Методика для изучения социализированности личности обучающегося

(автор М. И. Рожков)

Методика М. И. Рожкова для изучения социализированности личности обучающегося предназначена для выявления уровня социальной адаптированности, активности, автономности и нравственной воспитанности учащихся. Основополагающим методом исследования является тестирование. Методика предназначена для подростков 14-17 лет. Интерпретация результатов проводится в соответствии с ключом оценки и обработки данных исследования

Цель: выявить уровень социальной адаптированности, активности, автономности и нравственной воспитанности учащихся.

Ход проведения. Учащимся предлагается прочитать (прослушать) 20 суждений и оценить степень своего согласия с их содержанием по следующей шкале:

Вопросы	**Ответы**
1. Стараюсь слушаться во всем своих учителей и родителей. 2. Считаю, что всегда надо чем-то отличаться от других. 3. За что бы я ни взялся — добиваюсь успеха. 4. Я умею прощать людей. 5. Я стремлюсь поступать так же, как и все мои товарищи. 6. Мне хочется быть впереди других в любом деле. 7. Я становлюсь упрямым, когда уверен, что я прав. 8. Считаю, что делать людям добро — это главное в жизни. 9. Стараюсь поступать так, чтобы меня хвалили окружающие. 10. Общаясь с товарищами, отстаиваю свое мнение. 11. Если я что-то задумал, то обязательно сделаю. 12. Мне нравится помогать другим. 13. Мне хочется, чтобы со мной все дружили. 14. Если мне не нравятся люди, то я не буду с ними общаться. 15. Стремлюсь всегда побеждать и выигрывать. 16. Переживаю неприятности других, как свои. 17. Стремлюсь не ссориться с товарищами. 18. Стараюсь доказать свою правоту, даже если с моим мнением не согласны окружающие. 19. Если я берусь за дело, то обязательно доведу его до конца. 20. Стараюсь защищать тех, кого обижают.	4 — всегда 3 — почти всегда 2 — иногда 1 — очень редко 0 — никогда
Фамилия, имя, группа, год обучения	

Чтобы быстрее и легче проводить обработку результатов, необходимо изготовить для каждого учащегося бланк, в котором против номера суждения ставится оценка.

1	5	9	13	17
2	6	10	14	18
3	7	11	15	19
4	8	12	16	20

Обработка полученных данных. Среднюю оценку социальной адаптированности учащихся получают при сложении всех оценок первой строчки и делении этой суммы на пять. Оценка автономности высчитывается на основе аналогичных операций со второй строчкой. Оценка социальной активности — с третьей строчкой. Оценка приверженности детей гуманистическим нормам жизнедеятельности (нравственности) — с четвертой строчкой. Если получаемый коэффициент больше трех, то можно констатировать высокую степень социализированности ребенка; если же он больше двух, но меньше трех, то это свидетельствует о средней степени развития социальных качеств. Если коэффициент окажется меньше двух баллов, то можно предположить, что отдельный учащийся (или группа учеников) имеет низкий уровень социальной адаптированности.

Анкета для определения психофизиологического комфорта личности
(автор-составитель Г. С. Абрамова)

Она помогает определить, насколько вам необходимо занятие аутотренингом. Ответы анкеты односложные – да и нет. Каждое «да» говорит о нарушении той или иной функции и условно оценивается в один балл.

Содержание анкеты:

1. Устаете ли вы последнее время больше, чем раньше?
2. Замечаете ли вы, что в последнее время ослабела память?
3. Замечаете ли вы, что в последнее время несколько ослабело внимание, стало трудно сосредоточиться?
4. Отвлекают ли вас от работы посторонний шум, разговоры, мешают ли они сосредоточиться?
5. Надолго ли выводит вас из равновесия незаслуженное замечание?
6. Замечаете ли вы за собой, что стали более вспыльчивым, чем раньше?
7. Замечаете ли вы, что новый материал стал усваиваться хуже, чем прежде?
8. Замечаете ли вы за собой в последнее время плаксивость, когда по самому незначительному поводу на глаза наворачиваются слезы?
9. Ухудшился ли в последнее время аппетит?
10. Бывают ли у вас головные боли, причина которых непонятна?
11. Наблюдается ли временами усиленное сердцебиение, особенно после волнения?
12. Всегда ли у вас влажные ладони?
13. Всегда ли краснеете при волнении?
14. Чувствуете ли вы дрожь в руках или во всем теле перед ответственным мероприятием?
15. Замечаете ли вы, что в последнее время стали плохо засыпать?
16. Просыпаетесь ли вы среди ночи, а затем долго не можете заснуть?
17. Часто ли вы просыпаетесь среди ночи?
18. Часто ли вы чувствуете после ночного сна вялость, сонливость, усталость, тяжесть в голове?
19. Мешает ли вам уснуть посторонний шум, свет?
20. Часто ли у вас бывают кошмарные сновидения?
21. Считаете ли вы, что у вас плохой сон?

Ответы на первые семь вопросов позволяют судить о степени вашего психического комфорта или дискомфорта. Ответы на следующие семь вопросов дают возможность выяснить состояние физиологического комфорта или дискомфорта. Последние семь вопросов направлены на выяснение состояния сна – есть ли в нем нарушения.

Если по каждой группе из семи вопросов вы набрали не более трех баллов, то можно смело считать себя здоровым человеком и заниматься аутогенной тренировкой только с профилактической целью. Если же вы набрали от 4 до 5 баллов, то аутогенная тренировка необходима как одно из лечебных мероприятий. Если же вы набрали шесть и более баллов, то надо обратиться к врачу.

Анкета помогает сориентироваться в собственном психофизиологическом состоянии и определить место аутогенной тренировки в личной психогигиене.