыз етуге мүмкіндік беретін кәсіби әрі басқарушылық тетік.

4. ӘРЕКЕТ ЕТУДІҢ КЕЗЕҢДІК АЛГОРИТМІ

Кезеңдік алгоритм бастапқы диагностика кестесінде қарастырылған әрбір диагностикалық кезеңнен кейін қолданылады. Әрбір қадам диагностика нәтижелерін білім алушылармен әрі қарай жүргізілетін жұмысқа бағыттайтын нақты нәтижемен аяқталады.

01

Бекітілген кестеге сәйкес диагностиканы ұйымдастыру

Педагог-психолог:

- белгіленген кезеңде диагностикадан өтетін сыныптар мен жас ерекшелік топтарын анықтайды;
- тиісті жас тобына арналған әдістемелер тізімін нақтылайды;
- диагностикалық материалдарды, нұсқаулықтарды, бланкілерді немесе электрондық нысандарды дайындайды;
- диагностика жүргізілетін күн мен жағдайларды мектеп әкімшілігімен және сынып жетекшілерімен келіседі;
- негізгі күні қатыспаған білім алушылардың диагностикадан өту тәртібін анықтайды.

Қадам нәтижесі: Диагностика бекітілген кестеге және жас ерекшелігіне сәйкес әдістемелер жиынтығына сай ұйымдастырылды.

02

Бастапқы диагностиканы жүргізу

Педагог-психолог:

- білім алушыларға түсінікті нұсқаулық береді;
- қолайлы жағдай мен құпиялықты қамтамасыз етеді;
- диагностикалық материалдардың дұрыс толтырылуын қадағалайды;
- психологиялық-педагогикалық бақылау жүргізеді;

– диагностикаға қатыспаған немесе оны аяқтамаған білім алушыларды белгілейді;

– кейін өңдеу үшін бастапқы деректерді сақтайды.

Қадам нәтижесі: Білім алушылар бойынша бастапқы диагностикалық деректер алынды.

03

Диагностикалық кезең аяқталғаннан кейін нәтижелерді өңдеу

Педагог-психолог:

- бағалау кілтіне сәйкес балдарды есептейді;
- көрсеткіштердің айқындық деңгейін анықтайды;
- кемінде бір әдістеме бойынша қауіп аймағына түскен білім алушыларды анықтайды;
- маркерлік сұрақтарды жеке қарастырады;
- жалпы ұпайға қарамастан маңызды жауаптарды тіркейді;
- егер білім алушы кешенді диагностикадан өткен болса, бірнеше әдістеме нәтижелерін салыстырады;
- сыныппен және әрі қарай жұмыс жүргізуді қажет ететін білім алушылар бойынша жиынтық ақпарат қалыптастырады.

Қадам нәтижесі: Әрі қарай жұмыс жүргізуге диагностикалық негіздері бар білім алушылар анықталды.

04

Білім алушыларды қауіп аймақтарына бөлу

Педагог-психолог:

- білім алушыларды жасыл, сары және қызыл аймақтарға бөледі;

– маңызды маркерлік жауаптары бар білім алушыларды жеке анықтайды;

– келесі қағиданы тексереді: егер білім алушы кемінде бір әдістеме бойынша қауіп аймағына түссе, ол әрі қарай жеке диагностикалық жұмысқа енгізіледі;

– келесі қағиданы тексереді: егер жалпы ұпай айқын қауіп деңгейін көрсетпесе де, маңызды маркерлік жауап анықталса, білім алушы әрі қарайғы жұмысқа енгізіледі.

Қадам нәтижесі: Қай білім алушылар жалпы алдын алу жұмысы аясында қалатыны, ал қайсысы бақылау нысанына енгізілетіні анықталды.

05

Білім алушыларды бақылау нысанына енгізу

Педагог-психолог:

– қызыл және сары аймақтағы білім алушыларды бақылау нысанына енгізеді;

– кемінде бір әдістеме бойынша қауіп аймағына түскен білім алушыларды енгізеді;

– маңызды маркерлік жауаптары бар білім алушыларды енгізеді;

– енгізу себебін қысқаша көрсетеді: қауіп аймағы, әдістеме нәтижесі, маркерлік жауап немесе диагностикалық көрсеткіштердің үйлесімі.

Сынып жетекшісі:

– білім алушының мінез-құлқындағы өзгерістер, оқу белсенділігінің төмендеуі, әлеуметтік оқшаулану белгілері, жанжалға бейімділік, эмоционалды тұрақсыздық немесе ортаға бейімделу

қиындықтары болған жағдайда оны бақылау нысанына енгізуді ұсына алады;

- педагог-психологке педагогикалық бақылау нәтижелерін және білім алушының білім беру ортасындағы қиындықтары туралы ақпаратты ұсынады;

- қолдау қызметі мамандарымен бірлесіп, білім алушыны әрі қарай сүйемелдеуге қатысады.

Әлеуметтік педагог:

- отбасылық мәселелер, қиын өмірлік жағдай, әлеуметтік қолайсыздық, буллинг, қатыгез қарым-қатынас немесе басқа да қауіп факторлары анықталған жағдайда білім алушыны бақылауға қоя алады;

- әлеуметтік-педагогикалық сүйемелдеу және отбасымен өзара әрекеттесу барысында алынған ақпаратты педагог-психологке береді;

- білім алушыға ведомствоаралық және әлеуметтік-педагогикалық сүйемелдеуді ұйымдастыруға қатысады.

Қадам нәтижесі: Педагог-психолог жеке диагностикалық жұмыс жүргізетін білім алушылардың тізімі қалыптастырылды.

06

Жеке диагностикалық жұмыстың кезектілігін анықтау

Педагог-психолог:

- ең алдымен кездесуді қажет ететін білім алушыларды анықтайды;

- қызыл аймақтағы білім алушылар үшін нәтижелер өңделгеннен кейін 1-3 жұмыс күні ішінде алғашқы жеке диагностикалық кездесуді жоспарлайды;

–сары аймақтағы білім алушылар үшін нәтижелер өңделгеннен кейін 3-10 жұмыс күні ішінде алғашқы жеке диагностикалық кездесуді жоспарлайды;

–маңызды маркерлік жауаптар бойынша мерзімді жауаптың мазмұны мен қауіп белгісінің айқындық деңгейіне қарай анықтайды.

Қадам нәтижесі: Бақылау нысанына енгізілген білім алушылармен жұмыс жүргізу кезектілігі анықталды.

Жеке диагностикалық жұмыстың кезектілігі

Білім алушылар бақылау нысанына енгізілгеннен кейін педагог-психолог алғашқы жеке диагностикалық кездесудің мерзімдерін анықтайды. Бұл мерзімдер қауіп белгісі анықталған баланың нәтижелері өңделгеннен кейін назардан тыс қалмауын және оған уақытылы қолдау көрсетілуін қамтамасыз ету үшін белгіленеді.

Білім алушылар санаты	Алғашқы жеке диагностикалық кездесудің мерзімі	Жұмыс ерекшеліктері
Қызыл аймақ	Нәтижелер өңделгеннен кейін 1-3 жұмыс күні ішінде	Жеке диагностикалық кездесу өткізуге басымдылық беріледі, қауіп бағыты бойынша тереңдетілген диагностика жүргізіледі, сүйемелдеудің бастапқы бағыты анықталады.
Сары аймақ	Нәтижелер өңделгеннен кейін 3-10 жұмыс күні ішінде	Жеке диагностикалық кездесу өткізіледі, көрсеткіштерге сәйкес тереңдетілген диагностика жүргізіледі, алдын алу немесе түзету-дамытушылық жұмыстың түрі анықталады.
Маңызды маркерлік жауаптар	Жауаптың мазмұнын ескере отырып, басымдылық беріледі	Жауап мазмұнына сәйкес жеке диагностикалық жұмыс жүргізіледі, тереңдетілген диагностика мен сүйемелдеудің қажеттілігі бағаланады.
Жасыл аймақ	Қосымша негіздер болмаған жағдайда жүргізілмейді	Сынып аясындағы жалпы алдын алу жұмысы және педагог-психологтің жоспарлы қызметі шеңберінде бақылау жүргізіледі.

07

Жеке диагностикалық кездесу және тереңдетілген диагностика / 2-кезең

Педагог-психолог:

- білім алушыны жеке диагностикалық кездесуге шақырады;
- кездесудің мақсатын сабырлы және түсінікті түрде түсіндіреді;
- білім алушының жағдайын және диагностика нәтижелеріне әсер етуі мүмкін жағдайларды нақтылайды (сенімді әңгімелесу барысында білім алушының эмоционалдық жағдайының ықтимал себептерін анықтайды);
- жас ерекшелігіне және анықталған қауіп бағытына сәйкес тереңдетілген диагностика жүргізеді;
- қажет болған жағдайда тереңдетілген диагностиканы бірнеше кездесуге бөледі;
- жеке диагностикалық жұмыс нәтижелерін тіркейді;
- қауіптің расталғанын және қандай көмек қажет екенін анықтайды.

Қадам нәтижесі: Қауіптің сипаты нақтыланып, әрі қарай сүйемелдеуді ұйымдастыруға негіздер анықталды.

08

Сүйемелдеу бағытын анықтау

Педагог-психолог:

- бақылау және жалпы алдын алу жұмысы жеткілікті ме екенін анықтайды;
- орташа қауіп деңгейі болған жағдайда алдын ала сүйемелдеуді, топтық жұмысты немесе қысқа мерзімді жеке кездесулер циклін жоспарлайды;

- қауіп расталған жағдайда жеке сүйемелдеу бағытын әзірлейді;
- білім алушының эмоционалдық қолайсыздығының, мінез-құлық қиындықтарының немесе дағдарыс күйінің ықтимал себептерін анықтап, талдайды;
- қажет болған жағдайда отбасылық жағдаймен, тұлғааралық қақтығыстармен, буллинг салдарымен және анықталған басқа да қауіп факторларымен жұмыс ұйымдастырады;
- қиындықтар сынып жағдайында байқалса, сыныппен жұмыс жүргізуді және сынып жетекшісімен өзара әрекет етуді жоспарлайды;
- отбасының қолдауы қажет болған жағдайда ата-аналарға кеңес беріп, ұсыныстар ұсынады;
- баланың қауіпсіздігі мен әл-ауқатына қауіп төндіретін қолайсыздық белгілері анықталған жағдайда қажетті қызметтер мен мамандарды қосуды бастайды;
- қажет болған жағдайда қорғаншылық органдарымен, медициналық ұйымдармен, аудан әкімдігі бөлімшелерімен, Психологиялық қолдау орталығымен және басқа да құзыретті қызметтермен ведомствоаралық өзара әрекет етуді ұйымдастырады;
- жағдай ұйымдастырушылық шешімдерді қажет еткен жағдайда, әкімшілікке қажетті көлемде ақпарат береді.

Қадам нәтижесі: Бақылау нысанына енгізілген әрбір білім алушы бойынша әрі қарайғы жұмыс бағыты анықталды.

Қауіп себебі	Негізгі әрекеттер	Қатысушылар
Эмоционалды қолайсыздық	Білім алушының эмоционалды қолайсыздығының анықталған себептерімен және ата-аналармен жұмыс	Педагог-психолог, ата-аналар, қажет болған жағдайда – денсаулық сақтау ұйымдары, КТІЖИ. <i>Қауіп деңгейі жоғары күйінде сақталған немесе оң динамика</i>

	жүргізіледі, кеңес беру, бақылау және тереңдетілген диагностика ұйымдастырылады.	<i>байқалмаған жағдайда білім алушыны ведомствоаралық сүйемелдеу аясында БҚЖӨУ, БҚҚБ, БҚҚК, БҚУ, «111» қызметі және басқа да құзыретті құрылымдармен өзара әрекет ету ұйымдастырылады.</i>
Буллинг	Баланы қорғау, сыныппен жұмыс жүргізу, себептермен жұмыс, бастамашылармен жұмыс, қауіпсіздікті бақылау.	Педагог-психолог, сынып жетекшісі, әкімшілік, ПҚО, КТІЖИ. <i>Қауіп деңгейі жоғары күйінде сақталған немесе оң динамика байқалмаған жағдайда білім алушыны ведомствоаралық сүйемелдеу аясында БҚЖӨУ, БҚҚБ, БҚҚК, БҚУ, «111» қызметі және басқа да құзыретті құрылымдармен өзара әрекет ету ұйымдастырылады.</i>
Зорлық-зомбылық немесе қауіпсіздікке төнген қатер	Шұғыл әрекет ету, әкімшілікке ақпарат беру, құзыретті органдарды тарту.	Директор, қорғаншылық органы, КТІЖИ, Балалардың құқықтарын қорғау басқармасы. <i>Қауіп деңгейі жоғары күйінде сақталған немесе оң динамика байқалмаған жағдайда білім алушыны ведомствоаралық сүйемелдеу аясында БҚЖӨУ, БҚҚБ, БҚҚК, БҚУ, «111» қызметі және басқа да құзыретті құрылымдармен өзара әрекет ету ұйымдастырылады.</i>
Отбасылық қолайсыздық	Отбасы жағдайын бағалау, ата-аналармен жұмыс жүргізу, әлеуметтік сүйемелдеу.	Әлеуметтік педагог, қорғаншылық органы, отбасыны қолдау орталығы. <i>Қауіп деңгейі жоғары күйінде сақталған немесе оң динамика байқалмаған жағдайда білім алушыны ведомствоаралық сүйемелдеу аясында БҚЖӨУ, БҚҚБ, БҚҚК, БҚУ, «111» қызметі және басқа да</i>

		құзыретті құрылымдармен өзара әрекет ету ұйымдастырылады.
Әлеуметтік осалдық	Әлеуметтік қолдау шараларына енгізу	Әлеуметтік педагог, әкімдік, отбасыны қолдау орталығы. <i>Қауіп деңгейі жоғары күйінде сақталған немесе оң динамика байқалмаған жағдайда білім алушыны ведомствоаралық сүйемелдеу аясында БҚЖӨУ, БҚҚБ, БҚҚК, БҚУ, «111» қызметі және басқа да құзыретті құрылымдармен өзара әрекет ету ұйымдастырылады.</i>
Құқықтық тәуекелдер	Алдын алу және ведомствоаралық жұмыс.	Әкімшілік, КТІЖИ, КТІЖК, ПҚО. <i>Қауіп деңгейі жоғары күйінде сақталған немесе оң динамика байқалмаған жағдайда білім алушыны ведомствоаралық сүйемелдеу аясында БҚЖӨУ, БҚҚБ, БҚҚК, БҚУ, «111» қызметі және басқа да құзыретті құрылымдармен өзара әрекет ету ұйымдастырылады.</i>
Денсаулық жағдайы	Мамандарға жүгіну ұсынысы	Ата-аналар, медицина қызметкері, денсаулық сақтау ұйымдары. <i>Қауіп деңгейі жоғары күйінде сақталған немесе оң динамика байқалмаған жағдайда білім алушыны ведомствоаралық сүйемелдеу аясында БҚЖӨУ, БҚҚБ, БҚҚК, БҚУ, «111» қызметі және басқа да құзыретті құрылымдармен өзара әрекет ету ұйымдастырылады.</i>

Жеке диагностикалық кездесу нәтижелері бойынша бағыттау

Жеке диагностикалық жұмыс қорытындысы	Әрі қарайғы бағыт
Қауіп расталмады	Білім алушы білім беру ұйымының бекітілген жоспарына сәйкес алдын алу, түсіндіру және диагностикалық жұмыстарға қатысуын жалғастырады.
Қауіп деңгейі орташа байқалады	Алдын алу, сүйемелдеу, топтық жұмыс немесе қысқа мерзімді жеке кездесулер циклі ұйымдастырылады.
Қауіп расталды	Жеке сүйемелдеу бағыты әзірленеді, тұрақты жұмыс жүргізіледі және динамика бақылауға алынады.
Қиындықтар эмоционалдық жағдаймен байланысты	Жеке кеңес беру, түзете-дамытушылық жұмыс, өзін-өзі реттеу дағдыларын қалыптастыруға және эмоционалдық тұрақтылықты қолдауға бағытталған жаттығулар жүргізіледі.
Қиындықтар сынып жағдайында байқалады	Білім алушыны алаламай, сыныппен жұмыс және сынып жетекшісімен өзара әрекет ету ұйымдастырылады.
Отбасының қолдауы қажет	Ата-аналарға кеңес беру, баланы қолдау бойынша ұсыныстар беру және әрі қарайғы қадамдарды келісу жүзеге асырылады.
Жағдай ұйымдастырушылық шешімдерді қажет етеді	Көмек көрсету және қауіпсіздікті қамтамасыз ету мақсатында қажетті көлемде әкімшілікке ақпарат беріледі.

09

Сүйемелдеуді жүзеге асыру және динамиканы бағалау

Педагог-психолог:

- жеке кеңес беру және түзете-дамытушылық сабақтарын жүргізеді;
- сары аймаққа жатқызылған білім алушылармен топтық жұмыс ұйымдастырады;
- топтық жұмыс кезінде қиындықтар анықталған жағдайда сыныппен жұмыс жүргізеді;
- қажет болған жағдайда ата-аналарға кеңес береді;

- қажет болған жағдайда сынып жетекшісімен және әкімшілікпен өзара әрекет етеді;
- білім алушының жағдайындағы өзгерістерді бақылап, сүйемелдеу бағытын түзетеді.

Қадам нәтижесі: Сүйемелдеу динамиканы бағалау және одан әрі бақылау, жұмысты жалғастыру немесе күшейту туралы шешім қабылданғанға дейін жалғасады.

Динамика	Басшының шешімі
Оң тұрақты динамика	Белсенді сүйемелдеуден біртіндеп шығару, бақылау режиміне ауыстыру.
Ішінара оң динамика	Сүйемелдеуді жалғастыру, жұмыс жоспарын түзету.
Динамика жоқ	Көмек көрсету бағытын қайта қарау, қосымша мамандарды қосу.
Жағдайдың нашарлауы	ШҰҒЫЛ ведомствоаралық қарастыру, көмек көрсету шараларын дереу күшейту.

Түсіндірмелер

Алгоритм бастапқы диагностика жүргізу кестесінде қарастырылған әрбір диагностикалық кезеңнен кейін қолданылады. Әрбір жартыжылдықта педагог-психолог бірдей жұмыс циклінен өтеді: диагностика жүргізу, нәтижелерді өңдеу, тәуекел аймақтары бойынша бөлу, бақылау нысанына енгізу, жеке диагностикалық кездесу өткізу, көрсетілімдер бойынша тереңдетілген диагностика жүргізу, бағыттау, сүйемелдеу және динамиканы бағалау.

I жартыжылдық

– Педагог-психолог кестеге сәйкес тиісті сыныптар мен әдістемелер бойынша диагностиканы жүргізеді.

– Әрбір диагностикалық кезең аяқталғаннан кейін нәтижелерді бірден өңдейді.

– Білім алушыларды тәуекел аймақтары бойынша бөледі және маркерлік жауаптарды анықтайды.

– Сары және қызыл аймаққа жатқызылған білім алушыларды, сондай-ақ маркерлік жауаптары бар балаларды бақылау нысанына енгізеді.

– Жеке диагностикалық кездесулер өткізеді және көрсетілімдер бойынша тереңдетілген диагностика жүргізеді.

– Сүйемелдеу бағытын анықтайды және диагностика нәтижелері бойынша жұмысты бастайды.

– 2–4 сыныптар үшін диагностика қараша айының II онкүндігінде жүргізіледі; диагностика аяқталғаннан кейін сол жұмыс циклі іске қосылады.

II жартыжылдық

Кезең	Жас ерекшелік тобы	Педагог-психологтің әрекеттері
Қаңтар айының III онкүндігі	9-11 сыныптар/ колледждің 1-2 курстары	Диагностика жүргізу, нәтижелерді өңдеу, тәуекел аймақтарын анықтау, бақылау нысанына енгізу, жеке диагностикалық кездесулер өткізу.
Ақпан айының I онкүндігі	5-8 сыныптар	Диагностика жүргізу, нәтижелерді өңдеу, тәуекел аймақтарын анықтау, көрсетілімдер бойынша тереңдетілген диагностика жүргізу.
Ақпан айының II онкүндігі	1 сыныптар	Бақылау картасын жүргізу, нәтижелерді талдау, қосымша назар аударуды қажет ететін білім алушыларды анықтау.
Ақпан айының II онкүндігі	2-4 сыныптар	Диагностика жүргізу, нәтижелерді өңдеу, аймақтар бойынша бөлу, жеке диагностикалық жұмыс жүргізу.

Кезең	Жас ерекшелік тобы	Педагог-психологтің әрекеттері
Ақпан айының III онкүндігі	Айқындалған барлық білім алушылар	Диагностика нәтижелері бойынша жұмыс: жеке кездесулер өткізу, тереңдетілген диагностика жүргізу, сүйемелдеу, ересектермен өзара әрекет ету, динамиканы бағалау.

ДИАГНОСТИКА НӘТИЖЕЛЕРІ БОЙЫНША ЖҰМЫС

Кестеде «Диагностика нәтижелері бойынша жұмыс» деп көрсетілген кезеңдер бос уақыт емес. Бұл кезеңде педагог-психолог диагностика нәтижелерін өңдеуді аяқтайды, жеке диагностикалық кездесулер өткізеді, тереңдетілген диагностика жүргізеді, қызыл және сары аймаққа жатқызылған білім алушыларды сүйемелдеуді бастайды, топтық жұмысты ұйымдастырады және динамиканы бағалайды.

II. БІЛІМ АЛУШЫЛАРДЫҢ ҚАУІП ФАКТОРЛАРЫ МЕН ҚИЫНДЫҚТАРЫН ДИАГНОСТИКАЛАУ

Бастапқы диагностика психологиялық-педагогикалық сүйемелдеуге рұқсаты бар барлық білім алушылармен жүргізіледі. Ол эмоционалдық, мінез-құлықтық және әлеуметтік қиындықтарды ерте анықтауға бағытталған: мазасыздық, агрессивтілік, бейімделу мәселелері, ұжымдағы қарым-қатынас ерекшеліктері, сондай-ақ буллинг жағдайларын қоса алғанда, ықтимал тәуекел факторларын анықтау.

Жұмыста бір ғана әдістемені емес, бірнеше әдістемені - стандартталған және проективті әдістерді қатар қолдану маңызды. Стандартталған әдістер объективті көрсеткіштер алуға мүмкіндік береді, ал проективті әдістер баланың бірден байқала бермейтін жасырын уайымдарын және ішкі эмоционалдық жағдайын анықтауға көмектеседі.

Тек кешенді тәсіл ғана білім алушының жағдайын толық әрі нақты түсінуге мүмкіндік береді. Өртүрлі әдістемелердің нәтижелерін салыстыру қолайсыздық белгілерін уақытында анықтауға және қай балаларға қосымша назар мен психологиялық сүйемелдеу қажет екенін айқындауға көмектеседі.

БІРІНШІ СЫНЫПҚА БЕЙІМДЕЛУ

Бірінші сыныпта оқуға бейімделу кезеңі баланың мектептегі дамуының маңызды кезеңдерінің бірі. Бұл уақытта бірінші сынып оқушысы жаңа талаптарды, мінез-құлық ережелерін, оқу әрекетінің тәртібін, ересектермен және құрдастарымен қарым-қатынас жүйесін меңгереді. Бейімделудің сәтті өтуі баланың эмоционалдық жағдайына,

мектепке деген көзқарасына, оқу мотивациясына және одан әрі дамуына үлкен әсер етеді.

Оқудың алғашқы айларында балаларда мазасыздық, шаршау, мінез-құлық қиындықтары, өзіне деген сенімнің төмендеуі немесе қарым-қатынас қиындықтары байқалуы мүмкін. Бұл ересектер тарапынан мұқият назар аударуды талап етеді.

Осы кезеңде педагогтер мен ата-аналардың баланың эмоционалдық жағдайын, мінез-құлқын және мектеп өміріне қосылу ерекшеліктерін жүйелі түрде бақылауы ерекше маңызды. Себебі дәл осы бақылау мектепке бейімделе алмау белгілерін уақытында анықтауға және қажетті психологиялық-педагогикалық қолдауды ұйымдастыруға мүмкіндік береді.

«БАЛАЛАРДЫҢ МЕКТЕПKE ӘЛЕУМЕТТІК- ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ БЕЙІМДЕЛУІН САРАПТАМАЛЫҚ БАҒАЛАУ СЫЗБАСЫ»

Авторлары В.И. Чирков, О.Л. Соколова, О.В. Сорокина.

Сызба баланың мектепке бейімделу деңгейін бағалауға мүмкіндік беретін мінез-құлықтық, аффективті және әлеуметтік-психологиялық сипаттамалардың реттелген жиынтығын қамтиды. Мұғалімдерге арналған сызбада бейімделу деңгейін бағалаудың 4 критерийі және оларды бағалауға арналған 7 сипаттама (шкала) қарастырылған.

Критерийлер ретінде төмендегілер таңдалды:

- оқу іс-әрекетінің тиімділігі;
- мектептегі мінез-құлық нормаларын меңгеруі;
- әлеуметтік қарым-қатынастардың сәттілігі;
- эмоционалдық әл-ауқаты.

Педагогтерге арналған сызба

Нұсқаулық. Құрметті педагогтер! Әрбір сипаттама (шкала) бойынша 0-ден 5-ке дейінгі аралықтағы балдардың ішінен білім алушының жағдайын барынша дәл сипаттайтын тұжырымды таңдаңыз. Білім алушының аты-жөнін және сыныбын көрсетіңіз.

№	Көрсеткіштер	Көрсеткішті баллмен бағалау
1-критерий. Оқу іс-әрекетінің тиімділігі		
<i>1-шкала. Оқу белсенділігі</i>		
1	Оқу белсенділігі байқалмайды (бала оқу үдерісіне қатыспайды)	0
2	Сабақта енжар, теріс жауап береді немесе мүлде жауап бермейді, тақтадағы дайын жазбаны жиі көшіреді.	1
3	Сабақтағы оқу белсенділігі қысқа уақытқа ғана байқалады, жиі алаңдайды, сұрақты естімейді.	2
4	Қолын сирек көтереді, бірақ дұрыс жауап береді.	3
5	Сабақта жұмыс істейді, оң және теріс жауаптары кезектеседі.	4
6	Сабақта белсенді жұмыс істейді, жиі қол көтереді және дұрыс жауап береді.	5
<i>2-шкала. Білімді меңгеру (үлгерім)</i>		
1	Барлық пәндер бойынша оқу бағдарламасының материалын нашар меңгеру – өрескел және көп қателердің болуы (барлық пәндер бойынша төмен үлгерім, орташа балл 3,3-тен төмен).	0
2	Жиі қателер жібереді, тапсырмаларды ұқыпсыз орындайды, түзетулер мен сызулар көп (бағалары тұрақсыз, орташа балл 3,5 және одан төмен).	1
3	Негізгі пәндердің біреуі бойынша оқу материалын нашар меңгеру, қателердің көп болуы.	2
4	Әріптерді қалдырып кетуге немесе алмастыруға байланысты сирек кездесетін қателер.	3
5	Ұсақ қателер, жекелеген қателіктер.	4
6	Мектеп тапсырмаларын дұрыс, қатесіз орындау.	5
2-критерий. Мектептегі мінез-құлық нормаларын меңгеру		
<i>3-шкала. Сабақтағы мінез-құлық</i>		
1	Мұғалімнің талаптарын орындамайды: сабақ уақытының көп бөлігінде бөгде істермен айналысады.	0
2	Мұғалім талаптарын ішінара орындайды, бөгде әрекеттерге алаңдайды, қозғала береді немесе үнемі сөйлеседі.	1
3	Қозғалысында, дене қалпында жиі қысылу, жауап беру кезінде кернеу байқалады.	2
4	Кейде бұрылып қарайды, сыныптастарымен қысқа репликалар алмасады.	3

5	Мұғалім талаптарын орындайды, бірақ кейде қысқа уақытқа сабақтан алаңдайды.	4
6	Тыныш отырады, мұғалімнің барлық талаптарын жауапкершілікпен орындайды.	5
4-шкала. Үзілістегі мінез-құлық		
1	Мінез-құлық нормаларын жиі бұзады: басқа балалардың ойынына кедергі келтіреді, оларға тиіседі, айқайлайды, жүгіреді, ескерту жасалған кезде мінез-құлқын өзгертпейді (өзін-өзі басқара алмайды).	0
2	Енжар, қимылдары баяу, басқа балалардан қашқақтайды.	1
3	Өзіне іс таба алмайды, бір балалар тобынан екінші топқа ауысып жүреді.	2
4	Баланың белсенділігі келесі сабаққа дайындықпен байланысты әрекеттермен ғана шектеледі (оқулықтарын, дәптерлерін дайындайды, тақтаны сүртеді, сыныпты жинайды).	3
5	Белсенділігі төмен деңгейде байқалады – сыныпта біреумен бірге тыныш әрекет етуді, кітап оқуды, жай ойындарды таңдағанды ұнатады.	4
6	Ойын белсенділігі жоғары, қимылды және ұжымдық ойындарға қызығушылықпен қатысады.	5
3-критерий. Әлеуметтік қарым-қатынастардың сәттілігі		
5-шкала. Сыныптастарымен қарым-қатынас		
1	Балаларға қатысты жағымсыз қарым-қатынас көрсетеді, үнемі жанжалдасады және оларды ренжітеді (басқа балалар оны ұнатпайды).	0
2	Тұйық, басқа балалардан оқшауланған, жалғыз жүргенді қалайды (басқа балалар оған бейжай қарайды).	1
3	Балалардың жанында болғанды ұнатады, бірақ олармен қарым-қатынасқа түспейді.	2
4	Қарым-қатынас аясы шектеулі: тек кейбір балалармен байланыс орнатады.	3
5	Бастамасы аз, бірақ балалар өзіне жақындағанда қарым-қатынасқа оңай түседі.	4
6	Қарым-қатынасқа бейім, балалармен оңай байланыс орнатады.	5
6-шкала. Мұғалімге деген қарым-қатынас		
1	Мұғаліммен қарым-қатынас жағымсыз эмоциялар тудырады, кішкентай ескертуге де ренжиді, жылайды.	0
2	Мұғаліммен байланыстан қашады, сөйлескен кезде қысылып, абдырап қалады, ақырын сөйлейді, кібіртіктейді.	1
3	Мұғалім талаптарын формалды түрде орындайды, онымен қарым-қатынас жасауға қызығушылық танытпайды, көзге түспеуге тырысады.	2
4	Мұғалім талаптарын мұқият орындайды, бірақ көмек сұрағанда көбіне сыныптастарына жүгінеді.	3

5	Мұғалімнің өзі туралы жақсы пікірін бағалайды, оның барлық талаптарын орындауға тырысады, қажет болған жағдайда өзі көмек сұрайды.	4
6	Мұғаліммен достық қарым-қатынаста, оған ұнауға тырысады, сабақтан кейін жиі мұғалімге келіп, сөйлеседі.	5
4-критерий. Эмоционалдық әл-ауқат		
<i>7-шкала. Эмоциялар</i>		
1	Депрессивті көңіл-күй басым. Агрессия (ашу, ыза ұстамалары) балалармен қарым-қатынаста (ұруы, бір нәрсені сындыруы, төбелес бастауы мүмкін) және мұғаліммен қарым-қатынаста байқалады.	0
2	Жекелеген депрессивті белгілер, себепсіз жылау. Агрессивті реакциялар: балалармен жиі жанжалдасады, дауысын көтереді.	1
3	Жағымсыз эмоциялар: мазасыздық, реніш, кейде қорқыныш; өкпелегіштік, ашуланшақтық, тітіркенгіштік байқалады.	2
4	Кейде көңіл-күйдің төмендеуі байқалады.	3
5	Эмоционалдық жағдайы тыныш.	4
6	Көңіл-күйі жақсы, жиі жымыып, күледі.	5
Жалпы балл		

НӘТИЖЕЛЕРДІ ӨНДЕУ

Таңдалған тұжырымдардың ұпайлары қосылып, балалардың әлеуметтік-психологиялық бейімделу деңгейі анықталады.

Бейімделу деңгейі	Аймақ	Интерпретация
22–35 балл	Жасыл аймақ	Бала жалпы алғанда мектептегі оқу жағдайына сәтті бейімделген. Эмоционалдық тұрақтылық, жеткілікті оқу белсенділігі, мектептегі мінез-құлық нормаларын сақтау және құрдастарымен, педагогтермен қолайлы қарым-қатынас байқалады.
15–21 балл	Сары аймақ	Бейімделудің жекелеген қиындықтары байқалады. Олар эмоционалдық кернеу, мінез-құлық тұрақсыздығы, оқу белсенділігінің төмендеуі немесе қарым-қатынастағы қиындықтар түрінде көрінуі мүмкін. Бала педагог-психолог тарапынан бақылауды және білім беру ортасында қолдаушы орта қалыптастыруды ұйымдастыруды қажет етеді.
0–14 балл	Қызыл аймақ	Мектепке бейімделудің бұзылуының, эмоционалдық қолайсыздықтың және әлеуметтік өзара әрекет етудегі қиындықтардың айқын белгілері байқалады. Нәтижелер баланы тереңдетілген психологиялық-педагогикалық зерттеу және сүйемелдеуді ұйымдастыру қажеттілігін көрсетеді.

«БАЛАЛАРДЫҢ МЕКТЕПKE ӘЛЕУМЕТТІК - ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ БЕЙІМДЕЛУІН САРАПТАМАЛЫҚ БАҒАЛАУ СЫЗБАСЫ» (АТА-АНАЛАР ҮШІН)

Авторлары В.И. Чирков, О. Л. Соколова, О. В. Сорокина

Нұсқаулық

Құрметті ата-аналар! Әрбір сипаттама (шкала) бойынша балаңыздың жағдайын барынша дәл сипаттайтын тұжырымды таңдаңыз.

№	Көрсеткіштер	Көрсеткішті баллмен бағалау
1-шкала. Мектеп тапсырмаларын орындау сәттілігі		
1	Барлық пәндер бойынша оқу бағдарламасының материалын нашар меңгеру.	1
2	Негізгі пәндердің біреуі бойынша оқу материалын нашар меңгеру, қателердің көп болуы: жиі қателесу, тапсырмаларды ұқыпсыз орындау.	2
3	Әріптерді түсіріп қалдыруға немесе алмастыруға байланысты сирек кездесетін қателер.	3
4	Ұсақ қателер, жекелеген қателіктер.	4
5	Мектеп тапсырмаларын дұрыс, қатесіз орындау.	5
2-шкала. Баланың мектеп тапсырмаларын орындау үшін қажет болатын күш-жігер деңгейі		
1	Бала жұмыс істеуден бас тартады, жылауы, айқайлауы, агрессия көрсетуі мүмкін.	1
2	Мектеп тапсырмаларын орындау бала үшін белгілі бір деңгейде күш салуды және эмоционалдық кернеуді талап етеді.	2
3	Кейде тапсырмаларды жеңіл орындайды, кейде қырсықтық танытады, тапсырманы аяқтау үшін белгілі бір күш жұмсау қажет болады.	3
4	Мектеп тапсырмаларын орындау бала үшін ерекше қиындық тудырмайды.	4
5	Бала тапсырмаларды жеңіл, еркін, ешқандай кернеусіз орындайды.	5
3-шкала. Баланың мектеп тапсырмаларын орындаудағы дербестігі		
1	Баланың мектеп тапсырмаларын орындауы үшін ересек адамның бастамасы, көмегі және тұрақты бақылауы қажет.	1
2	Бала мектеп тапсырмаларын өздігінен орындай алады, бірақ оларды ересектің көмегімен орындауды жөн көреді.	2

3	Кейде көмек сұрайды, бірақ көбінесе тапсырмаларды өзі орындайды.	3
4	Өздігінен жұмыс істейді, ересек адамның көмегіне өте сирек жүгінеді.	4
5	Бала мектеп тапсырмаларын өз бетімен орындай алады.	5
4-шкала. Баланың мектепке баратын көңіл-күйі		
1	Депрессиялық көңіл-күй немесе агрессия басым (ашу, ыза көріністері байқалады).	1
2	Жағымсыз эмоциялар байқалады: мазасыздық, реніш, кейде қорқыныш; өкпелегіштік, ашуланшақтық, тітіркенгіштік.	2
3	Кейде көңіл-күйдің түсуі байқалады.	3
4	Тыныш, жинақы, іскер, көңіл-күйдің түсу белгілері байқалмайды.	4
5	Бала жымиып, күледі, мектепке көтеріңкі көңіл-күймен барады.	5
5-шкала. Сыныптастарымен қарым-қатынас		
1	Тұйық, басқа балалардан оқшауланған, жалғыз жүргенді қалайды. Қарым-қатынаста бастамашыл, бірақ балаларға қатысты жағымсыз әрекеттер жиі байқалады: жанжалдасады, мазақтайды, төбелеседі.	1
2	Балалардың жанында болғанды ұнатады, бірақ олармен қарым-қатынасқа түспеуді қалайды.	2
3	Қарым-қатынас аясы біршама шектеулі: тек кейбір балалармен араласады.	3
4	Бастамасы аз, бірақ балалар өзіне жақындағанда қарым-қатынасқа оңай түседі.	4
5	Қарым-қатынасқа бейім, бастамашыл, балалармен оңай байланыс орнатады, достары мен таныстары көп.	5
6-шкала. Баланың бейімделуін жалпы бағалау		
1	Бейімделу деңгейі төмен.	1
2	Бейімделу деңгейі орташадан төмен.	2
3	Бейімделу деңгейі орташа.	3
4	Бейімделу деңгейі орташадан жоғары.	4
5	Бейімделу деңгейі жоғары.	5
	ЖАЛПЫ БАЛЛ	

НӘТИЖЕЛЕРДІ ӨНДЕУ

Таңдалған тұжырымдардың балдары қосылады және алынған көрсеткіштер негізінде балалардың әлеуметтік-психологиялық бейімделу деңгейі анықталады.

Бейімделу деңгейі	Аймақ	Интерпретация
-------------------	-------	---------------

19–30 балл	Жасыл аймақ	Бала мектептегі оқуға және жаңа талаптарға жеткілікті түрде сәтті бейімделуде. Жалпы алғанда, жағымды эмоционалдық жағдай, құрдастарымен қанағаттанарлық қарым-қатынас және оқу жүктемесін орындай алу қабілеті байқалады.
13–18 балл	Сары аймақ	Балада бейімделудің жекелеген қиындықтары байқалуы мүмкін: тез шаршау, эмоционалдық кернеу, көңіл-күй тұрақсыздығы немесе қарым-қатынас пен оқу әрекетіндегі қиындықтар. Баланың жағдайындағы өзгерістерді бақылау және қажет болған жағдайда педагог-психолог тарапынан қолдау көрсету ұсынылады.
0–12 балл	Қызыл аймақ	Мектепке бейімделе алмаудың айқын белгілері байқалады. Олар эмоционалдық қиындықтар, оқу мотивациясының төмендеуі, мінез-құлық немесе қарым-қатынас мәселелері түрінде көрінуі мүмкін. Нәтижелер баланың жағдайын тереңірек зерттеуді және психологиялық-педагогикалық сүйемелдеуді ұйымдастыруды қажет етеді.

«САҒАН ҚАЛАЙ ҚАРАЙДЫ?»

ЭКСПРЕСС-САУАЛНАМАСЫ

(2–4 сыныптар)

«Өркен» БӘАҰҒПИ ғылыми қызметкерлерінің авторлық ұжымы

«Саған қалай қарайды» экспресс-сауалнамасы (2–4 сыныптар) – баланың эмоционалдық жағдайының ерекшеліктерін және оның отбасы мен мектептегі жағдайын бастапқы анықтауға бағытталған диагностикалық әдістеме. Сауалнама баланың ересектермен және құрдастарымен қарым-қатынасындағы психологиялық жайсыздық, ықтимал қолайсыздық белгілерін анықтауға мүмкіндік береді. Нәтижелер тәуекел тобындағы балаларды уақытылы анықтау және тереңдетілген зерттеудің қажеттілігін айқындау үшін қолданылады.

Мақсатты топ: 2–4 сыныптар.

Нұсқаулық

Сәлем! Біз сенің өзіңді қалай сезінетініңді және барлығы жақсы ма екенін білгіміз келеді. Сұрақтарды мұқият оқып, бір жауапты таңда. Саған сәйкес келетін жауаптың қасына белгі немесе «+» таңбасын қой.

№	Сұрақ	Ешқашан	Кейде	Әрқашан
1	Үйде өзімді тыныш әрі жайлы сезінемін.			
2	Ата-анам маған ренжітетін сөздер айтады.			
3	Үйде сені жазалайды ма және саған өте ауыр немесе қорқынышты болады ма?			
4	Мектепте мені қорғай алатын ересек адам бар.			
5	Маған мектепке бару қорқынышты немесе көңілсіз.			
6	Мен қателескен кезде мұғалімдер маған ұрсады.			
7	Басқа балалар мені ренжітеді, итереді немесе мазақтайды.			
8*	Маған ересектердің көмектескенін қалаймын.			

НӘТИЖЕЛЕРДІ ӨНДЕУ

Балдарды есептеу

Сұрақтар	Шкала	Балдар
№ 2, 3, 5, 6, 7	тікелей шкала	Ешқашан – 1 балл Кейде – 2 балл Әрқашан – 3 балл
№ 1, 4	кері шкала	Ешқашан – 3 балл Кейде – 2 балл Әрқашан – 1 балл

Формула: Барлық 7 сұрақ бойынша жиналған балдарды қосыңыз.

ИНТЕРПРЕТАЦИЯ

Көрсеткіш	Жағдай сипаттамасы
Жасыл аймақ (7–10 балл)	Психологиялық жайлылық
Сары аймақ (11–15 балл)	Орташа мазасыздық
Қызыл аймақ (16–21 балл)	Жоғары тәуекел (қолайсыз жағдай)
Критикалық маркер	№3 сұрақ («ұрып-соғу») немесе №7 сұрақ («буллинг, қорлау») бойынша «Әрқашан» жауабы таңдалса, сауалнаманың жалпы балы төмен болған жағдайда да, жағдайды дереу анықтау және қарастыру қажет.

Зорлық-зомбылық маркерлері	№2, №3, №5, №6, №7 сұрақтарында «2» және «3» баллдық жауаптардың таңдалуы сауалнаманың жалпы нәтижесіне қарамастан, ықтимал зорлық-зомбылық немесе баланың өмірі мен денсаулығына төнетін физикалық қауіптің белгісі ретінде қарастырылады.
-----------------------------------	---

№8 сұрақ* қосымша болып есептеледі және баланың маңызды ересек тарапынан көмекке, қолдауға және эмоционалдық қолдауға деген қажеттілігін анықтауға бағытталған.

Жауап	Қысқаша түсіндіру
Ешқашан	Бала ересектер тарапынан қосымша қолдауға айқын қажеттілік сезінбейді.
Кейде	Кейде балаға ересектер тарапынан эмоционалдық қолдау, көмек немесе түсіністік қажет болуы мүмкін.
Әрқашан	Бұл баланың эмоционалдық кернеуін, өзін қауіпсіз сезінбеуін немесе ересектердің қолдауы мен назарына тұрақты қажеттілігін көрсетуі мүмкін.

Жасыл аймақ баланың жалпы эмоционалдық жағдайының қолайлы екенін және отбасы мен мектеп ортасына бейімделу деңгейінің қанағаттанарлық екенін көрсетеді. Бұл жағдайда бала, әдетте, айқын психологиялық қолайсыздық белгілерін көрсетпейді, алайда сыныптың жалпы психологиялық-педагогикалық сүйемелдеуі аясында одан әрі бақылауды қажет етеді.

Сары аймақ эмоционалдық шиеленістің, қауіпсіздік сезімінің төмендеуінің немесе ересектермен және құрдастарымен өзара әрекет етудегі жекелеген қиындықтардың бар екенін көрсетеді. Балада мазасыздық, реніш сезімі, бағалаудан қорқу, жанжалдарға сезімталдық, сондай-ақ мектеп немесе отбасы ортасындағы қолайсыздық белгілері байқалуы мүмкін.

Қызыл аймақ айқын психологиялық қолайсыздықты және эмоционалдық тұрғыдан жарақаттайтын жағдайларды бастан кешіру

ықтималдығының жоғары екенін көрсетеді. Нәтижелер балада тұрақты қорқыныш сезімінің, эмоционалдық қысымның, қатал қарым-қатынастың, буллингтің, қорғансыздық сезімінің және негізгі қауіпсіздік сезімінің бұзылуының болуы мүмкін екенін көрсетуі ықтимал.

Қауіп маркерлер (№3 немесе №7 сұрақтарға «Әрқашан» жауабының берілуі) ықтимал физикалық зорлық-зомбылық немесе жүйелі түрде жәбірлеу (буллинг) белгілері ретінде қарастырылады және жалпы балға қарамастан, шұғыл әрекет етуді талап етеді.

Зорлық-зомбылық маркерлері (№2, №3, №5, №6, №7 сұрақтары бойынша жоғары көрсеткіштердің таңдалуы) ықтимал эмоционалдық немесе физикалық қолайсыздықтың, сондай-ақ баланың қауіпсіз даму ортасының бұзылуының көрсеткіштері ретінде қарастырылады. Жалпы жиынтық балл жоғары болмаса да, мұндай жауаптар жеке талдауды, нақтылаушы диагностиканы және отбасы мен мектеп ортасындағы жағдайды мұқият қарастыруды талап етеді.

«БЕЙІМДЕЛУ КЕЗЕҢІНДЕ БЕСІНШІ СЫНЫП ОҚУШЫЛАРЫНЫҢ МАЗАСЫЗДЫҒЫН АНЫҚТАУ» ЭКСПРЕСС-ӘДІСТЕМЕСІ

Авторы О.Н. Хмельницкая

Мектептегі мазасыздық оқушының мінез-құлқында әртүрлі, кейде басқа мәселелердің белгісі ретінде жасырын және күтпеген түрде байқалуы мүмкін. Бұл мәселе әсіресе бастауыш мектептен орта буынға өту кезеңіндегі бесінші сынып оқушылары үшін өзекті болып есептелінеді. Себебі осы уақытта баланың мектеп өмірінде көптеген өзгерістер орын алады (сынып жетекшісі ауысады, сынып бөлмесі өзгереді, әр пән бойынша әртүрлі мұғалімдер пайда болады, жаңа

пәндер енгізіледі). Бұл өзгерістер оқушының эмоционалдық, психикалық және дене жағдайына кері әсер етуі мүмкін.

Білім алушыларға осы кезеңді сәтті өтуге көмектесу үшін сынып жетекшісі мен мектеп педагог-психологі оқушылардың мазасыздық деңгейін уақытылы бақылап, анықталған қиындықтарды түзету және әрі қарайғы психологиялық-педагогикалық қолдау бағыттарын белгілеуі қажет.

Балалардан соңғы уақытта өздерінің көңіл-күйі мен жалпы жағдайында болған өзгерістерді бағалау ұсынылады. Оң жауап тек нақты өзгеріс болған жағдайда ғана қабылданады. Мысалы, егер бала бұрын тез шаршайтын болса және қазір де сол деңгейде немесе одан да аз шаршайтын болса, бұл жағдайда жауап теріс деп есептеледі.

Мақсатты аудитория: 5-сынып оқушылары.

Нұсқаулық

Балалар, сіздерге соңғы уақыттағы өз жағдайларыңыз, көңіл-күйлеріңіз және мектепке деген қарым-қатынастарыңыз туралы тұжырымдар ұсынылады. Әрбір тұжырымды мұқият оқып, өзіңізге сәйкес келетін «Иә» немесе «Жоқ» жауабын белгілеңіз. Мұнда дұрыс немесе бұрыс жауаптар жоқ, ең бастысы - өзіңізді шынайы сезінетініңіздей жауап беру. Егер ешқандай өзгеріс болмаған болса, «Жоқ» жауабын таңдаңыз.

№	Тұжырымдар	Иә	Жоқ
1	Соңғы уақытта мен тез шаршаймын.		
2	Соңғы уақытта мен өзімді кейбір балаларға қарағанда жағдайым жақсырақ деп ойлаймын.		
3	Соңғы уақытта өзімді еркінірек сезінемін.		
4	Соңғы уақытта менде бас айналу/әлсіздік/жүрек айну пайда болды.		
5	Соңғы уақытта мұғалімдердің маған көңілі толмайды (ескертулер көбейді).		
6	Соңғы уақытта өзіме деген сенімім жетіспейді.		
7	Соңғы уақытта өзімді қауіпсіз сезінемін.		

8	Соңғы уақытта қиындықтардан қашқақтаймын.		
9	Соңғы уақытта мен тез ренжіп, тіпті жылап жіберуім мүмкін.		
10	Соңғы уақытта менде жанжалдар көбейді.		
11	Соңғы уақытта үй тапсырмалары қызықты бола бастады.		
12	Соңғы уақытта мұғалімдердің түсіндіргендерін нашар түсінетін болдым.		
13	Соңғы уақытта жағымсыз жағдайларды ұзақ уақыт уайымдаймын.		
14	Соңғы уақытта ұйқым қанбай жүр.		
15	Соңғы уақытта 5-сыныпта өткен жылғы мұғалімдерім сабақ бергенін қалаймын.		
16*	Маған ересектің көмегі қажет.		

НӘТИЖЕЛЕРДІ ӨНДЕУ ЖӘНЕ ИНТЕРПРЕТАЦИЯ.

Әрбір жауап үшін **1 балл** беріледі.

Жауап нұсқасы	Сұрақ нөмірлері
Сұрақтарға «Иә» жауабы	1, 4, 5, 6, 8, 9, 10, 12, 13, 14, 15
Сұрақтарға «Жоқ» жауабы	2, 3, 7, 11

Мазасыздық деңгейін бағалау

Балл саны	Мазасыздық деңгейі	Сипаттамасы
0–4 балл	Төмен деңгей	Оқу жағдайына бейімделу үдерісі қолайлы өтуде, айқын мазасыздық белгілері байқалмайды. Баланың эмоционалдық жағдайы жағымды, білім беру үдерісіне бейімделуі сәтті. Бала жалпы алғанда мектеп ортасында өзін сенімді сезінеді, айқын ішкі кернеуді сезінбейді және оқу мен әлеуметтік талаптарды орындай алады.
5–7 балл	Орташа деңгей	Оқу үдерісіне және орта буынға бейімделуге байланысты эмоционалдық кернеу мен мазасыздықтың жекелеген белгілері байқалады. Баланың жағдайы жас ерекшелік нормасы шегінде, алайда мазасыздықтың күшеюінің алдын алу үшін назар аударуды қажет етеді.
8–10 балл	Жоғарылаған деңгей	Мектептегі мазасыздық, эмоционалдық жайсыздық және бейімделу қиындықтарының айқын белгілері байқалады. Бұл жағдай педагогтер мен педагог-психолог тарапынан назар аударуды қажет етеді. Бала бағалау, қарым-қатынас немесе оқу жүктемесі

		жағдайларында ішкі кернеуді сезінуі мүмкін, бұл оның мінез-құлқы мен өзін-өзі сезінуіне әсер етеді.
11–15 балл	Жоғары деңгей	Мазасыздық пен эмоционалдық кернеудің жоғары деңгейі байқалады, бейімделуде айқын қиындықтар болуы мүмкін. Бұл жағдай психологиялық-педагогикалық сүйемелдеуді қажет етеді. Бала үнемі ішкі алаңдаушылық күйде болуы мүмкін, бұл оқуына, мінез-құлқына және тұлғааралық қарым-қатынасына кері әсер етеді.

№16 сұрақ қосымша сипатқа ие және баланың маңызды ересек тарапынан көмекке, қолдауға және эмоционалдық қолдауға деген қажеттілігін анықтауға бағытталған.

Жауап	Қысқаша түсіндіру
Иә	Бала ересек адамның көмегіне, қолдауына немесе назарына мұқтаждық сезінеді.
Жоқ	Бала ересек адамның көмегіне деген айқын қажеттілікті атап көрсетпейді

ЖАСӨСПІРІМНІҢ ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ӘЛ-АУҚАТ ШКАЛАСЫ

Автор Кэрол Рифф

Кэрол Рифф әдістемесі жасөспірімдердің психологиялық әл-ауқатын кешенді бағалауға арналған. Ол өмірге қанағаттанудың жалпы деңгейін, эмоционалдық күйін және адамның өзін және қоршаған ортаны қабылдау ерекшеліктерін анықтауға мүмкіндік береді.

Т.Д. Шевеленкова және П.П. Фесенко бейімдеуі әдістемені жасөспірімдермен білім беру және психологиялық-педагогикалық тәжірибе аясында қолдануға мүмкіндік береді.

Мақсатты аудитория: 5–11 сыныптар/колледждің 1-2 курстары.

Нұсқаулық

Сіздердің алдарыңызда соңғы бірнеше күндегі көңіл-күйіңіз бен өзіңізді қалай сезіну туралы тұжырымдар берілген. Әрбір тұжырымды

мұқият оқып, жауаптың бір нұсқасын таңдаңыз: «Жиі», «Кейде» немесе «Ешқашан».

Өзіңізді шын мәнінде қалай сезінсеңіз, солай жауап беріңіз. Мұнда дұрыс немесе бұрыс жауаптар жоқ, маңыздысы – сіздің жеке пікіріңіз.

№	Сұрақ	Жиі	Кейде	Ешқашан
1	Мен бұрынғыдай жағымды нәрселерге ұмтыламын.			
2	Мен өте жақсы ұйықтаймын.			
3	Менің жылағым келеді.			
4	Маған бір жерге барған ұнайды.			
5	Мен үйден кеткім келеді.			
6	Менің асқазаным ауырады/кұрысулар болады / басым ауырады.			
7	Менде көп күш-қуат бар.			
8	Маған тамақтануым ұнайды.			
9	Мен өзімді қорғай аламын.			
10	Мен өмірдің еш мәні жоқ деп ойлаймын.			
11	Мен өзім айналысатын істе жақсымын.			
12	Маған бұрынғыдай өзім істейтін ісім ұнайды.			
13	Мен достарыммен және отбасыммен сөйлескенді ұнатамын.			
14	Мен қорқынышты түстер көремін.			
15	Мен өзімді өте жалғыз сезінемін.			
16	Мені оңай көңілдендіруге болады.			
17	Мен өзімді сондай мұңды сезінемін, оған шыдау қиын.			
18	Маған өте қызықсыз.			
19*	Маған ересек адамның көмегі қажет.			

НӘТИЖЕЛЕРДІ ӨНДЕУ

Балдарды келесі тәртіппен есептеу қажет:

Тұжырым түрі	Тұжырым нөмірі	Балдар
Оң тұжырымдар	1, 2, 4, 7, 8, 9, 11, 12, 13, 16	Жиі – 2 балл Кейде – 1 балл Ешқашан – 0 балл
Теріс тұжырымдар	3, 5, 6, 10, 14, 15, 17, 18	Ешқашан – 2 балл Кейде – 1 балл Жиі – 0 балл

Балдар қосындысы	Психологиялық әл-ауқат деңгейі	Интерпретация
27–36 балл	Психологиялық әл-ауқаттың жоғары деңгейі	Жасөспірім өміріне қанағаттанушылық сезінеді, дүниені жағымды қабылдайды және күйзелістік жағдайларға төзімді.
14–26 балл	Психологиялық әл-ауқаттың орташа деңгейі	Көңіл-күйдің өзгеруі және жекелеген қиындықтар болуы мүмкін, алайда жалпы алғанда жасөспірім өмірлік жағдайларды жеңе алады.
0–13 балл	Психологиялық әл-ауқаттың төмен деңгейі	Өмірге қанағаттану деңгейінің төмендеуі байқалады, эмоционалдық қолайсыздық белгілері және қосымша қолдауға қажеттілік болуы мүмкін.

№19 сұрақ* қосымша болып саналады және баланың маңызды ересек тарапынан көмекке, қолдауға және эмоционалдық қолдауына деген қажеттілігін анықтауға бағытталған.

Жауап	Қысқаша интерпретация
Жиі	Бала ересек адамның қолдауына, көмегіне немесе эмоционалдық қолдауына тұрақты қажеттілік сезінуі мүмкін.
Кейде	Ересек адамның көмегіне қажеттілік кейбір қиын немесе эмоционалдық тұрғыдан маңызды жағдайларда ғана пайда болады.
Ешқашан	Бала ересек адамның көмегіне айқын қажеттілік сезінбейді.

Психологиялық әл-ауқаттың жоғары деңгейі. Бұл деңгей жасөспірімнің психологиялық әл-ауқатының айқын қалыптасқанын, өзін және қоршаған ортаны жағымды қабылдауын, сондай-ақ күнделікті күйзелістік жағдайларға төзімділігін көрсетеді.

Жасөспірімде әдетте ішкі эмоционалдық тұрақтылық, өзіне деген сенімділік, мақсаттардың болуы және өмірдің әртүрлі салаларына (оқу, қарым-қатынас, өзін-өзі дамыту) қанағаттану байқалады.

Психологиялық әл-ауқаттың жоғары деңгейі эмоционалдық реттелудің жеткілікті дамуы, қалыптасқан әлеуметтік байланыстар және маңызды ересектер тарапынан қолдаудың болуымен байланысты. Мұндай жасөспірімдер өзгерістерге жеңіл бейімделеді, қиындықтарды конструктивті түрде шешеді және өзін-өзі бағалауы тұрақты болады.

Психологиялық әл-ауқаттың орташа деңгейі. Бұл деңгей өмірге орташа қанағаттануды, жекелеген эмоционалдық өзгерістер мен жағдаяттық қиындықтардың болуын көрсетеді. Жасөспірім күнделікті міндеттерін жалпы алғанда орындай алады, алайда кейде шаршау, оқу ынтасының төмендеуі немесе эмоционалдық тұрақсыздық кезеңдерін бастан кешіруі мүмкін.

Мұндай жағдай көбінесе жас ерекшелік ерекшеліктерімен, оқу жүктемесімен, тұлғааралық қиындықтармен немесе уақытша күйзелістік факторлармен байланысты болады. Қолдау көрсетілмеген және жағдайға уақытылы назар аударылмаған жағдайда эмоционалдық әл-ауқаттың төмендеуіне, мазасыздық немесе депрессивті жағдайлардың қалыптасуына бейімділік пайда болуы мүмкін.

Психологиялық әл-ауқаттың төмен деңгейі. Бұл деңгей өмірге қанағаттанудың айқын төмендеуін, эмоционалдық жайсыздықты және тұлғалық әрі әлеуметтік салаларда тұрақты қиындықтардың болуы мүмкін екенін көрсетеді. Жасөспірім жалғыздық сезімін, ішкі бос сезімді, мотивацияның төмендеуін, қарым-қатынас пен оқу барысында қиындықтарды сезінуі мүмкін.

Психологиялық әл-ауқаттың төмен деңгейі көбінесе әлеуметтік қолдаудың жеткіліксіздігімен, отбасылық немесе мектептегі

қиындықтармен, созылмалы күйзеліс жағдайларымен немесе ішкі тұлғалық қайшылықтармен байланысты болады. Уақытылы көмек көрсетілмеген жағдайда мазасыздық және депрессивті жағдайларды қоса алғанда, тұрақты эмоционалдық қиындықтардың қалыптасу қаупі, оқу жетістіктерінің төмендеуі және әлеуметтік оқшаулану қаупі артуы мүмкін.

REVISED CHILD ANXIETY AND DEPRESSION SCALE – 25

Авторы Брюс Ф. Чорпита, Лори Моффитт, Сьюзан Грей

RCADS-25 (балалардағы мазасыздық пен депрессияны бағалаудың қайта қарастырылған шкаласы) – балалар мен жасөспірімдердегі мазасыздық және депрессия белгілерін анықтауға бағытталған қысқаша психодиагностикалық әдістеме. Сауалнама мазасыздық және депрессия жағдайларына байланысты эмоционалдық қиындықтардың айқындылық деңгейін бағалауға мүмкіндік береді. Әдістеме білім беру және психологиялық тәжірибеде білім алушылардың эмоционалдық жағдайын жалпы диагностикалау үшін қолданылады.

Мақсатты аудитория: 5–8 сыныптар.

Нұсқаулық

Қазір сіздерге өзіңіздің көңіл-күйіңізге, ойларыңызға және ішкі сезімдеріңізге байланысты тұжырымдар ұсынылады. Әрбір тұжырымды мұқият оқып, соңғы уақытта бұл жағдайдың сізде қаншалықты жиі болғанын көрсететін жауап нұсқасын таңдаңыз. Мұнда дұрыс немесе бұрыс жауаптар жоқ. Ең маңыздысы – шынайы және өз бетіңізше жауап беру.

№	Сұрақ	Ешқашан	Кейде	Жиі	Әрқашан
1	Мен өзімді мұңды және іштей бос қалғандай сезінемін.				

2	Мен бір нәрсені дұрыс істемедім деп ойласам, алаңдаймын.				
3	Үйде жалғыз қалудан қорқамын.				
4	Енді мені ештеңе қуантпайды.				
5	Мен жақындарымның біріне қорқынышты нәрсе болуы мүмкін деп алаңдаймын.				
6	Адамдар көп жиналған жерлерде (мысалы, сауда орталықтары, кинотеатрлар, автобустар, көп адам жиналатын ойын алаңдары) болудан қорқамын.				
7	Басқа адамдар мен туралы не ойлайды деп алаңдаймын.				
8	Менің ұйқым дұрыс емес.				
9	Мен жалғыз ұйықтаудан қорқамын.				
10	Менің тәбетім дұрыс емес.				
11	Кейде себепсіз күтпеген жерден басым айналады немесе есімнен танып қаламын.				
12	Кейбір әрекеттерді қайта-қайта жасауға тура келеді (мысалы, қол жуу, жинау немесе заттарды белгілі бір тәртіппен қою).				
13	Маған күш-қуат жетіспейді.				
14	Кейде себепсіз күтпеген жерден денем дірілдеп немесе қалтырай бастайды.				
15	Менің ойым шашыраңқы				
16	Мен өзімді пайдасыз сезінемін.				
17	Жаман нәрсе болмауы үшін мен ерекше тәсілмен ойлаймын.				
18	Мен өмірді тым қиын деп сезінемін.				
19	Менің қимыл-қозғалыс жасағым келмейтінін сезінемін.				
20	Ешқандай себепсіз бірдененен қорқып қаламын ба деп алаңдаймын.				
21	Мен қатты шаршадым.				
22	Басқа балалар мені мазақ ете ма деп алаңдаймын.				
23	Кейде жаман нәрсе болмауы үшін, кейбір әрекеттерді ерекше тәсілмен жасаймын.				
24	Мен өзімді мазасыз сезінемін.				

25	Менімен бір жаман нәрсе болып қалама деп алаңдаймын.				
26*	Маған ересек адамның көмегі қажет.				

ТҮСІНДІРУ

Жауаптарды бағалау қалай жүргізіледі

Жауап	Балдар
Ешқашан	0
Кейде	1
Жиі	2
Әрқашан	3

Нәтижелерді есептеу тәртібі

Шкала	Сұрақ нөмірлері	Не есептеледі	Ең жоғары балл
Мазасыздық (Total Anxiety)	2, 3, 5, 6, 7, 9, 11, 12, 14, 17, 18, 20, 22, 23, 25	Мазасыздық деңгейін анықтау үшін көрсетілген сұрақтар бойынша балдар қосындысы есептеледі.	45 балл
Депрессия (Total Depression)	1, 4, 8, 10, 13, 15, 16, 19, 21, 24	Депрессиялық көріністер деңгейін анықтау үшін көрсетілген сұрақтар бойынша балдар қосындысы есептеледі.	30 балл
Жалпы көрсеткіш (қажет болған жағдайда)	Барлық 25 сұрақ	Сауалнама бойынша жалпы балдар қосындысы есептеледі.	75 балл

Нәтижелерді түсіндірудің жалпы қағидасы

Әдістеме нәтижелері мазасыздық және депрессия шкалалары бойынша жиналған балдарды қосу арқылы есептеледі, содан кейін эмоционалдық бұзылыстардың айқын деңгейі анықталады.

Балл неғұрлым жоғары болса, мазасыздық және депрессиялық белгілердің айқындылығы соғұрлым жоғары болады. Сонымен қатар жеке маңызды сұрақтар (суицидтік ойлар, мазасыздық және обсессивті көріністер) қосымша талданады.

Мазасыздық шкаласы бойынша интерпретация

Балл	Аймақ	Психологиялық сипаттама
0–15	Жасыл аймақ	Мазасыздық деңгейі төмен, эмоциялық тұрғыдан тұрақты, күйзеліске қалыпты жауап береді.
16–30	Сары аймақ	Мазасыздық деңгейі жоғарылаған, жағдаяттық (ситуативтік) шиеленіс байқалады, алаңдаушылыққа бейім.
31–45	Қызыл аймақ	Мазасыздық деңгейі жоғары, айқын қорқыныштар байқалады, үрей көріністері болуы мүмкін, педагог-психологтің немесе тиісті маманның назарын қажет етеді.

Депрессия шкаласы бойынша интерпретация

Балл	Аймақ	Психологиялық сипаттамасы
0–10	Жасыл аймақ	Эмоционалдық жағдайы қолайлы, айқын депрессиялық белгілер байқалмайды.
11–20	Сары аймақ	Эмоционалдық көңіл-күйдің төмендеуі, анда-санда жабырқау, тез шаршау белгілері байқалады.
21–30	Қызыл аймақ	Айқын депрессиялық белгілері, өмірге деген қызығушылықтың төмендеуі, эмоционалдық сарқылу байқалады.

Эмоциялық жағдайдың жалпы деңгейі

Балл	Аймақ	Интерпретация
0–25	Жасыл аймақ	Қалыпты жағдай, эмоциялық тұрақтылық.
26–50	Сары аймақ	Эмоциялық қиындықтардың қалыптасу қаупі бар, бақылау қажет.
51–75	Қызыл аймақ	Эмоциялық қолайсыздықтың жоғары деңгейі, психологиялық көмек қажет.

! Ерекше маңызды индикаторлар

(міндетті сапалық талдау)

18-сұрақ (өлім туралы ойлар) → суицидтік қауіптің тікелей индикаторы, маманның міндетті түрде жеке сүйемелдеуі қажет.

12, 17, 23-сұрақтар → обсессивті (мазалаушы) ойлар мен әрекеттердің белгілері, **ОКБ-симптоматикасы** болуы мүмкіндігі.

11, 14-сұрақтар → мазасыздық пен үрейдің физиологиялық көріністері (діріл, бас айналу).

№26 сұрақ* қосымша сұрақ болып саналады және баланың өзі үшін маңызды ересек адамның көмегіне, қолдауына және эмоциялық ықыласына деген қажеттілігін анықтауға бағытталған.

Жауап	Қысқаша интерпретация
Ешқашан	Бала ересек адамның көмегіне немесе қолдауына айқын қажеттілік сезінбейді.
Кейде	Кейбір жағдайларда балаға ересек адамның эмоциялық қолдауы немесе көмегі қажет болуы мүмкін.
Жиі	Бала ересек адамның қолдауына, назарына немесе көмегіне тұрақты түрде мұқтаждық сезінеді.
Әрқашан	Бұл айқын эмоциялық ширығуды, өзін қауіпсіз сезінбеуді немесе ересек адамның қолдауы мен қорғауына тұрақты қажеттіліктің бар екенін көрсетуі мүмкін.

ӘДІСТЕМЕ БОЙЫНША ҚОРЫТЫНДЫ ТҰЖЫРЫМ

Нәтижелерді интерпретациялау мазасыздық, депрессия шкалаларының көрсеткіштерін, жалпы эмоционалдық деңгейін, сондай-ақ ерекше маңызды индикаторлардың болуын ескере отырып, кешенді түрде жүргізіледі. Алынған деректер негізінде білім алушының эмоционалдық әл-ауқатының деңгейі және әрі қарайғы психологиялық-педагогикалық сүйемелдеудің қажеттілігі анықталады. Бұл ретте тек сандық көрсеткіштерді ғана емес, сонымен қатар айқын психологиялық шиеленіс пен бейімделу қиындықтарын көрсетуі мүмкін эмоционалдық жағдайдың сапалық маркерлерін де ескеру маңызды.

Мазасыздық шкаласы (Total Anxiety)

Мазасыздық шкаласы баланың ішкі кернеу, алаңдау, қорқыныш және мазасыздық сезімдерінің деңгейін көрсетеді. Бұл шкала бойынша жоғары көрсеткіштер жағымсыз жағдайларды үнемі күту, жоғары сақтық, эмоционалдық сезімталдық және психологиялық бейімделу қиындықтарын көрсетуі мүмкін.

Айқын мазасыздық байқалатын білім алушыларда жиі кездеседі:

- өзіне және жақындарына қатысты жоғары алаңдаушылық;
- қателесуден, бағалаудан және қоршаған ортаның сын-пікірінен қорқу;
- қарым-қатынас жасаудағы қиындықтар және құрдастарының пікіріне жоғары сезімталдық;
- қашқақтау мінез-құлқы;
- мазасыздықтың физиологиялық көріністері (дірілдеу, бас айналу, ұйқының бұзылуы, бұлшықеттің ширығуы);
- тез шаршау және зейіннің төмендеуі.

Балада келесі белгілер байқалған жағдайда назар аудару қажет:

- жағымсыз жағдайларды жиі күтеді;
- жаңа жағдайлардан немесе қарым-қатынастан қашқақтайды;
- оқу мен қарым-қатынас мәселелеріне шамадан тыс алаңдайды;
- қауіпсіз жағдайда да эмоционалдық кернеу белгілерін көрсетеді.

Мазасыздық шкаласы бойынша жоғары көрсеткіштер келесі факторлармен байланысты болуы мүмкін:

- созылмалы стресс;
- бейімделу қиындықтары;
- буллинг жағдайы;
- отбасылық жанжалдар;
- эмоционалдық тұрақсыздық;
- қауіпсіздік сезімінің болмауы немесе қолдаудың жеткіліксіздігі.

Интерпретация кезінде мазасыздықтың қандай түрлері басым екеніне назар аудару қажет:

- әлеуметтік мазасыздық;

- жалғыз қалу қорқынышы;
- жалпыланған алаңдаушылық;
- еріксіз ойлар мен әрекеттер;
- үрей көріністері.

Депрессия шкаласы (Total Depression)

Депрессия шкаласы эмоционалдық қолайсыздық деңгейін, көңіл-күйдің төмендеуін, іс-әрекетке қызығушылықтың жоғалуын және эмоционалдық қажу белгілерін көрсетеді. Жоғары көрсеткіштер ішкі күйзелісті, өмір белсенділігінің төмендеуін және эмоционалдық өзін-өзі реттеу қиындықтарын көрсетуі мүмкін.

Айқын депрессивті белгілері бар білім алушыларда келесі жағдайлар байқалуы мүмкін:

- көңіл-күйдің тұрақты төмендеуі;
- мұңаю, іштей бос сезіну, жалғыздықты сезіну;
- бұрынғы қызықты істерге қызығушылықтың жоғалуы;
- энергия мен ынтаның төмендеуі;
- өзін пайдасыз немесе маңызды емес адам ретінде сезіну;
- тез шаршау;
- ұйқы мен тәбеттің бұзылуы;
- белсенділіктің және әлеуметтік өмірге араласудың төмендеуі.

Ерекше назарды келесі балаларға аудару қажет:

- эмоционалдық қажу байқалатын;
- үмітсіздік сезімі айқын көрінетін;
- оқуына, қарым-қатынасқа және бұрын маңызды болған әрекеттерге қызығушылығы төмендеген;
- өмірдің мәні жоқ екені туралы пікірлер айтатын;
- әлеуметтік оқшаулану белгілері байқалатын балалар.

Депрессия шкаласы бойынша жоғары көрсеткіштер келесі факторлармен байланысты болуы мүмкін:

- ұзақ уақытқа созылған эмоционалдық шиеленіс;
- жалғыздықты бастан кешіру;
- отбасылық қиындықтар;
- созылмалы мазасыздық;
- буллинг салдары;
- өзін-өзі бағалаудың түсуі;
- эмоционалдық қолдаудың жеткіліксіздігі.

Ерекше назарды келесі белгілердің үйлесуіне аудару қажет:

- көңіл-күйдің төмендеуі;
- айқын шаршау;
- дәрменсіздік сезімі;
- өмірдің қиындығы және эмоционалдық тығырық туралы

ойлар.

Эмоционалдық жағдайдың жалпы көрсеткіші

Эмоционалдық жағдайдың жалпы көрсеткіші эмоционалдық қолайсыздықтың жиынтық деңгейін көрсетеді және мазасыздық-депрессивті белгілердің айқындық дәрежесін бағалауға мүмкіндік береді. Жоғары жиынтық көрсеткіштер психологиялық тұрақтылықтың төмендеуін, эмоционалдық шамадан тыс жүктемені және бейімделу қаупін көрсетуі мүмкін.

Жалпы нәтижені талдау кезінде келесі факторларды ескеру қажет:

- мазасыздық пен депрессиялық белгілердің үйлесуі;
- эмоционалдық қиындықтардың тұрақтылығы;
- физиологиялық белгілердің айқындылығы;

- әлеуметтік оқшаулану белгілерінің болуы;
- эмоционалдық қажу деңгейі;
- отбасы мен мектеп ортасындағы тәуекел факторларының болуы.

Тіпті сандық көрсеткіштер орташа деңгейде болған жағдайда да, баланың жекелеген жауаптары маңызды диагностикалық мәнге ие болуы мүмкін, әсіресе:

- қорқыныштарға;
- өмірдің мәнсіз екені туралы сезімге;
- эмоционалдық үмітсіздік сезіміне;
- еріксіз ойларға;
- психологиялық қажу белгілеріне қатысты жауаптар.

Нәтижелерді интерпретациялау міндетті түрде білім алушының жас ерекшелігін, мінез-құлқының ерекшеліктерін, эмоционалдық жағдайын, отбасылық ахуалын және басқа диагностикалық әдістемелердің нәтижелерін ескере отырып, кешенді түрде жүргізілуі қажет.

«САҒАН ҚАЛАЙ ҚАРАЙДЫ?»

ЭКСПРЕСС-САУАЛНАМАСЫ

(5–7-сыныптар)

«Өркен» БӨАҰҒПИ ғылыми қызметкерлерінің авторлық ұжымы

Экспресс-сауалнама білім алушылардың отбасындағы, мектептегі және әлеуметтік ортадағы психологиялық және физикалық қауіпсіздік ерекшеліктерін анықтауға бағытталған. Әдістеме буллинг, эмоционалдық қысым, бопсалау, зорлық-зомбылық және қауіпсіз емес жағдайлармен байланысты тәуекел факторларын анықтауға мүмкіндік береді.

Сауалнама жаппай жүргізілетін, анонимді емес әдістеме болып есептеледі және жоғары психологиялық қысым жағдайында немесе ықтимал қауіп жағдайында жүрген балаларды ерте анықтау үшін қолданылады.

Әдістеме психологиялық-педагогикалық сүйемелдеу жүйесінде дер кезінде әрекет ету және дағдарыстық жағдайлардың алдын алу мақсатында қолданылады.

Мақсатты аудитория: 5–7 сыныптар.

Нұсқаулық

Бұл сауалнамада сенің үйдегі, мектептегі және басқа балалармен қарым-қатынастағы өмірің қалай қалыптасып жатқаны туралы сұрақтар берілген. Мұнда дұрыс немесе бұрыс жауаптар жоқ – тек сенің жеке тәжірибең және шынайы жағдай маңызды. Шынайы жауап бер және өзіңе ең сәйкес келетін жауап нұсқасын таңда.

Бір жауап нұсқасын таңда:

- Ешқашан
- Ешқашан дерлік (жекелеген жағдайлар)
- Сирек (бірнеше айда бір рет)
- Кейде (уақыт өте келе)
- Тұрақты түрде (айына бірнеше рет)
- Жиі (апта сайын немесе одан да жиі)

№	Сұрақ	Ешқашан	Ешқашан дерлік	Сирек	Кейде	Тұрақты түрде	Жиі
1-бөлім							
1	Үйде жақындарыңмен болатын жанжалдар салдарынан өзінді жиі мазасыз немесе						

	көңілсіз сезінесің бе?						
2	Үйдегі ересектер саған тым қатал қарайды, сені тыңдағысы келмейді немесе үнемі мін тағады деп ойлайсың ба?						
3	Күнделігіңді, телефоныңды немесе хат-хабарларыңды сенің рұқсатыңсыз тексеретін жағдайлар бола ма?						
2-бөлім							
4	Басқа балалардың сені мазақтап, келемеждеп немесе көпшіліктің алдында күлетін жағдайлары бола ма?						
5	Басқа балалардың сені әдейі ойынға немесе өз ортасына қоспай, елемей немесе байқамағандай кейіп танытатын кездері бола ма?						
6	Басқа балалардың саған әмір жүргізіп, қорқытып						

	немесе өз еркіңе қарсы бір нәрсе істеуге мәжбүрлейтін жағдайлары кездесе ме?						
3-бөлім							
7	Мұғалімдердің немесе мектептегі басқа ересектердің сенімен сөйлесу мәнеріне ренжитін кездерің бола ма?						
8	Мұғалімнің саған әділетсіз немесе басқа оқушыларға қарағанда нашар қарайтыны үшін мектепке барғың келмейтін кездер бола ма?						
4-бөлім							
9	Өзіңнен үлкен немесе күштірек балалардың сенен ақша, тамақ немесе жеке заттарыңды талап еткен жағдайлары болды ма?						
10	Бас тартуға қорыққандықта н, басқа біреудің үй тапсырмасын орындауға						

	немесе оның тапсырмаларын атқаруға мәжбүр болған кездерің болды ма?						
5-бөлім							
11	Мектепте немесе үйге қайтар жолда (дәретхана, киім ауыстыратын бөлме, тұйық көше сияқты) жалғыз болуға қорқатын орындар бар ма?						
12	Бейтаныс адамдардың саған келіп, өздерімен бірге бір жерге баруды немесе олардан бір нәрсе алуды сұрайтын жағдайлар бола ма?						
6-бөлім							
13	Саған немесе сенің көзіңше басқа біреуге күш қолданып, итеріп немесе ұрып-соққан жағдайлар болды ма?						
14	Саған күмәнді түйіншек немесе пакетті жеткізіп беруді ұсынып, ол үшін сыйлық немесе ақша уәде еткен						

	жағдай болды ма?						
15	Саған бас тартуы қиын болған қауіпті нәрселерді (бейтаныс таблеткалар, вейптер, қоспалар және т.б.) қолданып көруді ұсынған кездер болды ма?						
16 *	Маған ересек адамның көмегі қажет.						

НӘТИЖЕЛЕРДІ ӨНДЕУ

Тақырыптық бөлімдер бойынша ұпайларды есептеу

Нәтижелерді өңдеу үшін барлық жауаптар бойынша жиналған ұпайларды қосу қажет.

№	Жауап нұсқасы	Балл саны
1	Ешқашан	1 балл
2	Ешқашан дерлік	2 балл
3	Сирек	3 балл
4	Кейде	4 балл
5	Тұрақты түрде	5 балл
6	Жиі	6 балл

Алынған нәтижелер білім алушының ұжымдағы мінез-құлқы мен өзара әрекет ету ерекшеліктерін анықтау үшін интерпретациялық кестемен салыстырылады.

Бөлім атауы	Сұрақ нөмірлері	Жасыл аймақ (Қалыпты)	Сары аймақ (Назар аудару)	Қызыл аймақ (Қауіп)
1-бөлім: Үйдегі ахуал	1, 2, 3	3 – 6	7 – 10	11 – 18
2-бөлім: Құрдастарымен қарым-қатынас (буллинг және қорлау)	4, 5, 6	3 – 6	7 – 10	11 – 18

3-бөлім: Педагогтермен қарым-қатынас	7, 8	2 – 4	5 – 7	8 – 12
4-бөлім: Қысым көрсету және бопсалау	9, 10	2 – 4	5 – 7	8 – 12
5-бөлім: Мектептегі және көшедегі қауіпсіздік	11, 12	2 – 4	5 – 7	8 – 12
6-бөлім: Дене қауіпсіздігі және қауіпті жағдайлар	13, 14, 15	3 – 6	7 – 10	11 – 18

Жалпы интерпретация (сандық және сапалық)

Жалпы көрсеткіш	Мәні (ұпай)	Қауіп деңгейі	Қажетті іс-шаралар
Жасыл аймақ	15 – 30	Төмен	Қосымша шаралар қажет емес, сабақ барысында топтық жұмыс жүргізіледі.
Сары аймақ	31 – 50	Орташа	Педагог-психологтің бақылауы, тереңдетілген диагностика жүргізу.
Қызыл аймақ	51 – 90	Жоғары	Шұғыл! Педагог-психологтің жеке консультациясы және 1-3 күн ішінде тереңдетілген диагностика жүргізу.
Сыни маркер	9, 13, 14, 15-сұрақтарда «5» немесе «6» жауап нұсқалары таңдалған	Жоғары	Жалпы сауалнама балына қарамастан, құқық бұзушылықтың орын алып жатқанын немесе өмірі мен денсаулығына төнген физикалық қауіптің бар екенін білдіретін белгі.
Зорлық-зомбылық маркерлері	3, 4, 5, 6, 9, 10-сұрақтарда «5» немесе «6» жауап нұсқалары таңдалған	Жоғары	Жалпы сауалнама балына қарамастан, ықтимал зорлық-зомбылықтың немесе өмірі мен денсаулығына төнген физикалық қауіптің бар екенін білдіретін белгі.

16-сұрақ* қосымша сұрақ болып есептеледі және баланың көмекке, қолдауға және өзі үшін маңызды ересек адамның эмоционалдық қолдауына деген қажеттілігін анықтауға бағытталған.

Жауап	Қысқаша интерпретация
Ешқашан	Бала ересек адамның көмегіне немесе қолдауына деген қажеттілікті атап көрсетпейді.
Ешқашан дерлік	Қолдауға деген қажеттілік сирек туындайды және тұрақты сипатқа ие емес.
Сирек	Кейбір жағдайларда балаға ересек адамның көмегі немесе эмоционалдық қолдауы қажет болуы мүмкін.
Кейде	Балада ересек адамның түсінуіне, қолдауына немесе көмегіне деген қажеттілік жиі туындайды.
Тұрақты түрде	Бала ересек адамның қолдауына, назарына немесе көмегіне жиі мұқтаж болады.
Жиі	Айқын эмоционалдық күйзелісті, өзін қауіпсіз сезінбеуді немесе ересек адамның қолдауы мен қорғауына тұрақты қажеттілікті көрсетуі мүмкін.

ИНТЕРПРЕТАЦИЯ

Жасыл аймақ. Бұл деңгей білім алушының қолайлы психологиялық жағдайын және өмірінің негізгі салаларында тұрақты әрі қауіпсіз ортаның бар екенін көрсетеді. Бала, әдетте, ересектер мен құрдастары тарапынан қолдау сезінеді, айқын қорқыныш, қысым немесе қауіп-қатерді бастан кешірмейді. Эмоциялық жағдайы жалпы алғанда тұрақты, мінез-құлқы жас ерекшелігіне сай келеді. Психологиялық қиындықтардың қалыптасу қаупі төмен, дегенмен жалпы алдын алу жұмысы аясында қолдаушы бақылауды жалғастыру ұсынылады. Мұндай жағдай баланың тұлғалық тұрғыдан үйлесімді әрі жан-жақты дамуына қолайлы ресурс ретінде қарастырылады.

Сары аймақ. Бұл деңгей баланың өмірінде отбасы, мектеп ортасы немесе тұлғааралық қарым-қатынастармен байланысты жекелеген психологиялық шиеленіс факторларының бар екенін білдіреді. Білім алушыда мазасыздық, сенімсіздік немесе эмоциялық жайсыздықтың уақытша көріністері байқалуы мүмкін. Мұндай жағдайлар тұрақты сипатқа ие болмаса да, дер кезінде назар аударылмаған жағдайда күшейіп, бейімделу қиындықтарының артуына

әкелуі ықтимал. Сондықтан шиеленістің себептерін анықтау үшін сауалнаманың жекелеген бөлімдеріне тереңірек талдау жүргізу маңызды. Бала педагог-психологтің мұқият сүйемелдеуіне және алдын алу қолдауына мұқтаж.

Қызыл аймақ. Бұл деңгей баланың айқын эмоциялық және/немесе әлеуметтік қолайсыз жағдайда екенін көрсетеді. Мұндай жағдайда бала қауіпсіздігіне төнетін қауіптерге, күйзеліске немесе зорлық-зомбылық жағдайларына жүйелі түрде тап болуы мүмкін. Оның психологиялық жүктемесі жоғарылап, бейімделу мүмкіндіктері төмендеп, өзін қауіпсіз сезінуі бұзылуы ықтимал. Осындай жағдайда тұрақты эмоциялық бұзылыстар мен дағдарыстық жағдайлардың даму қаупі артады. Сондықтан маманның шұғыл араласуы және жағдайды жан-жақты бағалауы қажет. Баланың психологиялық қауіпсіздігін қамтамасыз етіп, қажет болған жағдайда пәнаралық мамандардың көмегін ұйымдастыру міндетті.

Қауіпті маркерлер. Осы сұрақтар бойынша жекелеген айқын жауаптардың болуы баланың қауіпсіздігіне тікелей қатердің, зорлық-зомбылықтың немесе қауіпті жағдайларға ұшырауының белгісі болуы мүмкін. Сауалнама бойынша жалпы балл төмен болғанның өзінде мұндай жауаптар басымдықпен талдануы тиіс. Мұндай жағдайларда оқиғаның мән-жайын дереу нақтылап, баланың қауіпсіздігін қамтамасыз ету қажет. Осындай белгілерді елемеуге болмайды, себебі олар нақты дағдарыстық жағдайдың бар екенін көрсетуі мүмкін.

Зорлық-зомбылық маркерлері. Бұл көрсеткіштер балаға қатысты физикалық, психологиялық немесе әлеуметтік зорлық-зомбылықтың ықтимал белгілері ретінде қарастырылады. Жалпы көрсеткіш жоғары болмаса да, әрбір жағдай жеке талдауды талап етеді. Жағдайдың мәнін, қауіп деңгейін және осындай оқиғалардың

қайталану ықтималдығын анықтау маңызды. Мұндай жауаптар баланың қауіпсіздік шекараларының бұзылғанын және оны қорғау қажеттігін көрсетуі мүмкін.

«САҒАН ҚАЛАЙ ҚАРАЙДЫ?»

ЭКСПРЕСС-САУАЛНАМАСЫ

(8–11 сыныптар/ колледждің 1-2 курстары)

«Өркен» БӘАҒҒПІІ ғылыми қызметкерлері авторлық ұжымы

Бұл экспресс-сауалнама білім алушылардың отбасы, мектеп және әлеуметтік ортадағы психологиялық және физикалық қауіпсіздік ерекшеліктерін анықтауға арналған. Әдістеме буллингке, эмоционалдық қысымға, бопсалауға, зорлық-зомбылыққа, қауіпті жағдайларға, сондай-ақ құқыққа қайшы әрекеттерге тартылу қаупіне, оның ішінде тыйым салынған заттарға қатысты ұсыныстар немесе байланыстарға қатысты тәуекел факторларының бар-жоғын анықтауға мүмкіндік береді.

Сауалнама жаппай жүргізіледі, анонимді емес және психологиялық күйзеліс жағдайында немесе ықтимал қауіп-қатер жағдайында жүрген балаларды ерте анықтау мақсатында қолданылады.

Психологиялық-педагогикалық қолдау жүйесінде дер кезінде көмек көрсету және дағдарыстық жағдайлардың алдын алу үшін пайдаланылады.

Мақсатты аудитория: 8-11 сынып оқушылары/ колледждің 1-2 курстары.

Нұсқаулық

Бұл сауалнамада сенің үйдегі, мектептегі және құрдастарың арасындағы өміріңе қатысты сұрақтар берілген. Мұнда дұрыс немесе бұрыс жауап жоқ. Ең маңыздысы – сенің жеке тәжірибең мен шынайы

жағдайың. Сұрақтарға шынайы жауап беріп, өзіңе ең сәйкес келетін жауап нұсқасын таңда.

- Ешқашан
- Ешқашан дерлік (жекелеген жағдайларда)
- Сирек (бірнеше айда бір рет)
- Кейде (ара-тұра)
- Тұрақты түрде (айына бірнеше рет)
- Жиі (апта сайын немесе одан да жиі)

№	Сұрақ	Ешқашан	Ешқашан дерлік	Сирек	Кейде	Тұрақты түрде	Жиі
1-бөлім							
1	Үйде жақындарыңмен қарым-қатынас кезінде өзінді іштей қысылғандай, кінәлі немесе мазасыз сезінетін кездерің бола ма?						
2	Үйде сенің пікіріңе құлақ аспайтын немесе саған дөрекі түрде наразылық білдіретін жағдайлар бола ма?						
3	Үйінде жеке шекараларыңның бұзылатынын (заттарыңды, телефоныңды тексеру, жеке қалуға мүмкіндік бермеу) сезінесің бе?						
2-бөлім							
4	Құрдастарыңның бірі өзін жоғары көрсету үшін сені қорлайтын						

	жағдайлар бола ма?						
5	Өзіңді «артық адам» сияқты немесе ортадан әдейі шеттетілгендей сезінетін кездерің бола ма?						
6	Мектепте біреудің саған қатысты жағымсыз әзілдер айтып, көңіліңе тиетін сөздер айтатынын байқадың ба?						
3-бөлім							
7	Мектепте ересектердің сөзі немесе әрекеті салдарынан өзіңді әділетсіз ренжіген немесе қорланғандай сезінетін жағдайлар бола ма?						
8	Белгілі бір мұғалімге байланысты кейбір сабақтарға барар алдында өзіңді жайсыз немесе мазасыз сезінесің бе?						
4-бөлім							
9	Сенен ақша немесе заттарды «уақытша бере тұруды» қоймай сұрап, саған бас тартуға тым қиын болған жағдайлар болды ма?						

10	Саған ақша, өз заттарыңды беруге немесе қандай да бір жұмысты орындауға мәжбүрлеп, сен оны қорқыныштан жасайсың ба?						
5-бөлім							
11	Жолыңда өзінді жайсыз сезінетін жерлер бар болғандықтан, күнделікті бағытыңды өзгерткің келетін жағдайлар бола ма?						
12	Қоғамдық орындарда бейтаныс адамдардың саған оғаш немесе күмәнді ұсыныстар жасаған жағдайлары бола ма?						
6-бөлім							
13	Айналада мәні толық түсініксіз немесе жасырын «оңай табыс табу» туралы ұсыныстарды байқайсың ба?						
14	Саған қандай да бір затты апарып беру, жасыру немесе тауып беру үшін сыйақы ұсынған жағдайлар болды ма?						
15	Айналадағы адамдардың бас						

	тартуы қиын болатын, «қызық үшін» бір нәрсені байқап көруді ұсынған жағдайларына тап болдың ба?						
16*	Маған ересек адамның көмегі қажет.						

Нәтижелерді өңдеу

Тақырыптық бөлімдер бойынша балдарды есептеу.

Нәтижелерді өңдеу үшін барлық жауаптар бойынша жиналған балдарды қосу қажет.

№	Жауап нұсқасы	Балл саны
1	Ешқашан	1 балл
2	Ешқашан дерлік	2 балл
3	Сирек	3 балл
4	Кейде	4 балл
5	Тұрақты түрде	5 балл
6	Жиі	6 балл

Алынған нәтижелер білім алушының ұжымдағы мінез-құлқы мен өзара қарым-қатынасының ерекшеліктерін анықтау үшін интерпретациялық кестемен салыстырылады.

Бөлім атауы	Сұрақ нөмірлері	Жасыл аймақ (Қалыпты)	Сары аймақ (Назар аудару)	Қызыл аймақ (Қауіп)
1-бөлім: Үйдегі ахуал	1, 2, 3	3 – 6	7 – 10	11 – 18
2-: Құрдастармен қарым-қатынас (буллинг және қорлау)	4, 5, 6	3 – 6	7 – 10	11 – 18
3-: Педагогтармен қарым-қатынас	7, 8	2 – 4	5 – 7	8 – 12
4-: Қысым көрсету және бопсалау	9, 10	2 – 4	5 – 7	8 – 12
5-: Көшедегі және мектептегі қауіпсіздік	11, 12	2 – 4	5 – 7	8 – 12
6-: Физикалық қауіпсіздік және қауіпті жағдайлар	13, 14, 15	3 – 6	7 – 10	11 – 18

Жалпы интерпретация (Сандық + Сапалық)

Қорытынды көрсеткіш	Мәні (Балл)	Қауіп деңгейі	Қажетті әрекеттер
Жасыл аймақ	15 – 30	Төмен	Қосымша шаралар қажет емес, сабақтарда топтық жұмыс жүргізіледі.
Сары аймақ	31 – 50	Орташа	Педагог-психологтің бақылауы, тереңдетілген диагностика
Қызыл аймақ	51 – 90	Жоғары	Шұғыл! Педагог-психологтің жеке консультациясы, 1-3 күн ішінде тереңдетілген диагностика жүргізу.
Сыни маркер	«5» немесе «6»	Жоғары	Сапалық талдау: балл санына қарамастан, нақты сұрақ бойынша жағдайды нақтылау қажет.
Зорлық-зомбылық маркерлері	3, 4, 9, 10 сұрақтарда «5» немесе «6» жауап нұсқалары таңдалған	Жоғары	Сауалнаманың жалпы балл санына қарамастан, ықтимал зорлық-зомбылық немесе өмір мен денсаулыққа физикалық қатер туралы белгі.

16-сұрақ* қосымша болып есептеледі және баланың көмекке, қолдауға және өзі үшін маңызды ересек адамның эмоционалдық қолдауына деген қажеттілігін анықтауға бағытталған.

Жауап	Қысқаша интерпретация
Ешқашан	Бала ересек адамның көмегіне немесе қолдауына мұқтаж екенін атап көрсетпейді.
Ешқашан дерлік	Қолдауға деген қажеттілік сирек туындайды және тұрақты сипатқа ие емес.
Сирек	Жекелеген жағдайларда балаға ересек адамның көмегі немесе эмоционалдық қолдауы қажет болуы мүмкін.
Кейде	Ересек адамның түсінуіне, қолдауына немесе көмегіне деген қажеттілік мезгіл-мезгіл туындайды.
Тұрақты түрде	Бала ересек адамның қолдауына, назарына немесе көмегіне жиі мұқтаж болады.
Жиі	Айқын эмоционалдық күйзелісті, өзін қауіпсіз сезінбеуді немесе ересек адамның қолдауы мен қорғауына тұрақты қажеттілікті көрсетуі мүмкін.

ИНТЕРПРЕТАЦИЯ

Жасыл аймақ. Жасыл аймақ баланың отбасында, мектепте және әлеуметтік ортада қауіпсіздігінің салыстырмалы түрде тұрақты деңгейде екенін көрсетеді. Бұл зорлық-зомбылықтың, қысым көрсетудің, буллингтің немесе қауіпті жағдайларға қосылудың айқын белгілері анықталмағанын немесе олардың тек жекелеген сипатта болып, тұрақты үрдіске айналмағанын білдіреді. Бала, әдетте, айналасындағы адамдарға деген бастапқы сенімін сақтайды, қажет болған жағдайда көмек сұрай алады және ересектерден немесе құрдастарынан тұрақты сескену сезімін байқатпайды. Бұл аймақта әлеуметтік қарым-қатынастар жалпы қалыпты сипатқа ие, ал деструктивті мінез-құлықтың қалыптасу қаупі ең төмен деңгейде болады.

Әрекет ету мерзімі: жалпы психологиялық-педагогикалық сүйемелдеу аясында алдын алу жұмысын жүргізу және бақылау.

Сары аймақ. Сары аймақ баланың өмірінің бір немесе бірнеше саласында (отбасында, мектепте, құрдастар ортасында немесе әлеуметтік ортада) тұрақты психологиялық шиеленіс факторларының бар екенін көрсетеді. Бұл аймақта эмоционалдық қысымның белгілері, буллингтің жекелеген көріністері, жеке шекаралардың бұзылуы, сондай-ақ жағымсыз немесе күмәнді әрекеттерге тартылу қаупі байқалуы мүмкін. Баланың мұндай жағдайлардың қауіптілік деңгейін әрдайым дұрыс бағалай алмауы және оларды қалыпты жағдай ретінде қабылдауы ықтимал, бұл жасырын тәуекелдің артуына әкеледі. Сонымен қатар, айналасындағы адамдардан немесе белгілі бір жағдайлардан қашқақтау, мазасыздықтың күшеюі және қауіпсіздік сезімінің төмендеуі сияқты алғашқы белгілер көрінуі мүмкін.

Қызыл аймақ. Қызыл аймақ баланың психологиялық және (немесе) физикалық қауіпсіздігіне елеулі қатер төнгенін және жүйелі сипаттағы қолайсыз жағдайлардың бар екенін білдіреді. Бұл аймақта тұрақты буллингтің, эмоционалдық немесе физикалық қысымның, жеке шекаралардың бұзылуының, бопсалаудың, сондай-ақ құқыққа қайшы немесе қауіпті әрекеттерге қосылу қаупінің жоғары болуы ықтимал. Ересектердің немесе құрдастардың теріс қарым-қатынасы балада қорқыныш, дәрменсіздік немесе созылмалы күйзеліс сезімін қалыптастыруы мүмкін. Сонымен қатар, заттарды немесе ақшаны жеткізіп беруге мәжбүрлеу, күмәнді әрекеттерге қатыстыру сияқты жасырын пайдалану мен манипуляция жасау қаупі айтарлықтай артады.

Қауіпті маркерлер. Қауіпті маркер бопсалау, қысым көрсету немесе қауіпті әрекеттерге қосылуға қатысты сұрақтарға «үнемі» немесе «жиі» (5–6 балл) жауаптары таңдалған жағдайда белгіленеді. Жалпы балл төмен болғанның өзінде мұндай жауаптар баланың қауіпсіздігіне төнуі мүмкін нақты қатердің белгісі ретінде қарастырылады. Бұл жағдайды міндетті түрде жеке зерделеу қажет, себебі ол қысым көрсету, қорқыту немесе құқыққа қайшы әрекеттерге қосылудың жекелеген, бірақ маңызды фактісін көрсетуі мүмкін. Әсіресе заттарды немесе ақшаны жеткізуге, сондай-ақ қысым көрсету арқылы белгілі бір әрекеттерді орындауға қатысты жағдайларға ерекше назар аударылады.

Зорлық-зомбылық маркерлері. Зорлық-зомбылық маркерлері құрдастар немесе ересектер тарапынан бопсалау, мәжбүрлеу және қысым көрсетуге қатысты сұрақтар бойынша жоғары көрсеткіштер анықталған жағдайда белгіленеді. Мұндай жауаптар баланың құқықтарының бұзылуы және әлеуметтік ортада ашық немесе жасырын

зорлық-зомбылықтың болуы мүмкін екенін көрсетеді. Тіпті бір ғана айқын жауаптың өзі жүйелі сипаттағы мәселенің бар екендігін білдіруі ықтимал. Сондықтан мұндай жағдайларда отбасыны, мектепті және баланың әлеуметтік ортасын кешенді бағалау қажет. Осындай белгілер анықталған кезде психологиялық-педагогикалық сүйемелдеуге қатысатын барлық мамандардың өзара үйлесімді іс-қимылын көздейтін пәнаралық тәсілді қолдану қажет.

ЖАЛҒЫЗДЫҚТЫ СЕЗІНУДІҢ ДИФФЕРЕНЦИАЛДЫ САУАЛНАМАСЫ

Авторлары Осин Е.Н., Леонтьев Д.А.

Әдістеме жасөспірімдердің жалғыздықты сезінуін кешенді бағалауға арналған және эмоционалдық жағымсыз жалғыздықты, қарым-қатынасқа тәуелділікті және ресурстық күй ретіндегі оңаша болуды ажыратуға мүмкіндік береді.

Мақсатты аудитория: 5–11 сыныптар/колледждің 1-2 курстары.

Нұсқаулық

Төменде әртүрлі сезімдер мен күйлерді сипаттайтын тұжырымдар берілген. Әрбір тұжырымды мұқият оқып шығып, оны қаншалықты жиі бастан кешіретінін 1-ден 4-ке дейінгі шкала бойынша бір жауап нұсқасын таңдау арқылы бағалаңыз:

Тұжырымдарды өткізіп алмай, мүмкіндігінше шынайы жауап беріңіз.

№	Тұжырым	Келіспеймін	Көбінесе келіспеймін	Көбінесе келісемін	Келісемін
1	Мен өзімді жалғыз сезінемін.	1	2	3	4
2	Жанымда ешкім болмаған кезде ішім пысады.	1	2	3	4

3	Өзіммен-өзім оңаша қалғанды ұнатамын.	1	2	3	4
4	Сөйлесе алатын адамдарым бар.	1	2	3	4
5	Жүгінетін ешкімім жоқ.	1	2	3	4
6	Ойларымды бөлісе алатын адамдарды табу маған қиын.	1	2	3	4
7	Оңаша қалғанда қызықты идеялар келеді.	1	2	3	4
8	Адамдардан жырақ болу маған қиын.	1	2	3	4
9	Кейбір сезімдерді тек өзіңмен-өзің оңаша қалғанда ғана сезінуге болады.	1	2	3	4
10	Мені шын мәнінде түсінетін адамдар бар.	1	2	3	4
11	Жалғыз қалғанды ұнатпаймын.	1	2	3	4
12	Кейбір маңызды нәрселерді түсіну үшін адамға оңаша қалу қажет.	1	2	3	4
13	Жалғыз қалғанда жағымсыз сезімдерді бастан кешірмеймін.	1	2	3	4
14	Өзімді тастап кеткендей сезінемін.	1	2	3	4
15	Оңаша қалғанда ойым жақсырақ жұмыс істейді.	1	2	3	4
16	Айналада адамдар бар, бірақ өзімді олармен бірге сезінбеймін.	1	2	3	4
17	Адам оңаша қалғанда өзін танып-біледі.	1	2	3	4

18	Жанымда ешкімнің болмауына шыдау маған қиын.	1	2	3	4
19	Оңаша қалғанда өзімді шынайы қалпымда сезінемін.	1	2	3	4
20	Адамға жасалатын ең жаман нәрсе — оны жалғыз қалдыру.	1	2	3	4
21	Мені ешкім түсінбейтіндей көрінеді.	1	2	3	4
22	Үйде жалғыз болғанда өзімді жақсы сезінемін.	1	2	3	4
23	Жалғыз қалғанда өзімді жайсыз сезінемін.	1	2	3	4
24	Оңаша қалғанда әр адам өзінің шын мәнінде қандай екенін көреді.	1	2	3	4
25	Маған ересек адамның көмегі қажет.	1	2	3	4

НӘТИЖЕЛЕРДІ ӨНДЕУ ЖӘНЕ БАЛДАРДЫ ЕСЕПТЕУ

Субшкала	Тармақтар	Жоғары балл нені білдіреді
А-БЛОГЫ: Жалпы жалғыздық	1,4*,5,6,10*,14,16,21	Қарым-қатынас пен жақындықтың жетіспеуінен зардап шегу.
Б-БЛОГЫ: Қарым-қатынасқа тәуелділік	2,8,11,13*,18,20,23	Оңаша қалғанда мазасыздану, өзімен өзі бола алмау.
В-БЛОГЫ: Жағымды оңашалық	3,7,9,12,15,17,19,22,24	Өзімен өзі өткізген уақыттан ләззат алудың қалыпты қабілеті.

Кері тұжырымдарды (жұлдызшамен белгіленген) алдымен кері кодтау қажет, яғни 1–2–3–4 өсу шкаласындағы балдарды 4–3–2–1 ретімен ауыстыру керек. Содан кейін әр шкала бойынша жалпы көрсеткішті

есептеу үшін сол шкалаға кіретін тармақтар бойынша алынған балдар қосылады.

Әрбір субшкаланың балл диапазоны: 5–25 балл.

Субшкала	Жасыл аймақ	Сары аймақ	Қызыл аймақ
Жалпы жалғыздық	8-15 балл	16-23балл	24-32 балл
Қарым-қатынасқа тәуелділік	7-13 балл	14-20 балл	21-28 балл
Жағымды оңашалық	25-36балл	17-24 балл	9-16 балл

№25* сұрақ қосымша сұрақ болып табылады және баланың өзі үшін маңызды ересек адамның көмегіне, қолдауына және эмоционалдық қатысуына қажеттілігін анықтауға бағытталған.

Жауап	Қысқаша интерпретация
1 – келіспеймін	Бала ересек адамның көмегіне немесе қолдауына мұқтаж екенін білдірмейді.
2 – көбіне келіспеймін	Қолдауға деген қажеттілік ара-тұра туындайды және тұрақты сипатқа ие емес.
3 – көбіне келісемін	Жекелеген жағдайларда балаға ересек адамның көмегі, назары немесе эмоционалдық қолдауы қажет болады.
4 – келісемін	Бала ересек адамның қолдауы мен көмегіне тұрақты түрде мұқтаж болады. Айқын эмоционалдық күйзелісті, өзін қауіпсіз сезінбеуді немесе ересек адамның қорғауы мен қолдауына тұрақты қажеттілікті көрсетуі мүмкін

ИНТЕРПРЕТАЦИЯ

Субшкалалар бойынша нәтижелерді интерпретациялау

Әдістеме жалғыздықтың бар-жоғын ғана анықтап қоймай, оның сапалық түрлерін де ажыратуға мүмкіндік береді: эмоционалдық тұрғыдан ауыр жалғыздықты, қарым-қатынасқа деген мазасыз тәуелділікті және ресурс ретіндегі конструктивті оңашалықты. Бұл мектеп тәжірибесінде өте маңызды, өйткені сырттай ұқсас көрінетін мінез-құлық (мысалы, баланың жиі жалғыз жүруі) мүлде әртүрлі психологиялық жағдайларды көрсетуі мүмкін.

«Жалпы жалғыздық» субшкаласы

Жасыл аймақ. Балада тұрақты жалғыздық сезімі байқалмайды. Ол әлеуметтік қарым-қатынасқа белсенді араласады, кем дегенде бір маңызды эмоционалдық байланысы (досы, ересек адам немесе тобы) бар және өзін қабылданған адам ретінде сезінеді. Ішкі жай-күйі эмоционалдық тұрақтылықпен және белгілі бір ортаға тиесілі екенін сезінумен сипатталады. Уақытша оңаша қалғанның өзінде оқшаулану немесе шеттетілгендей сезім туындамайды.

Сары аймақ. Жалғыздық сезімі кейде немесе белгілі бір жағдайларда байқалады. Бала, әсіресе эмоциялық тұрғыдан маңызды жағдайларда (жанжал, ұжымның ауысуы, күйзеліс) қарым-қатынастың жетіспеуін сезінуі мүмкін. Жалпы әлеуметтік байланыстары болғанымен, олар әрдайым эмоционалдық қажеттіліктерін қанағаттандырмайды. Көңіл-күйдің құбылуы және шеттетілуді сезінуде жоғары сезімталдық байқалуы мүмкін.

Қызыл аймақ. Айқын әрі тұрақты жалғыздық сезімін көрсетеді. Бала өзін эмоциялық тұрғыдан оқшауланған, түсінілмейтін және әлеуметтік ортадан шет қалғандай сезінуі мүмкін. Көбіне жақын әрі сенімді қарым-қатынастың тапшылығы, өзін-өзі бағалаудың төмендігі және күйзеліске жоғары осалдық байқалады. Мұндай жағдай

эмоционалдық бұзылыстардың қауіп факторы болып есептеледі және міндетті түрде педагог-психологтің сүйемелдеуін қажет етеді.

«Қарым-қатынасқа тәуелділік» субшкаласы

Жасыл аймақ. Бала адамдармен қарым-қатынаста да, оңаша болғанда да өзін жайлы сезіне алады. Жалғыздықтан қорқу байқалмайды, ішкі тұрақтылығы мен дербестігі қалыптасқан. Мінез-кұлқы жас ерекшелігіне сай: қарым-қатынасқа деген қажеттілігі икемді және шамадан тыс емес. Бала өзінің әлеуметтік белсенділігін өз бетінше реттей алады.

Сары аймақ. Қарым-қатынасқа ерекше мән беріледі. Бала оңаша қалғанда жайсыздық сезінуі, құрдастарымен немесе ересектермен үнемі байланыста болуға ұмтылуы мүмкін. Мазасыз байланыс белгілері мен ортадан шеттетілуден қорқу байқалуы ықтимал. Мінез-кұлқы өзгелердің қолдауы мен мақұлдауына тәуелді бола бастайды.

Қызыл аймақ. Қарым-қатынасқа айқын тәуелділік және жалғыздықтан қатты қорқу қалыптасады. Бала қарым-қатынас болмаған кезде қатты мазасызданады, оңаша қалудан қашады және кез келген әлеуметтік ортаға қосылуға асығады. Байланыс үзілген жағдайда эмоциялық тұрақсыздық жиі байқалады. Мұндай жағдай мазасыздық пен тәуелді мінез-кұлқы үлгілерінің қалыптасу қаупін арттырады.

«Жағымды оңашалық» субшкаласы

Жасыл аймақ. Бала оңашалықты ресурс ретінде пайдалана біледі. Ол жалғыз қалған кезде мазасызданбайды, оңашалықты күш жинауға, ойлануға және эмоциялық сергіп алуға мүмкіндік ретінде қабылдайды. Бұл психологиялық жетілудің, ішкі тұрақтылықтың және өзін-өзі реттеу қабілетінің жақсы дамығанының көрсеткіші.

Сары аймақ. Бала оңашалықты әртүрлі қабылдайды. Кейбір жағдайларда ол жайлы болса, басқа жағдайларда ішкі мазасыздықты, зерігуді немесе ширығуды тудыруы мүмкін. Өзін-өзі талдау және эмоцияларын өз бетінше реттеу қабілеті ішінара ғана қалыптасқан. Мінез-құлқы сыртқы жағдайлар мен эмоциялық күйіне тәуелді болады.

Қызыл аймақ. Оңашалық жағымсыз немесе мазасыз күй ретінде қабылданады. Бала жалғыз қалудан қашады, сыртқы әсерлер болмаған кезде ішкі жайсыздықты, зерігуді немесе мазасыздықты сезінуі мүмкін. Бұл өзін-өзі реттеу дағдылары мен эмоциялық дербестіктің жеткілікті деңгейде қалыптаспағанын көрсетеді. Болашақта бұл сыртқы қарым-қатынасқа тәуелділіктің қалыптасуына әкелуі мүмкін.

Үйлесімі	Интерпретация
Жоғары жалғыздық + төмен оңашалық	Эмоциялық оқшаулану жағдайын және ішкі ресурстың жоқтығын көрсетеді. Бала өзін жалғыз сезініп қана қоймай, оңашалықты күшқуатын қалпына келтіру үшін пайдалана алмайды. Бұл – мазасыздық пен депрессиялық реакциялардың, сондай-ақ күйзеліске төзімділіктің төмендеу қаупімен байланысты ең осал профиль.
Жоғары жалғыздық + жоғары тәуелділік	Мазасыз байланысқа тән ерекшелікті сипаттайды. Бала жалғыз қалудан қорқады, бірақ өзін өзгелер қабылдағанын сезінбейді. Тұйық шеңбер қалыптасады: қарым-қатынасқа деген қажеттілік мазасыздықты күшейтеді, ал қарым-қатынасқа қанағаттанбау жалғыздық сезімін одан әрі арттырады.
Төмен жалғыздық + төмен оңашалық	Әлеуметтік ортаға жақсы бейімделген, бірақ эмоциялық тұрғыдан тәуелді тип. Бала сыртқы қарым-қатынасқа көбірек бағдарланған және жалғыз қалғанда жайсыздық сезінуі мүмкін. Мұндай жағдайда өзін-өзі реттеу дағдыларын дамыту қажет.
Төмен жалғыздық + жоғары оңашалық	Ең бейімделген нұсқа. Бала әлеуметтік тұрғыдан тұрақты және оңашалықты ресурс ретінде пайдалана алады. Бұл психологиялық саулықтың, дербестіктің және эмоцияларды жетілген түрде реттей алудың көрсеткіші.
Жоғары оңашалық + төмен тәуелділік	Қарым-қатынасқа тәуелділіктің төмен деңгейімен қатар жүретін позитивті оңашалықтың жоғары деңгейі баланың жеке кеңістікке саналы түрде мұқтаж екенін және эмоциялық дербестігін көрсетеді. Мұндай профиль баланың жалғыз қалғанда өзін жайлы сезінетінін, мазасызданбайтынын және тұрақты әлеуметтік байланыстарға айқын тәуелділік сезінбейтінін білдіреді. Бұл – оңашалықты күш-

қуатты қалпына келтіру мен өзін-өзі тану үшін пайдаланатын бейімделген нұсқа ретінде қарастырылады.

Жасөспірімдік кезеңдегі жалғыздық субъективті тұрғыдан маңызды сезімге айналуы мүмкін. Жасөспірімге өзін ешкім түсінбейтіндей, өз уайымымен жалғыз қалғандай және қолдау сұрайтын адам таба алмайтындай көрінуі мүмкін. Сонымен қатар сырттай ол белсенді қарым-қатынасын жалғастырып, сынып өміріне араласып, күнделікті қалыпты белсенділігін сақтауы мүмкін.

Педагог-психолог жалғыздық сезімінің айқын болуы өздігінен психологиялық қолайсыздықтың бар екенін білдірмейтінін ескеруі қажет. Бір жасөспірім үшін оңаша қалуға деген қажеттілік жас ерекшелігіне тән табиғи құбылыс әрі эмоциялық тепе-теңдігін қалпына келтіру тәсілі болуы мүмкін. Ал екінші жасөспірім үшін бұл эмоциялық тұрғыдан маңызды қарым-қатынастардың жеткіліксіздігін, қарым-қатынас жасаудағы қиындықтарды немесе қолдаудың жоқтығын сезінуді көрсетуі мүмкін.

Сондықтан осы әдістеменің нәтижелерін **жеке қарастыруға және назар аударуды қажет ететін аймақты анықтаудың жалғыз негізі ретінде пайдалануға болмайды.** Нәтижелерді басқа әдістемелердің қорытындыларымен, жеке немесе топтық әңгімелесу мазмұнымен, жасөспірімнің мінез-құлқын бақылау нәтижелерімен, оның құрдастарымен және ересектермен өзара әрекеттесу ерекшеліктерімен, сондай-ақ психологиялық-педагогикалық сүйемелдеу барысында алынған ақпаратпен бірге кешенді түрде түсіндіру қажет.

Назар аударуды қажет ететін аймақ бір ғана сандық көрсеткіш бойынша емес, факторлар жиынтығы негізінде анықталады. Егер бірнеше ақпарат көзінің нәтижелері эмоциялық қолайсыздықты, әлеуметтік оқшаулануды, қолдауға деген айқын қажеттілікті немесе басқа да қиындықтарды қатар көрсетсе, психолог одан әрі сүйемелдеу бағытын және қажетті кәсіби көмектің көлемін айқындайды.

Әдістеме маманға жасөспірімнің жалғыздықты қалай сезінетініне назар аударуға мүмкіндік береді, алайда оның жағдайын кешенді зерделеуді алмастырмайды.

ДЕПРЕССИЯ, МАЗАСЫЗДЫҚ, СТРЕСС (DASS-20)

DASS-20 әдістемесі (21-ші сұрақсыз) – соңғы бір аптадағы өзін-өзі сезіну туралы өзіндік есепке негізделген, білім алушылардағы депрессия, мазасыздық және стресс деңгейінің айқындылығын бағалауға арналған жаппай диагностика жүргізу сауалнамасы.

Мақсатты аудитория: 9–11 сыныптар/колледждің 1-2 курстары.

Нұсқаулық

Сізге соңғы бір аптадағы өзіңіздің көңіл-күйіңіз бен жағдайыңызға қатысты тұжырымдар ұсынылады. Әрбір тұжырымды мұқият оқып шығып, берілген 4 жауап нұсқасының ішінен өз жағдайыңызды ең дәл сипаттайтын бір жауапты таңдаңыз.

Бұл сауалнамада дұрыс немесе бұрыс жауап жоқ. Ең бастысы – әрбір тұжырымға тым ұзақ ойланбай, шынайы жауап беру.

№	Өткен аптада ...	Маған мүлдем тән емес	Маған белгілі бір дәрежеде немесе белгілі бір уақыт аралығында тән болды	Маған едәуір дәрежеде немесе уақыттың елеулі бөлігінде тән болды	Маған толықтай немесе уақыттың басым бөлігінде тән болды
1.	Өткен аптада маған босаңсу немесе өзімді тыныш сезіну қиын болды.				
2.	Өткен аптада аузымның құрғағанын сезіндім.				
3.	Өткен аптада мен ешқандай жағымды сезімдерді мүлде сезінбедім.				
4.	Өткен аптада тыныс алуымның қиындағанын сезіндім (мысалы, физикалық жүктемесіз өте жиі тыныс алу немесе енгігу).				
5.	Өткен аптада өзімді қандай да бір іс жасауға мәжбүрлеу маған қиын болды.				
6.	Өткен аптада болмашы себептерге бола ашулануға немесе тітіркенуге бейім болдым.				
7.	Өткен аптада дірілді (мысалы, қолымның дірілдеуін) сезіндім.				
8.	Өткен аптада жүйкемді тым көп жұқартқандай болдым.				
9.	Өткен аптада үрейленіп, өзімді орынсыз ұстап қоямын ба деген				

	жағдайлар мені алаңдатты.				
10.	Өткен аптада болашаққа қатысты үмітсіздік сезімін бастан өткердім.				
11.	Өткен аптада қобалжудың күшейгенін сезіндім.				
12.	Өткен аптада босаңсу маған қиын болды.				
13.	Өткен аптада көңіл-күйім түсіп, мұңайып, жабырқаулы күйде болдым.				
14.	Өткен аптада өзімнің ісіме кедергі келтіретін нәрселердің бәріне төзімсіздік таныттым.				
15.	Өткен аптада өзімді үрейге берілудің алдында тұрғандай сезіндім.				
16.	Өткен аптада ешнәрсеге ынта-ықылас таныта алмадым.				
17.	Өткен аптада өзімді сәтсіз адамдай немесе өзімді не отбасымды жерге қаратқандай сезіндім.				
18.	Өткен аптада өзімді өте өкпешіл сезіндім.				
19.	Өткен аптада ешқандай физикалық жүктемесіз жүрегімнің соғып тұрғанын сездім (мысалы, жүрек соғысының күшеюі немесе бір соғысы				

	үзіліп кеткендей сезіну).				
20.	Өткен аптада себепсіз қорқыныш сезімін бастан өткердім.				
21.	Маған ересек адамның көмегі қажет *				

ИНТЕРПРЕТАЦИЯ

21-сұрақ* қосымша болып саналады және баланың көмекке, қолдауға және өзі үшін маңызды ересек адамның эмоционалдық қолдауына деген қажеттілігін анықтауға бағытталған.

Жауап	Қысқаша интерпретация
Маған мүлдем тән емес	Білім алушы ересек адамның көмегіне немесе қолдауына айқын қажеттілік бар екенін көрсетпейді
Маған белгілі бір дәрежеде немесе белгілі бір уақыт аралығында тән болды	Ересек адамның қолдауы немесе көмегіне деген қажеттілік мезгіл-мезгіл, жекелеген жағдайларда туындайды.
Маған едәуір дәрежеде немесе уақыттың елеулі бөлігінде тән болды	Білім алушы ересек адамның эмоционалдық қолдауына, түсінуіне немесе көмегіне жиі мұқтаж болады.
Маған толықтай немесе уақыттың басым бөлігінде тән болды	Айқын эмоционалдық күйзелісті, өзін қауіпсіз сезінбеуді немесе ересек адамның қолдауы мен қорғауына тұрақты қажеттілікті көрсетуі мүмкін.

Әрбір шкала бойынша балдарды есептеу

Әрбір білім алушы үшін алдымен әрбір тұжырым бойынша балдар есептеледі. Әрбір жауаптың өзіне сәйкес балы бар:

0 – маған мүлдем тән емес;

1 – маған белгілі бір дәрежеде немесе белгілі бір уақыт аралығында тән болды;

2 – маған едәуір дәрежеде немесе уақыттың елеулі бөлігінде тән болды;

3 – маған толықтай немесе уақыттың басым бөлігінде тән болды.

КӨРСЕТКІШ	БЛОК	СҰРАҚ НӨМІРЛЕРІ	ШЕКТІК МӘНДЕР		
			Қызыл аймақ	Сары аймақ	Жасыл аймақ
Депрессия	DASS-20	(3, 5, 10, 13, 16, 17- тармақтардағы балдардың қосындысы) * 2	≥16	12 - 15	<12
Мазасыздық	DASS-20	(2, 4, 7, 9, 15, 19, 20 тармақтардағы балдардың қосындысы) * 2	>14	10 - 14	<10
Стресс	DASS-20	(1, 6, 8, 11, 12, 14, 18 тармақтардағы балдардың қосындысы) * 2	>25	19 - 25	<19

DASS-20 әдістемесі білім алушылардың депрессиямен, мазасыздықпен және стресспен байланысты эмоционалдық жай-күйінің айқындылық деңгейін бағалауға мүмкіндік береді. Алынған нәтижелер психологиялық қолайсыздықтың және оқушының эмоционалдық бейімделу деңгейінің маңызды көрсеткіші болып саналады.

Мектеп жағдайында бұл әдістеме тәуекел тобына жататын білім алушыларды ерте анықтау, бейімделу бұзылыстарының алдын алу және психологиялық-педагогикалық көмекті дер кезінде ұйымдастыру мақсатында қолданылады.

Ерекше назар тек сандық көрсеткіштерге ғана емес, сонымен қатар баланың жағдайының динамикасына және бірнеше шкала бойынша бір уақытта жоғары нәтижелердің үйлесуіне де аударылады.

Жоғары көрсеткіштер шамадан тыс жүктемені, бейімделудің бұзылуын, қолайсыз отбасылық немесе мектеп жағдайларын, сондай-ақ ішкі эмоционалдық ширығуды көрсетуі мүмкін.

Депрессия шкаласы эмоционалдық көңіл-күйдің, өмірлік белсенділіктің және күнделікті іс-әрекетке деген қызығушылықтың

төмендеу деңгейін көрсетеді. Жоғары көрсеткіштер ішкі бос сезімді, жабырқаулықты, ынтаның төмендеуін, өмірден қуаныш пен қанағат сезімінің жоғалуын білдіруі мүмкін. Білім алушыда эмоциялық тұйықталу, тез шаршау, дәрменсіздік сезімі, өзін-өзі бағалаудың және өзіне деген сенімділіктің төмендеуі байқалуы мүмкін.

Жасөспірімдердегі депрессиялық күй тек мұң арқылы ғана емес, сондай-ақ ашуланшақтық, тұйықтық, немқұрайлылық, оқу үлгерімінің төмендеуі, қарым-қатынасқа және бұрын қызықтырған іс-әрекеттерге қызығушылықтың жоғалуы арқылы да көрінуі мүмкін екенін ескерген жөн. Мұндай жағдай мектептегі қиындықтармен, отбасылық жанжалдармен, эмоциялық жалғыздықпен, жақын адамынан айырылуды бастан кешірумен, созылмалы күйзеліспен немесе жас ерекшелігіне байланысты дағдарыстық өзгерістермен байланысты болуы мүмкін.

Бұл шкала бойынша жоғары көрсеткіштер анықталған жағдайда баланың эмоционалдық жай-күйін мұқият талдау, дағдарыстық уайымдардың бар-жоғын бағалау және психологиялық-педагогикалық сүйемелдеуді уақытылы ұйымдастыру қажет. Эмоционалдық қолайсыздық тұрақты сақталып, айқын дистресс белгілері байқалған жағдайда тереңдетілген жеке диагностика жүргізу және сүйемелдеу қызметінің мамандарымен бірлесіп жұмыс істеу ұсынылады.

Мазасыздық шкаласы ішкі алаңдаушылықтың, психикалық ширығудың, жағымсыз оқиғаларды күтудің және эмоциялық сезімталдықтың жоғары деңгейін көрсетеді. Жоғары көрсеткіштер тұрақты уайымдаумен, өзіне сенімсіздікпен, қателесуден қорқумен, шешім қабылдаудағы қиындықтармен және шамадан тыс сақтықпен қатар жүруі мүмкін.

Білім алушылардағы мазасыздық оқу барысында да, тұлғааралық қарым-қатынаста, отбасылық қатынастарда және күнделікті өмірлік жағдайларда да көрінуі мүмкін. Көп жағдайда мазасыздық соматикалық белгілермен бірге байқалады: жүрек соғысының жиілеуі, ауа жетіспегендей сезіну, дірілдеу, денедегі ширығу, ұйқының бұзылуы және тез шаршау.

Жоғары мазасыздық баланың күйзеліске төзімділігін төмендетеді, өзгерістерге бейімделуін қиындатады және оқу үлгеріміне, қарым-қатынас жасауына әрі жалпы психологиялық әлауқатына кері әсер етуі мүмкін. Жоғары көрсеткіштер анықталған жағдайда қосымша диагностика жүргізу, баланың эмоционалдық жай-күйін динамикада бақылау және психоэмоционалдық ширығуды төмендетуге әрі өзін-өзі реттеу дағдыларын дамытуға бағытталған іс-шараларды ұйымдастыру маңызды.

Стресс шкаласы психоэмоционалды шамадан тыс жүктеменің, ашуланшақтықтың, жүйке жүйесінің қажуының және өзін шамадан тыс жүк түскендей сезінудің деңгейін көрсетеді. Жоғары көрсеткіштер ағзаның бейімделу мүмкіндіктерінің төмендеуін және эмоцияларды өздігінен реттеудегі қиындықтарды білдіруі мүмкін.

Стресс жағдайы тек оқу жүктемесімен ғана емес, сонымен қатар отбасылық жанжалдармен, құрдастарымен шиеленіскен қарым-қатынаспен, жоғары жауапкершілікпен, ішкі күйзелістермен, эмоционалды тұрақсыздықпен немесе қолайсыз сыртқы факторлардың ұзақ уақыт әсер етуімен байланысты болуы мүмкін. Білім алушыда қызбалық, ашуланшақтық, эмоциялық тұрақсыздық, зейінді шоғырландырудың қиындауы, тез шаршау және психосоматикалық реакциялар байқалуы мүмкін.

Стрестің жоғары деңгейінің ұзақ уақыт сақталуы эмоционалды қажу қаупін, бейімделу бұзылыстарын, оқу мотивациясының төмендеуін және жалпы психологиялық жағдайдың нашарлауын арттырады. Мұндай жағдайда эмоциялық ресурстарды қалпына келтіруге, күйзеліске төзімділікті қалыптастыруға және ішкі психоэмоционалды ширығуды төмендетуге бағытталған жүйелі психологиялық-педагогикалық сүйемелдеу ұсынылады.

МАЗАСЫЗДЫҚ ДЕҢГЕЙІН БАҒАЛАУ ӘДІСТЕМЕСІ

Авторлары Ч.Д. Спилбергер, Ю.Л. Ханин

Ч.Д. Спилбергер – Ю.Л. Ханиннің мазасыздық деңгейін бағалау әдістемесі мазасыздық деңгейін өзекті эмоционалды күй және тұлғаның тұрақты жеке ерекшелігі ретінде диагностикалауға арналған. Әдістеме нақты жағдайлардың әсерінен туындайтын жағдаяттық (реактивті) мазасыздықтың айқын деңгейін, сондай-ақ адамның әртүрлі жағдайларды мазасыздық тудыратын жағдай ретінде қабылдауға жеке бейімділігін көрсететін тұлғалық мазасыздық деңгейін анықтауға мүмкіндік береді.

Сауалнама білім беру және психологиялық тәжірибеде білім алушылардың эмоционалды жағдайын бағалау, психоэмоционалды шиеленіс белгілерін анықтау, сондай-ақ сүйемелдеу барысында олардың жағдайының динамикасын бақылау мақсатында кеңінен қолданылады.

Әдістеменің құрылымы

Әрбір шкала 20 тұжырымнан тұрады.

Шкала	Мақсаты
Реактивті (ситуациялық) мазасыздық	Зерттеу жүргізіліп жатқан сәттегі білім алушының қазіргі эмоционалды жағдайын бағалайды.
Тұлғалық мазасыздық	Тұлғаның мазасыздықты бастан кешіруге тұрақты бейімділігін анықтайды.

Мақсатты аудитория: 6–11 сыныптар/колледждің 1-2 курстары.

Нұсқаулық

Ситуациялық мазасыздық шкаласы

Төменде берілген әрбір сөйлемді мұқият оқып шығыңыз және ДӘЛ ҚАЗІРГІ СӘТТЕ өзіңізді қалай сезініп тұрғаныңызға байланысты оң жақтағы тиісті бағанға белгі немесе «+» таңбасын қойыңыз. Сұрақтарға ұзақ уақыт ойланып жауап бермеңіз, себебі дұрыс немесе бұрыс жауаптар болмайды. Әдетте ойға бірінші келген жауап сіздің қазіргі жағдайыңызға ең жақын және дұрыс болып табылады.

№	ТҰЖЫРЫМДАР	Жоқ, бұл дұрыс емес	Мүмкін, солай	Дұрыс	Толығымен дұрыс
1	Мен сабырлымын				
2	Маған ештеңе қауіп төндірмейді				
3	Мен шиеленіс жағдайындамын				
4	Мен өкініш сезімін бастан кешіремін				
5	Мен өзімді еркін сезінемін				
6	Менің көңіл-күйім түсіп тұр				
7	Мүмкін болатын сәтсіздіктер мені аландатады				
8	Мен өзімді демалғандай сезінемін				
9	Мен мазасызданып тұрмын				
10	Мен іштей қанағаттану сезімін сезінемін				
11	Мен өзіме сенімдімін				
12	Мен қобалжып тұрмын				
13	Өзімді қоярға жер таппай тұрмын				
14	Мен қатты ширыққан күйдемін				
15	Мен қысылу мен шиеленісті сезінбеймін				
16	Мен қанағаттанамын				
17	Мен алаңдап тұрмын				

18	Мен шамадан тыс мазасыз күйдемін және өзімді жайсыз сезінемін				
19	Мен қуаныштымын				
20	Мен өзімді жағымды сезінемін				

Тұлғалық мазасыздық шкаласы

Төменде берілген әрбір сөйлемді мұқият оқып шығыңыз және **ӘДЕТТЕ** өзіңізді қалай сезінетініізге байланысты оң жақтағы тиісті бағанға белгі немесе «+» таңбасын қойыңыз.

№	ТҰЖЫРЫМДАР	Жоқ, бұл дұрыс емес	Мүмкін, солай	Дұрыс	Толығымен дұрыс
21	Мен жайлы күйдемін				
22	Мен өте тез шаршаймын				
23	Менің жылап жіберуім оңай				
24	Мен басқа адамдар сияқты бақытты болғым келеді				
25	Шешімді жеткілікті түрде тез қабылдамағандықтан, мен жиі ұтыламын				
26	Әдетте мен өзімді сергек сезінемін				
27	Мен сабырлы, байсалды және жинақымын				
28	Күтілетін қиындықтар мені әдетте қатты алаңдатады				
29	Мен болмашы нәрселерге тым көп уайымдаймын				
30	Мен өзімді толық бақытты сезінемін				
31	Мен бәрін жүрегіме жақын қабылдаймын				
32	Маған өзіме деген сенімділік жетіспейді				
33	Әдетте мен өзімді қауіпсіз сезінемін				
34	Мен сын жағдайлардан және қиындықтардан аулақ болуға тырысамын				
35	Кейде мен көңілсіз боламын				
36	Менің көңілім толады				

37	Әртүрлі болмашы нәрселер мені алаңдатып, мазалайды				
38	Мен өзімнің көңілім қалған жағдайларды қатты уайымдаймын, кейін оларды ұзақ уақыт ұмыта алмаймын				
39	Мен ұстамды адаммын				
40	Өз істерім мен уайымдарым туралы ойлағанда, мені қатты мазасыздық билейді				
41 *	Маған ересек адамның көмегі қажет.				

НӘТИЖЕЛЕРДІ КӨРСЕТУ

Жағдаяттық (реактивті) мазасыздық деңгейі	
Тікелей сұрақтар	3, 4, 6, 7, 9, 12, 13, 14, 17, 18
Кері сұрақтар	1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19, 20
Тұлғалық мазасыздық деңгейі	
Тікелей сұрақтар	22, 23, 24, 25, 28, 29, 31, 32, 34, 35, 37, 38, 40
Кері сұрақтар	21, 26, 27, 30, 33, 36, 39

Спилбергер-Ханин әдістемесінің кілті

Жағдаяттық мазасыздық шкаласы (ЖМ)					Тұлғалық мазасыздық шкаласы (ТМ)				
№ сұрақ	1	2	3	4	№ сұрақ	1	2	3	4
1	4	3	2	1	21	4	3	2	1
2	4	3	2	1	22	1	2	3	4
3	1	2	3	4	23	1	2	3	4
4	1	2	3	4	24	1	2	3	4
5	4	3	2	1	25	1	2	3	4
6	1	2	3	4	26	4	3	2	1
7	1	2	3	4	27	4	3	2	1
8	4	3	2	1	28	1	2	3	4
9	1	2	3	4	29	1	2	3	4
10	4	3	2	1	30	4	3	2	1
11	4	3	2	1	31	1	2	3	4
12	1	2	3	4	32	1	2	3	4
13	1	2	3	4	33	4	3	2	1
14	1	2	3	4	34	1	2	3	4
15	4	3	2	1	35	1	2	3	4
16	4	3	2	1	36	4	3	2	1
17	1	2	3	4	37	1	2	3	4

18	1	2	3	4	38	1	2	3	4
19	4	3	2	1	39	4	3	2	1
20	4	3	2	1	40	1	2	3	4

НӘТИЖЕЛЕРДІ ИНТЕРПРЕТАЦИЯЛАУ

41-сұрақ* қосымша болып саналады және баланың көмекке, қолдауға және өзі үшін маңызды ересек адамның эмоционалдық қатысуына деген қажеттілігін анықтауға бағытталған.

Жауап	Қысқаша интерпретация
Жоқ, бұл дұрыс емес	Бала өзінде сипатталған жағдайдың немесе ересек адамның көмегіне деген қажеттіліктің бар екенін байқамайды.
Мүмкін, солай	Жағдай немесе уайым кейде байқалады және тұрақты сипатқа ие емес.
Дұрыс	Сипатталған жағдай немесе ересек адамның қолдауына деген қажеттілік жеткілікті жиі және анық байқалады.
Толығымен дұрыс	Ересек адамның қолдауына деген айқын қажеттілікті және тұрақты эмоционалдық қиындықтарды көрсетуі мүмкін

Әрбір ішкі шкала бойынша жалпы қорытынды көрсеткіш 20-дан 80 баллға дейінгі аралықта болуы мүмкін.

Мазасыздық деңгейі	Балдар саны
Мазасыздықтың төмен деңгейі	30 баллға дейін
Мазасыздықтың орташа деңгейі	31–44 балл
Мазасыздықтың жоғары деңгейі	45 балл және одан жоғары

Әдістеме мазасыздықтың бір-бірімен байланысты, бірақ екі түрлі деңгейін бағалауға мүмкіндік береді: жағдаяттық (реактивті) және тұлғалық мазасыздық. Бұл білім алушының уақытша эмоционалдық жағдайын және күйзеліске жауап берудегі тұрақты жеке ерекшеліктерін ажыратуға мүмкіндік береді. Мектеп тәжірибесінде бұл әдістеме эмоционалдық шиеленісті ерте анықтау, бейімделу бұзылыстарының алдын алу және оқушылардың психологиялық жағдайын бақылау мақсатында қолданылады.

Нәтижелерді интерпретациялау жағдаяттық және тұлғалық мазасыздық шкалалары бойынша жеке-жеке жүргізіледі. Егер шкалалардың кемінде біреуі бойынша жоғары немесе көтеріңкі көрсеткіштер анықталса, білім алушы педагог-психолог тарапынан қосымша назарды, эмоционалдық жағдайын терең талдауды және қажет болған жағдайда психологиялық-педагогикалық сүйемелдеуді қажет етеді.

Жағдаяттық (реактивті) мазасыздық

Жасыл аймақ – төмен деңгей. Эмоционалдық жағдайы тұрақты, білім алушы қазіргі жағдайларда өзін сабырлы әрі сенімді сезінеді. Айқын шиенеліс, қорқыныш немесе ішкі алаңдаушылық белгілері байқалмайды. Сыртқы жағдайларға беретін реакциялары жеткілікті және жас ерекшелік нормасына сәйкес келеді. Мұндай деңгей зерттеу жүргізілген сәтте күйзеліске төзімділіктің жеткілікті екенін көрсетеді.

Сары аймақ – орташа деңгей. Қазіргі жағдайларға (оқу, бақылау жұмыстары, тұлғааралық қарым-қатынас) байланысты жағдаяттық эмоционалдық шиеленіс байқалады. Мазасыздық, қобалжу немесе сенімсіздік сезімдері кейде пайда болуы мүмкін. Жалпы жағдай бақыланатын деңгейде қалады, бірақ қосымша күйзеліс факторлары болған жағдайда бақылауды қажет етеді. Жүктеме кезінде оқу іс-әрекетінің тиімділігі төмендеуі мүмкін.

Қызыл аймақ – жоғары деңгей. Зерттеу жүргізілген сәтте айқын эмоционалдық шиеленіспен сипатталады. Бала қатты алаңдаушылықты, ішкі қысылуды, қауіп сезімін немесе сенімсіздікті сезінуі мүмкін. Күйзелістің физиологиялық белгілері (шиеленіс, ашуланшақтық, зейінді шоғырландыру қиындығы) байқалуы ықтимал. Мұндай жағдай педагог-психологтің сүйемелдеуін және қазіргі стресс факторларын талдауды қажет етеді.

Тұлғалық мазасыздық

Жасыл аймақ – төмен деңгей. Эмоционалдық тұрақтылық пен өзіне деген сенімділіктің қалыптасқанын көрсетеді. Білім алушы өмірде және оқу барысында кездесетін жағдайларды, әдетте, сабырлы қабылдайды, қауіп-қатер жайлы шамадан тыс уайымдауға бейім емес. Өзін-өзі бағалауы қалыпты және күйзеліске төзімділігі қалыптасқан. Болашақта мазасыздық реакцияларының пайда болу қаупі төмен.

Сары аймақ – орташа деңгей. Күйзеліс жағдайларында жоғары сезімталдықты және ішкі шиеленіске бейімділікті көрсетеді. Бала жиі уайымдауы, өзіне күмәндануы, жағымсыз нәтижелерді күтуі мүмкін. Мұндай ерекшеліктер мектептегі жүктеме немесе жанжал жағдайларында күшеюі ықтимал. Өзін-өзі реттеу дағдыларын және эмоционалдық тұрақтылықты дамыту қажет.

Қызыл аймақ – жоғары деңгей. Қоршаған ортаны мазасыздықпен қабылдауға тұрақты бейімділікті көрсетеді. Білім алушы жиі ішкі шиеленісті, сенімсіздікті, жағымсыз жағдайларды күтуді сезінеді. Бұл оқу ынтасына, әлеуметтік байланыстарына және эмоционалдық жағдайына айтарлықтай әсер етуі мүмкін. Жүйелі психологиялық-педагогикалық қолдау қажет

ТЕРЕҢДЕТІЛГЕН ДИАГНОСТИКАНЫҢ НАВИГАЦИЯЛЫҚ КАРТАСЫ

Тереңдетілген диагностиканың навигациялық картасы бастапқы диагностика жүргізілгеннен кейінгі жұмысты ұйымдастыруда педагог-психологке көмек көрсетуге арналған. Ол анықталған қиындықтардың қайсысы егжей-тегжейлі зерттеуді қажет ететінін түсінуге мүмкіндік береді және баладағы эмоционалдық, мінез-құлықтық, отбасылық немесе әлеуметтік көріністердің сипатына байланысты сәйкес әдістемелерді таңдауға көмектеседі. Картамен жұмыс кезең-кезеңімен жүргізіледі: алдымен бастапқы диагностика нәтижелері талданады, содан кейін қандай белгілер алаңдаушылық тудыратыны анықталады. Одан кейін білім алушының жағдайын нақтылау үшін стандартталған әдістемелер, ал қажет болған жағдайда баланың эмоционалдық күйзелістерін тереңірек түсіну үшін проективті әдістемелер таңдалады. Мұндай тәсіл педагог-психологке диагностиканы жүйелі түрде құруға, тек бір ғана әдістемемен шектелмеуге және алдағы психологиялық-педагогикалық сүйемелдеуді жоспарлау кезінде білім алушы жағдайының әртүрлі қырларын ескеруге мүмкіндік береді.

Бастапқы диагностика	Нені нақтылау қажет
«Саған қалай қарайды?» экспресс-сауалнамасы 2–4 сыныптар	Қауіпсіз емес қарым-қатынас белгілері, эмоционалдық күй, отбасындағы және мектептегі жағдайлары бойынша уайымдары
«Бесінші сынып оқушыларының мазасыздығын анықтау» О.Н. Хмельницкая	Мектептегі мазасыздықтың сипаты, шиеленіс көздері, орта буынға бейімделудегі қиындықтар
Жасөспірімнің психологиялық әлауқат шкаласы К. Рифф	Эмоционалдық қолайсыздық, өзін-өзі қабылдау, дәрменсіздік сезімі, ресурстың төмендеуі
RCADS-25	Мазасыздық және депрессиялық көріністер, эмоционалдық ширығу, стресс реакциялары



Терендетілген диагностиканың стандартталған әдістемелері	Көрсеткіштер бойынша проективті әдістемелер
PSS-C / БКСШ	«Отбасы суреті»; «Отбасылық социограмма»; «Кактус»; «Өмірде жоқ жануар»; аяқталмаған сөйлемдер әдістемесі
Филлипстің мектептегі мазасыздық тесті	«Жаңбыр астындағы адам»; аяқталмаған сөйлемдер әдістемесі
1. А. Бектің үмітсіздік шкаласы; 2. Г. Айзенктің психикалық жағдайларды өзін-өзі бағалау әдістемесі	«Үй-Ағаш-Адам»; «Жаңбыр астындағы адам»
Г. Айзенктің психикалық жағдайларды өзін-өзі бағалау әдістемесі; 2. БКСШ	«Жаңбыр астындағы адам»; «Үй-Ағаш-Адам»

DASS-20	Депрессия, мазасыздық, стресс деңгейінің айқындылығы, агрессивті және ширыққан реакциялар	→	1. А. Бектің үмітсіздік шкаласы; 2. Басс-Перри агрессивтілік сауалнамасы; 3. Г. Айзенктің психикалық жағдайларды өзін-өзі бағалау әдістемесі	«Жаңбыр астындағы адам»; «Үй-Ағаш-Адам»
«Саған қалай қарайды?» экспресс-сауалнамасы 5–7 сыныптар	Буллинг белгілері, қауіпсіз емес қарым-қатынас, агрессия, топтық қысым	→	1. Е.Г. Норкинаның «Буллинг-құрылымын анықтау» әдістемесі; 2. Басс-Перри агрессивтілік сауалнамасы	6–7 сыныптарға «Жаңбыр астындағы адам»; 5 сыныпқа «Өмірде жоқ жануар»
«Саған қалай қарайды?» экспресс-сауалнамасы 8–11 сыныптар	Буллинг белгілері, білім алушының жағдайдағы рөлі, агрессивті және қорғаныс реакциялары	→	1. Е.Г. Норкинаның «Буллинг-құрылымын анықтау» әдістемесі; 2. Басс-Перри агрессивтілік сауалнамасы	«Жаңбыр астындағы адам»
Жалғыздықты сезіну дифференциалды сауалнамасы (ЖСДС)	Жалғыздықты сезіну, әлеуметтік оқшаулану, ресурстың төмендеуі, эмоционалдық қолайсыздық	→	1. 5 сыныпқа арналған БКСШ; 2. Г. Айзенктің психикалық жағдайларды өзін-өзі бағалау әдістемесі; 3. 6 сыныптан бастап А. Бектің үмітсіздік шкаласы	«Жаңбыр астындағы адам»; «Үй-Ағаш-Адам»
Мазасыздық әдістемесі / Спилбергер–Ханин шкаласы	Мазасыздық деңгейі, мазасыздық көріністерінің тұрақтылығы, эмоционалдық шиеленіс	→	1. Г. Айзенктің психикалық жағдайларды өзін-өзі бағалау әдістемесі; 2. А. Бектің үмітсіздік шкаласы	«Жаңбыр астындағы адам»; «Үй-Ағаш-Адам»

! Ескерту. Карта тереңдетілген әдістемелерді таңдауға арналған бағдар болып есептеледі және қатаң алгоритм болып саналмайды. Бастапқы диагностика қауіптің бар екенін анықтайды, бірақ оның себептерін әрдайым толық аша бермейді. Сондықтан сары немесе қызыл аймаққа жататын білім алушылар анықталған жағдайда, ықтимал эмоционалдық, мінез-құлықтық, отбасылық немесе тұлғааралық факторларды назардан тыс қалдырмау үшін тиісті бағыт бойынша жас ерекшелігіне сәйкес тереңдетілген әдістемелердің толық кешенін қолдану ұсынылады.

Әдістемелерді түпкілікті таңдауды білім алушының жас ерекшелігін, анықталған тәуекелдің сипатын, бақылау мен әңгімелесу нәтижелерін, сондай-ақ баланың нақты жағдайын ескере отырып, педагог-психолог айқындайды. Проективті әдістемелер қосымша материал ретінде пайдаланылады және қорытынды жасау үшін жалғыз негіз болмауы тиіс.

Қажет болған жағдайда педагог-психолог білім беру ұйымдарында немесе ПҚО тәжірибесінде қолданылатын қосымша әдістемелерді пайдалана алады. Мұндай әдістемелерді кейіннен платформаға енгізу және диагностикалық жоспарларда қолдану мүмкіндігін қарастыру үшін оларды «Өркен» КеАҚ және БҚҚК-мен алдын ала келісу ұсынылады.

III. СУИЦИДТІК ҚАУІПТІ ЖӘНЕ ПСИХОЭМОЦИОНАЛДЫҚ ЖАҒДАЙДЫ БАҒАЛАУДЫҢ ТЕРЕНДЕТІЛГЕН ДИАГНОСТИКАСЫ

Тереңдетілген диагностика бастапқы тексеру нәтижелері бойынша эмоционалдық қолайсыздық, бейімделу қиындықтары, жоғары мазасыздық, агрессия, мінез-құлық бұзылыстары немесе ықтимал қауіп факторлары анықталған білім алушыларға жүргізіледі. Оның мақсаты – мәселенің бар екенін анықтау ғана емес, сонымен қатар оның себептерін, көріну ерекшеліктерін және қандай жағдайларда қалыптасатынын түсіну.

Тереңдетілген диагностика жүргізу барысында міндетті түрде стандартталған және проективті әдістемелердің үйлесімі қолданылады. Стандартталған әдістемелер нақты әрі өлшенетін көрсеткіштерді (мазасыздық деңгейі, агрессия, өзін-өзі бағалау және т.б.) береді, ал проективті әдістемелер баланың жасырын уайымдарын, ішкі қайшылықтарын және өзін, сондай-ақ қоршаған ортаны қабылдау ерекшеліктерін анықтауға көмектеседі. Тек бір ғана әдістемені қолдану толық көріністі бермейді және біржақты қорытынды жасауға әкелуі мүмкін.

Сондықтан тереңдетілген диагностика әрқашан кешенді түрде жүргізіледі. Өртүрлі әдістемелердің нәтижелері бір-бірімен, сондай-ақ бақылау және әңгімелесу нәтижелерімен салыстырылады. Мұндай тәсіл баланың эмоционалдық жағдайының себептерін нақты анықтауға және әрі қарайғы психологиялық көмектің негізгі бағыттарын белгілеуге мүмкіндік береді.

БАСС–ПЕРРИ АГРЕССИВТІЛІК САУАЛНАМАСЫ

Авторлары: Арнольд Х. Басс, Марк Перри

Басс–Перри агрессивтілік сауалнамасы тұлғаның агрессивті мінез-құлқының деңгейі мен құрылымын бағалауға арналған. Ол физикалық және вербалды агрессияны, сондай-ақ дұшпандыққа және аутоагрессивті реакцияларға бейімділікті бағалауды қамтиды.

Мақсатты аудитория: 6–11 сыныптар/колледждің 1-2 курстары.

Нұсқаулық

Әрбір тұжырымды оқып шығыңыз және оның сізге қаншалықты сәйкес келетінін 1-ден 5-ке дейінгі шкала бойынша бағалаңыз:

- 1 – келіспеймін;
- 2 – көбіне келіспеймін;
- 3 – нақты шешімге келе алмаймын;
- 4 – көбіне келісемін;
- 5 – келісемін.

№	Тұжырымдар	1	2	3	4	5
1	Кейде мен басқа адамды ұрып жіберуге деген ниетімді тежей алмаймын.					
2	Егер мені арандатса, басқа адамды ұрып жіберуім мүмкін.					
3	Егер біреу мені ұрса, мен міндетті түрде жауап қайтарамын.					
4	Мен айналамдағы адамдарға қарағанда жиірек төбелесемін.					
5	Өз құқықтарымды қорғау үшін күш қолдану қажет болса, мен оны қолданамын.					
6	Кейбір адамдардың маған деген қарым-қатынасы мені төбелесуге дейін жеткізуі мүмкін.					
7	Мен басқа адамды ұруға жеткілікті себепті елестете алмаймын					
8	Кейде таныстарыма қокан-лоқы көрсеткен кездерім болды.					
9	Кейде қатты ашуланғаным сонша, заттарды сындырып жібергенмін.					
10	Мен тез ашуланамын, бірақ тез басыламын.					
11	Бір нәрсе ойдағыдай шықпаса, мен ашуланамын.					
12	Кейде өзімді дәл қазір жарылып кететіндей сезінемін.					
13	Менің мінезім сабырлы.					

14	Кейбір достарым мені ашушаң деп санайды					
15	Кейде ешқандай ерекше себепсіз ашуланып кетемін.					
16	Маған ашу-ызамды тежеу қиын.					
17	Кейде қызғаныштан өзімді ұстай алмай қаламын.					
18	Кейде өмір маған тиесілі нәрсені бермегендей болып көрінеді.					
19	Басқалардың жолы үнемі болып жүреді.					
20	Кейде неге соншалықты көңілім түсетінін түсінбеймін.					
21	Мен өзімді досымын деп жүрген адамдардың мен туралы сырттай өсек айтатынын білемін.					
22	Маған шамадан тыс жылы шырай танытатын адамдарға сенбеймін.					
23	Кейде адамдар мені сыртымнан мазақтайтын сияқты көрінеді.					
24	Егер адам маған тым сыпайы әрі жылы қарым-қатынас жасаса, онда оның менен бірдеңе қажет деп ойлаймын.					

БАЛДАРДЫ ЕСЕПТЕУ

Есептеу алгоритмі

1. Әрбір шкала бойынша балдардың қосындысын жеке есептеңіз.
2. 7 және 13-сұрақтар бойынша балдарды кері тәртіппен есептеңіз.
3. Барлық алынған балдарды қосып, жалпы нәтижені есептеңіз.

Шкала	Сұрақ түрі	Сұрақтардың нөмірі	Балдарды есептеу
Физикалық агрессия	Тікелей сұрақтар	1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 9	1=1; 2=2; 3=3; 4=4; 5=5
	Кері сұрақтар	7	1=5; 2=4; 3=3; 4=2; 5=1
Ашу	Тікелей сұрақтар	10, 11, 12, 14, 15, 16	1=1; 2=2; 3=3; 4=4; 5=5
	Кері сұрақтар	13	1=5; 2=4; 3=3; 4=2; 5=1
Дұшпандық	Тікелей сұрақтар	17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24	1=1; 2=2; 3=3; 4=4; 5=5

Шкалаларды бөлу кестесі

Шкала	Сұрақ нөмірлері	Тапсырмалар саны	Ең жоғары балл
Физикалық агрессия	1–9	9	45
Ашу	10–16	7	35
Дұшпандық	17–24	8	40

Агрессивтіліктің жалпы деңгейі	Барлық шкалалардың жиынтығы	24	120
---------------------------------------	-----------------------------	----	------------

НӘТИЖЕЛЕРДІ ТҮСІНДІРУ

Физикалық агрессия

Жоғары көрсеткіштер күш қолдану арқылы ашық әрекет етуге, физикалық қысым көрсетуге, қорқытуға, төбелеске, жағымсыз әрекеттерге бейімділікті, сондай-ақ импульсивті агрессивті реакцияларды бақылаудың төмен деңгейін көрсетеді.

Балл	Деңгейі	Психологиялық сипаттамасы
9–20	Төмен	Агрессивті реакциялардың әлсіз көрінісі, өзін-өзі бақылаудың басымдығы.
21–32	Орташа	Стрестік жағдайларда агрессияның жағдайға байланысты көрініс беруі.
33–45	Жоғары	Ашық агрессивті мінез-құлыққа бейімділік, импульстарды бақылаудың төмен деңгейі

Ашу-ыза. Эмоционалдық тітіркенгіштіктің, ашушандықтың, ішкі шиеленістің, өзін-өзі бақылаудағы қиындықтардың және күшті аффективті реакцияларға бейімділіктің деңгейін көрсетеді.

Балл	Деңгейі	Психологиялық сипаттамасы
7–15	Төмен	Эмоционалдық тұрақтылық, ашуланшақтықтың төмен деңгейі.
16–25	Орташа	Эмоционалдық қозғыштықтың орташа деңгейі.
26–35	Жоғары	Айқын ашушандық, өзін-өзі реттеуде қиындықтардың болуы

Дұшпандық. Айналасындағыларға қатысты күмәнданудың, сенімсіздіктің, әділетсіздік сезімінің, өкпешілдіктің, жағымсыз көзқарастың және басқа адамдардың өзіне жаман ниетпен қарайтынына сенімділіктің бар екенін көрсетеді.

Балл	Деңгейі	Психологиялық сипаттамасы
8–18	Төмен	Айналасындағы адамдарға сеніммен қарайды.
19–29	Орташа	Кезең-кезеңімен күмәндану және сақтық таныту байқалады.

30–40	Жоғары	Адамдарға деген айқын сенімсіздік, өкпешілдік және жағымсыз көзқарастардың болуы.
-------	--------	---

Формула: агрессивтіліктің жалпы көрсеткіші =

= физикалық агрессия + ашу-ыза + дұшпандық

Балл	Агрессия деңгейі	Интерпретация
24–55	Төмен	Эмоционалдық тұрғыдан тұрақты, мінез-құлқын жеткілікті деңгейде бақылай алады, агрессивті реакцияларға бейімділігі төмен.
56–87	Орташа	Ашуланшақтықтың, жанжалға бейімділіктің және жағдайға байланысты агрессияның жекелеген көріністері байқалады.
88–120	Жоғары	Агрессивті, импульсивті, девиантты және деструктивті мінез-құлық түрлеріне айқын бейімділік байқалады.

Әдістеме нәтижелері бойынша психологиялық-педагогикалық сүйемелдеуді ұйымдастыру

Сауалнама нәтижелерін интерпретациялау білім алушының жас ерекшеліктерін, білім беру ортасының ерекшеліктерін, қазіргі өмірлік жағдайын, бақылау мен әңгімелесу нәтижелерін, сондай-ақ басқа психодиагностикалық әдістемелердің қорытындыларын ескере отырып, кешенді түрде жүргізілуі тиіс. Жекелеген шкалалар бойынша жоғары көрсеткіштер қорытынды жасауға негіз болмайды, алайда олар эмоционалдық шиеленістің, өзін-өзі реттеу қиындықтарының, жанжалды әрекет ету, жинақталған ішкі кернеудің немесе деструктивті мінез-құлық қаупінің бар екенін көрсетуі мүмкін.

Ерекше назар агрессияның жалпы көрсеткішіне ғана емес, сонымен қатар жекелеген шкалалардың (физикалық агрессия, ашу, дұшпандық) үйлесіміне және олардың уақыт өте келе тұрақтылығына аударылады. Интерпретация кезінде анықталған реакциялардың

жағдайлық сипатта екенін немесе білім алушының тұрақты мінез-құлық үлгісі екенін ескеру қажет.

Сары аймақ – бір шкала бойынша. Егер білім алушы тек бір шкала бойынша (физикалық агрессия, ашу немесе дұшпандық) жоғары көрсеткіш көрсетсе, жағдайды қосымша сапалық талдау ұсынылады. Анықталған ерекшеліктердің уақытша эмоционалдық қиындықтармен, жас ерекшелігіне байланысты дағдарыспен, жанжал жағдайымен, отбасылық немесе мектептегі қарым-қатынастың ерекшеліктерімен немесе тұрақты мінез-құлық үрдістерімен байланысты екенін нақтылау қажет.

Бұл жағдайда педагог-психологке төмендегілер ұсынылады:

- білім алушымен жеке әңгімелесу өткізу;
- динамикалық бақылау жүргізу;
- құрдастарымен және педагогтермен қарым-қатынасын талдау;
- эмоционалдық қиындықтардың сипатын нақтылау үшін қосымша диагностикалық әдістемелерді қолдану;
- эмоционалдық өзін-өзі реттеу және сындарлы қарым-қатынас дағдыларын қалыптастыруға бағытталған сыныппен алдын алу және дамыту жұмыстарын жүргізу.

Егер тұрақты жағымсыз көріністер байқалмаса, сүйемелдеуді алдын алу жұмыстармен және динамикалық бақылаумен шектеуге болады.

Сары аймақ – екі немесе одан да көп шкала бойынша. Егер жоғары көрсеткіштер бір уақытта екі немесе одан да көп шкала бойынша анықталса, бұл айқын эмоционалдық қолайсыздықты, өзін-өзі бақылаудағы қиындықтарды, жинақталған ішкі кернеуді немесе

жанжалға бейім тұрақты әрекет ету тәсілдерінің қалыптасуын көрсетуі мүмкін.

Мұндай жағдайларда мыналар ұсынылады:

- анықталған ерекшеліктердің сипатын нақтылау мақсатында қосымша психодиагностикалық әдістемелер жүргізу;
- бірнеше қолдау көрсететін әңгімелесулер ұйымдастыру;
- білім алушының эмоционалдық жағдайы мен мінез-құлқын жүйелі түрде бақылау;
- сыныппен жанжалдардың және агрессивті мінез-құлықтың алдын алуға бағытталған жұмыстар жүргізу;
- қажет болған жағдайда баланың эмоционалдық қолдауын күшейту және қауіпсіз тәрбиелік ортаны қалыптастыру мәселелері бойынша ата-аналармен (заңды өкілдерімен) өзара әрекет ету.

Бұл жағдайда психологиялық-педагогикалық сүйемелдеу тұрақты сипатта болуы және эмоционалдық шиеленісті төмендетуге, өзін-өзі реттеу дағдыларын және сындарлы мінез-құлықты дамытуға бағытталуы тиіс.

Қызыл аймақ. Бір немесе бірнеше шкала бойынша жоғары көрсеткіштер міндетті түрде қосымша талдауды және әңгімелесу, бақылау, сондай-ақ басқа диагностикалық рәсімдер арқылы нәтижелерді растауды талап етеді. Мұндай нәтижелер эмоционалды өзін-өзі реттеудегі айқын қиындықтарды, жоғары ішкі кернеуді, импульсивтілікті, тұрақты жанжалға бейімділікті, деструктивті әрекет етуге бейімділікті, ал кейбір жағдайларда аутоагрессивті немесе девиантты мінез-құлық қаупін көрсетуі мүмкін.

Егер айқын эмоционалдық және мінез-құлық қиындықтары расталса, білім алушыға:

- жеке түзете-дамыту бағдарламасын әзірлеу;
- жүйелі психологиялық-педагогикалық сүйемелдеуді ұйымдастыру;
- тұрақты жеке консультациялар өткізу;
- эмоционалдық интеллектті, өзін-өзі бақылауды және эмоцияларды қауіпсіз білдіру тәсілдерін дамытуға бағытталған іс-шараларды енгізу;
- білім алушының отбасымен жұмыс жүргізу;
- қажет болған жағдайда сүйемелдеу қызметінің басқа мамандарын (әлеуметтік педагогті, медицина қызметкерін, психологиялық-медициналық-педагогикалық консультацияны (ПМПК), денсаулық сақтау ұйымдарының мамандарын және т.б.) қосу ұсынылады.

Физикалық агрессияның жоғары деңгейі айқын дұшпандықпен және өзін-өзі бақылаудың төмен деңгейімен қатар байқалатын жағдайларға ерекше назар аудару қажет. Себебі мұндай үйлесім жанжалға бейім, қоғамға жат немесе деструктивті мінез-құлық қаупінің жоғары екенін көрсетуі мүмкін.

«ПСИХИКАЛЫҚ КҮЙЛЕРДІ ӨЗІН-ӨЗІ БАҒАЛАУ»

ӘДІСТЕМЕСІ

Автор Г. Айзенк

Г. Айзенк әдістемесі тұлғаның психоэмоционалдық жағдайының ерекшеліктерін анықтауға арналған және мазасыздық, фрустрация, агрессивтілік және ригидтілік сияқты күйлердің айқындық деңгейін

бағалауға мүмкіндік береді. Сауалнама эмоционалдық тұрақтылықты, күйзелісті жағдайларға жауап беру ерекшеліктерін және ішкі психологиялық шиеленіс деңгейін анықтау үшін қолданылады.

Мақсатты аудитория: 6–11 сыныптар/колледждің 1-2 курстары.

Нұсқаулық

Сізге мінез-құлықтың, эмоционалдық жағдайдың және өмірлік жағдайларға көзқарастың әртүрлі ерекшеліктерін сипаттайтын тұжырымдар ұсынылады. Әрбір тұжырымды мұқият оқып шығып, оның сіздің әдеттегі жағдайыңыз бен мінез-құлқыңызға қаншалықты сәйкес келетінін бағалаңыз.

Тек бір жауап нұсқасын таңдаңыз:

2 – толық сәйкес келеді;

1 – ішінара сәйкес келеді;

0 – сәйкес келмейді.

Сауалнамада дұрыс немесе бұрыс жауаптар жоқ. Әрбір тұжырымға ұзақ ойланбай, шынайы жауап беруге тырысыңыз. Жауаптарыңыз сіздің нақты көңіл-күйіңіз бен мінез-құлқыңызды көрсетуі маңызды.

№	Тұжырымдар	2	1	0
1	Өзіме сенімділікті сезінбеймін			
2	Ұсақ-түйекке бола жиі қызарып кетемін			
3	Ұйқым мазасыз			
4	Көңілім тез түседі			
5	Болуы мүмкін қиындықтар туралы жиі алаңдаймын			
6	Қиындықтар мені қорқытады			
7	Өзімнің кемшіліктерімді жиі ойлаймын			
8	Мені оңай көндіруге болады			
9	Мен күмәншілмін			
10	Күтуді әрең көтеремін.			
11	Кейде шешімі бар жағдайлардың өзін тығырыққа тірелгендей көремін			
12	Қиындықтар мені қатты күйзелтеді			
13	Үлкен қиындықтар болғанда, өзімді кінәлауға бейіммін			
14	Бақытсыздықтар мен сәтсіздіктер маған еш сабақ болмайды			

15	Күресті нәтижесіз деп санап, одан жиі бас тартамын			
16	Өзімді жиі қорғансыз сезінемін			
17	Кейде үмітсіздік күйін сезінемін			
18	Қиындықтар алдында абдырап қаламын			
19	Қиын сәттерде мені аяғанын қалаймын			
20	Мінезімдегі кемшіліктерді түзету мүмкін емес деп есептеймін			
21	Соңғы сөзді өзімде қалдырғанды ұнатамын			
22	Өңгімелесушінің сөзін жиі бөліп жіберемін			
23	Мені оңай ашуландыруға болады			
24	Басқаларға ескерту жасағанды ұнатамын			
25	Басқалар үшін беделді адам болғым келеді			
26	Азға қанағаттанбаймын, көп нәрсеге ұмтыламын			
27	Ашулансам, өзімді әрең ұстаймын			
28	Бағынғаннан гөрі, басшылық еткенді қалаймын			
29	Қимыл-қозғалысым өткір, сәл дөрекілеу			
30	Мен кекшілмін			
31	Маған әдеттерімді өзгерту қиын			
32	Назарымды басқа нәрсеге аудару оңай емес			
33	Жаңа нәрсенің бәріне сақтықпен қараймын			
34	Мені қайта иландыру қиын			
35	Кейбір мазалайтын ойлар санамнан кетпей қояды			
36	Адамдармен жақын араласу маған оңай емес			
37	Жоспардың аз ғана бұзылуының өзі мені ренжітеді			
38	Қырсықтық танытатын кездерім жиі болады			
39	Тәуекелге баруға құлықсызбын			
40	Күн тәртібінің бұзылуын қатты уайымдаймын			

БАЛДАРДЫ ЕСЕПТЕУ

Әрбір шкала бойынша жиналған балдар жеке-жеке қосылады.

Әр шкала бойынша ең жоғары көрсеткіш – 20 балл.

2 балл – толық сәйкес келеді;

1 балл – ішінара сәйкес келеді;

0 балл – сәйкес келмейді.

Шкала	Сұрақ нөмірлері
Мазасыздық	1–10
Фрустрация	11–20
Агрессивтілік	21–30
Ригидтілік	31–40

НӘТИЖЕЛЕРДІ ТҮСІНДІРУ

Мазасыздық шкаласы	Фрустрация шкаласы	Агрессивтілік шкаласы	Ригидтілік шкаласы	Балл
Мазасыздықтың төмен деңгейі	Сәтсіздіктерге жоғары төзімділік, өзіне сенімділік	Сабырлылық, эмоциясын ұстай білу	Мінез-құлықтың икемділігі, бір әрекеттен екіншісіне оңай ауыса білу	0–7
Мазасыздықтың орташа (рұқсат етілетін) деңгейі	Фрустрацияның орташа деңгейі	Агрессивтіліктің орташа деңгейі	Ригидтіліктің орташа деңгейі	8–14
Мазасыздықтың жоғары деңгейі	Жоғары фрустрация, сәтсіздіктен қорқу, қиындықтардан қашқақтау	Жоғары агрессивтілік, импульсивтілік, қарым-қатынас жасаудағы қиындықтар	Айқын ригидтілік, өзгерістерге бейімделудегі қиындықтар	15–20

Нәтижелер әрбір шкала бойынша жеке-жеке интерпретацияланады.

Мазасыздық шкаласы. Мазасыздық шкаласы ішкі шиеленіс деңгейін, алаңдаушылықты, өзіне деген сенімсіздікті және әртүрлі өмірлік жағдайларды эмоционалдық тұрғыдан қауіпті деп қабылдау бейімділігін көрсетеді. Білім алушылардағы жоғары мазасыздық тұрақты уайымдау, қателесуден қорқу, айналасындағылардың бағасына шамадан тыс сезімталдық, күту кезіндегі қиындықтар және өз мүмкіндіктеріне деген сенімнің төмендеуі арқылы көрінуі мүмкін.

Бұл шкала бойынша жоғары көрсеткіштер көбіне эмоционалдық кажумен, зейіннің шоғырлануының бұзылуымен, оқу мотивациясының төмендеуімен және тез шаршаумен қатар жүреді. Мектеп жағдайында мазасыздық бейімделуді, құрдастарымен қарым-қатынасты және оқу

үдерісіне қатысуды қиындатуы мүмкін. Ұзақ уақытқа созылған эмоционалдық ширығу психоэмоционалдық қолайсыздықтың және мектепке бейімделмеудің даму қаупін арттырады.

Фрустрация шкаласы. Фрустрация шкаласы білім алушының қиындықтарға, сәтсіздіктерге және күйзелісті жағдайларға төзімділік деңгейін көрсетеді. Фрустрацияның жоғары деңгейі дәрменсіздік сезімімен, қиындықтарды жеңуге тез бас тартуға бейімділікпен, өз мүмкіндіктеріне сенімнің төмендеуімен және сәтсіздіктерге жоғары сезімталдықпен көрінуі мүмкін.

Айқын фрустрациясы бар білім алушылар қателіктерді ауыр қабылдайды, ескертулерге сезімтал келеді, күрделі тапсырмалардан қашқақтайды және оқу белсенділігінің төмендеуін көрсетуі мүмкін. Мұндай жағдай көбіне эмоционалдық шиеленіспен, мазасыздықпен және ынтаның төмендеуімен қатар жүреді. Фрустрация ұзақ уақыт сақталған жағдайда үмітсіздік сезімі, эмоционалдық қажу және әлеуметтік енжарлық қалыптасуы мүмкін.

Агрессивтілік шкаласы. Агрессивтілік шкаласы ашушаңдық деңгейін, импульсивтілікті, жанжалға бейімділікті және эмоцияларды бақылау ерекшеліктерін бағалауға мүмкіндік береді. Жоғары көрсеткіштер өзін-өзі реттеу қиындықтарын, жоғары эмоционалдық қозғыштықты, жинақталған ішкі шиеленіс немесе күйзелісті жағдайларда агрессивті әрекет ету тәсілдерін қолдануды көрсетуі мүмкін.

Білім беру ортасында бұл жанжалға жақын болуынан, ашуланудың кенеттен көрінуі, дөрекілік, құрдастарымен және ересектермен қарым-қатынастың бұзылуы арқылы байқалуы мүмкін. Агрессивті реакциялар көбіне ішкі эмоционалдық қолайсыздықтың, мазасыздықтың немесе психологиялық қауіпсіздіктің жеткіліксіздігін

сезінудің қорғаныс түрі екенін ескеру маңызды. Агрессивтіліктің жоғары деңгейі мұндай реакциялардың себептерін міндетті түрде талдауды және қоршаған орта факторларын бағалауды талап етеді.

Ригидтілік шкаласы. Ригидтілік шкаласы психологиялық икемділік деңгейін, өзгерістерге бейімделу және әртүрлі іс-әрекет пен эмоционалдық күйлер арасында ауыса білу қабілетін көрсетеді. Жоғары көрсеткіштер жаңа жағдайларды қабылдаудағы қиындықтарды, уайымдарға шамадан тыс берілуді, қалыптасқан тәртіптің өзгеруіне жоғары сезімталдықты және мінез-құлықты өзгерту қиындығын білдіреді.

Айқын ригидтілігі бар білім алушыларда жаңа талаптарға бейімделудің қиындауы, эмоцияларға ұзақ берілу, қырсықтық, жаңалыққа сақтықпен қарау және үйреншікті тәртіптің бұзылуына жоғары сезімталдық байқалуы мүмкін. Мектеп жағдайында бұл бейімделуді, құрдастарымен қарым-қатынасты және өзгерістерді қабылдауды қиындатады. Ригидтілік мазасыздықпен немесе агрессивтілікпен қатар байқалған жағдайда эмоционалдық ширығу мен бейімделмеу қаупі артады.

Әдістеме нәтижелері бойынша сүйемелдеуді ұйымдастыру

Төмен және жеке жоғарылаған көрсеткіштер (1–2 шкала бойынша орташа деңгей). Егер орташа жоғары көрсеткіштер тек бір немесе екі шкала бойынша анықталса, эмоционалдық тұрақтылықты, өзін-өзі реттеу және сындарлы қарым-қатынас дағдыларын дамытуға бағытталған жалпы алдын алу психологиялық-педагогикалық жұмыстарды жүргізу ұсынылады. Бұл жағдайда:

- білім алушының эмоционалдық жағдайын динамикада бақылау;

- жеке алдын алу әңгімелесулер өткізу;
- қажет болған жағдайда қосымша диагностикалық әдістемелерді қолдану;
- сыныппен эмоционалдық өзін-өзі реттеу және күйзеліске төзімділік дағдыларын дамытуға бағытталған топтық жұмыстар жүргізу ұсынылады.

Сүйемелдеу алдын алу сипатта болады және эмоционалдық қиындықтардың одан әрі күшеюінің алдын алуға бағытталады.

Айқын орташа көрсеткіштер (3–4 шкала бойынша орташа деңгей). Егер бірнеше шкала бойынша бір мезгілде орташа деңгей анықталса, бұл кешенді эмоционалдық шиеленісті, бейімделу қиындықтарын және күйзелісті еңсеруге қажетті ішкі ресурстардың жеткіліксіздігін көрсетуі мүмкін. Мұндай жағдайда:

- жүйелі түрде жеке әңгімелесулер өткізу;
- динамикада тереңдетілген жеке диагностика жүргізу;
- білім алушының мінез-құлқы мен эмоционалдық жағдайын бақылау;
- сыныппен алдын алу және түзете-дамыту жұмыстарын ұйымдастыру;
- қолдаушы орта қалыптастыру мақсатында педагогтермен және ата-аналармен өзара әрекет ету ұсынылады.

Жұмыс эмоционалдық ширығуды төмендетуге, бейімделу ресурстарын дамытуға және бейімделмеген мінез-құлықтың алдын алуға бағытталуы тиіс.

Жоғары көрсеткіштер (бір немесе бірнеше шкала бойынша қызыл аймақ). Кез келген шкала бойынша жоғары көрсеткіштер әңгімелесу, бақылау және қосымша психодиагностикалық әдістемелер арқылы нәтижелерді міндетті түрде қосымша талдауды және растауды талап етеді. Мұндай нәтижелер айқын психоэмоционалдық шиеленісті, өзін-өзі реттеу қиындықтарын, бейімделу механизмдерінің бұзылуын және эмоционалдық қолайсыздық қаупін көрсетуі мүмкін. Егер тұрақты қиындықтар расталса, мыналар ұсынылады:

- жеке түзету-дамыту бағдарламасын әзірлеу;
- жүйелі психологиялық-педагогикалық сүйемелдеуді ұйымдастыру;
- білім алушымен тұрақты жеке жұмыс жүргізу;
- отбасымен және педагогтермен жұмыс ұйымдастыру;
- қажет болған жағдайда сүйемелдеу қызметінің басқа мамандарын тарту.

Түзету жұмыстары эмоционалдық жағдайды тұрақтандыруға, өзін-өзі реттеу дағдыларын дамытуға, күйзеліске төзімділікті арттыруға және қиын жағдайларда әрекет етудің тәсілдерін қалыптастыруға бағытталуы тиіс.

ФИЛЛИПСТІҢ МЕКТЕПТЕГІ МАЗАСЫЗДЫҚ ТЕСТІ

Авторы: Б. Н. Филлипс

Филлипстің мектептегі мазасыздық әдістемесі білім алушылардың мектептегі мазасыздық деңгейі мен құрылымын анықтауға арналған. Сауалнама баланың оқу әрекетіне, құрдастарымен және педагогтермен қарым-қатынасына эмоционалдық көзқарасын анықтауға, сондай-ақ мектептегі ширығудың және психологиялық

жайсыздықтың негізгі себептерін айқындауға мүмкіндік береді. Әдістеме психологиялық-педагогикалық сүйемелдеу жүйесінде бейімделу қиындықтарын, эмоционалдық қолайсыздықты және мектепке бейімделмеу қаупінің факторларын ерте анықтау үшін кеңінен қолданылады.

Мақсатты аудитория: 5-сынып.

Нұсқаулық

Балалар, мектепте өздеріңізді қалай сезінетіндеріңіз туралы сұрақтардан тұратын сауалнаманы мұқият оқып шығыңыздар. Жауаптарыңыз шынайы әрі адал болсын. Бұл жерде дұрыс немесе бұрыс, жақсы немесе жаман жауап жоқ. Сұрақтарға ұзақ ойланбай жауап беріңіздер.

Жауап парағының жоғарғы жағына өзіңіздің аты-жөніңізді және сыныбыңызды жазыңыз. Әр сұраққа жауап бергенде оның нөмірін және жауапты белгілеңіз:

«+» – егер келіссеңіз;

«-» – егер келіспесеңіз.

№	СҰРАҚ	ИӘ	ЖОҚ
1	Саған бүкіл сыныппен бірдей деңгейде оқу қиын ба?		
2	Мұғалім білімінді тексеретінін айтқанда, мазаланасың ба?		
3	Мұғалім талап еткендей сабақта жұмыс істеу саған қиын ба?		
4	Кейде түсінде мұғалім сабақты білмегенің үшін саған қатты ашуланатынын көресің бе?		
5	Сыныптастарыңның бірі сені ұрған немесе соққан жағдай болды ма?		
6	Мұғалім жаңа тақырыпты сен толық түсінгенше асықпай түсіндірсе екен деп жиі қалайсың ба?		
7	Сабақта жауап бергенде немесе тапсырма орындағанда қатты қобалжисың ба?		
8	Сабақта қате жіберіп қоямын деп қорқып, өз ойыңды айтуға жасқанасың ба?		
9	Жауап беруге шақырғанда тізең дірілдей ме?		
10	Әртүрлі ойындар ойнағанда сыныптастарың саған жиі күле ме?		
11	Кейде өзің күткеннен төмен баға алып қаласың ба?		

12	Екінші жылға қалып қоямын ба деп уайымдайсың ба?		
13	Әдетте сені таңдамайтындықтан, таңдау жасалатын ойындардан қашқақтайсың ба?		
14	Жауап беруге шақырғанда кейде тұла бойың дірілдей ме?		
15	Кейде сыныптастарыңның ешқайсысы сен қалаған нәрсені қаламайтындай сезімде боласың ба?		
16	Тапсырманы орындауға кіріспес бұрын қатты қобалжисың ба?		
17	Ата-анаң күткен бағаларды алу саған қиын ба?		
18	Кейде сабақта өзінді жайсыз сезініп қаламын деп қорқасың ба?		
19	Жауап беру кезінде қате жіберсең, сыныптастарың күледі деп ойлайсың ба?		
20	Өзінді сыныптастарыңа ұқсаймын деп есептейсің бе?		
21	Тапсырманы орындап болған соң, оны жақсы орындадым ба деп алаңдайсың ба?		
22	Сабақта жұмыс істегенде бәрін жақсы есте сақтайтынына сенімдісің бе?		
23	Кейде түсінде мектепте болып, мұғалімнің сұрағына жауап бере алмай жатқаныңды көресің бе?		
24	Сыныптастарыңның көпшілігі саған достық қарым-қатынас жасайды деген рас па?		
25	Егер жұмысыңның нәтижесі сыныптастарыңның нәтижесімен салыстырылатынын білсең, көбірек тырысасың ба?		
26	Сенен сұрағанда азырақ қобалжысам екен деп жиі армандайсың ба?		
27	Кейде біреумен сөз таластырудан қорқасың ба?		
28	Мұғалім сабаққа дайындығыңды тексеретінін айтқанда, жүрегің қатты соға бастай ма?		
29	Жақсы баға алғанда, достарыңның бірі «мақтанғың келеді» деп ойлайды ма?		
30	Сыныпта ерекше көңіл бөлінетін оқушылармен бірге жүргенде өзінді жақсы сезінесің бе?		
31	Кейбір сыныптастарың сені ренжітетін сөздер айта ма?		
32	Сабақты игере алмайтын оқушыларға өзгелердің көзқарасы өзгереді деп ойлайсың ба?		
33	Сыныптастарыңның көбі саған назар аудармайтын сияқты көріне ме?		
34	Өзінді күлкілі болып көрінемін деп жиі қорқасың ба?		
35	Мұғалімдердің саған деген қарым-қатынасына көңілің тола ма?		
36	Анаң басқа сыныптастарыңның аналары сияқты мектептегі кештерді ұйымдастыруға көмектесе ме?		
37	Басқалардың сен туралы не ойлайтыны сені мазалаған кездер болды ма?		
38	Болашақта бұрынғыдан да жақсы оқимын деп үміттенесің бе?		

39	Мектепке сыныптастарың сияқты жақсы киініп келемін деп ойлайсың ба?		
40	Сабақта жауап беріп тұрған кезде өзгелер мен туралы не ойлап тұр екен деп жиі ойлайсың ба?		
41	Жақсы оқитын оқушылардың басқа балаларда жоқ ерекше құқықтары бар деп ойлайсың ба?		
42	Сен олардан жақсырақ болғанда, кейбір сыныптастарың ашулана ма?		
43	Сыныптастарыңның саған деген қарым-қатынасына көңілің тола ма?		
44	Мұғаліммен оңаша қалғанда өзінді жақсы сезінесің бе?		
45	Кейде сыныптастарың сенің сырт келбетінді немесе мінез-кұлқыңды мазақ ете ме?		
46	Мектептегі істеріңе басқа балаларға қарағанда көбірек алаңдаймын деп ойлайсың ба?		
47	Егер сұраққа жауап бере алмасаң, жылап жіберетіндей күйде боласың ба?		
48	Кешке төсекте жатқанда ертең мектепте не болады деп уайымдайсың ба?		
49	Қиын тапсырманы орындап жатқанда, бұрын жақсы білген нәрселерінді мүлде ұмытып қалғандай боласың ба?		
50	Тапсырма орындап отырғанда қолың аздап дірілдей ме?		
51	Мұғалім сыныпқа тапсырма беретінін айтқанда, қобалжи бастайсың ба?		
52	Мектепте білімінді тексеруден қорқасың ба?		
53	Мұғалім тапсырма беретінін айтқанда, оны орындай алмай қаламын деп қорқасың ба?		
54	Кейде түсінде сыныптастарың сен істей алмайтын нәрсені істей алады деп көресің бе?		
55	Мұғалім тақырыпты түсіндіргенде, сыныптастарың оны сенен жақсырақ түсінетіндей болып көріне ме?		
56	Мектепке бара жатқанда мұғалім бақылау жұмысын береді деп алаңдайсың ба?		
57	Тапсырма орындағанда оны дұрыс орындамай жатырмын деген сезім жиі бола ма?		
58	Мұғалім тақтаға шығып тапсырма орындауды сұрағанда, қолың аздап дірілдей ме?		

НӘТИЖЕЛЕРДІ ӨНДЕУ ЖӘНЕ ТҮСІНДІРУ

№	МАЗАСЫЗДЫҚ ФАКТОРЫ	Сұрақ нөмірлері	Сұрақ саны (Σ)
1	Мектептегі жалпы мазасыздық	2, 4, 7, 12, 16, 21, 23, 26, 28, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58	22
2	Әлеуметтік күйзелісті бастан кешіру	5, 10, 15, 20, 24, 30, 33, 36, 39, 42, 44	11

3	Табысқа жету қажеттілігінің фрустрациясы	1, 3, 6, 11, 17, 19, 25, 29, 32, 35, 38, 41, 43	13
4	Өзін-өзі білдіруден қорқу	27, 31, 34, 37, 40, 45	6
5	Білімді тексеру жағдайынан қорқу	2, 7, 12, 16, 21, 26	6
6	Айналасындағылардың үмітіне сай келмеуден қорқу	3, 8, 13, 17, 22	5
7	Стреске физиологиялық төзімділіктің төмендігі	9, 14, 18, 23, 28	5
8	Мұғалімдермен қарым-қатынастағы мәселелер мен қорқыныштар	2, 6, 11, 32, 35, 41, 44, 47	8

Нәтижелерді түсіндіру

Сұрақ түрі	Сұрақ нөмірлері	Мазасыздықты есептеу тәсілі
Тікелей (мазасыздық белгілерін көрсететін сұрақтар)	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 21, 23, 25, 26, 27, 28, 29, 31, 32, 33, 34, 37, 40, 41, 42, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58	«Иә» жауабы = 1 мазасыздық ұпайы, «Жоқ» жауабы = 0 ұпай.
Кері (ресурстық, қорғаныс сипаттағы тұжырымдар)	20, 22, 24, 30, 35, 36, 38, 39, 43, 44	«Жоқ» жауабы = 1 мазасыздық ұпайы, «Иә» жауабы = 0 ұпай.

Мектептегі мазасыздықтың жалпы деңгейі

Деңгей	Балл саны	Интерпретация
Жасыл аймақ	0–28 балл	Мектептегі мазасыздық айқын емес. Бала жалпы оқу жағдайына жақсы бейімделген, оқу және әлеуметтік жүктемелерді еңсере алады. Жасына сәйкес жағдайлық мазасыздықтар болуы мүмкін.
Сары аймақ	29–43 балл	Мектептегі мазасыздықтың жоғарылаған деңгейі байқалады. Білім алушыда эмоционалдық шиеленіс, өзіне сенімсіздік, қателесуден қорқу, айналасындағылардың бағасына жоғары сезімталдық, бейімделу қиындықтары немесе құрдастарымен және педагогтермен қарым-қатынаста шиеленіс байқалуы мүмкін. Мазасыздық факторларын нақтылау және қосымша бақылау қажет
Қызыл аймақ	44–58 балл	Айқын мектептегі мазасыздық баланың эмоционалдық жағдайына, оқу мотивациясына, өзін-өзі бағалауына

		және әлеуметтік бейімделуіне теріс әсер етеді. Психосоматикалық белгілер, эмоционалдық қажу, оқу жағдайларынан қашқақтау, бағаланудан қорқу, мектепке бейімделмеу белгілері байқалуы мүмкін. Жүйелі психологиялық-педагогикалық көмек пен сүйемелдеу қажет.
--	--	---

МАЗАСЫЗДЫҚ ФАКТОРЛАРЫ БОЙЫНША ТҮСІНДІРМЕ

№	КӨРСЕТКІШ	ШЕКТІК МӘНДЕР		
		Қызыл аймақ	Сары аймақ	Жасыл аймақ
1	Мектептегі жалпы мазасыздық	17–22	11–16	0–10
2	Әлеуметтік күйзелісті бастан кешіру	8–11	5–7	0–4
3	Табысқа жету қажеттілігінің фрустрациясы	10–13	6–9	0–5
4	Өзін-өзі білдіруден қорқу	5–6	3–4	0–2
5	Білімді тексеру жағдайынан қорқу	5–6	3–4	0–2
6	Айналасындағылардың үмігіне сай келмеуден қорқу	4–5	2–3	0–1
7	Стреске физиологиялық төзімділіктің төмендігі	4–5	2–3	0–1
8	Мұғалімдермен қарым-қатынастағы мәселелер мен қорқыныштар	6–8	4–5	0–3

Мектептегі жалпы мазасыздық. Бұл көрсеткіш білім алушының мектеп ортасына байланысты жалпы эмоционалдық жағдайын сипаттайды. Жоғары көрсеткіштер ішкі шиеленісті, тұрақты алаңдаушылықты және оқу үдерісіндегі эмоционалдық жайсыздықты білдіруі мүмкін. Балада мектепке бейімделу қиындықтары, тез шаршау және мектептегі психологиялық қауіпсіздік сезімінің төмендеуі байқалуы мүмкін.

Әлеуметтік күйзелісті бастан кешіру. Бұл шкала баланың құрдастарымен қарым-қатынасты және ұжымдағы өз орнын қаншалықты шиеленіспен қабылдайтынын көрсетеді. Жоғары көрсеткіштер жалғыздық сезімін, қарым-қатынас кезіндегі мазасыздықты, қабылданбау сезімін немесе жанжалға бейімділікті

көрсетуі мүмкін. Достық қарым-қатынас орнатуда қиындықтар және айналасындағылардың бағасына жоғары сезімталдық байқалуы ықтимал.

Жетістікке жету қажеттілігінің фрустрациясы. Бұл көрсеткіш нәтижеге қол жеткізуге және сәтсіздіктерді бастан кешіруге байланысты ішкі шиеленістің бар екенін көрсетеді. Жоғары көрсеткіштер қателесуден қорқуды, өзіне деген сенімнің төмендеуін және жетістікке жете алмаймын деген сезімді білдіруі мүмкін. Балада қиындықтардан қашқақтау мінез-құлқы мен оқу мотивациясының төмендеуі қалыптасуы ықтимал.

Өзін-өзі көрсету қорқынышы. Бұл шкала өз ойын айту, қабілетін көрсету немесе өзін таныту қажет болатын жағдайлардағы мазасыздық деңгейін көрсетеді. Жоғары көрсеткіштер өзіне сенімсіздікті, сыннан қорқуды және өзгелердің алдында күлкілі болып көрінуден қауіптенуді білдіреді. Бала белсенділік танытудан, бастама көтеруден және көпшілік алдында сөйлеуден қашуы мүмкін.

Білімді тексеру жағдайынан қорқу. Бұл көрсеткіш білім алушының бақылау жұмыстары, тақтаға жауап беру, емтихандар және білімді бағалау жағдайларындағы эмоционалдық реакциясын сипаттайды. Жоғары көрсеткіштер қатты қобалжуды, қателесуден қорқуды және білімді тексеру кезінде ішкі шиеленістің жоғары деңгейін көрсетеді. Бұл оқу жетістігіне және өзіне деген сенімге кері әсер етуі мүмкін.

Айналасындағылардың үмітіне сай келмеуден қорқу. Бұл шкала баланың айналасындағылардың пікіріне тәуелділік дәрежесін және теріс баға алудан қорқу деңгейін көрсетеді. Жоғары көрсеткіштер сынға жоғары сезімталдықты, ересектер мен құрдастарының үмітін

үнемі ақтауға ұмтылысты білдіруі мүмкін. Бала басқалардың көңілін қалдырудан қорқып, мазасыздануы ықтимал.

Күйзеліске физиологиялық төзімділіктің төмендігі. Бұл көрсеткіш баланың күйзелісті жағдайларға психофизиологиялық реакциясының ерекшеліктерін сипаттайды. Жоғары көрсеткіштер тез шаршаумен, эмоционалдық тұрақсыздықпен, психосоматикалық реакциялармен және күйзеліске төзімділіктің төмендеуімен қатар жүруі мүмкін. Шиеленісті жағдайларда балаға эмоционалдық тепе-теңдік пен өзін-өзі бақылауды сақтау қиын болуы ықтимал.

Мұғалімдермен қарым-қатынастағы мәселелер мен қорқыныштар. Бұл шкала баланың педагогтермен өзара қарым-қатынасын эмоционалдық тұрғыдан қалай қабылдайтынын көрсетеді. Жоғары көрсеткіштер сыннан қорқуды, ішкі шиеленісті, өзіне әділетсіз қарады деген сезімді немесе мұғалімдер тарапынан қолдау сезімінің жоқтығын білдіруі мүмкін. Бұл оқу ынтасының, өзіне деген сенімнің және мектептегі эмоционалдық жайлылықтың төмендеуіне әкелуі мүмкін.

СҮЙЕМЕЛДЕУДІ ҰЙЫМДАСТЫРУ

Жасыл аймақ. Эмоционалдық тұрақтылықты, өзіне деген сенімділікті және мектеп ортасына бейімделу дағдыларын дамытуға бағытталған жалпы алдын алу жұмыстары жүргізу ұсынылады.

Сары аймақ. Білім алушыны динамикада бақылау, қосымша әңгімелесулер өткізу, нақтылау диагностикасын жүргізу және анықталған мазасыздық факторлары бойынша алдын алу жұмыстарын ұйымдастыру қажет. Қажет болған жағдайда сыныппен, педагогтермен және ата-аналармен жұмыс жүргізіледі.

Қызыл аймақ Білім алушыда мектептегі мазасыздықтың айқын деңгейі анықталады. Бұл жағдай 5-сыныпқа көшу кезеңіндегі

бейімделмеу белгілерімен қатар жүруі мүмкін (оқуға деген сенімнің төмендеуі, пәндік оқытудың жаңа талаптарына бейімделу қиындығы, бірнеше мұғаліммен қарым-қатынастағы шиеленісті, бағалаудан және қателесуден қорқу, қашқақтау мінез-құлқының байқалуы). Мұндай жағдай эмоционалдық ахуалды тұрақтандыруға, бейімделу дағдыларын қалыптастыруға және ішкі шиеленісті төмендетуге бағытталған белсенді психологиялық-педагогикалық сүйемелдеуді қажет етеді.

Жеке психологиялық-педагогикалық сүйемелдеу бағдарламасын әзірлеу, жүйелі түзете-дамыту жұмыстарын жүргізу, баланың эмоционалдық жағдайын тұрақты диагностикалау және білім беру үдерісіне қатысушылардың барлығымен өзара әрекет ету қажет.

Егер бейімделмеу айқын байқалса немесе эмоционалдық қолайсыздық тұрақты сипат алса, балаға көмек көрсету үшін мамандар кешенді түрде жұмыс істейді:

- педагог-психолог – мазасыздықпен, эмоциялармен және мінез-құлықпен жұмыс жүргізеді;
- сынып жетекшісі – баланың мектептегі жағдайын бақылап, сыныпта қолдау көрсетеді;
- әлеуметтік педагог – отбасындағы жағдайды және әлеуметтік ортаны бағалайды;
- қажет болған жағдайда – медицина қызметкері немесе мектеп дәрігері (денсаулыққа шағымдар, күйзеліс реакциялары, ұйқының бұзылуы және т.б. болған кезде) тартылады.

Үмітсіздік шкаласы

Автор Аарон Бек

Бұл әдістеме адамның өзінің болашағын қалай қабылдайтынын және өмірлік перспективаларына қатысты орын алатын келеңсіздіктердің қаншалықты айқын екенін бағалауға арналған. Әдістеме жағымсыз көзқарастардың деңгейін, үміттің жоғалуын және өмірлік жағдайды өзгерту мүмкін емес деген субъективті сезімді анықтауға мүмкіндік береді. Ол психологиялық тәжірибеде эмоционалдық қолайсыздықтың және суицидтік қауіптің жоғарылауын жанама түрде көрсететін сенімді көрсеткіштердің бірі ретінде кеңінен қолданылады.

Мақсатты аудитория: 6–11 сынып оқушылары/колледждің 1-2 курстары.

Нұсқаулық

Төменде Сіздің болашағыңызға қатысты 20 тұжырым берілген. Әрбір тұжырымды мұқият оқып шығып, қазіргі кездегі сезіміңізді ең дәл сипаттайтын жауапты белгілеңіз.

Егер тұжырыммен келіссеңіз, «ДҰРЫС» деген сөзді, ал келіспесеңіз, «ДҰРЫС ЕМЕС» деген сөзді дөңгелектеп белгілеңіз. Бұл сауалнамада дұрыс немесе бұрыс жауап жоқ. Әр тұжырымға ұзақ ойланып отырмай, алғашқы ойыңызға сәйкес жауап беруге тырысыңыз.

№	Тұжырымдар	Жауаптары	
1	Мен болашақты үмітпен және ынтамен күтемін.	Дұрыс	Дұрыс емес
2	Менің берілгенім дұрыс, өйткені жағдайды жақсы жаққа өзгерте алмаймын.	Дұрыс	Дұрыс емес
3	Істерім сәтсіз болып жатқанда, «бұл мәңгі жалғаса бермейді» деген ой маған күш береді.	Дұрыс	Дұрыс емес
4	Мен 10 жылдан кейінгі өмірімнің қандай болатынын елестете алмаймын.	Дұрыс	Дұрыс емес

5	Мен үшін ең маңызды істерді аяқтауға жеткілікті уақытым бар.	Дұрыс	Дұрыс емес
6	Болашақта өзіме ең ұнайтын істе жетістікке жетемін деп үміттенемін.	Дұрыс	Дұрыс емес
7	Болашақ маған қараңғы болып көрінеді.	Дұрыс	Дұрыс емес
8	Мен өмірде орташа адамға қарағанда көбірек жақсылыққа ие боламын деп үміттенемін.	Дұрыс	Дұрыс емес
9	Мен үшін ешқандай үміт сәулесі жоқ және оның болашақта пайда болатынына сенуге себеп жоқ.	Дұрыс	Дұрыс емес
10	Өткен өмірлік тәжірибем мені болашаққа жақсы дайындады.	Дұрыс	Дұрыс емес
11	Алдымнан қуаныштан гөрі қиындық көбірек күтіп тұрғандай көрінеді.	Дұрыс	Дұрыс емес
12	Мен шын мәнінде қалаған нәрсеме қол жеткіземін деп үміттенбеймін.	Дұрыс	Дұрыс емес
13	Болашаққа көз жүгірткенде, қазіргіден де бақытты боламын деп үміттенемін.	Дұрыс	Дұрыс емес
14	Істерім өзім қалағандай болып жатқан жоқ.	Дұрыс	Дұрыс емес
15	Мен өз болашағыма нық сенемін.	Дұрыс	Дұрыс емес
16	Мен ешқашан өз қалағаныма жете алмаймын, сондықтан бір нәрсені қалау бос әурешілік.	Дұрыс	Дұрыс емес
17	Болашақта шынайы қанағат сезімін алуым екіталай.	Дұрыс	Дұрыс емес
18	Болашақ маған бұлыңғыр әрі белгісіз болып көрінеді.	Дұрыс	Дұрыс емес
19	Болашақта мені жаман күндерден гөрі жақсы күндер көбірек күтеді.	Дұрыс	Дұрыс емес
20	Қалаған нәрсеге қол жеткізуге тырысудың қажеті жоқ, өйткені оған бәрібір жете алмайтын шығармын.	Дұрыс	Дұрыс емес

Бектің үмітсіздік шкаласы болашаққа қатысты жағымсыз күтулерді өлшейді және суицидтік қауіптің негізгі факторларының бірі ретінде қарастырылады.

Балалармен жұмыс барысында жартылай құрылымдалған сұхбат жүргізуге арналған құрылымдалған нұсқаулық ретінде қолданылады. *Әрбір сұрақ – белгі қоюға арналған тармақ емес, әңгімелесу тақырыбы. Қорытынды балл тақырыптың қаншалықты кең және терең қамтылғанын түсіну үшін ғана қажет, ал қорытынды жауаптардың*

мазмұнына негізделеді, ұпайлардың қосындысына емес.

Әдістеме психологиялық-педагогикалық тәжірибеде эмоционалдық қолайсыздықтың жанама көрсеткіштерінің бірі ретінде қолданылады. Ол психологиялық күйзелістің (дистресс) жоғары деңгейін және бейімделу қиындықтарын анықтауға көмектеседі. Мектептің психологиялық-педагогикалық сүйемелдеу жүйесінде бұл шкаланың нәтижелері басқа диагностикалық мәліметтермен бірге кешенді түрде қарастырылады. Нәтижелер білім алушының психологиялық жағдайын жан-жақты талдауға негіз болып, әсіресе өмірлік перспективалардың жоғалуына, үміт сезімінің төмендеуіне байланысты туындауы мүмкін дағдарыстық күйзелістерді дер кезінде анықтауға мүмкіндік береді.

Жауаптарды бағалау кілті

№	Жауап	Балл	№	Жауап	Балл
01	Дұрыс емес	1	11	Дұрыс	1
02	Дұрыс	1	12	Дұрыс	1
03	Дұрыс емес	1	13	Дұрыс емес	1
04	Дұрыс	1	14	Дұрыс	1
05	Дұрыс емес	1	15	Дұрыс емес	1
06	Дұрыс емес	1	16	Дұрыс	1
07	Дұрыс	1	17	Дұрыс	1
08	Дұрыс емес	1	18	Дұрыс	1
09	Дұрыс	1	19	Дұрыс емес	1
10	Дұрыс емес	1	20	Дұрыс	1

НӘТИЖЕЛЕРДІ ТҮСІНДІРУ

0–3 балл – үмітсіздік анықталмаған. Бұл деңгей болашаққа деген жағымды немесе шынайы көзқарасты көрсетеді. Білім алушыда өмірлік мақсаттарға қол жеткізу мүмкіндігіне деген сенім, болашаққа

қатысты үміт және эмоционалдық тұрақтылық сақталған. Болашаққа қатысты жағымсыз күтулер өте аз немесе мүлде байқалмайды. Әдетте, оқушы мектеп және әлеуметтік ортаға жақсы бейімделген. Эмоционалдық жағдайы айқын психологиялық алаңдаушылық туғызбайды.

Психологиялық-педагогикалық жұмыс: арнайы психологиялық сүйемелдеу қажет емес. Динамикалық бақылау жүргізіп, жалпы алдын алу және дамытушы сыныптық іс-шараларға қатыстыру ұсынылады.

4–8 балл – үмітсіздіктің жеңіл деңгейі. Бұл деңгей болашаққа қатысты мезгіл-мезгіл туындайтын күмәннің, кейбір өмірлік жағдайларда өзіне деген сенімнің төмендеуінің және эмоционалдық тұрақсыздықтың бар екенін көрсетеді. Білім алушыда, әсіресе күйзеліс немесе жанжал жағдайларында, уақытша пессимистік ойлар пайда болуы мүмкін. Жалпы алғанда, ішкі ресурсы сақталғанымен, жоғары жүктеме кезінде эмоционалдық осалдық байқалуы ықтимал. Өзін-өзі бағалауға және оқу мотивациясына әсер ететін орта факторларына назар аудару қажет.

Психологиялық-педагогикалық жұмыс: жүйелі жеке әңгімелесу, мерзімді қайта диагностика жүргізу және қолдау білдіретін топтық, сыныптық жұмыстарға қатыстыру ұсынылады.

9–14 балл – үмітсіздіктің орташа деңгейі. Бұл деңгей болашаққа деген жағымды күтулердің тұрақты төмендеуін, өз мүмкіндіктеріне сенімсіздікті және өмірлік жағдайларды жағымсыз жақтан қабылдау үрдісін көрсетеді. Білім алушыда эмоционалдық шаршағыштық, оқу ынтасының төмендеуі және күйзелісті еңсеруде қиындықтар байқалуы мүмкін. Сондай-ақ ішкі психологиялық шиеленіс пен өмірлік мүмкіндіктердің шектеулі екендігін сезіну орын

алуы ықтимал. Бұл жағдай мұқият психологиялық-педагогикалық талдауды қажет етеді.

Психологиялық-педагогикалық жұмыс: жеке психологиялық сүйемелдеу, психологиялық қолдау бағдарламасына енгізу, тұрақты кеңес беру, динамикалық бақылау жүргізу және қажет болған жағдайда мектептің психологиялық-педагогикалық қолдау қызметінің басқа мамандарын тарту ұсынылады.

15–20 балл – үмітсіздіктің айқын (жоғары) деңгейі. Бұл деңгей болашаққа қатысты жағымсыз күтулердің басымдығын, өмірлік перспективаларды сезінудің айқын төмендеуін және эмоционалдық қолайсыздықтың жоғары деңгейін көрсетеді. Білім алушыда бейімделу қиындықтары, оқу ынтасының айқын төмендеуі, әлеуметтік оқшаулану және эмоцияларын реттеудегі қиындықтар байқалуы мүмкін. Мұндай жағдай психологиялық тәуекелдің жоғары факторы ретінде қарастырылады және кешенді психологиялық-педагогикалық қолдауды талап етеді. Ерекше назар эмоционалдық тұрақтылықты нығайтуға, маңызды ересектердің қолдауын қамтамасыз етуге және өмірлік жағдайларды басқару сезімін қалпына келтіруге аударылады.

Психологиялық-педагогикалық жұмыс: міндетті түрде жеке психологиялық сүйемелдеу ұйымдастыру, жеке түзете-дамыту бағдарламасын әзірлеп іске асыру, педагог-психологтің тұрақты жұмысы, жағдайды динамикалық бақылау және қажет болған жағдайда мектептің қолдау көрсету тобының (педагог-психолог, сынып жетекшісі, әлеуметтік педагог, қажет болған жағдайда білім беру және денсаулық сақтау жүйесінің бейінді мамандары) қатысуы ұсынылады.

Педагог-психологқа арналған Бектің үмітсіздік шкаласына түсіндірме (жартылай құрылымдалған сұхбат форматы бойынша ұсыныс сипаттамасы).

Баланың жекелеген жауаптарын қалай түсіндіру керек

Төменде әрбір сұрақ бойынша жолма-жол түсіндірме берілген: әр сұрақ нені анықтайтыны, қалыпты баладағы «алаңдатарлық» жауаптың астарында не жатуы мүмкін екені және міндетті түрде не туралы сұрау қажет екені көрсетілген.

1-сұрақ. «Мен болашақты үмітпен және ынтамен күтемін.».

Болашаққа деген көзқарастың эмоционалдық реңкін анықтайды. Балаларда «Дұрыс емес» деген жауап көбіне үмітсіздікті емес, *шаршауды, зерігуді немесе нақты жоспарлардың болмауын* білдіреді. Сұраңыз: *«Бір жылдан кейінгі болашағыңды қалай елестетесің? Онда қандай жақсы нәрселер болады?»* Егер бала кем дегенде бір жақсы нәрсені атай алса, бұл үмітсіздік ретінде бағаланбайды.

2-сұрақ. «Менің берілгенім дұрыс, өйткені жағдайды жақсы жаққа өзгерте алмаймын.» Бұл – ең маңызды сұрақтардың бірі. Мұнда әңгіме қайғы туралы емес, әрекет етуден бас тарту туралы болып отыр. Қалыпты жағдайда баланың мұндай жауабы нақты бір сәтсіздікті (бақылау жұмысынан нашар баға алу, досымен ренжісіп қалу) көрсетуі мүмкін. Маңыздысы – бір ғана жағдайдан бас тарту мен жалпы барлық әрекет жасауға талпыныстан бас тартуды ажырата білу. Сұрақ: *«Нақты неден бас тартқың келеді? Бұл бір ғана жағдайға қатысты ма, әлде бәріне бірдей қатысты ма?»*

3-сұрақ. «Істерім сәтсіз болып жатқанда, «бұл мәңгі жалғаса бермейді» деген ой маған күш береді». Бұл – кері қойылған сұрақ: егер бала «дұрыс емес» деп жауап берсе, бұл алаңдататын белгі болуы мүмкін. «Дұрыс емес» деген жауап баланың жағымсыз жағдайдың аяқталатынына деген сенімін жоғалтқанын білдіруі мүмкін. Қалыпты жағдайда бұл маңызды белгі болып саналады, өйткені жақсаруды күте білу – психиканың негізгі тіректерінің бірі. Мұндай тірек болмаған

жағдайда кез келген қиындық балаға шексіз болып көрінуі мүмкін. Сұраңыз: «Жағымсыз жағдайдың аяқталған кездері болды ма? Сол жағдайды қалай өткердің?» Жауап мынаны көрсетуі мүмкін:

– егер бала жағымсыз жағдайдың аяқталған кем дегенде бір жағдайын есіне түсірсе, бұл оның жағдайдың жақсаратынына деген сенімінің сақталғанын және оның ішкі тірегі бар екенін көрсетуі мүмкін;

– егер бала «білмеймін» немесе «аяқталған жоқ» деп жауап берсе, бұл алаңдататын белгі болуы мүмкін, өйткені баланың қиын жағдайды еңсеруге сүйенетін тәжірибесі жоқ болуы ықтимал.

4-сұрақ. «Мен 10 жылдан кейінгі өмірімнің қандай болатынын елестете алмаймын». Ересек адамда бұл үмітсіздіктің белгісі болуы мүмкін. Ал балада бұл көбіне жас ерекшелігіне байланысты қалыпты жағдай: болашақты ұзақ мерзімге жоспарлау көкжиегі әлі қалыптаспаған болуы мүмкін. Сұраңыз: «*Ал бір аптадан кейінгі жағдайды елестете аласың ба? Бір айдан кейін ше?*» Егер бала тіпті жақын болашақты да елестете алмаса («ертең не болатынын білмеймін», «ештеңе болмайды») – бұл алаңдататын белгі болуы мүмкін, өйткені баланың тіпті жақын болашаққа деген көзқарасы да жоғалуы ықтимал.

5-сұрақ. «Мен үшін ең маңызды істерді аяқтауға жеткілікті уақытым бар». Балаларда уақытты сезінуі субъективті, әрі әлі толық қалыптаспаған болады. Сондықтан бұл сұраққа «дұрыс емес» деп жауап беру бізге көп ақпарат бермейді. Оны 1, 13, 15-сұрақтармен бірге қарастырған жөн.

6-сұрақ. «Болашақта өзіме ең ұнайтын істе жетістікке жетемін деп үміттенемін». Бұл сұрақ оқу мотивациясымен және отбасының күтулерімен байланысты. Емтихан кезеңінде, балаға қысым

жоғары болған жағдайда, «дұрыс емес» деген жауап көбіне белгілі бір жағдайға байланысты болуы мүмкін. Нақтылаңыз: *«Қандай жетістікке жеткің келеді? Саған не кедергі болып тұр?»*.

7-сұрақ. «Мен өмірде орташа адамға қарағанда көбірек жақсылыққа ие боламын деп үміттенемін». Бұл маңызды сұрақ. Балалар абстрактілі ұғымдарды көбіне бейнелер арқылы жеткізеді. «Қараңғы» деген сөз бос кеңістікті, қорқынышты немесе жалғыздықты білдіруі мүмкін. Міндетті түрде сұраңыз: *«Қараңғы дегенде ішіңде нені көресің? Ол жерде ештеңе жоқ па, әлде қорқынышты бір нәрсе бар ма?»* Жауап бұл сезімнің депрессиялық бос кеңістікке қатысты екенін немесе нақты қорқыныштармен байланысты екенін анықтауға көмектеседі.

8-сұрақ. «Мен өмірде орташа адамға қарағанда көбірек жақсылыққа ие боламын деп үміттенемін». Бұл - кері тұжырымдалған сұрақ. Кіш мектеп жасындағы балалар көбіне «дұрыс» деп жауап беруі - қалыпты оптимизмнің белгісі. Ал «дұрыс емес» деген жауап баланың өзін жақсы нәрселерге лайық сезінбейтінін көрсетуі мүмкін және назар аударуды қажет етеді.

9-сұрақ. «Мен үшін ешқандай үміт сәулесі жоқ және оның болашақта пайда болатынына сенуге себеп жоқ». Бұл - уақытша эмоцияны емес, тұрақты қалыптасқан сенімді бағалайтын тұжырым. Балаларда бұл көбіне шағым түрінде айтылуы мүмкін. Оларды ажырату үшін: *«Саған не нәрсе сәтсіз болып жатқандай көрінеді? Оқуда ма, достарыңмен қарым-қатынаста ма, әлде үйде ме?»* деп нақтылауға болады. Егер шағым нақты жағдайға байланысты болса - алаңдаушылық деңгейі төменірек. Ал егер жауап жалпылама және нақты емес болса - алаңдаушылық деңгейі жоғарырақ.

10-сұрақ. «Өткен өмірлік тәжірибем мені болашаққа жақсы дайындады». Бұл сұрақ әсіресе ауыр жағдайларды бастан өткерген балалар үшін маңызды: жақын адамынан айырылу, зорлық-зомбылық, буллинг, жиі қоныс аудару, ата-анасының ажырасуы және т.б. Егер мұндай бала «дұрыс жоқ» деп жауап берсе, бұл оның өткен тәжірибесін тірек ретінде қабылдамайтынын, керісінше, өткен оқиғалар болашаққа пайдалы ештеңе бермеді деп қабылдайтынын білдіруі мүмкін. Балаға: «Сенің өткен тәжірибең қазір саған қалай көмектеседі?» деген сұрақ қойыңыз. Жауабы мынаны көрсетуі мүмкін:

- егер бала кем дегенде бір нәрсені атай алса (мысалы, «мен күштірек болдым», «кімге сенуге болатынын түсіндім»), бұл оның өткен тәжірибесін қайта қорытып, одан белгілі бір тірек қалыптастырып келе жатқанын білдіреді;
- егер жауабы «еш көмектеспейді» немесе «бәрі бекер болды» болса - бұл алаңдататын белгі, өйткені өткен тәжірибе баланың алға қарай жылжуына тірек болып тұрған жоқ.

11-сұрақ. «Алдымнан қуаныштан гөрі қиындық көбірек күтіп тұрғандай көрінеді». Бұл - болашақты жағымсыз әрі үмітсіз түрде елестету. Балаларда сирек кездеседі. Егер осындай жауап берілсе, әсіресе 2 және 20-сұрақтармен қатар байқалса, бұл маңызды белгі болып саналады. *«Сен нақты нені көріп тұрсың? Сипаттап берші»* деп сұраңыз.

12-сұрақ. «Мен шын мәнінде қалаған нәрсемен қол жеткіземін деп үміттенбеймін». Нақты бір нәрседен көңіл қалуды («маған телефон сатып әпермеуі мүмкін») барлық қалаулардан бас тартудан («мен жалпы ештеңе қаламаймын») ажырату қажет. Екіншісі-алаңдататын белгі. Сұрақ: *«Ал сен шын мәнінде нені қалар едің?»*

13-сұрақ. «Болашаққа көз жүгірткенде, қазіргіден де бақытты боламын деп үміттенемін». Бұл - эмоционалдық тұрғыдан негізгі сұрақтардың бірі. Егер бала «дұрыс емес» деп жауап беріп, әңгімелесу барысында болашақтан ешқандай жақсы нәрсе күтпейтінін растаса, әсіресе бұл жағдай бірнеше апта бойы сақталса, оған ерекше назар аудару қажет.

14-сұрақ. «Істерім өзім қалағандай болып жатқан жоқ». Бұл балалар мен жасөспірімдерде жиі кездеседі және өздігінен үмітсіздіктің белгісі болып саналмайды. Бұл жас ерекшелігіне байланысты эгоцентризм немесе тыйымдар мен шектеулерге реакция болуы мүмкін. Сондықтан бұл жауапты басқа сұрақтармен бірге қарастырған жөн.

15-сұрақ. «Мен өз болашағыма нық сенемін». Бұл - 1-сұраққа жұптас сұрақ. Егер екі сұраққа да «дұрыс емес» деген жауап берілсе, алаңдататын белгі күшейеді. *«Саған өз болашағыңа сенімді болуға не көмектесер еді?»* деп сұраңыз.

16-сұрақ. «Мен ешқашан өз қалағанымға жете алмаймын, сондықтан бір нәрсені қалау бос әурешілік». Мұнда когнитивтік бұрмалау байқалады: шамадан тыс жалпылау («ешқашан») және өз қалауларын құнсыздандыру. Бұл жай ғана көңілсіздік емес, тұрақты ойлау үлгісі болуы мүмкін. Сұрақ: *«Бір кездері сен бір нәрсені қатты қалағаныңды есіңе түсірші. Содан кейін не болды?»* Нақты көңіл қалдырған жағдайлардың бірінен кейін бірі қайталанған тізбегін анықтауға тырысыңыз.

17-сұрақ. «Болашақта шынайы қанағат сезімін алуым екіталай». Бұл сұрақты 12-сұрақпен бірге талдаған жөн. Егер екі сұраққа да «дұрыс» деген жауап берілсе, бұл «қалау - күту» арасындағы байланыстың үзілгенін көрсетуі мүмкін.

18-сұрақ. «Болашақ маған бұлыңғыр әрі белгісіз болып көрінеді». Жасөспірімдер үшін бұл көп жағдайда қалыпты жағдай. 7, 11 және 13-сұрақтармен қатар байқалған кезде ғана алаңдататын белгі болуы мүмкін.

19-сұрақ. «Болашақта мені жаман күндерден гөрі жақсы күндер көбірек күтеді». Балаларда, әсіресе күйзеліс кезеңінде, «дұрыс емес» деген жауап салыстырмалы түрде жиі кездеседі. Мұнда өзгерісті динамикада бақылау маңызды: егер 2 аптадан кейін жауап өзгерсе, бұл тұрақты қасиеттен гөрі жағдайға байланысты реакция болуы мүмкін.

20-сұрақ. «Қалаған нәрсеге қол жеткізуге тырысудың қажеті жоқ, өйткені оған бәрібір жете алмайтын шығармын». Бұл - ынтаның төмендеуінің белгісі. Ол әрекет етуден бас тартумен тікелей байланысты.

2 және 11-сұрақтармен бірге бұл жауап алаңдататын үлгіні қалыптастырады: «қаламаймын - болашақты көрмеймін - әрекет етпеймін». Осындай үйлесім байқалған жағдайда баламен жоспардан тыс жеке кездесу қажет. Басым назар аударуды қажет ететін үйлесім: 2, 11 және 20-сұрақтардың қатар болуы. Мұндай жағдай анықталса, жоспардан тыс жеке кездесу өткізу ұсынылады. Тұрақты үмітсіздік сезімі мен жағдайға байланысты уақытша үмітсіздікті ажырату үшін: «Сен қашаннан бері осылай ойлайсың?», «Өзіңді басқаша сезінетін күндер бола ма?» деген сұрақтарды қойған жөн. Баланың өміріндегі маңызды оқиғалармен байланыстырыңыз: қоныс аудару, ата-анасының ажырасуы, жақын адамынан айырылу, буллинг, оқудағы сәтсіздік. Балалардағы пессимизм көбіне нақты бір оқиғамен байланысты болады. Баланың кез келген ресурсын, тіпті кішкентай болса да, белгілеп отырыңыз: алдағы сапар, досымен кездесу, демалыс күндері және т.б. Бұл оның болашақпен байланысының толық үзілмегенін

көрсетеді. Тұрақты үмітсіздік сезімінен айырмашылығы - мұндай жағдайда баланың алға жылжуына себеп болатын, сүйеніш бола алатын белгілі бір нәрсе сақталады.

Егер бала үмітсіздік деңгейі жоғары көрсеткіштерді көрсетсе, бірақ сонымен бірге болашақта күтетін кем дегенде бір оқиғаны атай алса, бұл қорғаныш факторы болып саналады. Ол тәуекел деңгейін төмендетеді және педагог-психологке баламен әңгімелесу мен қолдау көрсету үшін маңызды тірек береді. Мұндай бала өткір жағдайда емес, алайда ерекше назар мен жүйелі сүйемелдеуді қажет ететін жағдайда болуы мүмкін.

МАҢЫЗДЫ! Егер әдістеменің нәтижелері бойынша алаңдататын сұрақтардың үйлесімі (әсіресе 2 + 11 + 20-сұрақтар) анықталса, баланың шағымдары жалпылама сипатта болып, өмірінің барлық саласына және болашағына қатысты болса, сондай-ақ бұл жағдай бірнеше апта бойы ешқандай айқын себепсіз сақталса, баланы Психикалық денсаулық орталығына (ПДО) балалар психиатрының консультациясына шұғыл түрде жолдау үшін негіз бар.

БУЛЛИНГ ҚҰРЫЛЫМЫН АНЫҚТАУ САУАЛНАМАСЫ

Автор Е.Г. Норкина

Бұл әдістеме сынып ұжымындағы тұлғааралық қарым-қатынастың әлеуметтік-психологиялық құрылымын диагностикалауға және буллинг жағдайындағы білім алушылардың рөлдік ұстанымдарын (бастамашы, көмекші, қорғаушы, жәбірленуші, бақылаушы) анықтауға арналған.

Сауалнама сыныптағы өзара қарым-қатынастың сипатын, психологиялық қауіпсіздік деңгейін және құрдастар арасындағы

зорлық-зомбылықтың көріністерін күшейтетін немесе тежеуші факторларды бағалауға мүмкіндік береді.

Мақсатты аудитория: 6–11 сынып оқушылары/ колледждің 1-2 курстары.

Нұсқаулық

Алдында мектептегі өмір мен сыныптастарыңмен қарым-қатынасыңа қатысты сұрақтар берілген. Әр сұрақ бойынша өзіңе немесе сенің жағдайыңа ең сәйкес келетін бір ғана жауап нұсқасын (А, Б, В немесе Г) таңда. Жауаптарды шынайы беруге тырыс. Ұзақ ойланба - бұл сауалнамада дұрыс немесе бұрыс жауап жоқ.

№	Сұрақ	А	Б	В	Г
1	Сыныптастарымның арасында менің достарым көп	Иә, барлығымен доспын	Бірнеше досым бар	Ешкіммен достаспаймын	Барлығымен дос болғым келеді
2	Мен үшін айналадағы адамдардың сыртқы келбеті маңызды	Иә, егер адам маған ұнамаса – мен онымен араласпаймын	Ең бастысы – адамның қызықты болуы	Өзім сыртқы келбетіме байланысты қиналамын	Сыртқы келбеті ұнамаса – жақсы қарым-қатынасқа лайық емес
3	Менің сыныбымда маған ұнамайтын оқушылар бар	Иә, бір-екеуі бар	Жоқ, маған бәрі ұнайды	Маған ешкім ұнамайды	Иә, бірақ олар сыныпта ешкімге ұнамайды
4	Маған сыныптастарым менен жақсырақ сияқты көрінеді	Иә, барлық жағынан	Кейде	Жоқ, барлығы маған еліктейді	Өзімді олардан кем сезінбеймін
5	Егер сыныптасым көзілдірік тағып келсе	Әдеттегідей араласамын	Мен оған күлемін	Онымен араласуды тоқтатамын	Басқалар көрмесе ғана араласамын
6	Біздің сынып өтетату	Иә, біз өтетатумыз	Бір-бірімізбен сирек араласамыз	Негізінен, иә, кейбіреулері не есептемегенде.	Бізге барлығына тиісетін оқушылар бар

7	Мен жалғыздық пен мазасыздықты жиі сезінемін	Иә	Жоқ	кейде	Жиі
8	Менің көз алдымда сыныптасымды ренжітсе	Жеңілдеп қаламын, бұл маған қатысты емес деп	Әділетсіздік ке шыдамай, сыныптасымды жақтаймын.	Ештенке сезбеймін, өзі соған лайық шығар	Маған бұның ешқандай қатысы жоқ
9	Мен сыныптастарым мен көбірек уақыт өткізгім келеді	Иә, бірақ сирек мүмкіндік болады	Біз онсыз да бос уақытымызды үнемі бірге өткіземіз.	Жоқ, қызық емес	Жоқ, кейбіреуі бәрін бұзады
10	Маған сыныптастарым менімен араласқысы келмейтіндей көрінеді	Иә, бұл солай және маған жағымсыз сезім қалдырады.	Жоқ, барлығы менімен дос	Иә, бірақ бұл маған қалыпты	Менің олармен сөйлескім келмейді.
11	Біздің сыныпта бәрі үлгі тұтатын оқушылар бар	Менің ойымша, мен солардың бірімін	Иә, бірақ олар оған лайық емес	Жоқ, бізде ондайлар жоқ	Иә, мен де соларға еліктеймін
12	Мені ұрысқанда, мен ашуланамын	Иә	Жоқ	кейде	Жиі
13	Біздің сыныпта бәрі қорқатын бірнеше бала бар.	Иә, олар барлығын қорлап, ұрып-соғады	Бізде жоқ	Мен де солардың бірімін – менен бәрі қорқады.	Әрине, солай болуы керек, бұл қалыпты нәрсе.
14	Мен басқа сыныпта оқығым келеді	Иә	Жоқ, маған бәрі қалыпты	Кейде, жанжалдан кейін	Жоқ, басқа сынып одан да жаман болуы мүмкін
15	Күш қолдану арқылы кез келген мәселені шешуге болады	Иә, бұл ең тиімді әдіс.	Жоқ, мәселені «бейбіт» жолмен шешкен дұрыс.	Кейде онсыз болмайды	Бәрі жағдайға және адамдарға байланысты.
16	Сыныпта ешкім достаспайтын оқушы бар (бір немесе бірнеше оқушы)	Иә, оған жаным ашиды	Жоқ, бәріміз доспыз	Иә, бірақ өздері соған лайық	Мен де солардың бірімін.

17	Меніңше, біздің сыныпта жиі зорлық-зомбылық әрекеттері (мазақтау, келемеждеу, ренжітетін әрекеттер) болып тұрады.	Иә, үнемі ұрыс-керіс пен төбелес болып тұрады.	Жоқ, бізде ондай болмайды.	Сирек, бірнеше жағдайды есептемегенде.	Әрине, солай болуы керек
18	Егер сыныптастарымның арасында төбелесті көрсем	Жанынан өтіп кетемін, маған қатысы жоқ	Міндетті түрде, тоқтап қараймын	Телефонға түсіремін, бәрі көру үшін интернетке саламын	Тоқтатуға, және себебін білуге тырысамын
19	Мені ұжымда мені жеткілікті бағаламайтындай көрінеді	Иә	Жоқ	Кейде	Жиі
20	Мұғалімдер оқушыларды кемсітеді	Иә	Жоқ	Кейде	Жиі
21	Егер сынып кеме болса, мен	Капитан болар едім	Капитанның көмекшісі болар едім	Матрос болар едім	Юнга (жас теңізші) болар едім
22	Егер адамның сыртқы келбетінде кемшіліктері болса (сүйел, қылилық, семіздік және т.б.):	Бұл мазақтауға себеп	Онымен араласпаймын	Бұл мені алаңдатпайды, сөйлесе беремін	Беделіме нұқсан келтірмеу үшін араласпаймын
23	Егер менің көз алдымда біреуді мазақтаса	Басқалар сияқты әрекет етемін	Оны қорғаймын	Бірінші болып күлемін	Ештеңе істемеймін
24	Сыныпта беделге ие болмасам, мен ренжимін.	Иә, бұл маған маңызды	Жоқ, маған бәрібір	Мен әрдайым беделдімін	Ешқашан беделді болған емеспін
25	Маған сыныптастарымның қолдауы қажет	Иә	Жоқ	Кейде	Жиі

НӘТИЖЕЛЕРДІ ӨНДЕУ

Әрбір жауап кілтпен салыстырылады және бес диагностикалық шкаланың біріне **1 балл** беріледі: **бастамашы, көмекші, қорғаушы, жәбірленуші, бақылаушы**. Әр шкала бойынша сәйкес келген жауаптардың саны есептеледі. Әрбір шкаладағы ең жоғары мүмкін болатын көрсеткіш кілт бойынша сәйкес келетін жауаптардың жалпы санына байланысты анықталады.

ДИАГНОСТИКАЛЫҚ ШКАЛАЛАР ЖӘНЕ ОЛАРДЫҢ СИПАТТАМАСЫ

Шкала	Нені көрсетеді
Бастамашы	Үстемдік етуге, агрессивті әрекет жасауға, құрдастарын мазақтауға, қорлауға және оларға қысым көрсетуге бейімділікті көрсетеді.
Көмекші	Агрессорды қолдауға, буллингке қосылуға және жағымсыз ықпалды күшейтуге бейімділікті көрсетеді.
Қорғаушы	Эмпатия танытуға, әлсізді қорғауға, зорлық-зомбылықты қабылдамауға және әділеттілікті қалпына келтіруге ұмтылысты көрсетеді.
Жәбірленуші	Әлеуметтік қорғансыздықты, қабылданбау сезімін, мазасыздықты, жалғыздықты және буллинг құрбаны болу қаупін көрсетеді.
Бақылаушы	Болып жатқан жағдайды түсіне тұра араласпайтын енжар ұстанымды, сырттай алшақ болуды және қатысудан қашуды көрсетеді.

КІЛТ

№	Бастамашы	Көмекші	Қорғаушы	Жәбірленуші	Бақылаушы
1	А	Б	А	Б	Г
2	Г	А	Б	В	Б
3	Г	Г	Б	А	В
4	В	Г	В	Б	В
5	В	Б	А	А	Г
6	А	Б	Г	Г	Г
7	Б	В	Б	А	В
8	Г	В	Б	Г	А
9	Б	В	А	В	Г
10	Б	Г	Б	В	А

11	А	В	А	Б	Б
12	А	Г	В	В	Б
14	Б	Б	В	Г	А
15	Г	А	Б	В	Г
16	Б	В	А	Г	В
18	Б	В	Г	А	Б
19	Б	А	Б	Г	В
21	А	Б	А	Г	В
22	Г	А	В	В	Г
23	А	В	Б	Г	А
24	В	А	Б	Г	Б
25	В	Г	Б	В	А

Есептеу алгоритмі

Бес бағанның әрқайсысы бойынша кілтпен сәйкес келген жауаптардың саны есептеледі. Ең көп балл жинаған шкала анықталады. Дәл осы шкала білім алушының буллинг құрылымындағы жетекші рөлдік ұстанымын көрсетеді. **№13, №17 және №20 сұрақтардың жауаптары жеке бағаланып, бөлек талданады.**

Сұрақ	Нені көрсетеді
№13	Сыныпта өзгелер қорқатын айқын агрессорлардың бар-жоғын көрсетеді.
№17	Зорлық-зомбылық пен қорлау жағдайларының қаншалықты жиі болатынын көрсетеді
№20	Педагогтер тарапынан психологиялық қысымның сезілу деңгейін көрсетеді

Бұл тармақтар білім беру ортасының қауіпсіз еместігінің индикаторлары болып есептеледі.

ИНТЕРПРЕТАЦИЯЛАУ

Буллингтің бастамашысы. Жоғары көрсеткіш білім алушының құрдастарына үстемдік көрсетуге, оларды қысымға алуға, күш қолдануға, мазақ етуге немесе қорлауды өзін көрсету тәсілі ретінде пайдалануға бейімділігін көрсетеді. Мұндай оқушы бақылау мен агрессия арқылы көшбасшылыққа ұмтылады.

Бастамашының көмекшісі. Білім алушы буллингтің тікелей бастамашысы болмауы мүмкін, бірақ агрессорды қолдап, мазақтауға қосылады, жәбірленушіге жасалатын қысымды күшейтеді. Бұл көбіне күшті топтың қолдауына ие болуға немесе өзі қысымға ұшырамауға деген ұмтылыспен байланысты.

Қорғаушы. Жоғары көрсеткіш эмпатияның, әділеттілік сезімінің жақсы дамығанын, зорлық-зомбылықты қабылдамауын, әлсізді қорғауға дайын екенін және жанжалдарды бейбіт жолмен шешуге ұмтылатынын білдіреді. Мұндай оқушы сыныптағы жағымды психологиялық ахуалды қалыптастырудың маңызды ресурсы болып табылады.

Буллинг құрбаны. Бұл шкала бойынша жоғары көрсеткіш жалғыздықты, әлеуметтік оқшаулануды, өзіне деген сенімсіздікті, қорғансыздық сезімін, қабылданбағанын сезінуді және қолдаудың жеткіліксіздігін білдіреді. Білім алушы тұрақты түрде мазаққа, шеттетілуге немесе қысымға ұшырауы мүмкін.

Бақылаушы. Білім алушы буллингтің куәгері болғанымен, оған араласпайтын енжар ұстанымды таңдайды. Мұндай жағдайда қорқыныш, немқұрайлылық, ішкі мазасыздық, жауапкершіліктен қашу немесе болып жатқан жағдайдан алшақ болуға ұмтылу байқалуы мүмкін.

Диагностика нәтижелері бойынша жұмысты ұйымдастыру.

«Бастамашы» және «көмекші» рөліндегі білім алушылармен өзін-өзі реттеу дағдыларын қалыптастыруға, эмпатияны дамытуға, агрессивті мінез-құлықты азайтуға және өзара әрекет етудің тәсілдерін меңгертуге бағытталған түзете-дамыту жұмыстары жүргізіледі.

«Құрбан» рөліндегі білім алушылармен өзін-өзі бағалауды көтеруге, қауіпсіздік сезімін қалыптастыруға, жеке шекарасын қорғай

білуге және эмоционалдық тұрақтылықты дамытуға бағытталған жеке психологиялық сүйемелдеу ұйымдастырылады.

«Бақылаушы» рөліндегі білім алушылармен куәгердің жауапкершілігін дамытуға, белсенді азаматтық ұстанымды қалыптастыруға және зорлық-зомбылық жағдайларында қауіпсіз әрекет ету дағдыларын дамытуға бағытталған жұмыстар жүргізіледі.

«Қорғаушы» рөліндегі білім алушылардың жағымды мінез-құлық үлгілері қолдау тауып, сыныптың маңызды ресурсы ретінде нығайтылады.

Сонымен қатар, бүкіл сынып ұжымымен қауіпсіз білім беру ортасын қалыптастыруға, агрессия деңгейін төмендетуге және бір-біріне құрметпен қарым-қатынас жасау дағдыларын дамытуға бағытталған алдын алу және ағартушылық жұмыстар жүргізіледі.

Жұмысқа барлық сынып қатыстырылғанымен, психологиялық-педагогикалық сүйемелдеудің мазмұны, қарқындылығы және түрі әрбір білім алушының анықталған рөлдік ұстанымы мен тәуекел деңгейіне қарай жеке белгіленеді.

«БАЛАЛАРҒА АРНАЛҒАН КҮЙЗЕЛІСТІ СЕЗІНУ ШКАЛАСЫ» (БКСШ)

Н.Е. Харламенкова, Н.Н. Казымова, Д.А. Никитина,

Е.Н. Дымова, Н.Н. Шаталова, Т.А. Гурьянова

Бұл әдістеме білім алушылардың субъективті қабылдайтын стресс деңгейін бағалауға арналған. Ол эмоционалдық шиеленіс деңгейін, оқу және әлеуметтік талаптардың шамадан тыс жүктемесі туралы сезімін, сондай-ақ тұлғалық және әлеуметтік қолдау ресурстарының айқындылығын анықтауға мүмкіндік береді. Әдістеме соңғы бір аптадағы баланың эмоционалдық жағдайының

ерекшеліктерін бағалап, стресс факторлары мен қорғаныс ресурстары арасындағы тепе-теңдікті анықтауға көмектеседі.

Мақсатты аудитория: 2–8 сынып оқушылары.

Нұсқаулық

Сұрақтар сенің соңғы бір аптадағы сезімдерің мен ойларыңа қатысты. Әр сұрақты мұқият оқып шығып, өзіңе ең сәйкес келетін бір ғана жауап нұсқасын таңда.

№	Өткен аптада қаншалықты жиі...	Ешқашан	Кейде	Анда-санда	Жиі
1	Сен өзінді асығып немесе бір нәрсеге үлгеруге тырысып жүргендей сезіндің бе?				
2	Өзің қалаған істермен айналысуға жеткілікті уақытың болды ма?				
3	Өзіңнің шамадан тыс бос емес екеніне немесе көп ісің бар екеніне алаңдадың ба?				
4	Бағаларың немесе мектептегі оқу жайында алаңдадың ба?				
5	Анаң немесе әкең өзінді жақсырақ сезінуге көмектесті ме?				
6	Анаң немесе әкең саған өзінді жақсы көретінін сезінуге мүмкіндік берді ме?				
7	Бір нәрседен қорықтың ба немесе қобалжыдың ба?				
8	Ашуландың ба?				
9	Өзінді бақытты сезіндің бе?				
10	Ұйқыңды қандырып ұйықтай алдың ба?				
11	Достарыңмен жанжалдарың болды ма?				
12	Достарыңмен араластың ба?				

13	Өзінде жеткілікті досым бар деп сезіндің бе?				
----	--	--	--	--	--

Сұрақтарды шкалалар бойынша бөлу кестесі

Шкала	Сұрақ нөмірлері	Бағалау	Шекті балл
Шиеленіс (тікелей сұрақтар)	1, 3, 4, 7, 8, 11	Ешқашан = 0 Кейде = 1 Анда-санда = 2 Жиі = 3	18
Ресурстар (кері бағаланатын сұрақтар)	2, 5, 6, 9, 10, 12, 13	Ешқашан = 3 Кейде = 2 Анда-санда = 1 Жиі = 0	21
Стрестің жалпы көрсеткіші	екі шкаланың балдарының қосындысы		39

Есептеу алгоритмі

«Шиеленіс» шкаласы бойынша жиналған балдардың жалпы сомасын есептеңіз. «Ресурстар» шкаласындағы жауаптарды кері кодтау (кері бағаланатын сұрақтар бойынша) арқылы қайта есептеп, олардың жалпы сомасын анықтаңыз. Екі шкаланың көрсеткіштерін қосыңыз.

Формула: қабылданатын стрестің жалпы деңгейі =

= шиеленіс + ресурстар

Нәтижелерді түсіндіру

Жалпы балл	сезінетін стресс деңгейі
0–13	Төмен
14–26	Орташа
27–39	Жоғары

БКСШ (Балаларға арналған күйзелісті сезіну шкаласы) нәтижелерін түсіндіру

0–13 балл – қабылданатын күйзелістің деңгейі төмен. Бұл деңгей баланың эмоционалдық тұрғыдан тұрақты жағдайда екенін

көрсетеді. Білім алушы, әдетте, оқу және әлеуметтік жүктемелерді сәтті еңсереді, айқын ішкі психологиялық шиеленісті сезінбейді. Онда қауіпсіздік сезімі сақталған, маңызды ересектер мен құрдастарының қолдауын жеткілікті деп қабылдайды. Күнделікті қиындықтарды еңсеруге болатын жағдайлар ретінде қабылдап, олар тұрақты эмоционалдық жайсыздық туғызбайды. Мектеп ортасында мінез-құлқы жалпы алғанда бейімделген, дезадаптация белгілері байқалмайды. Психологиялық-педагогикалық жұмыс: арнайы психологиялық сүйемелдеу қажет емес. Динамикалық бақылау жүргізіп, жалпы алдын алу және дамытушы мектеп бағдарламаларына (сынып сағаттары, тренингтер, топтық жұмыстар) қатыстыру ұсынылады.

14–26 балл – сезінетін күйзелістің орташа деңгейі. Бұл деңгей орташа психоэмоционалдық шиеленістің бар екенін білдіреді. Бала кейде мазасыздықты, оқу талаптарының шамадан тыс жүктемесін немесе кейбір әлеуметтік жағдайларда (сыныптастарымен қарым-қатынас, бағалау, бақылау жұмыстары) қиындықтарды сезінуі мүмкін. Эмоционалдық жағдайы тұрақсыз болып, көңіл-күйінің ауытқуы және кейбір жағдайларда стресті төзімділіктің төмендеуі байқалуы ықтимал. Соған қарамастан, мектеп ортасына бейімделу және қалыпты қызмет ету қабілеті жалпы сақталады.

Психологиялық-педагогикалық жұмыс: мерзімді психологиялық-педагогикалық сүйемелдеу ұсынылады. Ол жеке әңгімелесуді, динамикалық диагностика жүргізуді, эмоционалдық жағдаймен жұмысты, сондай-ақ сынып деңгейінде қолайлы психологиялық ахуал қалыптастыруға, стресті еңсеру деңгейінің пен өзін-өзі реттеу дағдыларын дамытуға бағытталған алдын алу іс-шараларын қамтиды.

27–39 балл – қабылданатын күйзелістің жоғары деңгейі. Бұл деңгей стрестің субъективті түрде айқын сезілетінін және эмоционалдық қолайсыздықтың жоғары екенін көрсетеді. Балада тұрақты шамадан тыс жүк артылу сезімі, мазасыздық, эмоционалдық шаршау және өзін-өзі реттеу ресурстарының төмендеуі байқалуы мүмкін. Көбінесе отбасы немесе құрдастары тарапынан қолдаудың жеткіліксіздігін сезіну, сондай-ақ мектеп талаптарына бейімделуде қиындықтар орын алады. Мұндай жағдай дезадаптация белгілерімен, оқу ынтасының төмендеуімен және эмоционалдық тұрақтылықтың әлсіреуімен қатар жүруі мүмкін.

Психологиялық-педагогикалық жұмыс: жеке психологиялық-педагогикалық сүйемелдеу ұйымдастыру қажет. Стресс деңгейін төмендетуге, өзін-өзі реттеу дағдыларын қалыптастыруға және ішкі ресурстарды нығайтуға бағытталған түзете-дамыту бағдарламасы әзірленіп, жүйелі түрде жүзеге асырылады. Баланың жағдайы тұрақты түрде қайта бағаланып отырады. Қажет болған жағдайда мектептің психологиялық-педагогикалық қолдау қызметінің мамандары (педагог-психолог, әлеуметтік педагог, сынып жетекшісі, медицина қызметкері) тартылады.

«КАКТУС» ПРОЕКТИВТІ ӘДІСТЕМЕСІ

автор М. А. Панфилова

«Кактус» проективті әдістемесі – балалардың эмоционалдық жағдайын, өзін-өзі бағалау ерекшеліктерін, мазасыздық деңгейін және күйзеліске төтеп беру тәсілдерін зерттеуге арналған графикалық әдістеме. Балаға кактустың суретін салу ұсынылады, кейін суреттің ерекшеліктеріне сапалық талдау жүргізіледі. Әдістеме баланың ішкі эмоционалдық жай-күйін және мінез-құлық ерекшеліктерін тереңірек түсінуге мүмкіндік береді.

Мақсатты аудитория: 1–4 сынып оқушылары.

Диагностиканы жүргізу тәртібі

Балаға А4 форматындағы ақ қағаз және 12 түсті қарындаштар жиынтығын ұсынып, келесі нұсқаулықты беріңіз: *«Кактустың суретін сал»*.

Егер бала: *«Қандай кактус?»*, *«Қай жерге салайын?»*, *«Бояуға бола ма?»*, *«Тікенектерін салу керек пе?»*, *«Тағы басқа нәрсе салуға бола ма?»* – деп нақтылаушы сұрақтар қойса, былай жауап беріңіз: *«Қалай қаласаң, өзіңе ұнағандай етіп сал. Сенің ойыңша оны қалай салуға болады?»*. Сурет салу барысында балаға ескерту жасамаңыз, сын айтпаңыз және ешқандай кеңес бермеңіз.

Бала суретін аяқтағаннан кейін оған мынадай сұрақтар қойыңыз:

- *Оның тікенектері көп пе?*
- *Оған қол тигізуге бола ма?*
- *Кактус жалғыз өсіп тұр ма, әлде қасында басқа өсімдік бар ма?*
- *Егер қасында өсімдік болса, ол қандай өсімдік?*
- *Кактус өскен кезде қалай өзгереді?*
- *Бұл кактус үйде өсетін бе, әлде жабайы ма?*
- *Кактусқа күтім жасағанды, суарғанды ұната ма?*

Сонымен қатар суретке қатысты басқа да сұрақтар қоюға болады.

Баланың жауаптары суреттің өзі сияқты маңызды диагностикалық ақпарат береді.

Суретті интерпретациялау критерийлері

- негізгі бейнелер;
- кеңістікте орналасуы және түстік шешімі;
- суретке берілген сөздік сипаттама.

«Кактус» проективті әдістемесінде кактус символдық тұрғыдан **сурет авторының бейнесін**- өзін қабылдауын, психологиялық қорғаныс тәсілдерін, агрессия деңгейін және айналасындағы адамдармен қарым-қатынас ерекшеліктерін көрсетеді. Кактустың тікендерінің айқындығы, көлемі, қағаздағы орналасуы және уақыт өте келе қалай өзгеретіні баланың қазіргі эмоционалдық жағдайын ғана емес, оның өзі және болашағы туралы түсініктерін де көрсетуі мүмкін.

Кактустың құмырасы, орналасқан орны және оған күтім жасау ерекшеліктері баланың отбасы ішіндегі қарым-қатынасты, қамқорлық деңгейін және эмоционалдық қолдауды қалай қабылдайтынын сипаттайды.

Егер бала бірнеше сурет салса, олардың барлығы талданады. Дегенмен, ең алдымен бірінші салынған суретке ерекше назар аударылады, себебі ол көбіне баланың ең табиғи әрі саналы бақылауы аз көрінісін білдіреді. Суретті қайта-қайта салу, көптеген түзетулер енгізу, жекелеген бөліктеріне қайта оралу баланың ішкі мазасыздығын, өзіне деген сенімсіздігін немесе тапсырманың ол үшін ерекше маңызға ие екенін көрсетуі мүмкін.

Критерий	Диагностикалық мәні
Кактустың өлшемі баланың өзіне құрмет мен өзіндік құндылығы туралы түсінігін көрсетеді.	
Үлкен кактус (парақтың 1/2 бөлігінен 2/3 бөлігіне дейін алып жатыр).	Мұндай бейне өзіне сенімді, өзін жағымды қабылдайтын балаларға тән және қалыпты даму нұсқасы болып саналады.
Парақтың 2/3 бөлігінен артық, бүкіл парақты алып жатқан немесе парақ шекарасына сыймайтын кактус.	Бұл басым болуға ұмтылысты, мойындалуға деген қажеттілікті білдіруі мүмкін. Басқа диагностикалық белгілермен қатар кездескен жағдайда агрессияға немесе бәсекелестіктің жоғары деңгейіне (мысалы, бауырлар арасындағы бәсекелестікке) меңзеуі ықтимал. Жалпы алғанда, сурет неғұрлым үлкен болса, соғұрлым баланың көшбасшылыққа, ықпал

	етуге және өзін көрсетуге деген ұмтылысы айқынырақ болады.
<i>Парақтың 1/2 бөлігінен аз, әсіресе төменгі бөлігіне ығысқан кактус.</i>	Баланың өзіне деген сенімсіздігін, эмоциялық тұйықтығын және өзін-өзі бағалауының төмендігін көрсетуі мүмкін.
Қысым (қарындашты басу күші) баланың эмоционалдық шиеленіс деңгейін, ішкі энергиясын және психоэмоционалдық жағдайының ерекшеліктерін көрсетеді.	
<i>Әлсіз қысым және жіңішке сызықтар</i>	Өзіне деген сенімсіздікті, ұялшақтықты және өзін төмен бағалауды көрсетуі мүмкін.
<i>Ирек (зигзаг) сызықтардың болуы, көптеген түзетулер, қайта бастырулар, штрихтаулар, жұмысты бастар немесе жалғастыра алдындағы кідірістер</i>	Баланың ішкі шиеленісін, мазасыздығын, өзіне сенімсіздігін және эмоционалдық тұрақсыздығын көрсетуі мүмкін.
<i>Қатты қысым</i>	Ішкі шиеленісті, эмоционалдық қозғыштықты немесе мазасыздықтың жоғары деңгейін көрсетуі мүмкін.
<i>Біркелкі, орташа қысым</i>	Эмоционалдық тұрақтылықты және өзін-өзі бақылаудың жеткілікті деңгейін көрсетеді.
<i>Біркелкі емес қысым</i>	Эмоционалдық тұрақсыздықты, көңіл күйдің жиі ауысуын немесе ішкі шиеленісті білдіруі мүмкін.
Тікенектер баланың қорғану тәсілдерін және агрессивтілік деңгейін білдіреді.	
<i>Ірі, жиі орналасқан, өткір тікенектер</i>	Айқын қорғаныс ұстанымын, ішкі шиеленісті немесе агрессивті реакцияларды көрсетуі мүмкін.
<i>Кактусты «тікенегі өте көп», «оган қол тигізуге болмайды» деп сипаттауы</i>	Қарым-қатынас орнатудағы қиындықтарды, тұйықтықты және сақтықты білдіруі мүмкін.
<i>Жіңішке, қысқа тікенектер</i>	Агрессияны басып тастауды, ренжу сезімін және жағымсыз эмоцияларды білдірудегі қиындықтарды көрсетуі мүмкін.
<i>Гүлдер, әшекейлер және сәндік элементтер</i>	Айналасындағылардың назарын, мойындауын және мақұлдауын қажет ететіндігін көрсетуі мүмкін.
<i>Суреттің жалпы эмоционалдық сипаты</i>	Баланың эмоционалдық жағдайын, ішкі шиеленіс деңгейін, ашықтығын немесе тұйықтығын бағалауға көмектеседі.
Суреттің парақтағы кеңістікте орналасуы баланың өзін-өзі қабылдау ерекшеліктерін, өзіне деген сенімділік деңгейін, эмоционалдық жағдайын және қоршаған ортамен өзара әрекеттесу сипатын көрсетеді.	

<i>Сол жаққа ығысу</i>	Өткен тәжірибеге бағытталу, басынан өткен оқиғаларға байланып қалу, өткенге назар аудару.
<i>Оң жаққа ығысу</i>	Болашаққа бағытталу, мақсаттарға ұмтылу, жоспарлау және өзгерістерге талпыныс.
<i>Парақтың жоғарғы бөлігі</i>	Әлеуметтік байланыстармен, өзін-өзі бағалаумен, сыртқы белсенділікпен және саналы түрде сезінілетін уайымдармен байланысты.
<i>Парақтың төменгі бөлігі</i>	Негізгі эмоционалдық қауіпсіздікті, отбасы саласын және ішкі тіректерді көрсетеді.
<i>Аймақтарды бейнелеудегі детализация айырмашылықтары</i>	Неғұрлым егжей-тегжейлі бейнеленген бөліктер сәйкес саланың маңыздылығын және эмоционалдық қанықтылығын көрсетеді.
<i>Аймақтағы штрихтарлар, күңгірттендірулер, түзетулер</i>	Белгілі бір саладағы жергілікті эмоционалдық шиеленісті немесе сол аймаққа қатысты уайымдарды білдіруі мүмкін.
Кактус суретіндегі құмыра баланың отбасылық ортаны және ата-ананың қамқорлық сипатын қабылдауын білдіреді, сондай-ақ қауіпсіздік, назарда болу және эмоционалдық қолдау сезімдерін көрсетеді.	
<i>Құмыраның болмауы</i>	Жалғыздық сезімін, эмоционалдық қолдаудың және отбасылық жылулықтың жетіспеушілігін көрсетуі мүмкін.
<i>Тым үлкен құмыра</i>	Шектен тыс қамқорлықты, шамадан тыс бақылауды немесе баланың дербестігін шектеуді білдіруі мүмкін.
<i>Өлшемдердің сәйкес, үйлесімді арақатынасы</i>	Қамқорлықтың үйлесімді деңгейін және эмоционалдық тұрақты отбасылық қарым-қатынасты көрсетеді.
<i>Құмырадағы сәндік бөліктер</i>	Қамқорлық тақырыбына байланысты мазасыздықты және отбасылық қарым-қатынастың маңыздылығын көрсетуі мүмкін.
<i>Құмыраның түсі</i>	Баланың ата-ана тұлғасына және отбасылық жүйеге деген эмоционалдық қатынасын көрсетеді.

Түстерді интерпретациялау. Суретте қолданылған түстер баланың эмоционалдық жағдайын, көңіл күйін, мазасыздық деңгейін және қоршаған ортаны қабылдау ерекшеліктерін көрсетеді.

Қызыл түс – жоғары эмоционалдық белсенділікті, жігерлілікті, қызбалық сезімін және өзін көрсетуге ұмтылысты білдіреді. Сондай-ақ күштарлықты, өзіне назар аудартуға бейімділікті және эмоцияға тез

берілуін көрсетуі мүмкін. Егер қызыл түс шамадан тыс қолданылып, үшкір пішіндермен қатар берілсе, агрессивті реакцияларға бейімділікті немесе ішкі психологиялық шиеленісті меңзеуі ықтимал.

Қызғылт сары түс – эмоционалдық қолдауға деген қажеттілікпен, өзін қауіпсіз сезінбеумен және ішкі мазасыздықпен байланысты. Көбіне қорғанысқа, жылулық пен айналасындағылардың қабылдауына ұмтылысты білдіреді. Сондай-ақ эмоционалдық жағдайдың тұрақсыздығын көрсетуі мүмкін.

Сары түс – оптимизмді, ашықтықты, өмірсүйгіштікті, қарым-қатынасқа және жаңа тәжірибеге ұмтылысты көрсетеді. Бастауыш сынып жасындағы балалар үшін бұл қалыпты құбылыс болып саналады және қоршаған ортаға, оқу үдерісіне жағымды көзқарасты білдіруі мүмкін.

Жасыл түс – ішкі тепе-теңдікті, тұрақтылықты, қауіпсіздік сезімін және эмоционалдық тұрақтылықты білдіреді. Көбіне сабырлы көңіл күйді, өзіне деген сенімділікті және жаңа жағдайларға жақсы бейімделуді көрсетеді.

Көк түс – өзін-өзі бақылаумен, ұтымды ойлаумен, ұстамдылықпен және тәртіпке деген қажеттілікпен байланысты. Ол тұрақтылыққа, болжамдылыққа, ережелерді сақтауға ұмтылысты, сондай-ақ белгілі бір эмоционалдық қашықтықты білдіруі мүмкін.

Күлгін түс – жоғары сезімталдықты, мазасыздықты, эмоционалдық тұрақсыздықты және ішкі шиеленісті көрсетеді. Сонымен қатар қиялға бейімділікті, ішкі уайымдарға берілуді, ал айқын көрінген жағдайда эмоционалдық қолдауға деген қажеттілікті білдіруі мүмкін.

Қара түс – қарсылық білдіруді, шаршауды, ішкі жайсыздықты немесе жағдайды пессимистік тұрғыдан қабылдауды көрсетуі мүмкін.

Егер кара түс басым болса, оны міндетті түрде суреттің жалпы мазмұнымен және баламен жүргізілген әңгімелесу нәтижелерімен бірге қарастырған жөн.

Бір түспен ғана салынған суреттер баланың өзін ашуға қорқуын немесе эмоционалдық тұйықтығын көрсетуі мүмкін.

Шынайы емес түстік шешімдер (мысалы, торкөз кактус) эмоционалдық қабылдаудың өзіндік ерекшелігін және баланың ішкі сезімдерінің өзгешелігін білдіруі мүмкін.

Бір түстің мағынасы суреттің мазмұнына, баланың жас ерекшелігіне және басқа түстермен үйлесіміне қарай өзгеруі мүмкін. Сондықтан түстерді талдау жеке қарастырылмайды, ол проективті материалды кешенді бағалаудың құрамдас бөлігі болып табылады.

Кактусқа берілген сөздік сипаттама. Баланың кактусты сөзбен сипаттауы оның өзін және қоршаған ортаны қалай қабылдайтынын, әлеуметтік қарым-қатынасқа көзқарасын, сондай-ақ психологиялық қорғалғандық деңгейін көрсетеді. Баламен жүргізілетін әңгімелесу әдістеменің диагностикалық мүмкіндіктерін едәуір кеңейтіп, алынған нәтижелерді тереңірек түсіндіруге мүмкіндік береді.

Сұрақ	Мазмұны және диагностикалық мәні
<i>Кактус тікенегі көп пе? Оған қол тигізуге бола ма?</i>	Жауап баланың қарым-қатынасқа қаншалықты ашық екенін көрсетеді. Кактус неғұрлым «тікені көп» және қолжетімсіз болса, соғұрлым өзара әрекет етуде қиындықтардың болуы ықтимал. Егер «оны тек анасы ғана ұстай алады» десе, бұл бір маңызды ересек адамға деген сенімді білдіреді. Егер «ешкім ұстамайды» десе, бұл эмоционалдық оқшаулану сезімін көрсетуі мүмкін.
<i>Кактус жалғыз өсіп тұр ма, әлде оның жанында басқа кактустар (көршілері) бар ма?</i>	Көршілер маңызды жақын адамдарды, көбінесе аға-әпке, іні-қарындасарды білдіреді. Баланың қарым-қатынасты қолдаушы немесе бәсекелестік ретінде сипаттайтыны маңызды.
<i>Кактус өскен кезде қалай өзгереді?</i>	Жауап баланың болашақ туралы түсінігін көрсетеді. Оң болжам («үлкейеді», «күшейеді», «гүлдейді», «достары пайда болады») – жағымды көрсеткіш.

	<i>Теріс болжам («қурап қалады», «жалғыз қалады») – мазасыздықты немесе жағымсыз жағдайларды күту үрдісін көрсетуі мүмкін. «Білмеймін» деген жауап белгісіздік сезімін немесе жауаптан қашуды білдіруі мүмкін.</i>
<i>Кактус жабайы ма, әлде үй кактусы ма?</i>	<i>Үйде өсетін кактус – баланың отбасына қатыстылық сезімін көрсетеді. Жабайы кактус – қамқорлықтың жетіспеушілігін сезінуді көрсетуі мүмкін. Әлеуметтік-мәдени аспект: талдау кезінде баланың өмір сүру жағдайларын ескеру қажет. Ауылдық жердегі балалар кактусты табиғатта өсетін өсімдік ретінде бейнелеуі мүмкін, бұл әрдайым қамқорлық тапшылығын білдірмейді.</i>
<i>Оған кім күтім жасайды?</i>	<i>Қамқорлық көрсететін адамның шынайы сипатталуы отбасы рөлдерін түсінуді көрсетеді, ал оның болмауы қолдаудың тұрақсыздығын білдіруі мүмкін.</i>
<i>Кактустың гүлдері бар ма? Олар қандай?</i>	<i>Бұл баланың назарда болуға, жағымды эмоцияларын көрсетуге, немесе мақтау естуге тырысатынын аңғарады. Жарқын, үлкен гүлдер – назарға қажеттілік; гүлдердің болмауы – ұстамдылықты, өзін көрсетуге ұмтылыстың төмендігін білдіруі мүмкін.</i>
<i>Кактус өзі өсіп тұрған жерді ұната ма?</i>	<i>Баланың психологиялық жайлылық деңгейін және өмірлік жағдайын қабылдауын көрсетеді. Ұнайды – жағдайды қабылдау; ұнамайды – ішкі жайсыздық; білмеймін – белгісіздік.</i>
<i>Кактус бір нәрседен қорқа ма?</i>	<i>Мазасыздық сезімдерінің және қауіп сезімінің болуын анықтауға мүмкіндік береді. Адамдардан/жануарлардан қорқу – мазасыздық; ештеңеден қорықпау – сенімділік; сынудан қорқу – осалдық сезімі.</i>
<i>Кактустың жанындағы кім – досы ма, әлде жауы ма?</i>	<i>Әлеуметтік қарым-қатынастарды қабылдау ерекшеліктерін көрсетеді (сенім/шиеленіс). Досы – сенім; жауы – қауіп күту; ешкімі жоқ – жалғыздық сезімі.</i>
<i>Кактус жалғыз ба, әлде жанында біреудің болғанын қалайды ма?</i>	<i>Қарым-қатынасқа және эмоционалдық жақындыққа қажеттілік деңгейін анықтайды. Достарды қалайды – қарым-қатынасқа қажеттілік; жалғыз – тұйықтық немесе оқшаулануға үйрену.</i>
<i>Егер кактус жалғыз қалса, не болады?</i>	<i>Қолдау, жалғыздық және ықтимал жағымсыз жағдайларды күту туралы түсініктерді көрсетеді. Қурап қалады/өледі – мазасыз ойлар; бәрі жақсы болады – тұрақтылық; білмеймін – белгісіздік.</i>
<i>Кактусқа қиын болған жағдайда оған кім көмектесе алады?</i>	<i>Маңызды ересектердің бар екенін және тірек сезімін көрсетеді. Анасы/әкесі/әжесі/атасы немесе отбасы мен жақын ортасындағы маңызды адам – қолдаудың бар екенін</i>

	көрсетеді; ешкім – тіректің жетіспеушілігі; досы/мұғалімі – кеңейтілген қолдау жүйесі.
<i>Кактус күшті ме, әлде әлсіз бе?</i>	<i>Баланың өзін-өзі сезінуін бейне арқылы бағалауға мүмкіндік береді.</i> Күшті – сенімділік; әлсіз – сенімсіздік, осалдық; кейде күшті, кейде әлсіз – өзін-өзі бағалауы тұрақсыз.

Суретті талдау кезінде бейнеленген кактусты шартты түрде «**тірі бейне**» ретінде елестетіп, оның қалдыратын жалпы әсерін бағалау пайдалы. Мысалы, кактус жағымды әсер қалдыра ма, ұқыпты күтілгендей көріне ме, орнықты ма, оған жақындағың келе ме, әлде керісінше, шиеленіс пен қашықтық сезімін тудыра ма – осының барлығы ескеріледі. Талдау барысында жекелеген бөлшектерге ғана емес, суреттің жалпы эмоционалдық реңіне, сызықтардың сипатына, суреттің нақтылығына және ұқыптылығына назар аудару қажет. Себебі дәл осы белгілердің жиынтығы баланың ішкі эмоционалдық жағдайын және қоршаған ортаны қабылдау ерекшеліктерін тереңірек түсінуге мүмкіндік береді.

«Кактус» әдістемесі проективті диагностикалық құралдарға жататындықтан, интерпретацияны суреттің бір ғана белгісіне немесе жеке элементіне сүйеніп жасауға болмайды.

Қорытынды суретті тұтас талдау, тапсырманы орындау барысында байқалған мінез-құлық ерекшеліктері және баламен жүргізілген кейінгі әңгімелесу нәтижелері негізінде ғана шығарылады. Егер эмоционалдық шиеленістің, мазасыздықтың немесе психологиялық қолайсыздықтың айқын белгілері анықталса, қосымша психологиялық диагностика жүргізу және білім алушының даму, бейімделу ерекшеліктерін ескере отырып, жеке психологиялық-педагогикалық қолдау ұйымдастыру ұсынылады.

«ОТБАСЫЛЫҚ СОЦИОГРАММА» ПРОЕКТИВТІ ӘДІСТЕМЕСІ

Авторы Э.Г. Эйдемиллер, В. Юстицкис

Әдістеме баланың отбасы құрылымы мен отбасы мүшелері арасындағы қарым-қатынасты қабылдау ерекшеліктерін анықтауға арналған. Оның негізінде проективті сурет әдісі жатыр: оқушыға өз отбасы мүшелерін шеңберлер түрінде бейнелеу ұсынылады, оларды парақта эмоционалдық жақындық пен маңыздылық деңгейіне қарай орналастырады.

Әдістеме отбасылық қарым-қатынастың сипатын, отбасы мүшелері арасындағы эмоционалдық қашықтықты, баланың отбасылық өмірге қаншалықты араласу деңгейін, сондай-ақ жалғыздық, еленбеу сезімдерін немесе керісінше, тығыз эмоционалдық байланысты анықтауға мүмкіндік береді.

Әдістеме келесілерді анықтауға мүмкіндік береді:

- отбасы мүшелерінің ішіндегі субъективті маңызды адамдарды;
- эмоционалдық жақындықты/алшақтықты;
- елену немесе еленбеу сезімдерін;
- отбасылық ішкі қақтығыстардың болуын;
- қарым-қатынастағы тәуелділік пен симбиотикалық байланыстың (эмоционалдық тұрғыдан шамадан тыс байланып қалу) деңгейін;

- баланың отбасылық жүйедегі өзін-өзі бағалау деңгейін;

- отбасы иерархиясының ерекшеліктерін.

Материал: диаметрі шамамен 10–11 см болатын шеңбер бейнеленген бланк, қарапайым қарындаш немесе қалам.

Мақсатты аудитория: 1–4 сынып оқушылары.

Нұсқаулық

Алдыңызда шеңбер бейнеленген парақ жатыр. Шеңбердің ішіне өзіңізді және отбасыңыздың барлық мүшелерін шеңберлер түрінде салыңыз және олардың аттарын жазыңыз.

Қосымша түсіндірме берілмейді. Баланың тапсырманы өз бетінше орындауы маңызды.

НӘТИЖЕЛЕРДІ ӨНДЕУ

Суретті талдау 4 негізгі критерий бойынша жүргізіледі.

№	Талдау критерийі	Неге назар аударылады	Мүмкін болатын интерпретация
1	Бейнеленген отбасы мүшелерінің саны	Отбасының барлық нақты мүшелері шеңбердің ішіне енгізілген бе, бөгде тұлғалар немесе артық бейнелер бар ма	Отбасы мүшесінің бейнеленбеуі жанжалдарды, алшақтауды, эмоционалдық ығыстыруды (баланың жағымсыз уайымдары мен сезімдерін көрсетпеуге, оларды басуға немесе олардан қашуға тырысуын) білдіруі мүмкін; бөгде адамдарды/жануарларды қосу – отбасындағы маңызды қарым-қатынастардың жетіспеушілігін (эмоционалдық жақындықтың, қолдаудың, назардың және жақындарымен сенімді қарым-қатынастың жеткіліксіздігін) көрсетуі мүмкін.
2	Шеңберлердің өлшемі	Қай шеңбер басқаларынан үлкен/кіші	«Мен» шеңберінің үлкен болуы – өзін-өзі бағалаудың жоғары немесе асыра бағаланғанын көрсетеді; кішкентай болуы – өзін-өзі бағалаудың төмендігін, өзін маңызы жоқтан сезінуді білдіреді; басқа адамдардың үлкен шеңберлері – олардың бала үшін субъективті маңыздылығын (адамның, жағдайдың немесе сезімнің бала өміріндегі ерекше маңызды және эмоционалдық құндылығын) көрсетеді.
3	Шеңбер ішіндегі орналасуы	Кім орталықта, жоғарыда, төменде немесе шеттерде орналасқан	Орталықта орналасу – өзін маңыздылығын сезінуді білдіреді; шетте немесе төменде орналасу – жалғыздық сезімін, эмоционалдық қабылданбауды (маңызды ересектер тарапынан махаббаттың, қабылдаудың, назардың және эмоционалдық тұрғыдан шеттетілу сезімін көрсетуі мүмкін; басқа адамның орталықта орналасуы – отбасының басым мүшесін (отбасындағы

			ахуалға, ережелерге және қарым-қатынастарға негізгі ықпал ететін адамды) көрсетеді.
4	Шеңберлер арасындағы қашықтық	Жақындық, қашықтық, шеңберлердің бір-бірімен қиылысуы	Жақын орналасу – эмоционалдық байланыстың беріктілігін білдіреді; алыс орналасу – қашықтықты, шиеленісті көрсетеді; шеңберлердің бір-бірінің үстіне түсуі – симбиотикалық байланысты, тәуелділікті (баланың маңызды ересек адамға шамадан тыс эмоционалдық байланысын және тәуелділігін) білдіреді.

Нәтижелерді толық интерпретациялау

Отбасы мүшелерінің санын талдау

Сурет ерекшелігі	Интерпретация
<i>Отбасының барлық мүшелері бейнеленген</i>	Отбасы тұтас жүйе ретінде қабылданады (бала отбасын барлық мүшелері бір-бірімен байланысқан және бір-біріне әсер ететін біртұтас құрылым ретінде көреді).
<i>Отбасы мүшелерінің біреуі бейнеленбеген</i>	Жасырын жанжал, қорқыныш, алшақтық немесе эмоционалдық тұрғыдан тыс қалу сезімі болуы мүмкін (қарым-қатынастағы ішкі шиеленіс сырт көзге байқалмауы мүмкін, бірақ бала оны салқындық, қашықтық немесе жақындықтың болмауы ретінде сезінуі ықтимал).
<i>Бөгде адамдар, жануарлар немесе заттар бейнеленген</i>	Эмоционалдық тапшылықтың болуы, қолдауды отбасыдан тыс жерден іздеу (балаға отбасында жылулық, көңіл бөлу және түсіністік жеткіліксіз болуы мүмкін, сондықтан ол қолдау мен қабылдауды басқа адамдардан немесе басқа ортадан іздеуге бейім болады).

Шеңберлердің өлшемін талдау

Ерекшелігі	Интерпретация
<i>«Мен» шеңбері ең үлкен</i>	Бала өзін маңызды тұлға ретінде қабылдайды, кейде басты болуға ұмтылады, өзіне сенімділік немесе үстемдік көрсетуге бейімділік танытуы мүмкін.
<i>«Мен» шеңбері орташа</i>	Бала өзін дұрыс бағалайды, отбасындағы өз орнын сезінеді.
<i>«Мен» шеңбері кішкентай</i>	Бала өзін сенімсіз сезінуі, өзін маңызы жоқ адам деп қабылдауы және өзіне күмәндануы мүмкін.
<i>Ата-аналардың біреуінің шеңбері өте үлкен</i>	Бала бұл ата-ананы отбасындағы ең күшті, маңызды және үлкен ықпал ететін адам ретінде қабылдайды.

Фигуралардың орналасуын талдау

Орналасуы	Интерпретация
-----------	---------------

«Мен» ортада орналасқан	Бала өзін отбасының бір бөлігі ретінде сезінеді, өзінің маңыздылығын және отбасының толық мүшесі тиесілі екенін сезінеді.
«Мен» шетте, төменгі бөлікте орналасқан	Бала жалғыздықты, шеттетілгенін немесе өзіне көңіл бөлудің жеткіліксіздігін сезінуі мүмкін.
Ата-аналар орталықта, ал бала шеткі аймақта орналасқан	Бала өзін отбасылық қарым-қатынас барысында жеткілікті деңгейде қатысы жоқ деп сезінеді, отбасы мүшелерімен эмоционалдық қашықтықты сезінеді.
Отбасы мүшелерінің біреуі барлық адамдардан бөлек орналасқан	Отбасы мүшелері арасында шиеленіскен қарым-қатынас, жанжал немесе эмоционалдық алшақтық болуы мүмкін.

Шеңберлер арасындағы қашықтықты талдау

Ерекшелігі	Интерпретация
Шеңберлер бір-біріне тиіп тұр	Отбасы мүшелері арасындағы жылы, жақын қарым-қатынас, эмоционалдық байланыс
Шеңберлер бір-бірінің үстіне ішінара түсіп орналасқан	Өте күшті байланыс, жеке шекаралардың әлсіздігі, тәуелділік
Шеңберлер бір-бірінен алыс орналасқан	Эмоционалдық алшақтық, жақындық пен қарым-қатынастың жеткіліксіздігі
Бала ата-аналардың біреуіне жақынырақ орналасқан	Ата-аналардың біреуіне деген көбірек бауыр басу онымен қарым-қатынас жасауға басымдық беру

Отбасылық қолайсыздық белгілері

Келесі ерекшеліктердің болуы психологиялық қолайсыздықты көрсетуі мүмкін:

- бала өзін жалпы топқа қоспайды;
- бала өзін ең кішкентай етіп бейнелейді;
- маңызды ересектер алыс орналасқан;
- ата-аналардың біреуі бейнеленбеген;
- шеңберлер ретсіз орналасқан;
- фигуралар арасында өте тығыз байланыс байқалады, олар бір-біріне соншалық жақын орналасқан, жеке кеңістік мүлдем жоқ.
- шеңбердің ішінде бос кеңістік аз немесе керісінше, тым көп бос орын бар.

Нәтижелерді интерпретациялау кезінде суреттің жеке элементтерін ғана емес, олардың жиынтығы мен өзара байланысын ескеру маңызды, себебі баланың отбасын қабылдау ерекшеліктерін дәл

тұтас көрініс көрсетеді. Ерекше назарды: отбасы мүшелері арасындағы эмоционалдық алшақтыққа; сурет құрылымындағы «Мен» бейнесінің орналасуына; маңызды тұлғалардың болуы немесе болмауына аудару қажет. Маңызды диагностикалық белгі – нақты отбасы құрылымы мен баланың оны бейнелеуі арасындағы сәйкессіздік. Сонымен қатар эмоционалдық шиеленіс, оқшаулану немесе симбиотикалық тәуелділік белгілерінің айқындылығын ескеру қажет. Алынған мәліметтер баланың отбасы жағдайы туралы объективті қорытынды жасау үшін әңгімелесу нәтижелерімен және басқа әдістемелермен салыстырылуы тиіс.

«ОТБАСЫ СУРЕТІ» ПРОЕКТИВТІ ӘДІСТЕМЕСІ

Әдістеме баланың өз отбасын қабылдау ерекшеліктерін сурет арқылы зерттеуге бағытталған. Тапсырманы орындау барысында оқушы отбасы мүшелерін бейнелейді, бұл әрқайсысына деген эмоционалдық қатынасын, отбасылық байланыстардың сипатын және баланың отбасылық жүйедегі субъективті орнын анықтауға мүмкіндік береді. Әдістеменің проективті сипаты отбасы жағдайына байланысты баланың тек саналы түрде сезінетін емес, сонымен қатар жасырын уайымдарын да анықтауға мүмкіндік береді.

Мақсатты аудитория: 1–4 сыныптар.

Нұсқаулық

Балаға А4 парағын, стандартты 12 түсті қарындаштар жинағын беріп, отбасының суретін салуды ұсыныңыз. Ешқандай қосымша нұсқау немесе нақтылау беруге болмайды.

Баланың *«кімді салу керек, кімді салмау керек?»*, *«бәрін салу керек пе?»*, *«атамды салу керек пе?»* және т.б. сұрақтарына нақты жауап бермей, мысалы: *«Қалай салғың келсе, солай сал»* деп жауап

берген дұрыс. Бала сурет салып жатқан кезде оған байқатпай бақылау жүргізіп, келесі жағдайларды белгілеу қажет:

1. Бос кеңістікті толтыру реті (сурет элементтерін паракқа орналастыру тәсілі);
2. Сурет кейіпкерлерінің пайда болу реті;
3. Жұмысты бастау және аяқтау уақыты;
4. Белгілі бір кейіпкерді немесе сурет элементтерін бейнелеудегі қиындықтардың пайда болуы (шамадан тыс шоғырлану, кідірістер, айқын баяулық және т.б.);
5. Әрбір кейіпкерді салуға кеткен уақыт;
6. Белгілі бір кейіпкерді салу кезіндегі баланың эмоционалдық күйі.

Сурет аяқталғаннан кейін баладан бейнеленген барлық кейіпкерлерге ат қоюын немесе олардың аттарын жазуын сұраңыз. Сурет толық аяқталған соң зерттеудің екінші кезеңі – әңгімелесу жүргізіледі. Әңгіме жеңіл, еркін түрде өтуі керек, баланың қарсылық немесе алшақтау сезімін тудырмауы қажет.

Ұсынылатын сұрақтар:

1. *Суретте кімнің отбасы бейнеленген: баланың өз отбасы ма, оның досының отбасы ма, әлде ойдан шығарылған отбасы ма?*
2. *Бұл отбасы қай жерде орналасқан және қазіргі уақытта оның мүшелері немен айналысып жатыр?*
3. *Бала әр кейіпкерді қалай сипаттайды, отбасында әрқайсысына қандай рөл береді?*
4. *Отбасындағы ең жақсы адам кім және неге?*
5. *Ең бақытты адам кім және неге?*
6. *Ең мұңды адам кім және неге?*
7. *Балаға кім көбірек ұнайды және неге?*

8. Бұл отбасында балаларды жаман қылығы үшін қалай жазалайды?

9. Серуендеуге шыққанда үйде кім қалады?

Балаға шешім таңдауды қажет ететін 6 жағдайды ұсынуға болады: олардың 3-еуі отбасы мүшелеріне қатысты жағымсыз сезімдерді, ал 3-еуі жағымды сезімдерді анықтауға бағытталған.

1. Елестет: сенде киноға екі билет бар. Өзіңмен бірге кімді шақырар едің?

2. Елестет: бүкіл отбасың қонаққа бара жатыр, бірақ біреуің ауырып қалып, үйде қалуы керек. Ол кім?

3. Сен конструктордан үй жасап жатырсың (қуыршаққа қағаздан көйлек қиып жатырсың), бірақ қолыңнан келмей жатыр. Кімнен көмек сұрар едің?

4. Сенде қызықты фильмге бірнеше билет бар (отбасы мүшелерінің санынан бір билет кем). Үйде кім қалады?

5. Елестет: сен адам тұрмайтын аралға түсіп қалдың. Ол жерде кіммен бірге өмір сүргің келеді?

6. Саған қызықты үстел ойыны сыйлады. Бүкіл отбасы ойнауға отырды, бірақ бір адам артық болып қалды. Кім ойнамайды?

«Неге бала отбасының белгілі бір мүшесін салмады?» деген сұрақты (егер сондай жағдай болса) қоюдан аулақ болу керек, себебі бұл баланың мазасыздануын және қорғаныс реакцияларын күшейтуі мүмкін.

Нәтижелерді толық әрі дұрыс интерпретациялау үшін алдын ала бала туралы қосымша ақпарат жинау қажет. Баланың жасын және танымдық даму деңгейін ескеру маңызды, себебі бұл тапсырманы орындау және қабылдау ерекшеліктеріне әсер етеді. Сонымен қатар:

отбасы құрамын; аға-әпке, іні-қарындастарының жас ерекшеліктерін; мүмкін болған жағдайда баланың отбасындағы және мектептегі мінез-құлық ерекшеліктерін анықтау қажет. Баланың медициналық және психологиялық-педагогикалық даму ерекшеліктерінің болуы да маңызды (мысалы, аутистік спектр бұзылысы, психикалық дамудың тежелуі және т.б.), себебі олар әдістемені орындау сипатына және нәтижелерді интерпретациялауға әсер етуі мүмкін.

ИНТЕРПРЕТАЦИЯ

Критерий	Диагностикалық мәні
Фигуралардың өлшемі отбасы мүшелерінің субъективті маңыздылығын және баланың өзін-өзі бағалау деңгейін көрсетеді.	
Парақтың көп бөлігін алып жатқан өте үлкен фигуралар	Импульсивтілікті, үстемдік етуге ұмтылысты, эмоционалдық шиеленісті көрсетуі мүмкін.
Үлкен фигуралар (әсіресе ата-аналар немесе баланың өзі)	Маңызды, күшті, басым тұлға ретінде қабылданады. Көбінесе беделді, эмоционалдық тәуелділікті немесе маңызды болуға ұмтылысты көрсетеді.
Кішкентай фигуралар (әсіресе «Мен» бейнесі)	Өзін-өзі бағалаудың төмендігін, өзін маңызды емес сезінуді, мазасыздықты, отбасылық жүйеде өзін әлсіз сезінуді білдіреді.
Отбасы мүшелері арасындағы өлшемдердің айқын айырмашылығы	Отбасылық иерархияның біркелкі еместігін, билікке байланысты ықтимал қақтығыстарды немесе эмоционалдық ықпал ету ерекшеліктерін көрсетеді.
Фигуралардың парақтағы орналасуы баланың эмоционалдық жағдайын, өзін-өзі бағалау деңгейін және өмірлік кеңістікті қабылдау ерекшеліктерін көрсетеді.	
Парақтың жоғарғы бөлігі	Өзіндік талаптардың жоғары болуы, қиялы ұшқыр, әлеуметтік мойындалуға бағытталу, кейде шынайылықтан алшақтау.
Парақтың төменгі бөлігі	Өзін-өзі бағалаудың төмендігі, сенімсіздік, өзін «басылып қалғандай» сезіну, ішкі тіректің жеткіліксіздігі.
Парақтың ортасы	Өзін-өзі адекватты бағалау, отбасылық жүйеге қатыстылық сезімі.
Сол жаққа ығысу	Өткеннің әсерінен шыға алмау, өткен шаққа байлану.
Оң жаққа ығысу	Болашаққа бағытталу, белсенділік, өзгерістерге ұмтылу.

Фигуралар арасындағы қашықтық эмоционалдық жақындықты және отбасы ішіндегі қарым-қатынастардың сипатын көрсетеді.	
Фигуралардың жақын орналасуы, бір-біріне жанасуы	Эмоционалдық жақындық, қолдау, тығыз байланыстар.
Фигуралардың бір-бірінен қатты ашақ орналасуы	Эмоционалдық қашықтық, алшақтық, қарым-қатынастың болмауы.
Жеке фигуралардың оқшаулануы	Қақтығыс, қабылдамау, отбасы мүшесін психологиялық тұрғыдан шеттету.
Отбасы мүшелерінің ортақ әрекет арқылы бірігуі	Эмоционалдық қолайлылықтың және отбасын біртұтас жүйе ретінде қабылдаудың көрсеткіші.
Фигуралардың бір-бірінің үстіне түсуі	Симбиотикалық қарым-қатынас, жеке шекаралардың бұзылуы, тәуелділік.
Фигуралардың заттармен, сызықтармен немесе «ұяшықтармен» бөлінуі	Эмоционалдық кедергілерді, қақтығыстарды немесе отбасылық өзара әрекет етудің бұзылуын көрсетеді.
Бір фигураның басқалардан жоғары орналасуы	Бала тарапынан ең маңызды, күшті немесе билікке ие тұлға ретінде қабылданады.
Отбасы мүшелерінің саны мен құрамы баланың отбасылық жүйеге қатысу деңгейін және эмоционалдық байланыстардың сипатын көрсетеді.	
Толық отбасының бейнеленуі	Отбасы құрылымын адекватты қабылдау, эмоционалдық тұрғыдан қатысу.
Отбасы мүшелерінің біреуінің болмауы	Жасырын қақтығыс, эмоционалдық тұрғыда шеттеу немесе психологиялық ығыстыру.
Баланың өзін бейнелемеуі	Қажетсіздік сезімі, қабылданбау, отбасындағы маңыздылықтың төмендігі немесе отбасы тақырыбынан қашу.
Бөгде адамдардың, жануарлардың, кейіпкерлерінің немесе бөтен/таныс емес адамдардың пайда болуы	Эмоционалдық қолдауға, қарым-қатынасқа, қорғауға немесе жақындыққа деген қанағаттандырылмаған қажеттілікті көрсетеді.
Тек өзін ғана бейнелеу	Баланың бар назары тек өзінде екенін отбасымен байланысы әлсірегенін және өзін керексіз сезініп жүргенін көрсетуі ықтимал.
Сызықтардың сипаты мен қарындашпен басу күші баланың эмоционалдық жағдайын және психоэмоционалдық шиеленіс деңгейін көрсетеді.	
Өте қатты басу	Кейде агрессивтілікпен, гиперактивтілікпен немесе айқын шиеленіспен байланысты болады.
Қатты басу	Эмоцияға тез берілу, импульсивтілік, жоғары қозғыштық, кейде агрессия сезімі.
Әлсіз басу	Астениялық белгілер, сенімсіздік, белсенділіктің төмендеуі, мазасыздық.
Бірде қатты бірде жай басу	Эмоционалдық тұрақсыздық, көңіл-күйдің өзгеруі.

<i>Дірілдеген, үзік сызықтар</i>	Мазасыздық, сенімсіздік, ішкі қақтығыс.
<i>Штрихтау және қараңғылау</i>	Шиеленіс, мазасыздықты немесе жайсыздықты бастан кешіру.
Дене бөліктерінің жеке бейнелену ерекшеліктері отбасы мүшелеріне деген эмоционалдық қатынасты және олардың қызметтерін қабылдау ерекшеліктерін көрсетеді.	
<i>Үлкен бас</i>	Интеллектті, беделді, үстемдікті қабылдауды көрсетеді.
<i>Бастың, беттің, ауыздың, көздің болмауы</i>	Эмоционалдық тұрғыда салқындық сезімі, қақтығыс, қашықтық.
<i>Бетті штрихтау</i>	Көбінесе кейіпкерге қатысты мазасыздықпен, қорқынышпен немесе жағымсыз сезімдермен байланысты.
<i>Бет әлпеттерінің әртүрлі болуы</i>	Отбасы мүшелерін жеке эмоционалдық қабылдау ерекшеліктерін көрсетеді.
<i>Үлкен ауыз, тістердің ерекше көрсетілуі</i>	Агрессия, қысым көрсету, сөз арқылы бақылау.
<i>Ауыздың сызық түрінде болуы немесе ауыздың болмауы</i>	Эмоционалдық ұстамдылықты, сезімдерін тұншықтыруды өз пікірін ашық білдіре алмауды көрсетеді.
<i>Үлкен көздер</i>	Мазасыздық, қорғаныш күйі деген қажеттілік.
<i>Нүкте түріндегі көздер</i>	Эмоционалдық тұрғыда тұйықталу.
<i>Үлкен қолдар</i>	Күш, бақылау, агрессия немесе билік.
<i>Баланың өзінде қолдардың болмауы</i>	Әлсіздік сезімін, қысым көруді, ересектер тарапынан шамадан тыс бақылауды көрсетуі мүмкін.
<i>Отбасының басқа мүшесінде қолдардың болмауы</i>	Оның ықпалының символдық түрде шектелуін немесе жағымсыз қарым-қатынасты білдіруі мүмкін.
<i>Үлкен, нық аяқтар</i>	Тұрақтылық, сенімділік және қауіпсіздік сезімінің көрсеткіші.
<i>Кішкентай, тұрақсыз немесе «салбырап тұрған» аяқтар</i>	Мазасыздықты, сенімсіздікті, қауіпсіздік сезімінің болмауын көрсетуі мүмкін.
<i>Дене бөліктерінің (қолдар, бет, бас және т.б.) түсіріліп қалуы</i>	Кейде ішкі қақтығысты, мазасыздықты, агрессивті уайымдарды немесе осы адаммен қарым-қатынастағы қиындықтарды көрсетеді.
Суретті түспен безендіру баланың эмоционалдық фонын және өзекті психоэмоционалдық жағдайын көрсетеді.	
<i>Ашық, қанық түстер</i>	Әдетте жағымды эмоционалдық жағдайды, белсенділікті және эмоционалдық ашықтықты көрсетеді.
<i>Қою түстердің басым болуы (қара, сұр, қоңыр)</i>	Мазасыздықты, көңіл-күйдің төмендеуін немесе эмоционалдық шиеленісті көрсетуі мүмкін.

<i>Өзіне және отбасының басқа мүшесіне бірдей түстің қолданылуы</i>	Осы адамға деген эмоционалдық жақындықты және оның маңыздылығын көрсетеді.
<i>Түстерді қолданудан бас тарту</i>	Кейде мазасыздықпен, эмоционалдық қысылумен немесе көңіл-күйдің төмендеуімен байланысты болады.
<i>Белгілі бір фигураны ерекше айқындап салу</i>	Кейіпкердің жоғары эмоционалдық маңыздылығын білдіреді.
Қосымша заттардың болуы баланың эмоционалдық қажеттіліктерін және маңызды қарым-қатынастар құрылымын көрсетеді.	
<i>Жиһаздар мен заттардың көп мөлшерде бейнеленуі</i>	Кейде эмоционалдық маңыздылықтың тұрмыстық салаға немесе отбасының бірлескен әрекетіне ауысуын көрсетеді.
<i>Теледидар, тұрмыстық заттар</i>	Сыртқы ортаға бағытталу, эмоционалдық байланысты заттармен алмастыру.
<i>Жануарлар немесе ойыншықтар</i>	Қарым-қатынастың жеткіліксіздігі, эмоционалдық қолдауды отбасыдан тыс іздеу.
<i>Бұлттар, қара бұлттар</i>	Мазасыздық, жағымсыз эмоционалдық фон.
<i>Көптеген бөлшектер, әшекейлер, гүлдер</i>	Жағымды эмоционалдық қатынасты, қызығушылықты, жақындықты білдіреді.
<i>Сызбалық, қарапайым бейнелеу</i>	Эмоционалдық қашықтықты, маңыздылықтың жеткіліксіздігін немесе жағымсыз сезімдерді көрсетуі мүмкін.
<i>Күн, шамдар, жарық көздері</i>	Жылулыққа, қолдауға және эмоционалдық жақындыққа деген қажеттілікті білдіруі мүмкін.
Сурет салу процесі Суретті орындау ерекшеліктері баланың жасырын эмоционалдық уайымдарын, отбасы мүшелерінің маңыздылығын және ішкі қақтығыстарын көрсетеді.	
<i>Бірінші болып ең маңызды адам салынады</i>	Әдетте эмоционалдық жағынан жақын немесе беделді отбасы мүшесі.
<i>Анасы (жұмысты орындау барысында үзілістен кейін) ең соңында салынады</i>	Жасырын шиеленісті немесе жағымсыз қарым-қатынасты көрсетуі мүмкін.
<i>Белгілі бір адамды бейнелеу алдында кідірістердің болуы</i>	Ішкі қақтығысты немесе эмоционалдық кернеуді білдіреді.
<i>Фигураларды өшіру және қайта салу</i>	Қарама-қайшы сезімдерді, мазасыздықты немесе қарым-қатынас кезін жанжалды көрсетуі мүмкін.
<i>Сурет салу барысында көптеген түсініктемелер беру</i>	Баланың ең маңызды эмоционалдық уайымдарын анықтауға көмектеседі.

«Отбасы суреті» проективті әдістемесінің нәтижелерін интерпретациялау барлық алынған мәліметтерді кешенді талдау

негізінде жүргізілген жағдайда ғана барынша сенімді әрі нәтижелі болады. Талдау барысында тек салынған сурет қана емес, баланың сурет салу кезіндегі мінез-құлқы, тапсырманы орындау реттілігі, өздігінен айтқан пікірлері, эмоционалдық реакциялары, сондай-ақ нақтылаушы және проективті сұрақтарға берген жауаптары да ескеріледі. Суреттегі жеке бір белгі өздігінен дербес диагностикалық көрсеткіш ретінде қарастырылмайды.

Мысалы, адамның кішкентай етіп салынуы, отбасы мүшелерінің бірінің суретте болмауы немесе суреттің белгілі бір бөлігінің қатты штрихталуы баланың эмоционалдық күйзелістерін білдіруі мүмкін. Сонымен қатар мұндай ерекшеліктер жас ерекшелігіне, графикалық дағдыларының даму деңгейіне, зерттеу барысында қысылу, темпераментіне немесе сол сәттегі эмоционалдық жағдайына да байланысты болуы ықтимал. Сондықтан интерпретация әрдайым суреттегі белгілердің жиынтығына, бақылау нәтижелеріне, баламен жүргізілген әңгімелесуге және оның отбасы жағдайы мен даму ерекшеліктері туралы қосымша ақпаратқа сүйене отырып жасалуы қажет.

Баланың суреттері мен жауаптарында тұрақты түрде қайталанатын жағымсыз белгілерге ерекше назар аудару маңызды. Оларға жалғыздық, қорқыныш, назардан тыс қалу сезімі, агрессия, эмоционалдық алшақтық, қолдаудың болмауы, оқшаулану немесе қауіпсіздік сезімінің жоқтығы сияқты тақырыптар жатады. Егер суретте өзін немесе отбасының маңызды мүшелерін бейнелемеу, шамадан тыс штрихтау, кейіпкерлердің бір-бірінен оқшау орналасуы, агрессивті бейнелердің болуы немесе жалпы жағымсыз эмоционалдық фон сияқты айқын алаңдататын белгілер байқалып, баланың жауаптары оның ішкі уайымдарын растайтын болса, бұл эмоционалдық

қолайсыздықтың белгісі болуы және жағдайды тереңірек психологиялық зерттеу қажеттігін көрсетуі мүмкін. Мұндай жағдайларда қосымша психологиялық диагностика жүргізу, баламен жеке түзете-дамыту жұмыстарын ұйымдастыру, қажет болған жағдайда ата-аналарға психологиялық кеңес беру және балаға жүйелі психологиялық-педагогикалық қолдау көрсету ұсынылады.

«ЖАҢБЫР АСТЫНДАҒЫ АДАМ» ПРОЕКТИВТІ ӘДІСТЕМЕСІ

«Жаңбыр астындағы адам» әдістемесі сурет арқылы диагностика жасау әдістерінің бірі. Ол қолайсыз жағдайда (жаңбыр астында) тұрған адамның бейнесін талдау арқылы жүзеге асырылады.

Әдістеме баланың эмоционалдық жағдайын, мазасыздық деңгейін, күйзеліске төзімділігін, психологиялық қорғаныс тәсілдерін және қиын өмірдің қиын кезеңдеріне жауап беру ерекшеліктерін анықтауға бағытталған. Сонымен қатар ішкі психологиялық шиеленіс белгілерін, қауіпсіздік сезімінің деңгейін және дезадаптивті немесе девиантты мінез-құлық қаупін бағалауға мүмкіндік береді.

Мақсатты аудитория: 5–11 сынып оқушылары/ колледждің 1-2 курстары.

Нұсқаулық

Балаға алдымен бір параққа адамның суретін, содан кейін дәл сондай екінші параққа жаңбыр астындағы адамның суретін салу ұсынылады. Екі суретті салыстыру арқылы баланың күйзеліс тудыратын немесе қолайсыз жағдайларға қалай жауап беретіні, қиындықтар кезінде өзін қалай сезінетіні және олармен қалай күресетіні анықталады.

Интерпретация

Суреттерді талдау кезінде алдымен олардың жалпы әсеріне назар аудару қажет. Атап айтқанда, бейнеленген көріністің атмосферасы, кейіпкердің көңіл күйі және суреттің жалпы эмоционалдық реңі бағаланады. Осыдан кейін ғана суреттің жекелеген бөлшектеріне талдау жасалады.

Егер екінші суретте адам қағаздың жоғарғы бөлігіне орналастырылса, бұл шынайы өмірден алыстауға бейімділікті, өзіне деген тіректің әлсіреуін немесе қиындықтардан қорғану үшін қиялға берілу, шамадан тыс негізсіз оптимизм сияқты психологиялық қорғаныс механизмдерінің қолданылуын көрсетуі мүмкін. Егер адам қырынан немесе арқасымен бейнеленсе, бұл сыртқы әлемнен алшақтауға, өзін қорғауға және әлеуметтік байланыстардан шеттеуге ұмтылысты білдіруі ықтимал. Ал адамның бейнесі парақтың төменгі бөлігінде орналасса, бұл депрессия басым көңіл күйдің, қорғансыздық сезімінің немесе эмоционалдық әлсіздіктің белгісі болуы мүмкін.

Суреттің оң жаққа ығысып орналасуы баланың айналасындағы адамдарға қарап бой түзейтінін және кейбір жағдайларда әкесіне эмоционалдық тәуелділікті көрсетуі мүмкін. Егер сурет негізінен парақтың жоғарғы бөлігінде орналасса, бұл жоғары өзін-өзі бағалауды, қоғамдағы өз орнына қанағаттанбауды немесе назарда болуға ұмтылуды деген қажеттілікті білдіруі мүмкін. Ал сурет жоғарғы бөлікте орналасқанымен, адамның бейнесі өте кішкентай болса, бала өзін лайықты бағаланбаған немесе қабілеті мойындалмаған адам ретінде қабылдауы ықтимал. Егер сурет негізінен парақтың төменгі бөлігінде орналасса, бұл өзін-өзі бағалаудың төмендігін, өзіне сенімсіздікті, күйзелісті, шешім қабылдаудағы қиындықтарды, өзін көрсетуге байланысты қорқыныштарды немесе қоғамдағы өз орнына

қызығушылықтың төмендігін көрсетуі мүмкін. Суреттің көлденең орналасуын (сол–оң бағыт) бағалау:

- сурет негізінен парақтың сол жағында орналасса, бала өткен тәжірибеге көбірек сүйенеді, өзін жиі талдайды, шешім қабылдауда сенімсіздік танытуы және әрекеттен гөрі ойлануға бейім болуы мүмкін;

- сурет негізінен парақтың оң жағында орналасса, бұл белсенділікті, бастамашылдықты, жоспарларын жүзеге асыруға ұмтылысты, әрекетке дайындықты және жоғары энергияны білдіруі мүмкін.

Фигураның өзгеруі. Фигура көлемінің ұлғаюы кейбір жасөспірімдерде қиындықтардың оларды жігерлендіріп, өзіне деген сенімділігі мен ішкі күшін арттыратынын көрсетуі мүмкін.

Фигураның кішіреюі баланың қорғаныс пен қамқорлыққа мұқтаж екенін, өз өміріне қатысты жауапкершілікті басқаларға жүктеуге бейім екенін білдіруі ықтимал.

Өте кішкентай адам бейнесін салатын балалар көбіне өз сезімдерін ашық білдіруден тартынады, адамдармен қарым-қатынаста ұстамды болады. Күйзеліс жағдайында мұндай балаларда депрессиялық көңіл күйдің даму қаупі жоғары болуы мүмкін.

Қарама-қарсы жыныстағы адамның бейнесін салу қиын жағдайларда белгілі бір мінез-құлық үлгісін қолдануды немесе жақын адамдарынан (анасы, әжесі және т.б.) алған әрекет ету тәсілдерін бейсаналы түрде пайдалануды көрсетуі мүмкін.

Кейінкердің жасының өзгеруі баланың қиын өмірдің қиын кезеңдерінің өзін қалай қабылдайтынын көрсетеді. Егер «Жаңбыр астындағы адам» суретінде дененің кейбір бөліктері (аяқ, қол, құлақ, көз және т.б.) салынбаса, бұл психологиялық қорғаныс

механизмдерінің ерекшеліктерін және эго-реакциялардың көрінісін білдіруі мүмкін.

Киімнің мағынасы «табиғаттың қолайсыз әсерінен қорғанудың» символы болып есептеледі. Киімнің көп болуы қосымша қорғанысқа деген қажеттілікті көрсетеді. Киімнің болмауы мінез-құлықтың қалыптасқан нормаларын елемеуді және импульсивті әрекет етуге бейімділікті білдіруі мүмкін.

Адам фигурасының бағыты. «Жаңбыр астындағы адам» әдістемесінде адамның қай бағытқа қарап тұрғаны маңызды.

- солға қарап тұрса – назар өткен тәжірибеге, өз ойлары мен ішкі сезімдеріне бағытталған.
- оңға қарап тұрса – болашаққа ұмтылуды, белсенділікті және әрекет етуге дайындықты білдіреді.
- арқасымен бейнеленсе – тұйықталуға, жанжалдардан қашуға және өзін оқшаулауға бейімділікті көрсетуі мүмкін.

Егер адам жүгіріп бара жатса, бұл қиындықтардан қашуға деген ұмтылысты білдіруі ықтимал. Жүріп келе жатқан адам жақсы бейімделудің белгісі ретінде қарастырылады. Егер адам орнықсыз қалыпта тұрса, бұл ішкі шиеленісті, сенімсіздікті немесе психологиялық тұрақсыздықты көрсетуі мүмкін. Таяқша түрінде салынған адам бейнесі тапсырмаға қарсылықты немесе негативизмді білдіруі ықтимал. Шамадан тыс балалық немесе ойын сипатындағы суреттер мақұлдауға және қолдауға деген қажеттілікті көрсетеді. Карикатуралық суреттер өзгелердің бағалауынан қашуға, өзін кем сезінуге немесе жасырын жағымсыз сезімдердің болуына байланысты болуы мүмкін.

Жаңбырдан қорғану құралдары. Қолшатыр, бас киім, жаңбыр жамылғысы және басқа қорғаныс құралдары адамның қиындықтарды жеңу тәсілдерін бейнелейді.

Қолшатыр психологиялық қорғаныстың символы болып саналады. Символдық тұрғыдан оның күмбезі аналық бастаманы, ал сабы әкелік бастаманы білдіреді. Қолшатыр адамды қорғай да алады, қорғай алмауы да мүмкін, көру аймағын шектеуі немесе мүлде болмауы ықтимал. Мысалы, өте үлкен қолшатыр баланың анасына шамадан тыс тәуелді екенін және барлық қиын мәселелерді анасының шешетініне сүйенетінін көрсетуі мүмкін. Қолшатырдың көлемі мен адамның бейнесіне қатысты орналасуы психологиялық қорғаныс механизмдерінің қарқындылығын сипаттайды. Өте үлкен қолшатыр ата-анасына тәуелділікті және қиын жағдайда беделді адамдардың қолдауына сүйенуге ұмтылысты білдіреді. Ал қолшатырдың, бас киімнің немесе басқа қорғаныс құралдарының болмауы бейімделудің жеткіліксіздігін және қорғанысқа мұқтаждықты көрсетуі мүмкін.

Жаңбырдың бейнеленуі. Жаңбыр – адамның жасырынуға немесе қорғануға ұмтылуына себеп болатын қолайсыз әсердің символы. Жаңбырдың бейнелену сипаты баланың қиындықтарды қалай қабылдайтынын көрсетеді: сирек тамшылар – уақытша әрі еңсеруге болатын қиындықтар; қою немесе қалың сызықтармен салынған ауыр жаңбыр – ұзаққа созылған немесе күрделі қиындықтарды қабылдау. Жаңбырдың қай жақтан жауып тұрғанын (оңнан немесе солдан) және адамның қай бөлігіне көбірек әсер ететінін ескеру қажет. Жаңбырдың штрихтары да маңызды ақпарат береді: біркелкі және бір бағыттағы штрихтар – тұрақты әрі үйлесімді ортаны; ретсіз штрихтар – мазасыз әрі тұрақсыз ортаны; тік штрихтар – табандылық пен батылдықты; қысқа, ретсіз штрихтардың бүкіл паракқа таралуы және қорғаныс

құралдарының болмауы – жоғары мазасыздықты және қоршаған ортаны қауіпті деп қабылдауды білдіруі мүмкін.

Бұлттар мен шалшықтар. Бұлттар алдағы қиындықтарды күтудің символы болып саналады. Олардың санына, көлеміне, қоюлығына және орналасуына назар аударылады. Депрессия кезінде балалар көбіне бүкіл аспанды жауып тұрған қою қара бұлттарды бейнелейді. Шалшықтар мен лай мазасыз жағдайдан кейін сақталатын эмоционалдық іздерді білдіреді. Олардың пішіні, тереңдігі, шашырауы және адамға қатысты орналасуы маңызды. Шалшық сол жақта болса – бала қиындықтардың себебін өткеннен іздеуі мүмкін. Оң жақта болса – болашақтағы қиындықтарды алдын ала күтетінін көрсетуі мүмкін. Егер адам шалшықтың ішінде тұрса – бұл қанағаттанбауды, өмірлік бағдардың жоғалуын немесе шешілмеген мәселелердің сақталғанын білдіруі ықтимал.

Қосымша бөлшектер. Үй, ағаш, орындық, көлік сияқты қосымша бейнелер немесе адамның қолындағы сөмке, кітап, гүл сияқты заттар сыртқы қолдауға деген қажеттілікті немесе қиындықтан басқа әрекетке ауысу арқылы алыстауға ұмтылысты көрсетуі мүмкін. Кейбір бейнелердің символдық мағынасы болады: найзағай – өмірдегі күрт өзгерістердің немесе жаңа кезеңнің басталуын; кемпірқосақ – үмітті, жарқын болашаққа сенімді немесе қол жетпейтін арманды; күн, шам және басқа жарық көздері – бала үшін маңызды адамдарды немесе қолдау көздерін білдіруі мүмкін.

Жалпы психологиялық белгілер. Эмоционалдық салқындық белгілері: сызбалық (қарапайым) адам бейнесі; бет әлпетінің толық немесе жартылай салынбауы. Импульсивтілік белгілері: қозғалыс элементтерінің көп болуы; ұйпа-тұйпа шаш; дене, қол және аяқ бағыттарының сәйкес келмеуі; киімнің жеткіліксіздігі. Отбасылық

шиеленіс белгілері: фигураға арналған кеңістіктің шектелуі; сурет сапасының басқа жұмыстармен салыстырғанда айқын төмен болуы; бет әлпетінде орынсыз әсіреленген жағымды эмоциялардың бейнеленуі. Инфантильділік белгілері: ертегі немесе мерекелік киімдегі адам; шамадан тыс қуанышты эмоция; мойынның болмауы; суреттің басқа жұмыстармен салыстырғанда жоғарырақ орналасуы; адамның жасының басқа суреттермен салыстырғанда кішірек болып бейнеленуі.

Бөлшектердің бұрмалануы немесе болмауы. Маңызды бөлшектердің салынбауы ішкі психологиялық қақтығыстың белгісі болуы мүмкін және психиканың қорғаныс механизмі ретінде ақпаратты ығыстырумен байланысты қарастырылады. Мысалы, суретте қолшатырдың болмауы баланың қиын жағдайда ата-анасының қолдауына сенбейтінін немесе оны жоққа шығаратынын көрсетуі мүмкін.

Сурет аяқталғаннан кейін баламен талқылау жүргізуге болады. Педагог-психолог төмендегідей сұрақтарды қоя алады:

- Осы адам туралы айтып берші. Ол өзін қалай сезініп тұр?
- Бұл жағдайда ол өзін қаншалықты жайлы сезінеді?
- Оның көңіл күйі қандай?
- Қазір ол ең алдымен не істегісі келеді?
- Жаңбыр кенеттен жауды ма, әлде алдын ала белгілі болды ма?
- Ол жаңбыр жауатынына дайын болды ма, әлде бұл ол үшін күтпеген жағдай болды ма?
- Біз оны қай сәтте көріп тұрмыз?
- Сен жаңбырды жақсы көресің бе? Неліктен?
- Оның алдағы жағдайы қалай болады деп ойлайсың?

– Егер жаңбыр астындағы адамға жайсыз болса, оған қалай көмектесуге болады?

Әдістемені интерпретациялау ерекшеліктері. «Жаңбыр астындағы адам» әдістемесін интерпретациялау кезінде суреттегі жекелеген белгілерге емес, олардың өзара үйлесіміне, суреттің жалпы эмоционалдық мазмұнына, тапсырманы орындау ерекшеліктеріне және талқылау барысында баланың берген жауаптарына сүйену қажет.

Диагностикалық тұрғыдан ең маңыздысы – «Адам» және «Жаңбыр астындағы адам» суреттерін салыстыру. Себебі күйзеліс кезінде пайда болатын өзгерістер баланың қиындықтарға қалай жауап беретінін, психологиялық тұрақтылық деңгейін, қорғаныс тәсілдерін және қолдауға деген қажеттілігін анықтауға мүмкіндік береді. Интерпретацияны жүргізу барысында баланың жас ерекшелігі, графикалық дағдыларының даму деңгейі, психикалық даму ерекшеліктері, отбасылық жағдайы және қазіргі эмоционалдық күйі міндетті түрде ескерілуі тиіс. Сондықтан суреттегі бір ғана белгі немесе жеке элемент түпкілікті қорытынды жасауға негіз бола алмайды.

Назар аударуды қажет ететін белгілер: адамның өте кішкентай болып бейнеленуі; суреттің шамадан тыс штрихталуы; жаңбырдан қорғайтын құралдардың (қолшатыр, бас киім және т.б.) болмауы; адамның жалғыз немесе оқшау бейнеленуі; қою қара бұлттардың, көп шалшықтардың болуы; агрессивті немесе ретсіз бейнеленген элементтердің басым болуы. Егер суретте байқалған ерекшеліктер мен баланың жауаптары тұрақты түрде жағымсыз эмоционалдық мазмұнға ие болса, бұл ішкі психологиялық шиеленісті, қауіпсіздік сезімінің төмендігін, бейімделу қиындықтарын немесе эмоционалдық қолайсыздықты көрсетуі мүмкін. Мұндай жағдайларда қосымша психологиялық диагностика жүргізу, баланы жүйелі бақылау және

жеке түзете-дамыту жұмысын ұйымдастыру ұсынылады. Бұл жұмыс мазасыздық деңгейін төмендетуге, қауіпсіздік сезімін қалыптастыруға, эмоцияларды өзін-өзі реттеу дағдыларын дамытуға және күйзеліс жағдайларын конструктивті түрде еңсеру қабілетін нығайтуға бағытталуы тиіс.

«ӨМІРДЕ ЖОҚ ЖАНУАР» ПРОЕКТИВТІ СУРЕТ ӘДІСТЕМЕСІ

«Өмірде жоқ жануар» проективті сурет әдістемесі баланың тұлғалық ерекшеліктерін, эмоционалдық жағдайын, мазасыздық деңгейін, өзін-өзі бағалауын, агрессия деңгейін, қарым-қатынас ерекшеліктерін және психологиялық қорғаныс тәсілдерін зерттеуге бағытталған. Әдістеме баланың өзі ойлап тапқан қиялдағы тіршілік иесінің бейнесін талдауға негізделеді. Бұл бейне баланың ішкі күйзелістерін, қиялын, қорқыныштарын, қажеттіліктерін және қоршаған ортамен өзара әрекеттесу ерекшеліктерін символдық түрде бейнелейді.

Мақсатты аудитория: 1–5 сынып оқушылары.

Зерттеуге қажетті материалдар. А4 форматындағы (немесе соған жақын өлшемдегі) ақ қағаз және түрлі түсті қарындаштар.

Нұсқаулық. Балаға қағазды толық күйінде (екіге бүктемей) береді. Қағаздың қай бағытта орналасатынын (тігінен немесе көлденеңінен) баланың өзі таңдайды. Қағазға алдын ала ешқандай жазу немесе белгі қойылмайды.

Тапсырмаға берілетін түсіндірме: *«Табиғатта жоқ жануарды немесе табиғатта кездеспейтін кез келген тіршілік иесін ойлап тауып, суретін сал. Ол ертегі немесе мультфильм кейіпкері болмауы керек. Оны өзің ойлап тап және оған табиғатта жоқ атау бер.»*

Сурет аяқталғаннан кейін балаға келесі сұрақтар қойылады:

– *Бұл тіршілік иесі қайда өмір сүреді? (Оның мекені қандай?)*

- Ол немен қоректенеді?
- Ол кіммен бірге өмір сүреді (отбасымен, тобымен әлде жалғыз)?
- Қауіп төнгенде, мысалы, оған біреу шабуыл жасаса, өзін қалай ұстайды?
- Оның жаулары кім?
- Оның (Жер бетінде өмір сүретін) достары кім?
- Толық бақытты болуы үшін оған не қажет?

Бағалау көрсеткіштері және интерпретациясы

1. Суреттің парақта орналасуы

1.1 Қалыпты орналасуы. Қалыпты жағдайда сурет тік орналасқан парақтың ортаңғы бөлігіне жақын салынады. Мұндай орналасу өзін және қоршаған ортаны салыстырмалы түрде теңгерімді қабылдауды білдіреді. Ол өзін-өзі бағалаудың қалыпты деңгейін, эмоционалдық жайлылықты және ұжымдағы өз орнын дұрыс сезінуді көрсетеді. Бұл жағдайда суреттегі бейнелердің пропорциялары сақталып, олар парақтың жоғарғы немесе төменгі бөлігіне айқын ығыспай, үйлесімді орналасады. Мұндай ерекшелік эмоционалдық тұрақтылықты және айқын мазасыздықтың немесе күйзелістің жоқтығын білдіреді.

1.2 Суреттің парақтың жоғарғы бөлігіне орналасуы. Сурет парақтың жоғарғы шетіне жақын орналасқан сайын, бұл өзін-өзі жоғары бағалауды, қоғамдағы өз орнына көңілі толмауды, айналасындағылардың тарапынан мойындалуға деген қажеттілікті, жоғары жетістіктерге жету ынтасын және өзін көрсетуге деген талпынысты білдіруі мүмкін.

1.3 Суреттің төменгі бөлікте орналасуы. Суреттің парақтың төменгі бөлігіне орналасуы өзіне сенімсіздікті, өзін-өзі төмен

бағалауды, күйзелісті, шешім қабылдаудағы сенімсіздікті, қоғамдағы орнына және айналасындағылардың мойындауына қызығушылықтың төмендігін, өзін көрсетуге ұмтылыстың әлсіздігін көрсетуі мүмкін.

2. Фигураның негізгі мағыналық бөлігі (бас немесе оның орнына салынған элемент)

2.1 Бас **оңға** қараған. Бастың оңға қарауы белсенділікке және әрекет етуге тұрақты бейімділікті көрсетеді. Бала ойлаған немесе жоспарлаған ісін көбіне жүзеге асыруға тырысады немесе оны орындауды бастайды, тіпті соңына дейін жеткізбесе де. Мұндай балалар өз жоспарларын іске асыруға белсенді түрде кіріседі.

2.2 Бас **солға** қараған. Бастың солға қарауы ойлануға, өзін-өзі талдауға және рефлексияға бейімділікті білдіреді. Мұндай балалар әрекеттен гөрі ойлануға көбірек уақыт бөледі. Жоспарларының аз ғана бөлігі жүзеге асады немесе іске асырыла бастайды. Сонымен қатар бұл белсенді әрекеттен қорқуды, шешімсіздікті немесе белсенділік танытуға құлықсыздықты көрсетуі мүмкін.

2.3 Бас тура қараған (**анфас**). Бастың тура қарауы (беті сурет салушыға бағытталған болуы) эгоцентризмді және өзінің жеке тұлғасына, сезімдері мен ішкі күйіне шоғырлануды білдіреді. Мұндай бейнелеу баланың назар ортасында болуға ұмтылысын, жағдайды бақылауға деген қажеттілігін немесе өз эмоциялары мен уайымдарына ерекше мән беретінін көрсетуі мүмкін.

3. Сезім мүшелері

Мазасыздық деңгейі жоғары балалар суреттерінде сезім мүшелерін шамадан тыс көп немесе айқын етіп бейнелеуі мүмкін. Себебі олар қауіп-қатерді күштірек сезінеді және өздері ойлап тапқан тіршілік иесіне де жоғары сезімталдық қасиеттерін береді.

Сонымен бірге көздің, мұрынның, ауыздың және құлақтың табиғи түрде бетке орналасуы жас ерекшелігіне сай қалыпты құбылыс болып саналады және тірі ағзаның бейнесін дұрыс қалыптастырғанын көрсетеді.

3.1 Құлақ

Суретте құлақтың болуы баланың есту арқылы қабылданатын ақпаратқа мән беретінін білдіреді. Мұндай бала айналасындағылардың айтқан сөздеріне, ескертулеріне және бағалауына сезімтал келеді. Бұл ересектер мен құрдастарының пікірінің маңызды екенін, өзін тыңдап, түсінгенін қалайтынын көрсетуі мүмкін.

Құлақтың болмауы баланың есту ақпаратына аз көңіл бөлетінін, ескертулерді қабылдағысы келмейтінін немесе өзгелердің пікірінен эмоционалдық тұрғыдан алшақтауға тырысатынын білдіруі мүмкін. Кейбір жағдайларда бұл жиі сынға ұшыраудан, жоғары талаптардан немесе жағымсыз пікірлерден қорғануға бағытталған психологиялық қорғаныс реакциясы болуы ықтимал.

Өте үлкен әрі ерекше көрсетілген құлақтар бағалауға шамадан тыс тәуелділікті, мазасыздықты және өзгелердің пікіріне тәуелділікті көрсетуі мүмкін.

Бірнеше құлақтың немесе өте ұсақ бөлшектермен салынған құлақтардың болуы сыртқы ақпаратқа жоғары сезімталдықты және сақтықты білдіруі ықтимал. **Ал өте кішкентай немесе шартты түрде** ғана бейнеленген құлақтар айналасындағылардың пікіріне мән бермеуді немесе сыртқы ықпалдарды елемеуге ұмтылысты көрсетуі мүмкін. Құлаққа қатысты барлық белгілер міндетті түрде суреттің басқа ерекшеліктерімен бірге кешенді түрде интерпретацияланады.

3.2 Ауыз

Тілі бейнеленген, бірақ ерні салынбаған сәл ашық ауыз көбіне сөйлеу белсенділігінің жоғары екенін, сөзшендікті және айтқан сөзінде эмоция басымдығын білдіреді. Егер мұндай ***ауызбен қатар ерін*** де анық салынса, бұл сезімталдықты, эмоцияны ашық білдіруге бейімділікті көрсетуі мүмкін. Кейбір жағдайларда осы екі ерекшелік қатар кездеседі.

Тілі де, ерні де салынбаған ашық ауыз, әсіресе іші штрихталған болса, мазасыздықты, сақтықты, қауіптенуге бейімділікті және сенімсіздікті көрсетуі мүмкін. ***Тісі бар ауыз*** көбіне вербалды агрессияның белгісі ретінде қарастырылады. Бұл көбінесе қорғаныс сипатында көрінеді: ескертулерге дөрекі жауап беру, қарсы сөз айту немесе сынға өткір реакция білдіру. Балалар мен жасөспірімдерде дөңгелек пішінді, іші штрихталған ауыздың салынуы жиі кездеседі. Бұл қорқақтықты немесе ішкі психологиялық шиеленісті білдіруі мүмкін.

Өте үлкен ауыз импульсивтілікті, қарым-қатынаста үстемдік етуге ұмтылысты, өзін міндетті түрде тыңдатуға деген қажеттілікті немесе сөз арқылы өткір реакция білдіруге бейімділікті көрсетуі мүмкін.

Өте кішкентай ауыз ұстамдылықты, өзін сөзбен жеткізудегі қиындықтарды және қарым-қатынастағы сенімсіздікті білдіруі мүмкін.

Ауыздың мүлде болмауы баланың өз сезімдерін сөзбен жеткізуде қиналатынын, ойын айтуға қорқатынын, өз пікірін білдіруге тыйым салынғандай сезінетінін немесе эмоциялық тұрғыдан тұйықталғанын көрсетуі мүмкін.

3.3 Көз

Көз – суреттегі ең маңызды әрі ақпараттық мәні жоғары бөлшектердің бірі. Ол қабылдау, бақылау, қауіпсіздік сезімі және қорқынышпен символдық түрде байланысты. Проективті

интерпретацияда көздің бейнеленуі арқылы баланың мазасыздық деңгейі мен өзін қаншалықты қауіпсіз сезінетіні жиі анықталады. Көздің қарашығы мен нұрлы қабығының ерекше айқын салынуы, қарындашты қатты басып салу немесе көздің айналасын қарайту ішкі психологиялық шиеленісті және сақтықты көрсетуі мүмкін.

Өте үлкен көздер. Бет көлеміне сәйкес келмейтін өте үлкен көздер көбіне жоғары мазасыздықты, қорқынышты және шамадан тыс сақтықты білдіреді. Бала айналасында болып жатқанның бәрін бақылауға және қауіптің алдын алуға тырысатын сияқты әсер қалдырады. Кейбір жағдайда бұл өзгелердің бағасына тәуелділікті және сыртқы бақылауға жоғары сезімталдықты білдіреді.

Өте кішкентай көздер. Кішкентай көздер сыртқы әлемнен алшақтауға, қоршаған ортаға қызығушылықтың төмендеуіне, эмоциялық тұйықтыққа немесе жағымсыз жағдайларды «көрмеуге» ұмтылысты көрсетуі мүмкін. Кейде бұл әлеуметтік қарым-қатынасқа белсенді қатыспау белгісі болады.

Көздің болмауы. Көздің мүлде салынбауы маңызды диагностикалық белгі болып саналады. Бұл қоршаған ортаны қабылдаудағы қиындықтарды, эмоциялық алыстауды, қарым-қатынастан қашуды немесе ішкі оқшаулануды көрсетуі мүмкін. Кейбір жағдайда бұл өзін қауіпсіз сезінбеумен байланысты болып, «көрмеген дұрыс және мені де көрмесін» деген ішкі ұстанымды бейнелейді.

Шар тәрізді көздер. Ірі, дөңгелек, бірақ бөлшектері салынбаған көздер көбіне жоғары сақтықты, таңдануды немесе мазасыздықты білдіреді. Мұндай көздер бала жағдайды толық бақылауға тырысатынын символдық түрде көрсетеді. Егер көзде қарашық немесе нұрлы қабық салынбаса, бұл эмоцияларды білдірудің жеткілікті

калыптаспағанын немесе қабылдаудың үстірт қабылдайтынын көрсетуі мүмкін.

Толық боялған немесе штрихталған көздер. Толық боялған көздер жоғары мазасыздықтың, ішкі шиеленістің, қорқыныштың немесе қауіп сезімінің маңызды көрсеткіші болып саналады. Кейде бұл эмоциялық тұрғыдан тұйықталуға, қарым-қатынастан қашуға немесе өзін ешкімнің байқамауын қалауымен байланысты болады. Егер көз бірнеше рет қатты басып штрихталған болса, бұл ішкі психологиялық шиеленістің айқын екенін көрсетеді.

Көздің шамадан тыс көп болуы. Қосымша көздердің немесе дененің басқа бөліктеріндегі көздердің салынуы шамадан тыс бақылауға ұмтылысты, күмәншілдікті, өзін үнемі біреу бақылап жүргендей сезінуді немесе жоғары ішкі мазасыздықты білдіруі мүмкін.

Шығыңқы немесе ұзын көздер. Шығыңқы көздер көбіне қорқынышпен, шошынумен немесе мазасыздықпен байланысты болады. Табиғи емес ұзын көздер сақтықты, күмәншілдікті және ішкі психологиялық шиеленісті көрсетуі мүмкін.

Кірпіктерге ерекше назар аударылады. Айқын әрі ерекше салынған кірпіктер демонстративтілікті, өзгелерге әсер қалдыруға ұмтылысты және өзіне тандануды қажет етуді көрсетуі мүмкін. Бұл истероидтық мінез ерекшеліктерімен, сыртқы бағалауға тәуелділікпен және сыртқы келбетке ерекше мән берумен байланысты болуы ықтимал. Ұл балаларда кірпіктің ерекше айқын салынуы кейде сыртқы келбетке қатысты бағалауға жоғары сезімталдықты немесе эмоциялық саланың өзіндік ерекшеліктерін көрсетуі мүмкін.

Жалпы бағалау. Көздің бағытына (тура, жанға, жоғары немесе төмен қарауы), екі көздің симметриясына және олардың әртүрлі салынуына да назар аудару қажет. Мысалы: жанға қараған көз –

сақтықты немесе қарым-қатынастан қашуды; төмен қараған көз – сенімсіздікті; тым қадалған тура көзқарас – жағдайды толық бақылауға деген қажеттілікті білдіруі мүмкін.

4. Қосымша бөлшектер

Денемен салыстырғанда *бастың өте үлкен* болып салынуы дәстүрлі түрде бала үшін интеллектуалдық саланың маңызды екенін білдіреді. Бұл ойлануға, әрекеттен бұрын мәселені саралауға, білімге, ақылға және бақылауға мән беруді көрсетуі мүмкін. Кейбір жағдайларда үлкен бас өзін ерекше маңызды сезінуді, жоғары талап қою деңгейін немесе белгілі бір жағдайда жетекші рөл атқаруға ұмтылысты білдіреді. Егер бас өте үлкен болып, ал денесі өте кішкентай әрі сызбалық түрде салынса, бұл ойлау үдерістерінің эмоциялық және мінез-құлықтық көріністерден басым екенін көрсетуі мүмкін.

Бастағы қосымша бөлшектер. Баста бейнеленген қосымша элементтер (мүйіз, тікен, ине, айдар және т.б.) суреттің диагностикалық маңызын арттырады.

Мүйіздер көбіне қорғаныс немесе агрессияның символы ретінде қарастырылады. Алайда агрессияның сипаты суреттің басқа белгілерімен бірге кешенді түрде бағаланады.

Егер мүйіздер тісін ақситқан ауызбен, өткір тырнақтармен және ширыққан дене қалпымен бірге бейнеленсе, бұл белсенді, өздігінен пайда болатын агрессияны, импульсивтілікті және ашық қарсыласуға бейімділікті көрсетуі мүмкін.

Егер мүйіздер жабық дене қалпымен, шағын денемен және айқын мимиканың болмауымен қатар салынса, агрессияның қорғаныс сипатында екенін, яғни баланың шабуыл жасаудан гөрі өзін қорғауға ұмтылатынын білдіруі ықтимал.

Мүйіздердің қылшықтармен, инелермен немесе сауытпен бірге бейнеленуі психологиялық қорғанысқа деген айқын қажеттілікті және баланың өзін қауіпсіз сезінбеуін көрсетуі мүмкін. Мұндай жағдайда агрессия элементтері шабуыл құралы емес, қорғаныс тосқауылы қызметін атқарады.

5. Фигураның тірек бөлігі (аяқтары, табандары немесе тұғыры)

Фигураның тірек бөлігі оның жалпы көлемімен салыстырылып, пішіні мен беріктігі бағаланады.

а) Айқын, анық салынған және орнықты тірек бөлігі (аяқтар, табандар немесе негізі) шешім қабылдаудағы байыптылықты, ойланып әрекет етуді және рационалды көзқарасты білдіреді. Бұл маңызды ақпаратқа сүйенуге, логикалық қорытынды жасауға және негізделген пікір қалыптастыруға бейімділікті көрсетеді.

ә) Әлсіз, кішкентай, тұрақсыз немесе шартты түрде ғана бейнеленген тірек бөлігі пайымдаудың үстірттігін, жеңіл қорытынды жасауға бейімділікті және шешімдердің жеткілікті деңгейде ойластырылмағанын көрсетуі мүмкін. Кейбір жағдайда бұл импульсивтілікпен және асығыс әрекет етумен байланысты болады. Егер аяқтары мүлде болмаса немесе өте көмескі салынса, бұл баланың ойлауында және мінез-құлқында жеткілікті «тіректің» жоқтығын білдіруі мүмкін.

Аяқтардың денемен байланысу тәсіліне ерекше назар аударылады. Егер аяқтар денеге нақты, ұқыпты және конструктивті түрде жалғанса, бұл ішкі бақылаудың, ой мен әрекеттің үйлесімділігінің белгісі болуы мүмкін. Ал байланыс әлсіз, салғырт орындалса немесе мүлде болмаса, бұл өзін-өзі бақылаудағы қиындықтарды, ойлау мен әрекеттегі үйлесімсіздігін және жүйесіздікті көрсетуі мүмкін.

Аяқтардың немесе басқа тірек элементтерінің бірдей пішінде әрі бір бағытта салынуы көзқарастың стандарттылығын, қалыптасқан үлгілерге бейімділікті және конформдылықты білдіреді. Керісінше, олардың әртүрлі пішінде немесе түрлі бағытта бейнеленуі ойлаудың дербестігін, өзіндік көзқарасты және шығармашылық тәсілді көрсетуі мүмкін. Егер бұл ерекшелік өте айқын болса, ол шығармашылық қабілеттің жоғары екенін немесе ерекше дүниетанымды білдіруі ықтимал.

Фигурадан жоғары орналасқан бөліктер. Негізгі денеден жоғары орналасқан элементтер (қанаттар, қосымша аяқтар, қармалауыштар, сауыт, қауырсындар, бантиктер және т.б.) функционалдық немесе сәндік сипатта болуы мүмкін. Функционалдық элементтер көбіне белсенділікті, әртүрлі қызмет салаларына қызығушылықты, өзіне деген сенімділікті, ықпал ету аясын кеңейтуге ұмтылысты, бастамашылдықты, батылдықты және ізденімпаздықты білдіреді. Кейбір жағдайларда мұндай элементтердің шамадан тыс көп болуы баланың өз ықпалын өзгелердің жеке кеңістігіне дейін таратуға бейімділігін көрсетуі мүмкін.

Сәндік элементтер көбіне демонстративтілікті, назар аудартуға ұмтылысты, сыртқы әсерге ерекше мән беруді және әсершілдікті көрсетеді (мысалы, жануардың сәндік бөлшектермен шамадан тыс безендірілуі осы ерекшеліктерді білдіруі мүмкін).

Құйрық баланың өз әрекеттеріне, қабылдаған шешімдеріне, қорытындыларына және сөйлеу белсенділігіне деген көзқарасын бейнелейді. Оң жаққа бағытталған құйрық өз іс-әрекетін бағалаумен байланысты болса, сол жаққа бағытталған құйрық өз ойларына, ниеттеріне, жіберіп алған мүмкіндіктеріне және күмәндарына деген қатынасты білдіреді. Жоғары көтерілген құйрық өзіне және өз

әрекеттеріне сенімді, жағымды көзқарасты көрсетеді. Төмен түсірілген құйрық қанағаттанбауды, күмәндануды, өкінішті немесе ішкі сынның болуын білдіруі мүмкін. Бірнеше бөліктен тұратын, өте ұзын, қалың немесе тармақталған құйрықтар өзін-өзі бағалау мен өз шешімдеріне деген қатынастың бала үшін ерекше маңызды екенін көрсетеді.

6. Фигураның сыртқы контуры

Фигураның сыртқы контуры тұлғаның психологиялық шекаралары мен өзін қорғау тәсілдерінің символы ретінде қарастырылады. Бағалау барысында сызықтың сипатына (анық, үзік, күшейтілген), қалыңдығына, қарындаштың басылуына, қарайтылуына және сыртқа шығып тұрған қорғаныс элементтерінің (қалқан, сауыт, ине, тікен, өткір бұрыштар) болуына назар аударылады.

Контур бойындағы айқын қорғаныс элементтері (сауыт, инелер, тікенектер) сыртқы әсерден қорғануға деген ұмтылысты білдіреді. Егер қорғаныс өткір бұрыштар, тікенектер немесе ирек жиектер түрінде салынса, бұл көбіне агрессивті қорғаныс реакциясын және қарсы әрекет жасауға дайындықты көрсетеді. Қарайтылған, бірнеше рет бастырылып сызылған немесе «лас» болып көрінетін контур мазасыздықты, ішкі психологиялық шиеленісті және сыртқы ықпалдардан қорқуды көрсетуі мүмкін. Қосарланған сызықтың, қалқанның немесе түрлі тосқауылдардың болуы сақтықтың, күмәншілдіктің және қауіп күту сезімінің белгісі ретінде қарастырылады.

Қорғаныс элементтерінің кеңістікте қалай орналасқаны да маңызды диагностикалық мәнге ие.

Жоғарғы контур (жоғарыдан қорғаныс) беделді адамдармен – ересектермен, ата-аналармен, мұғалімдермен немесе басшылармен қарым-қатынастағы ішкі шиеленісті көрсетуі мүмкін. Сондай-ақ

бақылауға, шектеулерге және тыйымдарға жоғары сезімталдықты білдіреді.

Төменгі контур құрдастар немесе өзінен кіші балалар тарапынан келетін мазақтан, мойындалмаудан немесе сыннан қорқуды көрсетуі мүмкін. Сонымен қатар өзінің беделін немесе әлеуметтік мәребесін жоғалтып алудан қауіптенуді білдіруі ықтимал.

Шеткі контурлар нақты бір қауіп көзіне емес, жалпы сақтыққа және түрлі жағдайларда өзін қорғауға дайын болуды көрсетеді.

Егер қорғаныс элементтері тек сыртқы контурда ғана емес, фигураның **ішінде** (денесінде) де орналасса, бұл баланың өзін қауіпсіз сезінбеуін, ішкі психологиялық шиеленісті және үнемі қорғанысқа мұқтаж екенін көрсетуі мүмкін.

Кеңістіктік асимметрия да маңызды рөл атқарады:

- **оң жақта** орналасқан қорғаныс элементтері нақты әрекеттермен, қазіргі мінез-құлықпен және іс-әрекетпен байланысты;
- **сол жақта** орналасқан элементтер өз пікірін, сенімдерін және ішкі ұстанымын қорғаумен, сондай-ақ айналасындағылардың келіспеуіне жоғары сезімталдықпен байланысты болуы мүмкін.

Контур әрдайым фигураның жалпы бейнесімен, көлемімен, дене қалпымен және басқа диагностикалық белгілермен бірге кешенді түрде бағаланады.

7. Сызықтардың сипаты

Суреттегі сызықтардың ерекшелігі мазасыздықты анықтаудағы ең маңызды көрсеткіштердің бірі болып саналады. Егер сурет біртұтас сызықпен емес, көптеген қысқа, үзік сызықтармен салынса, бұл мазасыздық деңгейінің жоғары екенін көрсетуі мүмкін.

Сызықтарды қайта-қайта бастырып сызу да мазасыздықтың белгісі болып саналады. Мұндай жағдайда бала суретті дұрыс салмағанына күмәнданып, оны қайта-қайта түзетуге тырысады. Кейбір жағдайда бұл мазасыздықтың жабысқақ түрін (обсессивті белгілерді) көрсетуі мүмкін.

Әлсіз басылған немесе әрең көрінетін жіңішке сызық – не адамның өте шаршағанын, астеникалық, әлсіреген жағдайын білдіреді немесе тұйықтықтың көрінісі болуы мүмкін – ол өзінің жануарының мүмкіндігінше аз көрінуін қалайды. Сонымен қоса, бұл «Мен» бейнесіне деген сенімсіздік және бұл жануардың әлсіз сызығында көрінеді – ол өзінің қандай екенін нақты білмейді. Яғни ол өз «Мен» бейнесіне сенімсіз және тұйық болуы мүмкін.

Контурдың тұтастығы. Егер контур анық, бірнеше рет бастырылып сызылған болса, бұл баланың өзінің жеке психологиялық кеңістігін қорғауға тырысатынын білдіреді. Егер контурда үзілістер болса, бұл ішкі және сыртқы шекаралардың бұзылуын немесе араласып кетуін көрсетуі мүмкін. Мұндай балалар қоршаған ортаның ықпалына тым тәуелді болуы немесе өзін әлеуметтік ортадан бөлек сезіне алмауы ықтимал.

Егер суретте ***«түктілік»*** байқалса, бұл ішкі және сыртқы психологиялық шекаралардың жеткілікті қалыптаспағанын білдіруі мүмкін.

Қарындашты ***өте қатты басып салынған, тіпті қағаздың екінші жағынан көрінетін сызықтарға*** ерекше назар аудару қажет. Бұл қол бұлшықеттерінің шамадан тыс ширығуын және жоғары мазасыздықты көрсетуі мүмкін. Сонымен қатар дәл қай элементтің осылай салынғанына назар аудару маңызды, өйткені бұл баланың

мазасыздығы қай тақырыппен байланысты екенін анықтауға көмектеседі.

Штрихтау немесе толық бояу суреттің белгілі бір бөлігін орындау бала үшін эмоциялық тұрғыдан қиын болғанын көрсетуі мүмкін.

8. Жануардың тақырыптық түрлері

Тақырыптық тұрғыдан жануарлар шартты түрде үш топқа бөлінеді:

- қауіп төнетін жануарлар;
- қауіп төндіретін жануарлар;
- бейтарап жануарлар

(мысалы: арыстан, қасқыр, бегемот – күштің символдары; ұлу, құмырсқа – әлсіз әрі қорғансыз бейнелер; ит, мысық, тиін – салыстырмалы түрде бейтарап бейнелер).

Баланың таңдаған жануары оның өзіне, өзінің «Мен» бейнесіне және басқа адамдар арасындағы өзінің орнына деген көзқарасын бейнелейді. Шын мәнінде салынған жануар сурет авторының символдық бейнесі болып табылады. Баланың өзін қоянмен, пілмен, жыртқышпен немесе кішкентай жәндікпен сәйкестендіруі оның өзін қаншалықты күшті, маңызды, қорғалған немесе әлсіз сезінетінін көрсетеді.

8.1 Агрессия таныту

Агрессивтілік деңгейі үшкір элементтердің санына, айқындылығына және орналасуына қарай бағаланады. Агрессияның негізгі белгілеріне мыналар жатады: тырнақтар; тістер; тұмсық; тікенектер; үшкір өсінділер. Бұл элементтердің болуы ғана емес, олардың қандай қызмет атқаратыны да маңызды. Егер олар сыртқа

бағытталса, бұл белсенді агрессияны білдіреді. Ал қорғаныс мақсатында салынса, олардың қызметі қорғаныс сипатында болады.

Агрессияның **төмен деңгейінде** шабуыл жасауға арналған элементтер болмайды. Мұндай жануар жұмсақ, домалақ пішінді және үшкір бөлшектерсіз бейнеленеді.

Агрессияның **жоғары деңгейі** көптеген үшкір өсінділердің (мүйіздер, үлкен құлақтар, қысқыштар, қармалауыштар және т.б.) болуымен көрінеді, тіпті олар тікелей шабуыл құралы болмаса да. Үлкейтіліп салынған тістер мен ерекше көрсетілген ауыз, әсіресе аузы ашық болса, вербалды агрессияға бейімділікті көрсетуі мүмкін

8.2. Агрессиядан қорқу және психологиялық қорғаныс

Суретте тек баланың өзінің агрессиясы ғана емес, айналасындағылардың агрессиясына деген көзқарасы да көрінуі мүмкін. Шабуылдан қорқу көбіне қорғаныс элементтерін күшейту арқылы байқалады: сауыт, тікенектер, инелер немесе ірі дене бейнеленеді. Екі қолдың кең ашылып, алақандарының үлкен болып салынуы баланың қарым-қатынасқа деген жоғары, бірақ толық қанағаттандырылмаған қажеттілігін және сонымен бірге мазасыздығын көрсетуі мүмкін. Бос немесе эмоциясыз көздер ішкі психологиялық шиеленістің белгісі болуы ықтимал.

Жануардың өте үлкен көлемде бейнеленуі немесе оның одан әрі үлкейгісі келетіні туралы сипаттамалар қауіпсіздікті күш пен ауқым арқылы сезінуге деген компенсаторлық ұмтылысты білдіруі мүмкін. Қорғаныс агрессиясы кейде алдын ала шабуыл жасау түрінде көрінеді: қауіп күтетін бала өзін қорғау мақсатында бірінші болып шабуыл жасауға бейім болуы мүмкін.

8.3. Невротикалық агрессия

Невротикалық агрессия белгілі бір адамға емес, жалпы қоршаған әлемге бағытталған жалпыланған қорғаныс реакциясы болып табылады. Бұл суретте мазасыздық пен агрессия белгілерінің қатар кездесуі арқылы байқалады: қарындашты қатты басып орындалған күшті штрихтау (жоғары мазасыздық); бірнеше рет бастырылған контур (бақылаудың жоғары деңгейі); ұзын мойын (импульстерді бақылауға ұмтылу). Мұндай жағдайда бала сырт көзге сабырлы болып көрінгенімен, бұл көбіне өзін қатаң бақылаудың нәтижесі болады.

Невротикалық сипаттағы белгілер:

- қолайсыз тіршілік ортасын көрсету (батпақ, лай, балдыр басқан су және т.б.);
- жағымсыз қоректі сипаттау (құрттар, қоқыс, шырышты жәндіктер және т.б.).
- ерекше қорқыныштарды атауы (ұсақ жануарлардан, жәндіктерден, жыландардан қорқу).

Егер **сурет түгелдей сұр түспен** біркелкі боялса, өшіргіш іздері, түзетулер немесе көз пішінінің бұрмалануы байқалса, бұл айқын мазасыздық пен невротизацияның белгісі болуы мүмкін. Жануардың қоректенуін «қан сору» арқылы сипаттау невротикалық агрессияға бейімділігі бар адамдардың суреттерінде жиі кездеседі.

Дөңгелек пішін, әсіресе іші бос және егжей-тегжейсіз бейнеленген дөңгелек пішін тұйықтықты, жабықтықты және өзінің ішкі әлемін ашуға құлықсыздықты білдіруі мүмкін. Мұндай суреттер талдау үшін шектеулі ақпарат береді және кей жағдайда зерттеуге қарсылықты көрсетуі мүмкін.

Жануар бейнесіне **механикалық элементтердің** (шынжыртабан, бұранда, шам, антенна, батырмалар және т.б.) енгізілуі

ойлау мен қабылдау ерекшеліктерін көрсетуі мүмкін. Клиникалық тәжірибеде мұндай элементтер көбіне шизоидтық немесе психоздық ерекшеліктері айқын адамдардың суреттерінде кездеседі. Алайда мектеп тәжірибесінде мұндай бөлшектер баланың техникаға, ғылыми фантастикаға, роботтарға немесе заманауи технологияларға қызығушылығымен байланысты болуы мүмкін. Сондықтан бұл белгілерді интерпретациялау кезінде аса сақ болған жөн және міндетті түрде баланың жас ерекшелігі, қызығушылықтары және жалпы суреттегі басқа диагностикалық белгілер ескерілуі тиіс.

«ҮЙ – АҒАШ – АДАМ» ПРОЕКТИВТІ ӘДІСТЕМЕСІ

Дж. Бак

«Үй – Ағаш – Адам» (Дж. Бак) проективті әдістемесі – баланың эмоционалдық-тұлғалық ерекшеліктерін, өзін-өзі бағалауын, қоршаған ортамен өзара әрекет ету ерекшеліктерін, мазасыздық деңгейін және ішкі психологиялық жағдайын зерттеуге бағытталған сурет арқылы диагностика әдістемесі. Әдістеме үш бейненің: үй, ағаш және адам суреттерін символдық талдау негізінде жүргізіледі.

Мақсатты аудитория: 1–11 сыныптар / колледждің 1-2 курстары.

Нұсқаулық

«Маған, өтінемін, үй, ағаш және адам суретін салыңыз».

Зерттеу жүріп жатқан тұлғаның барлық нақтылау сұрақтарына:

«Қалай қаласаңыз, солай салыңыз» деп жауап беру қажет.

ИНТЕРПРЕТАЦИЯ

Критерий	Диагностикалық мәні
Суреттің жалпы орналасуы адамның өзін-өзі бағалау ерекшеліктерін, эмоционалдық жағдайын және қоршаған ортамен өзара әрекет ету тәсілін көрсетеді.	
<i>Сурет ортасында парактың орналасқан</i>	Салыстырмалы түрде қалыпты өзін-өзі бағалауды, ішкі тепе-теңдікті, өз құндылығын сезіну пен тұрақтылық

	сезімін көрсетеді. Көбінесе эмоционалдық тұрғыдан тұрақты балаларда кездеседі.
Сурет жоғары қарай ығысқан	Талап деңгейінің жоғары болуын, назарда болуға ұмтылысты, қиялшылдықты, шынайылықтан алшақтауды, өзін-өзі дәлелдеуге деген қажеттілікті көрсетуі мүмкін.
Сурет парақтың төменгі бөлігінде орналасқан	Сенімсіздікпен, өзін-өзі бағалаудың төмендігімен, мазасыздықпен, өзін басылып қалғандай сезінумен, эмоционалдық қысылумен байланысты.
Суреттің сол жаққа ығысуы	Өткен күндерді аңсау, жоғары рефлексияны, сақтықты, эмоционалдық тәуелділікті, тұйықтықты көрсетеді.
Суреттің оң жаққа ығысуы	Алға ұмтылу белсенділікті, қарым-қатынасқа ұмтылысты, бастамашылдықты және айналасына алшақтығы білдіреді.
Сурет бүкіл парақты алып тұр	Эмоционалдық белсенді, сенімді, импульсивті, қоршаған ортада маңызды орын алуға ұмтылатын балаларға тән.
Өте кішкентай сурет	Мазасыздықты, сенімсіздік сезімін, ішкі қысылуды, өзіндік маңызды сезіну сезімін төмендігін сезінуді көрсетеді.
Суреттің және оның жекелеген бөліктерінің өлшемі адамның субъективті маңыздылығын, өзін-өзі бағалау деңгейін және эмоционалдық күйзелістерінің қарқындылығын көрсетеді.	
Үлкен сурет	Сенімділікпен, белсенділікпен, сезімге берілгіштік, кейде – импульсивтілік пен үстемдік етуге ұмтылумен байланысты.
Өте кішкентай нысандар	Дәрменсіздік сезімін, мазасыздықты, өзін көрсету қорқынышын, өзін-өзі төмен бағалауды көрсетуі мүмкін.
Өлшемі шамадан тыс үлкен нысан	Берілген бейненің жоғары маңыздылығын, эмоционалдық тұрғыдан бекен болуы немесе осы бейнемен байланысты ішкі шиеленісті көрсетеді.
Өлшемі шамадан тыс кішкентай нысан	Маңыздылықтың төмендеуін, эмоционалдық алшақтауды немесе осы бейнемен байланысты күйзелістерді ығыстыруды көрсетеді.
Қарындашпен басу күші мен сызықтардың сипаты психикалық шиеленіс деңгейін, эмоционалдық тұрақтылықты және өз сезімдерін басқару ерекшеліктерін көрсетеді.	
Күшті басу	Ішкі шиеленіспен, эмоционалдық қанықтылықпен, табандылықпен, кейде агрессиямен немесе мазасыздықпен байланысты.
Өте күшті басу	Айқын эмоционалдық шиеленісті, импульсивтілікті, күйгелектікті көрсетуі мүмкін.
Әлсіз басу	Өзіне сенімсіз, мазасыз, эмоционалдық әлсіреуге бейім балаларға тән.
Үзік, дірілдеген сызықтар	Эмоционалдық тұрақсыздықты, мазасыздықты, ішкі сенімсіздікті көрсетеді.

Сызықтарды бірнеше рет бастыру	Ішкі шиеленісті, алаңдаушылықты, белгілі бір ніштей алаңдау көрсетеді.
Штрихтаудың көп болуы	Мазасыздықпен, ішкі тынышсыздықпен, эмоционалдық шамадан тыс жүктемемен байланысты.
Жиі өшіру және түзетулер енгізу	Сенімсіздікті, ішкі қақтығысты, жоғары өзін-өзі жоғары бақылауды немесе қателесуден қорқуды көрсетеді.

ҮЙ

Критерий	Диагностикалық мәні
Үй отбасы туралы қабылдауды, қауіпсіздік сезімін, эмоционалдық жылылықты және баланың отбасылық жүйедегі өз орнын бейнелейді.	
Үлкен, берік үй	Қауіпсіздікке, тұрақтылыққа және эмоционалдық қорғанышқа деген қажеттілікті көрсетеді.
Кішкентай үй	Жалғыздық сезімін, эмоционалдық оқшаулануды немесе отбасындағы өзінің орнын толық сезіне алмауы
Іргетасы жоқ үй	Тұрақсыздық сезімімен, тірек пен қорғаныштың болмауымен байланысты.
Ауада «қалықтап тұрған» үй	Мазасыздықты, тұрақсыздық сезімін, сенімді эмоционалдық негіздің жоқтығын көрсетеді.
Өте көп бөлшектермен салынған үй	Отбасы саласының жоғары маңыздылығын, жағдайды бақылауға ұмтылысты, кейде мазасыздықты көрсетеді.
Сызбалық (қарапайым) түрде салынған үй	Отбасына қатысты эмоционалдық қашықтықты немесе сәл шеттетілгендей сезіну көрсетуі мүмкін.
Есік әлемге ашықтықты, қарым-қатынасқа дайындықты және адамдармен байланыс жасау ерекшеліктерін бейнелейді.	
Үлкен есік	Қарым-қатынасқа, эмоционалдық қолдауға деген қажеттілікті, назарда болуға ұмтылысты көрсетеді.
Кішкентай есік	Ұялшақтықпен, өзіне сенімсіздікпен, байланыс орнатудағы қиындықтармен байланысты.
Есіктің болмауы	Тұйықтықты, эмоционалдық жабықтықты, қарым-қатынастан қашуды көрсетеді.
Құлыппен немесе кілт саңылауымен салынған есік	Күмәншілдікті, қорғаныс позициясын, ішкі сенімсіздікті көрсетуі мүмкін.
Ашық есік	Жақындықты қалау өзара әрекетке ашықтықты көрсетеді.
Терезелер қоршаған әлеммен эмоционалдық байланыс жасау ерекшеліктерін көрсетеді.	
Үлкен терезелер	Қарым-қатынас жасау ұмтылысты, ашықтықты, эмоция тұрғысынан ашық жарқын екенін қолжетімділікті білдіреді.
Кішкентай терезелер	Ұстамдылықты, сақтықты, эмоционалдық тұйықтықты көрсетуі мүмкін.

Терезелердің болмауы	Шеттетілу сезімімен, сенімсіздікпен, дұшпандықпен немесе қарым-қатынастан қашумен байланысты.
Перделері бар терезелер	Демонстративтілікті, айналадағыларға ұнауға деген қажеттілікті, сыртқы әсерге жоғары мән беруді көрсетеді.
Штрихталған терезелер	Мазасыздықты, құпиялылықты, ішкі шиеленісті білдіруі мүмкін.
Шатыр қиял, ойлау саласын және эмоционалдық өмір ерекшеліктерін көрсетеді.	
Үлкен шатыр	Бай қиялмен, қиялдауға бейімділікпен, эмоционалдық сезімталдықпен байланысты.
Қатты штрихталған шатыр	Мазасыздықты, ішкі шиеленісті, эмоционалдық тұрғыдан шамадан тыс жүктемені көрсетеді.
Шатырдың болмауы	Қорғансыздық сезімін, эмоционалдық жылылықтың жетіспеушілігін көрсетуі мүмкін.
Мұржа мен түтін отбасының эмоционалдық ахуалын және ішкі шиеленісті көрсетеді.	
Түтіні бар мұржаның болуы	Әдетте «тірі», эмоционалдық жылылыққа толы үй туралы түсінікпен байланысты.
Өте қою түтін	Отбасындағы жасырын шиеленісті, қақтығыстарды, эмоционалдық тұрғыдан шамадан тыс жүктемені көрсетуі мүмкін.
Мұржаның болмауы	Кейде эмоционалдық жылылықтың жетіспеушілігін немесе қарым-қатынастағы алшақтықты білдіреді.

АҒАШ

Критерий	Диагностикалық мәні
Ағаш тұлғаның ішкі ресурстарын, өмірлік қуатын, тұрақтылығын және эмоционалдық дамуын білдіреді.	
Үлкен ағаш	Ішкі күшті, дамуға деген ұмтылысты, белсенділікті көрсетеді.
Кішкентай ағаш	Өзіне сенімсіздікпен, әлсіздік сезімімен немесе эмоционалдық қажумен байланысты.
Ағаш суреттің орталық бөлігін алады	Баланың ішкі әлемі мен эмоционалдық күйзелістерінің жоғары маңыздылығын көрсетеді.
Қураған немесе зақымдалған ағаш	Іштей қажуды, өзін өзі жоғалту сезімін, эмоционалдық жарақатты бастан кешіруді білдіруі мүмкін.
Тамырлар отбасымен байланысты, тірек сезімін және тұрақтылықты көрсетеді.	
Жақсы салынған тамырлар	Отбасылық байланыстардың маңыздылығын, тұрақтылық пен қауіпсіздікке деген қажеттілікті көрсетеді.
Өте айқын көрсетілген тамырлар	Мазасыздықты, отбасыға күшті тәуелділікті немесе қолдауға деген қажеттілікті білдіруі мүмкін.

Тамырлардың болмауы	Тұрақсыздық сезімімен, қорғаныш пен тірек сезімінің болмауымен байланысты.
Дің тұлғаның ішкі өзегін және психологиялық тұрақтылық деңгейін білдіреді.	
Кең, берік дің	Өзіне деген сенімділікті, эмоционалдық тұрақтылықты, ішкі күшті көрсетеді.
Жіңішке немесе әлсіз дің	Осалдықпен, сенімсіздікпен, күйзеліске төзімділіктің төмендеуімен байланысты.
Иілген дің	Ішкі қақтығыстарды, эмоционалдық шиеленісті, тұрақсыздықты көрсетуі мүмкін.
Қатты итрихталған дің	Мазасыздықты, ішкі күйзелісті, эмоционалдық тұрғыдан шамадан тыс жүктемені көрсетеді.
Бұтақ басы қарым-қатынас саласын, қиялды және эмоционалдық байланыстарды көрсетеді.	
Қалың, жайқалған ағаш басы	қиялдың дамуын, эмоционалдылықты, қарым-қатынасқа деген қажеттілікті көрсетеді.
Жабық, тығыз ағаш басы	Қорғаныш позициясын, мазасыздықты, эмоциясын бүгуді білдіруі мүмкін.
Ағаш басының болмауы	Эмоционалдық жұтаңданумен, қарым-қатынастың шектелуімен немесе жабырқаулық күймен байланысты.
Бұтақтар қоршаған ортамен өзара әрекет ету ерекшеліктерін көрсетеді.	
Жоғары бағытталған бұтақтар	Белсенділікті, оптимизмді, дамуға деген ұмтылысты көрсетеді.
Төмен қарай иілген бұтақтар	Жабырқаулықты, шаршауды, дәрменсіздік сезімін білдіруі мүмкін.
Өткір, «тікені көп» бұтақтар	Шиеленісті, қорғану үшін агрессия танытуын көрсетеді.
Саусақ тәрізді бұтақтар	Көбінесе жасырын агрессияның немесе жоғары бақылаудың белгісі ретінде түсіндіріледі.
Ағаштың қосымша элементтері эмоционалдық күйзелістерді және ішкі қақтығыстарды көрсетеді.	
Қуысы (ағаш діңіндегі қуыс)	Эмоционалдық ішкі бос кеңістік сезімін, ішкі жарақатты немесе жасырын күйзелістерді білдіруі мүмкін.
Ағаштағы жемістер	назарда болуға, жетістіктерге, айналадағы адамдардың жағымды бағалауына деген қажеттілікпен байланысты.
Сынған бұтақтар	Өзін жоғалту сезімін, қақтығысты немесе эмоционалдық қолайсыздықты бастан кешіруді көрсетеді.

АДАМ

Критерий	Диагностикалық мәні
----------	---------------------

Адам бейнесі «Мен» образын, өзін-өзі бағалауды, қарым-қатынас ерекшеліктерін және адамның өзін қоршаған әлемде қабылдауын көрсетеді.	
<i>Адамның ірі бейнесі</i>	Өзіне деген сенімділікпен, бағалануды қалаумен байланысты.
<i>Өте кішкентай бейне</i>	Өзіне сенімсіздікті, маңызды жоқтай сезіну сезімін, мазасыздықты көрсетеді.
<i>Схемалық түрде бейнеленген сурет</i>	Эмоционалдық алшақтықты, төмен қатысуды немесе қорғаныс позициясын көрсетуі мүмкін.
<i>Шамадан тыс егжей-тегжейлі бейнеленген адам бейнесі</i>	Өзін-өзі таныстыру тақырыбының маңыздылығын, жоғары өзін-өзі бақылауды немесе мазасыздықты білдіреді.
Бас интеллектуалдық саланы, өзін-өзі бақылауды және өзіндік сана ерекшеліктерін көрсетеді.	
<i>Үлкен бас</i>	Интеллектуалдық саланың маңыздылығын, жағдайды бақылауға деген ұмтылысты көрсетеді.
<i>Кішкентай бас</i>	Өз мүмкіндіктеріне сенімсіздікті немесе интеллектуалдық әрекеттің маңыздылығының төмендігін білдіруі мүмкін.
<i>Бастың болмауы</i>	Өзін-өзі бақылаудағы айқын қиындықтармен, эмоционалдық қақтығыстармен немесе қарсылық танытумен байланысты.
Бет бейнесі қарым-қатынас ерекшеліктерін және терең байланыс деңгейін көрсетеді.	
<i>Жақсы салынған бет бейнесі</i>	Тұлғааралық қарым-қатынастар мен қарым-қатынас жасаудың маңыздылығын көрсетеді.
<i>Бет әлпет белгілерінің болмауы</i>	Тұйықтықты, қарым-қатынас орнатудағы қиындықтарды, өз әлеміне тығылуы білдіруі мүмкін.
<i>Өшірілген немесе итрихталған бет бейнесі</i>	Көбінесе ішкі қақтығыспен, мазасыздықпен немесе өзіне деген жағымсыз қатынаспен байланысты.
Көздер эмоционалдық сезімталдықты және айналадағы адамдарды қабылдау ерекшеліктерін көрсетеді.	
<i>Үлкен көздер</i>	Мазасыздықпен, сақтықпен, жоғары сезімталдықпен байланысты.
<i>Нүкте немесе саңылау тәрізді көздер</i>	Эмоционалдық тұйықтықты, сезімдерді білдіруге деген тиымды, ұстамдылықты көрсетеді.
<i>Көздердің болмауы</i>	Қарым-қатынастан қашуды, өзара әрекет етуденен қорқуды немесе эмоционалдық оқшаулануды білдіруі мүмкін.
Ауыз эмоцияны білдіру ерекшеліктерін және агрессия деңгейін көрсетеді.	
<i>Үлкен ауыз</i>	Өз ойын ашық көрсету қажеттілігін, импульсивтілікті немесе агрессивтілікті көрсетуі мүмкін.

<i>Штрихталған ауыз</i>	Ішкі шиеленіспен, мазасыздықпен, басылған агрессиямен байланысты.
<i>Ауыздың болмауы</i>	Сезімдерін білдірудегі қиындықтарды, тұйықталуды немесе өз эмоцияларын ашып айтуға жүрексынуын көрсетеді.
<i>Тістер, ақсиган кейін</i>	Көбінесе агрессивті үрдістердің, ішкі шиеленістің немесе қорғаныс позициясының белгісі болып табылады
Құлақтар айналадағы адамдардың пікіріне деген қатынасты және сынға сезімталдықты көрсетеді.	
<i>Үлкен құлақтар</i>	Айналадағы адамдардың мұқтажығы сыртқы әлемнің әсерін өткір қабылдауын бағалауына сезімталдықты, жоғары қабылдағыштықты көрсетеді.
<i>Құлақтардың болмауы</i>	Басқалардың пікірін елемеуді немесе кері байланысты қабылдаудағы қиындықтарды көрсетуі мүмкін.
Мойын өзін-өзі бақылау деңгейін және эмоцияларды басқару қабілетін көрсетеді.	
<i>Мойынның болуы</i>	Эмоциялық реакцияларды бақылау қабілетін көрсетеді.
<i>Өте ұзын мойын</i>	Сезімдер мен ойлау арасындағы ішкі қақтығысты көрсетуі мүмкін.
<i>Мойынның болмауы</i>	Импульсивтілікпен, эмоцияларды реттеудегі қиындықтармен байланысты.
Қолдар адамның қоршаған ортамен өзара әрекеттесу ерекшеліктерін, белсенділігін және ықпал ету сезімін көрсетеді.	
<i>Ұзын қолдар</i>	Белсенділікті, бақылауға ұмтылысты, кейде агрессияны көрсетеді.
<i>Өте қысқа қолдар</i>	Өзіне сенімсіздікпен, дәрменсіздік сезімімен, өзара әрекет ету қиындықтармен байланысты.
<i>Арқаға жасырылған қолдар</i>	Кінә сезімін, тұйықталуды немесе қарым-қатынастан қашуды көрсетуі мүмкін.
<i>Қолдардың болмауы</i>	Пассивтілікті, дәрменсіздік сезімін, өзін өз қабілеттерін толық аша алмаудағы қиындықтарды көрсетеді.
<i>Үлкен алақандар мен саусақтар</i>	Бақылауға, үстемдік етуге ұмтылысты, мүмкін болатын агрессивтілікті көрсетеді.
Аяқтар тұрақтылықты, тірек сезімін және өмірдегі сенімділікті көрсетеді.	
<i>Тірегі бар, орнықты аяқтар</i>	Ішкі тұрақтылық пен бейімделушілікті көрсетеді.
<i>Әлсіз, жіңішке аяқтар</i>	Өзіне сенімсіздікті, тұрақсыздық сезімін, мазасыздықты білдіреді.
<i>Аяқтардың болмауы</i>	Дәрменсіздік сезімімен, өмірде тірегінің болмауымен байланысты.
<i>Аяқтардың «ауада ілініп тұруы»</i>	Тұрақсыздық сезімін, болашаққа деген сенімнің төмендігін көрсетуі мүмкін.

Киім мен әшекейлер өзін-өзі таныстыру ерекшеліктерін және психологиялық қорғаныс тәсілдерін көрсетеді.	
<i>Киімнің егжей-тегжейлі (ұқыпты) бейнеленуі</i>	Сыртқы әсердің, әлеуметтік рөлдің маңыздылығын және назарда болуға деген қажеттілікті көрсетеді.
<i>Киімнің болмауы</i>	Импульсивтілікпен, эмоционалдық ашықтықпен немесе әлеуметтік бейімделудің жеткіліксіздігімен байланысты болуы мүмкін.
<i>Шамадан тыс әшекейлеу</i>	Демонстративтілікті, назар аударуға және сыртқы пікірге деген қажеттілікті көрсетеді.

ҚОСЫМША ЭЛЕМЕНТТЕР

Критерий	Диагностикалық мәні
Қосымша элементтер эмоционалдық фонды, қажеттіліктерді және қоршаған әлемді қабылдау ерекшеліктерін көрсетеді.	
<i>Күн</i>	Жылу, қолдау көзі, қауіпсіздік сезімі және эмоционалдық әл-ауқатты білдіреді.
<i>Бұлттар, қара бұлттар</i>	Мазасыздықпен, жағымсыз жағдайларды күтумен, ішкі шиеленіспен байланысты.
<i>Жаңбыр</i>	Стресті, эмоционалдық тұрғыда ауыр жүктің, қолайсыз жағдайды бастан кешіруді көрсетуі мүмкін.
<i>Қоршау</i>	Қорғануға, қашықтық сақтауға, қарым-қатынасты шектеуге деген ұмтылысты білдіреді.
<i>Гүлдер</i>	Жағымды эмоцияларға, жылылыққа, ортаға қабылдануын қалауға деген қажеттілікпен байланысты.
<i>Жол</i>	Өмір жолын, өзгерістерге ұмтылысты, алға қарай қозғалысты көрсетеді.
<i>Айналада көптеген заттардың болуы</i>	Тірекке, жағдайды бақылауға немесе ішкі күйзелістермен эмоцияларының тасуын эмоционалдық шамадан тыс жүктемеге деген қажеттілікті білдіруі мүмкін.

СУРЕТ САЛУ ҮДЕРІСІ

Критерий	Диагностикалық мәні
Суретті орындау үдерісі іштегі күйзелістерді, ішкі қақтығыстарды және жекелеген нысандардың эмоционалдық маңыздылығын көрсетеді.	
<i>Бала сурет салуды үйден бастайды</i>	Отбасы ортасы жоғары эмоционалдық маңыздылыққа ие.
<i>Бала сурет салуды ағаштан бастайды</i>	Алдыңғы орынға ішкі күйзелістер, эмоционалдық жағдай және тұлғалық ресурстар шығады.
<i>Бала сурет салуды адамнан бастайды</i>	Өзіндік «Меннің», өзін-өзі бағалаудың және тұлғааралық қарым-қатынастардың маңыздылығы жоғары.

Ұзақ кідірістер	Ішкі қақтығыстармен, мазасыздықпен немесе шешім қабылдаудағы қиындықтармен байланысты.
Бір бөлшекке қайта-қайта оралу	Берілген бөлшекке назары ауып ерекше мән бер көрсетеді.
Сурет салу барысында белсенді түсініктемелер беру	Эмоционалдық қатысуды көрсетеді және суреттің субъективті мағынасын түсінуге көмектеседі.
Нысанды салудан бас тарту	Ішкі қақтығысты, мазасыздықты немесе эмоционалдық тұрғыдан маңызды мәселені көрсетуі мүмкін.

«Үй – Ағаш – Адам» әдістемесінің интерпретациясы барлық үш суреттің тұтас құрылымы мен олардың өзара байланысын ескере отырып, кешенді түрде жүргізіледі. Жеке бір белгі ғана емес, суреттердің жалпы мазмұны мен ерекшеліктері маңызды болып саналады. Кез келген элемент (үй, ағаш немесе адам), сондай-ақ олардың бөлшектері мен бейнелену ерекшеліктері жеке қарастырылып, нақты қорытынды жасауға негіз бола алмайды, өйткені олардың диагностикалық мәні тек басқа белгілермен және жалпы эмоционалдық-графикалық көрініспен байланыста анықталады.

Интерпретация барысында баланың жасы, графикалық дағдыларының деңгейі, отбасылық жағдайының ерекшеліктері және қазіргі эмоционалдық күйі міндетті түрде ескеріледі, себебі бұл факторлар сурет салу ерекшеліктеріне тікелей әсер етеді. Сонымен қатар баланың сурет салу кезіндегі түсініктемелері мен суреттен кейінгі әңгіме нәтижелері маңызды рөл атқарады. Олар әрбір бейненің субъективті мағынасын анықтауға мүмкіндік береді: үй – баланың отбасы туралы қабылдауын; ағаш – ішкі ресурстары мен эмоционалдық жағдайын; адам – «Мен» бейнесін көрсетеді.

«Үй – Ағаш – Адам» әдістемесі жеке өзі қорытынды немесе диагноз қою құралы ретінде қолданылмайды және міндетті түрде басқа

диагностикалық әдістердің нәтижелерімен толықтырылуы қажет. Анықталған жағымсыз немесе ерекшеленетін белгілер дайын қорытынды ретінде емес, баланың ішкі кернеуінің, эмоционалдық қақтығыстарының немесе ресурстар тапшылығының мүмкін көрсеткіштері ретінде қарастырылады. Олар тереңірек талдауды және қажет болған жағдайда балаға психологиялық сүйемелдеу ұйымдастыруды талап етеді.

АДАМ	
Сұрақтар	Диагностикалық бағыттылығы
<i>Бұл ұл ма, әлде қыз ба?</i>	Бейнені сәйкестендіру, жыныстық проекция
<i>Сенің ойыңша, оның жасы қаншада?</i>	Жасын сәйкестендіру, өзіндік/өзгенің бейнесін проекциялау
<i>Бұл адам сен үшін кім: досың, туысың ба, әлде жай ғана адам ба?</i>	эмоция тұрғысынан маңызды әлеуметтік ролі
<i>Сенің ойыңша, ол қазір не сезініп тұр немесе не туралы ойлап тұр?</i>	Эмоционалдық жағдай, эмпатия
<i>Суретте ол не істеп жатыр? Ол қай жерде орналасқан?</i>	Мінез-құлық белсенділігі, жағдай контексті
<i>Ол саған біреуді еске түсіре ме? Кімді және неге?</i>	Маңызды тұлғалардың проекциясы
<i>Сенің ойыңша, ол қазір бақытты ма, әлде мұңайып тұр ма? Неліктен?</i>	Эмоционалдық әл-ауқат
<i>Бұл адамға қатысты сенде қандай сезімдер бар?</i>	Эмоционалдық қатынас, проекция
<i>Сенің ойыңша, оның айналасындағы ауа райы қандай?</i>	Жағдайдың эмоционалдық фоны
<i>Сенің ойыңша, ол қазір ең қатты нені қалайды?</i>	Қажеттіліктер, мотивациялық сала
АҒАШ	
<i>Бұл қандай ағаш? Сен оны қалай атар едің?</i>	Бейнені символдық қабылдау, сәйкестендіру
<i>Бұл ағаш тірі ме, әлде тірі емес пе?</i>	Өмірге құштарлық қабылдау, ішкі қуаты
<i>Неліктен сен оны тірі / тірі емес деп шештің?</i>	Негіздей білу, қабылдаудың саналылығы
<i>Бұл ағаш көбірек ұл балаға немесе қыз балаға / ер адамға немесе әйел адамға ұқсай ма?</i>	Гендерлік және тұлғалық проекция
<i>Сенің ойыңша, қазір бұл ағашта не болып жатыр?</i>	Эмоционалдық жағдай, ішкі күйзелістер

<i>Ондағы ауа райы қандай: күн ашық па, бұлтты ма, желді ме?</i>	Ортаның эмоционалдық фоны
<i>Жел бар ма? Ол қай жақтан соғып тұр?</i>	Сыртқы қысым, стресс факторлары
<i>Бұл ағаш саған кім туралы немесе не туралы еске салады?</i>	Ассоциациялық байланыстар, проекция
<i>Сенің ойыңша, ағаш сау ма, әлде оған қиын болып тұр ма?</i>	Ресурстылық, психоэмоционалдық жағдай
<i>Сенің ойыңша, бұл ағашқа не жетіспейді?</i>	Қажеттіліктер, тапшылықтар
<i>Ол жалғыз тұр ма, әлде басқа ағаштардың жанында ма?</i>	Әлеуметтік ортаға сіңісу, оқшаулану
ҮЙ	
<i>Бұл қандай үй: кәдімгі, ескі немесе жаңа үй ме?</i>	Отбасы бейнесі, қоршаған ортаны қабылдау
<i>Бұл сенің үйің бе, әлде бөтен үй ме?</i>	Отбасын қабылдауы
<i>Бұл үйде кім тұрады?</i>	Отбасы құрылымы
<i>Сен осы үйде тұрғың келер ме еді? Неліктен?</i>	Отбасын эмоционалдық тұрғыда қабылдау
<i>Ол саған жақын ба, әлде алыс па?</i>	Психологиялық қашықтық
<i>Бұл үй саған жылы, мейірімді болып көріне ме, әлде керісінше ме?</i>	Эмоционалдық ахуал
<i>Қазір ол жерде ауа райы қандай?</i>	Эмоционалдық фон
<i>Осындай үйде кіммен бірге тұрғың келер еді?</i>	Байланыс (жақындық) артықшылықтары
<i>Сенің ойыңша, бұл үйге не жетіспейді?</i>	Қауіпсіздік/қолдау тапшылығы
<i>Бұл үй саған кім туралы немесе не туралы еске салады?</i>	Проективті байланыстар
<i>Үйге апаратын жол қайда апарады?</i>	Болашаққа көзқарас, өмір жолы
<i>Сенің ойыңша, бұл үйдің иесі кім?</i>	Бедел, отбасылық иерархия

АЯҚТАЛМАҒАН СӨЙЛЕМДЕР ӘДІСТЕМЕСІ

Авторы Е.Н. Волкова

Е.Н. Волкованың аяқталмаған сөйлемдер әдістемесі – сөйлемдерді аяқтау арқылы жасөспірімнің зорлық-зомбылықты қабылдау ерекшеліктерін, сондай-ақ оның эмоционалдық күйзелістерін және қақтығыстық өзара әрекет жағдайларындағы типтік әрекет ету тәсілдерін анықтауға мүмкіндік беретін проективті диагностикалық құрал.

Мақсатты аудитория: 2–5 сыныптар.

НҮСҚАУЛЫҚ

Алдыңызда бірнеше аяқталмаған сөйлем берілген. Әр сөйлемді өз ойыңызша аяқтаңыз. Ойыңызға бірінші келген жауапты жазыңыз. Бұл шығарма емес, мұнда дұрыс немесе бұрыс жауаптар болмайды.

№	Аяқталмаған сөйлемдер
1	Мен... кезде, түгел қалтырап кетемін
2	Балалардың бәрі менің қалай қорқатынымды білгенде...
3	Егер біреу сені ашуландырса, онда...
4	Балаларды тәрбиелеу ... арқылы жүзеге асырылуы керек.
5	Отбасындағы бала...
6	Менің жақындарым мен туралы ... деп ойлайды.
7	...кезде мен үйге баруға қорқамын
8	Мен ... бірге болғаннан гөрі, жалғыз қалғанды қалаймын.
9	Біреуді ұрып жатқанын көргенде, мен...
10	Басқаны ұруға болады, егер...
11	Бала айналасындағыларға сақтықпен қарайды, себебі...
12	Әлсіз адамға күш қолдану...
13	...кезде ата-аналар балаларға айқайлайды
14	Менің балаларым болған кезде, мен ешқашан...
15	Егер ... болмағанда, біздің отбасымыз мінсіз болар еді.
16	Мен ... кейін жалғыз қалғым келеді.
17	Егер ..., мен үйден қашып кетер едім.
18	Маған ата-анамның ең ұнамайтыны – олар...
19	Мен өзімді ... қалаймын.
20	Қолайлы жаза – бұл...

ИНТЕРПРЕТАЦИЯ

Талдау аймағы	Неге назар аударамыз	Жауаптарды мүмкін болатын интерпретациялау
Эмоционалдық аспект. Сұрақтар: 2, 7, 9, 13, 18, 19.		
Қорқыныштар және мазасыздықты бастан кешіру	Қорқыныш, мазасыздық, бойдағы реакциялар (дірілдеу, қашып кеткісі келу, үйден қашқақтау) туралы жиі айтылуы.	Жоғары мазасыздық, қауіпсіздік сезімінің төмендеуі, маңызды орталарда (отбасы, мектеп) қауіп-қатерді күту.
Агрессия кезіндегі эмоциялар	қатты қорқыныш, дәрменсіздік, ашу, реніш, есеңгіреу сезімдерін сипаттау.	Күйзеліс кезінде эмоциясына ие бола алмай қалуы.

Ата-аналарға және жақын адамдарға деген қарым-қатынас	Отбасы туралы жағымсыз пікірлер, үйге барудан қорқу, айқайдан немесе жазадан күту.	Отбасылық шиеленіс, эмоционалдық қолдаудың жеткіліксіздігі, байланыс орнатудың бұзылуы болуы мүмкін.
Жағымсыз қарым-қатынасты күту	«Мені жақсы көрмейді», «маған айқайлайды», «мені түсінбейді» деген мазмұндағы сөздер.	«Маңызды ересектердің» жағымсыз бейнесінің қалыптасуы, қауіпсіздік сезімінің төмендеуі.
Позитивті эмоционалдық жауаптар	Қорқыныш, мазасыздық, денелік реакциялар (дірілдеу, қашып кеткісі келу, үйден қашқақтау) туралы жиі айтылуы.	Эмоционалдық жақындық пен қолдауға деген қажеттіліктің сақталуы.
Когнитивтік аспект. Сұрақтар: 3, 4, 11, 20.		
Зорлық-зомбылық туралы түсініктер	Агрессияны ақтау, физикалық күш қолдануды қалыпты әрекет ретінде қабылдау	Агрессивті мінез-құлық үлгілерін рұқсат етілген әрекет ретінде меңгеру
Зорлық-зомбылықтың себептері	«Себебі ол соған лайық болды», «өзін жаман ұстағанда»	тек менің айтқаным болады деген қаталдық пен қысымның басым болуы
Жазаға қатысты ұстанымдар	Қатаң жаза түрлерін және физикалық күш қолдануды қолдау	тәрбие тек қатандық пен шектеу арқылы жүреді деген ішкі сезім
Қақтығыстарды шешу тәсілдері	«Ұру керек», «айқайлау керек», «қашып кету керек»	мәселені ақылмен шешу тәсілдерін әлі толық қалыптаспауы
Отбасы және тәрбие туралы түсініктер	Қатаң бақылау, ересектердің үстемдігі туралы түсініктер	Авторитарлық қатынаста құрылған отбасы ортасы
Мінез-құлық аспектісі. Сұрақтар: 1, 8, 10, 12, 14, 16.		
Қауіпке/агрессияға берілетін реакциялар	«Қашып кетемін», «тығылып қаламын», «жауап қайтарамын»	Қашқақтау немесе агрессивті қорғаныс реакциясының басым болуы
Физикалық күш қолдануға жол берілуі	Күш қолдануды ақтау	Агрессияны ақтауға негізделген мінез-құлық үлгісінің қалыптасу қаупі
Әлеуметтік өзара әрекеттесу	Қарым-қатынастан қашу, жалғыз болуға деген ұмтылыс	Әлеуметтік оқшаулану, қарым-қатынас орнатудағы қиындықтар

Отбасы ортасы	Үйдегі қақтығыстар, отбасынан кетуге деген ниет	Отбасылық ортаға бейімделудің бұзылуы, эмоционалдық қашықтық
Болашақтағы бағдар	«Мен ешқашан айқайламаймын/ұрмаймын» немесе керісінше	Компенсаторлық немесе тәрбиелеу үлгілерін қайталау модельдерінің қалыптасуы
Интегралдық талдау (аспектілерді өзара салыстыру)		
«Эмоция – ой – мінез-құлық» арасындағы байланыс	Қорқыныш, сенімдер мен әрекеттер арасында логикалық байланыс бар ма	Байланыстың бұзылуы → ішкі қақтығыс; үйлесімділік → тұрақты ұстанымдар.
Басым реакция түрі	Барлық жауаптарда қайталанатын мінез-құлық стратегиялары	Түрінің қалыптасуы: мазасыз / агрессияны ақтаушы / қашқақтаушы / зорлық-зомбылықты қалыпты деп қабылдаушы / бейімделген.
Жалпы қауіпсіздік деңгейі	Отбасында және әлеуметтік ортада қорғалғандық сезімінің болуы	Қорқыныш пен агрессия басым болған жағдайда бейімделудің бұзылу қаупі жоғары болады.

ҚОРЫТЫНДЫ

Ұсынылып отырған жинақ педагог-психологке білім алушылар арасындағы суицидтік қауіптері мен ішкі мазасыздықты ерте анықтау бойынша тұтас әрі тәжірибеге бағытталған жұмыс жүйесін қамтамасыз етеді. Материалдар сүйемелдеу жұмысының бірізді логикасы негізінде құрылған: диагностикалық жұмысты ұйымдастыру және бастапқы диагностиканы жүргізуден бастап, қауіп аймақтарын анықтау, навигациялық картаны пайдалану, тереңдетілген тексеру жүргізу және баланы одан әрі психологиялық-педагогикалық сүйемелдеуге дейінгі кезеңдерді қамтиды. Мұндай тәсіл маманға диагностикалық үдерісті жүйелі ұйымдастыруға және анықталған қиындықтарға уақытылы әрекет етуге мүмкіндік береді.

Стандартталған және проективті әдістемелер кешенін пайдалану білім алушылардың эмоциялық жағдайын, мінез-құлық ерекшеліктерін және психологиялық осал тұстарын неғұрлым дәл түсінуге ықпал етеді. Жинақ тәжірибесі аз және білікті педагог-психологтер үшін де білім беру ұйымы жағдайында мақсатты алдын алу, түзету және қолдау жұмыстарын ұйымдастыруға көмектесетін практикалық құрал ретінде қызмет ете алады.