

Аты – жөні: \_\_\_\_\_  
Сыныбы: \_\_\_\_\_

Күні: \_\_\_\_\_

Сұрақтар	Баға
<b>1. Саған мектеп ұнай ма?</b>	
онша емес	1
ұнайды	3
ұнамайды	0
<b>2. Таңертең ұйқыдан тұрған кезде сен мектепке баратыныңды ойлаған кезде қуанасың ба, әлде бармай үйде қалғың келе ме?</b>	
көбіне үйде қалғым келеді	0
әртүрлі болып тұрады	1
қуана мектепке барамын	3
<b>3. Егер мұғалім ертең мектепке келу-келмеу өз еркінде, келу міндетті емес десе, сен мектепке барар ма едің әлде үйде қалар ма едің?</b>	
білмеймін	1
үйде қалар едім	0
мектепке барар едім	3
<b>4. Егер кейбір сабақты болдырмай тастаса, саған ұнай ма?</b>	
ұнамайды	3
әр түрлі жағдайда әртүрлі қарар едім	1
ұнайды	0
<b>5. Үйге тапсырма бермегенін қалар ма едің?</b>	
қалар едім	0
қаламас едім	3
білмеймін	1
<b>6. Сабақ арасындағы үзілістің болғаны дұрыс па ?</b>	
білмеймін	1
болмағаны жақсы	0
әрине, болғаны жақсы	3
<b>7. Ата-анаңа мектеп туралы жиі әңгімелейсің бе?</b>	
жиі	3
сирек	1
тіптен әңгімелемеймін	0
<b>8. Мұғаліміңнің қатаң болғанын қалар ма едің?</b>	
дәл айта алмаймын	1
қалаймын	3
қаламаймын	0
<b>9. Сыныбыңда достарың көп пе?</b>	
аз	1
көп	3
досым жоқ	0
<b>10. Саған сыныптастарың ұнай ма?</b>	
ұнайды	3
ұнамайды	0
онша емес	1

Аты-жөні \_\_\_\_\_

Сыныбы \_\_\_\_\_

### Э. Ховард бойынша стреске төзімділік

№	Стрес саған қалай әсер етеді ?	жиі	кейде	сирек
1.	Мен тез ренжимін	3	2	1
2.	Ұтылғанға шыдай алмаймын	3	2	1
3.	Егер біреу мені ренжітсе ызаланамын, бірақ сезімді ешкімге көрсетпеймін	3	2	1
4.	Кезекке тұрғанға шыдай алмаймын	3	2	1
5.	Қиналсам да, өзіме жауапкершілікті көп аламын.	3	2	1
6.	Біреуден көмек сұрауға көп жағдайда қиналамын	3	2	1
7.	Өз-өзімді басу үшін дәріге көп жүгіремін	3	2	1
8.	Мәселені шешу үшін сенімді жолдастарыма шағынамын	1	2	3
9.	Қателік жасасам кешірім сұрау маған қиын	3	2	1
10.	Қателік жасасам, өзімді кінәлап, қатты уайымдаймын	3	2	1
11.	Егер менің намысыма тиетіндер болса мен оларға жауап беруге тырысамын	1	2	3
12.	Достарымнан алғанымнан гөрі бергенім көп деп есептеймін	3	2	1
13.	Демалу үшін мен уақыт бөлемін және одан шын қуаныш аламын	1	2	3
14.	Мен күнделікті дене шынықтыру жаттығуларына уақыт табамын	1	2	3
15.	Мен жиі күлемін және қуанамын	1	2	3

Енді бәрін қос та, қандай топқа жататыныңды қара:

I топ: 15-25 ұпай: сен стреске шамалы ұшырайсың

II топ: 26-36 ұпай: сен стреске орташа ұшырайсың

III топ: 36-45 ұпай: сен стреске жиі ұшырайсың.

### «Ертегі» әдістемесі **В.А. Корневской**

Мақсаты: бастауыш сынып оқушыларынан кері байланыс алу.

Балалар, сендерге хат келді. Және оның таңғажайып оқиғасы бар. Онда тыңда.

Бір үлкен және нағыз орманда мектеп болыпты. Онда әртүрлі, әдемі жануарлар оқиды екен: үлкен және кішкентай, толық және арық, тілалғыш және тентек, күшті және әлсіз, мейірімді және мейірімді емес. Үздік оқушы аңдар, төбелескіш аңдар, арманшыл аңдар... тіпті Көзілдірік киген жануарлар да бар екен..

Қоңырау соғылғанда, орман мектебінде, барлық жерде сияқты, сабақтар басталады. Мұғалімдер кішкентай жануарларға орман тұрғындарының әдеттері, кенеттен адасып қалса орманда қалай жол табуға болатыны, әр түрлі аңдар мен құстарды дауыстарынан қалай тануға болатыны туралы айтып жатты. Математика сабағында жануарлар санады, жазу сабағында жазды, сурет сабағында қағазға жануарлардың іздерін бейнеледі, хореография сабағында биледі, ағаштарға өрмелеп, бұтақтарда тербелді. Кішкентай жануарлар тіпті бір-бірін қуантуды үйренетін тосын сыйлар сабағын алды. Ондағы сабақтар шынымен де басқаша болды: жануарлар өте жақсы көретін және мүлдем барғылары келмейтін сабақтар.

Әсіресе, бұл мектепте үзіліс кезінде қызық болды. Жігіт жануарлар ұшақтарға, жылдам машиналарға, зымырандарға айналды... Олардың бәрі дәліздер бойымен жүгіріп, бір-бірін басып озды және қатты ызылдап, дірілдеп, дыбыс шығарды. Қыз жануарлар әдетте резеңке жолақтардың үстінен секірді немесе қуыршақтармен ойнады. Мектептегі у-шуды елестету мүмкін еместігі сонша, мұғалімдер кейде құлақтарына тығып алатын.

Әрқашан солай болып келген. Екі дос - аю баласы Тұрар мен тиін баласы Қасым асханада отырған күні. Қасым, әдеттегідей, жержаңғақ майы мен кептірілген саңырауқұлақ қосылған екі бутербродты тез жеді, бірақ Тұрар асықпады. Ол бал қосылған бутербродтарын, таңқурай тосаптарын ықыласпен жеді. Қасым Тұрардың үлкен тәттіқұмар екенін білді, сондықтан ол оған қатты ашуланбады, тіпті рахаттанып тәтті жегеніне күлді.

Достар сурет сабағына кешігіп қалғандарын түсініп, бар күштерін салып жүгіруге асықты. Әрине, Тұрар тойымды түскі астан кейін тез жүгіре алмады, ол ахылап, үхілеп арен жүрді. Әйтеуір дәліздің соңында сыныптастары отырған сыныпқа әрен жетіп, кенеттен ақ көжекті көріп қалды. Ол бір бұрышта қатты жылап отыр екен. Қасым мен Тұрар көжектің жанына барып, оған не болғанын және оны кім ренжіткенін сұрай бастады. Бірақ қоян жауап берудің орнына одан бетер жылады. Достарының көжекке қатты жаны ашыды, оған көмектескілері келді, бірақ мұны қалай істерлерін білмеді. Қасым көжектің ұзын құлағын ұстады, ал Тұрар оның басынан сипады. Олар байғұспен жаңғақ және таңқурай тосапынан жасалған Тұрардың жақсы көретін жеміс сусынымен бөлісті. Ақырында қоян жылауын тоқтатқанда, Қасым барлығына орманға барып, Тұрар екеуі армандауды, теңіз шайқастарын ойнауды жақсы көретін және оларды ешкім таба алмайтын үлкен емен ағашының ойпаңына шығуды ұсынды. Олар солай істеді. Ал сол жерде көжек, оның есімі Сәкентай екен, бүгінгі күні өте сәтсіз болғанын айтты. Біріншіден, оны сыныптағы ең күшті бала – қасқырдың баласы Шыңғыс ұрыпты. Жігіттердің ешқайсысы Сәкентайды аямапты, тіпті мұғалім **Айгерім апай** да. Ол: «Мен сендерен шаршадым», - деді. Сонымен қатар Сәкентай үйінде қоянның іздерін салып үлгермепті. Анасы ауырып қалып, ол дәрі-дәрмек алу үшін орман дәріханасына барды. Ұзын кезек болғандықтан, күтуге тура келді. Ал сабақта **Динара Сәкенқызы** оны жалқау деп атап, күнделігіне екі қойды. Сол үшін Стёпаның көңіл күйі жоқ. Ол үйге екімен барып анасын ренжіткісі келіп тұрған жоқ еді. Көжек қайтадан жылап жіберді. Тимоша мен Кешаның да көңіл күйлері түсіп, өздерін жаман сезініп, жылағысы келген кездері естеріне түсіп кетті. Тимоша бір рет үйде тамағын ұмытып кеткенде, жігіттердің ешқайсысы онымен бөліспегенін және күні бойы аш болғанын есіне алды. Ал мұғалім **Раушан апай** әрқашан неге екені белгісіз оны фамилиясымен, ал басқа оқушыларды өз атымен атайтын. Ол оны қатты ренжітетін.

Қасым да өзінің басынан өткенімен бөлісті. Асханада абайсызда стакан сындырып алғанда, **кураторы Сәуле апай** оны жұрттың көзінше айқайлап, ақымақ деп атады. Қасым сол кезде оның ренішінен көз жасы ағып, өзін қатты аяғанын айтты. **Сәкентай** өте мұқият тыңдап, бірте-бірте көз жасы тыйылды.. Көжек әркімде кейде өзін нашар сезінетін уақыттар болатынын

және оның енді жаңа достары бар екенін түсінгенде, жеңілдеді, тіпті көңіл күйі көтеріле бастады.

Қасым мен Тұрар көжектің көңілін тіптен көтеруді ұйғарды. «Тек жақсылықты еске алайық!» деп ұсыныс жасады Қасым. Ал кім есіне жаман нәрсе түсірсе, сол қораз құсап қорқылдайды. «Кеттік!» деп барлығы келісе кетті. Тұрар бірде ол бұрышқа шекесін қатты соғып, маңдайына дөңес шыққанда, Апайы оны құшақтап, көз жасын сүртіп, басынан сипап: «Жылама, Тұрар, бәрі тез арада жазылады, өйткені біз сені жақсы көреміз деген». Тұрар бұл мезетте анасының жанынды жүргендей сезінді. Ал дөңестің ауырғаны бірден басылды.

Сәкентай портфелін қалай жоғалтқандығын айтып берді. Мен ұзақ іздедім, бірақ таба алмадым. Ол сәл қалғанда жылап қалар еді, бірақ барлық жануарлар оған көмекке ұмтылды. Олар Сәкентайдың портфелін әр бұрыштан іздеп, ақыры баспалдақтың астынан тапты. Сөйтсе кішкентай түлкі Руслан Сәкентаймен қалжындасып: портфельді тығып, өзі үйіне жүгіріп кетіпті.

Қасым да есіне бірдеңе түсті. Орман географиясынан үй тапсырмасын орындамаған кезде, Апайы келіп, оның көзіне қарап: «Қасым, сенде бәрі жақсы ма, үй тапсырмасын орындамапсың деді. Бүгін мен саған екілік бермеймін, өйткені сен адал баласың, мен саған сенемін». Қасымға оны адал деп атағанынан өзін жақсы сезінді. Үйге келіп, үй тапсырмасын орындады. Кейіннен апайы оны әрқашан адал деп санап, оған сенуі үшін ол үнемі бәрін жасауға тырысты.

Достардың шынымен көңілдері көтерілді. Олар ағаштан түсіп, бұтақтарда теңселіп, бір тепкілеп, мектепке кетті. Жануарлар мұғалімдердің не істейтінін білмеді: олар ұрыса ма, олардың мінез-құлқы үшін оларға екілік бере ме, күнделікке ескерту жаза ма, бірақ олар мұқтаж адамдарға көмектескеніне қуанды. Жануарлар мен адамдар бір-біріне көмектесе, өмір сүру қызық болатынын үшеуі де түсінді.

Кенеттен Тұрар: "Ал сіз балалардың басқа мектептерде де қалай оқитынын және өмір сүретінін білгіңіз келеді ме, тек жануарлар ғана емес, балалар да?" "Әрине, біз қалаймыз, бірақ оны қалай жасауға болады?"- деп жауап берді достар. "Өте оңай: барлығына хат жіберу. Ал егер біреуге жаман болса, біз көмектесеміз", - деді Тұрар. "Біз басқаларға көмектесеміз!? Керемет ойлап тапты! Біз құтқарушы боламыз! Алақай!"- жануарлар көңілді айқайлады.

Көп ұзамай олар өз оқиғаларын жазды. Олар орман фотосалонына жүгіріп кетті, үшеуі де естелік ретінде суретке түсті. Конвертке хат, фотосурет және сұрақтар салды, олар оқушылардан жауап беруді сұрайды. Міне, Қасым, Тұрар және Сәкентай былай деп жазады: Құрметті жануарлар мен балалар! Мектептегі өміріңіз, достарыңыз, мұғаліміңіз туралы айтыңыз, біз сіз туралы бәрін білгіміз келеді. Біздің сұрақтарымызға жауап беріңіз.

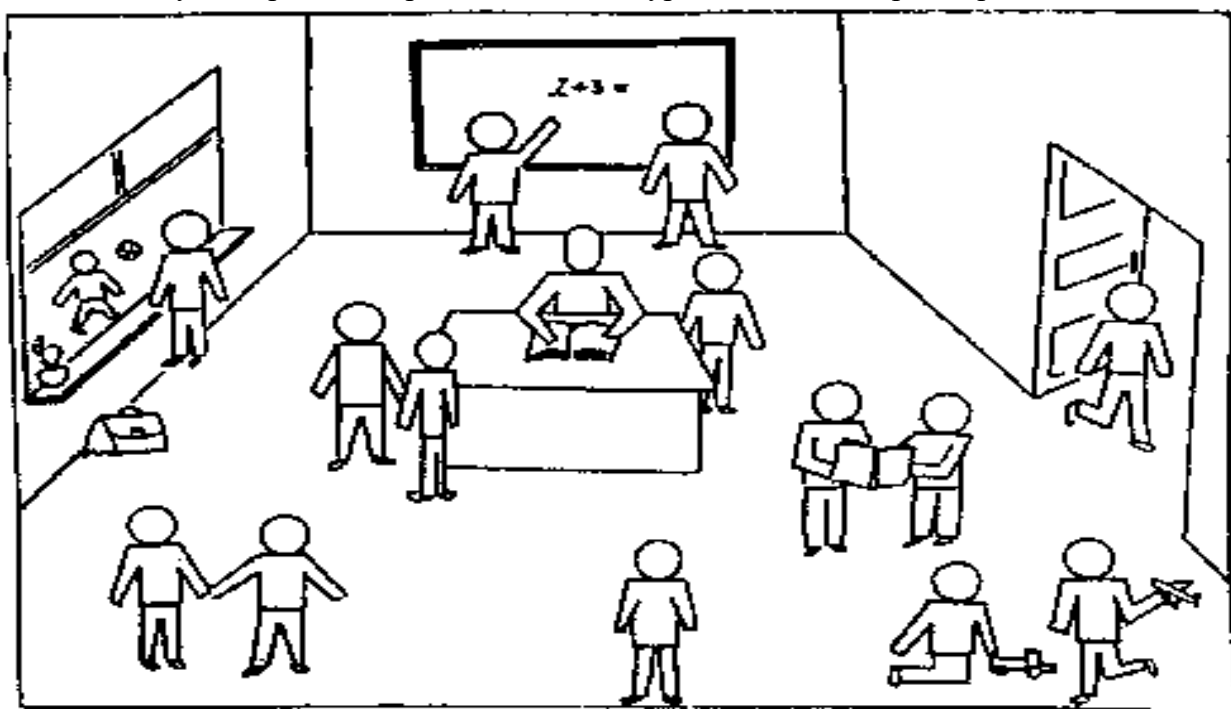
Сұрақтар келесідей:

1. Адам жиі күлімсірегенде, ол күн сияқты, ал сирек болса, бұлт сияқты. Сіздің мұғаліміңіз күнге ұқсайды ма немесе бұлтқа ұқсайды ма? Егер күн болса, онда күн сызыңыз, ал егер бұлт болса, онда бұлтты сызыңыз. (Күн мен бұлтты қалай салу керектігін көрсетуге болады).
2. Ертегілердегі фея мейірімді, ол әрқашан жылы шырайлы. Ал Қар ханшайымы әдемі, қатал. Сіз оған жақындаған кезде, ол одан суық соғады. Сіздің Мұғаліміңіз ертегі ме, әлде Қар ханшайымы ма? Егер ертегі болса, гүл салыңыз, ал егер Қар ханшайымы болса, шыршаны салыңыз. (Сіз гүл мен шыршаны қалай салу керектігін көрсете аласыз).
3. Анам қасында болғанда, ол құшақтайды, басын сипайды, қолын ұстайды. Бұл сізге жұмсақ және жұмсақ біреу типі тұрғандай жағымды болады. Сіздің мұғаліміңіз сізді құшақтайды ма, әлде басыңызды сипайды ма, әлде анам сияқты қолын алады ма? Олай болса, гүл, ал егер олай болмаса шырша салыңыз.
4. Әрбір ұл немесе қыздың мұқият тыңдай алатын, күлмейтін және ол туралы ешкімге айта алмайтын адамға айтатын құпиясы бар. Сіз мұғалімге өз құпияңызды аша аласыз ба? Егер солай болса, онда гүлді, ал егер жоқ болса, онда шыршаны салыңыз.
5. Кейбір ұлдар мен қыздар биіктіктен қорқады, кейбіреулері қараңғылықтан қорқады, ал мұғалімдерден қорқатындар да бар. Сіз кездейсоқ мұғалімнен қорықпайсыз ба? Егер жоқ болса, гүл салыңыз, ал егер сіз қорқатын болсаңыз, шыршаны салыңыз.

6. Егер адам жаман болса, ол зардап шегеді. Ол Степе сияқты қайғылы және жалғыз болады. Сізді ренжіткен кезде немесе екі алған кезде, балалар мен мұғалім сізге көмекке келе ме? Олар сені қорғайды ма, жаны ашиды ма? Немесе сізге сыныпта ешкім көмектеспейді және бұл сізді жылатқысы келеді ме? Егер олар көмектесе, гүлді, ал егер жоқ болса, шыршаны салыңыз.
7. Сиқырлы таяқшасы бар адам бақытты адам, өйткені оның кез-келген тілегі орындалады. Ал егер сізде сиқырлы таяқша болса, оны сермеп, оқушылары жақсырақ және мейірімді басқа сыныпта болғыңыз келе ме? Әлде саған осы сынып ұнайды ма? Егер саған осы сынып ұнаса гүлді, ал ұнамаса, шыршаны сал.
- Құрметті балалар! Біздің сұрақтарымызға жауап бергеніңіз үшін рахмет. Енді хаттарыңызды жіберіңіздер. Егер қазір сізге өте жаман болса, бұл туралы жазыңыз, біз сізге көмектесуге тырысамыз. Сіз өзіңіздің суреттеріңізді жібере аласыз.

### «МЕНИҢ СЫНЫБЫМ» ӘДІСТЕМЕСІ

Оқушылардың назарына сыныбтың суреті салынған парақ көрсетіледі.



#### Нұсқау:

«Балалар! Суретте сендердің сыныптарың көрсетілген. Ортанғы орындықта апайың (мұғалім) отыр, апайдың айналасындағы оқушылар өздерінің жұмыстарымен шұғылдануда. Ал, қалған балалар ауланың сыртында ойын ойнауда. Осы суреттегі оқушылардың ішінен өзінді тауып алып белгілеп, жанына өзіңнің аты-жөніңді жаз. Өзінді белгілеп болған соң суреттен өзіңнің досыңды тап та жанына аты-жөнін жаз».

#### Талдау нәтижесі:

1. «Мұғалімнен алыста» позициясында тұрған болса – баланың сынып ұжымына бейімделуінде қиындықтардың бар екенін көрсетеді.
2. Өзге балалармен өзін теңестіру, жұп болып тұруы, ойыншылармен бірге – баланың бейімделуі жақсы деңгейде.
3. Мұғаліммен бірге: бала үшін мұғалімнің маңыздылығы ерекше екендігі.
4. Ойын позициясы: оқу позициясымен сәйкес келмейді.

## "АҒАШ" ТЕСТІ

(АВТОРЫ Д. ЛАМПЕН, Л. П. ПОНОМАРЕНКОНЫҢ БЕЙІМДЕЛУІМЕН)

Л. П. Пономаренконың "ағаш" әдісі баланың мектептің басында және орта буынға ауысу кезінде бейімделуінің сәттілігін бағалау үшін қолданыла алады. Әдіс бейімделу процесінің ерекшеліктерін тез анықтауға, баланың болуы мүмкін проблемаларын анықтауға мүмкіндік береді. Сурет салу іс-әрекетіне енген балалар ұсынылған тапсырмаларды қуана орындайды, өзін басқа адаммен оңай теңестіреді.

### **Әдістеменің мазмұны:**

Оқушыларға бейнесі бар парақтар ұсынылады: ағаш және оның үстінде және астында орналасқан адамдар. Әрбір оқушы ағаш пен оның үстінде орналасқан кішкентай адамдар бейнеленген парақты алады (**МАҢЫЗДЫ! ФИГУРАЛАР НӨМІРЛЕНБЕУІ КЕРЕК**).

Оқушыларға параққа дереу атын жаздырмау ұсынылады, себебі бұл олардың таңдауына әсер етуі мүмкін (баладан орындалған тапсырмасы бар парақты алған кезде оған: "атыңды жаз" деп айтыңыз). Дәл сол себепті (баланың таңдауына әсер етуі мүмкін) фигуралардың нөмірлері жазылған материалды (ағаш пен адамдар бейнеленген парақ) беру ұсынылмайды.

### **Нұсқаулық келесі нысанда беріледі:**

«Суретті қарап шық. Ағашта және оның қасында көптеген адамдардың суреті бейнеленген. Әрбіреуінің көңіл-күйі әр түрлі. Олар алуан түрлі іспен айналысуда және ағашқа орналасулары да өзгеше. **Қызыл қарындашты алып**, солардың арасынан көңіл-күйі мен дүниетанымы жағынан саған жақын бір адамды белгіле. Ағаштың әр бұтағы сенің жетістіктеріңе, табыстарыңа тең болу мүмкіндігіне назар аудар. Енді қай адамның орнында болғың келеді, соны **жасыл қарындашпен** белгіле».

---

Кейбір балалар екі адамның позициясын белгілеуге рұқсат сұрайды немесе өздері бір түспен екі позицияны белгілейді.

*Бұл жағдайда олардың таңдауын шектеуге болмайды.*

Егер техниканы орындау кезінде (немесе бала сізге өз парағын ағашпен тапсырған кезде) сіз бұны байқасаңыз, суреттегі адамдардың қайсысын бірінші және қайсысын екінші болып бояғанын сұраңыз.

*Бұл таңдаулардың арақатынасы өте ақпараттық болуы мүмкін.*

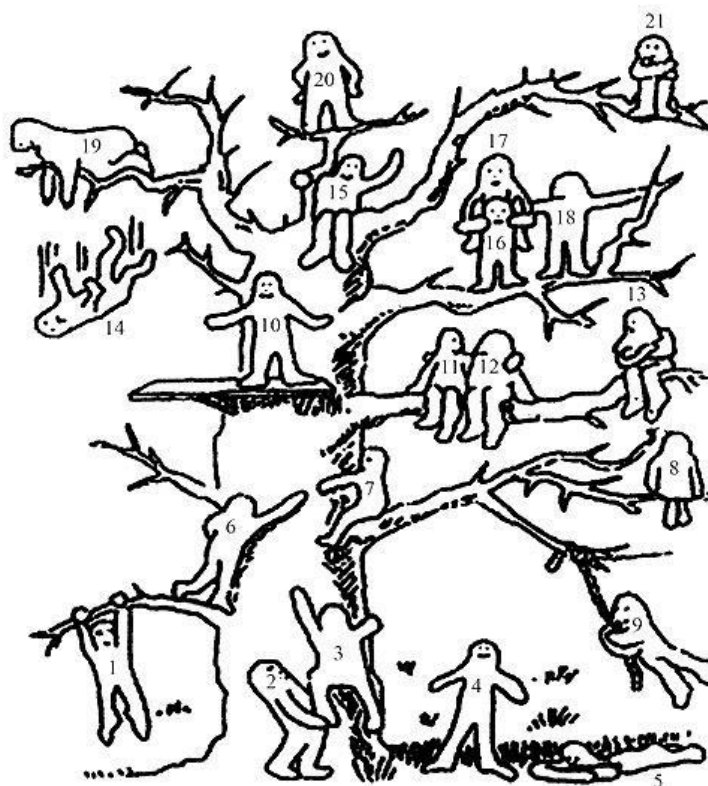
### **Интерпретация**

"Ағаш" проективті әдістемесінің нәтижелерінің интерпретациясы оқушының қандай позицияларды таңдағанына, шынайы және идеалды қалпын қай адаммен теңестіретініне, олардың арасында айырмашылықтар бар-жоғына байланысты жүзеге асырылады.

Интерпретация әдістемені практикалық қолдану тәжірибесімен және оның нәтижелерін оқушылардың мінез-құлқын бақылаумен, мұғалімдер мен ата-аналардан баламен сөйлесуден алынған мәліметтермен салыстыруды ескере отырып жасалған.

Түсіндіруге ыңғайлы болу үшін әр фигураға өз нөмірі берілді.

Айта кету керек, № 16 позицияны оқушылар көбінесе "№ 17 адамды өз үстінде ұстап жүретін адам" позициясы деп түсінбейді, оқушылар оны басқа адамды қолдап, құшақтап тұрған адам ретінде көруге бейім



Психолог үшін сурет  
Нумерациямен адамдар

№ фигураны ң позициясы	Характеристика
1, 3, 6, 7	қалыптағыларды таңдау кедергілерді жеңіп шығу мақсатын сипаттайды;
2, 11, 12, 18, 19	көпшілдік, достық қолдауы;
4	қиындықтарды айналып өтіп, табысқа жету талабы;
5	шаршағандық, жалпы әлсіздік, күш қоры шамалы, ұялшақтық;
9	көңіл көтеруге уәж;
13, 21	шеттелу, тұйықтық, мазасыздық;
8	оқу ынтасының төмендеуін сипаттайды, іштей тыну;
10, 15	жайлы күй, сенімділік;
14	дағдарысты күй, «шыңырауға құлау»;
20	көшбасшылықты мақсат еткен өзін-өзі жоғары бағалау;
17	өзінің қиын мәселелерін басқа біреуге артуға талпыну.

“Жаңбыр астындағы адам” әдістемесі

Графикалық әдістер көбінесе дербес және көмекші ретінде қарастырылады. Демек, сурет белгілі дәрежеде адамның жеке тұлғасын, оның көңіл-күйін, сезімдерін, уайымдарын, қарым-қатынасын көрсетеді.

Суреттің нәтижесі бала өзінің күйзелістерін ауызша айтып жеткізе алмайтындығынан оның ішкі дүниесінің көрінісін білдіреді. **Психодиагностиканың мақсаты** жобалық графикалық әдістерінің оның нәтижесінің психотүзету үрдісінде қолданды, сол сияқты көбінесе олар бала өзінің ішкі дүниесін көрсетуге және өзін түсінуге ықпал етеді.

**«Жаңбыр астындағы адам» әдістемесі** сирек кездесетін, бірақ қызықты және мәліметті әдістеме болып табылады. Ол адамның эго күшінің диагностикасына, оның жағымсыз жағдайларға қарсы тұру қабілетіне бағытталған. Сонымен, қатар қорғаныс механизмдерінің қасиеттері мен жеке тұлға резервтерін ашуға көмектеседі.

## Нұсқау

Нұсқау классикалық қарапайым түрде беріледі. Зерттеушіге қағаздың А4тік бағытталған ақ парағына адамның суретін салу ұсынылады, ал бұдан кейін сондай басқа параққа бөлек –жаңбыр астындағы адамның суретін салуды тапсырады.

*Екі суретті салыстыру адамның стресстік, қолайсыз (жағымсыз) жағдайда ол қиындық кезінде не сезінетіндігін анықтауға мүмкіндік береді.*

Тестілеу кезінде салынған суретті бақылау маңызды және зерттеушінің барлық айтқандарына назар аудару керек. **Көбірек сенімді мәлімет алу үшін зерттелінушіге қосымша сұхбат жүргізу керек.**

Интерпретацияда ұсыныстарға сүйене отырып, логикалық көзқараспен барлық арнайы бөлшектерді талдауға көшуге болады. Суреттерді интерпретациялау кезінде келесі мәліметтерге көңіл бөлу керек.

«Жаңбыр астындағы адам» суретін «адам» суретін салыстырғанда көптеген айырмашылықтарды айқындауға болады.

## Интерпретация

Экспозиция қалай өзгергенін қарау маңызды.

- Сонымен қатар **адам күтіп тұрғандай бейнеленсе**, онда бұл өмірдің қиын жағдайларынан кету тенденциясымен байланысты, қиындықтан қашумен де байланысты болуы мүмкін. (мыс: егер адамның бейнесі құс ұшатын биіктіктен бақыланғандай бейнеленсе).
- **Жаңбыр астындағы адам парақтың жоғарғы жағына жылжу жағдайында** зерттелушінің әрекеттен қашу бейімділігі, сонымен қатар қорғаныс механизмдерінің бар екендігі айтылады.

## Кескінің өзгеруі (трансформация)

- **Кескінің көлемінің ұлғаюын** кейде жасөспірімдерде кездеседі. Олар көбірек күшті және өздеріне сенімді болғандығын білдіреді.

## Кескінің кішіреюі

*зерттелуші өзін қорғау мен жақтаушылықты қажет өткенді танытады, өзінің өміріндегі жауапкершілікті басқа адамдарға кешіруді көздейді.*

- **Кішкентай кескіндеулерді салатын бала** әдетте өзінің өзімін көрсетуге ұялады және адамдармен өзара қарым-қатынасы кезінде кейбір кедергілер мен көпшілік тенденцияларына ие болады. Олар стресс нәтижесінде депрессиялық жағдайға душар болатындығын сездіреді.
- Егер де жаңбыр астындағы адам суретінде кескіндерді бейнелеу кезінде дененің қандай да бір бөлігі (**аяқ, қол, құлақ, көз**) салынса, онда бұл қорғаныс механизмдерінің өзгелікшеліктерін және эко реакциясының көріну ерекшеліктерін көрсетеді.
- **Киімнің болмауы** мінез-құлтың анықталған таптаурындарын ескермеуіне сезінудің албырттығына байланысты.

## Жаңбыр белгілері (атрибууттары)

- **Жаңбыр**-адамдарда болатын кедергілер, жағымсыз әсерлер. Бейнелеудің сипаты адамның қиын жағдайларды қалай қабылдайтындылығымен байланысты: **сирек тамшылар**-уақытша, жеңуге болатын жағдайлар, **боялған тамшы немесе сызықтар** –қиын, үздіксіз жағдайлар. Жаңбырдың қайдан «келетінін» (адамның оң немесе сол жағынан)және бөлік көп жағдайда әрекетке душар болатынын анықтау керек. Интерпретация адам кескіні немесе оң және сол жағының жазылған мәнімен қатысып жүргізіледі.
- **Қара бұлт** – жағымсыз жағдайларды күту белгісі болып табылады. Бұлттар,қара бұлттардың санына олардың мөлшерінің қалыңдығына, орналасуына назар аудару маңызды. Депрессивтік жағдайда барлық аспанды алатын ауыр қара бұлт бейнеленеді.
- **Шалшық су, батпақ,балшық бұл** -үрейлі жағдайдың салдарын, «**жаңбырдан**»кейін қалатын қайғыруларды бейнеледі. Шалшықтың бейнелеу ерекшелігіне назар аудару қажет (форма, тереңдігі, шашыранды). Адам кескініне шалшық қалай орналасқанын ескеру маңызды.( Кескеннің артқы жағынан немесе алдыңғы жағына орналасқан ба, адамдарды барлық жағынан қоршаған немесе оның өзі шалшықта тұр ма? Соған мән беру керек.

#### ^ Қосымша бөлшектер

- **Барлық қосымша бөлшектер (үй, ағаш, орындық, машина)** немесе адам қолына ұстайтын заттар (**сөмке, гүл, кітап**) қосымша сыртқы тірекке деген қажеттіліктің көрініс ретінде қарастырылады.

*Бөлшектерді көбірек толықтай түсіндіру (мәнін ашу) көрсетілген бейненің символдық мәнін құрайды.*

- Мысалы, **найзағай** дамудағы жаңа циклдің бастауын және адамның өміріндегі қайғылы өзгерістерді бейнелеуі мүмкін. Найзағайдан кейін жиі пайда болатын күннің шығуын алдын-ала білдіретін **кемпірқосақ** толығымен орындалмаған армандарды білдіреді.
- **Қолшатырдың сырты** жағымсыз нәсерлерден психикалық қорғанудың символикалық бейнесін түсіндіреді. Бейнелерді түсіндіру көзқарасы бойынша қолшатыр бейнесінде ана мен әкесіне байланысты белгі ретінде қарастырылады. Қолшатырдың жауын-шашыннан қорғауы да, қорғамауы да мүмкін.
- Сонымен, мысалы **үлкен қолшатыр**-саңырауқұлақ адам адам үшін барлық қиын жағдайларды шешетін анасының немқұрайдылығын дәлелдеуі мүмкін.

*Адамдардың кескініне қатысты қолшатырдың көлемі мен орналасуы психологиялық қорғаныс механизмі әрекетінің қарқындылығын көрсетеді.*

#### ^ Бөлшектердің бұрмалануы мен өткізілуі

*Қатысты бөлшектердің болмауы шиеленісті жағдайларға және психикалық қорғаныс механизмдерін ығыстырудың салдары болуын көрсетуі мүмкін.*

- Мысалы, суретте **қолшатырдың қатыспауы** қиын жағдайда ата-анасы жағынан көмектің болмауы жағдайын көрсетуі мүмкін.

#### ^ Суреттердегі түстер

*Суретті қарапайым қаламмен орындауға болады. Көп адамдар түрлі-түсті қаламның қолдануын қалайды. Егер зерттелушіде түрлі-түсті қаламдардың барлығы түгел болмаған жағдайда түстерге қарап шешім шығарудың қажеті жоқ.*

- Түстер белгілі бір сезімдерді, көңіл-күйді және адамдардың қарым-қатынасын білдіруі мүмкін. Сонымен қатар, әртүрлі реакциялардың және шиеленісу жағдайдың да бейнелеуі мүмкін.
- Жақсы бейімделген эмоциялық қалапты бала әдетке 2-ден 5-ке дейінгі түстерді қолданады. 7-8 түстер жоғары лабильділікті көрсетеді. Бір түстің қолданылуы эмоциялық өзгеруде қорқыныштың болуын көрсетеді.

### Тест нәтижесін талдау кестесі (мысал)

Балалар  
аты

- Хусаин З. Эгоцентризм, танымдық қызығушылығы жоғары, сенімсіз, қорқақ, мазасыздануы жоғары, шешім қабылдауға пысық, тұйық, эмоционалдық тұрақсыз, инфантилизм.
- Фируза Ж. Өзін жоғары бағалайды, әлеуметтік ортадағы өз орнына қанағаттанбайды, танымдық қызығушылығы жоғары, барлық уақытта іс-әрекет үстінде.
- Халима Қ. Өзіне сенімі төмен, бақаларға тәуелді, эгоцентризм, сезімтал, эрудицияны жоғары бағалайды.

Жүргізілген зерттеулер нәтижесінде \*\*\* сынып оқушыларының басым көпшілігінің акцентуациясы нормаға жақын немесе соның дисперсиясы аралығында орналасқанын байқадық. Дегенмен, зерттеу барысында оқушылардың жартысында эгоцентризм анық байқалды, ал танымдық қызығушылығы жоғары, шешім қабылдауға пысық болғандары зерттелінушілердің үштен бірі. Сонымен қатар балар арасында өзіне сенімсіз, қорқақ, мазасыздануы жоғары, тұйық, эмоционалдық тұрақсыз, инфантилизм деген жарамсыз көрсеткіштер орын алды. Өзін жоғары бағалайды, әлеуметтік ортадағы өз орнына қанағаттанбайды, танымдық қызығушылығы жоғары, барлық уақытта іс-әрекет үстінде жиі кездесті.

### «Кактус» әдістемесі

**Мақсаты:** Жеке өзінің ерекшеліктерін жағымды және жағымсыз мінез – құлық бітістерін тану

**Қажетті құралдар:** таза парақ 20\*3, жәй қалам, түрлі түсті қаламдар, өшіргіш.

**Нұсқауы:** “Алдыңыздағы таза параққа өз ойыңыздағы кактустың бейнесін салыңыз”

### Әдістеменің нәтижесін өңдеу:

1. Егерде кактус парақтың бетінде -ірі, үлкен ортада болып салынса
2. Егер кактус парақтың жоғары жағында салынса
3. Егерде кактус парақтың төмен жағында кішкентай болып салынса
4. Кактустың инелерінің көптігі
5. Инелер үшкір, ұзын, жиі болып салынса
6. Инелері майда, сирек орналасса
7. Кактустың контуры бір үзілмейтін сызықпен салынған болса
8. Кактустың контуры жиі үзілген сызықпен, болмаса штрих ретінде салынса
9. Сызықтары ирек (кактустың ішінде)
10. Жалғыз кактус

11. Кактустың айналасындағы кактустар
12. Ашық түстерді қолданса
13. Қара,қоңыр түстерді қолданса немесе штрихталса
14. Кактусты әшекейлесе,гүл салса
15. Кактусты ыдысқа салу
16. Шөлдегі немесе ыдыссыз салынған кактус

- 1.Адам өз-өзіне доминант,ортада болғанды ұнатады,өз-өзіне бағасы өте жоғары, көсем болуға талпынады, барлық жерде бірінші болуды мақсат етеді .
  2. Өзін-өзі жоғары бағалайды, өзіне көңіл аударғанды жақсы көреді.
  3. Өзіне-өзі төмен бағалайды,өзіне сенімсіз
  4. Агрессияның белгісі
  5. Агрессияның басымдылығы
  6. Өз бойындағы агрессианы қолға ұстай алады,шыдамды
  7. Коммуникативтік қасиеттері жақсы дамыған адам,мейірімді,ақкөңіл
  8. Ашуланшақ адамның белгісі
  9. Интроверт,тұйық сақ адам
  10. Экстрроверт,коп көңілді тек өзіне, өз мәселлерін біледі
  11. Демонстрант,ашық,ұйымшыл,досы көп
  12. Оптимист,өмірде не болса да,жақсылыққа жориды
  13. Үрей мен қорқыныштың белгісі
  14. Нәзік, сезімтал
  15. Жанұядағы қамқорлыққа ұмтылу,жақсы үйдегі психологиялық ахуал
  16. Жалғыздықты сезіну немесе ұмтылу,жанұядағы нашар психологиялық ахуал
- Зерттеуші зерттелуші адамға суретке байланысты қосымша сұрақтар қою керек.

#### **Сұрақтар:**

- 1.Бұл кактус жабайы ма?
  - 2.Ижелері қолға қатты бата ма,ұстауға бола ма?
  - 3.Кактус баптағанды,қамқорлықты ұната ма?
  - 4.Кактус жалғыз өсе ме? Жоқ па?
- Кактус өскенде қалай өзгереді?

#### **Жауаптар:**

- 1.Жауабына байланысты жанұя қамқорлығына ұмтылуы байқалады.
2. Агрессия деңгейі
3. Өзіне назар аударудың деңгейі
4. Ұйымшылдық деңгейі
5. Мінез-құлқының өзгеру бағыты

#### *Методика Басса – Дарки [3]*

Методика Басса – Дарки позволяет определить типичные для испытуемых формы агрессивного поведения. Применяя данную методику, можно зримо убедиться в том, что у различных категорий подростков агрессия имеет различные качественные и количественные характеристики. Вместе с тем эта методика позволяет получать данные о готовности испытуемых действовать в определенном направлении. Кроме того, результаты применения данной методики позволяет сделать некоторые выводы о содержании мотивационной сферы подростка, так как выбор способов поведения из числа привычных для субъекта форм реагирования связан с реально действующими смыслообразующими мотивами[2].

#### *Опросник Басса – Дарки.*

### Инструкция

«Правильных» и «неправильных» ответов нет, так как каждый имеет право на своё мнение. Отвечайте точно и правдиво. Представляйте типичные ситуации, не задумывайтесь над деталями. Давайте первый естественный ответ, который приходит в голову. Свободно выражайте своё собственное мнение. Отвечая на вопросы, записывайте в бланк ответов «Да», если Вы согласны с утверждением, содержащемся в вопросе, или «Нет», если не согласны.

№ утверждения	Ответ «Да» или «Нет»	№ утверждения	Ответ «Да» или «Нет»	№ утверждения	Ответ «Да» или «Нет»
1		26		51	
2		27		52	
3		28		53	
4		29		54	
5		30		55	
6		31		56	
7		32		57	
8		33		58	
9		34		59	
10		35		60	
11		36		61	
12		37		62	
13		38		63	
14		39		64	
15		40		65	
16		41		66	
17		42		67	
18		43		68	
19		44		69	
20		45		70	
21		46		71	
22		47		72	
23		48		73	
24		49		74	
25		50		75	

#### 1. Тест

1. Временами я не могу справиться с желанием причинить вред другим.
2. Иногда сплетничаю о людях, которых не люблю.
3. Я легко раздражаюсь, но быстро успокаиваюсь.
4. Если меня не попросят по-хорошему, я не выполню просьбы.
5. Я не всегда получаю то, что мне положено.
6. Я знаю, что люди говорят обо мне за моей спиной.
7. Если я не одобряю поведение друзей, я даю им это почувствовать.
8. Когда мне случалось обмануть кого-нибудь, я испытывал мучительные угрызения совести.
9. Мне кажется, что я не способен ударить человека.
10. Я никогда не раздражаюсь настолько, чтобы кидаться предметами.
11. Я всегда снисходителен к чужим недостаткам.
12. Если мне не нравится установленное правило, мне хочется нарушить его.
13. Другие умеют почти всегда пользоваться благоприятными обстоятельствами.

14. Я держусь настороженно с людьми, которые относятся ко мне несколько более дружелюбно, чем я ожидал.
15. Я часто бываю не согласен с людьми.
16. Иногда мне на ум приходят мысли, которых я стыжусь.
17. Если кто-нибудь первым ударит меня, я не отвечу ему.
18. Когда я раздражаюсь, я хлопаю дверьми.
19. Я гораздо более раздражителен, чем кажется.
20. Если кто-нибудь корчит из себя начальника, я всегда поступаю ему наперекор.
21. Меня немного огорчает моя судьба.
22. Я думаю, что многие люди не любят меня.
23. Я не могу удержаться от спора, если люди не согласны со мной.
24. Люди, уваливающие от работы, должны испытывать чувство вины.
25. Тот, кто оскорбляет меня и мою семью, напрашивается на драку.
26. Я не способен на грубые шутки.
27. Меня охватывает ярость, когда надо мной насмеются.
28. Когда люди строят из себя начальников, я делаю всё, чтобы они не зазнавались.
29. Почти каждую неделю я вижу кого-нибудь, кто мне не нравится.
30. Довольно многие люди завидуют мне.
31. Я требую, чтобы люди уважали меня.
32. Меня угнетает то, что я мало делаю для своих родителей.
33. Люди, которые постоянно изводят вас, стоят того, чтобы их щёлкнули по носу.
34. Я никогда не бываю мрачен от злости.
35. Если ко мне относятся хуже, чем я того заслуживаю, я не расстраиваюсь.
36. Если кто-то выводит меня из себя, я не обращаю внимания.
37. Хотя я и не показываю этого, меня иногда гложет зависть.
38. Иногда мне кажется, что надо мной смеются.
39. Даже если я злюсь, я не прибегаю к «сильным» выражениям.
40. Мне хочется, чтобы мои грехи были прощены.
41. Я редко даю сдачи, даже если кто-нибудь ударит меня.
42. Когда получается не по-моему, я иногда обижаюсь.
43. Иногда люди раздражают меня одним своим присутствием.
44. Нет людей, которых бы я по-настоящему ненавидел.
45. Мой принцип: «Никогда не доверять чужакам».
46. Если кто-нибудь раздражает меня, я готов сказать всё, что я о нём думаю.
47. Я делаю много такого, о чём впоследствии сожалею.
48. Если я разозлюсь, я могу ударить кого-нибудь.
49. С детства я никогда не проявлял вспышек гнева.
50. Я часто чувствую себя как пороховая бочка, готовая взорваться.
51. Если бы все знали, что я чувствую, меня бы считали человеком, с которым нелегко ладить.
52. Я всегда думаю о том, какие тайные причины заставляют людей делать что-нибудь приятное для меня.
53. Когда на меня кричат, я начинаю кричать в ответ.
54. Неудачи огорчают меня.
55. Я дерусь не реже и не чаще, чем другие.
56. Я могу вспомнить случаи, когда я был настолько зол, что хватал попавшуюся мне под руку вещь и ломал её.
57. Иногда я чувствую, что готов первым начать драку.
58. Иногда я чувствую, что жизнь поступает со мной несправедливо.
59. Раньше я думал, что большинство людей говорят правду, но теперь я в это не верю.
60. Я ругаюсь только со злости.

61. Когда я поступаю неправильно, меня мучает совесть.
62. Если для защиты своих прав мне нужно применить физическую силу, я применяю её.
63. Иногда я выражаю свой гнев тем, что стучу кулаком по столу.
64. Я бываю грубоват по отношению к людям, которые мне не нравятся.
65. У меня нет врагов, которые бы хотели мне навредить.
66. Я не умею поставить человека на место, даже если он того заслуживает.
67. Я часто думаю, что жил неправильно.
68. Я знаю людей, которые способны довести меня до драки.
69. Я не огорчаюсь из-за мелочей.
70. Мне редко приходит в голову, что люди пытаются разозлить или оскорбить меня.
71. Я часто только угрожаю людям, хотя и не собираюсь приводить угрозы в исполнение.
72. В последнее время я стал занудой.
73. В споре я часто повышаю голос.
74. Я стараюсь обычно скрывать своё плохое отношение к людям.
75. Я лучше соглашусь с чем-либо, чем стану спорить.

*Обработка опросника Баса-Дарки производится при помощи индексов различных форм агрессивных и враждебных реакций, которые определяются суммированием полученных ответов.*

Фактор	«ДА»	«НЕТ»
1. Физическая агрессия	1,25,33,48,55,62,68	9,17,41
2. Косвенная агрессия	2,18,42,56,63	10,26,34,49
3. Раздражение	3,19,27,43,50,57,64,72	11,35,69
4. Негативизм	4,12,20,28	36
5. Обида	5,13,21,29,37,51,58	44
6. Подозрительность	6,14,22,30,38,45,52,59	65,70
7. Вербальная агрессия	7,15,23,31,46,53,60,71,73	39,66,74,75
8. Чувство вины	8,16,24,32,40,47,54,61,67	-

Индекс враждебности включает в себя 5-ю и 6-ю шкалы, а индекс агрессивности (прямой или мотивационной) включает в себя шкалы 1, 3, 7-ю. Нормой агрессивности является величина её индекса, равная 21+4, а враждебности – 6,5 – 7+3. При этом обращается внимание на возможность достижения определённой величины, показывающей степень проявления агрессивности.

*Опросник выделяет следующие формы агрессивных и враждебных реакций.*

*Физическая агрессия (нападение)* – использование физической силы против другого лица.

*Косвенная агрессия* – под этим термином понимают как агрессию, которая окольными путями направлена на другое лицо (сплетни, злобные шутки), так и агрессию, которая ни на кого не направлена – взрывы ярости, проявляющиеся в крике, топанье ногами, битье кулаком по столу и так далее. Эти взрывы характеризуются ненаправленностью и неупорядоченностью.

*Склонность к раздражению* (коротко – *раздражение*) – готовность к раздражению при малейшем возбуждении, вспыльчивость, резкость, грубость.

*Негативизм* – оппозиционная мера поведения, обычно направленная против авторитета или руководства; это поведение может нарастать от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся законов и обычаев.

*Обида* – зависть и ненависть к окружающим, обусловленное чувство горечи, гнева на весь мир за действительные и мнимые страдания.

*Подозрительность* – недоверие и осторожность по отношению к людям, основанные на убеждении, что окружающие намерены причинить вред.

*Вербальная агрессия* – выражение негативных чувств как через форму – ссоры, крик, визг, так и через содержание словесных ответов – угроза, проклятье, ругань.

Кроме того, выделяется восьмой пункт – *угрызения совести, чувство вины*. Ответы на вопросы этой шкалы выражают сдерживающее влияние чувства вины на проявление форм поведения, которые обычно запрещаются нормами общества. Этот пункт выражает степень убеждения обследуемого в том, что он является плохим человеком, совершающим неправильные поступки, наличие у него угрызений совести.

## Керн – Йеарасек тесті

Оқушының аты-жөні \_\_\_\_\_ Сыныбы \_\_\_\_\_

**1. «Адамның суретін салу» әдістемесі.** «Сендер күнделікті өмірде көптеген адамдарды көріп жүрсіңдер, солардың сырт пішінін еске түсіріп, адамның суретін салыңдар»

--

**2. «Әріптерді көшіріп салу» әдістемесі.** «Мына парақта әріптер жазылған, оны дәл осылай етіп жанындағы бос жерге көшіріп сал. Әріптерді толық көшіріп салғанша қаламды парақтың бетінен алма»

Мен сорпа іштім	
-----------------	--

**3. «Бір топ нүктелерді көшіріп салу» әдістемесі.** «Мына параққа қара. Оның бетінде нүктелер салынған. Осындай нүктелерді дәл астындағы бос жерге көшіріп сал»

. . . . . . . . . . . . . . .
-------------------------------------

--