# Проективный тест личностных отношений, социальных эмоций и ценностных ориентаций «Домики» О. А. Ореховой

# *(Орехова О.А. Цветовая диагностика эмоций ребенка.- СПб., 2002.)*

**Цель:** диагностика эмоциональной сферы ребенка в части высших эмоций социального генеза, личностных предпочтений и деятельностных ориентаций.

**Подготовка оборудования:** для проведения методики необходимы следующие материалы:

1. Лист ответов
2. Восемь цветных карандашей: синий, красный, желтый, зеленый, фиолетовый, серый, коричневый, черный. *Карандаши должны быть одинаковыми, окрашены в цвета, соответствующие грифелю.*

**Процедура проведения:** Исследование лучше проводить с группой первоклассников –10-15 человек, детей желательно рассадить по одному. Если есть возможность, можно привлечь для помощи старшеклассников, предварительно их проинструктировав. Помощь учителя и его присутствие исключается, так как речь идет об отношении детей к школьной жизни, в том числе и к учителю.

Процедура исследования состоит из трех заданий по раскрашиванию и занимает около 20 минут.

**Инструкция:*****«Сегодня мы будем заниматься раскрашиванием. Найдите в своем листочке задание № 1. Это дорожка из восьми прямоугольников. Выберите тот карандаш, который вам приятен больше всего и раскрасьте первый прямоугольник. Отложите этот карандаш в сторону. Посмотрите на оставшиеся карандаши. Какой из них вам больше нравится? Раскрасьте им второй прямоугольник. Отложите карандаш в сторону. И так далее.***

***Найдите задание № 2. Перед вами домики, их целая улица. В них живут наши чувства. Я буду называть чувства, а вы подберите к ним подходящий цвет и раскрасьте. Карандаши откладывать не надо. Можно раскрашивать тем цветом, который по-вашему подходит. Домиков много, их хозяева могут отличаться и могут быть похожими, а значит, и цвет может быть похожим.***

**Список слов**: **счастье, горе, справедливость, обида, дружба, ссора, доброта, злоба, скука, восхищение.**

***Примечания:*** *Если детям непонятно, что обозначает слово, нужно его объяснить, используя глагольные предикаты и наречия.*

***Найдите задание №3. В этих домиках мы делаем что-то особенное, и жильцы в них – необычные. В первом домике живет твоя душа. Какой цвет ей подходит? Раскрасьте.***

**Обозначения домиков:**

№2 – твое настроение, когда ты идешь в школу,

№3 – твое настроение на уроке чтения,

№4 – твое настроение на уроке письма,

№5 – твое настроение на уроке математики

№6 – твое настроение, когда ты разговариваешь с учителем,

№7 – твое настроение, когда ты общаешься со своими одноклассниками,

№8 – твое настроение, когда ты находишься дома,

№9 – твое настроение, когда ты делаешь уроки,

№10 – придумайте сами, кто живет и что делает в этом домике.

***Когда вы закончите его раскрашивать, тихонько на ушко скажите мне, кто там живет и что он делает (****на ответном листе делается соответствующая пометка****).***

***Примечания:***Методика дает психотерапевтический эффект, который достигается самим использованием цвета, возможностью отреагирования негативных и позитивных эмоций, кроме того эмоциональный ряд заканчивается в мажорном тоне (восхищение, собственный выбор).

**Обработка и интерпретация результатов:**  начинается с задания № 1. Вычисляется вегетативный коэффициент по формуле:

ВК = (18–К–Ж) / (18–С–3),

где буквами обозначены места цветов при выборе обследуемого (18 – коэффициент, К – красного, Ж – желтого, С – синего и З – зеленого).

Вегетативный коэффициент характеризует энергетический баланс организма: его способность к энергозатратам или тенденцию к энергосбережению. Его значение изменяется от 0,2 до 5 баллов.

**Энергетический показатель интерпретируется следующим образом:**

**0 – 0,5 –** хроническое переутомление, истощение, низкая работоспособность. Нагрузки непосильны для ребенка

**0,51 – 0,91** – компенсируемое состояние усталости. Самовосстановление оптимальной работоспособности происходит за счет периодического снижения активности. Необходима оптимизация рабочего ритма, режима труда и отдыха.

**0,92 – 1,9** – оптимальная работоспособность. Ребенок отличается бодростью, здоровой активностью, готовностью к энергозатратам. Нагрузки соответствуют возможностям. Образ жизни позволяет ребенку восстанавливать затраченную энергию.

**Свыше 2,0** – перевозбуждение. Чаще является результатом работы ребенка на пределе своих возможностей, что приводит к быстрому истощению. Требуется нормализация темпа деятельности, режима труда и отдыха, а иногда и снижение нагрузки.

Далее рассчитывается показатель суммарного отклонения от аутогенной нормы. Определенный порядок цветов (34251607) – аутогенная норма – является индикатором психологического благополучия. Для расчета суммарного отклонения (СО) сначала вычисляется разность между реально занимаемым местом и нормативным положением цвета. Затем разности (абсолютные величины, без учета знака) суммируются. Значение СО изменяется от 0 до 32 и может быть только четным. Значение СО отражает устойчивый эмоциональный фон, т.е. преобладающее настроение ребенка. Числовые значения СО интерпретируются следующим образом:

**Показатель суммарного отклонения от аутогенной нормы:**

**0-6 -** Эмоциональный настрой позитивный. Ребенок весел, счастлив, настроен оптимистично, активен. Реакции соответствуют обстоятельствам, успешность действий высока. Способен выдерживать психические нагрузки длительное время.

**7-9 -** Преобладание положительных эмоций. Установка на активную деятельность. В условиях интересной деятельности не испытываете трудностей с запоминанием и воспроизведением информации.

**10 – 19** – эмоциональное состояние в норме. Ребенок может радоваться и печалиться, поводов для беспокойства нет. В привычной обстановке переход от одного вида деятельности к другому осуществляется без труда.

**20-26** - Энергетический потенциал невысок. Преобладание отрицательных эмоций. У ребенка доминируют плохое настроение и неприятные переживания. Эмоциональный фон характеризуется повышенной возбудимостью, тревожностью и неуверенностью. В стрессовой ситуации вероятны нервные срывы. Имеются проблемы, которые ребенок не может решить самостоятельно.

**27- 32** - Повышенная утомляемость, резкие перепады настроения, трудности сосредоточения на чем-то одном. При этом имеет место «зацикливание» на эмоциональных переживаниях. В эмоциональном плане преобладают тревога, ожидание неприятностей, ощущение беспомощности и отсутствие желания что-либо делать.

Задания № 2 и № 3 по сути расшифровывают эмоциональную сферу первоклассника и ориентируют исследователя в вероятных проблемах адаптации.

Задание № 2 характеризует сферу социальных эмоций. Здесь надо оценить степень дифференциации эмоций – в норме позитивные чувства ребенок раскрашивает основными цветами, негативные – коричневым и черным. Слабая или недостаточная дифференциация указывает на деформацию в тех или иных блоках личностных отношений:

**Счастье -горе** – блок базового комфорта,

**Справедливость – обида** – блок личностного роста,

**Дружба – ссора** – блок межличностного взаимодействия,

**Доброта – злоба** – блок потенциальной агрессии,

**Скука – восхищение** – блок познания.

При наличии инверсии цветового градусника (основные цвета занимают последние места) у детей часто наблюдается недостаточная дифференциация социальных эмоций – например, и счастье и ссора могут быть обозначены одним и тем же красным цветом. В этом случае надо обратить внимание, как раскрашивает ребенок парные категории и насколько далеко отстоят пары в цветовом выборе.

Актуальность переживания ребенком того или иного чувства указывает его место в цветовом градуснике (задание № 1).

В задании № 3 отражено эмоциональное отношение ребенка к себе, школьной деятельности, учителю и одноклассникам. Понятно, что при наличии проблем в какой-то сфере, первоклассник раскрашивает именно эти домики коричневым или черным цветом. Целесообразно выделить ряды объектов, которые ребенок обозначил одинаковым цветом. Например, школа-счастье-восхищение или домашние задания – горе–скука. Цепочки ассоциаций достаточно прозрачны для понимания эмоционального отношения ребенка к школе. Дети со слабой дифференциацией эмоций скорее всего будут амбивалентны и в эмоциональной оценке видов деятельности. По результатам задания № 3 можно выделить три группы детей:

* с положительным отношением к школе
* с амбивалентным отношением
* с негативным отношением

Следует отметить, что при крайне низких или крайне высоких показателях ВК и СО, сомнениях в чистоте исследования данная методика может быть продублирована по той же схеме, но индивидуально, со стандартными карточками из теста Люшера.

Далее заполняется сводная таблица (Приложение 3). Вегетативный коэффициент, данные опроса родителей и анализ медстатистики характеризуют в целом физиологический компонент адаптации первоклассника к школе. Для удобства все данные можно свести к трем категориям:

* достаточный физиологический уровень адаптации (нет психосоматики, энергетический баланс в норме);
* частичный физиологический уровень адаптации (наблюдаются либо психосоматические проявления, либо низкий энергетический баланс);
* недостаточный физиологический уровень адаптации (заболевания в период адаптации, психосоматические проявления, низкий энергетический баланс);
* экспертная оценка учителя характеризует деятельностный компонент адаптации первоклассника.

И, наконец, суммарное отклонение от аутогенной нормы является интегрированным показателем эмоционального компонента адаптации. В сводной таблице имеет смысл отразить знак отношения (положительный, амбивалентный, отрицательный) первоклассника к учению, учителю, одноклассникам и себе.

Сопоставление показателей физиологического, деятельностного и эмоционального компонентов позволит квалифицировать уровень адаптации первоклассников как:

* достаточный
* частичный
* недостаточный (или дезадаптация)

Таким образом, на основе полученных данных можно достаточно обоснованно выделить первоклассников, которые нуждаются в индивидуальном внимании психолога. Представляется целесообразным выделить две группы таких детей:

* первоклассников с недостаточным уровнем адаптации
* первоклассников с частичной адаптацией

**Детей из первой группы** необходимо обследовать индивидуально, выявить причины и факторы дезадаптации, по возможности провести необходимую коррекционную работу. Как показывает практика, именно эти первоклассники долгое время будут требовать внимания и помощи как со стороны психолога, так и учителя.

**Вторая группа** – первоклассники с частичной адаптацией – чаще нуждается в краткосрочной оперативной помощи со стороны психолога. Данные об их эмоциональном состоянии, материалы опроса учителя и родителей дают достаточно информации для такой работы. Причинами неполной адаптации часто могут быть повышенная тревожность, вызванная неумеренными ожиданиями родителей, изменение характера детско-родительских отношений, перегрузка дополнительными занятиями, низкая самооценка, слабое здоровье и т.д. Нередко эти дети не вызывают опасений учителя, так как они усваивают программу и выполняют правила поведения школьника, однако зачастую это происходит за счет физического и психологического здоровья маленького школьника. В зависимости от конкретной ситуации психологу следует проконсультировать родителей и учителей, дать рекомендации по преодолению выявленного психологического неблагополучия.

# Лист ответов к тесту «Домики»

Фамилия, имя класс дата

**1 задание**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

**1 2 3 4 5 6 7 8**

**2 задание**

**1 2 3 4 5 6 7 8 9 10**

**3 задание**

**1 2 3 4 5 6 7 8 9 10**

№ 10 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

## **Приложение 3**

# Сводная таблица по результатам исследования адаптации первоклассников

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Фамилия, имя | Физиологический компонент | | | | Деятельностный компонент | | Эмоциональный компонент | | | | | | Общий уровень адаптации |
| Заболевания в период адаптации | Психосоматическая симптоматика | Вегетативный коэффициент | Уровень физиологической адаптации | Проблемы в учебной деятельности | Уровень усвоения школьной программы | Отношение к себе | Отношение к учению | Отношение к учителю | Отношение к одноклассникам | Суммарное отклонение от аутогенной нормы | Уровень эмоциональной адаптации |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |