Приложение 2

**Инструментарий и дидактический материал**

**Тема №1**. **С чего начать?**

**4. Правила нашей группы.**

|  |  |
| --- | --- |
| 1. Искренность и открытость в общении.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | 1. Искренность и открытость в общении.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| 2. Уважение друг к другу.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | 2. Уважение друг к другу.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| 3. Оценка действия или поступка.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | 3. Оценка действия или поступка.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| 4. Акцент на положительные качества.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | 4. Акцент на положительные качества.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| 5. Активное участие в работе группы.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | 5. Активное участие в работе группы.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| 6. Доверие и конфиденциальность.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | 6. Доверие и конфиденциальность.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| 7. Право на поддержку.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | 7. Право на поддержку.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| 8. Право на свое мнение.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | 8. Право на свое мнение.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

**5. Тест на самоопределение «Каков я на самом деле, и каким кажусь окружающим»**

*Инструкция*. Вам предлагается ответить на вопросы, сгруппированные по блокам, в каждом блоке по 5 вопросов. Каждая группа обозначается буквой. Нужно ответить на каждый вопрос «да» или «нет». Не стоит долго раздумывать над каждым вопросом, отвечайте первое, что приходит в голову.

БЛОК 1 БЛОК 2

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| А1 | Есть ли у тебя чувство юмора? |  |  | Г1 | Употребляешь ли ты грубые слова, разговаривая с людьми, которых это шокирует? |  |
| А2 | Доверчив и откровенен ли ты с друзьями? |  | Г2 | Можешь ли ты накануне зачета похвастаться, что отлично все знаешь? |  |
| А3 | Легко ли тебе просидеть больше часа, не разговаривая? |  | Г3 | Имеешь ли ты обыкновение делать замечания, читать нотации и т.д.? |  |
| А4 | Охотно ли ты одалживаешь свои вещи? |  | Г4 | Бывает ли у тебя желание, во что бы то ни стало, поразить друзей оригинальностью? |  |
| А5 | Много ли у тебя друзей? |  | Г5 | Доставляет ли тебе удовольствие высмеять мнение других? |  |
| **Индекс**: | |  | **Индекс**: | |  |
| Б1 | Умеешь ли ты занять гостей? |  | Д1 | Предпочитаешь ли ты профессии жокея, актера, телевизионного диктора профессиям инженера, лаборанта, библиографа? |  |
| Б2 | Точность, пунктуальность тебе свойственны? |  | Д2 | Чувствуешь ли ты себя непринужденно в обществе малознакомых людей? |  |
| Б3 | Делаешь ли ты денежные сбережения? |  | Д3 | Предпочитаешь ли ты заняться вечером спортом вместо того, чтобы посидеть спокойно дома и почитать книгу? |  |
| Б4 | Любишь ли ты строгий стиль в одежде? |  | Д4 | Способен ли ты хранить секреты? |  |
| Б5 | Считаешь ли ты, что правила внутреннего распорядка необходимы? |  | Д5 | Любишь ли ты праздничную атмосферу? |  |
| **Индекс**: | |  | **Индекс**: | |  |
| В1 | Проявляешь ли ты публично свою антипатию к кому-либо? |  | Е1 | Строго ли ты соблюдаешь в письмах правила пунктуации? |  |
| В2 | Заносчив ли ты? |  | Е2 | Готовишься ли ты заранее к воскресным развлечениям? |  |
| В3 | Силен ли в тебе дух противоречия? |  | Е3 | Можешь ли ты точно отчитаться в своих покупках и расходах? |  |
| В4 | Стараешься ли ты стать центром внимания в компании? |  | Е4 | Любишь ли ты наводить порядок? |  |
| В5 | Подражают ли тебе? |  | Е5 | Свойственна ли тебе мнительность? |  |
| **Индекс**: | |  | **Индекс**: | |  |
| **РЕЗУЛЬТАТ:** | |  | **РЕЗУЛЬТАТ:** | |  |

*Обработка результатов*

Подсчитайте количество ответов «да» в каждой части теста, обозначенной буквой.

Если в группе из пяти вопросов больше ответов «да» — ставим в графе *индекс* соответствующую букву *(А, Б, В, Г, Д или Е)*. Если больше ответов «нет» — ставим в графе *индекс* **0**. Таким образом получаем два варианта ответов по каждому блоку в графе *результат*.

*Например: 1) АБВ. 2) ГДЕ.*

*Интерпретация ответов*

1. «Каким ты кажешься окружающим»

*(по трем первым группам: А, Б, В)*

|  |  |
| --- | --- |
| АОО | Тебя часто считают надежным человеком, хотя в действительности ты чуть-чуть легкомыслен. Ты весел и разговорчив, делаешь подчас меньше, чем обещаешь. Друзьям нетрудно увлечь тебя за собой, и поэтому они иногда думают, что ты поддаешься влиянию других. Однако в серьезных вещах ты можешь настоять на своем. |
| АОВ | Ты производишь впечатление человека не очень застенчивого, иногда даже невежливого. Стремясь к оригинальности, противоречишь другим, а подчас и себе, опровергая сегодня то, что утверждал вчера. Ты кажешься человеком беспечным, неаккуратным, необязательным. Но стоит захотеть, станешь ловким и энергичным. Тебе не хватает того, что называется уравновешенностью. |
| АБО | Ты очень нравишься окружающим. Ты общителен, серьезен, уважаешь мнение других, никогда не оставишь друзей в трудную минуту. Но дружбу твою заслужить нелегко. |
| АБВ | Ты любишь командовать окружающими, но неудобство от этого испытывают только самые близкие люди. Со всеми остальными ты сдерживаешься. Высказывая свое мнение, не думаешь о том, какое воздействие твои слова могут оказать на людей. Окружающие подчас избегают тебя, боясь, что ты их обидишь. |
| ООО | Ты сдержан, замкнут. Никто не знает, о чем ты думаешь. Понять тебя трудно. |
| ООВ | Не исключено, что о тебе говорят: «Какой несносный характер». Собеседникам сложно с тобой, ты не даешь им высказаться, навязываешь свое мнение и никогда не делаешь уступок. |
| ОБО | Такие люди, как ты, – примерные ученики, вежливые, аккуратные, дисциплинированные, всегда с хорошими отметками. Учителя уважают их и доверяют им. Что же касается товарищей, то одни считают таких «задаваками», другие предлагают им свою дружбу. |
| ОБВ | Возможно, кое-кто считает тебя человеком, которому постоянно кажется, что его обижают. Ты можешь поспорить из-за пустяков. Иногда бываешь в хорошем настроении, но это случается нечасто. В общем, ты производишь впечатление обидчивого и мнительного человека. |

2. «Каков ты на самом деле»

*(по трем последним группам: Г, Д, Е)*

|  |  |
| --- | --- |
| ООО | Тебя привлекает все новое, у тебя пылкое воображение, однообразие тебе в тягость. Но мало кто доподлинно знает, каков ты на самом деле. Тебя считают человеком спокойным, тихим, довольным своей судьбой, тогда как в действительности ты стремишься к жизни, наполненной яркими событиями. |
| ООЕ | Скорее всего, ты застенчивый человек. Это видно, когда тебе приходится иметь дело с незнакомыми людьми. Самим собой бываешь только в кругу семьи или ближайших друзей. В присутствии посторонних чувствуешь себя скованно, но стараешься скрыть это. Ты добросовестен, трудолюбив. У тебя есть много хороших замыслов, идей, проектов, но из-за своей скромности ты нередко остаешься в тени. |
| ОДО | Ты очень общителен, любишь встречаться с людьми, собирать их вокруг себя. Даже думать не можешь о том, чтобы остаться одному. Тебе трудно даже запереться в комнате, чтобы написать какую-нибудь важную бумагу. Очень силен дух противоречия: постоянно хочется сделать что-нибудь не так, как другие. Иногда поддаешься такому порыву, но большей частью сдерживаешься. |
| ОДЕ | Ты сдержан, но не робок, весел, но в меру, общителен, вежлив со всеми. Привык, что тебя часто хвалят. Хотел бы, чтобы тебя любили безо всяких на то усилий с твоей стороны. Без общества друзей тебе не по себе. Тебе приятно делать добро людям. Но тебя можно упрекнуть в некоторой склонности витать в облаках. |
| ГОО | Ты склонен высказывать и яростно защищать весьма парадоксальные точки зрения. Поэтому у тебя немало противников, даже друзья не всегда тебя понимают. Но тебя это мало волнует. |
| ГОЕ | Характер довольно трудный, крайне неуступчивый. Недостаточно развито чувство юмора, не переносишь шуток. Часто критикуешь чужие действия и заставляешь других поступать так, как ты хочешь. А если тебе не подчиняются, начинаешь злиться. Возможно, поэтому у тебя мало друзей. |
| ГДО | Ты большой оригинал и любишь удивлять друзей. Если кто-нибудь даст тебе совет, делаешь все наоборот только ради того, чтобы посмотреть, что из этого получится. Тебя это забавляет, а других раздражает. Только самые близкие друзья знают, что ты не так самоуверен, как кажется. |
| ГДЕ | Ты энергичен. Всюду чувствуешь себя на своем месте. Всегда владеешь собой, общителен, но, похоже, любишь общество друзей только при условии, что ты играешь в компании главную роль. Любишь быть арбитром в спорах и организовывать игры. Окружающие признают твой авторитет, так как в твоих суждениях всегда есть большая доля здравого смысла. Но, тем не менее, твое стремление вечно поучать утомляет окружающих. |

**Тема №2. Уникален и неповторим.**

**3. Кто Я?**

Имя, фамилия \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

КТО Я?

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Я | Взрослые (родители, педагоги и т.п.) | Кто-то из группы |
|  |  |  |
|  | | |
|  | | |
|  | | |
|  | | |

**Тема №3. Уверенное и неуверенное поведение.**

**5. Я чувствую, что…**

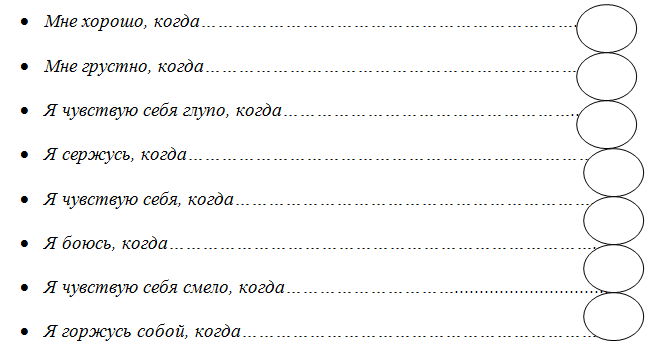
|  |  |
| --- | --- |
| Я словно птичка, потому что… | Я чувствую, что я – скала… |
| Я превращаюсь в тигра, когда… | Я сейчас – лампочка… |
| Я могу быть ветерком, потому что… | Я – тропинка… |
| Я словно муравей, когда… | Я словно рыба.. |
| Я – стакан воды… | Я – интересная книжка… |
| Я – прекрасный цветок… | Я – светлячок… |

**Тема №4. Мотивы моих поступков**.

**8. Хочешь добиться успеха – думай об успехе!** *(вариант работы в группах)*

|  |  |
| --- | --- |
| Посещаю фитнес-клуб… |  |
| Помогаю сестренке с ДЗ… |  |
| Согласился участвовать в конкурсе… |  |
| Беру зонтик в дождливую дорогу… |  |
| Веду ЗОЖ… |  |
| Смотрю под ноги в гололед… |  |
| Надеваю головной убор в жару… |  |
| Помогаю маме с уборкой… |  |
| Перехожу дорогу на зеленый свет… |  |
| Тепло одеваюсь... |  |

**9. Нарисуй предложение**



*Я чувствую себя неуверенно, когда*

**Тема №6. Должен или выбираю.**

**3. Подчинение инструкциям.**

|  |
| --- |
| «У тебя есть три минуты.  Выполни задание с максимальной скоростью.  1. До того, как что-нибудь сделать, внимательно все прочитай.  2. Напиши свое имя в правом вернем углу листа.  3. В левом верхнем углу нарисуй пять маленьких квадратов.  4. В каждом квадрате поставь крестик.  5. Напиши свою фамилию в верхней части листа.  6. Под своим именем напиши последние три цифры номера своего мобильного телефона. Если телефона нет, напиши номер 100.  7. Шепотом произнеси эти цифры.  8. Поставь крестик в левом нижнем углу листа.  9. Обведи этот знак треугольником.  10. Своим обычным голосом сосчитай от 1 до 10 в обратном порядке.  11. Заключи в прямоугольник слово «угол» в предложении №4.  12. Громко крикни: «Я почти закончил (закончила)!»  Теперь, когда все внимательно прочитано, выполни только задания 1 и 2. Успехов!» |

**4. Должен или выбираю.**



|  |  |
| --- | --- |
| *Я должен* | *Я хочу* |
| Мать разозлиться, если я не пойду с ней. |  |
| Я должна выгладить белье на всю семью. |  |
| Я должен работать в саду. |  |