

НАУБАЕВА Х.Т.

**БІЛІМ БЕРУ МЕКЕМЕЛЕРІНДЕГІ  
ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ҚЫЗМЕТ**

*Оқу құралы*



TECHSMITH

Алматы, 2023

УДК 159.9(075)

ББК 88.4я73

Н28

Жансүгіров атындағы Жетісу мемлекеттік университетінің оқу-әдістемелік Кеңесі шешімімен ұсынылған  
(02.07.2012 ж. №6 хаттамасы)

*Пікір жазғандар:*

**Тоқсанбаева Н.Қ.** – психология ғылымдарының докторы, профессор (Алматы, әл-Фараби атындағы ҚазҰУ)

**Дүйсембінова Р.Қ.** – педагогика ғылымдарының докторы, профессор (Талдықорған, І.Жансүгіров атындағы ЖМУ)

**Наубаева Х.Т.**

**Н28** Білім беру мекемелеріндегі психологиялық қызмет: оқу құралы / Наубаева Х.Т. – Алматы, TechSmith, 2023. -268 б.

ISBN 978-601-327-600-7

Бұл оқу құралында білім беру мекемелеріндегі психолог жұмыстарының басты бағыттары, әр түрлі жастағы балалармен психолог жұмысының әдістемесі, тәуекел тобындағы балалар және жасөспірімдерге психологиялық көмектің технологиялары, білім беру мекемелеріндегі психологтың отбасы және педагогикалық ұжыммен жұмыстарының әдістемесі ұсынылып отыр.

Оқу құралы магистранттар, білімгерлер және білім беру мекемелеріндегі психолог мамандарға арналған.

УДК 159.9(075)

ББК 88.4я73

ISBN 978-601-327-600-7

© Наубаева Х.Т., 2023

© TechSmith, 2023

## МАЗМУНЫ

АЛҒЫ СӨЗ	4
I бөлім БІЛІМ БЕРУ МЕКЕМЕЛЕРІНДЕГІ ПСИХОЛОГ ҚЫЗМЕТІНІҢ НЕГІЗДЕРІ	6
1. Психологиялық қызмет көрсетудің білім берудегі рөлі	6
2. Мектептегі психологиялық қызметті жетілдіруде инновацияны қолдану	23
3. Психолог, клиент және тапсырыс беруші ұғымдары	36
4. Психологиялық диагностика	39
5. Психологиялық алдын-алу	49
6. Психологиялық сауаттану	55
7. Психологиялық кеңес беру	58
8. Психотерапия	65
9. Психологиялық түзету және дамыту жұмыстары	69
II бөлім ПСИХОДИАГНОСТИКА БОЙЫНША ПРАКТИКУМ	79
1. Қабілет және оны анықтау жолдары	79
2. Эмоция және эмоцияны диагностикалау	83
3. Тұлға құрылымын зерттеу әдістері	89
4. Мектептегі оқуға психологиялық дайындық	106
5. Отбасын әлеуметтік -- психологиялық зерттеу	112
6. Өзара қарым-қатынасты анықтау әдістері	122
7. Зейінді зерттеу	131
8. Ойлауды зерттеу	140
9. Қиялды зерттеу әдістері	143
10. Есті зерттеу әдістері	149
III бөлім ӨЗІНДІК ЖҰМЫСТАРҒА АРНАЛҒАН ТАПСЫРМАЛАР	151
Практикалық (семинар) сабақтарының, өзіндік жұмыстардың, рефераттардың тақырыптары	151
ПАЙДАЛАНЫЛҒАН ӘДЕБИЕТТЕР	189
ГЛОССАРИЙ	193
ҚОСЫМШАЛАР	206

## АЛҒЫ СӨЗ

Еліміздің егемендік алуымен байланысты халқымыздың ұрпақ тәрбиесіндегі асыл мұраларын елеп-екшеп, бүгінгі таңдағы оқу-тәрбие үрдісіне енгізу – келешекке де кешенді іске айналды. Білім беру саласындағы болып жатқан өзгерістер де үкімет тарапынан қарастырылып, іс жүзіне асырылып отыр.

Білім беру жүйесінде бүгінгі күндері туындап отырған күрделі мәселелерді шешу бағытында жүргізіліп отырған жұмыстардың бір бағыты- мекемелерде психолог жұмысының жұмысын жандандыру болып табылады. Білім беру жүйесінің алғашқы баспалдағы болып табылатын мекемедегі психологиялық қызмет онтогенездің алғашқы кезеңдеріндегі балдырғанның жеке тұлғалық үйлесімді дамуын қамтамасыз ету, болашақ мектептегі оқуға дайындық жұмыстарын іс жүзіне асыру, мектептегі түрлі жас кезеңдеріне байланысты мәселелерге сәйкес психологиялық көмек беруге т.с.с. бағытталады.

Білім беру жүйесіндегі психолог жұмысының ерекшеліктері мен маңызы жайлы Р.В.Овчарова, Т.Д.Марцинковская, А.Құдайбергенова, С.Оспанбаева, С.Наметқұлова, Ж.Т.Тасжүрекова, Э.Д.Әбішева т.б. еңбек-терінде кеңінен қарастырылған.

Білім беру мекемелеріндегі практикалық психологияны дамыту, оқу-тәрбие жұмыстарын психологиялық қамтамасыз ету мекемелерді гуманизациялау қажеттілігімен тығыз байланысты. Бүгінгі таңдағы психологтар қажетті ақпаратты меңгере отырып, оны іс жүзінде іске асыруда қиыншылықтарға кездесіп отыр. Білім беру мекемелеріндегі психологтар жұмыстарын талдау осы бағыттағы кәсіби қиыншылықтардың тікелей практикалық жұмыстардағы технологиялық аспектілермен, жұмысты ұйымдастыру, түрлі жас кезеңдеріндегі балалармен жүргізілетін іс-шаралар мен нақты әдістемелерді пайдалануға байланысты туындап отыратынын көрсетеді.

Балалар бақнасындағы психологиялық көмек кешенді түрде педагог, ата-ана және психологтың бірлескен әрекеттерінің нәтижесінде іс-жүзіне асады. Ал мектептердегі психолог жұмысы бастауыш сыныптағы оқушы-лардың мектепке бейімделуі, жасөспірімдік шақтағы психологиялық ерекшеліктерге байланысты туындайтын қиыншылықтар, мектеп бітіретін кезеңдегі кәсіптік

бағдар беру мен мамандық таңдауға байланысты білікті кеңес беру мен психотерапиялық жұмыстармен ерекшеленеді. Бір жеке тұлғаның екіншісіне әсері – бұл санаға, ерік-жігеріне, эмоциясына және осылар арқылы тәртібі мен жалпы іс-әрекетіне тұтастай ықпал етеді. Ол әр түрлі психологиялық механизмдер: сөздіру, көзін жеткізу, эмоционалдық ықпал ету т.б. арқылы іске асады.

### **«БІЛІМ БЕРУ МЕКЕМЕЛЕРІНДЕГІ ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ҚЫЗМЕТ» КУРСЫНЫҢ ЖАЛПЫ СИПАТТАМАСЫ**

Практикалық психологиялық іс-әрекет негізінен мынадай міндеттерден тұрады:

- белгілі психологиялық мәселені шешуге ниеттенген клиент немесе нақты топ туралы толық мәлімет алу;
- психологиялық талдауды қажет етіп отырған мәселені қарастыру;
- психологиялық көмекті қажет еткен клиентке немесе топқа нақты кәсіби психологиялық көмек көрсету;
- жеке тұлғаның өмірінде, еңбек барысында және әлеуметтік іс-әрекеттерінде психологиялық септілік жасау;
- мемлекеттік, жеке немесе ғылыми мекемелерге психологиялық мәселенің тиімді шешімін табу үшін практикалық психологиялық көмек көрсету;
- психологиялық сауаттандыру іс-әрекетін жүргізу;
- кәсіби біліктілік пен кәсіби шеберлікті арттыру мақсатында үнемі өзіндік психологиялық білімін арттыру және өзіндік терапия тәжірибесін жинақтап отыру.

Атынан міндеттердің психолог маман қызметінде толық орындалуына қажетті теориялық және практикалық білім қоры нақты типтік бағдарлама мазмұнында мүмкіндігінше қамтылып отыр.

«Білім беру мекемелеріндегі психологиялық қызмет» курсы бойынша типтік оқу бағдарламасын оның пәні мен объектісін жап-жақты қарастыратын үш бөлімге бөліп қарастыруға болады.

# I бөлім. БІЛІМ БЕРУ МЕКЕМЕЛЕРІНДЕГІ ПСИХОЛОГ ҚЫЗМЕТІНІҢ НЕГІЗДЕРІ

## 1. Психологиялық қызмет көрсетудің білім берудегі ролі

«Білім туралы» заңда білім берудегі міндеттерінің ішінде ең маңыздылығы баланы жеке тұлға ретінде қалыптастыру және дамыту туралы айтылады. Мемлекетіміз бәсекелестікке қабілетті 50 мемлекет қатарына кіру үшін балаларымыз дүниежүзілік білім кеністігінде өз білімі, қабілеті, еңбекқорлығымен өз орнын табуы керек. Міне, осы міндеттерді орындауда жас ұрпаққа, мұғалімдерге, ата-аналарға мектепте жүргізілетін психологиялық қызметтің ролі зор.

Елбасының Қазақстан халқына жолдауында «Ұлттық бәсекелестік қабілеті бірінші кезекте оның білімділік деңгейімен айқындалады,- деп тұжырымдалса, Қазақстан Республикасының 2015 жылға дейінгі білім беруді дамыту тұжырымдамасында: «Орта білім берудің мақсаты – жылдам өзгеріс отыратын дүние жағдайында алынған терең білімнің кәсіби дағдылары негізінде еркін бағдарлай білуге, өзін-өзі іске асыруға, өзін-өзі дамытуға және өз бетінше дұрыс, адамгершілік тұрғысынан жауапты шешімдер қабылдауға қажетті жеке тұлғаны қалыптастыру» деп атап көрсетілген.

Еліміздің әлеуметтік жағынан дамуы оның азаматтарының адамгершілік және шығармашылық белсенділігінің дамуымен тығыз байланысты. Қоғамдағы жетістіктердің негізгі күші – адам, оның білімі, шеберлігі, еңбектегі табандылығы, ойлауы мен адамгершілік қасиеттері. Еңбектің қай түрі болмасын адамның психологиялық мүмкіндіктерін мейлінше толық, жан-жақты ескеріп, соған сәйкес ұйымдастырылса ғана жақсы нәтиже берері сөзсіз. Адамның жан дүниесімен сырласып, оның психологиясын зерттеп жүрген мамандар психологиялық көмектің әрбір тұлға үшін аса қажет екенін айтады.

Қазіргі білім беру жүйесін қайта құру мен ұйымдастырудың басты жұмыс жоспарында тұлғаның өзіндік ерекшелігін танып білу мен дамыту және өз мүмкіндігін пайдалы істерге қолдана білуге жағдай жасау мәселесі қойылған (Дубровина И.В.). Атақты педагог К.Д.Ушинскийдің «Адамды жан-жақты тәрбиелеу мен дамыту үшін

оны жан-жақты біліп алу керек» деген қағидасын қазіргі заманға лайықталып айтылғандай. Психологиялық білімді мектеп тәжірибесінде қолдану және психологиялық қызмет көрсету психологтың көмегімен іске асырылады. Психологтың жұмысы балалардың белгілі жастағы психикалық жаңа түзілімге, сонан соң олардың дамуындағы потенциалды мүмкіндіктерін пайдалануға негізделіп құрастырылады.

Білім беру саласындағы педагогика пәрмені психологияда десек, осы психологиялық қызметтің мақсаты – балалардың жан саулығы деуге болады. Мұндай мәселелер әр уақытта кездесе бермейтін, жан-жақты қарастырылуы тиіс және балалардың онтогенездік дамуының барлық кезеңдерінде балалармен психологиялық жұмысты тәжірибе деңгейінде қарастырып әрі жан-жақты зерттеуді талап етеді. Әр жеке тұлғаның психикалық ерекшелігін ескере жүргізуі аса маңызды.

Жаңа формацияда білім беру саласындағы барлық процесте пән оқытушылары мен топ тәлімгерлеріне кәсіби дайындықтарын өзгертіп, толықтыру онда білімдердің жекелік ерекшелігін ескеру, қабілетіне және тұлғалық бағыттылық ықпалына қарай жағдай туғызуды қажет етеді. Осындай психологиялық міндеттерді шешуде теориялық және практикалық негізде педагогикалық-психологиялық қызмет көрсету қажеттілігі туындады. Педагогика-психология мамандығы Қазақстан Республикасының Білім және Ғылым министрлігінің білім беру мекемелеріне педагог-психолог мамандығын енгізу туралы нұсқау хаты негізінде еңбекақысы қорынан жалақысы бекітілген, Қазақстан Республикасы «Білім туралы» заңына, Қазақстан Республикасы үкіметінің бұйрықтары мен қаулыларына сүйеніп жұмыс атқарады.

Қазақстанда 9000 мыңнан аса мектепте үш миллиондай оқушы бар десек, ол санадағы педагог-психолог мамандар аса қажет екені өз-өзінен белгілі. Келешекте Қазақстанның әр ұлттық мектебінде педагог-психологты қажет ететін, елімізде оның үштен бірдейі ғана бар. Кез-келген білім жүйесінде білім алушы адам үйренуші болып табылады. Осы түсінікте адамның өзі басқалардың көмегімен оқитыны атап көрсетіледі, яғни ол білім беру процесінің белсенді субъектісі бола тұрып, барлық қарастырылған субъектілік сипалармен, қырларымен сипатталады.

Әр кезеңдегі жас ерекшеліктерін ескермей балаларды дұрыс тәрбиелеу мүмкін емес. Жеке тұлғаның жан-жақты дамуына әсер



ететін қоғамдық жағдайлардың да мазмұны өзгеруде. Психолог кәсіби кеңес кезінде өзіндік бағаны дамытуда және жеке тұлғаның барлық оңтайлы (жақсы) қасиеттерін көрсетуге, өзіндік анықталудың объективті дамуына көмектесу керек. Кеңес беру кезінде «сенімділік» жағдай туғызып және кеңесті әдепті, өнегелі түрде өткізуі керек (Битянова М.Р.). Жеке адамды қоғамның қажеттілігі мен талаптарына сай бағыттау керек. Психологиялық көмек пен түзету жұмыстары психологтың белгілі бір жастағы баланың психологиялық дамуын ескере отырып адамның ішкі дүниесіне әсер етуге негізделіп жүргізіледі.

Сонымен қатар адам бойындағы ешқандай құралмен өлшенбейтін асыл қасиет – адамгершілік нәрін адам бойына сіңіру. Содан кейін ғана еліміздің болашағы – жастарға білім беру жолындағы тәрбие. Әр жастың санасын білім нәрімен сусындатып, оны ары қарай тереңдете жалғастырып, қазіргі заманның талабына сай етіп даярлау т.б. Бұлардың бәрі педагог-психологтардың қызметі. Педагог-психологтар қоғамдағы саяси-экономикалық жағдайда кездесетін келеңсіз үрдістермен күрес жүргізе алатын күрескер болуы тиіс. Қазіргі кезеңде педагог-психолог мамандығына үлкен сұраныс туып отыр. Мектеп психологиясы – мемлекеттік білім беру саласында біраз қызметтер тоқтатылып, ал мектеп психологының міндеті бастауыш сынып мұғалімдеріне ғана арналған болатын. Оның мүмкін болу себебі, осы мәселеге деген көзқарастардың көп болуы сол кездегі психология мен педагогика саласында біраз қажетті теориялық және практикалық алғы шарттар пайда болған еді. Олардың бірқатарын А.Н.Леонтьев көрсетеді:

- тұлғаның даму процесін талдауға психологиялық және педагогикалық бағыт жүйесін енгізу;
- даму деңгейінің диагностикалық тәсілдерін өңдеудегі және психикалық дамуындағы кейбір жалпы заңдылықтарын шығару;
- жеке және ұжымдық дамудағы өзара байланысты түсіну және тәрбиелеуге даму процесін басқару ретінде қарау;
- педагогикалық деңгейдегі ғылыми білімнің интеграциондық процестерін тереңдету;
- болашақ мұғалімдерді психологиялық дайындау жағдайын жақсарту т.б.

Мектептегі *психологиялық қызмет* деген ұғым – осы заманғы жантану ғылымының алға қойған зерттеу мәселелерінің бірі.

Психологиялық қызметтің өмір тәжірибесінде каншалықты маңызды екендігіне жете түсіндіріп, оны іс жүзінде қолданудың нақты шаралары мен әдіс-тәсілдерін іздестіретін психологиялық сипаттары күрделі мәселе болып саналады. Психологиялық қызметтің іске асырылуы, сипаттары түрліше мазмұнда және әр қилы формада болуы мүмкін. Бұл мәселенің психологиялық негізі жеке адамның, дара тұлғаның жан-дүниесін белгілі бағытта дамыту мақсат-мүдделерін көздейді.

Мектептегі психологиялық қызметтің қажеттілігі:

Дамуы сонау көне заман қойнауынан бастау алған жантану ғылымы күнделікті өмірге қарқындап еніп келеді. “Өзіңді өзін тани біл”, - деген Сократ тұжырымының өзектілігі де артып барады. Оқу-тәрбие үрдісіне қосар үлесі мол екенін педагогтар мойындап, психология ғылымына ден қойып, бет бұра бастады.

Ертеңгі күннің бүгінгіден гөрі нұрлырақ болуына ықпал етіп, адамзат қоғамын алға тартатын құдіретті күш тек білімге ғана тән. Ал сол білім діндегі сапалы болу үшін жас ұрпақты оқыту, тәрбиелеу, үйретуді одан әрі қарай ұлттық негізде жалғастыру керек. Ұлттың болашағы - ұрпағында болса, ұрпақтың тәрбиесі-ұстаз қолында. Ал ұстаз мұраты- жетілген, толыққанды азамат тәрбиелеу (Абрамова Г.С.). Толыққанды азамат тәрбиелеу үшін жеке адамды толығымен танып білу керек, сонымен қатар, ақыл-ой тәрбиесі, имандылық, еңбек, эстетикалық, тілдік қатынас, дене тәрбиесі, экономикалық, экологиялық, жыныстық, патриоттық тәрбие берілуі тиіс. Олар адамның рухани бейнесін қалыптастып, жан-жақты мәдениетті болуына бағыттайды.

Өкінішке орай, оқушылардың жас ерекшеліктерін, әлеуметтік жағдайын, психологиялық ерекшеліктерін /мінез-құлқы, темпераменті, таным процесстерінің даму деңгейі, сол кездегі көңіл-күйі, қызығушылығы, қабылеті/ ескермеудің нәтижесінде педагогикалық процесске қатынасұшылардың арасында қарама-қайшылық жағдайлардың туындауы, оқушылардың қызығушылықтарының төмендеуі, қарым-қатынастың тиімсіз жағдайлары жиі кездесуде.

Еліміздің егемендік алуымен байланысты халқымыздың ұрпақ тәрбиесіндегі асыл мұраларын елеспекшел, бүгінгі таңдағы оқу-тәрбие үрдісіне енгізу келелі де, кешенді іске айналды. Білім беру саласындағы болып жатқан өзгерістер де, үкімет таралынан қарастырылып, іс-жүзіне асырылып отыр.

Білім беру жүйесінде бүгінгі күндері туындап отырған күрделі мәселелерді шешу бағытында жүргізіліп отырған жұмыстардың бір бағыты- мекемелерде психолог жұмысының жұмысын жандандыру болып табылады. Білім беру жүйесінің алғашқы баспалдағы болып табылатын мекемедегі психологиялық қызмет онтогенездің алғашқы кезеңдеріндегі балдырғанның жеке тұлғалық үйлесімді дамуын қамтамасыз ету, болашақ мектептегі оқуға дайындық жұмыстарын іс-жүзіне асыру, мектептегі түрлі жас кезеңдеріне байланысты мәселелерге сәйкес психологиялық көмек беруге бағытталады т.с.с.

Қазіргі таңда психолог іс-әрекетінің ғылыми зерттеулер, оқыту және адамдарға психологиялық көмек көрсету сияқты негізгі үш түрі бар. Ғылыми зерттеулер: теориялық және қолданбалы, сондай-ақ диагностикалық деп жіктеледі. Психология бөліміндегі мұғалімдік іс-әрекет орта мектептен бастап жоғары білім мен магистрлік даярлыққа дейін білім беру жүйесінің барлық деңгейлерінде тәжірибеленеді. Психологиялық қызмет көрсету психологиялық білімнің кейінгі дамуымен не оның әлеуметтік тұрғыда таралуымен шектелмейтін тәжірибелі психологиялық міндеттерді шешу үшін психологиялық теориялар мен әдістердің қолдануын анықтайды. Дәл осы іс-әрекет кең мағынадағы практикалық психология деп аталады. Білім беру мекемелеріндегі психологиялық қызмет пәнінің негізгі пәні – психологиялық көмек көрсету, нақты адамға, оның проблемаларына, сұраныстарына, қажеттіліктеріне және т.б. бағытталған практикалық іс-әрекеті болып табылады.

Білім беру жүйесіндегі психолог жұмысының ерекшеліктері мен маңызы жайлы Р.В.Овчарова, Т.Д.Марцинковская, А.Құдайбергенова, С.Оспанбаева, С.Наметқұлова, Ж.Т.Тасжүрекова, Э.Д.Әбішева т.б. еңбектерінде кеңінен қарастырылған.

Білім беру мекемелеріндегі практикалық психологияны дамыту, оқу-тәрбие жұмыстарын психологиялық қамтамасыз ету мекемелерді гуманизациялау қажеттілігімен тығыз байланысты. Бүгінгі таңдағы психологтар қажетті ақпаратты меңгере отырып, оны іс-жүзінде іске асыруда қиыншылықтарға кездесіп отыр. Білім беру мекемелеріндегі психологтарының жұмыстарын талдау осы бағыттағы кәсіби қиыншылықтардың тікелей практикалық жұмыстардағы технологиялық аспектілермен, жұмысты

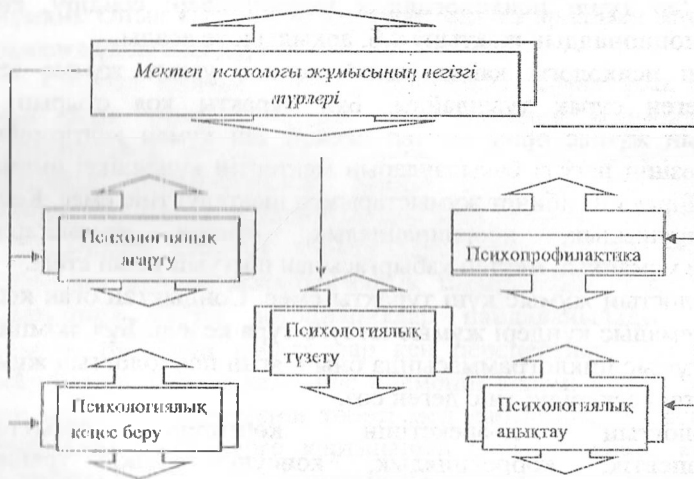
үйымдастыру, түрлі жас кезендеріндегі балалармен жүргізілетін іс шаралар мен нақты әдістемелерді пайдалануға байланысты туындап отыратынын көрсетеді.

*Апталық торжоспар (үлгісі)*

Күні	Жұмыс мазмұны
Дүйсенбі (психодиагностика)	Психодиагностика мен зерттеу нәтижелерін өңдеу
Сейсенбі (кеңес беру)	Сенім телефоны, жеке, топтық және отбасылық кеңес
Сәрсенбі (түзету-дамыту)	Психокоррекция және психопрофилактикалық жұмыс
Бейсенбі (психопрофилактика)	Қарым-қатынас тренингін өткізу, психотерапия сеансын, психологиялық гимнастика жүргізу
Жұма (психологиялық-педагогикалық насихат, сауаттандыру, әдістемелік)	Модуль курстарын, педконсилиум, педкеңес өткізу, координациялық кеңестерге қатысу
Сенбі (өз білімін жетілдіру)	Кітапханада жұмыс

**Мектеп психологы жұмысының негізгі түрлері:**

*Сызбанұсқа-1. Мектеп психологы жұмысының негізгі түрлері (Р.В.Овчарова бойынша)*



• Психологиялық ағарту. Педагогикалық ұжым мен ата-аналарға психологиялық білім беру.

• Психопрофилактика. Әр баланың психикалық және жеке басының дамуында кездесіп қалар сәтсіздіктердің алдын-алу үшін еңбек етеді.

• Психологиялық кеңес (Өтінішпен келген адамдардың сұрақтарын шешуге жәрдемдесу).

• Психологиялық анықтау (диагностикалау). Әр баланың жандүниесін даралай түсіну.

• Психологиялық түзету (психокоррекция). Балалардың психологиясындағы және жеке басындағы ауытқушылықтарды жою үшін жұмыс істеу.

Балалар бақшасындағы психологиялық көмек кешенді түрде педагог, ата-ана және психологтың бірлескен әрекеттерінің нәтижесінде іс жүзіне асады. Ал мектептердегі психолог жұмысы бастауыш сыныптағы оқушылардың мектепке бейімделуі, жасөспірімдік шақтағы психологиялық ерекшеліктерге байланысты туындайтын қиыншылықтар, мектеп бітіретін кезеңдегі кәсіптік бағдар беру мен мамандық таңдауға байланысты білікті кеңес беру мен психотерапиялық жұмыстармен ерекшеленеді. Бір жеке тұлғаның екіншісіне әсері – бұл санаға, ерік-жігеріне, эмоциясына және осылар арқылы тәртібі мен жалпы іс-әрекетіне тұтастай ықпал етеді. Ол әр түрлі психологиялық механизмдер: сендіру, көзін жеткізу, эмоционалдық жұқтыру т.б. арқылы іске асады.

Мектеп психологы қайда, қалай, қанша уақыт жұмыс істеу керек? – деген сұрақ туындайды. Бұл сұрақты қоя отырып біз психологтың жұмыс орны мектеп екеніне еш күмән келтірмейміз. Психолог өзінің негізгі бақылауларын мектептің күнделікті өмірінде жүргізеді. Бірақ ол кабинет жұмыстарымен шектелуі тиіс емес. Кейбір ұйымдастырушылық, координациялық, өзіндік жұмыстардың формалары маманның мектеп қабырғасынан шығуын талап етеді.

Психологтың жұмыс күні тұрақты емес. Сондықтан оған кешкі уақытта, демалыс күндері жұмыс істеуге тура келеді. Бұл әкімшілік бекіткен жұмыс циклограммасында оның, яғни психологтың жұмыс ерекшеліктері ескерілуі тиіс деген сөз.

Психологтың іс-әрекетінің көптеген бағыттары (психотерапевтік, коррекциялық, консультативтік, тренинг) спецификалық жағдайларды қажет етеді.

Психологтың қалыпты жұмыс істеуі үшін ең аз дегенде 12-15 адамға арналған телефоны, компьютері, психодиагностикалық әдіснамалар мен зерттеу нәтижелерін сақтайтын жабық шкафы бар кабинет қажет. Шулы мектеп коридорынан тыныш бөлмеге кірген кездегі психолог жұмысына қажет, қолайлы жағдайды елестетуімізге болады. Шкафтар жұмсақ, жиһаз түстес маталармен қапталған. Баяу әуен естіліп тұр. Мұнда физиологиялық өлшемдер үшін қажет техника, түрлі-түсті музыкалық құрылғы, видеоаппаратура, әрқашан психодиагностикалық әдіснама қорларымен толықтырылып отыратын психологтың жұмыс орны, архив, жартотеканы қарау, сонымен қатар анықтама толтыру мен психологиялық сараптаманы қорытындылау мүмкіндігі бар жағдай болуы шарт. Кабинеттің жұмыс істейтін бөлігі ждқа пердемен бөлінген. Кабинеттің жалпы өлшемі 5х6х3м. болғаны тиімді.

Кабинеттің тренинг сеансына психологиялық жеңілдету, кеңес беру үшін арналған бөлігі ерекше түрде рәсімделуі керек. Үш қабырға – екі жан қабырға және біреуі алдыңғы қабырға – суреттелген. Артқы қабырға қара-жасыл түстес екі қабатталған қалың матамен қапталған. Кабинетте 12 кресло үш қатарға қойылған, олардың түсі артқы қабырғаның түсіне сәйкес келуі тиіс. Креслолар терең, жұмсақ, арқалығы биік, ал шынтақтығы ыңғайлы, жұмсақ болуы керек. Кабинеттің қабырғалары екі қабатты болуы мүмкін. Оның сыртқы бөлігі сурет салуға арналған матаны керетін рамкаға ұқсағаны дұрыс.

Суретке ерекше талаптар қойылады. Сурет ұсақ бөлшектерге мән бере отырып, үлкен ықтиярлықпен салынады. Суретті қабырғаларға да салуға болады. Бұл адам санасына біршама деңгейде психологиялық ауаны жүктейді, әрі ол демалыс, тыныштық секілді эмоциональдық күйдің қалыптасуына әсер етеді. Адамдардың кабинет қабырғаларындағы табиғат картиналарын қабылдау кезінде психологиялық тақырыптың сюжеттік елестету фазасында нақты ассоциациялар пайдаланылады. Доғалданып келетін төбе мен қабырғалар кең перспектива, стереоскопиялық әсер береді, бұл өз кезегінде бөлменің көлемі шағын болған кезде өте маңызды – бөлменің төбесі мен қабырғалары қысып тұрмауы тиіс. Осы міндеттерге картинаның сюжеті сәйкес келгені жөн. Алдыңғы қабырғада кабинеттің негізгі көңіл аударылатын бөлігіне қамыс өскен тұнық көлдің суреті салынады. Қамыстың бергі жағында бұтақтары суға тиіп тұрған ешкі, тал. Бұл қабырғадан

жалғасқан доғалданған сызық жиектеліп келіп сирек орналасқан қайың ағаштары салынған жан қабырғаға қалық дамуын бақылау. Оның негізгі міндеттері мыналар болып табылады:

1. Ата-аналардың, мұғалімдердің және тәрбиелеу процесіне қатысатын басқа да тұлғалардың баланың психикалық дамуындағы жастық және жеке ерекшеліктеріне баса көңіл бөлу.

2. Психикалық дамуы бұзылған және дұрыс жетілмеген балаларды анықтап, оларды мамандарға тіркету.

3. Психикалық жүйке аурулары бар балалардың психологиялық ахуалын ескерту, психогигиена және психопрофилактика жайында нұсқаулар беру.

4. Ата-аналар мен мұғалімдер үшін тәрбиелеудің, қарым-қатынастың, оқытудың қиындықтарына қатысты психологиялық-педагогикалық нұсқаулар жасау.

5. Баланы отбасында тәрбиелеуге байланысты нұсқаулар дайындау.

6. Арнайы топтарда ата-аналармен, педагогтармен, балалармен жұмыс.

7. Халықты педагогикалық-психологиялық ағарту.

Мектептегі психологиялық қызметке дұрыс әлеуметтік сұранысты қалыптастыру мақсатындағы міндет – педагогикалық ұжымды, оқушыларды және ата-аналарды психологиялық ағарту арқылы сұраныс иелерін психолог жұмысының түрлерімен, бағыттарымен құқықтары және міндеттерімен таныстыру арқылы, бүкіл педагогикалық ұжымды психологиялық қызметтің жұмыс стратегияларын жасауға қатыстыру болып табылады.

Психологтың тұлғасы: психологтың кәсібилігі, біліктілігі, адамдарға шынайы көмектесу ниеті, қабылданған шешімдер мен әрекеттерге жауап беруі, әрбір жаңа клиент проблемасының жеке-дара тарихы ұсынған жаңа міндеттерге деген шығармашылық қатынасы оның қызметінің тиімділігін қамтамасыз ететін негізгі факторлар болып табылады.

Кәсіптік-әдептік қағидалар психолог іс-әрекетінде маңызды рөл атқарады. Психологтың ие болуы тиіс жеке қасиеттерінің тізімі клиентке көңіл білдіру, оны сезіну мен түсіну қабілетінен басталады. Ол клиентпен жағымды қарым-қатынастарды сақтап қалу үшін ымыраға ұмтылмай, қажет әрі дұрыс деп есептегенін жасауға тиіс.

Оқушылармен жұмыс	Мұғалімдермен жұмыс	Ата-аналармен жұмыс
<ul style="list-style-type: none"> <li>☛ Оқушының мектепке қалыптасуы</li> <li>☛ Үлгермеушілермен жұмыс</li> <li>☛ Оқушылармен қарым-қатынас</li> <li>☛ Аты-насымен қарым-қатынас</li> <li>☛ Мұғалімдермен қарым-қатынас</li> <li>☛ Баланың кишіл кешендерімен жұмыс</li> <li>☛ Дарынды баламен жұмыс</li> <li>☛ Сол қолмен жазатын балалар</li> <li>☛ Тәртібі нашар балалар</li> <li>☛ Сынып ұжымындағы психологиялық ауада</li> <li>☛ Кәсіби бағдарлау жұмысы</li> </ul>	<p>Әкімшілікке әлеуметтік-психологиялық көмек:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>☛ Тұлғаның әлсіз және күшті тұстарын анықтау</li> <li>☛ Жайлы психологиялық микроауада қалыптастыруға</li> <li>☛ Тиімді басқару стилін қалыптастыруға</li> <li>☛ Педагогикалық ұжымды зерттеуге</li> <li>☛ Кадрларды қабылдауға</li> <li>☛ Кадрларды птгестациялауға</li> <li>☛ Ондірістік кәсіпшілерді несиуге</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>☛ Отбасылық тәрбие стилін анықтау</li> <li>☛ Ата-аналардың тұлғалық ерекшеліктерін айқындау</li> <li>☛ Олардың балаға қарым-қатынасын зерттеу</li> <li>☛ Психологиялық ағарту және профилактика (деріс, әңгіме, әдебиеттер ұсыну)</li> <li>☛ Түзету және дамыту жұмыстарына қатыстыру</li> </ul>

*Маманның кәсіби біліктілігі* – кәсіби іс-әрекет субъектісінің (психолог, педагог-психолог) кәсіби іс-әрекетінің тиімділігі мен табысты болуына негіз болып табылатын арнаулы біліктілігі, жеке-даралық біліктілігі және қарым-қатынас біліктілігінен тұратын интегралды, динамикалық, нақты жағдайларда шапшаң дамидын ерекшеліктік сипаттамасы, кәсіби-тұлғалық қасиеті. Бұл анықтамадан психолог немесе педагог-психологтың кәсіби-біліктілігі: арнайы біліктілік, қарым-қатынас біліктілігі, жеке-тұлғалық біліктіліктен тұратыны көрінеді. Біз Л.И.Божовичтің кәсіби біліктіліктің әр түрлі құрамдас бөліктері бір адамның бойынан табыла бермеуі мүмкін деген оймен келісеміз. Кәсіби біліктіліктің әрбір құрамдас бөлігінің құрылымынан төрт өзара байланысты компонентті бөліп көрсете аламыз, олар өлшемдер ретінде де келтірілген: мотивациялық, танымдық, процестік және бағалаушы-рефлексивтік. Аталынған компоненттік құрам арнайы, жеке-даралық біліктілік пен қарым-қатынастағы біліктіліктің көрсеткіштерін анықтауға негіз болады.

Қазіргі кездегі білім беру мекемелеріндегі психолог, оқу-тәрбие үдерісінің мүшесі ретінде өзара күрделі қарым-қатынас жүйесінде

болады: 1) бала (оқушы); 2) мұғалім (тәрбиеші); 3) ата-аналар; 4) әлеуметтік педагог, яғни өзгеше айтқанда психологтың әлеуметтік-психологиялық іс-әрекеттерін іске асырады.

Сонымен, білім беру саласындағы психологтың (педагог-психолог) кәсіби іс-әрекетін білім алушылар, олардың ата-аналары, педагогтар және педагогикалық үдеріске басқа да қатысушылардың психикалық денсаулығын сақтау, нығайту және дамыту іс-әрекеті деп қарастыруға болады. Білім беру саласындағы психолог жоғарыда келтірілген қызмет түрлерін атқаруға дайын, кәсіби біліктілігі қалыптасқан маман болуы қажет.

*Халыққа білім берудегі психологиялық қызметтің негізгі мақсаттары оның жұмысының мазмұнына сәйкестігімен анықталады:*

1. Баланың әр жас ерекшелік кезеңінде толық жеке және интеллектуалдық жетілуін, өз-өзін тәрбиелеу және өз-өзін жетілдіру қабілеттерін дамытуды қамтамасыз ету қажеттілігімен анықталады.

2. Әр балаға жекелей ықпал етуді және осыған сәйкес оларды психологиялық-педагогикалық қырларынан зерттеу ерекшеліктерін қамтамасыз ету маңыздылығымен анықталады.

3. Психопрофилактика міндеттерімен және балалардың жеке-дара, сондай-ақ, ақыл-ой дамуындағы ауытқуларын жеңе білуімен анықталады.

*Психологиялық қызметті жүргізуші психолог-мамандардың құқықтары:*

- Мектептің ерекшелігіне байланысты жұмыстың тиімді бағыттарын анықтауға;

- Оқушылармен жүргізілетін жұмыстардың нақтылы міндеттерін белгілеп, жұмыстың әдістері мен түрлерін таңдауға;

- Психологиялық қызметтің ережелеріне қайшы келген жағдайда әкімшіліктің бұйрығынан бас тартуға;

- Оқушылардың тағдырын шешуге байланысты құрылған комиссиялар мен түрлі ұйымдардың жұмыстарына кеңесші дауыспен қатысуға;

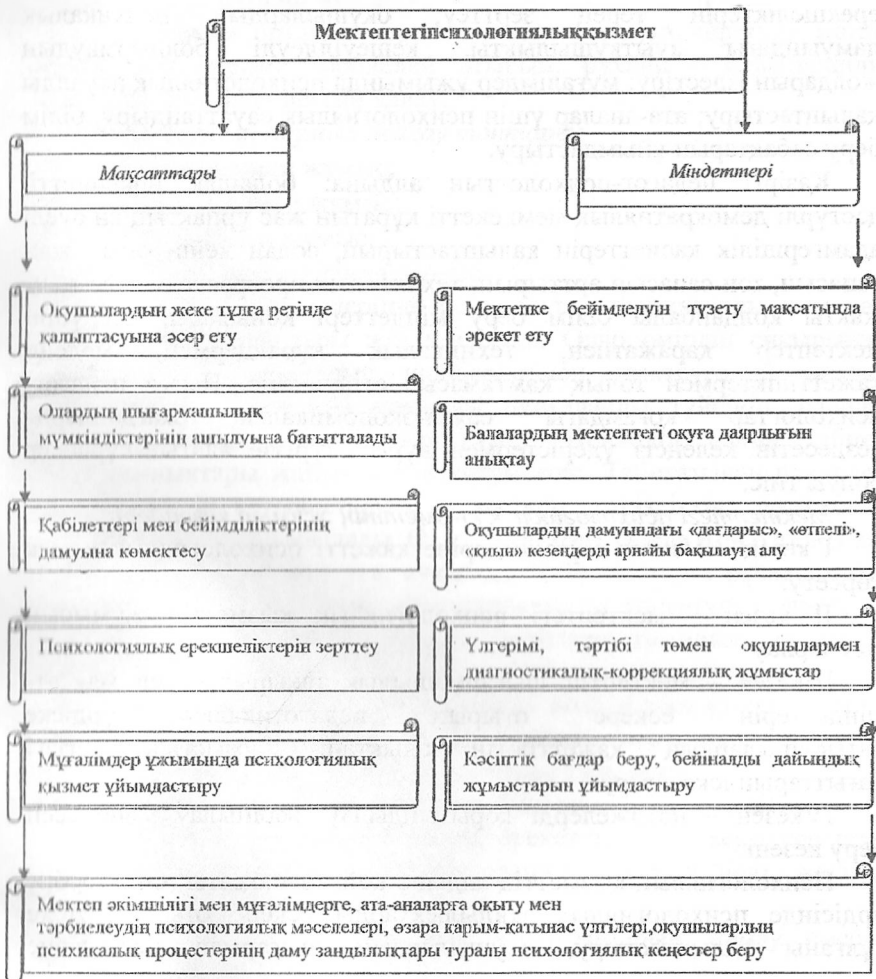
- Мектептегі қажетті құжаттармен танысуға, дәрігерлік мекемелерге тапсырыстар беруге;

- Зерттеулер мен тәжірибелер жүргізуге, психологиялық диагностика мен түзету жұмыстарының жаңа әдістерін өз тәжірибесінде қолдануға, олардың тиімділіктерін анықтауға;



- Мектеп әкімшілігімен келісу арқылы жоғары органдардың алдына оқушылардың мүдделерін қорғауға бағытталған сұраныстармен шығуға;
- Мектеп оқушыларының кәсіби мүмкіндігін анықтау мақсатында кәсіптік бағдар беру орталықтарымен байланыс жасауға құжылы.

**Сызбанұсқа-2. Мектептегі психологиялық қызмет**  
(И.В.Дубровина бойынша)



Мектептегі қызметтің методологиясы негізінен жеке тұлғаны дамыту теориясына негізделеді. Оның өзі іс-әрекет теориясынан, таным теориясынан дамыту теориясына жол ашады. Бұның өзі негізгі құндылық қарым-қатынасты құрайды. Бұл қарым-қатынас мектеп әкімшілігі, мұғалім, ата-ана, оқушы арқылы жүзеге асады.

Мектептегі психологиялық қызметтің негізгі мақсаты – мектеп оқушыларының жеке тұлға ретіндегі қалыптасуына, олардың шығармашылық мүмкіндіктерінің ашылуына, қабілеттері мен бейімділіктерінің дамуына көмектесу; олардың психологиялық ерекшеліктерін терең зерттеу; оқушылардың психикалық дамуындағы ауытқушылықты, \* кешеуілдеуді болдырмаудың жолдарын іздестіру; мұғалімдер ұжымында психологиялық ахуалды қалыптастыру; ата-аналар үшін психологиялық сауаттандыру, білім беру сабақтарын ұйымдастыру.

Қазіргі педагог-психологтың алдына: болашақ өркениетті, дәстүрлі демократиялық мемлекетті құратын жас ұрпақтың ең әуелі адамгершілік қасиеттерін қалыптастырып, содан кейін оның жан сапасын, тән сапасын арттырып, техникалық прогреске сәйкес жан-жақты қолданбалы білім беру міндеттері қойылады. Ол үшін мектептер қаражатпен, техникалық құралдармен, мәдени қажеттіліктермен толық қамтамасыз етілуі тиіс. Нағыз педагог-психологтар қоғамдағы саяси-экономикалық жағдайларда кездесетін келеңсіз үдерістермен күрес жүргізе алатын-күрескер болуы тиіс.

*Мектептегі психологиялық қызметтің жұмыс кезеңдері:*

I кезең – мектеп мұғалімдеріне қажетті психологиялық көмек көрсету.

II кезең – мектептегі психологиялық қызметтің жұмысын жоспарлау

III кезең – мектептің шығармашылық тақырыбы мен мақсат-міндеттерін ескере отырып педагогикалық үрдіске қатысушылардың қажеттілігін анықтап, жұмыстың негізгі бағыттарын іске асыру

IV кезең – нәтижелерді қорытындылау, жаяпылау және есеп беру кезеңі.

Психологиялық қызметтің алдына қойған мақсаты: Оқу-тәрбие үрдісінде психологиялық заңдылықтарды ескере отырып, жеке тұлғаны қалыптастыру, оқушылардың шығармашылық және

интеллектуалдық потенциалдарын дамыту, психологиялық денсаулығын сақтау

*Психологиялық қызметтің міндеттері:*

- Әр баланың толық психологиялық және тұлғалық дамуын қамтамасыз ететін психологиялық ахуал туғызу.
- Педагогикалық үрдіске қатынасушылардың арасындағы өзара қарым – қатынас етіпін реттеу.
- Әлеуметтік және жеке даралық жетістіктерге жол ашу.
- Оқушының жеке тұлғасын қалыптастыруда таным үрдістерінің дамуына жол ашу.
- Қоршаған ортамен қарым-қатынас жасауға үйретуде мінез-құлық мәдениетіне тәрбиелей отырып, рухани – адамгершілік құндылықтарының негізін қалау.

*Психологтың жұмыс жасау топтары:*

- Оқушылармен жұмыс;
- Ата-аналармен жұмыс;
- Устаздармен жұмыс;
- Мектеп әкімшілігімен жұмыс;

Білім беру мекемелерінде психологтар теорияларды тым көп қолданатын жағдайлары жиі кездеседі. Олар өмірдің сиқырынан қорқып, оны теориялық шеңберлермен шектеуге тырысады. Адамдардың өміріндегі маңызды оқиғаларды түйсініп, оларды көріп, рахаттануға көмектесу қажет. Психолог өзінің табиғи артықшылықтары жайында ұмытпауы тиіс. Табиғатынан психолог пен клиенттің қатынастары-жетістік пен сәтсіздіктің арасындағы қатынастар болып табылады. Өз қызметі барысында өзін өзгелерден жоғары қоюға, менменсуге, ауқымды байланыстарға нұсқауға, өзі мен клиенттің арасындағы айырмашылықты көрсетуге болмайды. Солай болса да, салыстырулары өздігінен туындаса, психолог мүмкіндіктерінен ұялуға немесе оларды жасыруға, негізгі клиенттің оларды түрлі тілек-ниеттерін көзден таса қылмауы тиіс. Ашық-жарқындылықпен үйлескен осындай мархабатты қатынас, практикалық психологияның негізі болып табылады.

*Психолог қызметі барысындағы 1-ші жылдың міндеті:*

- Психологтың мектепте өзіндік әрекет пәні бар екенін көрсету;
- Психолог «жедел жәрдем» типінде емес, жүйелі, жоспар бойынша жұмыс істеуі тиіс;
- Ең бастысы, проблемалық «жыртықтарын жамау емес», дамыту, емдеу және түзету;

- Мектептегі проблемалардың басым көпшілігі кешендік шешім қабылдауды, осы мәселеге қатысты адамның (педагог, ата-ана, оқушы, әкімшілік т.б.) бірлестігін талап ететінін түсіндіруі;
- Жұмысындағы балалар мен ересектерге қолданатын психологиялық әдістердің спецификасын көрсете білуі қажет;
- Өзіне адам ретінде, маман ретіндегі өзгелердің сенімін қалыптастыру.

Алғашқы айларда мектеппен, оқушылармен, педагогтармен танысу. Ұстаздардың рұқсатымен сабақтарға қатысып, балалар жайлы педагогтармен әңгімелесу. Педагогтармен кеңесе отырып, өз бақылауларыңызға сүйене келе, қауіпті, белгілі шешімді, араласуды қажет ететін мәселелерді талқылаңыз. Туын отырған мәселе төңірегінде консилиум тақырыбын белгіленіз.

*Психологтың міндеті* – бұл консилиумда қандай мәселе төңірегінде сөз қозғалатынын педагогтарға алдын-ала таныс ету; олар да өз тарапынан бақылаулар жасап, дайындықпен келуі тиіс, оларға неге көңіл аудару қажет, не бақылануға тиісті екені жазылған түсініктеме таратылғаны абзал.

Консилиум қабылдаған шешімге байланысты психолог өз жұмысын іске асыра отырып, оның барысы жайлы педагогтарға хабарлап, өз жұмысын өзгелер үшін түсінікті, әрі ашық ете алады.

Сондай-ақ, өз қызметін жете білмеу нәтижесінде «таза» диагност болмау керек. Яғни, тек түрлі тест, психодиагностикаға сүйеніп, диаграмма, балл, стандтермен ғана шұғылданып кетуге болмайды.

Психолог жұмысының алғашқы айларында психологтар ерекше жауапкершілікпен кіріседі де, бірден бәрін қамтуға тырысады: диагностика, топтық және жеке коррекция, педагогтарға арналған кеңестер, эксперимент, ата-аналармен тренингтер, психология сабақтары т.б. нәтижесінде өзі шаршап, белгілі нәтиже ала алмауы мүмкін. Психолог жұмысы дамытушы, профилактикалық сипатта болуы маңызды.

Мектептегі психологиялық қызмет жүйесінің атқарар істерінің ауқымы мол. Оқушылар, мұғалімдер, ата-аналар, басшылар деп аталатын төрт категорияны қамти отырып, психологиялық қызмет оқу-тәрбие үрдісін жақсартуға үлес қосады. Оқушының қабілеттілік деңгейін, зеректілігін, зейініннің қасиетін анықтау нәтижесінде психолог мұғалім қолына оқушының мүмкіндігі туралы құнды деректер береді; білім берудің бала танымына лайық жолдарын

сұрылған, оқушылардың белсенділігін арттыруға жағдай жасайды. Педагогикалық ұжымдағы өзара қарым-қатынас типтерін:

Мұғалім-----оқушы

Оқушы-----оқушы

Оқушы-----басшы

Басшы-----мұғалім

реттейді. Мектепке келген психолог асықпай, әуелі жан-жағын бағдарлап алуы керек. Психолог жұмысының бірінші кезеңін шартты түрде бейімделу кезеңі деп атауға болады. Бұл кезеңде психолог мектеп әкімшілігімен, балалармен, олардың ата-аналарымен әңгімелесуі керек. Оқу-тәрбие процесіне қатысып көруі қажет. Ата-аналар жиналыстарына, педагогикалық ұжымның кеңестеріне қатысып, құжаттармен танысуы керек. Осы әңгіме жиналыстарда ата-аналар мен мұғалімдерді психолог жұмысының негізгі міндеттерімен таныстыру керек.

Психолог қызметінің мазмұны.

*Ұйымдастырушылық-психологиялық жұмыс.* Мектеп психологы ұйымдастырушылық-психологиялық іс-әрекетті орындау барысында келесі жұмыстарды жүргізеді:

- Өр түрлі мәселелер бойынша психологиялық-педагогикалық консилиумдар жұмысына қатысу;

- Түрлі семинарлар, конференциялар жұмысына, әдістемелік бірлестіктер отырыстары мен іс-шараларына қатысу, практикалық психологтар ассоциацияларымен байланыс орнату, белсенді арашасу.

*Дамытушылық және психофасилитациялық жұмыс:*

- Психолог тұлғалық даму, шығармашылық және кәсіби қабілеттілік, т.б. мәселелерді шешуде көмек көрсетеді.

- Тұлғаның дамуындағы кедергілерді анықтау және жоба бойынша мониторинг жүргізу.

- Тұлғаның және кәсіби даму мәселелері бойынша мониторинг өткізу.

- Тұлғаның даму деңгейіне таңдамды бақылау жүргізу.

Өзінің кәсіптік әрекетінде психолог міндетті:

- Білім беру саласындағы Республика заңдарын орындауға;

- Шешім қабылдап, сұрақтарды қарастыруды кәсіптік шеберлік шеңберінен аспауға;

- Өзінің кәсіптік білімін үнемі арттырып отыруға;

- Нақты кәсіптік білімі жоқ адамдардың диагностикалық, коррекциялық зерттеулер жүргізуіне тиым салуға;

- Барлық мәселелерді шешуде балалардың психикалық дамуын ескеруге;

- Атқарылатын жұмыстардың міндеттері мен әдістері туралы нұсқауларды кәсіптік жағына басқаратын мамандар бергенде ғана орындауға;

- Баланың психикалық дамуын шешу мәселесінде мектеп ұжымына қажетті көмектерді көрсетуге;

- Кәсіптік құпияны жарияламауға;

- Барлық жұмыс түрлерін жазып, тіркеп отыруға;

*Психолог құқықты:*

- Балалармен жұмыстың нақты міндеттерін өз бетінше шешуге, сол жұмыстың формасы мен әдістерін дербес таңдауға және жұмыстардың кезегін анықтауға;

- Кәсіптік міндеттердің табысты орындалуы үшін мектеп басшыларынан қажетті жағдайда жасалуын талап етуге;

- Жоғарғы жақтан түскен нұсқаулар, этикалық принциптерге қайшы келген жағдайда оны орындаудан бас тартуға;

- Құжаттармен танысуға;

- Медициналық және дефектологиялық мекемелерге сұраныс жасауға;

- Баланың келешектегі тағдырын шешу үшін медициналық, педагогикалық-психологиялық т.б. комиссиялар кеңесіне қатысуға;

- Психодиагностиканың, психокоррекцияның жаңа әдістерін дайындау жұмысына;

- Мектепте топтық және жеке зерттеулер жүргізуге;

- Тәжірибе бөлісу мақсатында ғылыми көпшілік журналдарына материалдар жариялауға;

- Психологиялық-педагогикалық білімдерді лекция, әңгіме жолдарымен насихаттау;

- Оқушыларға кәсіптік бағдар беруге;

*Психолог құжаттары:*

- Мектеп тақырыбы бойынша тәжірибелік жұмыс жоспары.

- 1 жылға құрастырылған жұмыс жоспары:

\* Мектеп ұжымының диагностикасы;

\* Педагогикалық процесті болжау және анықтау;

\* Мектеп басшыларымен, мұғалімдермен, оқушылармен және ата-аналармен кеңес беру жұмыстары;

- \* Оқушылармен түзету жұмыстары;
- \* Мектеп ұжымындағы психологиялық, ағарту жұмыстары;
- \* Қалалық, аудандық білім орталықтарымен байланыс жұмыстары.
  - Психолог кабинетінің жұмыс жоспары.
  - Апталық сетка.
  - Психодиагностикалық құжаттар.
  - Өткізілген сабақтардың қысқаша жоспары және бағдарламасы.

## 2. Мектептегі психологиялық қызметті жетілдіруде инновацияны қолдану

Қазіргі заманауи білім беру кеңістігінде педагогикалық үдерістердің екі типі бар: инновациялық және дәстүрлі. Педагогикалық инновация – бұл теориялық негізделген, максатқа бағытталған және практикалық-бағдарлы үш деңгейдегі (макродеңгей, мезодеңгей және микродеңгейлі) жаңалықтар болып табылады.

Макродеңгейдегі инновация білім берудің барлық жүйесін қамтып, оның парадигмаларының өзгерісіне алып келеді. Мезодеңгейдегі инновация белгілі өлкедегі білім беру мен нақты оқу орындарындағы өзгерістерге бағытталады. Ал микродеңгейдегі инновация жекелеген курстардың мазмұнына, сондай-ақ, курстардың блогына өзгеріс енгізу; білім беру үдерісінің құрылымын жаңа амалдармен өңдеу немесе оқытудың жаңа технологиялары, формалары және әдістерін дайындауды көздейді.

Кез-келген жаңалықтарды енгізу жаңалық жүзеге асырылатын оқу орынының материалдық-техникалық базасына; оқытушының біліктілігіне, инновацияға қатысына, шығармашылық белсенділігіне; ұжымдағы моральдық-психологиялық ахуалға байланысты болып келеді. В.И.Добрынин және Т.Н.Кухтевич жоғары оқу орынындағы жаңашылдықты енгізу оқытушы ↔ білімгер және оқытушы ↔ оқытушы жолағындағы қарым-қатынастың үйлесімділігіне де байланысты екендігін көрсетеді.

Жоғарыда атан өткеніміздей, жаңашылдық тек педагогтарды ғана емес, әлеуметтанушы, философ, психолог, экономист, т.б. барлық саланың мамандарын қызықтыратын мәселе. «Инновация» ұғымы жаңа идея, ой, көзқарас ғана емес іс-әрекет, өмір, стиль және

өзге де оған қатыстының бәріне өзгеріс енгізуді қажет етеді. Инновациялық үдеріс өзге күйге енууді, ескірген нормалар мен рөлдер, жарғыларға тексеру, електен өткізуді, қайта қарауды талап етеді.

Мұғалім үшін баланың қызығушылығы, бейімі, қабілеті және басқа да психологиялық ерекшеліктері басты орында болуы тиіс. Осы ерекшелікті ескеру мен дамыту оқушының жеке тұлғасын қалыптастыруда маңызды фактор болып табылады. Осы міндеттерді мұғалімнің біліктілігі мен психологиялық мәдениетін көтеру арқылы ғана тиімді жүзеге асыра аламыз. Яғни, бүгінгі ұстаздар қауымының алдында тұрған маңызды істің бірі – оқушылардың оқуға деген ынта-жігерін күшейтіп, ақыл-ой әрекетіндегі белсенділіктерін арттыру болып отыр.

Клиент десенсибилизациясын жүргізгенде босаңсып, сосын үрейлі жағдайлармен байланысты көріністерді барынша шынайы түрде елестетуді сұрайды. Алдымен үрейдің аз туу жағдайларды сұраса, сосын босаңсып, қандай да бір үрейді сезсе тоқтатады. Осылайша, әлсіз үрей туғызатын жағдайларды елестете отырып біз оларға деген қатынасымыз қалыптанады, яғни клиенттің үрей сезімі төмендейді.

Әдістің тағы бір түрі – контакті десенсибилизация ол әдетте балаларға қолданылады. Мұнда да жағымсыз жағдайлар тізімі құрылады. Бірақ, бұл жағдайларды мұндай проблемасы жоқ адам шешіп, кезектесіп модельденеді. Сосын бұл шешілген проблеманы алғашқы иесі жүзеге асырады. Әдіс тәртіптерді проблемалары бар жасөспірімдер тобына (7-9 адам) қолданады.

Тағы бір әдіс түрі – эмоциялық елестетулер. Мұнда баланың сүйікті кейіпкері, оның кумир бейнесі қолданылады. Әдіс келесі кезеңдерді қамтиды:

- үрей туғызатын жағдайлар иерархиясын құру;
- сүйікті кейіпкерді анықтау;
- кез келген өмірлік жағдайларды көзді жұмып, кейіпкермен бірге елестету;
- үрей туғызатын проблеманы кейіпкер бейнесінде шешу;

«Су басу» немесе импозитивті теория әдісі. Мұнда қатты үрей туғызатын жағдайларды елестету ұсынылады. Десенсибилизация үрейді тоқтатуға бағытталса, «су басу» әдісі керісінше үрейді күшейтуге бағытталады. Мұнда да үрей туғызатын жағдайлар тізімі дайындалады. Клиентке күшті үрей туғызатын жағдайды елестетіп,



сезімдерін еркін көрсету ұсынылады. Терапевтін мақсаты – жаңа жағдайларға өту барысында үрейді ең жоғары деңгейде ұстау. Бұл күшті үрейді жоюға себепші болады деп есептеледі.

Өзіндік реттеу әдісі – бұл психологиялық ықпалдың басты «нысанасы». Оның кең таралған түрлерінің бірі – релаксация тренингі. Тренинг барысында процедура мақсаттары, элементтері мен бағыттары анықталады. Клиенттер релаксация дағдыларын проблемаларын шешеді дегенге сенулері керек.

Оқу үрдісі бес негізгі кезеңнен тұрады:

- біріншісінде – клиенттерді бүкіл назарын бұлшықеттердің белгілі бір топтарына бағыттау керек;
- екіншісінде – осы бұлшықеттер тобына күш түсіру;
- үшіншісінде – 5-7с көлемінде осы күшті сақтап тұруға үйрену;
- бесіншісінде – бүкіл назар бұлшық еттерге түскен салмақты азайтуға бағытталады.

Бірінші сабақта циклды бұлшық еттердің әр тобы үшін екі рет оту керек.

Ментальды релаксация – клиенттердің мүмкіншіліктерін кеңейтін, процедура тиімділіктерін арттыра түседі. Ол нақты жағымды көріністерді елестетуді білдіреді. Кеңес берушілер клиенттердің қандай жағдайларды жағымды деп танитындықтарын анықтайды. Ментальды релаксация бұлшық ет релаксациясынан кейін қолданылады.

Дифференциалды релаксация – жаттығу барысында бұлшық еттердің сәл жиырынуы мен басқа бұлшық еттер топтарының релаксациясымен үйлестіру. Релаксация тренингімен қатар, өзін қадағалау стратегиялары әдісі қолданылады. Мұндай клиенттерге өз тәртібін бақылау, мысалы жеке мақсаттар қою, мақсатқа жету кадамдарын жоспарлау ұсынылады. Өзіндік қадағалау күнделік түрінде жүзеге асады. Ол сана мен өзіндік бақылау деңгейлерін жоғарылатады. Ол сонымен қатар прогрессті бағалау үшін қолданылады.

Өзіндік қадағалаудың екі басты стратегиясы бар. Біріншіден, клиенттер өз мақсаттарына сәйкес қоршаған ортасын (стимулды қадағалау) өзгертуге тырысады. Екіншіден, клиенттер мақсатқа жетуге себепші болған іс-әрекет орындалған соң өздерін марапаттай алады.

Когнитивті қайта құрылымдану әдісі. Эмоциялық проблемалар мен өзін реттеу қиыншылықтарымен қатар қабылдау, мақсат қою, интерпретация, қорытындылау сияқты когнитивті үрдістерде болатын бұрмаланулар бұзылған тәртіп себептері болады. Олардың құрамы өзгерген жағдайда эмоциялық және тәртіп сферасындағы өзгерістерді күтуге болады. Когнитивті қайта құрылымданудың бірінші тәсілі – клиенттің ойлары мен әңгімелеріндегі қайшылықтарға көңіл аударылады.

Екінші кең тараған әдіс – дисфункционалды ойларды идентификациялау және түзету. Теріс ойлар мен оған қатысты құрылымдар терең зерттеліп, идентификацияланады, айқындалады, клиенттің терминдерімен ат қойылады, дәптерге жазылады. Тексеру кезеңінде олардың реті мен дұрыстығына сыни баға беріледі. Бастысы клиент өз тәртібін өзі зерттеп, теріс ойларды өзі анықтап, оның көп жағымсыз жағдайларға себеп болатындығын түсінуі қажет.

Бүгінгі таңда когнитивті қайта құрылымдану әдісі кең қолданылады: күйзеліс, үрей, суицидтік талпыныстар, тәуелділік жағдайлары және т.б.

Жағымсыз тәртіпті жою әдісі. Жағымсыз іс-әрекетті болдырмаудың түрлі әдістері бар. Жазалау – ең кең тараған әдіс. Оның түрлі формалары бар: тайм-аут, реакцияның теріс салдарын қолдану, аверсивті жағдайларды көрсету.

Тайм-аут – бұл кеңес берудің агрессивті немесе өте көп қозғалатын балалармен жұмыс істеуде ұсынылатын процедуралары. Мұнда баланы теріс тәртіпті нығайтатын жағдайлардан оқшаулатады. Мысалы, оқушының теріс тәртібін мұғалім сынаса, достары қолдайды. Сыныптан шығарып жіберсе, екеуіне де қатыса алмайды. Теріс салдарды қолдану әдісі жағымсыз тәртіп көрсетуі болса адамдарды нығайтушы стимулдардан айыру. Нығайтушы стимул – сүйікті ісі, бос уақыт, сыйлық, тәттілер, қоршаған орта назары. Бұл әдістің тағы бір нұсқасы – қоршаған ортаның тұлғаның ауытқушылық мінез-құлқына теріс реакциясы. Мысалы, терапевт келісімдерді бұзған клиенттерге қатысты кеңес беру айыппұл қолдана алмайды.

Аверсивті әдіс – адамның күйзелісін күшейтуге бағытталған дау-да-майлы технологияларға қатысты әдіс. Олар әдетте кеңес беруде емес, клиникалық жағдайларда жүзеге асырылады. Мәні: айқын дискомфорт (ауру, үрей, жек көру) туғызатын ықпал,

мысалы, тамақ туралы ой кезінде тоқ соғу немесе алкоголь ішу кезінде құстыру.

Позитивті тәртіпті қалыптастыру әдісі. Қалыптастыру әдісінің кең тараған түрі – ньғаю, күшею. Жағымды немесе жағымсыз күшею реакцияларының пайда болу ықтималдықтарын жоғарлатады. Жағымды күшею стимулдары бір нәрсені көрсетуге, жағымсыз күшею стимулдары керісінше жағдайлардың бір затын жоюға бағытталады.

Позитивті күшею – тәртіпті өзгертудің басты әдісі. Сәттілік шарттары:

- күшею индивидуалды маңызды болуы тиіс;
- ол жүйелі түрде қалаулы тәртіптерден кейін бірден қолданылуы қажет;
- қалаулы тәртіп пен күшею арасындағы байланыс анық болуы тиіс.

Тәртіп релаксациясы – кәсіби кеңес берудің ауылқушы мінез-құлыққа қатысты кеңінен қолданылатын әдістің бірі. Ол тренинг, топтық ойындар, жағдайларды моделдеу түрінде кездеседі. Жұмыстың бірінші кезеңінде клиенттің қиындықтары айқындалып, мотивтері ынталандырылады. Сосын қалаулы тәртіп түрі анықталады. Одан кейін клиенттерге берілген жағдайларға рөлдік ойындар арқылы жауап қайтару керек. Соңында тәртіп репетициясын шынайы өмірлік жағдайларда қолдануға итермелейді.

Ассертивтілік тренингі – бұл үрейден ерекшеленетін, басқа адамдарға қатысты эмоцияларды көрсету. Алғашқы кезде ассертивтілік тренингі адамның өз мүддесін қорғауға, өзі үшін тұруы бағытталады еді. Соңғы кезде оның қолданыс аясы кеңейді. Ассертивтілік тренингі тәртіптің үш түріне негізделеді:

- ассертивті емес немесе тежелген тәртіп, мұнда адамдар өз мүдделерінен бас тартады;
- ассертивті тәртіптің адамдар басқалардың есебінен күшейе түсетін түрі;
- ассертивті тәртіптің – өзара әрекеттесуші екі жақ та жеңіп шығады.

Бірінші кезеңде тәртіпті бағыттау үшін клиентке тренингтің қай түрі қажет екені-жалпы немесе арнайы анықталады. Екінші кезеңде клиенттің ынтымақтасуға деген мотивациясы қалыптасады. Үшінші кезеңде сол жағдайларға альтернативті тәртіптің қай түрі сәйкес

келетіндігі анықталады. Төртінші кезеңде ассертивті тәртіп репетициясы жүзеге асады. Соңғы кезеңде оқу барысында алынған білімді шынайы өмірде қолдануға итермелейді.

Тәртіптік кеңес беру тәжірибесінде ассертивті тренингпен қатар тұлғаның позитивті тәртіп репертуарларын кеңейтететін басқа да технологиялар қолданылады: сенімділік, коммуникативті дағды, шешім қабылдау, элеуметтік қысымға деген резистенттілік, кикілжіңді шешу тренингтері. Сонымен қатар тәртіп психологиясының түрлі тәсілдері қолданылады: рольдік ойындар, ойын жаттығулары, күнделікті жағдайдағы тренингтер, позитивті күшею, видеотехникалар, топтық дискуссиялар, өзін бақылау әдістері.

Мұғалім өзінің ғана іс-әрекетін ұйымдастырып, тек соның орындалуымен қанағаттанбай, сонымен қатар оқушылардың танымдық әрекеті мен белсенділігін дамытуға ерекше көңіл аударуы тиіс. Мұның өзі оқыту мен бала дамуының заңдылықтары туралы өте күрделі психологиялық және педагогикалық мәселе. Кейбір мұғалімдер сабақтың мақсатын белгілеген кезде де дамытуға қиындық танытады. Мысалы:

1. Ойлау белсенділігін дамыту.
2. Сөздік қорын дамыту.
3. Қабілетін дамыту.
4. Қорытынды жасай алуы дамыту.
5. Талдау қабілетін дамыту.
6. Талқылай алуын дамыту.
7. Идеяларды практикада қолдануды дамыту.
8. Өз ойын сынай алуы дамыту.
9. Эстетикалық талғамын дамыту.
10. Әзілкештікті дамыту.

Педагогикалық қарым-қатынастың моделі.

**Ақпараттық моделі** – әдетте ақпаратты беру және алу үшін оны талдап, интерпретациядан өткізіп, түсіндіру үшін қолданысқа берілетін ақпарат. Қарым-қатынасқа түскен адамдардың ақпараттық қорын көбейтеді, инновациялық мағлұматтардан ақпарат алады, қалыптастырылған жағдайдың мәселесін түсіндіреді, нақты фактілерді және сандарды көрсетеді. Осының барлығы жаңа білімді алуға және нәтижелі білім қабылдауға көмектеседі. Ақпаратты беру барысында, егер ол бір адамға емес, бірнеше адамға, топқа арналғандықтан онда жалпы қабылданған ережелер қолданылады.

Мәселен, лекцияда өз еркімен тұрып аудиторияны тастап кетуге болмайды. Іскерлік қарым-қатынас келісім шарттарда бір адамдардың еркіне байланысты жағдайларды өзгертуге болмайды, қайтадан сол басталған жерге оралып келуге сұрауға да болмайды. Айтушы өз ойын аяғына дейін тыңдауы керек. Сондықтан белгілі бір мәліметті бермес бұрын оның мазмұнын білу шарт. Бұл мәліметтердің жалпыға қызықты, қызықсыздығына көз жеткізу керек, сол жағдайда ғана көпшілік берген мәліметті қабылдайды.

Ақпараттық моделі – көбіне мынадай түрде болады:

1. Баяндама.
2. Лекция немесе сабақ.
3. Реферат.
4. Теледидар, интерактивті бағдарлама түрінде.
5. Курстық жұмыстар.
6. Дипломдық және жоба жұмыстары.
7. Әңгімелесулер.

**II. Қарым-қатынастың сендіру моделі** – бұл әдіс қарым-қатынасқа түскен адамдарды өзінің пікірлесі етуіне мүмкіндік береді. Бірақ сендіру бұл қиын коммуникативті процесс, әркімнің қолынан келе бермейді. Сендіруді (Грекия елінде 2 жүз жыл бұрын) риторика ретінде баяндаған еді. Риторика (грекше – әдемі) бірақ мазмұны аз сөз.

«Этос», «Логос», «Пафос» деген ұғымдарды ең алғаш рет Аристотель ғылымға енгізді. Олардың мағынасы: қайнар көзінің беріктігі немесе сенімділігі берілген фактілердің логикалық түрде жүйелілігі эмоционалды шақыру, сендіру бұл, индивидтің немесе топтың наным-сенімдеріне, қарым-қатынас тәртібіне, өзгеріс енгізуге тырысатын адамдардың әрекеті немесе процесі.

Қасындағы адамдарды сендіріп олардың кеңілін, әртүрлі тәсілдерін өзіне аударуға болады. Сендіру әдетте келесі мақсаттарға бағытталып отырып қолданылады:

- қарама-қайшы ойды өзгертіп, бейтараптау үшін;
- қарым-қатынасқа түскен адамдардың «лотентт» ой пікірлерін және позитивті пікірлерін кристаллизациялау;
- оң пікірлерді қолдау.

Сендіру техникасының түрлері:

- 1) Проблеманы қою;

2) Басқа проблеманың ішіндегі уақыты, оның теріс оң жақтары, нәтижесінде туындайтын жағдайлар. Ұсынып отыратын мәліметтердің құндылығын арттыру, оның бұрыс жақтарын азайту.

3) Сөйлеушіні сөзге тарту, сөйлемді бірнеше бөлікке бөліп, бір бөлігін айтып оң нәтижесін алып 2 бөлігін алып тағы да оң нәтижесін алу.

Сонымен сендіру – бұл әдіс адамның сана-сезіміне тікелей әсер ете отырып, адамның өзінің критикасына бой ұсындырады. Кәсіби мамандар, әріптестерді сендіру үшін кімнің интелектісі немесе ақыл - ойы жоғары, педагогикалық қарым-қатынасқа коммуникативті техникалар қажет.

Педагогтар сендіру – бұл коммуникативті техникаға қарағанда нақты, шындық шеңберінде қажет екендігін есіне сақтау керек.

Педагогикалық қарым-қатынаста келесі сендіру техникасын қолдануға болады.

1. Мәселелерді жөнге қою.

2. Адамның абыройының дамуы және оның кемшіліктері.

3. Әңгімелесушіні сендіру кезіндегі оған көзқарасты қалыптастыру.

4. Өзін-өзі сендіру және оның маңыздылығы.

5. Принципті күнделікті қамту.

6. Ақпаратты қабылдау.

**III. Экспрессивті модель** – ол келесі максаттарға негізделі қызмет етеді:

- қалыптастыру;
- педагогиканың өзара әрекеті және психоэмоционалды жағдайда сезімнің берілуі;
- мазасыздану;
- әлеуметтік іс-әрекеттің қажеттілігі.

Коммуникативті әрекеттің бұл түрінің өзінің талабы бар:

Мысалы: көптеген лекцияларда, қойылымдарда онда вербальды және вербальды емес коммуникативті техникаларды әр түрлі әдіс-тәсілдерді қолдана отырып кеңінен қолдану.

Сонымен бірге сабақта, лекцияда, кездесулерде, жиналыста бұл моделді көп қолдана алмаймыз. Әр педагог өзінің үнемі эмоционалды (сабақтағы) қалпын, үнемі қадағалап отыру.

### *Пікірталас түрлері*

Салыстыруға мінзедеме	Мақсатқа	Адамдарға және топқа	Фактіге байланысты
Мақсат	Белгілі бір тапсырманы орындау	Өзінің бағытыне жүргізу	Факт
Критерий	Объективті нормаларды, көрсетеді мінзедемелерді немесе т.б.	Субъективті ойлар немесе талқылаулар	Факт
Өзара әрекет формасы	Келісімдер (+) Дискуссия (-)	Дискуссия (+) Пікірталас (-)	Факт
Қорытындысы	Консенсус (+) Компромисс (-)	Шешімге келу (+) Дау-жанжалдағы ойы (-)	Көзқарас
Түйіндеме	Пікір-таластан ақиқат шығады	Пікір-талас Римді қиратты	

IV. Суггестивті модель – бұл сендіру моделі қарым-қатынаста ол (SUGGESTIO-сендіру). Сендіру мәдениеті ол педагогикалық тәжірибеде кеңінен қолданылады. Мысалы, кәсіби жиналыстарда педагогикалық кеңестерде, кафедра отырыстарында, әртүрлі топтағы адамдармен кездесулерде (студенттермен жұмысшылармен) түзетуге беретін адамдар.

Бұл модель қарым-қатынастың презентацияларда, ақпараттық бағдарламаларда кеңінен қолданылады және оларды қалыптастыра отырып сендіруді жүзеге асырады. Сендіру немесе суггестия бұл психологиялық әсер ету адамға немесе топқа сендірумен әсер етуі.

Сендіру – оған жағдай жасау, жол көрсету және проблеманың шешілуіне жол көрсету. Бұл адамға өзіндік мотивацияларынан айырылады. Өзіне-өзі есеп бермейді. Психологтар орнатқан адам қалыпты жағдайда және басқа жағдайларда өзін сенімді сезінеді. Көту мен тежелуі тән кезде адамда қысқа сенім пайда болады.

Педагогикалық әрекеттің барлық түрін қолдана білу керек. Әрбір модельдің өзіндік ерекшеліктері бар. Әрбір педагог әртүрлі әсер ету факторларын қолдана отырып сендіреді.

- өзіне-өзі сенімділік;
- маңыздану;
- өзіндік;
- өзіне-өзі төмен бағалау;

- өзіңе-өзіңнің сенімінің толықсыздығы;
- жоғарыланған эмоционалдылық;
- өзінің ақыл-ойының төмендігі;

Сендіру адамның сезімімен тікелей байланысты болып келеді. Одан шығып оның ерік-жігеріне және ақыл-ойына әсер ету арқылы. Суггестивті педагогикалық процесте оның формасында мазмұнына қарай қаланады. Сенім қарым-қатынас барысында дамиды. Әрбір педагог суггестивті факторларды жақсы білуі тиіс.

- психологиялық қалпын;
- коммуникативтіліктің ең төменгі деңгейі;
- әртүрлі проблемалардың жоғары деңгейі;
- белгісіздік әртүрлі проблемалардың болуы;
- уақыт тапшылығы.

Педагогикалық қарым-қатынаста ашық сенім кеңінен қолданылады және жабық сенім ол әртүрлі символдар арқылы әсер етеді. Ол түрлі жағдайларға байланысты әртүрлі көрінеді.

Жабық сенім – ашық сенімге қарағанда көп қолданылады. Сонымен әрбір педагогикалық қатынастардың әртүрлі модельдерін біліп қана қоймай, оны қайта қолдану керек, белгілі бір мақсатқа жету үшін және қандай модельдерді қолдану керек екенін жақсы білуі тиіс. Көптеген жағдайларда әртүрлі модельдерді қолдана отырып, көптеген жетістіктерге жетуі мүмкін.

Педагогикалық қарым-қатынастың ритуальды моделі - кәсіби педагогикалық іс-әрекетте көбіне белгілі бір материалды бекіту кезінде кеңінен қолданылады. Бұл модель адамға көркем әсер ету арқылы көңіл-күйге, сондай-ақ, салт-дәстүрге, қарым-қатынас нормаларына байланысты жүзеге асады. Психологтардың айтуы бойынша ұжымды ұйымдастыруда формалды және формалды емес қарым-қатынас түрі кезінде қолданылады. Әрбір ұжымның психологиялық ахуалын анықтауда ұжымның бірлігіне негізделеді. Егер формалды емес қарым-қатынас түрі дамыған болса, корпоративті ұжымдағы салт-дәстүрлер әрбір адамның сенімі, ақыл-ойы шындыққа жақын және еркін қарым-қатынаста жеңілдік пайда болады. Сенімділік артып, сыйласымдылық та өседі.

Жастардың ақыл-ой әуелетін барынша дамыту үшін білім беру жүйесін тиімді құра білген ұлттың еңсесі биік, абыройы жоғары болмақ. Ендеше оқушы бойындағы қабілеттің дамуы үшін міндетті түрде баланың өзінде талап болуы шарт. Талап, құлшыныс болмаған жерде қабілет те дами алмайды. Ал, талап әдетте, көру



және есту анализаторынан, сондай-ақ, жүйке жүйесінің типологиялық қасиеттерінен құралады.

Бірінші және екінші сигнал жүйелерінің арақатынасы мен даму деңгейін де талапқа жатқызуға болады. Бірінші сигналдық жүйеге – түйсік, қабылдау, елес: ал, екіншіге шындықтың ұғым болып қалыптасуы жатады. Осы сигнал жүйелері арақатынасының ерекшеліктеріне орай, И. Павлов адамның жоғары жүйке жүйесінің үш түрін келтіреді. Бірінші түрге жататындар: Әсершіл, қызуқанды, ашық, ақжарқын болып келсе, екінші түрдегілер: көргені мен естігенін әуелі ой елегінен өткізіп, талдағанды, саралағанды жақсы көреді, үшіншісі аса дарынды жандарды қамтиды. Адамның қай түрге жататындығына қарай, оның қабілетін де анықтауға болады.

Адам қабілетінің әрқилы болатынын оқу үрдісінде керіп, байқап жүрміз. Кейбір оқушының ойлау жүйесі мен зерделеу деңгейінің өзге тұғаластарынан жоғарырақ тұратыны шындық. Ойлау мен зерделеу деңгейін анықтау диагностикасын кез-келген сабақта жүргізіп, бақылауға болады және оның маңызы оқытуда өте зор. Мәселен, 10 сөзді оқушыға 30 секундта оқып беру және есте қалған сөзді жазу сұралады. Есте ұстаудың ерікті және еріксіз түрі болады. Егер адам есте ұстауға ұмтылса ол нәрсе есінде сақталып қалады. Ортаңғы буында, жоғары сыныптарда қай пәннен болса да қолдануға болады. Мысалы: қазақ тілі, орыс тілі, ағылшын тілі пәндерінде тақырыппен ұштастырып, дамыту мүмкіндігі мол. Зат есімдерден 10 сөз, сын есімдерден, етістіктерден, т.б. Айталық: су, гүл, кітап, торғай, қоян, т.т. Енді осы берілген сөздерді түгел есте сақтау үшін, оны зерделеу немесе қиялды дамыту, іске қосу қажет. Яғни гүлге су құйылды, су кітапқа тамып кетті, кітапта торғай салынған, ол ұшып қоянды қорқытты. Ал математика пәндерінде есіндерді есте сақтау диагностикасын жүргізу (ауызша беру, кестеде көрсету, бейнені есте сақтау, жедел есте сақтау диагностикасы) сабақ барысына да, оқу үрдісіне де пайдасын берері сөзсіз. Қабілетті, дарынды немесе талапты оқушыңызға берілген тапсырманы күрделендіру де пайдасын береді. Ауызша 10-нан кері қарай санай отырып, бір мезгілде 1-ден 10-ға дейін жазып шығу, ұқсастық пен айырмашылықтарды таба алуын дамыту география, биология, валеология пәндерінде өнімді болар еді. Екі елді алып, салыстырмалы түрде жері, тарихы, тілі, өнері, киімі, өнімдері, табиғаты, ауа-райы сипатталады.

Барлық жоғарыда келтірген зерттеулердің деңгейі:

9-10 сөз/сан, ұқсастық бейне, т.б. жоғары деңгей.

7-8 – жақсы деңгей;

6-5 – орташа деңгей;

4-3 – ортадан төмен;

2 – төменгі деңгейді көрсетеді.

Психологиялық бейімділік қызығу ұғымына жақынырақ тұрады. Осындай даму үстіндегі қызығуды бейімділікке айналдырудың маңызы зор. Егер қолайлы жағдай жасалып жатса, онда оқушылардың қызығуы бейімділікке айналуы ғажап емес. Бұл өзара байланысты ұғымдардың бәрін дамытатын іс-шымал, өздеріңіз түсінгендей диагностика дегеніміз – диагноз қою, зерттеу деген мағынаны береді.

1. Баланың өзін-өзі бағалауын;

2. Баланың мазасыздығын;

3. Баланың қарым-қатынас деңгейін (ата-анамен, достарымен, мұғаліммен);

4. Баланың мектепке көзқарасын;

5. Танымдық қабілетін;

6. Жеке қасиеттерін;

7. Темпераментін

8. Зейінін;

9. Есте сақтау қабілетін;

10. Ойлау қабілетін;

11. Оқушының пәнге қызығушылығын;

12. Өмірге деген оң немесе теріс көзқарастарын;

13. Мамандық таңдауын мектептегі психологиялық қызмет қолына алып, жұмыстар жүргізуде.

Қорыта айтқанда, баланың жеке тұлға ретіндегі дамуы, өзіндік көзқарасының қалыптасуы, ой-өрісінің кеңеюіне психологиялық диагностиканың қосар үлесі мол. Адамды байқағыштық пен байсалдылыққа, зейінділік пен зеректілікке, тапқырлық пен ойланғыштыққа баулып, тәрбиелейтін де – осы ғылым. Мектептегі психологиялық қызметтің зерттеу салалары санаулы. Психология ғылымының алға қойған мақсаты – халыққа, болашақ ұрпаққа адамның өзін-өзі танып білуінде психологиялық қызметтің қаншалықты маңызды екендігін жете түсіндіру.

Білім беруді жетілдіруде мектептегі психологиялық қызметтің алдына қоятын мақсат-міндеттері мыналар: оқушыға оқуы мен тәлім-тәрбие үрдісінде психологиялық және педагогикалық тұрғыдан үздіксіз зерттеу жүргізу; ә) шәкірттердің бойындағы

қызығушылықтары мен танымдық әрекеттерін және бейімділіктерін анықтау; б) оқуды үлгермеу мен кешеуілдеп даму себептерін дер кезінде ашып көрсету; в) кейбір оқушылардың мінез-құлқындағы жағымсыз қылықтары мен кемшіліктерін анықтап, оларды болдырмау мен жеңудің тиімді әдіс-тәсілдерін қолдану.

Осы тақырыпқа орай, психологиялық қызмет шәкірттің тәртіп бұзуы мен қалыпты нормадан ауытқуын түзетіп отырудың тиімді шараларын белгілейді, оны жүзеге асыруға белсене қатысады. Психологиялық қызмет көрсететін кеңестер білім беруді жетілдіруде баланың ақыл-ойы мен денесінің дамуы, өмір тіршілігінде атқаратын ісі мен қоғамда алатын орны, қатар құрбыларымен, ересек адамдармен қарым-қатынас жасауы, оларға қамқорлық көрсетіп, сыйлауы, шәкірттердің өзін-өзі тәрбиелеуі сияқты адамгершілік қасиеттерді қалыптастыру арқылы жүзеге асырылады. Диагностикалық жұмыстар оқушылармен жекелеп те, балалар тобымен де, сынып ұжымы мен де жүргізіле береді және оқу-тәрбие ісінде көп көмегін тигізеді. Диагностикалық істе шәкірттердің ақыл-ойы мен ерік-жігер қасиеттерінің, сезімталдығы мен ықылас-ынғасының тежеліп қалу себептері анықталып, оларды жеңіп шығудың әдіс-тәсілдері зерттеледі.

1-4 сынып	5-8 сынып	9-11 сынып
<p>Эмоциялық коммуникативті дағдыларды дамыту.</p> <p>Баланың өзіндік санасын дамыту және еркіндікті қалыптастыру. Өзінің денсаулығына және салауатты өмір салтына жауапкершілікті тартысты қалыптастыру.</p> <p>Мектеп міндетін орындауы мен қоршаған ортаға профпеддагогика мен коррекция жасау.</p> <p>Өзіндік педагогикалық барлауға қатынасты бағаларды ерте анықтау, коррекциялау, бейімдеу.</p> <p>Мотивациялық өрісін дамытастыру.</p>	<p>Мотивациялық-қажеттілік өрісін дамыту.</p> <p>Психосоматикалық бұзылыстарының алдын-алу және адекватты мінез-құлықты жеткіншектермен жұмыс. Жеке тұлға экологизация және социализация негіздері. Тартысты жағдайлардағы конструктивті қарым-қатынасты үйрету.</p>	<p>Жеке тұлға социализациясы және денсаулық факторын өзіндік анықтау. Жеке тұлғаның кәсіби социализациясы. Жеке тұлғалық өсу. Ішкі жанұялық қатынас.</p> <p>Тартысты жағдайлардағы конструктивті қарым-қатынасты үйрету.</p> <p>Индивидуалдылық пен жағдай жасауды анықтау.</p> <p>Жанұялық қарым-қатынастың этикасы мен психологиясы.</p> <p>Психикалық және сексуалды қарым-қатынас.</p>

Білім беру саласындағы психологиялық қызметтің тәжірибесінде мектеп жасындағы балалардың психологиялық саулығы өзекті мәселе. Сондықтан да бала тәрбиесінде оның психологиялық жеке басы ерекшеліктерін ескеріп отыру қажет. Оқушылардың психологиялық саулығы - мемлекеттік білім беру оқу орындарындағы психологиялық қызметтің басты мақсаты деп білеміз. Оқушылардың психологиялық ерекшеліктерін ескермейінше, білім беру саласындағы қызмет ілгері баспайды. Сол себептен жаңашылдықпен қызмет атқару дегеніміз – тәрбиені ізгілендіру, мейірімді қарым-қатынас орнату. Мектептегі психологиялық қызметті жетілдіруде жаңашылдық мақсаты есебінде: оқушылардың біліктілік дағдыларын, ақыл мен ой-өрісін дамытуды, өнегелік, эстетикалық ортасын және практикалық әрекет ортасын қалыптастыруды танимыз.

### 3. Психолог, клиент және тапсырыс беруші ұғымдары

Білім беру мекемелеріндегі психолог-практиктердің іс-әрекетіне деген әлеуметтік тапсырыс, тұрғындардың психологиялық көмекке деген қажеттіліктерін сезіну дәрежесін сипаттайды.

*Тәжірибелеуші психолог* – бұл психологиялық міндеттер жөніндегі маман. Нақты психологиялық міндет психологқа клиенттің немесе тапсырыс берушінің тарапынан түскен тапсырыстан пайда болады. *Психологиялық тапсырыс* – клиенттің кенесшіге психологиялық көмектің нақты бір түрін табыс ету сұранысы.

Психологиялық көмек қарастырып отырған жүйенің бір деңгейі ретінде сол жүйеде байланыстырушы роль атқарады және гуманистік бағытталумен ерекшеленеді. Бұл факт психологиялық жұмыстың құпиялылық, еріктілік, жеке мүдде, адамдардың өз өміріне деген жауапкершілікті алуы, өзара сенім, қолдау, тұлғаны сыйлау сияқты қағидаларында көрініс тапты.

Жұмыс барысында клиенттің позитивті өзгерісі мен терапияға қарсы тұру күштері мен әдістері талқыланады.

Кейде позитивті өзгерістер мотивацияларын қалыптастыру үшін тұлғаны басқа әлеуметтік орындарға орналастырған жөн.

Мотивациялар мен жұмыс интервенцияның ажырамас бөлігі болып табылады. Маман позитивті өзгеріс мотивацияларын ынталандырудың клиент үшін тиімді, өзі үшін қол жетерлік

әдістерді таңдайды. Мұндағы клиентті бынтымақтастыққа итермелейтін басты фактор – маман мен клиенттің адалдық, жауапкершілік, қолдау мен құрмет негізінде құрылған жеке қатынастары.

Психологиялық көмектің екі басты бағыты бар: психологиялық первенция (ескерту, алдын-алу) және психологиялық интервенция (жеңу, түзету, қалпына келтіру). Психодиагностика – жұмыстың жеке бағыты, қызметтің қосымша әрі маңызды түрі. Аралық тәжірибелік мәселелерді шешетіндіктен міндетті емес болып табылады.

Психологиялық көмек адамдарға әрдайым қажет. Сондай-ақ, көптеген адамдар оны әруақытта алып отырды. Шамандар, тәуіптер, шіркеу, отбасы, достар, жеке дара психологиялық қабілетті тұлғалар қалайда психологиялық проблемаларды шешіп отырды. Алайда, тек жиырмасыншы ғасыр ғана практик-психолог мамандығының пайда болуына түрткі болған әлеуметтік тапсырысты қалыптастырды. Көп мөлшерде бұл адамның маңыздылығын, бірегейлігін және қайталанбастығын сезінумен міндеттеледі. Әрине, әлеуметтік тапсырыстың қалыптасуына, практикалық психологияға сұраныстың артуына қоғамдағы, экономикадағы, отбасындағыларға, жеке адамдардың тағдырларындағы дағдарыстардың ықпал еткені сөзсіз.

Сондай-ақ, психолог қоғамдық сананың қарама-қайшылығына көздерін отырады. Ол клиенттердің оның қызметінің мазмұны жайлы түсініктерінің бұлыңғырлығында көрінеді. Кейде психологтың кәсіби мүмкіндіктері абсолютеніп, тіптен жұмбарталса, кей жағдайларда оның іс-әрекеттерінің нәтижелеріне мәннен тыс сыни қатынас қалыптасады.

Психологтың мамандығына әлеуметтік тапсырыстың берілуі, қоғамдық сананың, оның кәсіби іс-әрекеттерінің мазмұны жайлы, адамдардың ешбір өзге әлеуметтік институттар ықпал ете алмайтын қиындықтарына көмектесу мүмкіндіктері жайлы қолайлы түсініктеріне негізделеді. Бұл процеске қазіргі заманғы адамдардың қиындықтарын талдайтын публистикалық және ғылыми-танымал әдебиет те ықпал етеді.

Психолог-маманның тәжірибесі психологтық қызметіне деген әлеуметтік тапсырыстың туындауына ықпал етеді. Сондай-ақ, ұлттағы психолог нақты қызметкердің немесе топ мінез-құлқының қарым-қатынастарының және іс-әрекетінің

ерекшеліктері оның назарын аударып, аландатса әрі ол сол ерекшеліктерді түзету немесе дамыту мақсатында олардың себептерін анықтау қажеттігін сезінсе, әрдайым бастамашылдық танытып, ол жөнінде алдына міндет қоя алады.

Мемлекет практикалық психологияның маңызды тапсырыс берушісі болып табылады. Дәл сол жағдай әр түрлі әлеуметтік және ұлттық топтардың қызығушылықтары мен қатынастарын үйлестіруді, тұрғындардың нақты қатпарларындағы өмірдің сапасын жақсартуды, адамдардың психикалық денсаулығын нығайтудың жағымды жағдайларын қалыптастыруды көздеген әлеуметтік саясатты жүргізуі тиіс. Бұл салада сәйкес мемлекеттік бағдарламаларынсыз шешілмейтін көптеген күрделі, негізінен жалпы ұлтқа ортақ проблемалар бар.

Қоғамдық-саяси қозғалыстар мен партиялар психологиялық қызметкерлердің ең жетекші тапсырыс берушілері болып табылады. Басшылық саяси процестегі психологиялық факторлар маңыздылығының және практикалық психологияның стратегиялық деңгейге көтерілгенінің қуатын сезінген сайын, саяси-психологиялық сипаттағы тапсырыстардың саны арта түседі.

Осылайша, психологтардың іс-әрекетіне әлеуметтік тапсырыстың қалыптасуы экономиканың, саясаттың, денсаулық сақтау және білім беру бөлімдерінің, сондай-ақ, қоғамдық өмір мен іс-әрекеттің басқа да салаларының адамдар мінез-құлықтарының психологиялық заңдылықтарын түсіну мен ескерудің толыққандылығына деген өспелі тәуелдігімен міндеттеледі. Тұрғындардың адам өмірінің құндылығын сезінулермен байланысты психологиялық мәдениеттерінің артқан деңгейі психологиялық қызметтердің маңызды бастауы болып табылады.

Психологтың қызметіне деген нақты сұраныс тапсырыс берушіге немесе клиентке байланысты болып, кәсіби қызметтердің аталмыш түріне деген әлеуметтік тапсырыстың көрініс беру формасын білдіреді. Психологтың қызметіне тапсырыс беру ұғымының астарында кеңесшілердің, психотерапевтердің және өзгеше маманданған психологтардың қызметін пайдалану даярлығында көрінетін кәсіби іс әрекеттің аталмыш формасының қажеттігін тиімді қоғамдық мойындау жағдайы анықталады.

Жалпы, мұндай тапсырыс күрделі ішкі немесе тұлғааралық проблемаға қатысты кеңес қажет болған психикалық дені сау адамдардан түседі. Әрине, психологқа проблемаларын өз бетінше

нене алатын, өмірін психологиялық зақымдайтын жағдайлардың пайда болуынан алдын-ала сақтандыра алатын адамдар келмейді.

Клиенттер мен тапсырыс берушілер де психологтың қызметіне тікелей тапсырыс беретіндер болып табылады. *Клиент* — бұл психологтан көмек алатын адам. Психологқа өзі, басқа адамдар немесе олармен өзара қатынастары жайлы психологиялық ақпаратты табыс ететін ересек адам немесе бала психологтың клиенті болып табылады. Ол өзін сол ақпараттың мазмұнына жауапты санайды, өйткені ол оның күйзелістері мен тиімсіз ойларының өнімі болып табылады. Сонымен бірге клиент психологиялық ақпаратты алушы да болып табылады, яғни дәл клиенттің проблемасын психологқа артпай өзі шешуі тиіс.

Оқушыларына қатысты мұғалімдер, балаларына қатысты ата-аналар, қызметкерге қатысты ұйымдардың басшылығы, аурулардың нақты категорияларына қатысты дәрігерлер, психологиялық сараптамаға мұқтаж айыпталушыларға қатысты сот органдары психологтың қызметіне тапсырыс берушілердің қатарына жатады.

Жалпы клиенттер тәжірибелеуші психологпен кездесуге, одан кеңес алуға немесе психотерапия сеанстарына өз бетінше келеді. Алайда, кейбір жағдайларда (жабық мектептерде, клиникаларда, түрмелерде) адамдарды психологқа олардың келісімінсіз бағдарлайды.

Клиентке қарағанда тапсырыс беруші психолог пен клиенттің арасындағы делдал іспеттес. Кейбір жағдайларда клиент пен тапсырыс беруші бір адам болуы мүмкін. Ондай жағдай психологқа түскен жеке-дара көмек, топтық (тұлғааралық) психодиагностика мен кеңеске ұласып, өзара қатынастардағы даудамайлардың шешілуін болжағанда орын алады. Тапсырыс беруші психологқа клиенттің әлеуметтік мәртебесінің, проблемасының өзіндік нұсқасын ұсынады. Кейде, ол көздеген психологиялық мерзіміне, көлемдеріне және кейбір басқа да ерекшеліктеріне қатысты жағдайлар жөнінде алдын-ала ескертеді.

#### 4. Психологиялық диагностика

1. Психологиялық диагностика туралы жалпы түсінік.
2. Психологиялық диагностика принциптері мен оның тәжірибе жүзіндегі негізгі мәселелері.
3. Психологиялық диагностика кезеңдері.

4. Психологиялық диагностиканың тиімділігінің өлшем бірліктері.

5. Психологиялық диагностика жүргізуші психологтың этикалық нормалары.

*Психодиагностика* – бұл психологтың клиентпен немесе топпен жұмыс жасайтын проблемаға тереңдеп енуі. Білім беру мекемелеріндегі психолог психодиагностикасы екі жақты мәртебеге ие. Біріншіден, ол практикалық психологияның салыстырмалы дербес бағыты болып табылады, демек, психолог кеңес беруде немесе психотерапияда маманданған өзге психологтардың тапсырыстары бойынша күрделі диагностикалық жұмыстарды орындап, сол салада мамандана алады. Екіншіден, психодиагностика психологтың клиентпен жүргізілетін жұмыстың міндетті сатыларының бірін құрайды. Екі жағдайда да психодиагностика адамдардың психологқа айта келетін өмірлік қиынықтарының диагнозын жасауға мүмкіндік беретін ұстанымдардың, әдістердің, әдістемелік тәсілдер мен процедуралардың кешенін анықтайды. Психодиагностиканың өзіне тән теориялық негізі бар. Оның негізінде оны теориялық пән ретінде қарастырады. Шынымен, идеялардың академиялық психологиядан психологиялық тәжірибеге едәуір қарқынды жылжуына ықпал етіп, психодиагностикамен теориялық тұрғыда айналысуға болады.

*Психодиагностика* дифференциалды психологияның ғылыми теориялары мен тестерді құрастырудың математикаланған технологияларына сүйеніп, нәтижесінде нақты практикалық міндеттерді шешу үшін психодиагностикалық әдістерді дайындап, пайдаланатын интегративті ғылыми технологиялық пән болып табылады (А.Г.Шмелев).

*Психодиагностика* оқу барысында тұлғаның белгілі сапасын өлшеу, осының негізінде диагноз қою т.б. жүзеге асырылады. Диагноздың екі түрін айтуға болады. Біріншіден, нақты бір белгінің бар болуын немесе болмауын констатациялау негізінде диагноз қою. Екіншіден, диагноз нақты сапаның көрінуі бойынша «континуум өсіндегі» зерттелінуші немесе зерттелінуші топтың орнын табуға мүмкіндік береді.



Психодиагностикалық әдістер зерттелінуші жайлы психологиялық диагноз құру үшін мәліметтерді тез және сенімді қамтамасыз етуге бағытталған.

Психологиялық диагноз - өзара байланысты психикалық қасиеттерді, қабілеттерді, мотивтерді, тұлғаның тұрақты ерекшеліктерінің кешенін құрылымдық бейнелеу. Қойылған диагноз зерттелінген қасиеттер мен сапалардың дамуы немесе коррекциясы бойынша тек мамандарға (педагог, практикалық психолог т.б.) ғана емес, зерттелінушінің өзіне де арналған нұсқаулармен жүруі мүмкін.

*Психодиагностика* оқу барысында (пайдаланылатын психодиагностика) толық психикалық және тұлғалық дамуды қамтамасыз ету негізгі мақсат болып табылады. Психологиялық әдістер көмегімен психодиагностикалау прогноз (болжау) жасау, яғни нақты белгілер бойынша анықталған тәртіп, мінез-құлық ерекшеліктерінің себебін ашып, оның болашағын жобалайды.

Психодиагностиканың функциялары: кері байланыс орнату, жұмыстың нәтижелілігін бағалау, өзара қатынас не коммуникация жасауға түрткі болу, болжам жасау. Психодиагностиканың міндеті: түрлі жағдайлардағы бір адамның реакцияларын немесе жалпы адамдар арасындағы айырмашылықтарды өлшеу. Психодиагностиканың құралдары: бақылау, эксперимент, өлшемлесу, психологиялық тестілеу, т.с.с. психодиагностиканың мәні: психологиялық ғылымда ашылған жалпы қасиеттер мен заңдылықтарға катысты адамның психикалық қасиеттеріне баға беру. Психодиагностиканың принциптері: бейнелеу, тұтастық, психикалық оқыту мен даму бірлігі, сана мен іс әрекет бірлігі, құбылыс пен мәнінің диалектикалық өзара байланысы және т.б.. Психодиагностиканың зерттеу кезеңдері: ақпарат жинау, ақпарат жалпылау, ақпаратты өңдеу, мәселені шешуге талпыныс. Психодиагностикалық іс-әрекет алгоритмі: тапсырыс қабылдау, болжам жасау, зерттеу жүргізу, прогностикалық диагноз құру, ақпаратты жариялау, коррекциялық бағдарлама құру.

Бұл бағыт мектепке дейінгі және мектептегі балалық шақтан барлық кезеңі бойынша баланы терең психологиялық-педагогикалық зерттейтін, жеке ерекшеліктерін, оқыту мен тәрбиелеуде бұзылу себептерін анықтайтын психологиялық қызмет бағыты болып табылады. Диагностикалық жұмыс жеке баламен және балалар тобымен жүргізіледі.

Психодиагностикалық бағыт бойынша психологиялық қызмет қыз-меткерлері келесі нақты міндеттерді шешеді:

1. Баланың психикалық даму барысын, оның жас ерекшелік нормативтеріне сәйкес келуін анықтау мақсатында баламен қажет болған жағдайда психологиялық зерттеулер жүргізіледі.

2. Тәрбие жұмысының барысында кәсіби және жеке өз-өзін анықтауда көмек ретінде, жеке ықпал студіі қамтамасыз ету мақсатында балалардың ерекшелігін, олардың қызығушылығын, қабілеттерін, бейімділіктерін зерттеу жұмыстары жүргізіледі;

3. Балалардың үлкендермен және құрбылармен қарым-қатынас диагностикасын жүргізеді және қарым-қатынастың бұзылуының психологиялық себептерін анықтайды.

4. Саласы сәйкес келетін мамандармен бірігіп, психикалық дамудағы әртүрлі ауытқулардың саралау (дифференциалдық) диагностикасын жүзеге асырады:

а) көбінесе медициналық және дефектологиялық жаратылысы бар бұзылуларды анықтау бағытында; ә) айқын көрініп тұрған әлеуметтік дөрекі мінез-құлық (қаңғыбастық, ұрлық, алкоголь мен токсикомания, наркомания, жыныстық бұзылу және т.б.) себептерін және түрлерін анықтау мақсатында жұмыстанады.

Мектептегі қызметін енді бастап жүрген психолог педагог-психологқа көмек ретінде «психодиагностика өткізу алгоритмін» (И.В.Дубровина) ұсынуға болады. Ол мынадай кезеңдерден тұрады:

Психологиялық кеңес берудің аясы қазіргі кезде өте қомақты болып отыр. Кеңес беру іс-әрекетінің этникалық қағидаларына: жауапкершілік, құпиялылық, клиентке деген сыйластық және оған баға бермеушілік (сынамаушылық) қатынас, кеңес айтуға тиым салу, кәсіби және жекелік қатынастарды шектей білу, клиенттің кеңес беру процесіне клиентпен бірге бойлап енулер жатады. Өз жұмысында практикалық психолог түрлі теориялар мен әдіснамалық тұрғыларға (ұстанымдарға) сүйенетіні белгілі: психоанализ, жеке-даралық психология, аналитикалық психология, трансактілі талдау, когнитивті терапия, гештальттерапия, гуманистік психология, т.б. Қандай да психологиялық тұрғыны таңдау психологтың жеке тұлғасы, кәсіби біліктілігі және іс-әрекетінің жеке-даралық стиліне байланысты болады. Білім беру саласындағы психологтың қызметі біздің пікірімізше, тек психологиялық ғана емес, әлеуметтік те әрекет болып табылады. Педагогтік процесс субъектілерінің жемісті түрде әлеуметтенуіне

көмектесетін іс-әрекетті біз әлеуметтік-психологиялық іс-әрекет деп атадық. Әлеуметтанудың мәні- бейімделу, интеграция, өзін-өзі дамыту, өзінің әлеуметтерін іске асыру процестерінен құралады. Әлеуметтік-психологиялық іс-әрекеттің негізгі міндеттері: білім алушыларды, олардың ата-аналары мен педагогтарды әлеуметтік қорғау, оларға әлеуметтік, дәрігерлік-психологиялық немесе психологиялық-педагогикалық көмек көрсету, оларды қалпына келтіру мен бейімделуін ұйымдастырудағы іскерлік; отбасында, білім беру мекемесінде, қоғамда оң қатынастарды орнату; тұлғаның өзін-өзі дамытуы және педагогтік процесс субъектілерінің қалыптасуына қажетті оңтайлы жағдайларды жасау; оқушы, оның ата-анасы, педагогтардың психикалық денсаулығын, мүдделерін және құқықтарын қорғауды қамтамасыз ету, білім алушылардың жалпы мәдениетін қалыптастыру, оларды өмірге бейімдеу; жасөспірімдерде өзін-өзі дамыту мен өзіндік айқындалуына қажеттіліктерін қалыптастыру; жоғары сынып оқушыларында мамандықты саналы таңдауына қажетті жағдайларды жасау.

Сурет-4. Психодиагностика өткізу алгоритмі



Психодиагностикалық зерттеу әдістерінің топтары. Психологияда әдістерді негізгі және көмекші деп бөледі. Негізгі

әдістерге бақылау және эксперимент әдісі; ал көмекшілерге: сұрақ-жауап әдістері, өзіндік бақылау әдісі, тест әдісі т.б.

Бақылау әдісінің тиімділігі, ол табиғи жағдайларда өткізіліп бағалаған адамдардың тәртібіне ықпал жасамайды. Бақылауды бір адаммен, сондай-ақ бір топ адамдармен жүргізуге болады. Осы әдісті қолдану барысында бақылау бағдарламасы болады, оған күтілетін іс-әрекеттер және реакцияларын зерттеуші тіркеп отырады.

Белгілі бір құбылыстардың өту ерекшеліктерін, оларда тұлғаның ұжымның адамдар топтарының көрілуінің алынатын нәтижелердің тән сипаттарын жүйелі түрде мақсаткерлікпен тіркеп отыру. Гутос не іріктеме қосындысы жай бақыланатын немесе бақылауға келмейтін, даралық немесе лабораториялық және т.б. болып табылады. Бақылаудың бірнеше түрлері бар. Сырттай бақылау – адамның тәртібі мен психологиясын сыртынан бақылау. Ішкі бақылау немесе өзін-өзі бақылау, еркін бақылау, стандартты бақылау.

Эксперимент әдісі психологиялық құбылыстар мен процестерді зерттеу үшін жақсы жағдай жасау мақсатымен зерттеушінің зерттелуші іс-әрекетіне белсенді қатысуын қарастырады. Эксперимент зертханалық және табиғи болып бөлінеді.

Қалыптастыру эксперименті зерттеушінің зерттелінушіге белсенді әсер ету үрдісінде адамның психикасында өзгерістер байқалатын жас ерекшелік және педагогикалық психологияда қолданылатын әдіс. Қалыптастыру экспериментті арнайы жағдаяттар арқылы заңдылықтарды, механизмдерді, динамиканы, психикалық дамудың тенденциялары, тұлға қалыптасуын ашады. Сондықтан қалыптастыру эксперименті психологиялық зерттеулер мен педагогикалық ізденіс және оқу тәрбиелеу процесінің эффективті түрлерін жобалаумен, қосуын қамтамасыз ететін баланың тұлға ретінде қалыптасу жолдарын, жағдайларын, қағидаларын зерттейді.

Сұрақ-жауап әдістері зерттеуші сұрақтарына зерттелінушінің нақты жауаптарын қарастырады. Мұнда жазбаша сұрақтар парактарға жазылады. Ауызша сұрақтар ауызша қойылады және интервью зерттелінушімен жеке байланыс орнатылады.

Тест әдісі қолданылған кезде зерттелінуші стандартталған қысқа сұрақтарға қандай да бір нұсқаны таңдай отырып жауап береді.

*Тест – психодиагностика құралы.* Психология қызметінде бүкіл тесттер құнды болып табылады. Тест-(ағылшынша – «test»-сынау) жеке тұлғаның даралық, психологиялық қасиеттерін, білімін өлшеуге арналған тапсырмалар психологиялық диагностиканың негізгі әдісінің бірі.

Жалпы қабылданған жіктеу талабы бойынша тесттер:

- қолдану мақсатына қарай-жалпы диагностикалық, кәсіби мықтылықты анықтау, іріктеу, арнайы мүдделерін анықтау;

- мінез-құлық толымсыздығына қарай – оқшауланған және тестік батареялар;

- психикалық ауқымды қамтуына қарай - интеллектуалдық және тұлғалық тестіден тұрады (еркін ассоциациялар тесті, өзіне өсеіп беру тесті, сауалнама мен сұрақтарға жауап беру тесті, жағдаяттық тест, жобалау тестілері);

- мазмұны бойынша жалпы дарындылық тесті, арнайы қабілеттер тесті, ақыл-ой әрекетінің сипатына орай вербальдық және бейвербальды, талдау-синтездік;

- жауап түрлері бойынша – ауызша және жазбаша;

- өткізілу нысанына, бір мезгілде зерттелетін адамдардың саны бойынша- даралық, топтық т.б. болып бөлінеді.

Диагностикалық тестілерді қолдану кезінде келесі талаптарды сақтау керек:

- 1.Мақсаттары, пәні және қолдану аймағы нақты анықталуы керек.

- 2.Тестілеудің және нәтижесін өңдеуге қойылған алгоритмді пайдалану.

- 3.Тест шкалаларының қолдануға сенімділігін тексеру.

*Тест типтері.* Тест мазмұны бойынша: ақыл-ой тестілері, қабілет тесттері, жетістіктер тесті және тұлғалық тесттер болуы мүмкін.

*Ақыл-ой тесттерінің* бір топ авторлары – Векслер, Равен, Амхауэр, Айзенк, В.Н.Бузин, Мейли, Стенфорд-Бине т.б. ғалымдардың тәжірибелері кеңінен пайдаланылады. Бұл тест адамның ақыл-ой өлшемін анықтауға арналған. Олар жайлы Д.Д.Столяренконың «Основы психологии. Практикум» оқулығынан және т.б. оқулықтардан табуға болады.

## Диагностикалық әдістемелер

Интеллектуалды даму	Шығармашылығы (креативтілік)	Басқа (негізгі себептер арнаулы мамандыққа)	Тұлғаның әлеуметтенуі
1. Бине-Симонның метрикалық шкаласы (5-18 жас)	1. Дж. Гилфорд тесті (10 жастан жоғары)	1. Негізгі қабілеттерге арналған А де Ханни, Г. Каф 6-8 жас	1. Р.Б Кеттел мен Р.В Коан тесті бастауыш сыныптарға арналған
2. ШТУР (К.М. Гурьевич) Ақыл-ой дамуына мектептік тест) 6-8 сынып	2. П. Торренс тесті (5 жастан жоғары)	2. ДАТ тестері дифференциалды қабілеттер 7-12 жас	2. Дж. Рензулли дарынды балалар тәртіп мінез-құлқының шкаласы
3. Р.Амтхауэр тесті (13 жастан жоғары)	3. Медник КАТ тесті (балаларға және ересектер үшін)	3. Р.Кеттел ДАТ тесті дифференциалды қабілеттер	3. Г. Хант. Әлеуметтік дарындылық тесті
4. Еркін мәдени тест Кеттел СТ (4 жастан жоғары)	4. Оқушылардың шығармашылық ойлауларының диагностикасы (10-14 жас)	4. «Мен өзімді қалай көремін» тесті	4. «Оқушыға мінездеме» әдістеме (А.И. Оксенов)
5. Айзенк тесті	5. Е.Е. Туник креативті тестері (Гильфорд пен Торренс тестерінің модификациясы 5-15 жас)	5. Бала дарындылығы жайлы жалпы көрініс «Сауалнама» (Савенков А.И балаларға арналған)	
6. Дж. Равен прогрессивті матрица (5-65 жас)	Е.Е Туник Вильстің модификациялық креативті тесті 5-17 жас.		
7. Векслер тесті WISK тесті 6-16 жас			
8. К. Россел GATB жалпы қабілет			
9 МЭДИС интеллектуалдық мүмкіндіктері			

## Психодиагностикалық және психокоррекциялық жұмыс

1. Психологиялық даму барысын немесе оның жекелеген жақтарын анықтау мақсатында оқушыларға психологиялық зерттеу жүргізеді.

2. Оқушыларға дер кезінде психологиялық көмек көрсету мақсатында олардың қабілеттерін, мүдделерін, бейімдіктерін зерттеуді жүргізеді.

3. Психологиялық тәсілдерді аймақтың елеуметтік, ұлттық, мәдени және басқа ерекшеліктерді ескере отырып жасайды, қолданады және бейімдейді.

Нақты міндеттерді шешуге бағынышты ақиқатты практикалық немесе теориялық меңгеру операцияларының біртекті амалдарының жиынтығы *әдіс* деп аталады.

Диагностикалық әдістердің бірнеше түрлері бар:

*Бақылау* – зерттелінген құбылыстың ерекшеліктерін сипаттайтын іріктелген бірліктерді (көрсеткіштерді, белгілерді) тіркеудің негізінде зерттелінген объектіні мақсатты жүйелі қабылдау. Практикалық психологиядағы бақылау – бұл клиенттің психологпен қарым-қатынасындағы вербальды және вербальды емес мінез-құлқын мақсатты, жүйелі қабылдау.

*Әңгімелесу* – психологтың сыналушымен серіктес қарым-қатынасының барысында сыналушының тұлғасы жайлы диагностикалық маңызды ақпаратты алатын зерттеу әдісі. Бұл әдіс көбінесе психологиядағы көмек көрсетудегі терапевтік әңгімелесу ретінде анықталатын клиникалық сұхбаттасу деп аталады. Әңгімелесудің барысында психологтың серігін билеген эмоциялы күйлерге ену, сезіну арқылы, оның тұлғасын және СӨЗ және басқа да құралдармен хабарланғанның барлығын бағаламай қабылдайтын – күйзеліс жолымен түсіну қабілетіне негізделген эмпатиялық тыңдау әдісі қолданылады.

Психолог іс-әрекетіндегі психодиагностикалық әдістер клиенттің проблемаларын зерттеуге бағытталады. Осы мақсатта стандартталған және тереңдетілген сұхбаттасу, бақылау (ең алдымен клиенттің вербальды емес мінез-құлқын), өзіндік бақылау (клиенттің күйзелістері, ойлары мен қиыншылықтары жайлы әңгімелесуі), тесттер, проективті әдістемелер, рөлдік және басқа да амалдар қолданылады.

## Психолог қолданатын негізгі әдістер классификациясы

Психологиялық	Әлеуметтік-педагогикалық	Педагогикалық
<p><b>Психодиагностикалық әдістер:</b> интеллект және қабілеттер тесті, тұлғалық сауалнамалар, жетістік тесттері, жобалық тесттер кескінді тесттер, социометрия.</p> <p><b>Психологиялық кеңес беру әдістері:</b> эмпатикалық тыңдау, интерпретация, идентификация, фасилитация, болжамдарды ұсыну</p> <p><b>Психокоррекциялық әдістер:</b> Психогимнастика, Ойындық түзетулер, Ойын терапиясы, Арттерапия, Диагностикалық үйретуші эксперимент, әлеуметтік-психологиялық тренинг, мінез-құлық, тәртіп тренингі</p> <p><b>Психотерапия әдістері:</b> Сугестия, өзіндік сендіру, рационализация, психоталдау, трансактылық талдау, топтық терапия, тәртіптік терапия, отбасылық терапия</p>	<p><b>Әлеуметтік тәрбиелеу әдістері:</b> Іс-қимылға итеру және араластыру әдістері, өнім алу әдістері, бекіту және байыту әдістері, бірлесе әрекеттесу және бірлескен шығармашылық әдістері</p> <p>Әлеуметтік-педагогикалық әсер ету әдістері: Санаға әсер ету, Сезімге әсер ету, Тәртіпке әсер ету</p> <p>Әлеуметтік-педагогикалық өзараәрекеттесуді ұйымдастыру әдістері: Мақсатқа бағытталған әдістер, Құндылық бағдар әдістері, әрекетті ұйымдастыру әдістері, қарым-қатынас әдістері, бағалау әдістері, өзін жүзеге асыру әдістері</p>	<p><b>Ұйымдастыру әдістері:</b> Педагогикалық эксперимент</p> <p><b>Педагогикалық диагностикалау әдістері:</b> Педагогикалық бақылау, Табиғи эксперимент</p> <p><b>Оқыту әдістері:</b> Сөздік (әңгімелесу, түсіндіру, пікірсайыс, дәріс); Көрнекілік (иллюстрация, демонстрация, оқулықпен жұмыс); Практикалық (жаттығулар, лабораториялық және практикалық жұмыстар, дидактикалық ойындар, шығармашылық талсырмалар мен проблемалық жағдайлар).</p> <p><b>Тәрбиелеу әдістері:</b> Жағымды үлгі, Сендіру, Мадақтау және жазалау, Жаттығу, Болашаққа сендіру, Ойын, Сенім, Жетістікті ұйымдастыру, өзіндік тәрбиелеу</p>

Креативтілікті анықтау тестілері—тұлғаның шығармашылық қабілеттерін зерттеп, бағалауға арналған әдістемелер жиынтығы.

Креативтілік (латынша-«жасау»)- адамның шығармашылық дарын деңгейі, шығармашылық қабілеті, айрықша идеялар беруге ойлаудың дәстүрлі сымбаларынан басқа жол табуға, проблемалық жағдаяттарды тез шешуге қабілеттілік зияттылық қабілеттерінің арасында ерекше тип деп сараланып, креативтілік деп аталады. Торренс, Гилфорд т.б. авторлардың осы бағыттағы тестілерін де жоғары атанған оқулықтардан табуға болады.

Тұлғаның типологиялық ерекшеліктері анықтауда Айзенктің темпераментті анықтау тесті, А.Беловтың «Темперамент формуласы» тесті, Я.Стрелжудың темпераментті зерттеу тесті, Тенпинг – тест жүйке-жүйесінің ерекшеліктерін анықтау; Сандар тесті «Социотип» (В.Мегель, А.Овчаров), «Мінездің индентуациялары» Шмишек бойынша; Р.Кеттелдің тұлғаны «копфакторлы зерттеу» әдістемесі т.б. бар.

Диагностикалық әдістер психокоррекция мен психотерапияның тиімді және ақырғы нәтижелерін бағалауда да қолданылады.

Диагностикалық процедуралар практикалық психологияның түрлі мектептер мен бағыттарда қолданылады.

Диагностика психологиялық қорытынды құрастырумен-мен бірге психологиялық проблемаларының сипаттамасын, оларды тудырған себептерді және де оларды шешудің ықтималды бағыттарын көрсетумен аяқталады.

### 5. Психологиялық алдын алу

1. Психологиялық профилактика жайлы түсінік
  2. Психологиялық алдын алу жұмысының мақсаты мен міндеттері
  2. Психологиялық, педагогикалық консилиум
  3. Психологиялық алдын алу жұмысының мазмұны.
- Әлеуметтік-психологиялық алдын алу жұмыстары.

Осы кезеңде психологиялық алдын алу түсінігіне көптеген анықтамалар беріліп жүр. Психологиялық алдын алу – бұл психикалық аурулардың пайда болуының алдын алу, жүйке-психикалық ауруларды төмендетуге бағытталған шаралар жүйесі. Психологиялық алдын алу – дезадаптацияның алдын алу мақсатында мекемеде жағымды психикалық климат құруға, психологиялық құлдырау, зорығудың алдын алуға және болдырмауға бағытталған жұмыс. Психологиялық алдын алу –



адамның психикалық денсаулығын сақтауға, шынықтыруға және дамытуға бағытталған практикалық психологтың арнайы іс-әрекет түрі. Психологиялық алдын алу – жекелеген адамдарда немесе топтарда қандай да бір психологиялық қиындықтардың алдын алуға бағытталған психолог жұмысы. Б.Қалиева психологиялық алдын алуды индивид психикасының дамуына және психологиялық денсаулықты арттыруға бағытталған тәжірибелік психолог пен психология пәні оқытушыларының іс-әрекетінің ерекше түрі деп қарастырады.

Е.Р.Оспанованың көзқарасы негізінде психологиялық алдын алу бұл:

1. Жүйке-психикалық және психосоматикалық денсаулықтың бұзылыстары, әлеуметтік кикілжіндердің, тұлғаның үйлесімді дамымауы, психологиялық анышарттары бар оқығудың, тәрбиенің, қарым-қатынастардың қиындықтары сияқты әрқилы проблемалардың алдын алуға ықпал ететін іс-шаралардың жүйесі;

2. Нұсқалған қиындықтар мен заңдылықтарды зерттейтін дәрігерлік және практикалық психологияның саласы.

Психологиялық алдын алу міндеттері: жаңа әлеуметтік ортаға келген адамның бейімделуіне көмектесу; білім беру процесінің дұрыс іске асырылуына жағдай жасау; оқудың не кәсіби іс-әрекеттің келесі деңгейлеріне өтуге жекелеген не топты даярлау. Психологиялық алдын алу мазмұны: тұлғалық дамуға қаншалықты сәйкес келетіндігін анықтау үшін өмір және жұмыс жағдайларын талдау; психологиялық қиындықтарға ұшырайтын немесе өздері қиындық тудыратын адамдардың психологиялық ерекшеліктерін анықтау; тұлға дамуында болуы мүмкін кемшіліктердің алдын алу; жағымды психологиялық климат құру; әріптестер арасында жағымды климат құру; еңбек және өмір жағдайларының өзгерістерінде дезадаптацияны болдырмау, бейімделуге көмектесу. Психологиялық алдын алу бірнеше аспектіде қарастырылады: ғылыми, қолданбалы, практикалық және ұйымдастырушылық. Психологиялық алдын алу әдістері: сұхбаттасу арқылы коррекциялық жұмыстар, жалпылық, топтық зерттеулер, халықты ақпараттандыру, психологиялық педагогикалық консилиум, т.б.

Мәселен, ауытқушы мінез-құлықтың алдын алу көбіне жасөспірімдік кезеңнің мысалы ретінде қарастырылады. Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымы (ВОЗ) бірінші, екінші, үшінші ретгі алдын алу жұмыстарын ұсынады. Бірінші ретгі

профилактика белгілі бір құбылысты туындататын жағымсыз факторларды жою және тұлғаның осы факторларға деген тұрақтылығы деңгейін арттыруға бағытталады. Алдын алудың бұл түрі жасөспірімдер арасында кеңінен қолданылады. Екінші ретті алдын алу жұмыстары - жүйке-психикалық ауытқуларды ертерек анықтау және "тәжірибе тәуекел топпен" жұмыс істеу. Үшінші ретті алдын алу – мінез-құлық ауытқушылықтарымен бірге жүретін жүйке-психикалық ауруларды емдеу сияқты арнайы мәселелерді шешеді. Сонымен қатар, девиантты мінез-құлық қалыптасқан тұлғалардың ауруларының қайталануын ескерту мәселелеріне де бағытталуы мүмкін.

Психологиялық алдын алу жұмыстары осы үш деңгейлер кезінде жүрі мүмкін. Оның бірнеше түрі бар:

- әлеуметтік ортаны құру (отбасы, әлеуметтік топ, нақты тұлға) және оларды қамтиды: салауатты өмір салтын қалыптастыру жөніндегі әлеуметтік жарнамалар, БАҚ, жастар субмәдениетімен жұмыс;

- ақпараттандыру (дәрістер, сұхбаттар, арнайы әдебиеттер мен видеофильмдерді тарату);

- әлеуметтік маңызды дағдыларға бейімдеу.

Психологиялық ағарту: қоғамда психологиялық ақпараттың әлі жеткіліксіздігі байқалады, ол әсіресе практикалық психология аяғында айқын сезіледі, ал бар мәліметтердің көпшілігі орыс тілінде болып отыр. Осының салдарынан адам психологиялық білімді өркін пайдалана алмайды. Яғни, ол педагогикалық және отбасылық қиыншылықтарда, жаңа ортаға бейімделуде, кәсіби құлдырау, зорығуда, қарым-қатынастың нәтижесіз сәттерінде, өзін-өзі психологиялық дұрыс ұйымдастырылуын қадағалауда және т.б. кездерде өзін-өзі және айналасындағыларға да көмек көрсете алмайды. Сондықтан, психологиялық білімді арттыру маңыздылығы артып тұр, ол өмірдің көп жақты жағдайларына тез бағдарлануға, психологиялық проблемаларды шешуге көмектеседі.

Психологиялық ағартудың мақсаты: өмірлік іс-әрекет барысында адамның әлеуметтік-психологиялық білімді меңгеріп, қолдануына жағдай жасау. Психологиялық ағартудың міндеті: өзін-өзі тануға, өзіне көмек көрсете алуға, психологиялық өзіндік білімін арттыруға, психологиялық мәдениетті негруге, психологиялық көмекке тұрағысын қалыптастыра алуға баулу шарт, яғни психологиялық білім, дағды, біліктілікті арттыра отырып, адамның

психологиялық мәдениетін көтеру. Психологиялық ағартудың функциясы: психология негіздерімен таныстыру; зерттеу нәтижелерін түсіндіру, тұлғалық даму үшін психологиялық білімге қажеттілігін ояту және оны күнделікті өмірде, іс-әрекеттерде қолдану; өзіндік реттеу, өзіндік тану дағдыларының маңыздылығын көрсету, практикалық психологияның мәнділігін түсіндіру. Психологиялық ағартудың талаптары: берілетін ақпарат анық және түсінікті болуы шарт; оның практикалық мәнділігі болуы керек; арнайы күрделі терминдерді қолданбау не оларды жеке талқылап барып қолданған абзал. Психологиялық ағартудың формалары: дәрістер, әңгімелесу, семинарлар, әдебиеттер көрмесі, ақпараттық стендтер, фильм көрсетіп тапсау, образдары психологиялық талдау, сабақты психологиялық талдау. Психологиялық ағартудың әдістері: Е.Мақашева бойынша сөздік оқыту, проблемалық оқыту, семантикалық үңілу, проект әдісі, бақылау, эксперименттік, дифференциалдық психология әдістері, дискуссиялар, ойын, сензитивті тренинг, шығармашылық жағынан өзін көрсету, экспрессия, интроспекциялық талдау, М.В.Буланова-Топоркова және т.б. пікірлеріне сәйкес нақты жағдайды талдау; имитациялық жаттығулар; рөлдерге бөлініп ойнау; семинар-пікірталас; іскерлік ойыны; дискуссия; миға шабуыл; әлеуметтік психологиялық тренинг. Психологиялық ағартудың нәтижелері: психологиялық білім мен дағдылар адамның өмір жолында кездесетін қиындықтарды шеше алуына, жеңуіне, әлеуметтік-психологиялық дамуына ықпалын тигізетіні анық [38].

*1. Психопрофилактикалық жұмыстар* жүргізудің мақсаты мектеп мұғалімдеріне жүйелі түрде психологиялық кеңестер бере отыра, олардың психологиялық сауатын көтеру. Оқушыларда кездесетін психикалық ауытқушылықтың алдын алу шараларын жүргізу, бала психологиясындағы өзгерістер туралы ата-анаға дер кезінде психологиялық кеңестер беріп, олардың алдын ала сақтандырып отыру.

Мектеп жағдайындағы психопрофилактикалық жұмыстарға жататындар:

1. Балалардың мектептегі оқуға психологиялық даярлығын анықтау (ес, зейін, ерік, ойлау, сөйлеу, қабылдау т.б.)

2. Бастауыш сынып оқушыларының мектептегі оқуға тез бейімделуін анықтап, ата-аналар мен ұстаздарға ұсыныстар беру.

3. Оқушылардың сыныптан сыныпқа көшу барысындағы психологиялық ерекшеліктеріне зерттеу жүргізіп, психологиялық аяшындаумен ауытқушылықтарды анықтап, оны жоюға бағытталған шаралардың бағдарламасын жасау.

4. Оқушылардың әрбір психикалық процестерінің, сезімі мен еркіндігі, қабілеті мен мінезінің дамуына үзбей зерттеу жүргізіп, ұсыныстар беру.

5. Арнаулы бағдарламамен жұмыс жүргізуді қажет ететін оқушылар үшін пән мұғалімдерімен бірлесе отырып, арнаулы бағдарламалар дайындау.

6. Интернат типіндегі мекемелерге қабылданатын оқушылар үшін арнайы психологиялық зерттеулер жүргізіп, олардың өзіндік ерекшеліктерін анықтау.

7. Оқушылардың тұрмыс жағдайларына, оқу-тәрбие процесінің ерекшеліктеріне (күрделілік, олқылықтар, мұғалімнің өзіне тән психологиясын түсінбеу т.б.) байланысты олардың жүйке жүйесінің бұзылуынан алдын алу.

8. Педагогикалық ұжымда үйлесімді психологиялық ахуалды қалыптастыру, ұстаздар мен оқушылардың, ата-аналар мен педагогдардың арасында сенімді байланысты қалыптастырып, психологиялық ынтымақтастықты орнату.

Психологиялық алдын алу жұмысының негізгі қиындығы-педагогикалық ұжымның психопрофилактиканың қажеттілігін түсінбеуінде. Мектепте әр түрлі проблема бастан асып жатса да, психологиялық қызмет сәттік проблемаларды шешу арқылы халық аяарту жүйесіне ешқандай пайда әкеле алмайды, ол болашақта тууы мүмкін күрделі құбылыстарды алдын ала болжап, содан сақтандырып отыруға міндетті.

Психологиялық алдын-алуға басшылық толықтай психологтын қолдану. Білімге сүйенсе отырып, ұжымда қалыпты дамуға қолайлы жағдай жасау үшін өзі ақыл кеңес беріп отырады.

Білім беру мекемелеріндегі психологтың алдыналу жұмыстарының мазмұны:

\* Әр даму кезеңіндегі балалардың психологиялық және аяарлық ерекшеліктерінің қалыпты жағдайда жетілуі үшін оқу тәрбие процестерін қадағалайды. (Сабақтың бағдарламаларға сай ұйымдастыру, балалардың батылсыздығын жою).

\* Психологиялық климат.

• Дағдарыс кезеңдеріне және дамудың 1-сатысы мен 2 сатысына өту уақытында тууы мүмкін қиындықтардың алдын-алу.

2. Психологиялық алдын-алудың болашағы зор әдістерінің бірі-психологиялық, педагогикалық консилиум. Педагогикалық консилиумдағы психологтың міндеті – балалардың интеллектуалды дамуына, жеке басының негізгі қасиеттеріне, көңіл-күйіне, танымдық қызығушылықтарына тәрбиешілердің бір жақты қарауына жол бермеу. Ең бастысы- балалардың алдағы уақыттағы дамуына байланысты қарым-қатынас жасап, қажетті жұмыс бағдарламасын белгілеу керек. Педагогикалық консилиум әр баланың мүмкіншілігін объективті түрде бағалап, белгілі сапаларды жетілдіруге және табылған қиындықтар мен кемшіліктерді жоюға арналған жұмыс бағдарламасын ұйымдасқан түрде жасайды.

Педагогтарда белгілі бір бала туралы қатаң әрі бір жақты пікір жиі қалыптасады. Бұл пікірді өзгерту қиынға түседі. Бала не істесе де, оның қылығы теріс қабылданады. Сондықтан педагогикалық консилиум өткізу үшін психолог мұқият түрде дайындалып, бірқатар міндеттерді шешуге күш жұмсауы керек.

1. Педагогикалық ұжымға баланың жақсы жақтарын баса көрсету керек. Психодиагностикалық бақылаудың әдістеменің нәтижелерін көрсете отырып, дәлелдеп, баланың жеке басының проблемаларының шығу себептерін түсіндіріп беруі керек.

2. Психологтың бала туралы пікіріне әрбір тәрбиешінің түсініп, сенуіне қол жеткізу. Бұл қиын міндет. Оны өте абайлап, бірте-бірте, консилиумды өткізгенге дейін шешу керек.

#### *Психопрофилактикалық жұмыс.*

1. Оқушылардың, педагогтардың, ата-аналардың арасында психологиялық-педагогикалық білімдерді насихаттау.

2. Психологиялық диагностика көмегімен тұрғалық дамудағы кері өзгерістерді анықтайды және анықталған өзгерістерді болдырмау мен бейтараптандыру жөнінде педагогикалық ұжымға ұсыныстар әзірлейді.

3. Психологиялық диагностика көмегімен педагогикалық босаңсып кеткен балаларды анықтайды және оқытушыға олардың дамуын түзетудің жеке жоспарын жасауға көмектеседі.

4. Мектеп оқушыларына арналған психологиялық үйірмеге жетекшілік етеді.

5. Мектептің педагогикалық кеңесі мен ата-аналар үшін нашақорлық, маскүнемдік, шылым шегу, токсикомания, жыныстық

бузылушына, т.б. мәселелер бойынша ұсыныстар әзірлейді, кеңес береді.

6. Мектеп әкімшілігіне, педагогтарға, ата-аналарға, оқушыларға психологиялық артық жүктемені болдырмау, жүйке ауруларына ұшырамау туралы, олардың алдын алу мәселелері бойынша кеңес береді.

7. Мектеп ұжымында жайлы ахуал туғызу бойынша іс-шаралар атқарады.

8. Кітапхана қызметкерлеріне психологиялық-педагогикалық әдебиетті жинақтауға көмектеседі.

## 6. Психологиялық сауаттану

Білім беру саласындағы психологтың қызметі тек психологиялық ғана емес, әлеуметтік-психологиялық әрекет болып табылады (Обуова И.А., Бейсенова Ж.). Әлеуметтенудің мәні – бейімделу, интеграция, өзін-өзі дамыту, өзінің әлеуметтерін іске асыру трансфертінен құралады.

Әлеуметтік-психологиялық іс-әрекеттің негізгі міндеттері: білім алушыларды, олардың ата-аналары мен педагогтарды әлеуметтік көрсету, оларға әлеуметтік, дәрігерлік-психологиялық немесе педагогикалық-психологиялық көмек көрсету, оларды қалпына келтіру мен бейімделуін ұйымдастырудағы іскерлік; отбасында, білім беру мекемесінде, қоғамда оң қатынастарды орнату; тұлғаның өзін-өзі дамытуы және педагогикалық процесс субъектілерінің жеке дамуымен қатынастыруына жағдай туғызу, яғни тұлғаны қолдау, өзінің дамуына түрткі беріп, даму жағдайларын қамтамасыз ету; білім беру процесі субъектілерінің қалыпта дамуына қажетті оңтайлы жағдайларды жасау; ақуына, олардың ата-анасы, педагогтардың психологиялық жетілдірілуін, мүдделерін және құқықтарын қорғауды қамтамасыз ету; білім алушылардың жалпы мәдениетін қалыптастыру, оларды өмірге бейімдеу, жасөспірімдерде өзін-өзі дамыту жалпы мәдениетін қалыптастыру; жоғары сынып оқушыларында өзіндік дамуына қанағат таңдауына қажетті жағдайларды жасау.

### Психологиялық ағарту үшін:

1. Тәрбиеші мен ата-аналарды баланың психологиясы мен педагогикалық психология, әлеуметтік психологияның негіздерімен таныстыру керек.

- Жаңа психологиялық зерттеулердің нәтижелерін ұсынып, түсіндіру.

- Психологиялық бөлімдерге қажеттілікті қалыптастыру: оны балалар мен жұмыста қолдануға баулу. Бұл орайда лекция, әңгіме семинар, керме, әдебиеттер бұрышын ұйымдастыруға болады. Бұл жұмыстың бәрін психологтың өткізуі міндетті емес, ол арнайы мамандарды шақыруына болады, бірақ бәрінің мазмұнын білім беру мекемелеріндегі психолог анықтайды.

- Мектеп психологының әрекетінің негізінде Гиппократ айтқан «зиян келтірме» деген ұстаным жатуы керек.

- Тиісті әр мүмкіншілігінше мінез-құлық шараларын сақтау ұстанымы.

- Зерттеу нәтижелерін дабыра қылмау. Психолог кәсіптік құпияны жариялауы қылмыс болып табылады. Себебі, медициналық ауру еркінен тыс бақытсыздық деп саналса, психологиялық ауру адамның жеке басының кемшіліктеріне әкеп саяды. Оған аурудың өзі, не жақындары кінәлі сияқты.

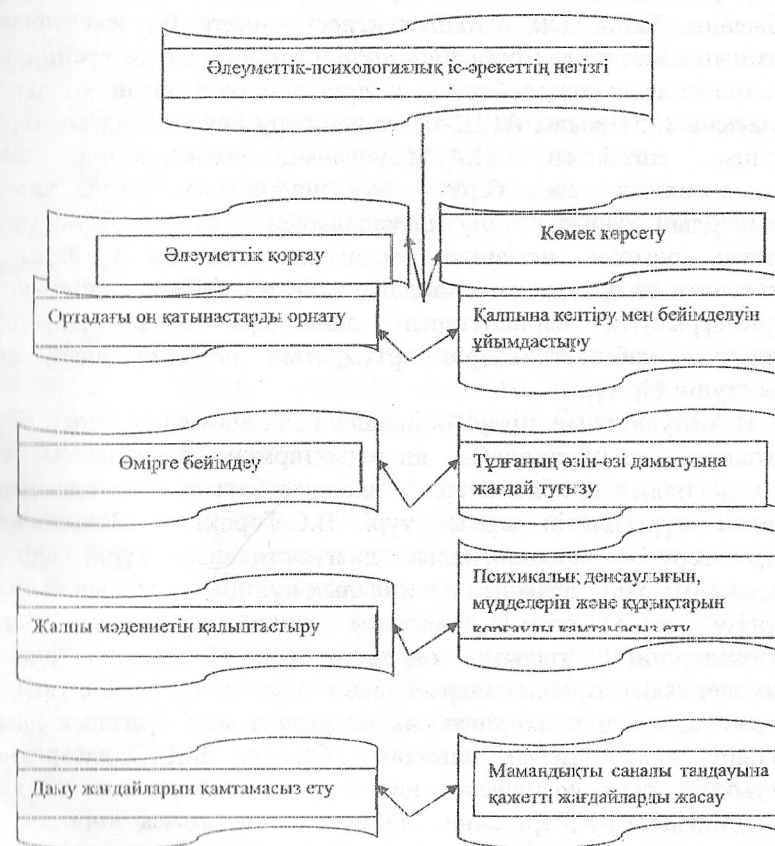
Қазіргі кездегі білім беру мекемелеріндегі психолог, оқу-тәрбие процесінің мүшесі ретінде өзара күрделі қарым-қатынас жүйесінде болады: бала (оқушы), мұғалім (тәрбиеші), ата-аналар, әлеуметтік педагог, басқаша айтқанда психологтың әлеуметтік-психологиялық іс-әрекеті іске асырылады.

Қарым-қатынас принциптері: өзара сенім мен құрмет, өзара қолдау мен көмек, бір-біріне төзімділік пен шыдамдылық таныту. Бұл педагог пен ата-аналарға балаларда өзін-өзі тани білу және таныта білуге қажетті сапалар мен қасиеттерді қалыптастыруға мүмкіндік жасау үшін күштерін біріктіруге көмектеседі. Өзара қарым-қатынастағы сынып жетекшісінің негізгі функциялары: ата-аналарды мектеп ұйымдастыратын оқу-әдістемелік процестің мазмұнымен және әдістемесімен таныстыру; ата-аналарды психологиялық-педагогикалық жағынан хабардар ету; ата-аналарды балалармен бірге жасалатын әрекеттерге тарту; жекелеген оқушылардың отбасындағы тәрбиесіне түзету енгізу; ата-аналардың қоғамдық ұйымдарымен қарым-қатынаста болу; педагогтардың, ата-аналар мен балалардың бірлескен әрекеті табысты болу үшін барлығы да бірлескен іске оң көзқарас танытып, ұйымдаса, бірлескен жоспарларды жүзеге асырып, ол әрекеттің қорытындысын шығарып отыруы тиіс. Қарым-қатынас балаға

бірінші талап қою, бірлескен әрекеттерді ұйымдастыру баланың отбасындағы және мектептегі жүріс-тұрысын зерттеу, оның даму бағдарламасын жасаудан да тұрады.

Сонымен, білім беру саласындағы психологтың (педагог-психолог) кәсіби-әрекетін білім алушылар, олардың ата-аналары, педагогтар мен педагогикалық процеске басқа да қатысушылардың психикалық денсаулығын нығайту және дамыту іс-әрекеті деп қарастыруға болады.

Сызбанұсқа. Әлеуметтік-психологиялық іс-әрекеттің негізгі міндеттері (Әбеуова И.А., Бейсенова Ж. бойынша)



## 7. Психологиялық кеңес беру

1. Психологиялық кеңес берудің тарихы және негізгі ұғымдары.

2. Қазіргі кездегі психологиялық кеңес беру туралы түсінік. Кеңес берудің мақсаттары.

3. Психологиялық кеңес берудің негізгі кезеңдері.

Психологиялық кеңес беру ресми емес формада достық, туысқандық сияқты байланыстар негізінде және кәсіби жағдайларда емшінің, мұғалімнің т.б. ақылы, кеңесі, жәрдемі, колдауы, қалыптауды, жетекшілік жасауы сияқты адам өмірінде ежелден-ақ белгілі орын алады. Психологиялық кеңес беру ұғымы бірнеше мәнге ие болады: қарым-қатынас процесінде жақын туыстардың, дос-жарандардың және т.б. бір-біріне беретін ақылдары болып табылады. Екіншіден, психолог кеңесі - нақты бір жағдайлардың адамның мінез-құлқы бойынша пікірін білдіру деп те түсіндіріледі. Психологиялық кеңес беру – қазіргі психологияның қолданбалы аймағына 1951 жылы АҚШ-та «кеңес беру психологиясы» термині ретінде енгізілген. И.А.Абеуованың көзқарасына сәйкес, психологиялық кеңес беру – бұл психикалық дамуы қалыпты адамдардың өзін-өзі тану шекараларын кеңейтуге мүмкіндік беретін, осының негізінде басқаларға қатысты бағдары мен қатынасын өзгертуге және қандай да бір жағдайларда мінез-құлық, жүріс-тұрыстың варианттарын ойластыра алып, тиімділерін қолдануға қабілеттіліктерін арттыратын психологиялық көмек көрсетудің бір түрі.

И.А.Мусинаның пікірі бойынша психологиялық кеңес беру – тұлғалық қатынастардағы қиындықтармен байланысты түрлі психологиялық проблемаларды шешуге бағытталған адамдармен тікелей жүргізілетін жұмыс түрі. В.С.Торохтий психологиялық кеңес беру – психологиялық диагностиканың түрлі әдістерін қолдана отырып, адамның психикалық күйінің жағдайын талдауды жүргізу және оған объективті мәліметтер мен олардың нәтижелерінің ғылыми өңделуін ұсына отырып, адамның психологиялық проблемаларын шеше алуына түрткі болуы керек, сондай-ақ, оның психологиялық мәдениеті мен тұлғалық дамуын арттыру қажет деген анықтама берген. Б.Д.Карвасарскийдің айтуынша, психологиялық кеңес беру – проблемалық жағдайды шешудіңіздістіру барысында адамға кәсіби көмек көрсету. С.Б. Головин психологиялық кеңес беру – адамды мазалайтын



проблемаларынан алдын-ала зерттеу негізінде кеңес және нұсқау түрінде практикалық психологиялық көмек көрсету формасы деген тұжырым айтады. А.А.Осипова психологиялық кеңес беру – психологиялық қиындықтарды, тәртіптің адаптивті емес тәсілдерін түсіндіру негізінде психологиялық көмек көрсету.

Психологтар кеңес беру процесінде ықпал етудің сәйкес әдістерін қолданады. Кері ақпараттың ұсынылуы – клиенттің өзінің әрекеттерінің, сезімдері мен ойларының нәтижелерін қабылдау және бағалау дәдімдарын арттыруға негізделген әдіс. Ол клиентте өзінің мінез-құлқына деген әлеуметтік реакцияларына сезімталдығы төмендегенде немесе зақымданғанда, не болмаса ол әлеуметтік ортаның әлеуметтік үйреншікті ортасында тіршілік етсе ерекше пайдалы. Психологтың *кері байланыс* каналдары бойынша берілген жауаптары кеңес беру процесінде аса маңызды рөл ойнайды, олардың көмегімен клиенттің ақпаратты беру процесіне ықпал етіледі.

**Кері ақпараттың ұсынылуы нақты ережелерге бағынады:**

- Мәйлінше клиенттің нақты әрекеттерін еске алу;
- Оның әрекеттерін тудыратын сезімдерді сөз ету;
- Клиент мінез-құлқының жағымды әрі жағымсыз салдарын көтеру;
- Клиент тұлғасының оның өзінің құзырындағы қасиеттерін пайдалану.

Кері ақпараттың бағалар, кеңестер мен тиымдар түрінде ұсынылуы, сондай-ақ, тұлғаның маңызды қасиеттеріне нұсқау, шешімдердің сыншылығы кеңес беру процесін біршама қиындатады және оны ажыратуы да мүмкін.

*Интерпретация* – кеңес берудің келесі әдісі болып табылады. Бұл клиенттің теорияның немесе психологтың жеке тәжірибесінің негізінде жағдайды жаңаша альтернативті елестетуі. Интерпретация клиенттің айтықандарына немесе көрсеткендеріне, сондай-ақ, қарым-қатынас процесінде диагностикалық әдістемелер мен процедуралардың көмегімен анықталғандарға жанаша түсініктеме беру – таңқылау түрінде жүзеге асуы мүмкін. Интерпретация кеңес берудің басқа әдістерінің негізі болып табылады. Сондай-ақ, ол клиент көңіл-күйі мен мінез-құлқының өзгеруіне де ықпал етеді.

Себептердің ақиқатқа сай түсіндірілуі және проблеманың максималды шешімдерінің ұсынылуы кеңес берудің маңызды әдісі болып табылады. Ықтималды шешімдерінің ұсынылуы- тиімді кеңес берудің негізгі талабы болып табылады.

Кеңес – бұл шешімге әкелетін шешімдерді немесе әрекеттерді ұсыну. Адам оған неғұрлым мұқтаж болса, ол соғұрлым жақсы қабылданады.

Психологтар кеңес беру барысында клиенттің проблеманы өз бетінше шеше алатынына деген сенімділікті қалыптастыру үшін «оған өз таңдауы үшін жауапкершілікті өз мойнына алуға көмектесу» деп аталатын әдісті қолданады. Психолог-кеңесшінің басты мақсаты – клиенттің проблеманы өз бетінше шешуіне көмектесуінде. Психологиялық кеңес берудің мақсаты- аман-саулық сезіміне жеткенше адамға көмектесу; стрессті жеңілдету, өмірлік дағдарыстарды ашу; күрделі жағдаяттан шыға білу қабілеттерін арттыру; өз беттімен шешім қабылдауға үйрету. Психологиялық кеңес берудің міндеттері: адамды тыңдау; эмоциялық күйлерін жеңілдету; нені қалай өзгертуге болатындығы жайлы көмек беру; адам үшін психикалық сау, қалыпты жағдай жасау; клиенттің даралық-психологиялық ерекшеліктерін анықтау; ақпаратты дұрыс жеткізу; проблеманың жағымды жағын көре білуге баулу; адамның құндылық-мағыналық бағдар аймағын зерттеу және оған әсер ету; тұлғалық ресурстарды безендіру. Психологиялық кеңес беру түрлері: теориялық бағыты, жасерекшелік, клиент саны, психологиялық проблемасы, қолдану аймағы, шешілу міндеттері, қатынас ерекшелігі, проблема типтері бойынша жіктеледі.

Психологиялық кеңес беру-клиенттің жеке өмірінде, кәсіби іс-әрекетінде, оқуында және басқа да жағдайларда кездескен психологиялық проблемаларын шеше алуы үшін мінез-құлықтың бейімсіз тәсілдерін, психологиялық қиыншылықтарды түсіндіретін психологиялық көмектің түрі.

Кеңес беру бұл – адамның проблемаларын зерттеуге, кикілжіңдерін түсінуге, жағдайды меңгерудің жаңа тәсілдерін іздестіруге көмектеседі. Психолог жағдайды өзгерту процесін тікелей басқара алмайтын, бірақ өзгертуге әрекеттенгенде кеңес беріледі. Кеңес беру психологиясы психологиялық кеңес берудің теориялық негізін құрайды.

Кеңес беру психологиясы – психолог-кеңесші мен клиенттің арасындағы арнайы құрылған қарым-қатынастың барысында психологиялық проблемаларды тудыратын себептер түсініктемесінің, сондай-ақ, клиенттің ішкі және тұлғааралық проблемаларды неғұрлым епті шешуіне мүмкіндік беретін әдістердің табылуынан бастау алады.

Психологиялық кеңес берудің: клиникалық басқарушы, ұйымдастырушы, педагогикалық сынды адамдардың тәжірибенің ондай саласында психологтың кеңесіне мұқтаж болуларына байланысты т.с.с. көптеген түрлері бар. Ағылшын психологы М.Хорберт «сіз кеңесшілерді мектептерде, өндірістік кәсіпорындарда, ауруханаларда, әлеуметтік қызметтерде кездестіре аласыз, неке, ажырасу мәселелері жөнінен кеңесшілер болады; ата-аналарға, студенттерге, зейнеткерлерге кеңес беріледі».

Клиент бастапқы диагностика үрдісінің өзінде-ақ, нақты кеңес беруші комекті алады. Сұхбаттасудың барлық кезеңдері клиентке түсініксіз мәселелердің жауабын алуға мүмкіндік береді. Алайда, проблеманың шеңіне жауап беретін және психологтың мақсатты мақсатты қимтыты кеңес беру процесінің орталық бөлімі, алынып қойған диагностикалық мәліметтерге арқау етуді болжайды. Сұхбаттасудың аталмыш кезеңі қалаулы нәтиженің, яғни мақсаттың сәйкес ретінде белгіленеді. Психолог клиентпен бірге оның идеалын-оның қандай болғысы келетінін, өмірінде қандай жағдайлардың болатынын, проблемаларының қашан шешілетінін анықтайды. Клиент үшін кеңес беруші ықпал кезеңі ерекше болып көрінбейді. Сұхбаттасудың бүкіл барысы оны «кинсайтқа» итермелейді. Оның бойында орын ала бастаған өзгерістер: «Барлығын мен өзім түсіндім» деген оймен, дербес қуатының нәтижесі ретінде сезіледі.

Психологтар кеңес беру процесінде ықпал етудің сәйкес әдістерін қолданады. Кері ақпараттың ұсынылуы – клиенттің өзінің әрекеттерінің, сезімдері мен ойларының нәтижелерін қабылдау және бағалау дағдыларын арттыруға негізделген әдіс. Ол клиентте өзінің мінез-құлқына деген әлеуметтік реакцияларына сезімталдығы төмендегенде немесе зақымданғанда, не болмаса ол әлеуметтік ортаның әлеуметтік үйреншікті ортасында тіршілік етсе ерекше пайдалы.

### Психологиялық кеңес журналы

Күн, уақыты	Открыт-тің мерімі	Консилиум-ға келген адам (аты-жөні, жасы)	Кеңес алушы есебі	Кеңес алу барысындағы, кезіндегі проблема-лар	Кеңес беруші қорытын-дысы	Кеңес беруші психолог

Психологтың *кері байланыс* каналдары бойынша берілген жауаптары кеңес беру процесінде аса маңызды рөл ойнайды, олардың көмегімен клиенттің ақпаратты беру процесіне ықпал етіледі.

Психологиялық кеңес берудің аясы қазіргі кезде өте қомақты болып отыр. Кеңес беру іс-әрекетінің этникалық қағидаларына: жауапкершілік, құпиялылық, клиентке деген сыйластық және оған баға бермеушілік (сынамаушылық) қатынас, кеңес айтуға тиым салу, кәсіби және жекелік қатынастарды шектей білу, клиенттің кеңес беру процесіне клиентпен бірге бойлап енулер жатады. Өз жұмысында практикалық психолог түрлі теориялар мен әдіснамалық тұрғыларға (ұстанымдарға) сүйенетіні белгілі: психоанализ, жеке-даралық психология, аналитикалық психология, трансактілі талдау, когнитивті терапия, гештальттерапия, гуманистік психология, т.б. Қандай да психологиялық тұрғыны таңдау психологтың жеке тұлғасы, кәсіби біліктілігі және іс-әрекетінің жеке-даралық стиліне байланысты болады. Білім беру саласындағы психологтың қызметі біздің пікірімізше, тек психологиялық ғана емес, әлеуметтік те әрекет болып табылады. Педагогтік процесс субъектілерінің жемісті түрде әлеуметтенуіне көмектесетін іс-әрекетті, біз, әлеуметтік-психологиялық іс-әрекет деп атадық. Әлеуметтанудың мәні – бейімделу, интеграция, өзін-өзі дамыту, өзінің әлеуметтерін іске асыру процестерінен құралады. Әлеуметтік-психологиялық іс-әрекеттің негізгі міндеттері: білім алушыларды, олардың ата-аналары мен педагогтарды әлеуметтік қорғау, оларға әлеуметтік, дәрігерлік-психологиялық немесе психологиялық-педагогикалық көмек көрсету, оларды қалпына келтіру мен бейімделуін ұйымдастырудағы іскерлік; отбасында, білім беру мекемесінде, қоғамда оң қатынастарды орнату; тұлғаның өзін-өзі дамытуы және педагогтік процесс субъектілерінің қалыпты дамуына қажетті оңтайлы жағдайларды жасау; оқушы, олардың ата-анасы, педагогтардың психикалық денсаулығын, мүдделерін және құқықтарын қорғауды қамтамасыз ету, білім алушылардың жалпы мәдениетін қалыптастыру, оларды өмірге бейімдеу; жасөспірімдерде өзін-өзі дамыту мен өзіңдік айқындалуына қажеттіліктерін қалыптастыру; жоғары сынып оқушыларында мамандықты саналы таңдауына қажетті жағдайларды жасау.

### Кеңес беру алгоритмі:

1. Ата-аналармен, мамандармен, педагогтармен әңгімелесу барысында алынған ақпаратты талдау, баламен қарым-қатынас орнату.

2. Ата-аналармен баланың бұрынғы даму кезеңдері, отбасы тәжірибегі қарым-қатынасы, әлеуметтік жоспар, жағдайы туралы әңгімелесу.

3. Бағқа мекемелерден денсаулығы туралы мәлімет жинастыру (қажет болған жағдайда)

4. Қалыпты жағдайда баланы бақылау.

5. Баланы тәжірибелік-психологиялық қарау.

6. Мәліметтерді, нәтижелерді талдау.

7. Баланың психологиялық диагнозы.

8. Психологиялық-педагогикалық мақсаты.

9. Бақылау, қайталап кеңес беру.

Кеңестің қорытындысы психологиялық диагнозда көрсетіліп, оның баланың ақпаратты даму деңгейі мен болжамы беріледі.

Мектеп жасына дейінгі балаға кеңес беру уақыты-45 минутқа дейін, кіші мектеп оқушысына – 1 сағатқа дейін, жасөспірім және жоғары мектеп оқушысына 1,5 сағатқа дейін. Диагностикалық маңызы бар кеңестің алдында кейін талданады, психологиялық диагноз келесі кеңесте берілуі мүмкін.

Адамдар психология өзін шеше алмайтын жағдайлар туындаған кезде барады. Ол жағдайда түсінбеген кезде, оның себептері мен шешу жолдарын таба алмаған уақытта, өз мүмкіндіктеріне сенбесе немесе стресс күйінде болуы мүмкін.

Психология практика өзінің клиентіне қауіпсіз жағдай туғызуы керек, клиент өз қалай дұрыс деп шешсе сондай іс-әрекет етуіне құқы бар. Бұл клиенттің барлық ойымен көлісу дегенді білдірмейді, ол тек психологиялық және тұтанған ішкі әлемін түсінуге ұмтылсын, адамның іс-әрекеті мен ойларының мағынасын түсінуге талаптарымен білдіреді.

Нақты бір адам мен оның проблемаларына мән беру психология сол адам туралы тұтастай ақпарат алуына көмектеседі. Егер психология нақты бір симптомғады анықтаса, онда психокоррекцияның қалайды әдісі сол симптомға нұсқау жасау емес, сол симптом тұтанған тұтастай жағдайында қандай орын алады, соны анықтау болып табылады. Жағымсыз симптом тұлағ үлгі маңызды симптомдармен көрініс табуы мүмкін. Мұндай симптомнан қол ұзу

кей жағдайларда пассивтілік, немқұрайлыққа әкеліп соғуы мүмкін. Сондықтан психолог жұмысының сәттілігі жеке тұлғалық қасиеттерге сүйене отырып, адамды тұтастай түсінуге ұмтылуға байланысты.

Психодиагностикалық процедураның рөлін тым арттыру, өзінің сенімсіздігін соның артында тығуға ұмтылу клиент үшін түзетілмес қателіктер әкелуі мүмкін. Әдіснама тек құрал ғана, оның объективтілігі шартты және зерттеушінің интерпретациясына байланысты. Психологиялық кеңес жағдайында психолог өзінің және клиентінің тұлғалық қасиеттеріне сүйенеді. Сондықтан клиентпен жұмысты қортындылағанда, әсіресе баламен, оның мүмкіндіктері мен қабілеттерін кеміткеннен гөрі, асыра бағалаған жөн болады. Мұны, әсіресе, ақпарат мұғалімдер мен ата-аналарға арналғанда пайдаланған әбден дұрыс.

**Кері ақпараттың ұсынылуы нақты ережелерге бағынады:**

- Мейлінше клиенттің нақты әрекеттерін еске алу;
- Оның әрекеттерін тудыратын сезімдерді сөз ету;
- Клиент мінез-құлқының жағымды әрі жағымсыз салдарын ескеру;
- Клиент тұлғасының оның өзінің құзырындағы қасиеттерін пайдалану;

Кері ақпараттың бағалар, кеңестер мен тиымдар түрінде ұсынылуы, сондай-ақ, тұлғаның маңызды қасиеттеріне нұсқау, пікірлердің сыншылдығы кеңес беру процесін біршама қиындатады және оны ажыратуы да мүмкін.

*Интерпретация* – кеңес берудің келесі әдісі болып табылады. Бұл клиенттің теорияның немесе психологтың жеке тәжірибесінің негізінде жағдайды жаңаша альтернативті елестетуі. Интерпретация клиенттің айтқандарына немесе көрсеткендеріне, сондай-ақ, қарым-қатынас процесінде диагностикалық әдістемелер мен процедуралардың көмегімен анықталғандарға жаңаша түсініктеме беру – талқылау түрінде жүзеге асуы мүмкін. Интерпретация кеңес берудің басқа әдістерінің негізі болып табылады. Сондай-ақ, ол клиент көңіл-күйі мен мінез-құлқының өзгеруіне де ықпал етеді.

Себептердің ақиқатқа сай түсіндірілуі және проблеманың ықтималды шешімдерінің ұсынылуы кеңес берудің маңызды әдісі болып табылады. Ықтималды шешімдерінің ұсынылуы – тиімді кеңес берудің негізгі талабы болып табылады.

Кеңес – бұл шешімге әкелетін шешімдерді немесе әрекеттерді ұсыну. Адам өған неғұрлым мұқтаж болса, ол соғұрлым жақсы қабылданады.

Психологтар кеңсе беру барысында клиенттің проблеманы өз бетінше шеше алатынына деген сенімділікті қалыптастыру үшін қолданатын әдістерді қолданады. Психолог-кеңесшінің басты мақсаты – клиенттің проблеманы өз бетінше шешуіне көмектесуінде.

## 8. Психотерапия

1. Психотерапия туралы түсінік
2. Психотерапиялық үрдістің кезеңдері
3. Психотерапевтік бағыттар

Психотерапия – іс-шаралардың, адамның психикасына ықпал етудің жүйесі, психологиялық көмектің бір түрі, сондай-ақ, сәйкес проблемаларды зерттейтін дәрігерлік және практикалық психологияның саласы. Психотерапияны психологиялық құралдармен жүйке-психикалық және психосоматикалық ауруларды және адамның (науқастың) бұзылыстарын емдеуді білдіретін дәрігерлік және дені сау адамға (клиентке) бағдарланған, әрі оның психологиялық қиыншылықтарын жеңумен айналысатын дәрігерлік емес деп екіге бөлінеді.

Кейбір авторлар психотерапияның негізі жайлы көзқарастардың динамикасын қайсыбір психотерапевтік жүйенің негізінде жатқан тұлға тұжырымдамасының өзгерісімен байланыстырады. Ол тұжырымдамалар психотерапия жайлы түсініктерге соңғы жүз жыл көлемінде дамудың үш кезеңін кешірді.

Ерте кезеңде науқас жағдайлардың құрбаны болып, емдеудің барысында енжар қалуы тиіс деп есептелінген. Фрейд тұлғаның өте ерте балалық шақта соңғы ретқалыптасып, кейінгі өмірінің барысында адамдардың қылықтары тұлғаның тереңдігінде жатқандарының тек сыртқы көрінісі деп тұжырымдаған. Бала балалық шағында тұлға қалыптасуының енжар объектісі ғана болғандықтан, психотерапия барысында да сол калпында қалуы тиіс деп есептелінген. Психотерапевт науқастың сауығуына жауапты жаңғырған адам болып табылады. Фрейд психотерапевті хирургпен, науқасты операциялық үстелде жатқан аурумен салыстырады.

Алайда, психотерапевтер наукасты терапияның тек енжар қатысушысы деп есептеп, өздеріне мойындарына тым ауыр жүкті алғандары анықталды.

Осының айшықталуы психотерапияның ары қарай дамуына түрткі болды. Карен Хорни, Гарри Салливан және Эрих Фромм осы сатының орталық фигураларына айналды. Бұл ғалымдар наукастың күнделікті белсенділігі оның ішкі күйінің көрінісінен маңыздырақ деген қорытындыға келді.

Карен Хорни науқастардың балалық шағында сенімсіздікті сезінуі, олардың кейіннен жағдайы одан бетер нашарлатуы мүмкін екендігін сипаттау үшін «кесірлі цикл» терминін енгізеді. Ол адам меңгерілген шаблондарды ұстанып, мақсаттанады, сенімсіздікті танытады да, ықтималды достарын алшақтатады. Қатынастар дамуының кесірлі циклі адамның өзіне деген төмен бағасын сақтап қалып, оның жағдайын біршама қиындатуы мүмкін.

Осы теорияның жақтастары психотерапевтік сеанстарды науқас үшін уақытты жағымды өткізу шарасына айналдыруға тырысқан. Психотерапевт науқасқа сенім, қолдау және жылы қатынастарды танытуға тырысып, оның сол мақұлдауды қабылдап, өзінің сенімсіздігінің ақталмайтындығына көзі жетіп, іштей жібіп, айналадағыларға басқаша қарай бастайды деп болжайды. Бұл оның өзіндік бағасының деңгейін арттырып, жағымды өзгерістер процесі іске қосылады.

Терапевтер психотерапия дамуының үшінші сатысында науқастың мінез-құлқына едәуір үлкен мән береді. Науқас тұлғасына өте қатты ықпал етеді – өзінің келбетін жақсартып, оған айналадағылардың жауап беру- бермеулеріне қарамастан мінез-құлқы өзіне ықпал ете бастайды. Олар тұлғаның бүкіл өмір барысында үздіксіз дамיתынын айтады. Терапия адамның өмір және өзі жайлы түсініктерін қалайша өндеп, мүлдем жаңа көзқарасты қалыптастырудың жаңа тәсілдерін, яғни нақты мағынада өз бетінше сауығу тәсілдерін қалайша ашатынын көруге көмектесуі қажет. Терапияның ендігі мақсаты – науқастың өздігінен сауығуына көмектесу.

Ғылыми әдебиеттерде «психотерапия» ұғымының көптеген анықтамалары бар. Бұл көптеген психотерапевтік бағыттар мен әдістердің болуымен байланысты. Чех ғалымы Станислав Кратохвилуға тиесілі ең ортақ анықтама психотерапияның – психологиялық әдістердің көмегімен әр түрлі ауруларды емдеу



әкениді іне пұсқайды. Психологиялық әдістерге ең алдымен, сөйлеу-тілі (үндөмеу), эмоциялық қатынастар, үйретудің әрқилы түрлері, көрінетін ортамен манипуляциялау жатады.

Психотерапияның ортақ мақсаты науқастарға ойлауы мен мінез-құлықтарын өзгертуге, осылайша едәуір бақытты, өнімді болуға көмектесу.

#### *Психотерапиялық үрдістің кезеңдері*

Кеңсе беру мақсатындағы интервьюдің «бес сатылы» моделі бар:

- байланысты орнату, жұмысқа клиентті бағдарлау;
- клиент жайлы материал жинақтау, «Мәселе неде?» сұрағын қою;
- айдағы көп жеткізгіміз келетін нәтижені түсініп алу, «Неге көп жеткізгіміз келеді?»
- балама нәтижелерді дайындау, «осы мәселе төңірегінде тағы не істеуге болады?»
- клиентпен оқара әрекеттестік нәтижесін түйіндеме түрінде қорытындылау.

Кәсіпті маманға психотерапия мен психокоррекцияда:

психодинамикалық, феноменологиялық (экзистенциялы-гуманистік) және мінез-құлықтық (когнитивті-мінез-құлықтық) атты негізгі үш бағыт бар.

Психодинамикалық бағыт Зигмунд Фрейдтің психоанализ теориясы мен тәжірибесінен бастау алады. Психоанализ-клиенттің барекелі ұя мен ассоциацияларының талдамасы арқылы психологиялық зақымдайтын факторды сезіну арқылы жүйке дау-ламайтын болуы үшін баламаларды табады. Фрейдтің теориясы адамның ойлары, сезімдері мінез-құлым көбіше бір-бірімен келісе бермей, қалыптасқан инстинктивтерінің (ид), ақылдың (эго) және ақылдан тыс (суперэго) арасындағы психодинамикалық дау-ламайлардың салыстырғыс деп тұжырымдайды. Мұнда «ид» (ол) – либидо, тұлғаның негізгі құрылымы, бейсаналы қуаттың қоры болып табылады.

Психоаналитикалық теория – бұл тұлғашылық дау-ламайлардың табиғатын, мазмұнын мен динамикасын ашатын әдістердің жиынтығы.

Кәсіпті тандау психотерапияда психодинамикалық бағыттың ең көптеген түрлері белгілі. Бұл жеке-диалалық терапия (Альфред

Адлер), аналитикалық психотерапия (К.Юнг), эгопсихология (анна Фрейд), неофрейдизм (карен Хорни, Эрих Фромм, Гарри Саливан). Аталған мектептердің барлығында «Эгоға», тұлға дамуының әлеуметтік жағдайлары мен өміріне баса назар аударылып, адам мінез-құлқының қозғаушы күштері неғұрлым кең тұрғыда қарастырылады.

Феноменологиялық бағыт әрбір адамның әлемді өз бетінше қабылдап, интерпретациялаудың бірегей қабілетіне ие деген болжамнан бастау алады. Осы бағыттың жақтастары адамның мінез-құлқы инстинктермен, ішкі кикілжіндермен немесе сыртқы стимулдармен емес, оның ақиқатты жеке дара қабылдауымен себептелетініне сенімді.

Роджерстің шартсыз жағымды қатынас, эмпатия, конгруэнттілік атты танымал «триадасы» терапияның ең жақсы тәсілі болып табылады. Карл Роджерс психодинамикалық терапияда тәжірибелеуде биресми тұрғының едәуір тиімді екеніне көз жеткізіп, «бұйрықшыл емес терапияны» қолдана бастайды. Карл Роджерстің «клиентке орталықтанған терапиясы» және Фредерик Перлздің «гештальт терапиясы» феноменологиялық терапияның едәуір танымал түрлері болып табылады.

Психотерапияның басқа да мектептері кезінен танылған.

*Рационалды терапия* – психотерапияның клиентке көзқарастарындағы қисынды қателерді көрсету арқылы оның ойын түзетуге бағытталған әдісі. Р.Дюбамен 1912 жылы ұсынылған бұл әдіс психотерапияның дерлік барлық түрлеріне енеді. *Рационалды терапия* клиенттің салыстыру, қорытындылау, нақты көзқарастардың орындылығына көз жеткізу қабілетіне сүйенеді.

*Логотерапия* – клиенттің қарым-қатынастағы ерекше эмоциялы ахуалының, тұлғасының құндылығын мойындаудың, қалыптасқан жағдайда жаңа мағынаны іздестіру қабілетінің есебінен адамның ішкі әлемінің өңделуіне бағытталған әдістердің кешені.

*Гештальттерапия* – клиенттің қажеттіліктерін неғұрлым нақтырақ сезініп, тұтас бейнеге (гештальтқа) ұластырып, аяқталуына бағытталған әдістер. Гештальттерапияның міндеті әрбір адамға тән организмділік процестерді ынталандыруда.

*Арттерапия* – психотерапияның өнер туындыларымен және дербес шығармашылықтың негізінде ықпал етуді болжайтын әдісі.

Ғылыми әдебиеттерде «психотерапия» ұғымының көптеген анықтамалары бар. Бұл көптеген психотерапевтік бағыттар мен

әдістердің болуымен байланысты. Чех ғалымы Станислав Кретенкилуға тиесілі ең ортақ анықтама психотерапияның – психологиялық әдістердің көмегімен әр түрлі ауруларды емдеу мақсатына пұсқайды. Психологиялық әдістерге ең алдымен, сөйлеу-ші (аудио), эмоциялық қатынастар, үйретудің әрқилы түрлері, көрсеткіш ортамен манипуляциялау жатады.

### 3. Психологиялық түзету және дамыту жұмыстары

1. Психологиялық түзету жұмыстарының мақсаты, міндеттері

2. Психологиялық түзету жұмысының бағдарламалары

3. Психологиялық түзетудің тиімділігін бағалау жолдары

4. Психологиялық түзету жұмысының кезеңдері, формалары, түрлері мен әдістері

**Негізгі сөздер:** Тренинг кәсіби, ептілік, әлеуметтік-психологиялық тренинг, коррекция, тұлға, барьер (кедергі), өзін-өзі тану, коммуникация, эмоция, психологиялық ойын, психологиялық жағдату, шығарма, интеллектілік.

Психологиялық түзету – бұл психиканың дамуы мен қызмет етуінің қалыптасқан кайсыбір жағымсыз ауытқуларды, мінез-құлықтық, эмоциялы, танымдық, не болмаса адамға психологиялық проблемаларды тудыратын басқа көріністерді бәсеңдетуді немесе жоюға мақсат еткен, адамның психикасына белсенді ықпал ету. Коррекция (жаңдау, түзету, өзгерту) – психиканың барлық жақтарын қалыптастыруға (таным, кейін қалып, эмоция, іс әрекет фоны, психикалық қасиеттер, мотивация, әріс-жігер, қызығушылық, темперамент). Психологиялық коррекция XX ғасырдың 70-ші жылдары кең тарала бастады. Бүгін бүгінге дейін «психологиялық коррекция» ұғымына жанысқанға анықтамасы жоқ. Ұғымның нақты сипаттамасы болмағанмен, психологиялық коррекцияның әр түрлі түрлері мен әдістері де жеткілікті. Р.С. Немов пікірі бойынша психологиялық коррекция психикалық сау адамның тәртібіндегі не психологиялық қалыптарын түзету үшін психолог қолданатын психологиялық тәсілдерінің жиынтығы. У.Н. Аутлановқа психокоррекцияға – психикалық қызмет етуі мен амудың алғашқы жағдайдан кайсыбір жағымсыз ауытқуларды немесе басқа да мінез-құлықтық, эмоциялық, танымдық көріністерді өзгертуге немесе жоюға бағытталғанадамның психикасына белсенді ықпал ету деген анықтаманы білдіреді. Психологиялық

коррекция, егер адамда белгілі бір мінез-құлық девиациялар не тұлғалық аномалиялар диагностиалған болса немес қандай да бір іс-әрекетті меңгеру үшін онын психикалық күйін қалыпты жағдайға әкелу үшін клиентке психологиялық әсер ету. Психологиялық коррекция-арнайы психологиялық әсер ету тәсілдері көмегімен адам тәртібіндегі не психологиясындағы кемшіліктерді түзетуге бағытталған шаралар жүйесі.

А.З.Теңкебаева еңбектерінде психологиялық коррекция – педагогикалық, психологиялық әдіс-тәсілдер арқылы адамнын мінез-құлық, жүріс-тұрысына психикалық функцияларына, қасиеттеріне түзету және өзгерту мақсатында әсер ету.

Н.А. Романенко-Бавокова психикоррекция – бұл психикалық және тұлғалық дамудағы ауытқуларды түзету, адамның ішкі дүниесіндегі дискретті сипаттамаларына негізделген әсер ету болып табылады деп түсіндіреді. Х.Т.Шерьязданова көзқарасы бойынша психологиялық коррекция салыстырмалы түрдегі дені сау адамға жасалады. Психологиялық коррекцияны емдеу мекемелері емес, психологиялық қызмет көрсету мекемелері атқарады. Психологиялық коррекция жасайтын психиатр емес, психолог. Идеальды модельге сәйкестендіру психологиялық коррекция арқылы жүзеге асырылады. *Психологиялық коррекцияның мақсаты:* адамның жас ерекшелік және мәдени ерекшеліктеріне сәйкес, сондай-ақ, оның субъективті шындығына сәйкес нормаларына тұлғалық жағдайды сай келтіру және ресурстарын белсендендіру. В.Д.Менделеевич бойынша психологиялық коррекцияның міндеттері тұлғалық дамуға және адамның қоғамда бейімделуіне септігін тигізетін, оның психикалық іс-әрекетінің саулығын адамның қоғамда бейімделуіне септігін тигізетін, оның психикалық іс-әрекетінің саулығын сақтауға көмектесетін индивид үшін оптимальды дағдыларын қалыптастыру және меңгеру. Психологиялық коррекцияның үш негізгі бағыты бар: дамудың әлеуметтік жағдайын оптимизациялау; баланың іс-әрекет түрлерін дамыту; жас ерекшелік- психологиялық жаңа қасиеттерді, білімдерді қалыптастыру, дамыту. Коррекция адамның өз еркімен жүргізілуі және көзқарастары ескерілуі тиіс. Психологиялық коррекцияның стилі гуманистік болуы шарт. Психологиялық коррекциялық бағдарламалардың түрлері. Коррекцияның жалпы, типтік, даралық, стандартты, еркін моделдері болады. Жалпы психологиялық коррекция келесі ерекшеліктеріне

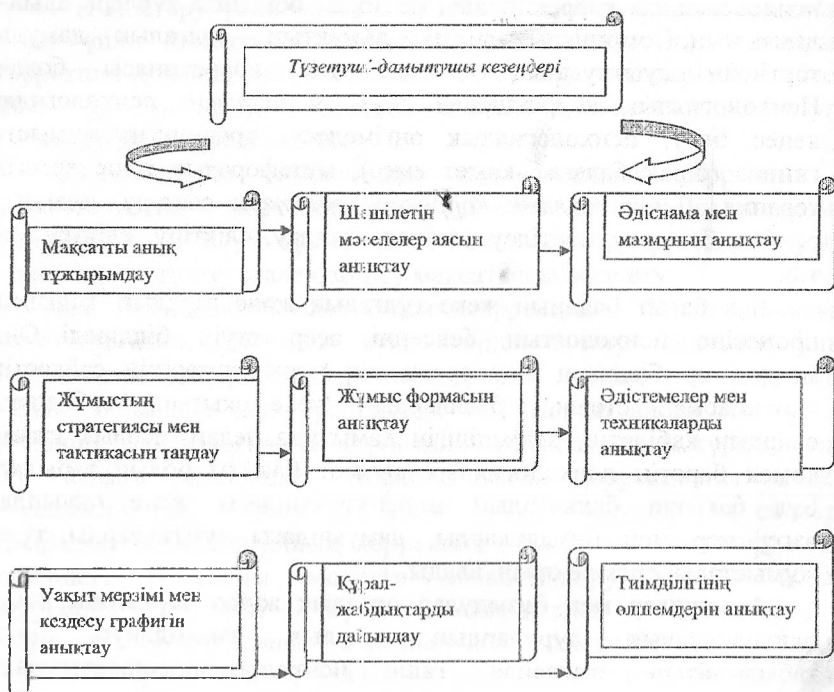
байланысты жіктеледі: бағыттылығына, ұзақтығына, шешілетін мәселе аумағына, мазмұнына, клиентпен жұмыс істеу формасына, бағдарламаның болуына, әсер етуді басқару түріне және т.с.с. психологиялық коррекцияның мазмұны бойынша түрлері: ақыл-ой дамуынан, эмоциялық-еріктік аймақтың, тұлғалық дамудың, тәртіптің ауытқуының және т.б. коррекциясы болады. Психологиялық коррекцияны *жүргізу түрлері*: психологиялық кеңес беру, психологиялық әңгімелесу, тренингтік жұмыстар; тәртіп (бірақ балаға қажет емес); метафоралық және ертегілік тәртіп. *Психологиялық коррекция әдістері*: сендіру, иландыру, сұхбат, бақылау, тестілеу, диалог, тыңдау, еліктіру, еліктеу және т.б.

Бұл бағыт баланың жеке тұлғалық және даралық қалыптасу процесіне психологтың белсенді әсер етуін білдіреді. Оның мәнісі әр баланың жас ерекшелік нормативтерінің сәйкестігін анықтамастық ететін, балаларды жеке оқытып, тәрбиелеуде, олардың қабілетін, бейімділігін дамытуда педагогикалық ұжымға көмек беретін психологиялық қызмет бағыты болып табылады. Бұл бағытта балалардың мінез-құлқындағы және оқуындағы өзгерістер мен бұзылуларды, дамуындағы ауытқуларды түзету жұмыстары ерекше орын алады.

Ауытқулар мен бұзылулар орталық жүйке жүйесінің немесе психологиялық аурулардың ағзалық зақымдануы болып табымайтын жағдайда ғана психологиялық-педагогикалық түзету жұмыстары жүзеге асады және саралау (дифференциальдық) диагностикасының барысында белгілі баланың әкімшілік-тәрбиелік сипаттағы қатаң шараларды қолдануды талап етпейді. Айқын ауытқулар кезінде, көбінесе патопсихологиялық, дефектологиялық жақтары немесе ашық заң бұзу ерекшелігі байқалғанда және де психолог бағдарламасының шекарасынан асып кеткен жағдайда ол тек сарапшы немесе кеңесші ретінде сәйкес салалардағы мамандармен тартылады.

Қазіргі кездегі білім беру саласындағы маңызды бір ерекшелік-психологиялық қызметтің түрлі моделдері ұсынылып тәжірибеге өтуінде. Р.Омарованың пікірінше, психолог, педагог-психологтың түзетуші-дамытушы қызметі де бірінші кезеңдерден өтетіндей етіп ұйымдастырылуы қажет. Ол мынандай негізгі кезеңдерді беліп көрсетеді:

Сурет-5. Педагог-психологтың түзетуші-дамытушы қызметінің кезеңдері



Психодиагностика барысында анықталған және қатаң индивидуальды, нақты өзгешелігі бар баланың жас ерекшелік және дара ерекшеліктері бойынша жетілдіру және психологиялық зерттеу жұмыстарының бағдарламалары мен жоспарлары құрылады.

1. Баланың әр жас ерекшелік кезеңінің дамуын есепке алғанда, психикалық дамудың бөлек жақтарын және жеке тұлғаның толықтай дамуына бағытталған бағдарламаларды өңдеп жүзеге асырады.

2. Психолог баланың психикалық дамуында ауытқуларды болдырмау бағытында түзету бағдарламасын өңдеп жүзеге асырады.

3. Жетілдіру және психологиялық түзету жұмыстарының бағдарламасына психологиялық және педагогикалық бөлімдер

кірістіреді. Психолог психологиялық белімді жоспарлап, жүзеге асырады. Педагогикалық бөлімді мұғалімдермен, тәрбиешілермен, ата-аналармен бірігіп өңдейді және оны психолог көмегімен жоғарыда аталған адамдар орындайды. Жұмыстың бөлек формаларына әресек балаларды, қоғамдық мәлікті және т.б. адамдарды кірістіруге болады.

4. Жетілдіру және психологиялық түзету жұмыстарын тәуелсіз бағыттар бойынша өткізуге болады:

- жеке балалармен арнайы жұмыс жүргізу процесінде;
- балалар тобымен арнайы жұмыс жүргізу процесінде;
- тәрбиелік іс-шаралар бағытында;
- баланың ата-анасының және басқа туыстарының қатысуын қажет ететін формада өткізуге болады.

Психологиялық түзету көмек көрсету түрі ретінде клиенттің белсенділігін және психикалық дамудың жасерекшелік нормаларына сәйкестігін өзгерту мақсатында оған ұйымдастырылған ықпалды болжайды. Психолог іс-әрекеттің кейбір түрін (жазу, оқу-есептеу және т.с.с.) меңгерудің жасерекшелік нормасы және оны меңгерудің жеке-дара ырғағы сияқты ұғымдармен жұмыс жасайды. Психологиялық түзетудің кейбір бағыттары тәрбие жұмысына жақындай түсіп әлеуметтік-адамгершілік нормаларға сәйкестікке мінез-құлықты түзетуді мақсат етеді.

*Ребефинг* – әуеннің арнайы ықпалымен үйлесімділікте холотропты дем алу арқылы сананың өзгерген күйіне қол жеткізу. Нәтижесінде адам қайғыларын жеңіп, қоршаған әлеммен тұтас қатынасқа ие болады. Әуенге бағдарланған терапия арнайы іріктелген әуеннің көмегімен клиенттің психикасына ықпал етуді болжайтын психологиялық көмек көрсету әдісі.

*Нейролингвистикалық бағдарламалау (НЛБ)* – адамның сөз арқылы өзін бағдарламалауға және кейіннен сол бағдарламаларды өзгертуге мүмкіндік беретін әдістемелік әдістердің жүйесі.

«Тренинг» «жаттығу» деген мағынаны білдіреді. Тренингтің басты мақсаты – әрбір жеке тұлғаны өз ортасында, өзге адамдармен қарым-қатынас орнатуда жаңа мүмкіндіктер табу.

Психологиялық тренинг дегеніміз- қабілет арттыру, тез шешім қабылдау, қысылтаянда жол таба білу, тіл табысу, ұғынысу, адамдармен санаса білушілікті белгілі әрекет, іс қимыл үстінде жүзеге асыру.

Тренинг сабақтары баланың өзін-өзі тәрбиелеуіне қызықтыру, түрткі болуы мүмкін. Жеткіншектің өзін дамытудың дұрыс жолдарын тауып, саналы қолдануына көмектеседі. Олардың өмірлік маңызды дағдылары қалыптасады; қарым-қатынас жасау қабілеті, тұлғааралық қарым-қатынас құра алады; эмоцияларын меңгере алады, өзін-өзі саналы игереді, шешім қабылдауға үйренеді.

Әлеуметтік-психологиялық тренинг деп кең мағынада белсенді топтық жұмыстар арқылы психологиялық әсер ету практикасы танылады. Ол ерекше оқыту формаларында қарым-қатынас, іс әрекет, өзін дамыту және түзету арқылы білім, дағдылар мен техниканы меңгерту.

Іс-әрекеттің нәтижелі болуы қарым-қатынас жасай білуге байланысты болғандықтан тренингті қазір көптеген салаларда қолданады. Әлеуметтік психологиялық тренинг (ӘПТ) әлеуметтік-психологиялық білім, қарым-қатынасқа қабілетті дамыту, рефлексия жасау дағдысын (жағдайға талдай жасай білу, өзінің, өзгенің мінез-құлқын талдай білу) қабылдай білу сияқты қасиеттерді қалыптастыру, дамыту мақсатында қолданады. Тренингті топпен, оқу, еңбек ұжымымен, отбасымен де жүргізуге болады.

Тренингтің құндылығы ойын жаттығуын жүргізушінің әдеп әлеміне және шығармашылықты қарым-қатынаста ұғынысуында. Тренингке қатысу барысында жеке тұлғалар бойындағы қорқыныш, өзіне-өзі сенбеушілік сезімдерін жоюға үйренеді.

Мазмұны нақтылығымен, айқын мақсаттылығымен, нәтижесінде психологиялық әсері болуымен сипатталады.

Тренинг өткізу бірнеше принциптерді ұстанумен байланысты. Негізгілері: тренинг сабақтарында белсенділік; ашық кері байланыс, «нақ осы жерде және нақ тап қазір» принципі, қарым-қатынаста сенім білдіре білу. Әр тренинг қалыптасқан жүйеде, белгілі тәртіп пен элементтерді қамтамасыз ете отырып жүргізіледі.

Сәлемдесу рәсімі, сергіту, кіріспе немесе хабарлама жасап отыру тренингке қатысушылардың көңіл күйін айқындау, онымен санасу, пікірлесу, алған әсерлерін талдау, соңында қоштасу рәсімімен аяқталып отырады. Топ мүшелерінің аттарын атап, қолпапшап отыру тренингті нәтижелі етеді.

Сонымен, тренингті ұйымдастыру 4 кезеңнен тұрады:



1. Жалпыға ортақ психологиялық кеңістік қалыптастыру, сондай-ақ, «кері байланыс», «жеке адам-барлық топ» және кері ішсе;

2. Педагогикалық рефлексия тудыратындай пікірталас, ойын не сұхбат жүргізу.

3. Нақты міндетті шешу, білім, дағды, егтілікті игеру және баға дамыту не түзету мақсатына жету;

4. Психологиялық жеңілдеу, қалпына келу жаттығулары (релаксация) және сабақты қорытындылау.

Әр кезең өз кезегінде өзіндік сатылардан тұрады:

\* тақырыпты, мақсатын анықтау, мәселенің сипаты және оларға қатысушыларды бағытау;

\* талданып отырған мәселе бойынша ақпарат жинақтау, байланыс, жаңа идеясымен, ұсынысымен бөлісу үшін шеңбер бойымен пікір алмасу;

\* ақпараттарды реттеу(дефиниция) , оны талдау;

\* альтернативаны негіздеу және бірігіп түйіндеме жасау;

\* сабақтың мақсатын жинақталған нәтижемен салыстыру;

\* психологиялық жүктен арылу және сабақты қорытындылау.

Жүргізуші топ ережелері туралы әңгімелеп, ондағы мынадай принциптерге ерекше тоқталады: «мен»- қатысушы, ашық кері байланыс, эксперимент жасау принциптері; «қазір және осында»; өзіндік принциптерін ұстану қажет.

«Тренинг кезінде келісім шартқа отыру». Топтық ережені миға шабуыл түрінде жүргізіп, келісілген шарттарды, ережені үлкен қағазға не тақтаға жазып қою. Заң «ноль-ноль» (дәлдік заңы – пунктуальность).

Қол көтеру заңы: кезекпен сөйлеу, біреу сөйлеген кезде қолдары үнсіз тыңдайды. Сөз алғысы келсе, қол көтереді.

Баға бермеу заңы: әр түрлі пікір тыңдалуға, қабылдануға құқығы, ешкім ешкімді бағалап, сынап-мінеуіне болмайды, тек аракетті талдаймыз, жеке басқа баға берілмейді, егер сын айтылса, ол құрама ойлардан болғаны жөн.

Сыр шашпау заңы: сабақтағы болған оқиғалар тек топ мүшелерінің ортасында ғана қалады, сыртқа жарияланбайды.

«Тоқта!» заңы: егер кейбірінің тәжірибесін талдау кезінде жағымсыз жағдай туындаса, айтылғандар ұнамаса, тәжірибесі талданып жатқан адам «тоқта!» деп тақырыпты жауып тастауына болады.

Белсенділік заңы: сабақта белсенділік көрсеткендердің жай отырғандарға қарағанда алары мол.

Кез келген тренингтің кіріспе мен аяқтау кезеңі бүкіл сабақтың төрттен бір бөлігін ғана алады. Негізгі жұмысқа уақыттың көбі жұмсалады. Сабақтың кіріспе бөлігі қатысушылардың көңіл-күйі туралы бір-екеуі сергіту жаттығудан басталады. Әр сабақтың басында психолог топты жақсы сезініп, оның әр мүшесінің көңіл-күйін диагностикалап, жұмыс жоспарын құруы тиіс.

*Әлеуметтік-психологиялық тренинг* – қазіргі қоғамда қарым-қатынас сауаттылығы маңызды сипат алып отыр. Күннен күнге қарым-қатынас пен өмір, ойын тәрізді қарастырылады. Біз ойын арқылы ақиқатты танып білеміз, сондықтан берілген мақалада психологиялық тренинг және шағын психологиялық жаттығулар, оның мақсаты мен ережелері және түрлері, жүргізу жолдары, бір сөзбен айтқанда әлеуметтік психологиялық тренингке қысқаша шолу жасалған.

XXI ғасырда әлемдік өркениет жаңа даму сатысына көтерілді. Қазақстан Республикасының қазіргі білім жүйесінің стратегиялық мақсаты жоғары білімді бәсекелестікке қабілеті мол, шығармашыл тұлға қалыптастыру үшін қолайлы жағдайлар жасау болып табылады. Қазіргі мектептерде балалар белгілі бір білім ғана алып, біліктілікке үйреніп қана қоймай, сондай-ақ алған үлгі-өнегені өмір бойы пайдалана алуы тиіс.

Әлеуметтік-экономикалық дамудың қазіргі кезеңінде, оқу тәрбие жұмысының жаңару заманында ағарту саласының мектеп жасына дейінгі тәрбиелеу, білім беру буынында шешімін күткен келелі мәселелер тұр.

Бүгінгі таңда қарым-қатынастағы компоненттің дамуы әлеуметтік – психологиялық тренинг аясында ойдағыдай шешілуде. Соңғы 30-40 жыл ішінде қарым-қатынас механизмін дамытуда белсенді жедел әдіс-тренингтер ұйымдастырылып, қолданылуда. Психологиялық тренинг немесе әлеуметтік психологиялық тренинг жанұялық қарым-қатынастағы түзету тәжірибесінде, жасөспірімді бейімдеуде, тағы басқа өзін жақсы жағынан көрсетті. Нақты және де зертханалық эксперименттердің элементтерін өзіне біріктіре отырып, қарым-қатынас біліктілігінің саласында кең көлемдегі міндеттерді шешетін тренингтер психологиялық ықпалдың тиімді құралы болып табылады. Тренингтің дәстүрлік оқытудан өзгешелігі – негізін қалаушы принциптердің болуы. Психолог бұл

принциптерінің барлығын ұстауы қажет. Тренинг өткізуде принциптерді жүйелі түрде жүзеге асыру, дәстүрлі оқыту әдістерінің лекция, семинар, көркем әдебиеттерді оқыту, сапа жағынан айырмашылығын қамтамасыз етеді. Бұл принциптер мыналармен:

1. Белсенділік, әркімнің топ жұмысының нәтижелігіне жауапкершілігі.

2. Топ жұмысына қатысу тұрақтылығы. Әр топ мүшесінің топ жұмысына басынан аяғына дейін үзіліссіз қатысу міндеттері.

3. Топтың тұйықтығы. Топтағы болған оқиға топтан сыртқа шығарылу керек.

4. Ашықтық пен адалдық.

5. Топтағы ережесі. Ойынға қатысқысы немесе қандай да бірлікке жауап бергісі, шыны айтқысы келмейтін адамның «Топтағы» деп айтуына және ойыннан шығуына болады. Бірақ бұл ережені сирек қолданған жөн. Бұл адамның өзін тануын шектейді.

Тренингтің мақсаты:

• Өзін-өзі тану, түсіну, тұңғалық даму тәсілдерін таба білу;

• Ойдың икемділігін, тапқырлығын талап ету, өзгешелігін таныту;

• Ойлаудың дәлдігі мен жылдамдығын жаттықтыру;

• Қиялды, шығармашылық қабілетті дамыту;

• Өзінің және өзгенің даралығын бағалау, өзін-өзі құрметтеу;

• Коммуникативтік дағдыны дамыту, қарым-қатынастың түрлі тәсілдерін меңгеру;

• Өзі, өз құқығы мен міндеттері туралы ойларын дамыту;

• Көңіл-күйді көтеру, сезім мен эмоцияны реттеу.

Бүгінгі топта әрекет ету қабілеттілігі қажетті кәсіби және жеке мәселелердің бірі болып табылады. Психологиялық ойындар мен жаттығулар ынтымақтастыққа тәрбиелеуге бағытталған. Топ жетекшілері бұларды әр түрлі жағдайларда: топпен өтетін тренинг пен қарым-қатынас тренингтерін мектепте және мекемелерде қолдануға болады.

Жаңашы білім беретін мектептер практикасында лекция, семинар сабақтары, шығармашылық шеберлік, дискуссиялық клуб сияқты жаңа формалары белсенді түрде енуде. Сонымен әлеуметтік – психологиялық тренинг дегеніміз не? Мамандар оны топтық жұмыстың белсенді әдістеріне негізделген психологиялық әсер ету

деп есептейді. Бұл – тұлға дамуына, коммуникативті дағдының қалыптасуына, психологиялық көмек көрсетуге, стереотиптерді жоюға және қатысушылардың жеке проблемаларын шешуге байланысты сұрақтар қарастырылатын арнайы ұйымдастырылған қарым-қатынас формасы.

С.М.Жақыпов элеуметтік – психологиялық тренингтің өзара әрекеттестігі және оқытушы мен оқушылар арасындағы процесстің нәтижесінде бірлескен танымдық іс-әрекет қалыптасатындығын көрсеткен. Автор мұндағы қарым-қатынас құралдарының илгіштігі мен динамикалық тұлғалар ерекшелігімен байланыстырады.

Тренингті оқытудың бір формасы, әдісі деп қарастырғанда, оның тиімділігі бірлескен пікірлік, танымдық іс-әрекеттерінің қалыптасуымен анықталады. Психологиялық тренинг басқа адамдарды терең түсінуге көмектеседі; өз бейнесін басқалардың қалай көретіндігі мен салыстыруға мүмкіндік береді; өз мүмкіндіктерін көруге, өзіндік санасын жетілдіруге жағдай жасайды. Тренинг терминін ғылыми пайдалануды кезінде неміс ғалымы М.Форверг енгізген. Ол алғаш оқудың бұл қатынаста балалар мен ата-аналар арасындағы қарым-қатынасты коррекциялағанда пайдаланған.

## II бөлім. ПСИХОДИАГНОСТИКА БОЙЫНША ПРАКТИКУМ

### 1. Қабілет және оны анықтау жолдары

#### 1. Қабілет туралы түсінік

2. Қабілетті психологиялық-педагогикалық зерттеу әдістері

#### 3. Қабілетті зерттеу әдістері

*Қабілетті анықтау тәсілі.* Қабілет арнайы, не жалпы болып бөлінеді. Жалпы қабілетті анықтау үшін ақыл-ой тестері қолданылса, ал арнайы қабілетті анықтау үшін өзінің арнайы тесті бар. Арнайы қабілетті анықтау тесті адамның ерекшелік қасиеттерін анықтауға бағытталған.

Ф.Гальтон, Кокс, Д.Ж.Кеттел, Вольтер және тағы басқа психодиагносттар қабілеттілікті тұқым қуалаушылық деп қарап, тәрбиенің органың, тәрбиенің өзінің рөлін жоққа шығарады.

Қабілеттілік тестілері – жалпы алғанда қайсыбір мақсатқа нәтиженің өлеуметтік мүмкіндігін өлшеу үшін құрастырылған кез келген тест. Арнайы қабілеттерді және көп жақты қабілеттерді өлшеумен анықтауға арналған түрлері құрастырылады.

*Креативтілікті анықтау тесттері* – тұлғаның шығармашылық қабілеттерін зерттеп, бағалауға арналған әдістемелер жиынтығы. Креативтілік (латын тілінен аударғанда «жасау») – адамның шығармашылық дарын деңгейі, шығармашылық қабілеті, айрықша идеялар беруге, ойлаудың дәстүрлі сызбаларынан басқа жол табуға, проблемалық жағдаяттарды тез шешуге қабілеттілік зияттылық қабілеттерінің арасындағы ерекше тип деп сараланып, креативтілік деп аталады. Торренс, Гилфорд т.б. автордың осы бағыттағы тестілерін де жоғарыда аталған оқушылардан кездестіруге болады.

А.Лоухрабиен, Эйнштейннің эмпатияға қабілетті диагностикалау сауалнамасы.

Сауалнама 33 сұрақтан тұрады. Пікірлерді оқып, осындай жағдаяттарда өздеріңізді қалай ұстағаныңызға байланысты, егер келіссеңіз «+», келіспесеңіз «-» деп жауап бересіз. Өзіңіздің жауаптарыңызды сауалнама кілтпен салыстырып сәйкес келген жауаптарды санап шығыңыз. Алынған жалпы санды шкаламен салыстырыңыз. Шкалада адамның жынысы және эмпатиялық

тенденциялардың көрсеткіші бейнеленген. Әйелдерде эмпатиялық тенденцияның көрсеткіші жоғары болуы мүмкін. Бұл әйелдерде қайырымдылық пен ақ көңілдік, мәдениеттік ерекшеліктер, күтілімдер мен стереотиптерде көрінетінімен байланысты шығар. Тұлғалық өсуге байланысты эмпатияға қабілет дамуы мүмкін екенін ұмытпау керек.

*Тұлғаның типологиялық ерекшеліктерін* анықтауға Айзенктің темпераментті анықтау тестін, А.Беловтың «Темперамент формуласы» тесті, Я.Стреляудың темпераментті зерттеу тесті, Теплинг тест – жүйке-жүйесінің ерекшеліктерін анықтау; Сандар тесті, «Социотип» (В.Мегель, А.Овчарова), «Мінездің акцентуациялары» Шмишек бойынша; Р.Кеттелдің тұлғаны «Көпфакторлы зерттеу» әдістемесі т.б. енеді.

Яғни мотивациясының, эмоционалды күйлерін анықтау үшін арналған. Бұл тесттерге: Ч.Осгуда, Г.Келли, С.Л.Рубинштейннің еңбектерін жатқызуға болады.

**Инсерт (insert)** кестесін толтырудың да ерекше көмегі бар. Ол көбінесе сабақтың ой толғаныс бөлігінде пайдаланылады.

Тақырыпты өз бетінше жеке немесе топпен оқып “Инсерт” кестесін толтырады. Жұмыс сонынан оқылып, талданылып, бірін-бірі толықтыра түседі. Қиындық кездессе мұғалім көмектеседі немесе үйден ізденіп келуге тапсырылады.

#### **Инсерт кестесі (insert)**

V - білем

+ - жаңа білдім

? - білгім келеді

! - таң қалдым

... - жалғастыр

-- қарсымын, олай болуы мүмкін емес

**Арнаулы бір тақырыпқа пікірталас туғызу.**

•Адамның суретіне, затқа қарап бейнелеп, суреттен жазу (адамның кескін-келбеті, сырт бейнесі арқылы көңіл-күйін, ішкі жан-дүниесін көре білуге баулимыз).

•Қандай да бір таныс емес жаңа сөз, күнделікті пайдаланылмай жүрген көнерген сөздерді естеріне ұзақ сақтату үшін, ізденіс үстінде дамыта түсу үшін жаңа, таныс емес сөз беріп: “Бұл не?”, “Не деп ойлайсың?”, “Сол жөнінде қысқаша

әңгіме жазып, соны суретпен бейнеле” деген тапсырма беріп, артынан оқытып бір-біріне тындатады.

Енді мәтінді оқимын. Әр сөйлемнен кейін сұрау қойып болжау жасағамын. Тақтаға жазып, қате болған пікірді сызып отырамын. Соңында жауабын өздері анықтайды.

Барлық жұмыста “Шығу парағы” стратегиясын басшылыққа ала отырып, мынандай сұрақтармен және көріністермен бейнестесуге түсірдім.

- a. Сендер 4 жыл нені үйрендіңдер, не қолдарыңнан келеді?
- b. Болашақта қандай маман боламыз деп ойлайсыңдар?
- c. Кім болғыларың келеді?
- d. Ең қызықты жағдайды естеріңе түсіріңдер?
- e. Ең қиналған кездеріңді естеріңе түсіріңдер?
- f. Бір-біріңе қандай тілек айтасыңдар?

Көркемдік қабілеттің барлық адамға тән екендігі белгілі. «Әрбір бала-болашақ данышпан» деген қағидаға ой жіберсек, ұстаз атаулының жас шәкірттерді дарынды да дарынсыз деп жіктеуінің үлкен қиғалық екенін сеземіз. Табиғи таланттарды ашу-ұстазға міндет.

Бұл әдіс – жазба жұмыстар жазуға үйретуде таптырмайтын сұрау. Сұрақтар арқылы жазушы, яғни оқушы монолог түрінде жауаптар жазады. Берілген тапсырмаға қарай сұрақтар да ауысып отырып, олар болашақ әңгіменің, шығарманың желісін тізеді. Мысалы, «Менің отбасым» тақырыбындағы жазба жұмысының сұрақтары төмендегідей болуы мүмкін.

Менің отбасым (ой түрткі сұрақтары).

1. Отбасы дегеніміз не?
2. Отбасы деген сөзді естігенде сенің көз алдыңа кім, не келеді?
3. Отбасы жайлы ойлағанда қандай бейнелер көз алдыңа өрпестейді?
4. Қандай дыбыстар естіп, нiстердi сезiп отырасың?
5. Дәл қазір қандай сезімге бөлендің?
6. Адамға отбасы неге керек?

Келесі екінші әдіс қарама-қайшылықтарды шешу әдісі арқылы оқушының өмірде «жақсы» деп қабылдаған заттың немесе құбылыстың екінші «жаман», «жағымсыз», «тиімсіз» жақтары да болатындығын зерттеу арқылы білдіруге болады. Қарама-қайшылықтарды шешуде «жақсы», «жаман» ұғымдарын дәйекті түрде дәлелдей алу талап етіледі. Бұл әдісте де ересек адам

көмектескенмен де, жоғарыдағы қағиданы есте ұстану керек. Тапсырмалар төмендегідей болуы мүмкін:

- g. Компьютердің пайдасы мен зияны;
- h. Көрпін үйдегі музыка үні, жақсы, жаман жақтары;
- i. Ас – адамның арқауы немесе қатты тойып жеу;
- j. Орман іші керемет, бір ақ...

Қабілеттегі табиғи және жүре пайда болатын қасиеттердің диалектикасы. Көптеген психологтар қолдайтын қабілет жөніндегі үшінші концепцияның өкілдері әлдеқайда дұрыс позицияда тұр.

Ғалымдардың қабілет концепциясы табиғатынан барлық адамдарға адамдық даму мүмкіндіктері тән екендігін анықтайды. Осымен бірге кеңес психологтары белгілі бір қабілеттің қалыптасуына, дамуына дара табиғи дара нышандардың болуының да жақсы әсер ететіндігін мойындайды. Қабілеттер қолайлы әлеуметтік жағдайларда іс-әрекет үстінде қалыптасып отырады.

Бұл концепция практика және арнаулы зерттеулермен дәлелденіп отыр.

Мидың тума ерекшеліктері өмір әрекеті үрдісінде өзгеріске ұшырап отыратын адамның типтік ерекшеліктерінде тікелей көрініс береді.

Балада өте ерте байқалатын типтік ерекшеліктер – нышандар немесе алғашқы табиғи қасиеттер болып табылады. Бұл жерде типтік ерекшеліктердің мән көп қырлы екендігін ескерте кеткен жөн. Олар қабілет пен мінездің алғышартын құрайды. Жалпы типтердің ерекшеліктері (белсенділіктің күші немесе тонұясы, бірқалыптылық, сезгіштік және бейнелендіру үрдісінің шапшаңдық дәрежесі) қабілеттердің қалыптасуына сөзсіз әсер етеді. Мәселен, жүйке үрдісінің күші оның бір қалыптылығы және шапшаңдығымен үйлесіп (ширақ тип) жеке адамның қоғамдық белсенділігімен ұйымдастырғыштық қабілеттің қалыптасуы үшін аса маңызды көптеген ерік-жігер және коммуникативтік қасиеттерінің құралуына қолайлы әсер етеді. В. Д. Небылициннің айтуынша, жоғары сезімталдыққа ие жүйке-жүйесі – суреткерлік қабілеттің дамуына жағдай жасайды.

Бүкіл жүйке-жүйесінің ерекшеліктерін тұтасынан сипаттайтын типтің жалпы қасиеттерінен басқа жеке талдағыштар жүйелер қызметі ерекшеліктерін сипаттайтын парциальдік типтер де болады. Осы соңғы типтік қасиеттер арнаулы қабілеттерге, бәлкім, тікелей қатысы болар.



Адамның ми қызметінде «төтенше үстеме» - екінші сигналдық жүйе құрылды, ол бірінші сигналдық жүйеге сүйене отырып, әлемде толығырақ, тереңірек, жан-жақты бейнелендіруге мүмкіндік береді. Сол үстеме және адамдардың өмір сүру әрекетінің өзіндік ерекшеліктері арқасында адамның бүкіл мінез-құлқына, сондай-ақ тағам әрекетіне ізін қалдыратын жоғары жүйке қызметінің арнаулы типтері құрылды. «Екі сигнал жүйесінің арқасында», - деп жазды И. П. Павлов және әуелден келе жатқан әртүрлі өмір салтының әсерімен адамдар суреткер, ойшыл және орта типтерге бөлінді. Соңғысы екі жүйенің жұмысын тиісті мөлшерде біріктіріп отырады.

И. П. Павлов шындықты образдар арқылы бейнелендірілетін бірінші сигнал жүйелері басым келетін адамдарды – суреткер типіне (музыкант, жазушы, суретші) жатқызады. Екінші сигнал жүйесі басым келетіндерден – дерексіз ойлауға бейім ойшыл типтер қалыптасады. Екі жүйе бір-бірімен тең түскен жағдайда-ортаңғы типті құрайды.

Ортаңғы типтің өкілдері суреткер және ойшыл типтердің көптеген бітістерін өздеріне жинақтайды.

Суреткер тип, біріншіден, шындықты тұтас, толыққанды қабылдайтындығымен, ал «ойшылдар бытыратып уатады, сөйтіп оны жапсыздандыратындығымен» сипатталады. Екіншіден, суреткерде абстрактілі қиял басым болады. Үшіншіден, суретші тип афферт эмоциялық әсерге берілгіш келеді, ойшыл типте керісінше екінші сигналдық жүйе біріншіден басым болады.

## 2. Эмоция және эмоцияны диагностикалау

### 1. Эмоция жағдай түсінік

### 2. Эмоцияны зерттеу жолдары

### 3. Эмоцияны зерттеу әдістері

«Адамзаттық эмоция» ұғымы соншалықты қиын, тіпті локальды анықтама оның толық мағынасын ану мүмкін емес. Эмоция – бұл мәңгідей, ол ойлау мен іс қимылды мотивке келтіріп, ұйымдастырып және бағыттан, сезім сияқты толқиды. Өзгеше айтқанда, эмоция объективті жағынан толқу формасын бейнелеп, субъективті жағынан соған қатынасын көрсететін психикалық көріністің ерекше формасы. «Эмоция» ұғымының төркіні «эмецера» деген латын сөзінен, «эмоцион» француз сөзінен шыққан, қазақша мәні – тітіркену, толқу. Бұл жан дүниесінің сыртқы және ішкі

әсерлер салдарынан ызалану, қаһарлану, қорқу мен шаттану сияқты жағдайларынан көрініс беруі.

Базальқ-дискретті эмоция – бұл өзіне нейрофизиологиялық, қозғалмалы-экспрессивті және сезгіштік компоненттерді қосатын күрделі феномен. Осы компоненттерге қатысты индивидуальды үрдіс нәтижесінде туындайтын эмоция, эволюциялық-биологиялық үрдістердің нәтижесі болып келеді. Сонымен толқу және эмоцияны білдіру ерекшеліктері адамда тума, мәдениетті және универсальды болып табылады.

Эмоцияны анықтау оңай емес. Оған екі себеп бар: біріншіден, эмоция көп және оның әрқайсысы өздігінше көрінеді. Мысалға жек көру эмоциясы агрессивті реакция шақыруы мүмкін, ал қорқыныш – өзін-өзі қорғау мен кері әсерді тудыруы мүмкін. Екіншіден, эмоция – психикалық барлық тұрғалық деңгейлердің араласуын болжайтын күрделі феномен.

Кэттел мен Шейер, Спилбергердің зерттеуінен кейін көптеген оқымыстылар эмоцияны феномен ретінде қарайды, яғни бір мезгілде эмоция қалып-күй және эмоциялық кыр ретінде көрінеді.

Эмоция барысында физикалық өзгерістің көзге түсетіні сондай, тіпті эмоциядағы рөлі ең алдымен назар аудартады. Ол қандай мағына беретініне тоқталсақ – ішкі тітіркендіргіш психикалық реакция шақырады, мысалы, қорқыныш нәтижесінде шошыну, жүректің дүрсілі пайда болады.

Субъективті толқулардың барлығы дерлік А.Н.Леонтьевтің эмоцияның классификациясы болжауы бойынша эмоцияға жатпайды. Ол эмоциялық үрдістің 3 түрін ажыратады: аффектілер, эмоцияның өзі және сезім. Аффектілер – алдын-ала болған толғаныстардың нәтижесінде сезімнің бір сәтке буырқаныш, бұрқ етіп шығу көрінісі. Адамда аффект биологиялық маңызды факторлардың әсерімен болады. Аффектілердің аса маңызды ерекшелігі – болатын ситуацияның жауабы ретінде туындайды. Аффектілерге қарағанда эмоцияның өзі-өзімен ұзақ қалып күйді көрсетеді, ал кейде тек әлсіз де болады. Олар болар сәттің бағалы қатынасын көрсетеді.

Эмоциялық үрдістің үшінші түрі – ол сезім. Сезім сыртқы дүние заттары мен құбылыстарының адамның қажеттіліктеріне сәйкес келу, келмеу нәтижесінде пайда болған психикалық қасиеттер (Мысалы, адамға деген махаббаттық сезім, өшпенділік және т.б.).

Сөзімдер тұрақты эмоционалдық қатынастарды білдіреді. Сөзімнің заңтануы оның жоғары деңгейін білдіреді. Уайымдаудың орташа бір нәрсенің алдындағы қорқыныш алмастырады. Адамға мүмкін өте қорқынышты шығар, бірақ адамдар әрқашан бір нәрсеге таң қалғандай немесе біреуді жақсы көргендей бірдемеден қорқады.

Барлық тығыз өзгерулер үш оңай топтарға бөлінеді. Ең алдымен анимикалық және пантомимикалық қозғалыстардың тобы: көз, ауыз, ел, дене бітімі. Бұл топ эмоцияның қозғалмалы реакциялық класы. Келесі топ- соматикалық реакция, яғни организмнің қызметімен тікелей байланысты кейбір органдардың өзгеруі: тыныс алу, жүрек соғуы және қан айналымы. Үшінші топ секреторлы реакция – жас, тер, сілекей бөлінуі, жыныс бездерінің ішкі секрециясы және т.б. Осы үш топтан сезімнің тығыз байланыстылығы байқалады.

Эмоционалдық және органикалық үрдістің өзара байланысын көрсететін теориядан кейін, эмоцияның адамның психикасына және тәртібіне әсерін суреттейтін теория қалыптасты. Д.О.Хеббке алдымен эмоциялық толқу деңгейі мен жүзеге асуының байланысын білдіретін қисығын экспериментальды жолмен алуға мүмкіндік туды

*Ұжымдағы эмоционалдық ахуалды зерттеу әдісі* (А.Н.Лутошкина бойынша) барысында ұжымның әрбір мүшесінің көңіл-күйі менің әсерінен өзгеріп отыратынын цветописіті пайдалану арқылы көз жеткізуге болады.

Цветопись – көңіл-күйдің түстік күнделігі. Мұнда түстік күнделістің формасы беріледі:

Аты жөні	Бүгінгі менің көңіл-күйім
Кызыл-көтеріңкі	
Сары-ақыл қуанышты, жылы	
Сары-ашық, жағымды	
Жасыл-тыныш	
Сұр-көңілсіз, қанағаттанбаған	
Сия көк-алаңдаушылық, тынанысыз	
Қара-пәс, нашар	

Қатты қағазда жеті түс жолақтары беріледі. Әр түс жолағы белгілі көңіл күйді білдіреді. Күнделікке түрлі түсті қағаздан күнделісті көңіл күйіңізге байланысты түсті жапсырып отырады. Түсті күнделік экспериментке қатысқан балалар санына байланысты дайындалады. Күнделісті түстен кейін бір уақытта (белгілі сағатта)

балаларға түсті күнделік таратылып беріледі де, әркім ешкіммен ақылдаспай өз түсін жапсырады, бүгінгі күнді жазады.

Бастамас бұрын барлығына мынаны ескерту қажет: көңіл-күй әркімнің ішкі құпиясы, оған рұқсатсыз еруге, жөнсіз сұрақ қоюға болмайды. Сондықтан:

- Барлық қатысушылар бұл күнделікті жүргізуге өз еріктерімен араласуы керек;

- Балаларға олардың эмоционалдық «құпия сырларын ашуды» егер олардың қалауы солай болса, ешкімге ашпауға кепілдеме беріледі;

- Оларды көңіл күй бағалауларын шынайы көрсетудің маңызды екендігіне сендіру қажет.

Әр уақытта жасөспірімдер көңіл күйлерін белгілегеннен кейін, бірден жиналып алынады. Келесі кезең – мәліметтерді қорытындылау. Ол үшін жеке түсті күнделіктегі көңіл күй белгілерін түрлі түсті қарындашпен немесе фломастермен кестеге енгіземіз.

Люшер тесті белгілі бір түсті таңдау зерттелінушінің белгілі іс әрекетке бағыттылығын, көңіл-күйін, функционалдық жәй күйін және тұлғаның неғұрлым тұрақты сипаттары мен ортаға бейімделу ерекшеліктерін анықтауға мүмкіндік береді. Түстердің сипаттары (Люшер бойынша) 4 негізгі және 4 қосымша түстерден тұрады.

*Негізгі түстер:* көк – ұстамдылық, қанағаттанушылықты білдіреді; көк-жасыл – сенімділік, бірбеткейлік, кейде қыңырлықты білдіреді; сары қызыл-қызыл – ерік күштің мықтылығы, агрессивтілік, жаугершілік көзқарас, қызбалықты; ашық сары – белсенділік, қарым-қатынасқа ұмтылыс, экспансивтілік, көңілділік.

Қақтығысқа бейімділік жоқ болған жағдайда негізгі түстер алғашқы ұстанымдарда болады. *Қосымша түстер:* сия көк, қоңыр, қара, нөлдік – бұл түстер жағымсыз сипаттарды білдіреді: алаңдаушылық, стресс, қорқынышты толғаныстар, өкінішті білдіреді. Ал бұл түстердің негізгілер ретінде берілуі өзге де мағыналарға ие.

Түрлі түсті карточкаларды араластырып, экспериментке қатысушыға қай түс қатты ұнаса, сол түсті таңдау ұсынылады. Мұнда оларға киіміне, көзінің түсіне байланысты таңдамау керек екені ескертіледі. Дәл осы кездегі қай түс ерекше ұнаса, сол түсті таңдау ғана қажет. Белгілі түсі бар карточканы таңдап алған соң оның түсін төмен қаратып, жеке төңкеріп қоямыз да, қалған 7

түстен неғұрлым жағымдылауын таңдауды ұсынамыз. Таңдалылып алынған карточканың түсін жоғары қаратып, біріншісінің оң жағын ориентастырамыз. Бұл таңдауды тағы да қайталаймыз да, карточкалардың нөмірлерін қойылған ретімен жазамыз.

2-3 минут өткен соң карточкаларды қайтадан жаямыз да, алдындағы процедура қайтадан қайталанады. Мұнда, біз экспериментке қатысушыға алдындағы таңдауларын еске түсіруге және саналы түрде алдыңғы ретті өзгертуге тырыспауын сұраймыз. Ол түстерді тек енді ғана таңдап тұрған тәрізді болуы тиіс. Алғашқы таңдау тілегіндегі жәй күйі де, екіншісі- шындығындағы жағдайы. Зерттеу мақсатына байланысты тест нәтижелерін интерпретациялаймыз.

Тестілеудің нәтижелерінде сегіз позицияны аламыз:

Бірінші және екінші – анық ниеті (+ + белгіленеді);

Екінші және үшіншісі – ниеті (\* \*);

Бесінші және алтыншы – түске немқұрайлылығы (- -);

Жетінші және сегізінші – түске антипатия (- -).

Люшердің пікірінше негізгі түстер келесі психологиялық қажеттіліктерді белгілейді:

№1 (көк)-қанағаттануға, ұстамдылыққа, тұрақты жағымды бейімділікке қажеттілік;

№2 (жасыл)- өзінің орнын табуға қажеттілік;

№3 (қызыл)- белсенді әрекет ету және жетістікке жетуді қажетсіну;

№4 (сары)-болашағы, армандары бәрі жақсы болады деп үміттену қажеттілігі.

*Адамның психикалық қалпына диагноз қою әдісі.*

Адамның психикалық және дене құрылысына түскен күшті және көңіл-күйі мен белсенділігі, типтік сезімін бағалауға қойылатын-диагностикалық әдіс. Сізге отыз пар қарама-қарсы мағынадағы адамның әр түрлі мінез –құлқын суреттейтін мәлімет берілген. Бағанадағы берілген екі мәліметтің қайсысы сіздің психикалық жағдайыңызға сәйкес келеді, соны белгілейсіз. Сол жақ бағанадағы қалып-кері эмоционалдық қалыпқа сәйкес келеді, ал оң жақтағы-қалыпты эмоционалдық қалыпқа сәйкес келеді. Екеуіне сәйкес келмейтін қалып 0 болып жиналады. Бағанадағы алынған мәлімет белгіленген санмен сәйкес келеді.

1	Хал –жағдайым шамалы	Хал –жағдайым жақсы
2	Өзімді әлсіз сезінемін	Өзімді күшті сезінемін
3	Сылбыр	Белсенді
4	Қозғалысым аз	Қозғалғыш
5	Көңілсіз	Көңілді
6	Көңіл–күйі шамалы	Көңіл–күйі жақсы
7	Шашыраған	Жұмыскер
8	Әлсіз	Қуатты
9	Жай	Шапшаң
10	Қолынан іс келмейді	Іскер
11	Бақытсыз	Бақытты
12	Түнерген	Өмірге риза
13	Шашыранқы	Жинақы
14	Ауру	Сау
15	Ынтасыз	Ынталы
16	Көңіл бөлмеу	Көңіл бөлу
17	Сылбыр	Көңіл–күйі көтеріңкі
18	Қайғылы	Қуанышты
19	Шаршаған	Демалған
20	Әлі жоқ	Әлді
21	Маужыраған	Қуатты
22	Сондай демалғым келіп тұр	Сондай жұмыс істегім келіп тұр
23	Қобалжулы	Сапмақты
24	Пессимист	Оптимист
25	Шыдамсыз	Шыдамды
26	Босаң	Тың
27	Ойлау қиын	Ойлау жеңіл
28	Ұқыпсыз	Ұқыпты
29	Үмітін үзген	Үмітін үзбеген
30	Наразы	Риза

### Қорытындылау

30 пар мәлімет 3 топқа он–оннан бөлінеді. Осы бағандарға қатысты адамның 3 психикалық белсенділігі, көңіл күйі анықталады. Бағандар арасындағы мәліметтердің реттік санын білу осылар болып табылады.

1,2,7,8,13,14,19,20,25,26 –хал–жағдай.

3,4,9,10,15,16,21,22,27,28 –белсенді.

5,6,11,12,17,18,23,24,29,30 –көңіл–күйі.

Барлық психикалық жағдайдың қалыпты ұпай әрбір бағанда – 30 ұпайдан. Ал кері жағдайдағы да – 30 ұпай. Бәрін қорытындылай

келгенде қалыпты жағдайда 90 ұпайға сай келеді, ал кері жағдайдағы да – 90 ұпайға.

Осы алынған түйінге байланысты мынадай қорытынды шығаруға болады. Барлық ұпай 70-тен 90-ға дейін болса, онда сіздің хал-жағдайыңыз, белсенділігіңіз және көңіл-күйіңіз әрқашанда өте жақсы. Ал барлық ұпайыңыз 40-тан 69-ға дейін болса, онда сіздің хал-жағдайыңыз, белсенділігіңіз және көңіл-күйіңіз көп жағдайда жақсы. Егер ұпайыңыз 10-нан 39-ға дейін болса, онда сіздің хал-жағдайыңыз, белсенділігіңіз және көңіл-күйіңіз кейде жақсы болады. Егер ұпайыңыз 0 мен 9 аралығында болса, сіздің типтік хал-жағдайыңыз, белсенділігіңіз және көңіл-күйіңіз анықталмайды. Егер жинаған ұпайыңыз кері бағытта және 39-дан 10 аралығына сәйкес келсе, мынадай қорытындылар келтіруге болады. Яғни сіздің хал-жағдайыңыз, белсенділігіңіз және көңіл-күйіңіз көбіне шамалы болады. Егер жинаған ұпайыңыз кері бағытта және 69-40 аралығына сәйкес келсе, онда көпшілік жағдайда сіздің хал-жағдайыңыз, белсенділігіңіз және көңіл-күйіңіз төмен болады. Ең соңғы жиналған ұпайыңыз 90-70 аралығында болса, онда сіздің хал-жағдайыңыз, белсенділігіңіз және көңіл-күйіңіз әр уақытта өте нашар болады. Ұпайларда бұл соңғы екі жағдайлардың айналадағы ортамен эмоционалдық қарым-қатынастарының нашар екенін көрсетеді.

### 3. Тұлға құрылымын зерттеу әдістері

1. Тұлғаның психологиялық анықтамасы
2. Тұлғаны психологиялық зерттеудің әдіснамалық негіздері
3. Тұлғаны зерттеу әдістері

Кеңес дифференциалды психологиясында темпераменттің біркелкі шарт проблемаларын және қызметін шешуді ескеру мүмкін. В.С.Мерлиннің айтуы бойынша, темперамент – барлығына ортақ, яғни, универсалды, адамның динамикалық психикасының жүргізушісі. В.С.Мерлин темпераментті жалпы деп, универсалды, адам психикасын жалпы динамикасын реттеуші деп есептеді. Жиналған көптеген эксперименталды материалдар қоры темпераменттің әр түрлі қасиеттерін ашады. А.И.Крупнов динамикалық белсенді параметрлерін (психомоторлы, ақыл-ойлы (интеллектуалды, ерікті) өнімді-нәтижелі компонентке индивидтің

санаулы қабілеттерін берілген үш жұмыс режимі: ыңғайлы, максималды, жоғарғы максималды режимдері бойынша зерттеген.

Көптеген моделденген жолмен табылған жаңа эксперименталды материал, темпераменттің қызметтегі маңызды рөл атқаратындығына көз жеткізеді. Көптеген эксперименталды материалдарда темперамент – іс-әрекеттің ерекше түрі ретінде қарастырылады. Соған сәйкес, Б.И.Додонов пен А.А.Бодалевтың зерттеулерінде монотонды әрекеттің эксперименталды моделін айтуға болады. Монотонидің пайда болу дәрежесі мен жылдамдылығын және әр түрлі темперамент типтеріндегі адамдарда түңілу бірін-бірі керісінше байланыстырып, бірін-бірі толықтырады. Ал интровертер мен ригидтерде керісінше, монотонды күйі тез арада көрінеді. Динамиканың әр түрлі жақтарының арқасында монотонды күйі мен жалығу бір-бірін толықтырып тұруы мүмкін, әр түрлі темперамент түрін көрсетушілер асыра қызмет етуіне жақсы жағдай жасалады.

Я.Стреляу және оның әріптестері бірнеше жыл ішінде реактивтілік пен темперамент қасиеттері мен индивидуалды қызмет стилі арасындағы байланысты қарастырды. Я.Стреляу эмоционалды мінездеменің жоқтығын көрсетті. Басты фундаменталды темперамент өлшемінің жүйесінде реактивті және активті болып келеді. Реактивті адам организміне әсері жауап реакциясының көлемін көрсетеді, ал активті ерекше қимыл-қозғалыстардың, қылықтардың интенсивтілігін және ұзақтығын көрсетеді, осы екі кеңестік бір-біріне пропорционал болып келеді.

Конституциондық тұжырымдардың көпшілігі жантану ғылымында өткір сынға алынды. Бұл теориялардың негізгі кемшілігі – тұлғаның психикалық қасиеттерінің қалыптасуында қоршаған орта мен әлеуметтік жағдайлардың ескерілмеуі. У.Шелдон теориясын сынға алған Я.Стреляу былай жазды: «Адамның тамаққа әуес болу, ұжымшыл болу, не қайырымды болу сияқты темпераменттік қасиеттері оның дене құрылымындай нәсілдік белгі емес, мұндай қасиеттер анатомиялық-физиологиялық негізге ие болғанымен тәрбие және әлеуметтік ортада ғана қалыптасады» (Бойко В.В.)

Темпераменттің рөлі кәсіптік қызметте жеткілікті зерттелсе, қиын жоғарғы қызметте азырақ дәрежеде зерттелген. Әр түрлі темпераментті адамдардың тәртіп ерекшелігін ашатын қиын



жағдайларда Я.Стреляу мен В.С.Мерлиннің қол астындағы эксперименталдық зерттеулерді біріншіден атап айтуымыз жөн.

В.М.Теплов, кейін В.Д.Небылицын темперамент типологиясын жаңа элементтермен толықтырады. Ересек адамның жүйке жүйесінің лабильдігі – жүйке процесінің туындау және сөну шапшаңдығында көрінеді де, ал динамикалығы – қозғып, ұнамды және кері әсерлі, тежегіш шартты рефлекстердің оңай және жылдам түзілуінен байқалады.

Темпераменттің нәтижелі қызметке кәдімгі жағдайда және стрестік жағдайда әсері туралы сұрақ Я.Стреляу лабораториясында арнайы оқытылатын пән негізінде қарастырылды. Сынға екі топ шығады, олардың біреуі жоғарғы реактивті, ал екіншісі төменгі реактивті 12-15 жас аралығындағы ұл балалар. Олар екі қолымен екі килограмдық шарды максималды қашықтыққа стрестік жағдайда лақтыру керек болды. Нәтижесінде екінші баланың стрестік жағдайында қалыпты жағдайдан гөрі күшеюі, ал бірінші индивидте аналогиялық жағдайда түсетіндігі көрсетілді. Я.Стреляу бұны төменгі реактивті тұлғаларда стрестік жағдай қозу жағдайын туындатып, максималды көрсеткішке жетуге, ал жоғарғы реактивті адамдарда дәл осындай жағдай қорытындысы шектен тыс қозуға және тежелу қызметіне әкеледі деп көрсетеді. Темперамент типі мен эффективті қызмет арасында экстремальдық жағдайда тәуелділік пайда болады.

Айзенктің темпераментті анықтау тесті, Белованың темперамент формуласы атты тесті, Я.Стреляудың темпераментке байланысты тестері жатады. Осының ішінде А.Белованың әдістемесіне сипаттама берсек: бұл әдістеме 4 бөлімнен тұрады. Әр бөлімде 20 ой-пікірлер ұсынылады. Осы пікірлермен келіссеңіз, иә «+» белгісін, келіспесеңіз жоқ «-» белгісін қоясыз. Яғни бөлімдерге жауап беру барысында 16-20 пікірмен келіссеңіз, онда сол бөлімдегі темперамент типі басым, 15-16 жауап берсеңіз орташа деңгейде, 6-10 ғана болса сәл төмендеу. Содан арнайы формулаға салып, яғни көрсетілген, содан қорытынды шығаруға болады. Сондықтан да, бұл әдістеме темпераменттің формуласы деп аталады.

#### «Физиогномика бойынша мінезге сипаттама беріңіз»

Физиогномика гректің табиғат және білемін сөздерінен шыққан. Бұл адамның сыртқы келбетімен оның белгілі бір тұлғаның типіне жататыны арасында байланыс және осының көмегімен адамның

сыртқы белгілері арқылы осы типтің психологиялық мінездемесі анықталуы мүмкін туралы ілім. Физиогномика ауыздың формасымен мөлшері адамның ішкі энергиясын анықтауға болатынын көрсетеді. Мысалы, үлкен ауыз және төмен қараған ауыз бұрыштары батылдылық пен еріктіктің белгісі кішкентай ауыз әлсіз мінез және өмір сүруге күресті уайымдайтын адамға тән. Ал ерін туралы айтатын болсақ, шырынды ерін тез қарым-қатынасқа түсетін, ашық, әр түрлі жағдайдан шығу жолын табатын адамдарға тән. Жіңішке ерін суық, бірақ тартымды адамдарға тән. Бұндай ерін ұстамды қатал адамдарда болады. Гармоникалық ерін ирониясы бар, поэтесса, ақындарға, интеллектуалды адамдарға тән. Жуан ерін өз-өзіне бақылау жасайтын бірқалыпты адамдарға тән.

**Я.Стреляудің темпераментті зерттеуге арналған сауалнамасы**

Сауалнама 134 сұрақтан тұрады. Берілген сұрақтар әр түрлі темперамент қасиеттеріне жатады. Осы сұрақтарға жауаптар жақсы немесе жаман бола алмайды. Өйткені әр темперамент өзінің ерекшеліктеріне ие. Сұрақтарға рет-ретімен өткен сұрақтарға оралмай жауап беру қажет. Әр сұраққа үш жауаптың біреуін таңдап «иә», «жоқ» немесе «білмеймін» белгілеу қажет. Білмеймін деген жауапты «иә» немесе «жоқ» дегенге тоқталуға қиын болғанда ғана жауап беруге болады. Сауалнама жауаптарының коды бар. Жауаптардың сәйкестігін осы кодтар бойынша тексеріп жауаптың балдарын шығарамыз. Балдарды үш тип бойынша анықтауға болады.

1. Қажу күші.
2. Тежелу күші
3. Қозғалысы.

Талдаулардың көрсетуінше, темперамент типологиясы әдетте темпераменттің биологиялық елестету деңгейіне сәйкес келетіндігін көрсетеді. Мысалы, Гиппократ бойынша, темперамент негізінде 4 сұйықтық жатыр, осыдан темпераменттің 4 типі шыққан; Кречмерде – дене бітімінің 3 типі – темпераменттің 3 типіне сәйкес келеді, И.П.Павловта – жоғары жүйке - жүйесі қызметінің 4 типі, және сәйкесінше 4 темперамент типі.

Темпераменттің негізін құрайтын, адам ағзасының тұтас биологиялық негізі туралы нақты ақпаратты біле алатын уақыт алыс емес екені белгілі. Бұндағы маңызды нәрсе, адамның биологиялық

қасиеттері туралы білімдерінің темпераменттің психологиялық сипаттамаларын қандай жолмен ашуға көмектесетіндігінде.

Бұл күрделі мәселені шешуде маңызды рольді, біздің ойымызша, көрнекі психологтар - Б.М.Теплов, В.Д.Небылицин, В.С.Мерлин [1] және олардың шәкірттерінің дифференциалды психофизиология аймағында дамып келе жатқан, екі-аспектілі психика тұжырымдамасы алуы мүмкін.

Бұл тұжырымдаманың маңызы мынада. Ғылыми зерттеудің белгілі бір деңгейінде адамның жеке психикасында екі формальды – динамикалық (психо-динамикалық деп те аталады) және мағыналы аспектілерінің бөлінуі пайымдалады. Егер мағыналы аспект нақты психологиялық құрылымдар, нақты түрткілер, мақсаттар және т.б. арқылы шығып, адамның қоршаған ортасы, заттар әлемінен өзара әрекет нәтижесінде қалыптасатын жеке психиканың барлық қасиеттері мен белгілерінің жиынтығын құраса, ал формальды-динамикалық аспектісі жекелей-тұрақты нейрофизиологиялық, дәлірек айтқанда, адам әрекетінің жекелей-нақты түрлеріне қатыстырылған барлық биологиялық компоненттерінің есебінен, психологиялық әрекеттің негізінде жатқан, олардың нақты мақсаттары, түрткілері, тәртіп бағдарламасы және т.б. тәуелсіз, психо-физиологиялық талдап қорыту нәтижесінде қалыптасатын адам психикасындағы белгілер мен қасиеттердің жиынтығын қамтиды.

Темпераментте біз В.Д.Небылициннің ізімен, жоғарыда айтылғандай, екі құрылым бөлігін: жалпы белсенділік және эмоционалдылықты бөліп қарастырамыз, біздің ойымызша олар қажетті компоненттер ретінде біріншілері – жалпы қабілеттерге (интеллект), екіншілері – мінезге қосылады.

Тұлға – бұл көп деңгейлі, тұтас, интегративті, үнемі даму және қозғалыс үстіндегі, құндылықты-мағыналы түйіні бар әлеуметтік психологиялық образдар. Бірақ тұлғаның бұл қозғалысы мен дамуының қалай жүзеге асатындығын психологиялық тұрғыда түсіну үшін, оған мінез, ақыл, қабілеттер, білімдер сияқты белгілі образ, басқа да темпераментті қосып қарастыру қажет. Алайда, К.А.Абульханова – Славскаяның пікірінше тұлғаны факторларға, кезендерге, қырларына, жақтарына, аспектілерге және т.б. бөлу оның дамуы мен жетілуін түсіндіре алмайды.

Ол үшін оның ойынша, адамның барлық тіршілік әрекетіне талдау қажет болады. Темпераментті тұлға құрылымына қосу,

біздің пікірімізше, жеке тұлғаның тұлғалық қасиеттерінің қалыптасуына және әрекет етуіне жауапты психологиялық механизмдерді тереңірек түсінуге мүмкіндік береді (К.К.Платонов)

Жоғарыда келтірілген тұжырымдаманың негізінде біз қандай да бір психологиялық қасиеттің темпераментке жататын жеті критерийін ұсынамыз.

Қарастырылатын психологиялық қасиеттер:

1) тәртіп пен әрекет түрінен тәуелсіз, яғни, тәртіп пен әрекеттің формальды әрекетін бейнелейді (мағына, түрткі, мақсат және т.б. тәуелсіз);

2) адамның элемге, адамдарға, өзіне, әрекетіне деген қатынасының динамикалық (энергетикалық) өлшемін сипаттайды;

3) әмбебап және тіршілік пен өмір сүрудің барлық аймағында көрініс табады;

4) балалық шақта ерте білінеді;

5) адам өмірінің ұзақ уақыт бойына тұрақты сипатталады;

6) жүйке жүйесі және өзге де биологиялық жүйе бөліктерімен (гуморальды, дене және т.б.) әрекеттесе алады;

7) тұжым қуалайды.

Темпераментті диагностикалау үшін қазіргі кезде әдетте сауалнамалар немесе адамның табиғи мінездемесін ескермейтін, адамның тұрмыстағы, өндірістегі, аурухана немесе лабораториядағы әрекетін ұзақ уақыт тексеру және бақылау әдістемелері қолданылады. (Сонымен қатар В.С.Мерлин және В.Д.Небылициннің мектептерінде жасалған бірқатар эксперименталды әдістемелер де бар.) Темпераменттің көрсеткіштер саны темперамент құрылысының түсінілуімен және оның тұлға құрылымындағы орнына байланысты әртүрлі болып келеді. Мысалы, В.С.Мерлиннің мектебінде эксперименталды жолмен темпераменттің тоғыз негізгі көрсеткіші бөлінді:

1) эмоционалды қозғыштық, 2) зейіннің қозғыштығы, 3) эмоцияның күші, 4) қобалжу, 5) еріксіз қимыл-қозғалыстардың жылдамдығы (импульсивтілік), 6) ерікті, мақсатқа бағытталған әрекеттің белсенділігі, 7) иілгіштік- ригидтілік, 8) резистік, 9) субъективация. Бұл көрсеткіштердің барлығын, біздің ойымызша, темперамент категориясына жатқызуға болмайтыны белгілі. Мысалы, зейіннің қозғыштығы – интеллектінің динамикалық сипаттамасы, ал белсенділіктің еріктік әрекеті және субъективациялар сияқтылар – мінездің динамикалық сипаттамалары.

Сонымен бірге, темпераментті биологиялық детерминанттың арқасында пайда болған адамның психикалық көзқарасында, әрекетінде көруге болады. Осыдан келе темперамент 2 әрекет бойынша дамиды: 1) биологиялық әрекеттің өсуінен; 2) бір-бірін ұйымдастырушы түрде алмастырып тұратын түрде, яғни тәрбие және шынығу жағынан. Біздің көзқарастарымыз бойынша, темперамент адамға энергиялық әрекеттерді үнемді пайдалануға көмектеседі. Табиғаттың жаратылысынан берілген энергодинамикалық деңгейдің әрекеттер психиканың, дұрысында темпераменттің адамға өзінің энергиясын дұрыс қолдануға әсерін тигізуде. Сонымен темперамент әрекетті көзбояушылық түрінде ғана көрсетіп қоймай, сонымен бірге организмді өте көп немесе керісінше, өте аз мөлшерде пайдаланудан қорғайды. Адамның организмі, біріншіден, шамадан тыс мөлшерде энергияның шадырауынан, екіншіден, өмірге деген қызығушылығы аз болуын қауіпке тенеді. Дәл осыдан темпераменттің бейімделу ролі тұрады.

Қорыта келе, адамның ең қажет компоненті – темперамент терең, теориялық және эксперименталды зерттеудің жаңа, қазіргі таңдағы психологиямен алмасуын айта кеткен жөн.

Ежелгі уақыттан бері зерттеулер, адам іс-әрекетінің бақылап отырып, адамның мінезі оның денесімен, физиологиялық функциясына байланысты дептоптастыруға тырысқан. Сондықтан темпераменттің әртүрлі типологиялары қалыптасқан. Бұлардың кейбіреуі ғана шындыққа жанасады, темперамент не туа беріледі, не жүре пайда болады. Бұл тұлғаның дене ерекшеліктеріне байланысты. Бұл типологиялар конституцияланды типология деген атқа ие. Э.Крәчмер 1821 жылы «Строение тела и характер» атты еңбегінде конституцияланды типологияны адамның психикалық ерекшелігіне байланыстыра отырып 4 типке бөлген:

1. Лептосоматик – әлсіз дене бітім деп суреттейді, ұзын бойлы, кеудесі жалпақ, иықтары жіңішке, денесінің төменгі бөлігі ұзын және арық.

2. Пикник – орта бойлы, қарны қампиған, домалақ бас, қысқа мойын.

3. Атлетик – бұлшық еттері күшті дамыған, денесі мығым, берік, ұзынша немесе орта бойлы, кең иықты, жамбас сүйектері тартылған.

4. Диспластик – дене бітімі қисынсыз. Бұл адам – әрқилы зақым – сырттарға ұшырағандар.

Аталған дене құрылысы типтеріне үш темперамент типі сай:

1. Шизотомик –дене құрылымы нәзік, әлсіз дамыған, тұйық, эмоциялары ауыспалы, тұрақсыз талаптармен көзқарастары сәйкес келе бермейді, осыдан қоршаған ортаға икемделуі қиын.

2. Иксотмик – денесі мығын, мінезі байсалды, сезімталдығы кем, ойлау қабілеті

3. Циклотомик – домаланған денелі, эмоциялары қайғы мен қуаныштың арасында бірдей, тіл тапқыш, көзқарастары шындықтан ауытқымайды.

Кречмердің бұл теориясы Европа мен АҚШ-та кеңінен таралған. У.Шелдон 40-шы жылдары темпераментпен дене екі бөлек деп көрсетеді, яғни адам бойындағы екі параметр бір-бірімен тығыз байланысты. Дене жүйесі темпераментті анықтайды. У. Шелдон адам денесінің қалыптасуын талдай келе, эмбриологиядан бірнеше терминдерді алған. Сонымен ол негізгі үш типті көрсетті.

1. Эндоморфты (эндодермаданішкі ағза қалыптасады). 2. Лизоморфты (бұлшық ет жасаушылары мезодермадан қалыптасады). 3. Эктоморфты (эктодермадан тері мен нерв жасушалары қалыптасады).

Сондықтан энфоморфты типі адамдардың дене бітімі әлсіз болады. Ал мезоморфты типтегілер мығым денелі, физикалық тұрғыдан күшті болады. Эктоморфты типтілер –ағзалары әлсіз, күші аз болады.

У.Шелдон бұл типтердің дене бітіміне қарай темперамент типтерін мынандай үш топқа бөлген: висцентрония (латын тілінен аударғанда Viscera –«ішкі» соматотония (грек тілінен аударғанда Soma–«дене») және церебротония (латын тілінен аударғанда Cerebrum–«ми»).

Темперамент типтері У.Шелдон		
Висцентония	Соматотония	Церебротония
1	2	3
Қозғалыс әлсіздігі үйлесімділікті сүйю реакция баяулығы тамақ сау асқорыту процесінен рахат алады. Жағымды ортада болуды ұнатады, Қоғамдық өмірді сүйеді.	Қимыл қозғалысы нақты. Физикалық іс- әрекет жасауға бейім. Қимыл-қозғалысты үнемі қажет етеді және одан рахат алады. Ойында тәуекел етуге бейім. Батыл агрессиясы	Ұйқысы бұзылған, үнемі шаршау, субъективті ойлау, жас өспірімдік кезеңде алкогольді ішімдіктерге шыдамды, қиын сәттерде бөлектенуді ұнату үлкен жасқа

<p>Аппак – әсіресе өзін қорыққандарды мақаббатын бөленгенді жақсы көреді. Эмоционалды төпе -теңдік. Шыдамдылық, қарым-қатынасқа өте сезімтал. Қиын сәттерде адамдарға керекті. Отбасы мен балаларына бағдырланады.</p>	<p>күшті психологиялық сезімі жоқ. Қиын сәттерде іс-әрекет жасауға қажет. Клаустрофобия (жабық кеңістіктен қорқу) жан ашудың жоқтығы үнемі шулы әрекет жасайды. Сыртқы келбеті үлкен адамдарға тән.</p>	<p>бейімделгіш. Қарым-қатынасқа түсуде тежелгіш. Агрофобия (ашық кеңістікте қорқу) іс-әрекеті беймәлім, ауруға шыдамсыз.</p>
--	---	--

А.Белов бойынша «Темперамент формуласы» әдісіне тоқтала кетсек, темперамент формуласын анықтауда адамның темпераментінің әр түрлі типтерінің белгілі бір пайыздық мөлшері болатынын ескердік. Бұл темпераменттік мөлшерді (моделді) білу өзіңдік бақылауды және өз істеріне баға беруді тиімді атқаруға мүмкіндік туғызады, қарым-қатынас жасаудың тиімді түрлерін және әдістері мен тәсілдерін дұрыс таңдауға, өз іс-әрекетін сауатты жүргізуге, жолдастық жақсы қарым-қатынастар орнатуға ықпал етеді. Темперамент моделін анықтау әдістемесі берілген кестедегі тест ретінде ұсынылған «паспортты» толтыру қажеттілігін талап етеді. Темперамент формуласын анықтаудағы жұмыс тәртібі:

а) Төрт топқа бөлінген қасиеттер жазылған мәтінді оқи отырып, егер оның кейбірі өз бойыңыздан байқалатын болса, онда «иә» деп жауап беру қажет.

б) Нәтижелерді өңдеу алгоритмі. Алдымен, әрбір топтағы (А1 А2 А3 А4) «иә» деп берілген жауаптардың жалпы санын шығару керек. Содан соң төмендегі темперамент формулалары бойынша темперамент түрлерінің пайыздық арақатынасы анықталады:

$$X = \frac{AI\ 100}{A} \text{ - холерик --- пайызы}$$

$$X = \frac{AII\ 100}{A} \text{ - сангвиник --- пайызы}$$

$$X = \frac{AIII\ 100}{A} - \text{флегматик --- пайызы}$$

$$X = \frac{AIY\ 100}{A} - \text{меланхолик --- пайызы}$$

### А. Белов бойынша «Темперамент формуласы» тесті

Темперамент «паспортындағы» сізге күнделікті, әдеттегі тән сапаларды «+» белгісімен белгілеңіз.

#### Егер сіз:

1. Тынымсыз, бір орында отыра алмасаңыз;
2. Ашуланшақ қызба;
3. Шыдамсыз;
4. Адамдармен қатынаста дөрекісіз, тік мінездісіз;
5. Шешім қабылдағыш, бастамашыл;
6. Бірбеткей;
7. Пікірталаста тапқыр;
8. Ұмтылыспен жұмыс істейтін;
9. Тәуекелге бейім.
10. Кекшілсіз және ренжігішсіз.
11. Жылдам, қызба, дауыс ырғағы ретсіз.
12. Ұшқалақсыз, қызу қанды.
13. Агрессивті, сотқарсыз.
14. Тәуекелге бейімсіз.
15. Мәнерлі ымды тез түсінгіш
16. Жылдам шешім қабылдап, әрекет жасайтын.
17. Талмай жаңалыққа ұмтылатын.
18. Шалт және шұғыл қозғалатын.
19. Қойылған мақсатқа жетуге табанды.
20. Көңіл-күйіңіз шұғыл өзгеріп отырса - сіз *таза холерик*.

#### Егер сіз:

1. Көңілді, ақжарқын.
2. Қуатты, іскер.
3. Бастаған ісіңізді жиі аяғына жеткізбесеңіз.
4. Өзіңізді асыра бағалауға бейім болсаңыз.



5. Барлық жаңалықты тез қабылдауға қабілетті.
6. Қызығушылық пен бейімділіктерің тұрақсыз.
7. Сәтсіздіктер мен жағымсыз жағдайларды жеңіл қабылдайсыз.
8. Түрлі жағдайларға тез бейімделсеңіз.
9. Кез-келген жаңа іске қызығушылықпен кіріссеңіз.
10. Егер іс қызықтырмаса, тез айнасыз.
11. Жаңа жұмысқа тез кірісіп, бір істен екіншісіне тез ауысасыз.
12. Күнделікті қайталана беретін жұмыстардан жалықсаңыз.
13. Көпшілсіз, қайырымдысыз, жаңа адамдармен қарым-қатынаста қысылмайсыз.
14. Төзімді, жұмысқа қабілетті.
15. Мәнерлі қимылдар мен ишараларды қолдана отырып, тез, ашық сөйлейсіз.
16. Кездейсоқ, күрделі жағдайларда өзін ұстай білетін.
17. Әрқашан сергек көңіл-күйде болатын
18. Тез ұйықтап, тез оялатын.
19. Көп жағдайда жинақы емес, асығыс шешім қабылдайтын.
20. Кей жағдайда алаңдап, салғырт өмір сүруге бейім болсаңыз, сіз әрине, *сангвиник*.

#### Егер сіз:

1. Ұстамды және байыпты.
2. Істе жүйелі және байсалдысыз.
3. Ойланып, абайлап, парасатпен әрекет ететін.
4. Күте білетін.
5. Тұйықсыз, бос сөйлеуді ұнатпайтын.
6. Қатты эмоция, қимылдар мен ишараларсыз, байсалды және бірқалыпты сөйлейтін
7. Ұстамды және шыдамды.
8. Бастаған ісіңізді соңына жеткізе алатын.
9. Босқа күш жігеріңізді жұмсамасаңыз.
10. Жұмыс барысында, күнделікті өмірде қалыптасқан күн тәртібін ұстансаңыз.
11. Жағымсыз жағдайларда төзімділік көрсетсеңіз.
12. Қолдау мен кемсітулерге көп көңіл бөлмейсіз
13. Кекшіл емес, өз атыңызға айтылған сын пікірлерге кешіріммен қарайтын.
14. Өз қатынастары мен қызығушылықтары тұрақты.
15. Жұмысқа баяу кірісіп, бір істен екіншісіне баяу ауысасыз.

16. Барлығына бірдей қатынастасыз.
17. Барлық істегі тәртіпті және ұқыптылықты ұнатасыз.
18. Жаңа жағдайға қиындықпен бейімделесіз.
19. Ұстамдылық қасиетіңіз бар.
20. Біршама салғырт, босаң және аз қозғалсаңыз, онда *сіз-флегматиксіз*.

**Егер сіз:**

1. Ұялшақ болсаңыз.
2. Тосын жағдайда абыржып қаласыз.
3. Бейтаныс адамдармен байланыс орнату сіз үшін қиын.
4. Өз күшіңізге сенбесеңіз.
5. Жалғыздықты жеңіл көтересіз.
6. Сәтсіздіктерде көңіліңіз құлазып, ұнжырғаңыз түседі.
7. Тұйықталу жағдайын басыңыздан жиі өткерсеңіз.
8. Тез шаршайсыз.
9. Кейде сыбырлап, әлсіз дауыспен сөйлейсіз.
10. Әңгімелесуші адамның мінез-құлық сипатына еріксіз бейімделсеңіз.
11. Әсершіл және жылауға дейін барсаңыз.
12. Қолдау мен кемсітулерді шектен тыс уайымдайсыз.
13. Өзіңізге және айналадағыларға жоғары талап қоясыз.
14. Секемшіл және күмәншілсіз.
15. Жаныңыз тез жараланады және сезімталсыз.
16. Шектен тыс өкпелегіш.
17. Өз ойыңызбен ешкіммен бөліспейсіз, тұйықсыз.
18. Белсенді емес және жасқаншақсыз.
19. Жол бергіш, көнбіс.

Айналадағылардан түсіністік пен жанашырлықты қажетсіңсеңіз, *сіз- меланхолик*.

**Айзенк сауалнамасы (жеткіншектер-12-17 жас аралығына)**

Мақсаты – бала темпераментінің ерекшеліктерін айқындау.

Нұсқау: Сіздің іс-әрекеттеріңіздің ерекшеліктері жөнінде сізге бірнеше сұрақтар беріледі. Егер сұрақтың жауабы келісетін болса, «+» белгісін қой, егер келіспеймін болса, «-» белгісін қой. Жауапты ойланбай тез беру керек, өйткені бірінші әрекетіңіз маңызды.

Сауалнама мәтіндері:

1. Өзіңнің айналанда шуды және әбігершілікті ұнатасың ба?

2. Сені жубататын достарыңды жиі қажет етесің ба?
3. Сабақта отырмаған кезінде сенен бір нәрсе сұрағанда жауапты тез таба аласың ба?
4. Сен кейде ашуланып боласың ба немесе ызаланасың ба?
5. Сенің көңіл күйің жиі өзгеріп тұрады ма?
6. Саған достарыңмен кездескеннен, жалғыз болған ұнайды ма?
7. Түрлі ойлар сенің ұйықтауыңа кедергі жасайтын кездер болды ма?
8. Саған айтқанды дәл солай істейсің бе?
9. Басқалармен әзілдескенді ұнатасың ба?
10. Еш себепсіз өзінді бақытсыз сезіндің бе?
11. Сен көңілді адамсың ба?
12. Мектеп ережелерін бұзған күндерің болды ба?
13. Сені көп нәрсе ашуландырады ма?
14. Жылдамдықты керек ететін жұмыстарды ұнатасың ба?
15. Бола жаздаған бірақ соңы жақсы біткен оқиғаларды көп ұяқыт уайымдап жүресің бе?
16. Саған сенің кез келген құпияны айтуға болады ма?
17. Зерігіп отырған балалардың көңілін көтере аласың ба?
18. Кейбір кездері еш себепсіз жүрегің қатты соғады ма?
19. Біреумен достасу үшін бірінші қадам жасайсың ба?
20. Өтірік айтқан кездерің болды ма?
21. Сен істеген жұмысыңнан адамдар кемшілік тапса қатты ренжисің бе?
22. Достарыңмен қызық әңгімелер айтып, әзілдескенді ұнатасың ба?
23. Еш себепсіз шаршайсың ба?
24. Сен бірінші сабағыңды орындап сосын ойнайсың ба?
25. Сен әдетте разы емес көңілдісің, солай ма?
26. Көп ренжисің ба?
27. Басқа балалармен ойнағанды және әңгімелескенді ұнатасың ба?
28. Тұрмыста жақындарыңа көмектесесің бе?
29. Басыңның айналған кездері болады ма?
30. Біреулерді ыңғайсыз жағдайға қоғанды немесе біреуге күнгенді ұнатасың ба?
31. Бір нәрседен жалыққан кездерің жиі болып тұрады ма?
32. Мақтанғанды ұнатасың ба?
33. Басқа балалардың арасында үндемей тұрасың ба?

34. Сен қатты толқығаннан бір орында отыра алмай кететін кездерің болады ма?
35. Бір нәрсеге тез шешіле аласың ба?
36. Мұғалім жоқ кезде сабақ уақытында шулайсың ба?
37. Қорқынышты түстерді жиі көресің бе?
38. Бәрін ұмытып, достарыңның арасында жақсы көңіл көтеріп отырасың ба?
39. Сені ренжіту оңай ма?
40. Біреуді жамандаған күндерің болды ма?
41. Өзіңді бейқам, қамсыз деп санайсың ба?
42. Өзің ыңғайсыз жағдайға түскен кезінде көп уақыт уайымдап жүресің бе?
43. Шулы және қызықты ойындарды жақсы көресің бе?
44. Саған ұсынған тамақтың барлығын жей бересің бе?
45. Сенен бір нәрсе сұранса жоқ деп жауап беру қиын ба?
46. Қонаққа жиі барғанды ұнатасың ба?
47. Өмір сүргің келмей кететін кездерің болады ма?
48. Ата-анаңа дөрекі болған кездерің бар ма?
49. Сені көңілді адам деп санайды ма?
50. Сабағыңды орындаған кезінде көңілің басқа жаққа алаңдайды ма?
51. Үлкен думанға қатыспай, жанынан қарап отырғанды ұнатасың ба?
52. Түрлі ойлардан ұйықтай алмайтын кездерің болды ма?
53. Саған тапсырылған жұмысты орындай алатыныңа сенімдісің ба?
54. Жалғысырау сезімде боласың ба?
55. Бейтаныс адамдармен бірінші сөйлеуге ұяласың ба?
56. Кеш болғанда бір нәрсе істеуді жиі шешесің бе?
57. Саған баланың біреуі айқайласа сенде оған айқайлайсың ба?
58. Кейбір кездері еш себепсіз өзіңді қайғылы немесе көңілді сезінесің бе?
59. Қонақта, шыршада шын риазлық алуға болады деп есептейсің бе?
60. Бір нәрсені ойламай істегеніңе жиі толқисың ба?

Кілт:

1. Экстроверсия – интроверсия:

«ия» («+») 1, 3, 9, 11, 14, 17, 19, 22, 25, 27, 30, 35, 38, 41, 43, 46, 49, 53, 57.

«жоқ» («-») 6, 33, 51, 55, 59.

## 2. Нейротизм

«ия» («+») 2, 5, 7, 10, 13, 15, 17, 18, 21, 23, 26, 29, 31, 34, 37, 39, 42, 45, 50, 51, 52, 56, 58, 60.

## 3. Өтірік көрсеткіші

«ия» («+») 8, 16, 24, 28, 44

«жоқ» («-») 4, 12, 20, 32, 36, 40, 48.

## Нәтижелер бағасы

Экстра – интроверсия шәкілінің бағалау кестесі

Интроверсия		Экстраверсия	
Едәуір	Орташа	Едәуір	Орташа
1-7	8-11	12-18	19-24

Нейротизм шәкілінің бағалау кестесі

Сезімдік салмақтық		Сезімдік салмақсыздық	
Едәуір	Орташа	Едәуір	Орташа
1-10	11-14	15-18	19-24

## Мәліметтер түсініктемесі

Әдістеме 3 шәкілдеп тұрады – экстраверсия-интроверсия, нейротизм және ерекше шәкілдер, олар зерттелушінің зерттеуге қатынасы мен адалдық бағалауға арналған.

### 1. Экстраверсия-интроверсия

Типтік экстравертке мінездеме бергенде, оның адамдармен үйрлігін, таныстарының көптігін, қарым-қатынасты қажет етуін белгілейді. Экстраверт жағдайға байланысты әрекеттер жасайды, серпіңді, ашушаң. Ол қамсыз, оңтайлы, көңілді, мейірбан. Сезімі қатаң бақылауда емес, тәуекелді қылықтарға бейім. Оған әр уақытта сенуге болмайды. Типтік интроверт – ол тынық, ұялшақ, интроектті адам, өзін талдауға бейім. Ұстамды, өзін туысқандарынан басқа адамдардан алысырақ ұстайды. Өзінің іс-әрекеттерін алдын ала жоспарлайды, кенеттілікке сенбейді, шешім қабылдауға байсалды қарайды, барлық кезде тәртіпті ұнатады. Өзінің сезімдерін бақылайды, оны ашуландыру онай емес. Өнегелі нормаларды бағалайды, түңілуші.

### 2 Нейротизм – сезімдік тұрақтылық

Сезімдік тұрақтылықты немесе тұрақсыздықты сипаттайды. Сезімдік тұрақтылық – ұйымдастырушылық іс-әрекеттерді, стресстік және қадімгі жағдайларда жағдайлық мақсаттықты

сактауда көрінеді. Ержетумен, жақсы бейімделумен, қатты қызулықтың, мазасызданудың болмауымен, сонымен бірге адамдармен үйлесуімен, озаттықпен сипатталады. Нейротизм тұрақсыздықта, қатты ашушандылықта, бейімделуінің нашарлығында, көңіл-күйдің тез өзгеруінде, ұмытшақтықта, мазасыздануда және кінә сезімінде, қамсыздануда, депрессияларда, стресті жағдайларда тұрақсыздықта байқалады. Сезімділік, серпінділік, адамдармен қатынаста ашушандылық, ықыласының өзгеруі, әсерлілігі, өзіне сенімсіздік нейротизмге сай сезімдер. Нейротизм шәкілінде үлкен көрсеткішке ие адамдарда жағымсыз стресті жағдайларда невроз дамуы мүмкін.

Экстра-интроверсия шәкілінің орташа көрсеткіштері: 7-15 балл.  
Нейротизм шәкілінің орташа көрсеткіштері: 8-16 балл.

Егер адалдық шәкілінің көрсеткіштері 10 балдан асқан болса, онда зерттеу нәтижелері дұрыс емес және зерттелуші сұрақтарға ашық жауап беруі тиіс деп есептеледі.

Жүйке жоғары қызметінің физиологиясынан мәліметтерді ала отырып, Айзенк Павловтың күшті және әлсіз түріндегі адамның экстраверттік және интроверттік түрлері сай келеді деп гипотеза береді. Интро және экстраверсияларының табиғаты орталық жүйке-жүйесінің туа байда болған қасиеттерінде көрінеді. Осылайша, Экстра-интроверсия шәкілінің мәліметтерін қолдана отырып, Павлов топтастыруы бойынша адамның темперамент көрсеткіштерін шығаруға болады. Ол төрт классикалық түрлерді бейбелеген: сангвиник (орталық жүйке жүйесінің негізгі қасиеттерінен күшті, салмақты, еті тірі деп сипатталады); холерик (күшті, салмақсыз, еті тірі); флегматик (күшті, салмақты, салғырт); меланхолик (әлсіз, салмақсыз, салғырт). Кестеде темперамент түрлерінің сауалнама шәкілдерімен ара қатынасын көруге болады:

### ТҰРАҚСЫЗ

Оңай абыржиды	Белсенді
Мазасыз	Сезімталды
Ойлануға бейім	Тынышсыз
Пессимисті	Қозғалмалы
Ұстамды	Өзгермелі
Адамдарға үлессіз	Тұрақсыз
Тыныш	Серпінді
	Оптимистік

Меланхолик	Холерик
Флегматик	Сангвиник
	Адамдармен үлесті
	Қатынасты
	Сөзбен
	Ықыласты
	Еркін
	Жарқын
	Қамсыз
	Ынталы

Етокар

Сақ

Ақшды

Мейірбан

Бейбітшілік сүйгіш

Басқара алатын

Сенімді

Тынық

Сауалнама парағы

Аты, тегі, әжесінің

аты \_\_\_\_\_

Мерзім \_\_\_\_\_

Жасы \_\_\_\_\_

	Жауап			Жауап			Жауап	
	Иә	Жоқ		Иә	Жоқ		Иә	Жоқ
1			21			41		
2			22			42		
3			23			43		
4			24			44		
5			25			45		
6			26			46		
7			27			47		
8			28			48		
9			29			49		
10			30			50		
11			31			51		
12			32			52		
13			33			53		
14			34			54		
15			35			55		
16			36			56		
17			37			57		
18			38			58		
19			39			59		
20			40			60		

#### 4. Мектептегі оқуға психологиялық дайындық

1. Мектептегі оқуға дайындықтың өзекті мәселелері
2. Мектептегі оқуға психологиялық дайындық ерекшеліктері
3. Мектептегі оқуға дайындықты диагностикалау

Теориялық жағынан мектептегі оқуға дайындық мәселесімен біздің республикамыз бен өзге де елдерде көптеген мамандар шұғылданатынын ғылыми әдебиеттерге жасаған шолулар көрсеткенімен, «мектептегі оқуға дайындық» түсінігіне нақты анықтама берілмеген және жүйелі оқытуға баланы дайындаудың неғұрлым сенімді, ақпаратты критерилері қалыптаспаған.

Орыс тілі сөздігінде «дайындық» сөзі екі мағынаны білдіреді: «1 – жәй-күй, 2 – келісім, бір нәрсені жасауға ниет». С.И.Ожегов сөздігінде бұл сөзге аналогиялық анықтама керісінше ретпен беріледі: «1 – бір нәрсе жасауға келісім; 2 – барлығы істелген, бір нәрсенің барлығы дайын болғандағы жәй-күй». Осылайша, «дайындық» ұғымы бір сәтте екі мағынаны білдіреді: жүйе даму деңгейінің жалпы сипаттамасы, сондай-ақ, жеке тұлғаның келе жатқан оқиға мен іс-әрекетті қабылдауы.

Әлеуметтануда «дайындық» ұғымы өмір тұжырымдамасы, ядросын адамның ұстанымы және құндылықтары мен өмірге көзқарасы құрайтын көп деңгейлі білімі ретінде түсіндіреді.

Педагогикада «дайындық» ұғымы кең мағынада қарастырылады, яғни «еңбек әрекетіне дайындық» деп мұнда мектептегі іс әрекетті жатқызады.

Ал психологияда «мектептегі оқуға психологиялық дайындық» термині жиі пайдаланылады. Л.А.Венгер «бастауыш сыныптағы жемісті оқуға, бағдарламалық материалдарды толық меңгеруге қажетті психикалық сапалары, білімдері мен іскерліктері, мотивациялық, еріктік, ақыл-ой және адамгершілік салалары» деген анықтама береді.

В.С.Мухина мектептегі оқуға психологиялық дайындықты тұлғалық және танымдық саласы бойынша толығымен жаңа өмірлік әрекет саласына өтуге, ол үшін мүлде жаңа әрекет түрі - оқуды игеруге қабілеті ретінде түсіндіреді.

Мектептегі оқуға дайындықты көптеген авторлар мектептегі жүйелі оқытуға қатысуға мүмкіндік беретін қабілетке қол жеткізетін деңгейге көтерілу ретінде түсіндіреді. А.В.Запорожец мектептегі



оқуға дайындықты «... жаңа, жалпы дене, ақыл-ой, адамгершілік және эстетикалық дамудың жоғарғы белеңіне көтерілудегі баланың қол жеткізген сапалары мен қасиеттерін сипаттайтын тұтастай жүйесі» деген түсініктеме береді (А.В.Запорожец).

Сонымен, анықтама берген түсініктемелер мен авторларды мектептегі оқуға дайындықты мектеп өміріне сәтті ене білудің маңызды алғы шарты болып табылатын психикалық қасиеттердің көпсін біріктіреді. Түрлі салалардағы мамандар жүргізген зерттеу жұмыстарының нәтижесінде «жалпы» және «мектепке арнаулы дайындық» тәрізді екі ұғым пайда болады. Олар мектептегі оқуға дайындықтың екі аспектісін ашып көрсетеді:

1. Кең мағынадағы (жалпы) дайындық – мектептегі жемісті оқуды, жаңа жағдайлар мен міндеттерге бейімделуді қамтамасыз ететіндене, интеллектуалдық, мотивациялық, эмоционалды-еріктік, тұлғалық даму деңгейіне қол жеткізу;

2. Тар мағынадағы (арнаулы) дайындық – мектептегі пәндерді (ана тілі, жазуға үйрету, математика, тіл дамыту т.б.) меңгеруге дайындық.

Белгілі психолог А.В.Запорожец мектептегі оқуға дайындықтағы аталған екі аспектіні бір-біріне қарсы қоюға болмайды дейді. Бұл ұғымды жалпы және арнаулы деп екіге бөлу феноменді түсінудің тереңдігі мен күрделілігін, тұлғаның биологиялық, психологиялық және әлеуметтік шағын жүйелерді біріктіретін көп деңгейлі жүйе екендігінің шарты.

Әдебиеттерге жасалған аналитикалық шолулар барлық зерттеулерде де, көзқарастардың әр түрлілігіне қарамастан мектептегі оқудың жемістілігі егер бірінші сынып оқушысы оқытудың алғашқы кезеңдерінде қажетті және тиісті сапаларға ие болып, олар оқу үрдісінде жетілдіріліп отырғандығына байланысты екендігін көрсетеді. Осылайша, мектептегі оқуға дайындықтың негізіне бала мектепте жемісті оқуы мүмкін емес даму көрсеткіштері алынады (В.А.Аверин).

Бірінші сынып оқушылары бастан кешіретін негізгі үш түрлі қиындық жиі байқалады.

Олардың біріншісі жаңа мектеп тәртібіне байланысты (дер кезінде ояну және тұру керек, сабақты жіберуге болмайды, барлық сабақтарда тыныш отыру талап етіледі, үй тапсырмаларын орындау қажет және т.б.) тиісті дағдылар болмаса, балада әдеттен тыс шаршау, оқу жұмысын бұзу т.б. сәттерді жіберіп қою пайда болады.

7 жастағы балалардың көпшілігі психологиялық-физиологиялық жағынан қажетті дағдыларды қалып-тастыруға даяр. Бала бұл жаста өзінің жаңа әлеуметтік рөлін қабылдауға дайын, тіпті оны асыға күтеді. Тек қана мұғалім мен ата-аналар бала өміріне қойылатын жаңа талаптарды түсінікті де айқын жеткізуі, олардың орындалуын әрдайым тексеріп, балалардың жеке-дара ерекшеліктерін есепке ала отырып, шаралар қолдануы қажет. Жеке-дара ерекшеліктерді бөліп көрсетуіміздің себебі, әрбір баланың өзіне тән темпераменті, қайталанбас ерекшеліктерін міндетті түрде ескеріп, соған сәйкес қарым-қатынас орнатса, бала да жаңа рөлге неғұрлым тез икемделеді.

Бірінші сынып оқушылары бастан кешіретін қиындықтың екінші түрі мұғаліммен, сыныптағы жолдастарымен, отбасында болатын қарым-қатынастардың сипатынан туындайды. Балаларға мүмкіндігінше жылы шырай таныта және мейірбан бола отырып, мұғалім қайткенменде беделді де қатал тәлімгер болып табылады. Белгілі-бір мінез-құлық ережелерін ұсынып, одан ауытқудың қандайын болса да тоқтатып отырады. Ол үнемі балалардың еңбегіне баға береді.

Мұғалімнің ұстанымы мынадай: бала оның алдында қандай да бір именшектік жасамай тұра алмайды. Осының салдарынан мектепте балалардың біреулері тым тұйық, ал екіншілері босаңдау бола бастайды (олар үйінде тіпті басқаша болуы мүмкін). Бірінші сынып оқушысы көбінесе жаңа ортаға үйренісе алмай, балалармен бірден таныса алмай, өзін жалғыз сезінеді.

Тәжірибелі ұстаз барлық балаға бірдей талап қояды, бірақ әр баланың бұл талаптарды орындауының өзіндік жеке-дара ерекшеліктерін мұқият бақылайды. Бұл олардың мінез-құлықтарының «астарына» көз жүгіртіп, олардың шын мәніндегі психологиялық қасиеттерін түсінуге көмектеседі. Балаларды тек осылай зерттеудің негізінде ғана оларға әсер етудің белгілі бір нақтылы әдісін таңдап алуға болады. Бұл әдістің мақсаты барлық бірінші сынып оқушыларын сабақ үстінде тыныш, ұстамды болу мінез-құлық әдетіне, сабақтардың жалпы қарқынын сақтауға, мұғалімнің ескертулерін орындауға тәрбиелеу болып табылады.

Мұғалім барлық балаларға бірдей қарап, бәріне бірдей талап қоятын болғанда, нашар оқитындарды еңбек сүйгіштігі үшін мадақтап, жақсы оқитындарға өзіне тым кеткені үшін басу айтып отырғанда ғана сыныптағы оқушылардың өзара қарым-қатынасы

ойдағыдай болады. Бұл сыныптың ұжымдық жұмысына психологиялық жағынан жақсы жағдай жасайды.

Қиындықтардың үшінші түрін бірінші сыныптағы көптеген оқушылар оқу жылының ортасына таман сезіне бастайды. Алғашқыда олар сабақ басталардан көп бұрын мектепке қуана барды, кез-келген жаттығуларға ықыласпен кірісті. Мұғалімнің берген бағасына мақтанды: олардың білімді игеруге жалпы даярлықтары сезіліп тұрды. Бірақ, бірінші сыныпта оқу үрдісі әдетте балалар белгілі-бір даяр білім мен анықтамалар алып, оларды есте сақтап, қажетті жағдайларда қолданатындай етіп жасалған. Әдетте, бұл білімге деген қажеттілік арнайы қарастырылмаған. Әрине, мұндай жағдайларда баланың ақыл-ой ізденісінің өрісі тар, тапым дербестігі айтарлықтай шектеулі болады(тұжырымдама).

Мектептегі қолайсыз жағдайларда балалардың өзін төмен бағалауы мектепке барған алғашқы айларында байқалады. Бірақта біртіндеп келе, үш ай мерзім ішінде мектепке қалыптасулары жүреді, содан кейін олардың психикалық жағдайлары мен көңіл-күйлері қалыпты жағдайда болады. Яғни осы жағдайдан кейін ғана баланың мектепке бейімделуін толық бағалай білуге болады. Р.Тэмпл, М.Дорки, В.Амен бейімделудің бағалауын арнайы құрылған тест арқылы жүзеге асырды.

Тест 1-тоқсан аяғында жүргізіледі. Бұл кезде оқушылардың көбі мектептік жағдайға бейімделеді, бұл жұмысты психолог жүргізгені абзал.

Эксперименттік материал 14-суреттен тұрады (8,5 XII). Әрбір сурет оқушының кіші мектеп жасындағы өмірді бейнелейді.

1сурет: Сәбимен ойын (бала сәбимен ойнап отыр).

2сурет: Бала және ата-анасы сәбимен (бала анасымен бірге бара жатыр, анасы сәбиді коляскада сүйреп барады).

3сурет: Агрессивті объект (бала қатарласының тануынан қашып барады).

4сурет: Киіндіру (бала орындықта отырып, аяқ киімін киіп отыр).

5сурет: Үлкен балалармен ойын (бала үлкен балалармен ойнап жүр).

6сурет: Жалғыз ұйықтату (бала төсекке кетіп барады, ата-анасы қарама-қарсы).

7сурет: Жуыну (бала жуынатын бөлмеде жуынып жатыр).

8сурет: Ұрысу (анасы балаға бір нәрсе үшін қатты ұрсады).

9сурет: Келіспеушілік (бала жалғыздықта тұр, әкесі сәбімен ойнауда).

10сурет: Агрессивті тану (баладан құрбысы ойыншықты тартып алады).

11сурет: Ойыншықты жинау (анасы және бала және ойыншықты жинауда).

12сурет: Изоляция (екі қатарласы батадан қашуда).

13сурет: Бала ата-анасымен (бала ата-анасының ортасында).

14сурет: Жалғыздықта тамақтану (бала үстелдің жанында қолында стақан ұстап тұр).

Әрбір сурет екі нұсқадан тұрады-ұлдарға және қыздарға. Баланың беті суретте салынбаған, тек басының контуры ғана. Екі бетәлпет көңіл-күймен бейнеленген: бәрі - күлген, екіншісі - көңілсіз.

Балаға сурет біртіндеп көрсетіледі және жеке бөлмеде.

1. «Сен қалай ойлайсың балаға қандай бет әлпет тән: көңілді ме, әлде көңілсіз бе?

Тапсырманы орындау барысында балаға қосымша сұрақ қойылмайды

**Жұмысқа талдау.** Әрбір ұсынылған сурет балалардың өзіндік эмоционалды көңіліне байланысты ерекшеленеді.

1,5,13 сурет «көңілді», 3,8,10,12 сурет «көңілсіз», 2,4,6,7,9,10,11,12 суреттер екі ойды білдіреді.

Екі ойлы суреттер балалардың эмоционалды ойына ауыртпалық түсірген.

Баланың әр жұмысына сандық және сапалық талдау жасау керек.

**Сандық талдау:** Қорқыныш индексі оның көңілсіз бет әлпетіне тура пропорционал. Барлық салған сурет 14.

Эмоционалды бет әлпеті

$$Қ.И. = 14 * 100$$

Қорқыныш индексі балалардың суреттердің деңгейіне байланысты үш топты құрайды:

А) жоғарғы деңгей (ҚИ жоғары 50%)

Б) орташа деңгей (ҚИ 20дан 50%)

В) төменгі деңгей (ҚИ 0-дан 20%)

**Сапалық талдау:** Балалардың әрбір жауабы жеке-жеке талданады. Берілген тапсырма балалардың эмоционалды жағдайына байланысты. Ең жоғарғы маңызға ие: 4 (киіну), 6 (жалғыз ұйықтау),

14 (жазылз тамақтану). Балалар қарсы эмоционалдык жағдайда көрінеді: 2,7,9,11 суреттер

Осы әдістемелерді пайдалана отырып жүргізген зерттеулер қорытындысы бойынша балалардың жаңа ортаға бейімделінің үш деңгейін анықтадық, олар: жоғары, орташа және төменгі деңгейлер.

Мектепке бейімделудегі жүргізілетін зерттеулерде анықталғаны үш бейімделу болады.

**Жоғары** – оқушы мектепке оң көзбен қарайды, талаптарды орындай-ды, оқу материалдарын толық игереді, ынғасы бар;

**Орта** – бала мектепке оң көзбен қарайды, тапсырмаларды орындайды, оқу материалдарын түсінеді, бірақ бақылауды қажет етеді;

**Төмен** – бала мектепке теріс қарайды, тәртіп бұзады, жақын достары жоқ.

**Керн** – Иирасектің мектептегі оқудағы бағдарлық дайындығын анықтау әдісіне сипаттама беру

Бұл әдістемеде баламен жүргізіледі. Яғни балаға тапсырманы орындау үшін ақ қағаз бен қарындаштар беріледі. Негізінде бұл әдістеме үш түрлі тапсырмадан тұрады. Яғни бір тапсырма бұл қандай да бір ер адамның суретін салуы қажет. Қолынан келгенше мүмкіндігіне қарай. Егер де бала әйел адамды салса, ер адам салуын қайта сұрау керек. Ер адамды салуды үзілді-кесілді қарсы болса, одан отбасылық жағдайда бір ахуалдың бары анық. Бұл суреттің қорытындысы салынған суретке байланысты. Бес ұпайлық жүйемен бағаланады. Екі тапсырма парақтың жоғарғы жағында әріптермен сөйлем жазылған. Тура осылай дәл қалпында көшіру керек. Мынандай сөйлемді көшіру керек «Ол сүт ішіп отыр». Егер де бала оқып, жаза алатын болса, онда сөйлемді ағылшын тілінде қолдану шарт болып табылады. Бұл 5 ұпайлық жүйемен бағаланады. 3 тапсырма. Нүктелер жиынтығы. Мұнда бірнеше нүктелер суреттелген. Тура қасында осындай нүктелерді салып көр. Бұл жерде суретті қай қолымен салды, қарындашты бір қолынан екінші қолына ауыстырды ма, көп ойланып толғанды ма, соған мән беріледі. Бұл тапсырма балада 5 ұпайлық жүйемен бағаланады. Толығымен 3 тапсырманы орындағаннан кейін қорытынды шығарылып есепке алынады. 3-6 ұпай мектепке дайындығы ортадан жоғары, ал 7-11 ұпай орташа, 12-15 нормадан сәт төмен.

## 5. Отбасын әлеуметтік – психологиялық зерттеу

1. Психолог қызметіндегі «отбасы» мәселесі

2. Отбасын зерттеу мәселелері

3. Отбасын әлеуметтік-психологиялық зерттеудің әдістемелік негіздері

Халықтың сұранысын қанағаттандыру үшін психологиялық қызмет көрсету, соның ішінде, отбасына психологиялық көмек көрсету қызметі, қазіргі кездегі психология ғылымын тәжірибемен енгізудің орталық жолы болып табылады.

Отбасына психологиялық көмек көрсетудің кеңестік орталығының 6-жылдық тәжірибесінің көрсеткіші бойынша, отбасылық психологиялық консультацияға келген адамдардың жиі кездесетін проблемаларының бірі, ата-ана мен балалардың арасында қарым-қатынастың бұзылуы, ал бұл баланың психикалық дамуы мен мінезінің қалыптасуына кері әсерін тигізеді.

Психолог-зерттеушілер, практик-психологтар, мен психиатрлар ата – ана мен баланың арасындағы қарым-қатынастың бұзылуының көптеген себептерін анықтады. Бұл себептер үлкен 2 топқа бөлінеді:

Бірінші топта – баланың тұлға ретіндегі психологиялық ерекшелік-тері, оның отбасындағы орны;

Ал екіншіде ата – ананың баланы тәрбиелеудегі ерекшеліктері.

Психологтың отбасымен жұмыс жүргізудегі басты бағыты оның қазіргі жағдайын анықтай алуы. Біздің ұсынып отырған әдістемелер жүйесі отбасымен жұмыс жасайтын маманға диагностикалық құралдардың көп түрлілігіне көңіл бөле отырып, алдына қойған мақсат - міндеттерге сай тепе-теңдік деңгейлерде қарастыруға таңдау жасап, жүргізуіне ұсынамыз. Берілген диагностикалық шаралар клиникалық және тәжірибелік зерттеулер жүргізуге отбасы құрылымын, ерлі-зайыптылардың жүйе бөлігі жағдайына, отбасы ахуалына әсер ететін жағымды және жағымсыз факторлар, ата-ана мен бала қатынасындағы ерекшеліктерді анықтауға мүмкіндік береді.

Э.Г. Эйдемиллер «отбасы диагнозы» терминін ұсынған. Отбасы диагнозы – отбасы өміріндегі бұзылыс деп, қиындықтың енуі мен сақталуы отбасы мүшесінің бірінің немесе бірнешеуінің жеке қызметінің бұзылуына әкеледі. Отбасы диагнозы - отбасы жоспары мен қызметінің бұзылысын анықтай отырып, отбасы татулығын

сақтау жұмысына стратегиялық бағытын береді. Отбасы қатынасын анықтауға қолданылатын элеуметтік –психологиялық диагностикалық әдістер: сұрақ-жауап, бақылау, эксперимент, социометриялық әдіс, сандық-сапалық құжаттық әдіс, тест

*Отбасы құрылымының психологиялық ерекшеліктері.* Үсынылып отырған әдістер арқылы отбасы құрамын, шегін және құрылымын анықтауда: топтасуын(эмоционалды байланыс, жақындық және отбасы мүшелерінің бір-біріне үйренісуі), иерархия (сатылы), шекара, коммуникация сипаты, отбасының бір –біріне икемділігі мен болады.

*Отбасына бейімделу мен топтасу шкаласы. Faces-3 сауалнамасы.* Отбасына бейімделу мен топтасу шкаласы қалыпқа түсірілген сауалнама, мақсаты-отбасы құрылымын бағалау.Сауалнама авторлары:Д.Х. Олсон, Дж Портнер, И. Лави. 1986 жылы алғаш бейімдеуге М.Перре ұсынған. Сұрақнамада отбасы мінез-құлқын үш негізгі шамада: топтасуы, бейімделуі және коммуникациясы жинастыра «дөңгелек моделі» қарастырылады.

Отбасы топтасуы:отбасы мүшелерінің эмоционалды көңіл-күйде бір-бірімен байланысуы, оған мынадай белгіде көрсеткіштер: эмоционалды байланыс, отбасылық шекара, уақыт, шешім шығару, достары, қызығуы мен демалуы қарастырылады.

Отбасы бейімделуі: Отбасы мүшелері стрестік жағдайға қаншалықты икемді (илгіш) немесе кертартпалық қасиеттері бойынша бейімделуі

Оның көрсеткіш белгілері: отбасында көшбасшы, бақылаушы, тәртіп, ереже және ролдері.

«Дөңгелек моделі»отбасылық топтасуды 4 деңгейде қарастырады: төтенше жағдайдың төмендігінен оның жоғарылауына дейін,осыған сәйкес аталуы: бытырау, бөлектеу, байланысу және тұтасу

#### **«Отбасылық социограмма» тесті.**

«Отбасылық социограмма» тесті телімелі тесттердің қатарына жатады. Оның авторлары Э.Г.Эйдемиллер және О.В.Черемисин болды. Ол субъектінің тұлғааралық қатынастағы орнын анықтауға, отбасындағы коммуникация сипатын – тікелей немесе аралық, анықтауға мүмкіндік береді.

Әдістеменің мазмұны. Сыналушыларға диаметрі 110 мм. болатын шеңбер салынған бланк парағы беріледі. Содан соң нұсқау беріледі: «Парақ бетінде шеңбер салынған оның ішіне өзіңізді және

отбасы мүшелерін дөңгелектер үлгісінде бейнелеңіз де, аттарын жазып қойыңыз». Отбасы мүшелері бұл тапсырманы бір – бірімен кеңеспестен орындайды.

Нәтижелерді талдау. Авторлар ұсынған критерилер бойынша тестілеудің бағалауы жүргізіледі:

Шеңбер аймағына снген отбасы мүшелерінің саны;

Дөңгелектердің көлемі;

Дөңгелектердің орналасу қатынасы;

Арасындағы қашықтық;

Бірінші критерий нәтижелері бойынша, зерттеуші сыналушының бейнелеген отбасы мүшелерінің санын шынайы санымен салыстырады. Мүмкін, бұл сыналушының қақтығысты қатынастағы отбасы мүшесі болуы мүмкін, ол үлкен шеңберге кірмей қалады, «ұмытылып» кетеді. Осы арада басқа бір жануар, зат немесе адам отбасы мүшесі ретінде бейнеленеді.

Содан соң біз дөңгелектердің көлеміне назар аударамыз (2-ші критерий бойынша). «Мен» дөңгелегі басқаларға қарағанда үлкен болса, жоғары немесе жеткілікті деңгейдегі өзіндік баға, ал көлемі кішкентай болса, өзіндік бағаның төмен деңгейінің белгісі. Басқа отбасы мүшелерінің көлемі сыналушы көзқарасымен олардың мәнділігін білдіреді.

Келесі кезекте дөңгелектер шеңбердің шекарасына қатысты және бір – біріне қатысты орналасуына назар аудару қажет (3-ші критерий). Сыналушының өз дөңгелегін шеңбер ортасына орналастыруы тұлғаның эгоцентрикалық бағыттылығын білдіреді, ал өзін басқа отбасы мүшелерінен төмен немесе шет жағында бейнелеуі эмоциялық шеттелуді уайымдауына сілтейді.

Неғұрлым маңызды отбасы мүшелері үлкен дөңгелектер бейнесімен шеңбердің жоғарғы аймағында немесе орталық бөлігінде бейнеленеді.

Төртінші критерий бойынша дөңгелектер арасындағы арақашықтықты талдау арқылы да көп мәлімет алуға болады. Бір дөңгелектің басқалардан қашықтау орналасуы отбасында қақтығыстық қатынастарды, сыналушының эмоциялық шеттетілуін сипаттайды. Дөңгелектердің бір-бірімен қиылысуы «Мен» құрылымының дараланбағанын, симбиотикалық байланысты білдіреді.



«Отбасылық социограмма» тестін қолдану аз уақытта, «қазір және осы жерде» отбасындағы қарым-қатынас туралы түсініктерді байлауға болады.

Бұл әдістемені жүргізудің әртүрлі нұсқалары бар. Мысалға, И.М.Никольская отбасылық диагностика барысында сыналушыға отбасылық социограмманың бірнеше нұсқасын салуды ұсынады:

1. Стандартты социограмма, онда сыналушының өзі және отбасы мүшелері бейнеленген.

2. Нақты отбасы мүшелері бейнеленбеген немесе отбасына қатысы жоқ адамдар және объектілердің бейнеленуі көрінген социограммалар.

3. Отбасы өмірінің әртүрлі кезеңдеріне қатысты социограммалар.

Бұл әртүрлі отбасы құрамындағы шынайы қарым-қатынас жүйесінің ерекшеліктерін анықтауға мүмкіндік береді. Алынған социограммаларды салыстыру және біріктіре отырып талдау психолог пен отбасы мүшелеріне мәселені жан-жақтан көруге мүмкіндік береді, оның нәтижесінде нақты диагноз қоюға және кінші жағдайдан тиімді түрде жол табуға ықпал етеді.

*Психологтың ата-аналармен жұмыс жоспары  
(Л.К.Кемекбаева бойынша)*

Міндеттері	Оларды жүзеге асыру жолдары мен құралдары	Нәтижелері
1	2	3
<i>Ата-аналармен жұмыстар</i>	<p>Педагогтармен және ата-аналармен өңгімелесу</p> <p>Балаларға бақылау жүргізу</p> <p><i>Психопрофилактика</i></p> <p>Топтардағы психологиялық микроклиматты диагностикалау</p> <p>Балалардың эмоционалдық жәй-күйлерін диагностикалау</p> <p>Ата-аналар арыздарын талдау</p> <p>Балабақшадағы балаларды дамыту құралдары мен жабдықтарын зерттеу</p> <p>мен шығармашылық мүмкіндіктері</p> <p>Балаларды мектептегі оқуға</p>	<p>Педагогтар мен ата-аналарға арналған нұсқаулар дайындау</p> <p>Проблема бойынша педагогикалық кеңес жобасы мен баяндама</p> <p>Педкеңесте хабарлама дайындау, өзіндік және өзара көмек беру топтарының құрылуы жағдайын</p>

	<p>психологиялық дайындау Балабақшадағы «риск тобындағы» балалар</p> <p><i>Психодиагностика</i> Отбасы балалар көзімен Ата-аналар сұраныстарын талдау <i>Психологиялық ағарту жұмыстары</i> Сіздің балаңыз балабақшада Ата-ана болу дегеніміз не? Ата-аналар қарым-қатынасы Баланы қалай жақсы көруге болады? <i>Кеңес беру</i> Сіздің балаңыздың қиыншылықтары Отбасы тәрбиесіндегі сіздің қиыншылықтарыңыз</p>	<p>диагностикалау қорытындысы бойынша педагогтарға кеңес</p> <p>Ата-аналар жиналысына баяндама дайындау</p> <p>Лекциялар мен кенестер</p> <p>Ата-аналарға арналған сенім телефондары</p>
--	--	--

**«Отбасындағы балалардың арасындағы бәсекелестік деңгейін анықтау шкаласы»**

Әдістеменің мақсаты – отбасындағы балалардың өзінің кіші бауырына қызғаныштық дәрежесінің, бір-біріне бәсекелестік деңгейінің диагностикасы. Берілген сұрақнама мектепке дейінгі, кіші мектеп жасындағы және орта мектеп жасындағы балаларға арналған.

**А нұсқауы:** «Төменде келтірілген сұрақтарға «иә» немесе «жоқ» деген нұсқада өз жауабыңызды беріңіз. Жауап нұсқасының астын сызып қойыңыз»

**№ 1 Сұрақнама бланкісі**

Егер саған байланысты болса, онда сен.....

1. Әрдайым кіші бауырыңмен (қарындасы, сінлісі) бірге ойнар едің - иә, жоқ.
2. Өзіңнің жақсы көретін ойыншықтарыңды берер едің -- иә, жоқ.
3. Оны өзіңмен бірге серунге алып шығар едің – иә, жоқ
4. Оны басқалардан қорғап жүрер едің – иә, жоқ
5. Оны қарайтын едің – иә, жоқ
6. Оны анаң мен әкеңе мақтайтын едің – иә, жоқ
7. Оның бар болғанына қуанар едің – иә, жоқ
8. Ол үйде жалғыз қалмасын деп, жанында отырар едің - иә, жоқ

9. Ертегі оқып берер едің - иә, жоқ

10. Оны бала бақшаға немесе мектепке алып барар едің - иә, жоқ

**Нәтижелерді өңдеу және талдау.** Барлық сұрақтарға жауап берілгеннен кейін, «иә» және «жоқ» нұсқасындағы жауаптардың жалпы саны есептеледі. «Жоқ» жауаптарының басымдылығы, баланың өз кіші інісіне немесе қарындасына қызғанышты қатынасын білдіреді. «Жоқ» жауабының 6-дан жоғары болуы немесе 60%-ті құрауы бала үшін ерекше қолайсыз жағдай.

Үлкенбауырларына қызғаныш сезімі мен балалар арасындағы бәсекелетік деңгейінің әртүрлі жастарға арналған сұрақнамасы арқылы анықтауға болады.

Нұсқау Б сұрақнаманың әр пунктіне бала нақты иә немесе жоқ деп жауап беруі қажет

№ 2 сұрақнама бланкісі

Егер саған байланысты болса, онда сен...

1. Өзіңнен үлкен бауырыңның бар болғанына мақтанасын-иә, жоқ

2. Одан үлгі алып жүруге ынталысың- иә, жоқ

3. Онымен жақсы дос болар едің- иә, жоқ

4. Үлкен ағаң бар екені жайлы барлығына айтар едің- иә, жоқ

5. Оны анаң мен әкеңе мақтар едің- иә, жоқ

6. Сабағын дайындауға кедергі келтірмейтін едің- иә, жоқ

7. Ата-анаң ол жайлы шағымдар айтпайтын едің- иә, жоқ

8. Үйде барлық шаруаларды орындауға көмектесер едің-иә, жоқ

9. Онымен барлық тәттіні бөлісер едің- иә, жоқ

10. Барлық жақсыны соған берер едің- иә, жоқ

Нәтижелерді өңдеу және талдау: Барлық сұрақтарға жауап берілгеннен кейін, «иә» және «жоқ» жауаптарының жалпы санын есептеу қажет. «Жоқ» жауаптарының саны неғұрлым көп болса, соғұрлым баланың үлкен ағасына немесе әпкесіне қызғаныш сезімінің деңгейі жоғары екенін көрсетеді. Әсіресе «жоқ» жауаптары 6 немесе 60%-дан көп болса, қиын жағдайды болжайды.

### **Телімелі суретті тесті «Отбасының кинетикалық суреті»**

Телімелі тест зерттеленетін баланың оқиғаны субъективті қабылдауы туралы мол ақпарат береді. Ол баланың отбасы мүшелеріне қатынасын, сурет салушыны үрейлендіретін отбасылық қарым-қатынастарды, өзінің отбасындағы орнын қалай қабылдайтынын айқындайды.

Бұл телімелі тесті қолданған кезде ескеру қажет: әр сурет баланың отбасын қабылдауы ғана емес, оның қарым-қатынастарды талдауға, қайта ойлануға көмектесетін творчестволық жұмыстың нәтижесі. Бұл мағынанда отбасы суреті қазіргі кездегі отбасы түрін емес, болашақтағы қатынасын көрсетеді.

Телімелі тест 2 бөліктен тұрады: отбасы суретін салу және суретті салып болғаннан кейін әңгімелесу. Тестті орындау үшін балаға бір парақ қағаз, қалам және өшіргіш таратылуы қажет.

Отбасы кинетикалық суретінің симптомокомплекссы

Симптомокомплекс Симптом Бал

1. Қолайлы отбасылық жағдай

1. Отбасы мүшелерінің жалпы іс-әрекеттері

2. Суретте балалардың көптігі

3. Отбасы мүшелерінің барлығының бейнеленуі

4. Бөлектенген отбасы мүшесінің болмауы

5. Штрихтардың болмауы

6. Сызықтың жақсы сапасы

7. Дұшпандылық көрсеткіштерінің болмауы

8. Парақта адамдардың теңбе-тең қойылуы

9. Басқа да мүмкін болатын белгілер 0,2

0,1

0,2

0,2

0,1

0,1

0,2

0,1

-2. Үрей 1. Штрихтау

2. Негізгі сызық – еден

3. Сурет үстінде сызық болуы

4. Сызықтың қатты сызылуы

5. Өшірілуі

6. Бөлшектерге назардың көп бөлінуі

7. Заттардың көп болуы

8. Екулік және үзілмелі сызықтар

9. Бөлек заттардың астын сызуы

10. Басқа да мүмкін болатын белгілер 0,1; 2,3

0,1

0,1

0,1

0,1; 2

0,1

0,1

0,1

0,1

0,1

3. Жанжалдық 1. Тұлғалар арасындағы тосқауыл

2. Жеке тұлғаларды өшіру

3. Кейбір денелерде негізгі мүшелерінің болмауы

4. Жеке тұлғаларды бөлу

5. Жеке тұлғаларды окшалау

6. Жеке тұлғалардың қолайсыз үлкендігі

7. Суреттік вербалды сейкессіз бейнесі

8. Заттардың көптігі

9. Отбасы мүшелерінің кейбіреулерінің жоқтығы

10. Арқасымен тұрған отбасы мүшесі

11. Басқа да мүмкін болатын белгілер 0,2

0,1; 2

0,2

0,2

0,2

0,2

0,1

0,1

0,2

0,1

-

4. Өзін толықтырылмаған сезіну

1. Сурет авторы басқаларға қарағанда өте кішкентай

2. Денелердің парактың төменгі жағында орналасуы

3. Сызық әлсіз, үзілмелі

4. Өзін басқалардан бөлек салу

5. Тұлғалардың кіші болғаны

6. Басқа тұлғаларға қарағанда өзін әрекетсіз етіп салу

7. Өзінің жоқтығы

8. Өзі артқа қарап отырғанын салу

9. Басқа да мүмкін болатын белгілер

0,2

0,2

0,1

0,1

0,1

0,1

0,2

0,1

-

5. Отбасылық жағдайда дұшпандылығы

1. Бір тұлға басқа парақта немесе парақтың екінші жағында

2. Тұлғаның басқышылық қалыпы

3. Сызылып тасталынған тұлға

4. Түрі өзгерген тұлға

5. Теріс профилі

6. Қолдары екі жақта орналасқан

7. Саусақтары ұзын, сызылған

8. Басқа да мүмкін болатын белгілер

0,2

0,1

0,2

0,2

0,1

0,1

0,1

-

Зерттелушіге нұсқау: «Отбасының суретін сал, отбасының әрбір мүшесі бір нәрсемен айналысқан болсын». Қалған нақты сұрақтарға ешқандай нұсқауларсыз жауап берген жөн. Мысалы: «Салуыңа болады, өзіңе қалай ұнаса, қалай салғың келсе».

Сурет салу кезінде баланың айтқан әр бір сөзін жазып отыру керек, оның мимикасын, қолдарының қимылын және сурет салу ретін жазып отыру керек.

Сурет салынып біткеннен кейін, баламен келесі жүйе бойынша әңгімелесу қажет:

Суретте кім салынған және отбасының әр мүшесі не істеп тұр

Отбасы мүшелері қай жерде оқиды немесе жұмыс істейді

Үйде тұрмыстық міндеттер қалай таратылады

Баланың отбасының әр мүшесімен қарым-қатынасы қандай

ЖКС интерпретациясы кезінде келесі көріністерге назар аударылуы керек:

отбасы суретінің құрылымын талдау;

отбасы мүшелерін жеке сурет ерекшелігін талдау;

сурет салу процесін талдау.

Отбасы суретінің интерпретациясының әрбір көрінісін толық талдайық. Бала отбасы мүшелерін толығымен салмайды. Ол жанжалдық қатынаста болған отбасы мүшелерінің суретін салмайды. Отбасы мүшелерінің орналасуы олардың өзара қарым-қатынасын көрсетеді. Кейбір кездері отбасы мүшелерінің арасына оларға кедергі болатын бір заттар суреті салынады. Отбасы мүшелерінің бірігіп қызмет істеуі олардың жағымды қарым-қатынаста екендігін көрсетеді. Кейде бірнеше отбасы мүшесі бірігіп қызмет істейтіні бейнеленеді. Бұл отбасында ішкі топтасу бар екендігін көрсетеді.

Отбасының суретін салған кезде, кейбір балалар өзін парақтың астыңғы жағында бейнелейді. Бұл балада бір жетіспеушіліктің барын көрсетеді.

Кейбір суреттерде адамдар емесе заттар, көп жағдайда жиһаз суреттері басым болады. Бұнда баланың отбасы жағдайымен мазасыз екендігін көрсетеді.

Бала суретте ең алдымен өзі жақсы көретін отбасы мүшесін бейнелейді. Егерде бала біреуді ұнатпайтын болса, оны суретте толықтырмай, кейде негізгі дене мүшелерін салмай бейнелейді.

Егер бала қатынасы жанжал немесе үрейлі болатын болса, ол суретте қарым-қатынасы дамымаған отбасы мүшесін штрихтап салады. Ұқсас жағдайларда өшіру және қайта салуды аңғаруға болады.

Сурет салудың бірнеше түрін байқауға болады, ол жасы кіші балаларда ерекше байқалады, бір стильде әкесі мен ағасы, екінші стильде анасы мен әпкесі бейнеленеді. Әсіресе шаш пен киім бейнеленуі ерекшеленеді. Баланың өзінің бейнесін салу, өзін кімге теңейтіні көрінеді және ол баланың жынысына теңбе-тең.

Сурет салу процесін талдау баланың отбасылық қарым-қатынасы жөнінде ақпарат беріп қана қоймай, оның жұмыс стилін де көрсетеді. Мектеп оқушылары мен жеткіншектер сурет сала алмайтындығын айтса, оны түсінуге болады. Психолог балаға түсіндіруі тиіс, бұл тапсырмада суретті әдемі салу мақсат емес, отбасы мүшелерінің қызметін ойлап табу мақсат.

Көптеген сылтаулар, қолмен салған суретін жабу, бұл баланың өзіне өзі сенбеуін, ересек адамнан көмек қажеттілігін көрсетеді.

Бала өзі жақсы көретін отбасы мүшесін бірінші салады. Бір тұлғаны салар алдында біраз үзіліс те болады. Кейбір жағдайларда бұл баланың ол отбасы мүшесіне негативті қатынасын білдіруі мүмкін. Түсінік берген кезде баланың отбасы мүшелеріне деген қарым-қатынасы айтылуы мүмкін, бірақ тестті орындау кезде психолог баламен әңгімелеспеуі жөн.

ЖКС үшін сандық мағалар жүйесі құрастырылған. 5 симптомдар айқындалады:

1) қолайлы отбасылық жағдай; 2) үрейлік; 3) жанжалдық; 4) өзін толықтырылмағанын сезіну; 5) отбасы жағдайындағы дұшпандық.

Балдар сомасы қаншалықты көп болса, соншалықты белгінің айқын болғаны. Белгінің айқындалуы 0 ден 3 ке дейін бағаланады. Алынған нәтижелер психолог үшін психокоррекциондық жұмысқа және бала мен отбасын ары қарай диагностикалауға негіз болады.

ЖКС нәтижелер бағаларын тіркеу бланкісі

Баланың аты-жөні \_\_\_\_\_

Туылған күні \_\_\_\_\_

Зерттеу мерзімі \_\_\_\_\_

Симптомокомплекстің балдар сомасы қолайлы отбасылық жағдай үрейлік жанжалдық өзін толықтылағанын сезіну отбасы жағдайындағы дұшпандық.

## 6. Өзара қарым-қатынасты анықтау әдістері

1. Тілдесу – өзара қарым-қатынастың негізі ретінде

2. Қарым-қатынастағы қарама-қайшылықтар

3. Өзара қарым-қатынасты зерттеу әдістері

Тілдесу – адамзат әрекеттесуінің бір түрі. Тілдесу барысында тұлғаның ең жағымды жақтары анықталады және ашылады. Мәдениетті адам үшін қарым-қатынас – қажеттілік, оның жоқтығы ауыр, орны толмас шығын деп қабылданады. Тілдесу барысында адамдар бір-біріне ықпал етеді. Адамдар тілдесуіндегі ең бастысы – өзара түсінушілік.

Тілдесу мәдениеті әр адамға қажет. Тілдесу арқылы біз жаңа ақпарат аламыз, басқа адамдармен қатынасымызды ретке

көшіреміз, дос табамыз, отбасын құрамыз, еңбек етеміз, оқимыз, өмірімізге керектінің бәрін табамыз.

Тілдесудің вербальды және вербальды емес жақтарын білестіруге болады.

Тілдесу	
Вербальды	Вербальды емес
Сөз, айтылған сөздің мағынасы	Интонация, тембр, сөздің мәнерлігі, пауза, мимика, әріптестер арасындағы қашықтық

**Тілдесуде қолданылатын дене қимылы мен дене қалпының мәні**

Дене қимылымен қалпы	Түсіндірмелер
Басы төмен салбыраған, сақ көзқарас Қолы кеудесінде айқасқан Жұдырығын түйген Қолын қалтасына тыққан	Адам достық пиғылда емес немесе сізбен қарым-қатынас ол үшін осы кезде орынды емес болуы мүмкін
Қолы белінде Тұрған қалыпта бір аяғы алдына шығып тұр	Ол жай-күйдің қожасы екенін көрсетіп тұр
Көзге көрінбейтін түкті тазалау	Адам айтылған нәрсемен келіспейді, бірақ әңгімелесушіге оны айтқысы келмейді
Иегі жұдырықтай жиырылып, саусағы самайында	Әңгімелесуші сізді сынап тұр
Иегін таянып отыр	Адамның іші пісіп отыр
Адамның келбеті есікке бағытталып тұр	Әңгімені аяқтап, кетуді ойлап тұр
Саусағымен немесе аяғымен тарсыздату	Асығады, кетуді қалайды
Қолын көкірегінде айқастырулы Қолы айқасқан Аяғы айқасқан Аяғын аяғына қойған	Бәлкім, адам өзіне деген теріс қатынасыңызды сезді, болып жатқан жағдаймен келіспейді, өз күшіне аздап сенбейді
Ердің тісгеу	Адам эмоциясын ұстауға тырысады
Адам қолында, тізесінде немесе алдында жай ғана бір нәрсені ұстайды	Адам өзі араласып жүрген адамға толық сенбейді. Жаңа топта немесе



	жаңа жерге келген адам үшін бұл қалыпты нәрсе
Жөтелу Аузын алақанымен басу Көзін, құлағын қасу Көзін басқа жаққа немесе жерге қарау Әңгімелесушіге тік қарамау Бетін тығу	Адам өз айтқанына толық сенімді емес. Оның айтқаны өтірік болу мүмкін
Ашық алақан Ашық қалып: кеуде, іш, бас қолмен немесе басқа нәрсемен жабылмаған, аяқ, қол айқаспаған Тік көзқарас	Адам сізбен қарым-қатынасқа ыңғайлы, ол сізге сенеді, сізбен араласу оған ұнайды
Бастың бір жаққа қисаюы Екінші саусағы самайында	Қызығушылық
Алақаның жүрекке басу	Түсіну, қайғыға ортақтасу, риза болу
Аяғы аяғына салынған, әңгімелесушіге Бағытталған	Әңгімелесуге жайғасқан
Иегін сипау	Ойлану, адам сіздің айтқаныңызға ойланып отыр

Жеке қарым-қатынас аумағы (зонасы) – бұл қарым-қатынас барысында адамдар арасындағы қашықтық. Адамдар арасындағы өзара қатынасқа байланысты, олардың арасындағы қарым-қатынас та әр түрлі қашықтықта болады. Төрт зонаны айтуға болады:

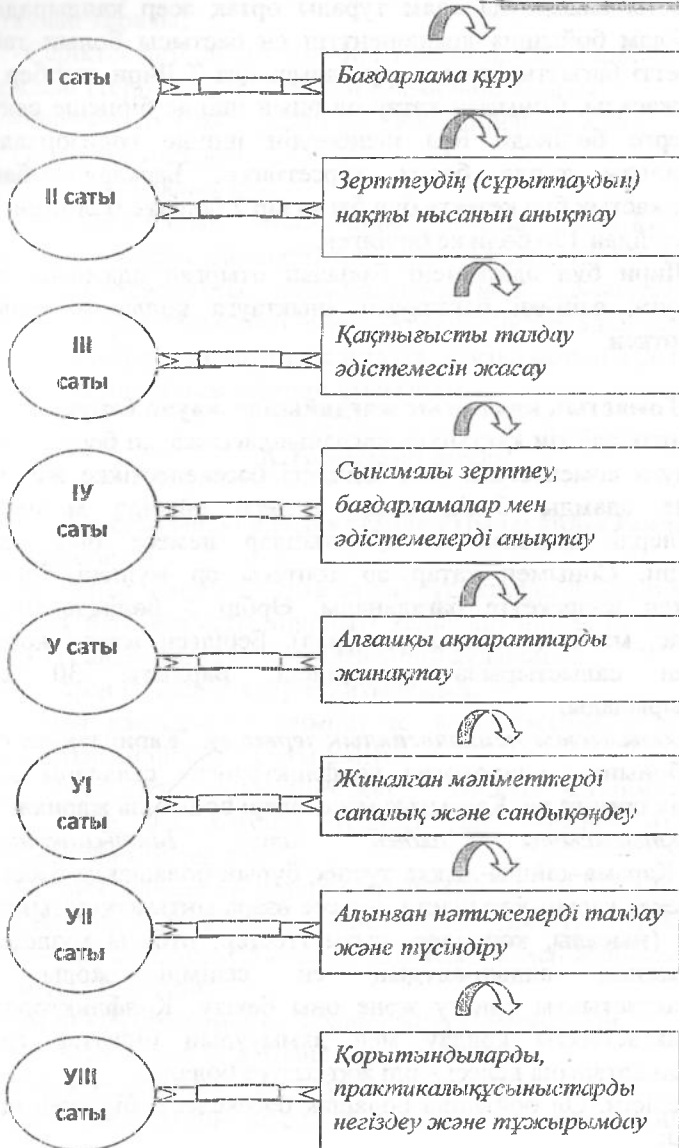
1. **Жөпшілік зона (3,5 – 4 м.)** – танымайтын бір топ адам алдына шыққанда ұстанатын қашықтық

2. **Әлеуметтік зона (1,5 – 3,5 м.)** – мұндай қашықтық аз танымал адамдар арасында сақталады, ресми кездесулерде, іскерлік қарым-қатынастарда, дүкен және т.б. қызмет көрсету жұмысшыларымен қарым-қатынаста.

3. **Жеке зона (45 см. – 1,5 м.)** – қол созым қашықтық. Көп жағдайда біз осы зонада араласамыз. Бұл қашықтыққа жақсы достар, әріптестер, жолдастар, жақсы білетін адамдар жіберіледі.

4. **Интим зонасы (15-45 см.)** – шынтақ қашықтығындағы қарым-қатынас. Бұл зонаға тек өте жақын адамдар, ата-ана, балалар жіберіледі.

**Қақтығыстарды зерттеу кезеңдері**



### *Т.Лири әдістемесі*

Бұл әдістеме Т.Лири, Лефоржем, Р.Сезекамның негізінде 1954 негізі қаланды. Өзара қатынасты анықтау барысында үнемі 2 фактор анықталады. Бағыну, достық, басшылық нақты осы факторлар өзара қатынасты анықтауда адам туралы ортақ әсер қалдырады. Олар Аргнойлам бойынша компоненттің ең бастысы болып табылады. Әлеуметті бағытты таныстыру барысында Т.Лири шеңбер түрінде схема жасады. Сонымен қатар ол оның ішінде бірнеше сектр, яғни бөліктерге бөлінеді. Бұл шеңбердің ішінде горизонтальды не вертикальды түрде бағыт көрсетілген. Басқарушы-бағынушы достық-қастық бұл кезекте бұл бағыттар 7 бөлікке бөлінген. Тағы да кішкентайдан 196 бөлікке бөлінген.

Т.Лири бұл әдістемені бақылап отырған адамның қылығын анықтауға, өзін-өзі бағалауын анықтауға қолдануға болатынын айтып өткен.

### **К.Томастың қақтығыс жағдайында жауап беруі.**

Типтік әдістің қақтығыс жағдайындағы жауап беру ерекшелігін анықтауға көмектеседі. Топ ішіндегі бәсекелестікке жиі баратын бірнеше адамды бөліп алып немесе ойында мәмілеге жиі келушілерді қақтығыстан қашатындар немесе оны адам әрі өршітуші. Сонымен қатар әр топтағы әр мүшені бейімделуін бірлескен іс-әрекетте бағаланады. Әрбір 5 бөлімде (бәсекелес, бақталас, мәміле, қашқылау, құрал). Берілген жауап қорытынды кілтімен салыстырыла тексеріледі. Барлығы 30 сұрақтан құрастырылады.

*Қақтығысты психологиялық зерттеу.* Жарияланған еңбектің саны бойынша психология конфликтология салалары арасында лидерлік орынға ие. Қақтығыс мәселелері бойынша жарияланған

*Қақтығысыты алдын алу.* Ынтымақтастықты қолдау. Қарама-қайшылыққа түспес бұрын болашаққа бәсекелестер бейберекет қарым-қатынаста, немесе өзара ынтымақтастықта болуы мүмкін (мысалы, көршілер, қызметтестер, отбасы мүшелері т.б.) қақтығыстың алдын-алудың ең сенімді жолы – ол ынтымақтастықты орнату және оны бекіту. Конфликтологтармен ынтымақтастықты қолдау мен дамытудың бірқатар әдіс бар. Олардың қатарына келесілерді жатқызуға болады:

- Келісім. Ол бойынша болашақ бәсекелесті біріккен қызметке тартады;

- Практикалық эмпатия серіктестердің жағдайына «жіруді», оның мәселесін түсініп, көмектесуге дайындығын білдіреді;

- Серіктестіктің репутациясын сақтау екеуінің ой-пікірлері келіспеген күннің өзінде де қарсыласына деген сыйлы қатынасты сақтаудан тұрады;

- Серіктестіктерінің бірін-бірі толықтырушы бірінші субъектіде жоқ қасиеттерінің екіншілерінің толық пайдалануы;

- Әлеуметтік кемсітушілікті (дискриминация) жою.

- Бөлінбейтін қызмет;

- Психологиялық күй;

- Психологиялық «поглавание» жақсы көңіл-күйді қолдау сөйтіп қақтығысты жағдаяттың туындауы қиындату [18,19].

Ынтымақтастықты қалыптастыру мен дамытудың аталған әдістері әрине, түпкілікті емес. Алайда бұлар адамдар арасында қалыпты іскерлік қатынасты сақтауға, қақтығыстың алдын алуға, ал егер ол туындаса оны шешуге ұмтылады.

### *К. Томастың тесті*

#### **Қақтығысты жағдаяттарда стратегияны таңдау**

Сұрақтар:

2 -- Кейде мен басқаларға даулы сұрақтарды шешуді жүктеймін;

- Біз неге қатысты пікіріміз келіспейтіндігін талдамас бұрын пікіріміз сәйкес келетін жағдайға көңіл аударамын.

2. -- Мен мәмілеге келуге ұмтыламын.

- Мен қақтығысты өзімнің де, қарсыласымның да мүддесін ескере отырып шешуге ұмтыламын.

3 -- Мен әдетте өз дегеніме жетуге бар күш- жігерімді саламын;

- Кейде мен өзгенің мүддесі үшін өзімнің мүдделерімді құрбандыққа келтіремін;

4. -- Мен мәмілеген келуге ұмтыламын.

- Мен басқа адамның сезіміне көңіл аудармауға тырысамын.

5. -- Даулы жағдаятты шешу барысында мен әрдайым басқаның қолдануын іздеймін;

- Мен қажетсіз эмоциялардан қашуға тырысамын.

6. -- Мен келеңсіз жағдайлардан қашамын;

- Мен өз дегеніме жетуге ұмтыламын.

7. -- Мен даулы мәселені кейін шешу мақсатында кейінге қалдырамын;

- Мен бір нәрсеге қол жеткізу үшін басқа жерде жол беремін.
- 8. – Мен әдетте бір нәрсеге қол жеткізу үшін оған ұмтыламын;
- Мен алдымен қандай мүдделер мен сұрақтар даулы екендігін анықтауға тырысамын.
- 9. – Туындаған мәселе бойынша әр кезде де алаңдау қажет емес деп ойлаймын;
- Мен өз дегеніме қол жеткізу үшін күш жұмсаймын.
- 10. – Мен өз дегеніме қалай да қол жеткізуге тырысамын;
- Мен мәмілеге келуге ұмтыламын.
- 11. – Мен даулы мәселе мен мүдденің мәнін анықтауға тырысамын;
- Мен басқаны тыныштандырып, бар қатынасты сақтап қалуға тырысамын.
- 12. – Мен даулы тудыруды мүмкін жағдайлардан қашуға тырысамын;
- Егер қарсыласым менің алдымнан шықса, мен оған жол беремін.
- 13. – Мен орталық позицияны ұсынамын;
- Мен меніңше жасалғандығын қалаймын.
- 14. – Мен басқаға өзімнің көзқарасымды жткіземін және сол туралы оның пікірін тыңдаймын;
- Мен бар қатынасты сақтап қалуға тырысамын.
- 15. – Мен бар қатынасты сақтап қалуға тырысамын;
- Мен келеңсіз жағдайлардан қашуға ұмтыламын.
- 16. – Мен басқаның сезіміне нұсқан келтірмеуге тырысамын;
- Мен қарсыласымды өзімнің пікірім дұрыс екендігін сендіруге тырысамын.
- 17. – Мен өзі дегенге қол жеткізуге ұмтыламын;
- Мен қажетсіз эмоциялардан қашуға тырысамын.
- 18. – Егер бұл басаны бақытты ете алса мен оған жол беремін;
- Егер қарсыласым менің алдымнан шықса, мен де оған жол беремін.
- 19. – Мен ең алдымен даулы сұрақтар мен мүдделерді түсінуге тырысамын;
- Мен даулы мәселені оны кейін шешу мақсатымен кейінге қалдырамын.
- 20. – Мен дереу мәселені шешуге тырысамын;
- Мен екеуіміз үшін де тиімді жолды табуға тырысамын.

21. – Келісім жүргізе отырып, басқаның мүддесін де қанағаттандыруға тырысамын;

- Мен мәселені тікелей шешуге ұмтыламын.

22. – Мен екеуміздің де мүдделерімізді қанағаттандыратын позицияны табуға тырысамын;

- Мен тек өзімнің көзқарасымды қолдаймын.

23. – Мен екеуміздің де мүддемізді қанағаттандыратын шешімді іздеуге тырысамын;

- Мен кейде мәселені шешуге басқаға жүктемін.

24. – Егер қарсыласымның пікірі ол үшін маңызды болса, мен оның алдынан шығуға тырысамын;

- Мен басқаны мәмілеге келуге сендіруге тырысамын.

25. – Мен өзімнің пікірімді дәлелдеуге тырысамын;

- Келісімді жүргізе отырып, басқаның мүддесін қанағаттандырамын.

26. – Мен әдетте орталық позицияны ұсынамын;

- Мен әдетте екеуміздің де мүддемізді қанағаттандыруға тырысамын.

27. – Мен даудан қашамын;

- Егер бұл басқа адамды бақытты ете алса, мен оның алдынан шығарамын.

28. – Мен өз дегеніме қол жеткізуге тырысамын;

- Мәселені шешу барысында мен басқаның қолдануын қажет етемін.

29. – Мен орталық позицияны ұсынамын;

- Туындағын мәселеге қатысты әр кезде де алаңдау қажет емес деп ойлаймын.

30. – Мен басқаның мүддесіне зиян келтірмеуге тырысамын;

- Мен екеуміз де мәмілеге келе алатындай позицияны ұстанамын.

Бұл сұрауды жеке тұлға үшін де топ үшін де қолдануға болады. Нәтижелерді өңдеу. Алынған мәліметтер жауаптың кілті берген кестемен салыстырылады.

### К.Томастың кестесіне кілттер

№	Бөсекелестік	Ынтымақтастық	Мәмілеге келу	Қашу	Бейімделу
1					
2		Б	А		
3	А				
4			А		
5		А			
6	Б				
7			Б		
8	А	Б			
9	Б				
10	А		Б		
11		А			
12			Б		
13	Б		А		
14	Б	А			
15					
16	Б				
17	А				
18			Б		
19		А			
20		А	Б		
21		Б			
22	Б		А		
23		А			
24			Б		
25	А				
26		Б	А		
27					
28	А	Б			
29			А		
30		Б			

#### Өзара қатынасты анықтау әдістері.

Бұл әдістеме Т.Лири, Лефоржем, Р.Сезекамның негізінде 1954 негізі қаланды. Өзара қатынасты анықтау барысында үнемі 2 фактор анықталады. Бағыну, достық, басшылық нақты осы факторлар өзара қатынасты анықтауда адам туралы ортақ әсер қалдырады. Олар Аргнойлам бойынша компоненттің ең бастысы болып табылады. Әлеуметті бағытты таныстыру барысында Т.Лири шеңбер түрінде

өзін жасады. Сонымен қатар ол оның ішінде бірнеше сектр, яғни бөліктерге бөлінеді. Бұл шеңбердің ішінде горизонтальды не вертикальды түрде бағыт көрсетілген. Басқарушы-бағынушы достық-қастық бұл кезекте бұл бағыттар 7 бөлікке бөлінген. Тағы да екішеңберден 196 бөлікке бөлінген.

Т.Лири бұл әдістемені бақылап отырған адамның қылығын анықтауға, өзін-өзі бағалауын анықтауға қолдануға болатынын айтып өткен.

## 7. Зейінді зерттеу

1. Зейіннің психологиялық анықтамасы

2. Зейінді зерттеу теориялары

3. Зейінді диагностикалау

Зейін – сыртқы және ішкі ортаның нақты объектілері жайлы ақпараттың дәл осы сәттегі өзектілігін ағымды бақылау және таңдау үрдісі. Зейінге кез-келген әрекеттің жемістілігі тәуелді. Егер келіп түскен ақпараттың барлығын адам есіне сақтап және қабылдайтын болса, бірнеше минуттың аралығында адам есіне түскен ауыр салмақтан ақпараттың жаңа ағымын қабылдау мен жемісті әрекет ету қабілетінен айрылады. К.Д.Ушинский сөзімен айтсақ, зейін – бұл адамның жан дүниесіне сыртқы әлемнен енетін барлық нәрсенің есігі деген, яғни, зейін – бір объектіге есігін жауып, екіншісіне есігін айқара ашып отыратын қақпа.

*Табиғи зейін* – адамның өмірге келген уақытынан белгілі бір объект-тіге өзінің психикалық әрекетін бағыттауда көрінетін генетикалық шартталған қабілеті. Оның көзі жанына жақындатылған сылдырмақ ойыншыққа аударылса, басын анасының дауысы шыққан бағытқа бұрады.

*Әлеуметтік зейін* – адамның күнделікті өмірде кездесетін объектілері мен құбылыстарына (өнер туындыларына, жалпы мәдениет элементтеріне, ғылым мен техника жетістіктеріне, халықаралық оқиғалар мен спортқа т.б.) назарынан көрінеді.

Ырықсыз зейін өз кезегінде: *мәжбүрлік* – көп қайталанған белгілер (жарнама щиттерінің жанып-өшуі) немесе жоғары интенсивті тітіркендіргіштер (өрт сөндіруші машинаның жаншымыздан өткендегі сиренасы) әсеріне назар аудару. *Ырықтан тыс* – адамның қажеттілігімен байланысты объектілерге (жоғары оқу орнын енді ғана аяқтаған түлекті оқуға түсушілерге арналған



анықтама мүлде қызықтырмайды, ал жұмысқа сұраныс тіркелген жарнамасы бар газет өзгеше зейінді тудырады).

*Үйреншікті зейін* – адамның қызығушылығының тұрақты саласымен шартталады (кәсіби кітаптар көрмесіне келген инженер мен суретшіні әр түрлі бөлімдер қызықтырады).

Бірықты зейін: *ерікті* – саналы таңдалынып алынған іс-қимылдар мен ырықсыз жаққа зейіннің «сырғуы» арасындағы қақтығыс жағдайларына енуі.

*Күтілген* – саналы түрде күтілген объекті мен құбылыс (ормандағы қалың нудың арасында аңның келуін күтіп отырған аңшының зейіні, немесе радиолокатор экранындағы аспан лайнерінің белгісін күтіп отырған авиадиспетчер зейіні) нәтижесінде туындайды.

*Еріктен тыс* – алғашында объектіге қызығушылықтан туындаған, соңында еріктің күшімен ғана объектіге назарын ұстап қалу (көркем әдебиет жайлы достарының мақтаулы пікірлері нәтижесінде кітап оқуды бастап, соңынан оның мазмұны ұнамай қалып, тек өзі үшін әлеуметтік мәнді ортада имиджін сақтау үшін әрі қарай оқуды жалғастыру).

Үйреншікті зейін алғашында ерік күшінің көмегімен басталғанымен, соңында талап етілген ерік күшінің деңгейі төмендейді. Олар өз кезегінде:

*Жанама* – арнаулы құралдар, амалдар мен белгілер көмегімен пайда бола-тын және объектінің өзімен тікелей байланыс болмаған жағдайда туындайды. (объектіге назарды шоғырландыру үшін көрсеткіш бағдар, «Токта!» деген белгі т.б. қолдану).

*Тікелей* – объектінің өзі назар аударады (мәселен, адамның зейінін кафеге баратын жол сілтеуші бағдар немесе «Кафе» деген сөз емес, кафенің өз түрі аударуы).

Зейін көптеген сандық және сапалық сипаттар мен қасиеттерге ие.

*Зейін көлемі* – бір уақытта қабылданған объектілер санымен өлшенеді. Зейіннің бұл қасиеті тахистоскоп арқылы өлшенеді. Зейін көлемін анықтау үшін қабылданған материалдарды мәні мен мазмұны бойынша топтап, жүйелеуге үйрену керке. Әдетте, ересек адамның нормасы -3-тен 7 объектіге дейін.

*Зейін ауысуы* – бір объектіден екіншісіне ауысу жылдамдығымен өлшенеді. Бұл қасиет адамға болып отырған жағдайдың өзгерістеріне жылдам жауап беруге мүмкіндік береді.

Зейіннің бұл қасиеті шаршау мен жұмысқа қабілетті қолдау факторы ретінде қызмет атқарады. Егер психика іс әрекеттің жаңа түрше бейімделіп үлгере алмаса, адамда бірте-бірте шаршау үрдісі үдей береді. Ал бейімделу жылдам жүзеге асса, іс-әрекеттің ауысуы мен оған сәйкес зейіннің ауысуы жұмысқа жоғары қабілеттілікті қамтамасыз етеді.

Мысалы, педагогқа бір күнде бірнеше рет қайта құрлуына тура келеді: бір сыныпта бір тақырыпты өтсе, екінші өзге тақырыпты түсіндіру қажет. Одан соң, ол өз зейінін ата-аналар жиналысына, жеке балалармен жұмыстарға аударуға мәжбүр болады. Әр адам өз зейінін қайта құру мүмкіндігін білуі тиіс.

Зейіннің бөлінушілігі – бұл бір мезгілде бірнеше бірнеше іс-әрекетті орындай білу қабілеті. Цицерон бір мезгілде жеті маңызды шаруаны атқара алатын болған. Ал француз психологы Полан көрермендерді бір өлеңді оқып тұрып, екіншісін құрастырып тұру шеберлігімен таң қалдырған. Мұндай параметрлер педагогқа да аса қажет, оның назарында бір сәтте бүкіл аудитория және жеке оқушыларды да қамтылуы тиіс. Сондай-ақ, педагог сабақты түсіндіру логикасы мен өз сөзіне мән бере отырып, назарын оқушылардың материалды қалай меңгеру деңгейлерін т.б. аударуға тура келеді.

Зейіннің шашыраңқылығы – ұзақ уақытқа зейіннің шоғарландыра алмау қабілеті, және бір объектіден екіншісіне ырықсыз ауысу. Зейіннің шашыраңқылығы: тым берілу және тереңдетілген болып бөлінеді.

*Тым берілген зейін* жоғары таңдамалылығымен, қиын ауысуымен ерекшеленеді. Бұл индивидтің бір нәрсеге тым беріліп сипіп кетуі. Мұндай жағдайда адам айналасындағы ешнәрсені байқамайды, өз ойымен болып, сонымен ғана өмір сүреді. Күнделікті өмірде зейіннің бұл қасиеті «профессорлық» деп аталынады да, көптеген эзілдер мен сықақтарға арқау болған. Сократ бір соғысқа қатысуға ниет етіп, жаяу әскерлер қатарына қосылады. Жолда ол бір ойға беріліп кетеді де, бір орнында бірнеше сағат өз ойымен тұра берген деседі.

Мұндай зейін қасиетінің физиологиялық негізі мидың бір шабында күшті қозу ошағы болып, көрпі алаптардың белсенділіктерін тежейді.

*Өте тереңделген зейін* – әлсіз белсенділігімен және тым әлсіз ауысуымен ерекшеленеді. Бұл құбылыс адам шектен тыс

шаршағанда немесе өте күшті эмоционалдық толғаныс үстінде болғанда байқалады. Физислогиялық тұрғыдан алғанда бұл зейін шашыраңкылығыншікі тежелу күшінің жеткіліксіздігінен, ал сол сәттегі қозу үрдісі жеңіл және ретсіз болуымен түсіндіріледі.

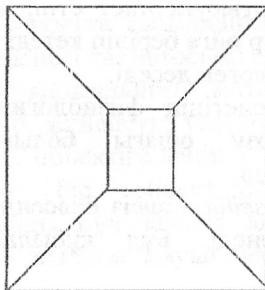
**Зейін тұрақтылығы** -- бір объектіде адамның ұзақ уақыт зейінін тұрақтата алуы. Зейіннің бұл сипаты көптеген мамандық иелерінде болуы қажетті. Мәселен, педагог сабақтың басында зейін тұрақтылығына жоғары болмайды, біртіндеп жақсарады, ал сабақ соңында тағы да құлдырау болатынын білуі тиіс. Лектор аудитория зейінін тұрақты күйінде 18-20 минут ұстай алатынын есінде ұстауы керек. Бұл қасиет өз тауарларын презентациядан өткізу үшін көрме жасап жатқан кәсіпкердің де жадында ұстауға тиісті мәселесі. Адамның тұлғалық ерекшеліктерін, оның эмоционалдық және дене жағдайын да ескерген жөн. Колериктің зейінін тоқтатуға қарағанда, аудару қиынға түседі.

**Зейін толқуы немес флюктуация** – бұл қысқа мерзімдік ырықсыз құбылыс зейіннің күшеюі немесе әлсіреуі. Зейін толқуы тұрақты зейін барысында да (әдетте, 6-12 сек. аралығында) байқалады. Бұған қарапайым мысалмен-ақ көз жеткізуге болады. Төмендегі суретке көз алмай қараңыз. Екі картинаны көруге тырысыңыз.

- кішкене квадрат сізге жақын орналасқан, ал алыс орналасқаны бір үйдің шатыры;

- кішкене квадрат алыс орналасқан- ол жер асты автостраданың ұзын шыға берісі.

Өз зейініңізде осы мүмкін картинаның кез-келген біреуін тандап алып, оған бір минут зейініңізді ұстап тұрыңыз. Ұстап тұрған кескін бір сәтте көзден ұшып кетіп, сіздің ерігініңізден тыс екіншісіне ырықсыз ауысады.



**Зейін концентрациясы** – объектіге шоғырлану деңгейіне байланысты бағаланады. Кім қажетті сәтте өз зейінінің концентрациясына қол жеткізсе, еңбек барысында жоғары жетістікке қол жеткізеді. Әдетте, зейін қиын сәттерде зейін концентрациясы болуы қажет.

Зейін конценрациясы адамның нерв жүйесі мен оның темпераментіне байланысты. Бір жұмысты орындау барысындағы қосымша тітіркендіргіштер меланхоликке кедергі келтірсе, флегматиктің зейін конценрациясын жоғарылатады.

**Зейіннің алаң болушылығы** – дәл сол сәттегі орындалып отырған іс-әрекетке сыйымсыз ішкі және сыртқы тітіркендіргіштер әсерінен бір объектіден екіншісіне ырықсыз ауысу. Зейіннің алаң болушылығы ми сыңарларындағы қозу мен тежелудің ауысып отыруына орай жұмысқа 15-20 минут сайын назар аударудан туындайды.

Жоғарыда аталып өткен зейін қасиеттері тұлғаның зейінділік (керісінше зейінсіздік) және байқағыштық сапаларының қалыптасуына негіз болады.

**Зейінділік** – іс-әрекетті ұйымдастыра білуімен шартталған қасиеті, сондай-ақ, тұлғаның өзінің дара – типологиялық ерекшеліктері болып табылады.

**Байқағыштық** – заттар мен құбылыстардың аса байқалмайтын, сондай-ақ, белгілі мақсатқа байланысты мәнді және маңызды бөлшектерін, белгілерін және қасиеттерін көре білу. И.П.Павлов өзі қызымет еткен институтында «байқағыштық» деген сөзді мидадайшаға блуді ұсынған және тұлғаның бұл қасиетін жоғары бағалаған.

**Зейіннің теориялық модельдері.** Зейіннің неғұрлым кең таралған модельдері келесідей:

*Т.Рибоның моторлы-эмоционалды моделі.* Бұл моделдің негізгі болжамы зейін арқашан эмоциядан туындайды және дененің барлық бөліктерінің тыныс алу, қан айналуы, жүрек-қан тамыр жүйелері саласынан қозғалыс белсенділіктерімен жүзеге асады. Объектіге әрекетке зейін аударылғанда, мәселен, дем алу тоқтатылады, ауыз ашылады т.б. байқалады. Зейіннің төмендеуі барлық жүйелердің бұзылақ еттерімен тығыз байланысты. Осыған орай, егер бұл үрдістерді басқара білсек, зейінді де басқара білеміз.

*Д.Уиндленің психологиялық нұсқау беру моделі.* Алдымызда күйінің тұрған іс-қимылға белгілі реакцияға алдын-ала дайындалуға

психология-лық нұсқаудың болуы зейін жағдайын бейнелейді. Бұл нұсқау объектіні өзгелерден бөлу алуға себеп болады. Бұл үрдісті уақытқа байланысты қарастырсақ, объективизация үрдісі болып табылады.

*П.Я.Гальпериннің бақылау моделіне* сәйкес, адамның кез-келген іс қимылы бағдарлаушы, атқарушы және бақылаушы құрамға ие. Тікелей объектіге бақылау зейін үрдісінің мәні болып табылады.

*Н.Лангенің кешендік моделі.* Ланге зейін тұжырымдамаларының бірқатарын «жақындастырып», оларды «бұрышқа» қоюға талпыныс жасаған. Ол түрлі тұжырымдамалар зейінді белгілі бір психикалық процестермен байланыстырады деп көрсетті. Мәселен, объектіге қозғалыс ретінде бейімделуі (бір объектіден екінші объектіге зейін аудару назар шоғырландыру үшін жағымды жағдай туғызатын бұлшық ет қозғалыстарымен қосарлана жүреді);

- эмоциялармен (эмоциялық бейберекет объект зейінді еш аудармайды):

- өмірлік тәжірибелермен (адам өмір сүру барысында зейін аударудың жеке дара жүйесін құрады, онда бір объектілерге көбірекзейін аударылса, екіншілеріне аз назар аударылады);

- белгілі объектіні қабылдау үшін қажет етілетін сананың «аумағы» (көлемді құбылыстар санадан белгілі бір «күшті итеріп шығарады»);

- Белгілі бір физиологиялық үрдісті екіншісінің басуы т.б.

*С.Л.Рубинштейн моделі.* Зейіннің психикада белгілі ұғымы жоқ. Бұл тек объектіге, тұлғаның жалпы белсенділігіне, қажеттіліктеріне, қызығу-шылықтарына, нұсқауына т.б. бағытталған әрекеттің ерекше жағы.

*Л.С.Выготский моделі бойынша* адамның өз тәртібін реттей алу амалымен зейінді байланыстырады. Мұнда табиғи және мәдени дамудың құрамдас бөліктері ерте балалық шақтан бастап келесі кезеңдер барысында «эстафетаны» бір-біріне кезекпен ауыстырып отырады, алайда уақыт өте келе, зейіннің қалыптасу үрдісіндегі бастама сыртқы құралдардан («ересек адамның сұқ саусағынан») мәдени құрамдас бөліктің ішкі ынталарына ауысады.

*Ю.Гиппенрейтердің моделіне* сәйкес, зейіннің өзіндік дербес қасиеттері жоқ. Бұл тек адам санасының оның жетекші деңгейдегі іс әрекетті ұйымдастыру бойынша деңгейінің бейнесі болып табылады. Сол себептен, зейінді жетекші іс әрекетті бақылау барысында ғана зерттеуге болады деп көрсетеді

## Бурдонның корректуралық байқауы

Зейіннің тұрақтылығын, шоғырлануын, көлемін және бөлінушілігін зерттейді.

Зерттеу үшін 20 жолдан тұратын 40 әріп ұсынылады.

Жофсяывапролджщнгекуапролбючсмитьбюьяйц  
 Йцукепавыфпролджщлзбютфывапекуцйнгшщзхбютт  
 Ролджэхзщнгнекуцфвапролджюбьтимсчяфывпрол  
 Цкнщзыарлжэбтмчяситбюьэдждлорпавыфц  
 Йуегшщзшнкцыфвподэбтмчяситбюьэдждлорпавыфц  
 Юьисячмиьбюьэдждлорпавыфйцукенгшщзхфвподжбтм  
 Комуфсцычйфеяширтгоьшлбщддюжэдбшотгринпм  
 Цфуыяквчeanнпмтришотшлбщбздюхжйцфыячуквас  
 Выфячсцукгнеорпйтищщзхждлюбьтимсчафывапрол  
 Жлорпавыфцукенгшщзхюбьтимсчаукаменипртка  
 Здбжюцльшотгринпмеасквчувцфяврполджнгка  
 Фывапролджсмитьбюцукенгшщзхувскаменипрод  
 Пргимсавычфясуекнгшщзбьюторгнепимасквкувсф  
 Зцкгшенукицыфвапролджэюбьтимсчяйэяфцукзуквк  
 Рпроолдджэцуквыамспичвыамиртотольблджшпа  
 Праогкнелвоасмтпсдючвдгнкrapовлогнекцйзмтш  
 Кентгшщзхцуэвапролджюбьтимсчфывапролцукени  
 Длорпавыцукенгшщзхюбьтимсчывскаменипртг  
 Ждлорпавычсмитьбюьзщнгнекуцйхжюздбшльшр  
 Ячсмитьбюждлорпавыфйцукенгшщзхшотгринпмнл

Нұсқау: «бастандар» деген белгі бойынша бланкыда кездескен «р» «с» әріптерін сызып белгілеп отырулары қажет. Әр минут сайын «токтандар» деген белгі берілгенде, қай әріптің қасына келді сол жерге көлденең сызық қойып отырулары тиіс. Жұмыстың жалпы уақыты 3 минут.

Оқушылардың жұмысқа қабілеті келесі формула бойынша есептеледі:

$$Q = \frac{S}{m}$$

S- жолдардың саны

m-жіберліген қателердің саны

S неғұрлым көп және m аз болса, зейіннің шоғырлануы мен тұрақтылығы жоғары болады.

Зейіннің ауысуын зерттеу үшін осы бланка бойынша тапсырма өзгертіледі: екі жолда «в» және «н» әріптерін, ал үшінші жолда «к» және «д» әріптерін, тағы да екі жолда «в» «н», бір жолда «к» және «д» әріптерін белгілеу ұсынылады.

Нәтижелерді бағалау:

A

$$C = \frac{100\%}{B}$$

B

C- зейіннің ауысуына байланысты туындаған қателер пайызы

A - дұрыс емес өңделген жолдарын саны

B- жалпы қарастырылған жолдар саны

Зейіннің бір объектіден екінші объектіге қалай аударылуын тұңғыш рет зерттеген неміс психологы Шульц.

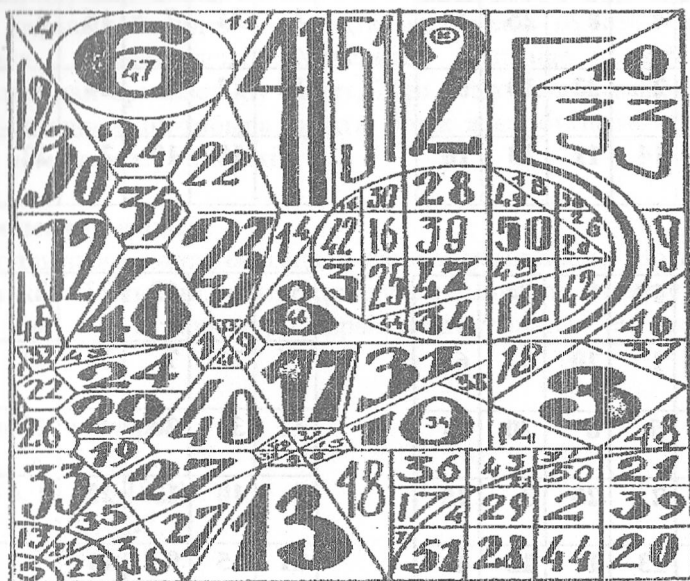
Шульц ұсынған тәсіл арқылы зейінді зерттеу үшін алдымен мына тәрізді мәселелерді қамтамасыз ету қажет. Ені 25 кв. см картоннан үлкен квадрат жасап, оны 50-дей кішкентай квадраттарға (25) бөлу қажет. Бұдан соң араб және рим сандарын (25) даярлайды да бұларды кездейсоқ тәртіппен желімдейді. Бұдан кейін зерттеуге тағайындалған кісіге осылардың біреуін айталық араб сандарын 1-25 ке дейін санатқызады. Бұл қиын соқпайды. Өйткені адам осылайша санауға бала кезінен дағдыланған, кейін рим сандарын санауға көшеді, бұл 25-тен 1-ге дейін санауды талап етеді, осы кезде зерттеуші бірінші және екінші тағайындалған адам қанша уақыт жібергенін тексереді, ал екінші рет санау кезінде қанша қате жібергенін сағаттың секундомер стрелкасына қарап жазып алады. Мұны кейде протокол ретінде реттейді. Осындай тапсырманы орындау үшін протокол жазушы тағайындалады да, іске шақырылған студенттің бір істен екінші іске көшуінде қаншалықты қиналғанын жазып отырады.

**Шульц таблицасы бойынша сандарды табу**

Нұсқау: зерттелінушілерге кезекпен 5 таблица ұсынылады, онда ретсіз тәртіппен 1-ден 25-ке дейінгі сандар орналасқан. Оқушы

сандарды ретпен, көрсете және дауыстап атауы тиіс. Тапсырманы орындау уақыты тіркеледі.

Орта буын оқушылары үшін норма-1 кестеге 45-60 секунд.



### Шульт таблицалары тестеріне сипаттама.

Тесттағы әрбір студенттің керекті ақпаратты қабылдау барысында зейіннің бір объектіден екінші объектіге шоғырлану жылдамдығы зерттеу зерттеушіні зерттелушіге нұсқауды былай барша жылдамдықпен барынша тез немесе зейінді орындауы қажет. Содан зерттеуші уақытты белгілейді. Ол зерттелушіні 1-25 аралығындағы сандар жинағын дауыстап оқиды. Зерттеуші зерттелінушінің 1-4 бұрыштағы 25 сандарды толығымен іздеуге жіберген уақытты белгілеп, анықтап отырады. Сондай-ақ 2-3-4-5 төрт бұрыштардағы 1-25 сандар жинағын іздеуге жіберген уақытын есепке алып өзіне түртіп отырады. Содан 1 төртбұрышқа байланысы орташа үрей соның шығарады. Соның график түрінде сызба-нұсқасын көрсетеді. Студенттік жұмыс істеу қабілеті мен зейіннің бірден екіншіге шоғырлану ерекшелігін бойынша қорытынды шығарылады.



21	12	7	8	20
6	15	17	3	18
19	4	8	25	13
24	2	22	10	5
9	14	11	23	16

9	5	11	23	20
14	25	17	19	13
3	21	7	16	1
18	12	6	24	4
15	10	2	22	

14	18	7	24	21
22	1	10	9	6
16	5	8	20	11
23	2	25	3	15
19	13	17	12	4

5	14	12	23	2
16	25	7	24	13
11	3	20	4	18
8	10	19	22	1
21	15	9	17	6

## 8. Ойлауды зерттеу

1. Ойлау туралы түсінік
2. Ойлауды зерттеу әдістері
3. Ойлаудың әдістемелік негіздері

Ойлау заттары мен құбылыстардың жалпы сипаттарын, олардың арасындағы табиғи байланыстары мен қатынастарын бейнелейтін психикалық процес. Ойлау таным процестерінің ішіндегі ең биік сатысында тұрған жоғарғы процес. Ойлау дегеніміз шындықты жалпылап бейнелеу болғандықтан, ол адамның іс-тәжірибесіне сүйене отырып, ойлау ісін атқарады. Ойлауды зерттеу әдістеріне «логикалық заңдылықтар» атты Липманың тесті жатады. Зерттелінушіге қатар жазылған сандар беріледі. Оларға әр қатарды

тистан, оның құрылу заңдылығын анықтау керек. Зерттелінуші іштарды жалғастыратын екі санда анықтау керек. Тапсырманы орындау уақыты тіркеледі. Логикалық түсінікті ойлау күрделі аналогиялық құрылуы тесті. Мысалда алты жұп сөздер орналасқан. Олар бір-бірімен тығыз байланысты. «Қой-тобыр» - бөлік және бүтін, «күлпынай-жидек» - анықтауыш, «теңіз мұхит» - көлемі бойынша ажыратылады. Материал бөлігінде зерттелінуші мысалдағыдай орналастыру қажет. Жұп сөздер жазылған, мысалы «тарау-роман» «қой-тобыр» сияқты бөлік және бүтін мысалдарды сөйкес нөмірді жазу міндетті.

### **Липманның әдісі.**

Оқушыларға көптеген сандар қатары ұсынылады. Әр қатарға мүжіят қарап отырып, оның құрылу заңдылығын анықтау керек. Содан соң осы қатарды ары қарай жалғастыратын екі сан жазу керек.

#### **Сан қатарлары:**

А) 2,3,4,5,6,7...

Ә) 6,9,12,15,18,21...

Б) 1,2,4,8,16,32...

В) 4,5,8,9,12,13...

Г) 19,16,14,11,9,6...

Д) 29,28,26...

Е) 54,32,16,8,4...

#### **Өңдеу:**

7 – жоғары;

6 – жақсы;

5 – орта;

4 – ортадан төмен;

3 – төмен;

2,1 - өте төмен.

#### **«Артығын тап» әдісі**

**Мақсаты:** жалпылау, абстракциялау білулерін анықтау.

**Нұсқау:** қағазға жазылған сөздер оқылады, артығын табулары тиіс.

**Мысалы:** пышақ, қасық, кесе, табақ, шляпа.

**Артығы:** шляпа.

1. Құс, самолет, ара, машина, көбелек.
2. Жауын, қар, бұршақ, найзағай, қырау.
3. Көру, қарау, бадраю, жыпылықтау, бақылау.
4. Лақтыру, тебу, дәлелдеу, шашу, тастау.
5. Қарағай, қайың, шырша, алма, ағаш, терек.
6. Ұнтақтау, кесу, түю, ұсақтау, бұтау.

**Артығы:**

1. машина
2. найзағай
3. жыпылықтау
4. тебу
5. шырша
6. кесу

**Хабардар болу**

**Нұсқау:** Мағынасы сәйкес келетін сөздің астын сызып қой.

1. Етікте әрқашан бар: бау, табан, түйме, белдік
2. Ыстық жақта жүреді: аю, бұғы, қасқыр, түйе.
3. Бір жылда: 24 ай, 3 ай, 12 ай, 4 ай.
4. Қыстың айлары: қыркүйек, қазан, ақпан, қараша.
5. Біздің республикамызда кездеспейтін құстар: бұлбұл, страус, кептер, бозторғай.
6. Әкесі баласынан үлкен: жолі, әрқашан ешқашан, сирек.
7. Тәулік уақыты: жыл, ай, апта, күн.
8. Теректе әрқашан бар: жапырақ, тамыр, гүл, жеміс.
9. Жыл мезгілі: тамыз, күз, сенбі, тоқсан.
10. Оқу құралдар: парта, шкаф, диван, дәптер.

**Артық ұғымды шығару**

**Нұсқау:** Мағынасы артық сөздің астын сызып қой.

1. Өзен, көл, теңіз, мұхит, көпір.
2. Үстел, кілем, кресло, төсек, диван.
3. Қанат, Нұғманов, Әділет, Асхат, Қайрат.
4. Жылқы, сиыр, түлкі, ешкі, қой.
5. Үшбұрыш, төртбұрыш, сопақша, тіктөртбұрыш, тақта.
6. Тауық, этеш, бүркіт, қаз, үндік.
7. Сан, бөлу, қосу, алу, көбейту.
8. Футбол, волейбол, хоккей, жүзу, баскетбол.
9. Ыстық, ащы, қышқыл, тұзды, тәтті.
10. Көже, қымыз, бауырсақ, сүт, айран.

**9. Қиялды зерттеу әдістері**

1. Қиял туралы психологиялық түсінік
2. Қиялды зерттеудің ерекшеліктері
3. Қиялды дамыту жолдары

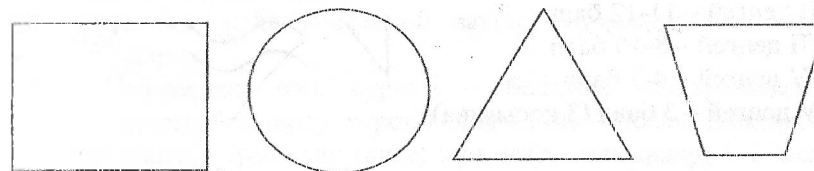
Қиял психикалық процесі. Субъектінің заттық іс-әрекетінің құрамдарымен соңғы нәтижесінің білім құрады. Қиялды зерттеуге байланысты көптеген әдістер қолданылады. Роршахтың «сия докторы» проективті жоба әдістемесі жатқызуға болады. Өмірде жоқ жануар. Шығармашылық қиялдың ерекшелігі атты әдістемені талдайтын бой соғу: зерттеуші бірнеше сөздер жазып, осы сөздерді бір-бірімен байланыстырып әңгіме құрастырып, шығарылуы тиіс. Қиял адамның білімінің суреттің әңгіменің сөздерінен дамиды. Образдың дәл немесе жарқындылығы адамның ішкі білімінде байланысты болып келеді. Роршахтың тесті 1921 жылы негізі қаланған. Суретті тест «ағаш» атты тесті бар. К.Кохтың негізі 1949 жылы қаланды.

**Тест №1**

**“Объектілер бейнесін жасау”**

**Мақсаты:** Қайта жасау қиялы мен образды ойлауды анықтауға бағытталған. Барлық жастағы (мектепке дейінгі, кіші сынып оқушысы, жасөспірімдерге) арналған.

**Нұсқау:** Балаларға келесі кескіндерді пайдалана отырып, объектілер салу ұсынылады.



Салу керек объектілер: адамның бет пішіні, үйшік, мысық, клоун, жаңбыр, қуаныш

Жұмыс нәтижесі келесі параметрлер бойынша бағаланды:

1. Барлық объектілер бейнеленді ме?
2. Бейненің шынайылығы (ұсынылған объектіге ұқсастық дәрежесі)
3. Бейненің қайталанбастығы

4. Бейнеде ұсынылған барлық кескіндердің қолданылуы

Әрбір пункт 5 балмен бағаланып, жалпы саны есептелінеді. Көлем неғұрлым үлкен болса, бұл балада қиял функциялары мен образды ойлау жақсы дамыған. Бағалау үшін келесі ережелер пайдаланылады. Нұсқау бойынша талап етілген объектіні бейнелегені үшін ұқсамаса да, 1 балл қойылады. “Осылай болса болады” деп бағалаған бейнеге 2 балл қоюға болады.

### Тест № 2

#### “Аяқталмаған суреттер”

**Мақсаты:** бала қиялы мен қабылдаудың тұтастығын зерттеу

**Материалдар:** суреттер ұсынылады

**Барысы:** Рет-ретімен дайындалған иттің суретін ақ қағаз бетімен жауып тұрып, А-дан Г-ге дейін біртіндеп ашамыз, балаға суретте не бейнеленгенін анықтау ұсынылады. Бала тапсырманы неғұрлым тез орындаса, қайта жасау қиялы дамыған көрінісін білдіреді. (а-3б., б-2б., в-1б., г-0б.). Енді келесі кестеге ауысамыз. 9 квадраттың әрқайсысында қандай зат бейнеленгенін ретімен атауды ұсынамыз. Бүкіл жұмысқа 1 минут беріледі. 1 минут өткен соң, бала осы уақыт аралығында неше суретті анықтағаны есептелінеді.

Тапсырманың кілті: үстел, үй, адамның басы, автомобиль, ит, ағаш, тышқан, фабрика, балға, т.б.

Бұдан соң келесі суретке баланың назарын аударамыз. Оларды атап, кейіпкерлердің не істеп жатқаны сұралады.

“Аяқталмаған сурет” әдістемесінің нәтижелері:

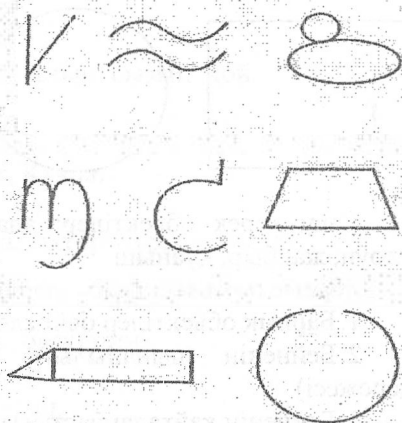
I деңгей – 13-14 балл

II деңгей – 11-12 балл

III деңгей – 8-10 балл

IV деңгей – 4-7 балл

V деңгей – 3 балл (3 қосымша)



### Тест №3

#### “Суретті аяқта”

**Материалдар:** Дәлортасында жай қарындашпен контурлар бейнеленген ақ қағаз беті.

**Нұсқау:** Мына қағазға қара. Балалардың біреуі сурет салуды бастап, оны аяқтамапты. Ойланып, суретті аяқтауға тырыс.

**Тесті өткізу.** Балаларға тек қара қарындаш беріледі. Ересектер балалар әрекетіне араласпайды, тек балалар сұрақтарына жауап береді. Суретті аяқтау үшін 5-6 контур жүргізуге болады. Әр тапсырма орындалған сайын, картинкада не бейнеленгені сұралады. Бала киналған жағдайда, жауапты қатаң талап етпеуге болады.

**Нәтижелерді талдау.** Мәліметтерді алуда жауаптың тапқырлығына, иілгіштігіне, жылдамдығына назар аударылды.

**Жылдамдығы** – жауап сандарымен байланысты, картинаға бірнеше атау беріп, бірнеше сурет ұсынуы мүмкін. Ең жоғарғы балл-3, төменгі-0 балл “егер бала сурет салудан бас тартса”;

**Иілгіштігі** – сурет мазмұнында бірнеше картиналарды пайдалану (Мысалы, бала адамды ғана немесе адам, жануарлар және өзге де заттар); **Тапқырлығына** – әр түрлі категорияға байланысты балдар:

1. Жануарлар, тағам, транспорт;
2. Ойыншықтар, адам;
3. Ертегі кейіпкерлері, киім, құстар, өсімдіктер;
4. Жиһаз, балықтар;
5. Жәндіктер, техника;

6. Күнделікті пайдаланылатын заттар, музыкалық аспаптар, төсек-орындар.

Бұл сапалардан өзге суретті – баланың шығармашылық қабілеті, салудан бас тарту, суретті атай алмау – 0 балл. Жекелеген сызықтар арқылы сурет салу (киір, күн, шар, толқындар) – 1 балл. Суретте қосымша элементтер пайдаланып, контурмен жалғастырылса (адам, кеме, баққа соқпақ) – 2 балл. Негізгі контур өзге заттардың бөлшегі болса – 3 балл, сурет желілі болса, іс-қимылды білдірсе – 4 балл, сурет негізгі контурмен байланысты болып, бірнеше заттар мен кейіпкерлерді қосып, тақырыпты аяқса – 5 балл, негізінде бала 6-9 балл жинауы тиіс, 1-2 балл иілгіштігі, тапқырлығы, жылдамдығы үшін 3-4 балл. 11 немесе одан жоғары балл шығармашылық қабілет, дарындылықты білдіреді.

Креативтілік даму деңгейі:

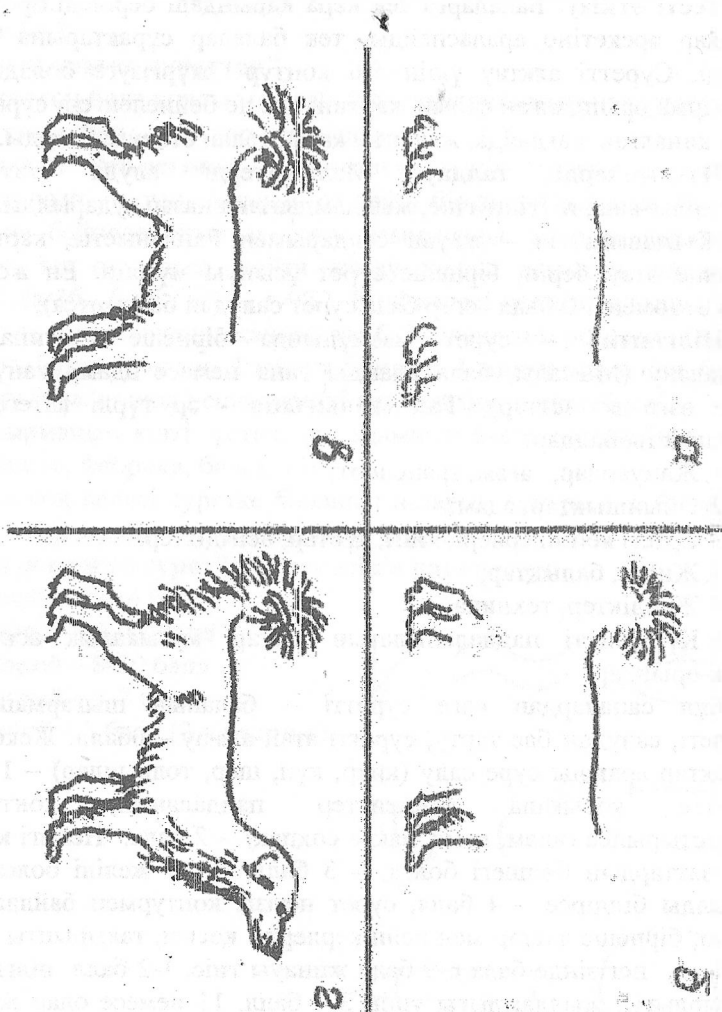
I – жоғары – 88балл.

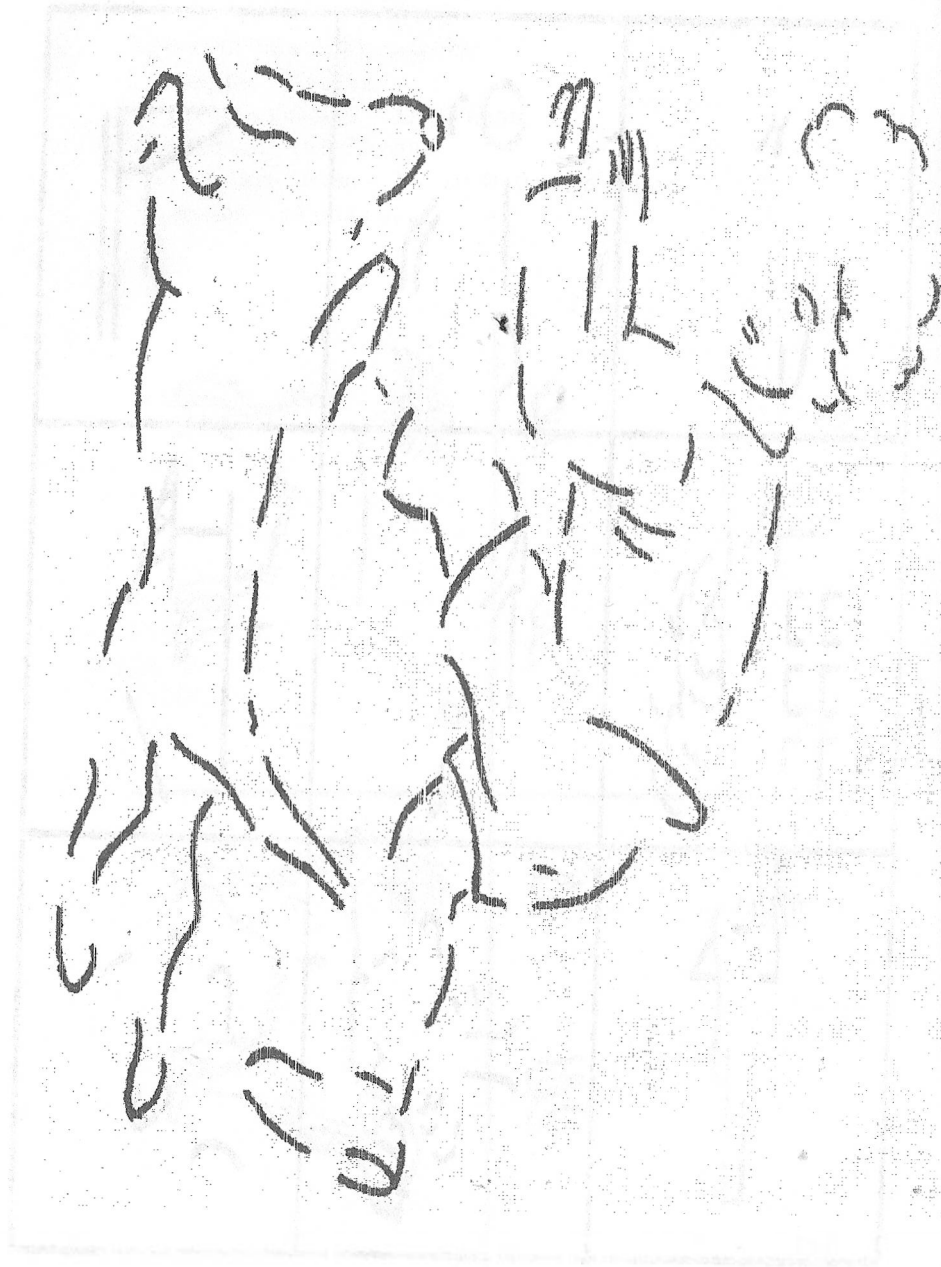
II – орташа-жоғары – 72-80 балл.

III – орташа – 48-72 балл.

IV – орташа-төмен – 24-тен 48-баллға дейін.

V – төмен – 24 балдан аз.





## 10. Есті зерттеу әдістері

1. Есе туралы жалпы түсінік

2. Есті зерттеудің әдіснамалық негіздері

3. Есті зерттеу әдістері

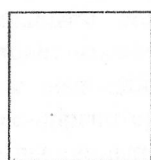
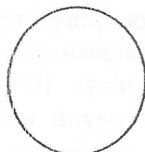
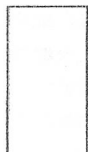
Адамның есі көп түрлі. Естің түрлері: қозғалыс, образды, эмоциялық т.б. Естің осы түрлері байланысты түрлі әдістемелер тұтастықтарында көп. мысалы, ақпаратты қабылдау есі зерттеуші жылдамдығы тез арада сөздер жинағын оқиды, ол зерттеуші осы оқыған сөздерді тиісті бағанға қарастырып, жазып отыруы керек. Бас баған беріледі. Әрқайсысының өзіне тән тақырыптары да белгіленген. 1. Химиялық элемент. 2. Адам сезімдері. 3. Жиһаз. 4. Ағаш. 5. Жануарлар әлемі. Оқылатын сөздер жинақтың саны 32. қайталану оқуға болмайды. Мысалы, натрий, мысық, диван, тиыркәу, күміс. Қорытынды шығару барысы бойынша егер де зерттелінуші 32 сөзді толығымен жазса, онда ақпаратты қабылдауы дұрыс.

Екінші әдістеме бұл: қысқа мерзімді естің көлемі. Студенттерге сандар жазылған тізбек беріледі. Осы реті бойынша. Ал студенттердің міндеті әр санды есіне сақтағаннан кейін қалай көрсетілді солай орнын ауыстырмай жазулары қажет. Әрбір дұрыс жауапқа ұнай беріледі. Ал үшінші әдістеме қысқа мерзімді көріп есте сақтау. Енді сандар жинағы емес, сөздер оқылады. Тәртібіне немесе ережесі тура жазанағындай яғни жоғарғыдай. 7 сөзді немесе одан көп дұрыс жазылса онда есте сақтау дұрыс топшен жүргізген өте қолайлы болып табылады.

### Лоренц тесті.

Мақсаты: баланың өзіндік бақылау қабілеті анықталады.

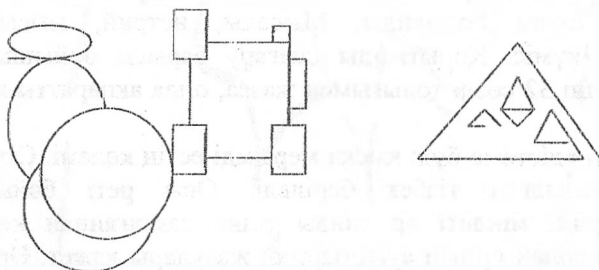
Зерттеуді жүргізу үшін алдын-ала байқау әдістемесі қолданылады. Балаға геометриялық кескіндер салынған парақтар таратылады. Ал ол әр түрлі кескіндерге шартты түрде белгі салуы керек.



Осы үлгі бір көрсетілгеннен кейін қайта көрсетілмейді. Балаға бос фигураларға белгілер салынатыны түсіндіріледі. Бала өзінің орындаған тапсырмасына мұқият қарап, алғашқы көрсетілгенімен салыстырып, қатесі болса, оны қызыл қарындашпен түзеуі тиіс.

### Зинченконың есте сақтау қабілетін анықтау тесті

Балаларға үстел үстіндегі заттарды мұқият қарап алу ескертіледі. Балалардың көздерін жұмдырып, заттардың орнын ауыстырып қоямыз, олар көздерін ашқанда қай заттың орны ауыстырылғанын табулары тиіс. Осыдан соң келесі тапсырманы орындаймыз. Тақтаға қарап, қандай фигуралар қанша екенін іштей санаңдар.



*«Адасқан саңырауқұлақтар»* (есте сақтаудың көлемі, жылдамдығы және нақтылығы).

1-ші тапсырма. Тіркемеде 2 көгал бейнеленген. Бір минутта суретке қарап алып, онда бейнеленген заттардың бәрін есте сақтауға тырыс.

2-ші тапсырма. Енді картинада салынған заттарды есіңе түсіріп, атап бер.

3-ші тапсырма. Картинада қандай ағаштар бейнеленген. Қандай гүлдер мен өсімдіктер бейнеленген? Қандай саңырауқұлақтар салынған. Қалай ойлайсың, мұнда бейнеленген заттар шын ба, әлде ойдан шығарылған ба? Өз жауабыңды негіздеуге тырыс.

### III бөлім

## ӨЗІНДІК ЖҰМЫСТАРҒА АРНАЛҒАН ТАПСЫРМАЛАР

**1-тапсырма: Мінез, темперамент және қабілет.**

**Мақсаты:** Бұл тақырып бойынша қабілет жайлы түсініктің мәнін ашу, осы жайлы пікірлер, көзқарастарға талдау жасау. Темперамент, темперамент типтері, оның өзгеруі және адамның жеке басының мінез-құлық көрінісі жайлы түсінік беру.

**Ұйымдастыру формасы:** практикалық жұмыстар.

**Қарастыратын негізгі сұрақтар:**

1. Мінез түсінігін талдау.
2. Темперамент типтеріне талдау жасау.
3. Қабілетті анықтау.

1. Мінез бен темперамент және қабілет адам психикасының тұрақты қасиеті. Мұндай қасиеттер әдетте психикалық процестерден құралады.

Мінезді, темпераментті және қабілетті экспериментті тұрғыдан зерттеу қиын. Бұлар жеке адамның басына тән болғандықтан сол адамның дара басына байланысты жан дүниесімен ұштастырыла отырып зерттеледі.

Психологияда мінез фенотип, ал темперамент генотип деп сипатталады. Мінезді фенотип деп атау себебі – ол өмір тіршілігінде қалыптасады. Ал темпераментті генотип деуі – ол адамның ұрпақтан туа пайда болатын қасиет. Басқаша айтқанда, темперамент адамның табиғаты болып санаса, ал мінез сол табиғат негізіне орналасып дамиды.

Күнделікті өмірде адамның мінезі мен темпераментін ажырату оңай емес. Өйткені, адамның бойындағы қасиеттердің қайсысы темпераментке, қайсысы мінезге жататын бірден ажырата қою оңай емес. Мұның себебі туа берілген темперамент, яғни туа берілетін жоғарғы нерв қызметінің типі өмір тіршілігінің жағдайына сәйкес қалыптасып отыруында «бүркеліп» қалады.

**Мінез және темперамент:** Зерттеушілер (Н.Д.Левитов және т.б.) мінезді көбіне бақылау не әңгімелесу арқылы зерттеп, бірақ оны эксперимент арқылы зерттеудің қиыншылығы сонша, ол психикалық процестердің психологиялық қасиет-мінезге қалай айналатыны белгісіз. Бұл жәйтті түсіну үшін мынадай жағдай өскеру керек. Адамға үнемі сан алуан тітіркендіргіндер болып табылатын: өзгелердің сөзі, не заттар мен құбылыстардың түстері,

кескіндері т.б. әсер етеді де, адам баласында неше түрлі ой бейнелерін тудырады. Осы бейнелердің бір қатары тез ұмытылады, бір қатары есте сақталады. Есте сақталған бейнелерді білім деп айтамыз.

Білім елестетулер мен ұғымдардан құралады. Сол білімдердің қайсысы мінезге айналып, қайсысы мінезге айналмайтындығы осы кезге дейін психологияда жете анықталмаған мәселе. Әрине, білім мінез емес, дегенмен сол білімдер негізінде пайда болған адам бойындағы қасиеттер. Бұған адамның істі меңгерудегі виеті, әркімнің өзін-өзі белгілі қалып-мөлшерде ұстай білуі, түрлі әдет-дағдыларға ие болуы т.б. ерекшеліктері жатады.

Ал темпераментке байланысты қасиеттер мынадай үш түрлі дәрежеден құралады.

Біріншіден, адамның қиыншылыққа төзімді, не төзімсіз келуі, осыған орай, адамдар күшті делінетін төзімді типтерге және әлсіз деп аталатын төзімсіз типтерге бөлінеді.

Екіншіден, қызбалығы мен тежелгіштігі тең, не теңсіз болу дәрежесіне байланысты. Егер адам төзімсіз, тез болдырғыш келсе, онда мұндай типті меланхолик деп атаймыз. Ал қалған төзімділерді тең не теңсіз дәрежесімен ажыратады. Егер теңсіз типтердің қозуы тежелуінен неғұрлым басым болса, онда бұл типті холерик темпераментіне яғни қызбалы, ақкөңіл типіне жатқызады. Ал теңсіз дәрежедегілердің қозуынан тежелуі басым келсе, онда бұл-тежелгіш, яғни бүкпелі типке жатады.

Ал тепе-тең дәрежедегілерді алатын болсақ, бұл типтің қызбалығы мен сабырлығы (тежелгіштігі) өзара тең болғандықтан, ондай адамдар шапшаңдық белгісі мен (ширақ не баяу белгісімен) ажыратылады. Егер төзімділер ұрпағы ұстамды бола тұрып, іс-әрекетінде ширақшапшаң келсе, онда мұндай адамдарды сангвиник темпераменттілері деп атайды. Ал осындай типтегілердің іс-әрекеті мен қимыл қозғалысы баяу болып келсе, оларды флегматик темпераменттілер деп атайды.

Міне осындай анықтамаларға сүйене отырып, мына төмендегі текстерге сипатталған балалардың мінезі мен темпераменттерін ажыратып көріңіздер.

Бейсен деген баланың жүріс-тұрысы баяу, кейде айтайын деген сөзін тұтығып айта алмай қаналады. Серік деген оқушы болса үйге берілген тапсырмаларды бас-аяғы бір сағат ішінде орындайтын болса, ал Бейсен үй тапсырмаларын орындауға 3-4 сағат уақытын

жібереді. Соның салдарынан Бейсеннің сабақтан тыс кезінде өз құрбыларымен ойнап, серуендеуге уақыты жетпейді. Бейсеннің іс-әрекеті де сылбырау, құрбыларымен әңгімелесіп пікірлесуді де ұната бермейді. Осы ерекшеліктеріне орай Бейсенді құрбылары маубас деп мазақтап, келеке етеді. Бейсеннің шешесі баласының сабақ даярлауға көп уақытын жіберетінін уайымдап, денсаулығын бұзып алар ма екен деп айта береді. Мұғалімдердің айтуынша Бейсен кластағы тәртіпті оқушы. Ал, Серік, керісінше, кластағы тәртіпсіз, тынымсыз оқушы ол үй тапсырмаларын шапшаң орындайды да, бос уақытында немен шұғылданағынын өзі де білмейді. Соның нәтижесінде ол кім көрінгенге соқтығысып, қатар-құрбы балаларды мазалай береді.

Осы сипаттамаларға қарап, мынадай сұрақтарға жауап іздестіріңіздер:

1. Бейсен мен Серіктің темперамент түрлері қандай?
2. Бейсеннің сабақ даярлауындағы ерекшелігін ұнамсыз қасиет деп санауға бола ма?
3. Серіктің оқу тапсырмаларын шапшаң орындауы үнемі жемісті нәтижелерге жеткізеді деген пікірді қостайсыздар ма?
4. Бейсенді кластас құрбыларының маубас деп атауларына орай оның темпераментін анықтауға бола ма?
5. Егер адам темпераментін үйдің ірге тасы деп, ал мінезді сол үйдің қабаттарымен теңестірсек, жоғарыда келтірілген тексттегі мысалдардан осындай қорытынды жасауға бола ма?

Жеңіс деген бала сабақ үстінде де, ойында да тез шаршайды. Бірақ тынығып, дем алып, ұйқысын қандырып алса, онда ол барлық дерлік оқу тапсырмаларын тиянақты орындай алады. Соңғы оқу жылдарында ол барлық пәндерді «5» үлгеріп жүр. Оның мұндай үздік бағаға үлгеруі әл-қуаттың күштілігінен емес, бір мезгілде дем алып тынығып, ұйықтап алуы. Жеңістің өзі-ұйықтап тынығып алсам бойым сергиді, күш-қуатым өз қалпына келеді. Адамға күш-қуат беретін нәрсе ұйқы – дейді. Ал, Сансызбай оқуға қызу кірісіп даярланғанымен көбінесе оқу пәндерінің бірсыпырасынан нашар баға алып, сәтсіздіктерге жиі ұшырайды. Сабақ үстінде басқа балалардан гөрі жауап беруге ынталанып, қолын жиі көтереді. Сансызбайдың мұндай қылығын байқап отыратын мұғалім оған: «Сен, неге қолыңды қайта-қайта көтере бересің, класта сенен басқа да балалар жауап беруі керек емес пе?!» деген қатал ескертуіне ренжіп, сабақты тындамай қояды.

Осы сыныптағы Сыдықты мұғалімдер оқуға қабілеті мол бала, бірақ ол өзі ықыластанып оқығысы келмейді, әрі қу бала деп сипаттайды. Кластағы балалардың көпшілігі Сыдықты тындап, оның шылауында жүреді. Оған бағынады. Сондықтан кластағы өзге балаларға Сыдықтың ықпалы болуы оның жақсы оқып, үлгерімінің озық болуында емес. Сыдықтың өзге балаларға билігін жүргізіп, оларды әрқилы жағымсыз қылықтар мен тәртіпсіздік істерге итермелеуінде. Сыдық өзгелердің сырын біліп алып, өз сырын ешкімге айтпайтын тұйық бала. Одан құрбылары бір нәрсені сұрап білгісі келсе, оларға жауап бермейді\* Жауап бере қалса, шынын ашып айтпай, істің сырын ішінде бүгіп қалады. өзіне пайдалы нәрселерді ғана тез ойлап, сол нәрселер жайында айтады. Сыдықтың сырындағы бүкпелілігі оның сөзінен де аңғарылады. Егер оған қойылған сұрақ өзіне пайдасыз болса, әңгіменің бағытын басқа жаққа қарай бұрып жібереді. Бір күні Сыдықтың ұстазының бірі оның қисыңсыз сөзінен өтірік айтқанын әшкереледі. Сол кезде Сыдық жылап жібереді. Ұстазы Сыдықтан: «Неге жылайсың?»-деп сұрағанда, ол: «Қылмысым үшін емес, өзімді-өзім билей алмай, шынымды андамай айтып қойғаным үшін жыладым», - деді.

**Қабілет:** Психологияда қабілетті адамның тиісті істі меңгеруге тағайындалған мүмкіншілігі деп сипаттайды. Мүмкіншілік білім де, дағды да емес. Ол адамның белгілі бір іске даярлығы. Мүмкіншілік пен іске даярлықтың түпкі сыры мен ішкі мәні осы күнге дейін тексерілмеген мәселенің бірі. Әдетте, қабілеттілікті ұрпақтан берілген туа пайда болатын нышанмен байланыстырылады. Бұл ретте нышан деген ұғымның орыс тіліндегі түсінігі задатки. Ал нышан мен қабілет бір емес. Нышан – адам бойындағы биологиялық (физиологиялық) фактор болып саналса, ал қабілет сол нышанның дамып жетілуі нәтижесі. Олай болса, нышан-дақылдың дәні, ал қабілет сол дәннің өніп шығуы. Дәннің өсуі үшін қолайлы жағдай керек.

## 2 тапсырма

Мәтіндегі осы сипаттауларға қарап, мынадай сұрақтарға жауап іздеңіздер:

1. Жеңіс пен Сансызбай және Сыдық темперамент типінің қандай түрлеріне жатады?

2. Жеңісті үздік оқушы болуын темперамент немесе мінезбен байланыстыруға бола ма?

3. Басанның қалжыңды (келекені) көтере алмауының оның сабақ үлгерісіне алмауына қаншалықты қатысы бар?

4. Сыдықтың сабақты нашар үлгеруінің себебі неде?

5. Жесір пен Сансызбайдың және Сыдықтың бойындағы қандай қасиеттері олардың темпераменттеріне жатады, қайсысы мінезіне жатады? Осы сұрақтарға жауап іздестіріңіздер.

### 3 тапсырма.

#### Аффект және ерік әрекеті.

**Мақсаты:** Бұл тақырыпта адамда болатын еріктік қасиеттердің мәнін ашу. Ерік сапаларын қалыптастыру. Ерікті тәрбиелеу жайлы білімдерін нақтылау.

**Өткізу формасы:** топпен жұмыс.

**Қарастыратын негізгі сұрақтар:**

1. Аффект.

2. Ерікті ес.

1. Аффект деп – күтпеген тітіркендіргішке адамның әсерленуін, күйіп - пісуін айтады. Аффектіде адам қатты ашуланады (күйіп-пісуінің себебі көбінесе жақындарының қазаға ұшырауы, не адамның жауапқа тартылуы т.б.). Күйіп-пісу кезінде адам тамыры әдеттегісінен жиі соғады, демалысы жиілеп, сырт көрінісінен беті бозарады, көгереді, не беті бозарып, қатты уайымда болады.

Егер адам ызаланып күйіп-піссе, онда оның уайым қайғысы бірнеше күннен кейін немесе жылдардан кейін оның басына қайтадан жаңғыртуға болады. Өйткені уайым-қайғы сол адамның миында тиісті таңба қалдырады. Айталық, адам бала кезінде басынан қатты уайым кешірсе, онда тиісті айлар арқылы уайымын есіне түсіріп жаңғыртады да тамырын өлшейді. Тамырының соғуының мөлшері 1 минутта 90-100 рет болады. Аффект кезінде бұдан да жиі соғуы мүмкін. Адамның күйіп-пісу кезінде тыныс алу органдарының жұмысын да өлшеп білуге болады (дем алу жиілігі 20-50-дей болады). Аффект кезінде бұдан да көп жиеленеді.

Кейде тыныс органдарының жұмысын пневмограф дейтін аспаппен өлшейді (21 суретті қараңыз), осы арқылы тыныс алудың жиілігін өлшеу үшін сол кісінің эксперименттік айламен басынан кешірген қайғыларын есіне түсіреді. 1 мин. ішінде қанша рет тыныс алатынын өлшеп, кимографпен жазып алуға болады.

Соңғы кезде күйіп-пісудің өте тән ерекшелерімен заң психологиясы да шұғылдануда. Бұдан олардың мән беретін себебі мынадан: қылмыс жасағаннан кейін оған келешекте нендей жазалау шаралары қолданылатындығы есіне түсіп, соған қатты қайғырып күйіп-піседі. Егер қылмыскер алдап жасаған қылмысын мойындағысы келмесе, оған әр қилы айла тәсілдер(арбау, сендіру т.б.) қолдану арқылы сол күйіп-піскен күйін қайта жаңғыртады.

Қылмыс жасаған кісі қылмысын білдіртпейін десе де, сол қылмысты әңгіме еткен кезінде оның бетіне қан жиналып, түсі бұзылады. Сол сияқты, қылмыс жасаған кісі жалған жауап берсе, онда оның қан айналуының қысымы көтеріледі(мұның сол қасиетін аспаппен өлшеп алуға болады). Ал, тіпті сол адам ішіндегі сырын білу қиын деген жағдайдың өзінде де оның өтірік айтып отырғанын белгілі бір аспап арқылы тексерем деп сол аспапты қолданбай-ақ, оны тек көрсетсе, онда «біліп қояды екен» деген ойдың салдарынан сол кісінің қан қысымы көтерілетін болады. Мұның себебі өткен кездегі уайымдардың көбі сол адамның санасына бағынбайтын, оның санасынан тыс процесс болғандықтан, оларды қазірде жаңғыртпауға сол кісінің әлі келмейді.

Демек, сол мойныма алмаймын, жасырам деп отырған басынан кешірген бұрынғы оқиғалары айқын білінеді. Мұны психолог А.Р.Лурия өтірікті ашу, яғни «детектор лжи» деп атайды.

Осы аталған жәйттерді еске ала отырып, зерттеуші мұндағы қамтылған жағдайларды бірсыпырасын лабораториялық-практикалық сабақ үстінде студенттеріне көрсетуге болады. Мұндай тәжірибе жүргізу үшін зерттеуші студенттер арасынан кім қандай қайғыны басынан кешірді екен, алдымен соны біліп алады да, сол қайғысын қазір есіне түсіруіне оның келісімін сұрайды. Бұдан кейін оның тамырының соғысы қанша екенін өлшеп алады да, кейін көзін орамалмен байлап бұрын басынан кешіргендерін есіне түсіруді сұрайды. Сол кісінің қайғысын есіне түсіру үшін зерттеуші сұрақтар қояды. Осы кезде сол студенттің досы оның тамырының соғуын өлшеуге кіріседі. Эксперименттің бұл түрі барлық жағдайда нәтижелі бола бермейді. Өйткені сол адамның тамыры соғуын өзгелер санап тұрғанда, ол сол қайғысын ұмытып кетеді, не онымен зерттеу жүргізіп отырғанын біліп, оқиғаларды есте жаңғыртқысы келмейді. Сондықтан, мұндай жағдайда пневмограф, не қан қысымын өлшейтін аспап қолданған жөн.



### 3. Ерiкiтi ес және арнаулы, арнаусыз қозғалыстар

Ерiк деп – адамның өз iсiне ие болу қасиетiн айтады. Ерiктi iс мынадай үш кезеңнен тұрады: 1)даярлық кезеңi,шешiмге бағыттау,ниеттер күресi,түпкiлiктi шешiмге келу); 2)орындалу кезеңi, бұл кезең iстi меңгеру, табандылық, iстi және бiлуден тұрады; 3)iстiң қалай және қаншалықты орындалғанын тексеру кезеңi.

Ерiк және оны тәрбиелеу жөнiнде қазақ тiлiнде әдебиеттер бар(мысалы, А.В.Введенев 1960 ж. Сондықтан осы сабақта тек арнаулы қозғалыстар iлiмi жөнiнде мәселе таңдалады. Бiздiң санамыздан тыс автоматты түрде iске асып отыратын қозғалыстар негiзiнде мынадай екi түрге бөлiнедi, 1-ден, дағдылы қозғалыстар, 2-ден. жаңағы арнаусыз қозғалыстар тiзеге балға тигенде қозғалуы т.б. Автоматты қозғалыстың осы екi түрiнiң айырмашылығы сол, дағдылы қозғалыс төркiнi арнаулы, яғни саналы қозғалыстардан дамып шығуы. Мысалы, жүру ересек адамдарды автоматты түрде санасыз iске асады. Бiрақ әлi де жүрудi үйренбеген бiр жасқа дейiнгi кезде баланың ұмтылуды, талпынуды талап етедi. Сол сияқты жазу дағдысына үйренбеген адам жазуға дағдылануды қажет етедi, басқаша айтқанда жазуға талпынады. Сондықтан, дағдылы iстердiң бәрi де бастапқы кезде саналы iс-әрекеттерден дамып шығады.

Ал арнаусыз қозғалысқа келсек, бұл да автоматты түрде болып отырады. Жаңағы тiзеге байланысты мысал немесе жөтелу т.б. Автоматты қозғалыстың бұл түрiнiң дағды қозғалыстан айырмашылығы сол, ол арнаусыз, қозғалыстар iштен туу-шартсыз рефлекс ретiнде берiледi.

Вольф Мессинг т.б. адамның ойын бiлем деп, эстрадалық артист ретiнде, әр қалада осы жөнiнде сеанстар өткiзiп келдi. Соңғы кезде мұндай тәсiлмен шұғылданатын артистердiң саны өте көп. Олардың сеанстарының мәнiсi мынада: «Ойды шешедi» деген сеанстарға келушiлер өзiнiң қалаған мәселесi жөнiнде тапсырмалар дайындайды. Қатысушылар iшiнен залдағы келушiлердiң тапсырмасын сақтап кейiн оқып беру үшiн,сенiмдi адамдар iшiнен қазылар алқасын құрады. Тапсырманы жұрт қазылар алқасына тапсырады.

Бұдан соң тапсырма берген кiсiнiң бiреуi сахнаға көтерiледi. Оның ойын тексерем дейтiн артист келушiнi қарсы алып амандасады да, оның қолын алып залдың ортасымен жүредi.

(Немесе артист қолын ұстамай-ақ сол кісінің артынан жүріп отырады).

Артист сол келушінің қолын ұстап келе жатқанда өзі оны сүйгісі келмейді. Керісінше, ол сол кісіден қалыңқырап отырады. Мұның себебі тапсырмалардың көбі бәлендей бір қимыл-қозғалысты не бір нәрсені табуға арналған. Артист тапсырманы сол кісіден алынған мәліметтерге сүйене отырып орындайтын болғандықтан, одан шамалы қалады, себебі, келуші адам аңдамай өзін тиісті жаққа тартсын деуден. Залдың ортасында бұлар жүргеннен кейін бәлендей бір қатарға келіп, апталық 831 орында отырған күтушінің біреуіне артист қолын тигізеді, егер еріп келе жатқан кісінің тамырынан алынған импульс жиі соқса, онда тапсырма осы орындағы кісіден деудің белгісі. Сол кезде оның қолы сол кісінің портфеліне тигенде, әлгі кісінің қолынан алынған импульс жиілей бастайды. Бұл тапсырманың негізі сол портфельге байланысты екенінің белгісі. Отырған кісінің портфеліні ашып қараса, ішінде кітаптар, қалам, тарақ т.б. бар екен. Артистің қолы тараққа тигенде еріп жүрген кісінің қолынан алынған импульстер жиі соға бастайды. Сол кезде артист тарақты қолына алады, бірақ тапсырманы орындау онымен бітпейтін сияқты. Ол қолына тарақты ұстап, өзге қолымен сол келушіні ертіп алып, өзге қатарларға кетеді. Сол кісінің қолын ұстап не ана қатарға, не басқа қатарға барып жүреді де, айталық 76-шы қатарға келгенде сол кісінің қай орында отырғанын білгісі келеді, қолындағы тарақты бұлғады, осы кезде оның қолы сол әйелдің сумкасына тиді де сумкасын қолына алып, тарақты соның ішіне салып жіберіп еді, еріп жүрген кісінің қолынан келген импульстердің соғуы тағы да тездете түсті. Осыған қарап, тапсырманың бұл бөлшегі орындалғанын сезді. Бірақ тапсырма түгелдей әлі де бітпеген сияқты. Сондықтан сумканы қайтадан қолына алды да, оның ішіндегі орамалға қолы тиіп еді, еріп жүрген кісінің қолынан келген импульстар тағы да жиілей бастады. Орамалды қолына алды да, еріп жүрген кісімен бірге баяғы 831 орында отырған кісіге келді. Қолындағы орамалды оның сол қалтасына салып еді, сол кезде еріп жүрген кісінің қолының импульстердің соғуы тағы да жиілей түсті; демек еріп жүрген кісі тапсырманы артистің орындай алмағаны жөнінде ойланды. Кейін артист сол кісінің сол қалтасынан орамалды суырып алып оң қалтасына салды. Осы кезде еріп жүрген кісінің қолынан келген импульстардың соғуы бұрынғысынан да тездете түсті, бұл

тапсырма түгелдей орындалды деудің белгісі екен. Осы тапсырманы орындауға 15 мин. уақыт кетті. Артист президиумда отырған қазылар алқасының мүшелеріне тапсырманы орындаған сипаттымын, сіздер мына кісінің қағазында не жазылған екен, соны оқытып жіберіңіздер деді. Солардың біреуі қағазды оқып еді, онда былай деп жазылған екен. «Менің досымның әйелі осы залда 365 орында отыр. Менің портфелімнің ішіндегі таракты соның сумкасына сал да, оның сумкасындағыдағы орамалын әкеліп менің оң қалтама сал» депті.

Мұндай ойынды «ойды тексеру» деп бірден-бір айтуға болмайды, өйткені артист бұл жерде біреудің ойын біліп отырған жоқ, оның тек бұлшық еттерінен, саусақтарынан алынған импульстардың соғылуына негізделіп тапсырманы орындайды. Мұндай ойынды, тапсырманы орындауға немесе жасырған нәрселерді табуға сол кісінің өзі себеп болады. Өйткені залдың ортасында артист онымен жүргенде аңдымай, сол кісінің өзі артисті табатын нәрсесіне жетектеп алып барады.

Бұл сияқты тапсырмаларды орындауға студенттер жаттықпағандықтан, бұл мысалды оларға тек ауызша айтып түсіндірген орынды.

1. Зерттеуші студенттермен сабақ кезінде мынадай қарапайым тапсырманы тәжірибе ретінде жүргізуге болады. Студенттің біріне «бүгін кешке сағат 6 дан 12-ге дейін кім бір кісімен кездесуге уәде беріп еді, солардың біреуі тақтаға шықсын!»-дейді де, сол шыққан кісі уәделескен сағатын қағазға жазып, өзінің сенетін досына тапсырады. Бұдан соң оның көзін орамалмен байлайды да, зерттеуші кездесетін сағат жөнінде ойлан деп айтады, 6 сағаттан 12 сағатқа дейінгі сандарды айтады. Егер ол кешке сағат 9 да кездесемін деп жазса және осы кезде бұл жөнінде ойланса, онда «О»санын естігенде, қолының бұлшық еттері қозғалып кетеді. Бұдан соң осы кісінің досына қағазды оқы дейді. Оқылған кезде сол сағатқа сай келетіні анықталады.

2. Егер студенттер ішінен бала кезінде атқа мініп талай рет шапқандары болса, соның біріне мына сияқты тапсырма беріледі. Жініке кішкентай жүк байлайды да «сен бала кезінде атқа мініп шапқаныңды есіңе түсір, шауып келе жатқан сияқты болып ойлан немесе сен оң жақтан сол жаққа айналып тұрмын деп ойлан»-дейді. Егер студент осы кезде сол нәрсе жөнінде шын ойланса, онда бірінші жағдайда жіттегі жүк алға қарай қозғалады; ал соңғы

жағдайда оң жақтан сол жаққа қозғалады. Бұл сияқты адам ойының оның денесіндегі бұлшық еттерімен байланысын психологияда идеомоторлық әрекет(яғни ойдың кимыл әрекетімен байланысты) деп айтады. Қазіргі кезде ой мен бұлшық еттің осы байланысын техникада қолданып келеді. А.Кобринский деген кибернетик қолын жоғалтқан адамдарға қазіргі электрониканың жетістігіне сүйене отырып, «жасанды» қол жасап берген болатын. Мұның қалай жасалынатынын түсіну үшін мынаны ескерейік. Адам пәлендей бір мәселе жөнінде ойланғанда оның ми клеткалары биоток бөлетін болады. Мидан білекке келіп тұратын осы тоқтардың қуатын күшейтетін өзгерткіш аспабын жасайды да, осыны «жасанды» қолға енгізеді. Осының нәтижесінде адамның ойы биоток арқылы оның бұлшық еттерімен байланысып, ол не жөнінде ойласа, оның «жасанды» қолы соған бағынып, кәдімгі қол қызметін атқаратын болады(бұл жөнінде М.М.Мұқановтың «Жан дүниесінің сыры» деген кітабын қараңыз).

#### **4-тапсырма: Зейін**

**Мақсаты:** Зейіннің құрылымы мен қасиеттері және оның түрлері, сонымен қатар оның адам әмірінде алатын орны жайлы түсінік беру.

Зейіннің анықтамасы. Зейіннің физиологиялық негізі. Зейіннің құрылымы мен түрлері және қасиеттері. Ырықты зейін. Үйреншікті зейін. Сыртқы және ішкі зейін түрлері. Ұжымдық зейін. Зейінділік және адам зейінінің типтері. Зейіннің адам өміріндегі алатын орны.

**Өткізу формасы:** практикалық тапсырмаларды орындау.

**Қарастырылатын негізгі сұрақтар :**

1. Зейін түсінігіне сипаттама.
2. Зейіннің қасиеттері.
3. Зейін көлемі.

1.Зейіннің маңызын нақтырақ түсіндіру үшін бір ертегіден үзінді келтірейік. Ерте кезде Радж өзіне уәзір таңдапты. Уәзір болуға ұмтылған адамдарға Радж мынандай шарт қойыпты: уәзір болам деген кісі кең ыдысқа толтыра құйылған сүттің бір тамшысын да төкпей, сарайымды қоршап тұрған қорғанды жағалай жүріп отырып, бұрынғы жеріне қайтып әкелуі тиіс. Сол кісіні ғана уәзір етіп аламын – дейді.

Сөз сынынан өтем деп талаптанған кісілерді Радждың адамдары оның пұсқауы бойынша, түрлі әрекеттер жасап, зейінін алаңдатып, сүтті төгіп алғандарды қуып жібереді. Ақырында бір кісі ғана оның барлық сынынан өтіп шығады. Ол сынау кезінде тіпті атылған мылтықтың даусын да елең қылмай, алаңдамай сүтті төкпей әкеледі. Радж ол кісіден:

- Сен қалайша басқалар сияқты алаңдамадың? -деп сұрайды.

Сонда ол :

- Менің бар зейінім тек сүтте ғана болды,- деп жауап беріпті.

*Зейін дегеніміз адам санасының белгілі бір объектіге бағытталуы.* Сондай-ақ сананың бөгде нәрселерді елемейі.

## 2.Зейіннің қасиеттерін анықтауға арналған тапсырмалар:

### а) Зейіннің көлемі

Зейіннің көлемі дегеніміз аз уақыт ішінде адамның бірнеше объектілерге қатарынан назар салуы. Зейін көлемі тахистоскоп дейтін аспаппен өлшенеді (15-суретті қараңыз). Зейін көлемін өлшеу үшін тахистоскоп терезесіне әріптер, сөздер және сандар ілініп, оларды кезек-кезек ауыстырып, студенттерге көрсетеді. Студенттер солардан қаншасын бір мезетте көре алуына орай, сол мөлшермен зейіннің көлемі анықталады. Зейін көлемін тексеруге арналған практикалық тапсырма.

Эксперимент жасау үшін мына сияқты дауыссыз дыбыстарды РХСВНТДЦП (8 әріптен артық болмасын) квадрат тәрізді жазып даярлау керек.

Р	Х	С
В	Н	Т
Д	Ц	П

мәнді қысқа сөздерді даярла: сан, қол, дәб, мән, пән, ләк, кәк.  
Белгілі бір

тәртіппен жазылған мына сияқты сандарды даярла:

3	7	6	4
2	8	5	9

### ә) Зейіннің бөлінуі

Адам зейінін бір мезгілде бірнеше объектіге бөле ала ма, не бөле алмай ма, бұл жөнінде түрлі талас пікірлер болды. Қиссалардағы әңгімелерге қарағанда Рим мемлекетінің әскер басшысы Юлий Цезарь бір мезгілде бірнеше тапсыманы қатарынан ойдағыдай орындай алған деген пікірлер бар. Бұл әңгімеге көпшілік

нанып та келді. Зейінді бір мезгілде бірнеше объектіге бөлуге болады дейтін пікірлерді психологтар мынадай екі түрге бөледі: біріншіден, егер екі істің біреуі адамға таныс болса, онда ол өзіне, бейтаныс нәрсені де менгере алады, мысалы, үйге хат жазып отырып, бұрыннан таныс музыканы тыңдауға болады. Ал, бейтаныс жаңа музыканы тыңдап екі істі бірдей орындау мүмкін емес. Екіншіден, бұл пікірге бірсыпыра психологтар қосылмайды. Олардың айтуынша, бір мезгіл ішінде адам бір объектіден артық нәрсеге зер сала алмайды. « Бір мезгілде» деп отырғаны ол бір уақытта болатын құбылыс емес, зейіннің екі объектіге бірізді ауысуы дейді. Мұның шындығы бар, себебі орталық нерв системасы бір мезгілде тігіркендіргішке мән беріп, соған әсерлене алады. Дегенмен, зейінді бір мезгілде бірнеше объектілерге бөлуге болады дейтін де бар.

#### **Пысықтау сұрақтары:**

Мұғалім класқа қарап тұрғанда Серік деген бала сабақта өте зейінді болып көрінеді. Сондықтан оны ұстаздар ұнатады. Ал мұғалімнің жүзі ауса, Серік кластағы құрбыларына қағаз лақтырып отырады. Осы мысалда зейіннің қандай түрлері бар? Оларды қалай атаймыз?

Әдетте ерікті зейін іске мақсат қойып, адам өзін сол іске зорлауымен байланыстырады да, еріксіз істі бір нәрсенің қызғылықты келуінен деп дәлелдейді. Осы екі зейіннің қайсысы оқу үстінде көбірек нәтиже береді?

Бір ғалым өзіне сорпа қайнатып кастрюльге картошкамен бірге сағатын тастап жіберіпті. Бұл зейіндікке жата ма, не зейінсіздік белгісі ме?

Оқушылар, не студенттер лекция үстінде көп мысал келтіруді ұнатады. Осыған қарап, үнемі мысал келтіру лекцияның мазмұнын түсіндіру үшін ұтымды деуге бола ма?

Оқушылар сабаққа зейінді болуы үшін мұғалім дауысының ырғағы қандай болғаны дұрыс?

#### **5-тапсырма: Ойлау**

**Мақсаты:** Осы тақырып бойынша студенттердің ойлау жайлы түсініктерің дамыту. Ой процесі және ойлау әрекеттері. Ойлаудың түрлері және даралық ерекшеліктері. Ой болжам арқылы жұмбақ мәселелерді шешу.

**Өткізу формасы:** практикалық тапсырмаларды орындау.

### **Қарастырылатын негізгі сұрақтар:**

1. Ойлау түсінігі.

2. Ойлаудың адам бағытына ықпалы.

1. Ойлау деп – мәселені шешудегі толғану процесін айтады. Ойлау дегеніміз – процессуалдық құбылыс және ол адам басында үнемі жұмыс күйінде болып тұрады. Мида үздіксіз болып отыратын ойлану және оның продуктысы ұғымдар мен сөйлемдер бір емес. Бітп біз мидағы ойлау процесін микро құбылыс десек, ал оның продуктысы микро құбылыс және үнемі текст ретінде кездеседі. Ойлаудың негізгі функциясы жұмбақ мәселелерді шешу. Мәселелердің шешілуі адам басында реттелініп отырады. Әрине, оның қалай ретелінетіні көзге көрінбейді. Ой процесі көзге көрінбегендіктен оның дәл өзін зерттеу мүмкін емес. Сондықтан ойлау туралы зерттеулер, олардың процесс күйін емес, қалайша жүзеге асып, реттелінуі үшін қандай шарттардың қажет екенін тексеруге арналған. Ойлау процесінің жүзеге асу шартына адамның бұрынғы тәжірибесі мен бағыты және ойлануға итермелеуші себебі (мотивтері) жатады.

### **2. Ойлаудың жүзеге асуына тәжірибенің ықпалы:**

Ойлану процесін жүзеге асыру үшін тәжірибе ықпалын тексеру үшін студенттердің біреуіне мынадай тапсырма ұсынылады. Оған ретімен мынадай қосалқы ұғымдар беріледі: қорғасын-жез, трактор-транспорт, қой-сиыр, бие-сиыр, қайың-қарағай, стол-ер, торғай-көгершін.

Бұл эксперименттің мақсаты: әркім өз тәжірибесі мен біліміне қарай осы ұғымдар жалпы ұғымдардың қандай түріне жататындығын тексеру болып табылады.

Экспериментші: «Мен қазір сіздерге қосалқы ұғымдарды ұсынғым, ал сіздер маған осы ұғымдардың жалпы белгісін айтып берудеріңіз керек», деп өскертпелі де, сол қосалқы сөздерді оқиды. Студенттер қорғасын мен жез металға жатады деп жауап беруі ықтимал. Бұл жауап дұрыс. Алайда, студенттер осы қосалқы ұғымның екеуіне бірдей тән өзге де белгілерін ашып көрсетуі мүмкін. Мысалы, қорғасын-жез-түсті металл деп анықтауы мүмкін. Трактор мен транспорт бір санға жататын ұғымдар болғанымен олардың бұл белгісі түрлі дәрежені білдіреді. Демек, трактор деген сөз транспорт деген ұғымның көлеміне енеді т.б.

Осындай зерттеулер қорытындыларын мынадай кестемен жазайды:

Сөздердің рет саны	Қос сөздер	Белгілері
1. (бірінші)	Қорғасын-жез	Түсті металдар
2. ....	.....	.....
3. (үшінші)	Қой-сиыр	Үй хайуанаттары

### 3. Ойлаудың адам бағытына ықпалы:

Адам бағыты оның ойлауына қаншалықты ықпал ететінін байқау үшін студенттерге арифметикалық есептер ұсынылады. Берілген есептер бір тектес екі топтан құралып, оның бір тобын шығару тәсілі белгілі бағытта арналады. Мұнан кейін студенттерге екінші топтағы есептерді шығару ұсынылады. Осы эксперименттің мақсаты-бірінші топтағы есептерді шығару жолы, екінші топтағы есептерді шығаруға қаншалықты әсер ететінін тексеру. Экспериментті жүргізу үшін зерттеуші әрбір студент екі топтағы есептерді шығаруда әрқайсысына қанша уақыт жібергені мен кездескен қиыншылықтарын жазып отырады. Бұл студенттердің есептерді шығаруда жиі кездесетін сәтсіздіктің бірі – жаңа есептерді бұрыннан дағдыланған тәсілдерді қолданып шығару. Бұл жәйттен біздер адамда бұрыннан қалыптасқан бағыттың жаңа есептерді шығаруға тиісті әсерін байқаймыз. А.Лачинс деген психолог тәжірибеге тағайындалған адамдарға мынадай есептер ұсынады:

1. үш ыдыста 37,21 және 3 литр су бар. Осылардан 10 литр суды құйып алуға болады.

2. үш ыдыста 37,24 және 2 литр су бар. Осылардан 9 литр суды қалай құйып алуға болады. Осы есептерді былай шығаруға болады.

$$1. 37-21-3-3=10$$

$$2. 37-24-2-2=$$

Осындай есептерге жаттыққаннан кейін өзге амал қолданып шығаратын ұқсас есептер беріледі. Зерттеуге қатысқандардың көпшілігі соңғы есептерді де, әуелгі есептер амалын қосып шығарғысы келеді. Демек, бұл мысалдар адамның бұрынғы тәжірибесі келесі мәселені шешуге кейде кедергі тигізетінін көрсетеді. Бұл жөнінде «практикум по психологии» деген кітаптың 148-149 беттерін қараңыздар.

#### *6 міндеттің қалай орындалатынын «естіртін» айту*

Адамның ойлану әрекетін тұңғыш рет эксперимент арқылы зерттеген «Вюрцбург мектебінен» шыққан француз психологтары (АХ т.б.) болды. Олар арнайы тәжірибе жүргізіп, өздері есеп шығарады. Осындай әрекеттену кезінде өздерінің қалай ойланғанына зер салып, сол арқылы алынған мәліметтерге сүйенеді.



Ойлану процесін осындай тәсілмен зерттеуде елеулі қате бар. Өйткені, адамның есеп шығару кезінде оның қалай ойлап отырғаны, сол адамның өзіне айқын білінбейді. Есеп шығаруда адам ойы түгел дерлік санамен ғана жүзеге аспайды. Есептің кейбір бөлшектері санамен да реттелуі мүмкін. Соған орай, есеп шығара отырып, әркім өз ойын толық бақылауы мүмкін емес. Сондықтан арнайы эксперимент жүргізуде есеп шығару үстінде сыналушы адамның өз ойын естіртiп айтып отыруды талап етеді. Мұндай талап жоғарыда аталған «вюрцбург мектебінің» тәсіліне қарағанда, әлдеқайда ұтымды. Өйткені, сыналушы адамның ойланып-толғануы, қателесуі, жіберген қателерін түзетуді т.б. арнайы аспаптармен жазылып алынады. Дегенмен, бұл эксперименттің де олқы жақтары бар.

1. Айталық, эксперимент үстінде студенттің ойын естіртiп айтуы едәуір кедергілерге ұшырайды. Естіртiп айтпак болған ойын да студент ұмытуы мүмкін.

2. Ойлану кезінде студенттің аузынан шыққан сөздер магнитофонға жазылып отырса да, ойынын кейбір жерлерін естіртiпеуі мүмкін. Өйткені, адам ойының кейбір жағы автоматты түрде санасыз іске асатындығын. Міне, осындай ой бөліктерін анық ажырату қиын. «Естіртiп айту» тәсілін тәжірибеде тұңғыш рет қолданған немістің гештальт психологиясының өкілі Вертгеймер.

Ойлану зерттеуде ойды естіртiп айту тәсілінің бірнеше әдістері кездеседі. Солардың кейбір қарапайым түрлері қарастырайық.

А) тиісті міндеттерді орындауды кездесетін қиыншылықтың бірі-сол міндетті орындаушы адамның аңғарғыш еместігі. Мысалы, есеп шығару кезінде адам сол есептің кейбір шарттарын ескермейді. Әдетте, зағтардың көзге көрінбейтін, ерекшеленіп тұрмайтын («латенттық») қажетті қасиеттері де кездеседі. Осындай жағдайларды есепке алып, Л.Секей деген психолог сыналушыларға арнайы тапсырма береді: «Сен таразының екі табақшасын тең етіп қой, ал кейін сол табақшалар өздігінен бір жағын екінші жағын басатын болсын»-дейді. Бұл тапсырманы орындау үшін қарандаш, мақта, тұз, сiрiңке, құм, пластилин және май шамды қосып береді.

Л.Секей осы есепті шығару кезінде сыналушы адамдарына ойынды естіртiп айт дейді де, шымалдықтың арғы жағына магнитофон қойып, оған сынаушылардың аузынан шыққан сөздерді жазып отырады. Адамдар мәселе есепті шығаруға көп уақытын жіберсе де, олардың бірде-бірі де орындай алмайды. Секейдің үміті бойынша, сынаушы адамдар таразының екі табақшасын теңестіру

үшін шырақты бөліп салып, кейін бір бөлігін сіріңкемен жағады да, өзге табақшадағы бөлігін жақпас деп ойлайды. Соның нәтижесінде, бастапқы кезде кең тараған таразы табақшаларынан бірінің салмағы азайып, теңдігін жоғалтады. Секей сынаушылар мәселені осылай шешер деп күткен. Есентің бұл түрі өте қарапайым болғанымен, мұндағы қиыншылық – бір табақтағы шырақты жандырып, салмақты азайту. Сөйтіп, таразы табақтарын өзара теңсіз етуге болатынын аңғара алмауы.

#### **Студенттерге тапсырма**

А) Оқытушы жоғарыда келтірілген есеп шартын айтып, оған қосып берілген заттарды да жаздырады. Осыдан кейін берілген тапсырманы орындау кезінде-ойыншыды естіртіп айтатын боласыздар – дейді. Тақтаға шақырылған студент сол тапсырманы кезінде қалай ойланды, ал мұны шығару үшін қандай тәсілдер қолданғысы келеді, соның бәрі магнитофонға жазылып алынады. Кейін группадағы студенттердің осы есепті қаншасы шығарып, қаншасы шығара алмағаны тексеріледі де олардың жұмысына және есепті шығаруға қолданған ой операциясына талдау жасалады.

#### **6-тапсырма: Қиыл және сөйлеу**

**Мақсаты:** Студенттедің сөйлеудің физиологиялық механизмі, сөйлеу әрекетінің рефлекторлық сипаты. Сөйлеудің түрлері. Сөйлеудің оқыту процесінде дамуы туралы теориялық білімдерін толықтыру.

**Өткізу формасы:** әңгіме.

**Қарастырылатын негізгі сұрақтар:**

1. Сөйлеу түсінігі.

2. Тілдің атқаратын қызметі.

А) Тілдесіп сөйлеу дегеніміз – қажеттіліктің, соның ішінде функцио-налдық қажеттіліктің ерекше бір түрі. Мұны пікір алысуға байланысты қажеттілік деп атайды. Пікір алысуға байланысты қажеттілік адамның өзге қажеттілігі болып табылатын тамақ, ауа т.б. сияқты, оның өмірінде ерекше роль атқарады. Мұның солай екені мынадай бір аңыз әңгіме үзіндісінен аян. «Серб патшасының құлағы есектің құлағындай үлкен болыпты. Патша бойындағы осы мінінен қатты ұялады екен, бірақ ол сақал-шашын өзі қырынып үйренбегендіктен, шаштаразды үйіне шақыртып қидыратын болыпты. Бойындағы мінін шаштараз жұртқа айтып қояды деп те қатты қорқады екен. Сондықтан сақал-шашын қырған шаштараздың

барін өлтіруге бұйырып, шахарында сақал қыратын адам қалмағты. Сондықтан патша уәзірлері бір жас баланы жібереді. Бала патшаның сақал-мұртын қырып болған соң, балаға аяныш білдіреді». Сөйтіп оған: «Егер сен ешкіммен сөйлеспеймін және ешкімге де айтпаймын деп уәде берсең, мен сені өлтірмеуге жарлық етемін», - дейді. Бала бұл келісімге көніп, ешкіммен де сөйлеспейтін болады. Арада біраз уақыт өтеді. Бала ешкімен сөйлеспегендіктен, күрт өзгереді; жүдеп-жадайды, өңі бозарып, іші пысады. Осыдан мынадай қорытындыға келуге болады, адам үшін тілдесіп сөйлесу өте қажет екендігін көрсетеді. Баланың жүдеп кетуі себебін түсінген туысқандары». Сен патшаға өзге адамдармен сөйлеспеймін деп уәде бердің, сол уәдеде тұр, бірақ сен қатты жүдеп кеттің. Сен қолыңа күрек ал да, елден алысырақ далаға бар да, жер қаз, сөйтіп қазған жерге аунап жатып, сырынды жерге айт» - дейді. Бұған бала келісе кетеді. Бала жерге аунап жатып: «Серб патшасының құлағы есектікіндей екен» - деп 7 рет айқайлайды. Содан соң ғана ол бойындағы дертінен айырылады.

Осы келтірілген үзіндідегі оқиға шын ба, әлде ойдан құрастырылған ба, мәселенің мәні мұнда емес, осы аңыз әңгімедегі адамның тілдесіп қатынас жасауға деген қажеттілігі кісі өмірінде орын алатындығында.

ә) Әдетте, тіл мен сөйлеу бір емес. Адам сөйлегенде тілді пайдаланады. Тіл деп – көзге көрінбейтін, әр адамның басында қалыптасқан қатынас мөлшерін айтады. Ал сөйлеу деп – сол қатынас мөлшерін жүзеге асырып тұратын адамның әрекеті. Осылай деуді жете түсіну үшін Фердинант де Соссюрдың тіл мен сөйлеудің айырмашылығын шахматпен салыстырып көрсеткен мысалын алып көрейік.

Шахматтың бір ретінде 16 фигура бар. Бұл фигураларды тілдің лексикасымен ұқсастырады да, фигураларды тілдің грамматикасы сияқты дейді. Мысалы, ат «Г» әрпімен жүрсе, тура, тікелей жүреді, офицер қиғаш жолмен жүреді т.б. Фигуралардың жеке-жеке түрлері сөздерге ұқсас келсе, ал фигуралардың жүретін ережелері тілдің грамматикасына дәл келеді. Ал «тіл» деген ұғымға лексика мен грамматика жатады.

Шахматшы белгілі ережелерге орай жүреді. Шахматшының фигураларды жүргізуі адамның сөйлеу әрекетіне ұқсас келеді. Ойғеніп, шахмат фигураларды жүру мен тілдесіп сөйлесу әрқилы әрекеттер мен қимыл-қозғалыстың негізінде жүзеге асып отыр.

Қорытып айтқанда, тілдің лексикасы мен грамматикасы шахмат фигураларын, сол фигуралардың жүріс ережелері сияқты болса, ал сол жүруді адамның сөйлеу әрекетіне ұқсастыруға болады. Міне, тіл мен сөйлеудің айырмашылығы осында.

Б) Тілді пайдалана отырып өзгелермен қатынас жасау үшін әркімнің сөйлеуі көліктің функциясы сияқты. Әркімнің басын-станция, ойды-жолаушы десек, онда осылардың өзара байланысын былайша түсінуге болады. Тіл (көлік) ойды(жолаушыны) мінгізіп, бір станциядан екінші станцияға тпарып тасиды. Осыны негіздеп адамдар арасындағы қатынас механизмін түсінуге болады. Соның нәтижесінде бір адамның ойы өзгелерге беріліп, қосарлану нәтижесінде әркімнің ойы өз меншігі емес, сол қоғам дәуіріндегі барлық көпшілік меншігіне айналады. Адам ойын тіл арқылы жеткізетін болғандықтан, олардың арасында желімделіп қалғандай бірлік жоқ деуге болады. Мұның солай екені Л.Н.Толстой өзінің «Соғыс және бейбітшілік»деген шығармасында айқын көрсетеді. «Бородино» ұрысы кезінде потрон жәшіктерінің қасында бірнеше солдаттар тұр екен, сол кезде генерал Багратион атымен сол солдаттарға келе жатады. Жақындап қалғанда Багратион солдаттарға: «Сіздер кімнің ротасынансындар?»-деп сұрайды. Бірақ генерал ішкі ниетімен солдаттар кімнің ротасынан екенін білгісі келген жоқ, ол солдаттардың қуаты мен жігерінің қалай екендігін білгісі келген. Бұл жерде Багратион өз ойын тікелей айтып, даусы арқылы қарамағындағы солдаттардың «қуатыңыз, жігерлеріңіз қалай» деп сұрауы еді. Мұны солдаттар бірден түсінеді. «Капитан Тушиннің ротасынанбыз!»-деп дауыстарын көтеріп, мылтықтарын оң жаққа бұлғап, бір өкшесін екінші өкшесіне соғып сәлем берісті. Солдаттар Багратионның не сұрағысы келгенін әбден түсінді де, даусы арқылы «қуатымыз және рухымыз да жақсы»-деп білдірді.

Л.Н.Толстойдың осы мысалынан біз бір ойдың өзін әр түрлі каналмен (сөзбен,не дауыспен т.б.) жеткізуге болатынын,ой мен сөздің арасында қатып қалған бірлік жоқ екенін көреміз.

Дегенмен, біз бұл жерде ой мен сөйлеу арасында ешқандай байланыс жоқ деп отырған жоқпыз, байланыс бар, оның бар екені ойланудың сөзсіз жүзеге аспайтынында емес, сөз, сөйлемдер адамның субъективті ойын объективті түрге айналдырып, сөйтіп сөйлем; текст айна қызметін атқаратынында. Адам ой басында болып, әлі текстке айналмай тұрған кезінде оны дұрыс не бұрыс,төте не қиғаш екені өзіне білінбейді. Ал сол ой субъективті

түрден объективті түрге(текстке) айналғаннан кейін, біз басымыздағы ойымыздың дұрыс не бұрыс, тете не қиғаш екенін жазылған текске қарап білеміз. Демек, текст айна функциясын атқарады. Текстің айна қызметін атқаруы біздің ойымызды үнемі түзетіп отырып, ойдың дамуына мүмкіндік береді. Міне, тіл мен ойдың байланысы осында (Бұл жөнінде М.М.Мұқановтың «Текстің ойды түзетудегі атқаратын ролі» деген мақаласын қараңыз).

#### **7- тапсырма Ес.**

**Мақсаты:** Осы тақырып бойыншастуденттерес жайлы түсініктердің мәнін тереңірек ашуға, естің түрлеріне анықтама беруге, тану, еске түсіру кезінде қандай психикалық процестер қатысағынына тереңірек мән береді.

**Өткізу формасы:** практикалық тапсырмаларды орындау.

**Қарастырылатын негізгі сұрақтар:**

1. Еске анықтама.

2. Ес типтері.

1. «Ес – ақыл қоймасы» (А.В.Суворов). Есті экспериментті түрде тұңғыш рет зерттеген неміс психологы Г. Эббингауз. Ана тілімізде «Ес» деген сөздің екі мағынасы бар. Біріншіден, «ақыл-ой» (рассудок) дегенді білдіреді. Екіншіден, «жап» деген мағынаны білдіреді. Мысалы, «жаттау», «жаттығу» деген сөздердің түбірлерінде кездеседі. Мұндай жағдай тек қазақ тілінде ғана емес, өзге тілдерде де кездеседі. Мұны жақсы білген Эббингауз - естің бірінші мағынасы ақыл-ойға байланысты болады да, ол естің дәл өзі емес - дейді. Өйткені соңғы жағдайда еске ақыл-ой әсер етеді деген. Есті «газа» соя күйінде зерттеу үшін оны жад мағынасында жүргізу қажет. Бұл пікірді жүзеге асыру үшін Эббингауз және оның шәкірттері зерттеуге тағайындалған «пәк», «дәк», «люб», «тоф», «мыл» деген сияқты мағынасыз сөздерді ұсынған. Кейде буындар мен бөлек сандар ұсынған. Г.Эббингауздың айтуынша, мағынасыз сөздерді жаттау механикалық естің өзіндік өлшеуіші болып саналады.

2.Ес типтерінің түрлерін анықтауда:

Оқу материалын есте қалдыру не еске түсіру сезім мүшелеріндегі рецепторлардың түріне қарай әртүрлі келетінін тұңғыш зерттеген орыс психологы А.П.Нечаев (1870-1948). Оның айтуынша, біреулер көзімен көргенін, не оқығанын, екіншілері құлағымен естігенін, ал үшіншілері қолымен ұстап-тұтқанын, ал

басқалары осы рецепторлардың бәрін біріктіре қолданғанда ғана тиісті мағлұматты есте қалдырады. Осыған орай, адамдар көргендерін есте қалдырғыш типке, естігенін есте қалдырғыш және мағлұматтарды есітіп қозғалыс жасау арқылы есте қалдыратын типтер деп бөлінеді. Сонымен бірге, кейбір адамдар осы аталған типтердің бірде-біреуіне де икемсіз болып, осы талдағыштардың бәрін біріктіріп қабылдаған да ғана тиісті мағлұматтарды есте қалдыратындары кездеседі. Бұл типтегі адамдарды аралас типке жатқызады.

А.П.Нечаевтың еске енгізген типтерін қайталау үшін экспериментті мынадай етіп жасау қажет.

1. Кімде-кім көрген нәрселерінен мағлұматтарды есте қалдырғыш болса, ондай типтегілерді тексеру үшін бөлек бір қағазға мынадай 10 сөзді жазып даярлау керек: алақан, жастық, пышақ, ер, қарандаш, алаша, шекпен, уық, шокпар, найза.

2. Кімде-кім көрген нәрселерінен мағлұматтарды есте қалдырғыш болса, ондай типтегі адамдарды тексеру үшін мына сияқты 10 сөз карточкаларға жазылады: бидай, шөміш, арба, тақия, ішік, балға, келі, шапан, төс, білезік.

3. Ал кімде-кім қимыл қозғалыс жасау арқылы тиісті мағлұматтарды есте қалдырғыш келетінін байқау үшін оларға мынадай 10 сөзді жазылған карточка ретінде беріледі: қақпан, сақина, жапырақ, тостаған, доп, құйрық, жиде, терезе, жақ, ошак, сиыр.

4. Кімде-кім сезім мүшелерін біріктіре отырып, тиісті мағлұматтарды есте қалдырғыш келетінін байқау үшін оларға мынадай 10 сөзді карточка арқылы ұсынуға болады: көбелек, қияр, қайың, қар, торғай, без, қайық, ешкі, ивен, тас, тұяқ.

Бұдан соң студенттерге мынадай түсінік беріледі: бірінші тапсырмаға байланысты эксперименттің мән-жайы былайша айтылады. «Мен сіздердің әрқайсыңызға бөлек карточкаға сөздер жазып беремін. Сіздер соны оқып есте қалдыруыңыз шарт. Сөздерді жазып алуға болмайды».

Студенттер карточканы зерттеушіге әкеліп тапсырғаннан кейін есінде қанша сөз қалғанын жазып, фамилиясын қойып тапсырады, не мұны хаттама жазушы орындайды.

Екінші тапсырманы орындау үшін: «Мен қазір сіздерге бірнеше сөздерді оқимын. Сол кезде естеріне сақталған сөздерді жазып, қағаз сыртына аты-жөндеріңізді жазып

бересіздер», - дейді. Мұны тыңдағаннан кейін студенттер ойындағысын жазады да, фамилиясын қойып тапсырады.

Үшінші тапсырманы орындау үшін: «Мен сіздерге бірнеше сөздерді асықпай айтып беремін, сол кезде сіздер естіген сөздеріңізді ауыз екі және іштен қайталайсыздар да, қарындашыңызбен ауада сол сөздерді жазасыздар».

Төртінші тапсырманы орындау үшін: «Мен сіздерге көргендеріңізді не оқығандарыңызды қалай еске түсіре алатындықтарыңызды анықтау үшін карточкаларға жазған сөздерді дауыстап оқып естеріңізге салдым. Мұнымен қатар екінші бір тізімдегі сөздерді айтып отырғанымда соларды іштей қайталап, әрі ауада жазып отыруларыңыз керек. Бұдан соң естеріндегі сол сөздерді бөлек қағазға жазып, сыртына фамилияларыңызды көрсетіп, маған тапсырасыздар». Соңғы тапсырманы студенттер орындап болған соң, зерттеуші осы төрт тәжірибиеге талдау жасайды.

Мұғалім эксперименттегі студенттердің есінде қалдырған сөздерді солардың өзіне <+><-> белгісімен белгіле дейді де, әр эксперименттің қорытындысын протокол жазушы екеуі бөлек есентейді.

Осы 4 тапсырманың ішінен ең нәтижелісін біріктіріп комбинациялап есте қалдыру. Группадағы студенттердің есте қалдыруы қандай типке жататынын былай көрсетуге болады.

Сөздердің саны	Көргіш тип есі	Есту тип есі	Қозғалыс тип есі	Аралас тип есі
	Студенттердің саны			
10	8	2	1	1
9	9	5	4	11
8	6	7	7	2
7	4	6	3	1
6	3	7	4	1
5		2	5	
4			3	
3		1	2	
2				
1				
0				

**Ескерту.** Кестедегі сандар Ю.А.Самарин кітабінің 103-104 беттерінен алынған. Бұл мағлұматтарды математикалық

статистика амалын қолданып есептегенде, әр түрлі типтік есте қалдыратының саны былай болып шыққан. Көргіш типтер 8,5; естігіш типтер 7,3; қозғалыс- естігіш типке жататындар 6,4; “аралас” типке жататындар 9,3.

Тікелей есте қалдыру ес айдалары (мнемоникалық тәсілдер) қолданылмайды. Сондықтан мұның өзі сырттан келген тітіркендірулердің сезім мүшелеріне тікелей әсер етуінен пайда болады.

Есте қалдырудың жанамалы түрінде көптеген тәсілдер бар. Сол тәсілдердің біразын Л.С.Выготский мен А.Н.Леонтьев жасап шығарғанды. Л.С.Выготский никтограмма деген зерттеу тәсілін ұсынғанды. Бұл тәсіл көбінесе естің ой мен қиялға байланысты жағын зерттейді. Мұның мәні мынадай: зерттеуге тағайындалған кісіге екі қатар сөздер ұсынады: «шексіз уақыт», «қозғалыс» т.б. Осы сөздердің мағынасын суреттеу, не сызу арқылы көрсетуге болмайтынын әдейі іріктеп алған.

Бұдан соң жоғарыда абстракті сөздер мазмұнын (шексіз уақыт, қозғалыс т.б.) сурет арқылы беруге болмаса да, солардың есте қалдыру үшін жанама түрде кез-келген белгілерді сыналушы кісіге сыза ғой дейді. Мұнан кейін бір кісіге протокол жаздырып, абстракты ұғымды айтып, олардың тізбегін көбейте береді. Онан әрі қарай студентке сызықтар, суреттер салдырады (қандай сызық сызам десе де студенттің өз еркі). Оның сызған сызулары мен абстракті ұғымдары есінде қалай қалдырғанын және оның қиналған кезінде аузынан шыққан сөздермен ұштастыра отырып, тиісті қорытындылар жасайды. Мұндай амалдың көздейтін негізгі мақсаты – жанама түрде есте қалдыруға қарағанда ұтымды (не ұтымсыз) жақтарын ажыратып көрсетуге арналған.

Мұндай эксперимент бір ғана студентпен жүргізіледі. Оның үш түрлі бөлшегі бар. Бұл бөлшектердің бәрін талдап көрсету мүмкін емес. Сондықтан біз сондай эксперименттің бір сериясын ғана қарастырып көрейік.

Эксперименттің 1-ші және 2-ші серияларында зерттеуші студентке:

«мен қазір сізге 15-ке жуық сөздер айтамын да 15-тей картиналар көрсетемін, сіз менің айтқан сөздерімді картиналарға қарап отырып есте қалдыруыңыз шарт», - дейді.

Бұдан соң даярлаған сөздерді оқып картиналармен байланыстырады. Эксперименттің 1-ші сериясында картиналар



көбінесе сөздердің мәніне қарай алады да, ал 2-ші сериядағы сөздер мен көрсетілетін картиналар бір-ақ рет көрсетіледі. Эксперименттің 3-ші сериясында зерттеуші студентке: «столдың үстінде 30-ға жуық картиналар жатыр. Мен сізге 15-ке жуық сөз айтамын. Менің аузымнан шыққан әрбір сөзді естігеннен кейін сол сөзге лайықты картиналарды столдан алып маған бересіз. Мен бұл тәсілді сөздерді есіңізде тиянақты қалдыру үшін картиналарды әдейі қолданып отырамын»-дейді.

Студент бұл тапсырманы орындап болған соң зерттеуші оған былай дейді: «Мен сізге картиналар көрсетемін, ал сіз маған картинаға қатысы бар сөздерді айтасыз», -дейді. Ол атайтын сөздердің тізімін алады.

Эксперименттің бұл сериясы біткен соң үзіліс жарияланады (20-30 мин). Үзіліс жасауға мүмкіндік болмаса, онда студенттер практикалық сабақтың келесі мәселелермен шұғылданады.

Үзілістен кейін зерттеуші сол студентке: Мен сізге тағы да картиналарды көрсетемін, ал сіз маған сол картиналарға сай келетін сөздерді айтасыз»-дейді. Студент тиісті сөздерді қайталағаннан кейін 3-ші серия аяқталады.

Соңғы рет экспериментті қайталаудағы мақсат-берілген сөздердің студенттердің есінде бекітілу не бекітілмеуін, яғни аз уақытта ес уақыттағы еске ауысты ма не ауыса алмады ма деген жойқтты тексеру. Осы экспериментте мынадай міндеттерді анықтау керек: жүргізілген эксперименттің 1-ші сериясында сөз бен картиналарды қарапайым байланысын анықтау; 2-ші сериясында сөз бен картинаның байланысын анықтау; 3-ші сериясында сөздер мен картиналар арасындағы жылжымалы байланысты тексеруге арналған.

Сөздер мен картиналар арасындағы байланысты зерттеуге арналған хаттама үлгісі:

Сөздердің нөмірі	Сөздер	Картиналар	Қайталануы	Карточканың номері	20-30 мин кейін қайталау	Ескерту
1						
2						
:						
15						

Протокол соңында студенттердің эксперимент кезіндегі сезімдері мен айтқан сөздері және зерттеушінің пікірі жазылады.

Солай болса да арнауыз (ырықсыз) есте қалдырудың да мәнін төмендетуге болмайды. П.И.Зинченконың айтуынша, арнауыз есте қалдыру ролі, арнайы еске қарағанда маңызды болмаса, онан кем емес. Өйткені, арнайы есте қалдыру адам өзін тиісті объектіге бағындыратын болса, онда ондай тәсілден тез шаршап, болдырады. Сондықтан оқу материалын ұғынуда арнауыз(ырықсыз) ес негізгі роль атқарады дейді. Бұл ғалым адам бағытының материалдарды есте қалдыру қаншалықты әсер ететінін зерттейді. Сол зерттеулердің бірінде ол қалай болса солай жазылған 45 сөз даярлайды. Осы сөздерді кейін қандай салаға (тірі табиғатқа, мамандыққа, абстракты ұғымға) жататынына қарай класификациялау қажет.

### Берілетін сөздер

малшы	16.табиғатшы	31.ұшқыш
қоян	17.жапалақ	32. шөп
Тасбақа	18. қорытынды	33. проблема
Жорамал	19. заң	34.жусан
Мұғалім	20.қозы	35.оқытушы
Пікір	21.торғай	36.бүркіт
Жобалау	22.талдау	37. дәрігер
Күзетші	23.мұнайшы	38.оқу
Бидай	24. дүкенші	39.жылқы
Теорема	25.егінші	40.жеміс
Аю	26.сыыр	41.төбет
1.білім	27. аксиома	42. космонавт
2.тобылғы	28. оператор	43. синоним
3.түлкі	29. топтау	44. ит
4.жылқышы	30. көбелек	45.математик

Кейін студенттерге арнайы тапсырма беріліп, осы сөздер дәптерлеріне жазылады да, олардың қай салаға жататыны туралы ойланыңыздар, содан соң оларды класификацияланыздар делінеді. Мына тізімді осындай үлгімен орындалған бір студент жұмысы берілген.

Тірі табиғат  
үсімдер

Мамандық

Абстракты

Коян	койшы	жорамал
Тасбақа	мұғалім	пікір
Бидай	күзетші	жобалау
Аю	жылқышы	теорема
Тобылғы	табиғатшы	білім
Түлкі	мұнайшы	қорытынды
Жапалақ	оператор	заң
Торғай	ұшқыш	талдау
Сиыр	оқытушы	топтау
Көбелек	дәрігер	аксиома
Бүркіт	космонавт	проблема
Жылқы	математик	оқу
Жеміс		
Қозы		
Ит		
Жусан		
Төбет		

Осыдан кейін класификацияланған сөздерді студенттердің арнаулы (ырықсыз) естеріне қалдыруына қаншалықты әсер екендігін тексеріп, оның нәтижесін сұрайды. П.И.Зинченконың айтуынша, жеке сөздерді белгілі жүйеге келтірілмей тұрғандағы есте қалдыру қиынға соғатын болған. Ал сол сөздерді класификациялап, жүйеленгеннен кейін оларды есте қалдыру оңайланады.

### Пысықтау сұрақтары

1. «Жап» деген сөзбен «ес» деген терминнің арасында қаншама айырмашылық бар? «Жаттау», «жаттығу» терминдерінің түбірі «жап» деген сөзге қатысы бар ма? Осы жөніндегі Г.Эббингауз пікірі қандай?

2. Ес типтерінің бөліктері қандай? Ес типтерінің ішіндегі ең жемістісі қандай?

3. Мағыналы есте қалдыру мен мағынасыз есте қалдыру арасында қандай айырмашылық бар?

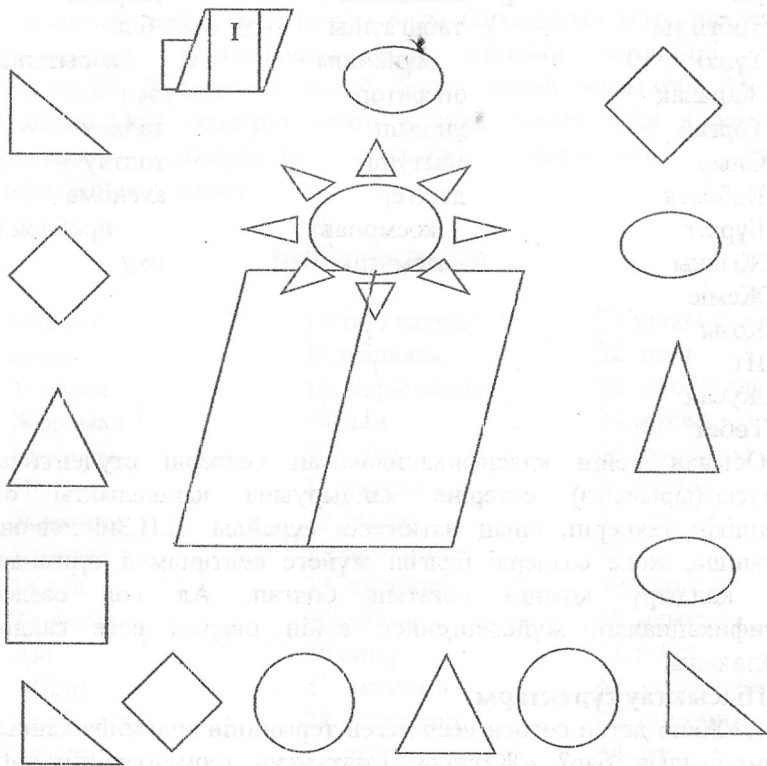
4. Тікелей және жанама есте қалдырудың бірінен-бірінің айырмашылығы мен олардың ерекшеліктері қандай?

5. Арнайы және арнауыз(ырықсыз) есте қалдыру арасындағы айырмашылықтар.

6. Арнауыз (ырықсыз) есте қалдырудың оқыту процесіндегі рөлі.

### Жүйесін тап

Шеңбер бойында орналасқан әріптердің жүйесін тауып оқығанда оқу-білім туралы айтылған халық мақалы шығады.



### Артығын тап

**Мақсаты:** жалшылау, абстракциялау білулерін анықтау.

**Нұсқау:** қағазға жазылған сөздер оқылады, артығын табулары тиіс.

**Мысалы:** пышақ, қасық, кесе, табақ, шляпа.

**Артығы:** қалпақ

1. Құс, самолет, ара, машина, көбелек.

2. Жауын, қар, бұршақ, найзағай, қырау.
3. Кору, қирау, бадраю, жыпылықтау, бақылау.
4. Лактыру, тебу, дәлелдеу, шаңу, тастау.
5. Қарағай, қайың, шырша, алма, ағаш, терек.
6. Үңгіқтау, кесу, түйю, ұсақтау, бұтау.

Артығы:	жыпылықтау
машина	тебу
найзағай	шырша
	кесу

### 1. Хабардар болу

**Нұсқау:** Мағынасы сәйкес келетін сөздің астын сызып қой.

1. Етікте әрқашан бар: Бау, табан, түйме, белдік
2. Ыстық жақта жүреді: Аю, бұғы, қасқыр, түйе.
3. Бір жыда: 24 ай, 3 ай, 12 ай, 4 ай.
4. Қыстың айлары: Қыркүйек, қазан, ақпан, қараша.
5. Біздің республикамызда кездеспейтін құстар: Бұлбұл, страус, ксіптер, бозторғай.
6. Әкесі баласынан үлкен: Жиі, әрқашан ешқашан, сирек.
7. Тәулік уақыты: Жыл, ай, апта, күн.
8. Теректе әрқашан бар: Жапырақ, тамыр, гүл, жеміс.
9. Жыл мезгілі: Тамыз, күз, сенбі, тоқсан.
10. Оқу құралдар: Парта, шкаф, диван, дәптер.

### 2. Артық ұғымды шығару.

**Нұсқау:** Мағынасы артық сөздің астын сызып қой.

1. Өзен, көл, теңіз, мұхит, көпір.
2. Үстел, кілем, кресло, төсек, диван.
3. Қанат, Нұғманов, Әділет, Асхат, Қайрат.
4. Жылы, сиыр, түлкі, ешкі, қой.
5. Үшбұрыш, төртбұрыш, солақша, тіктөртбұрыш, тақта.
6. Тауық, әтеш, бүркіт, қаз, үндік.
7. Сан, бөлу, қосу, алу, көбейту.
8. Футбол, волейбол, хоккей, жүзу, баскетбол.
9. Ыстық, ащы, қышқыл, тұзды, тәтті.
10. Көже, қымыз, бауырсақ, сүт, айран.

### 3. Ұқсастық

Нұсқау: Сол жақтағы қатарға қарап, оң жақтағы лайықты сөзді

тап.

1. Қияр Көкөніс	қалампыр гүл, жер, бақша, Терек
2. Бақша Сәбіз	бақ арық, алма, құдық, өзен.
3. Ұстаз Оқушы	дәрігер аурухана, бөлме, сырқат, көзілдірік
4. Қолқап Қол	етік табан, тері, аяқ, шетке
5. Сағат Уақыт	градусник әйнек, төсек, сырқат, температура
6. Машина Мотор	қайық өзен, желкен, толқын, жаға.
7. Төсек Көрпе	өден жиһаз, кілем, шеге, тақтай
8. Қасық Көже	шанышқы май, ет, шыны, пышақ
9. Театр көрермен	кітапхана кітап, оқырман, актер, үстел
10. Өсімдік Тұқым	құс бұлбұл, жұмыртқа, қанат, балапан

#### 4. Жинақтау

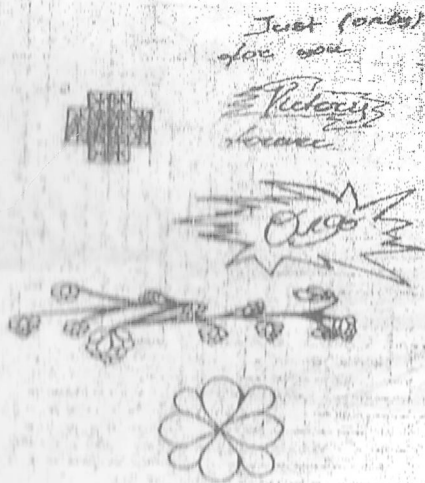
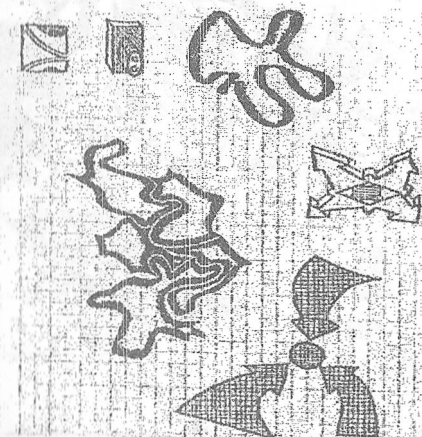
Нұсқау: Берілген екі сөзге жалпы атауын тауып, жазып қой.

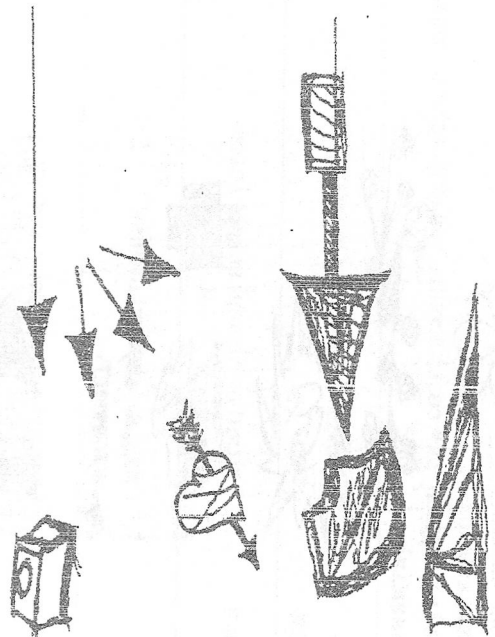
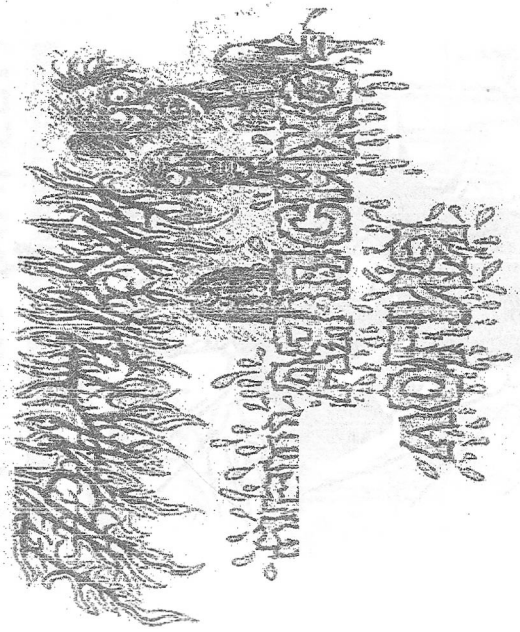
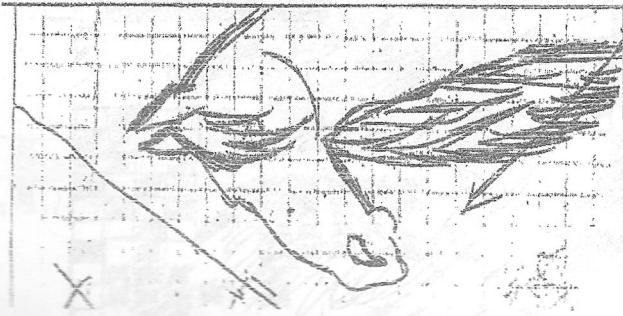
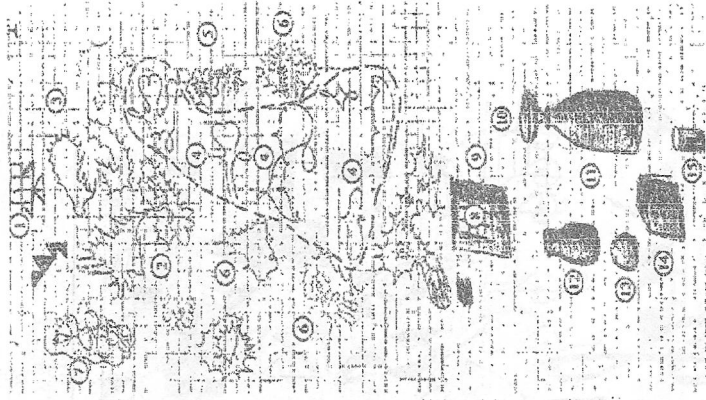
1. Қазан, қараша-
2. Шкаф, диван-
3. Піл, құмырсқа-
4. Гүл, тал-
5. Кеңтер, торғай-

6. Қолқан, тон-
7. Құмырсқа, ара-
8. Алма, ашмұрт-
9. Қыс, жаз-
10. Қисқыр, түшкі.

### 8 танырма

Келесі көріністерден тұлғаның қарым-қатынас барысындағы көңілділігі мен ұстанымдарын анықтаңыздар

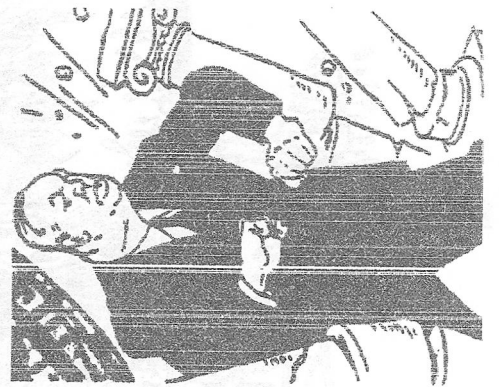
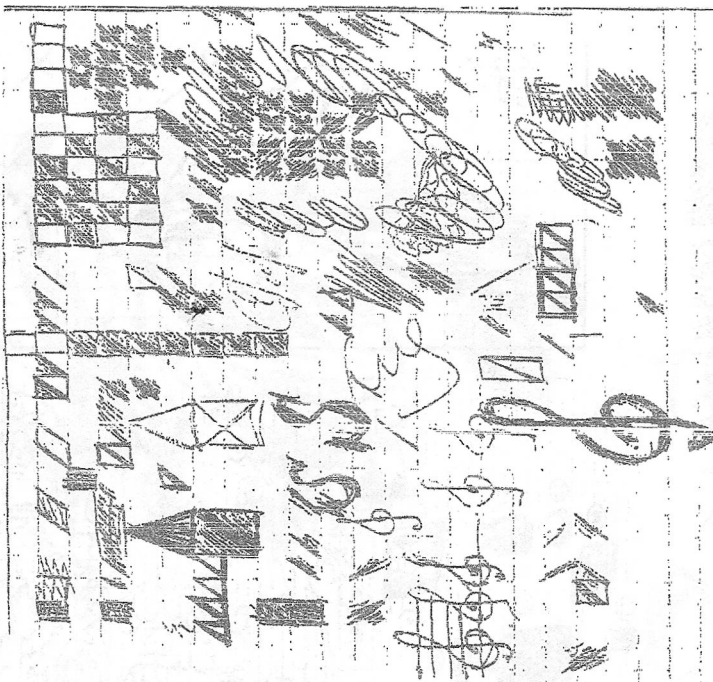
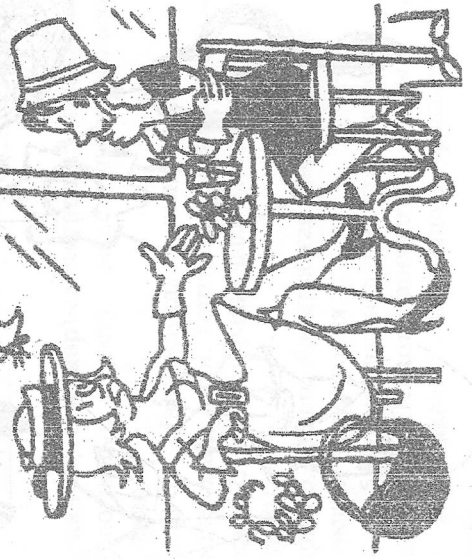


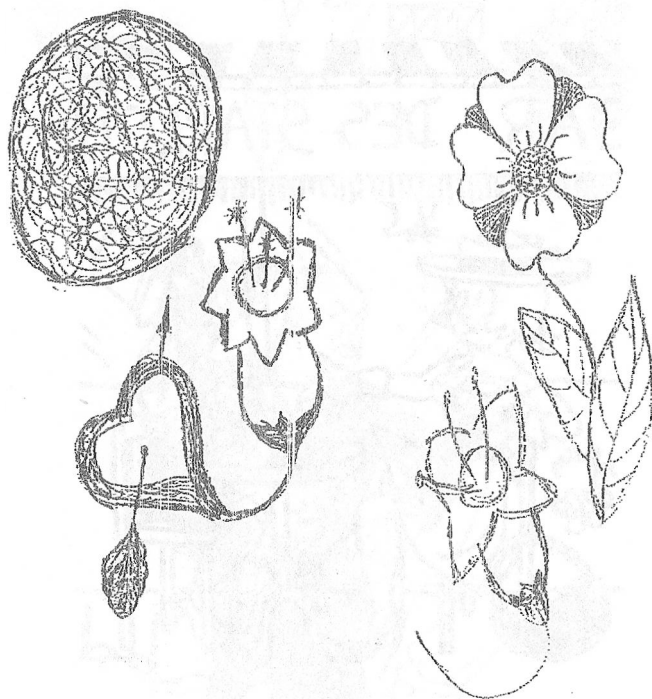
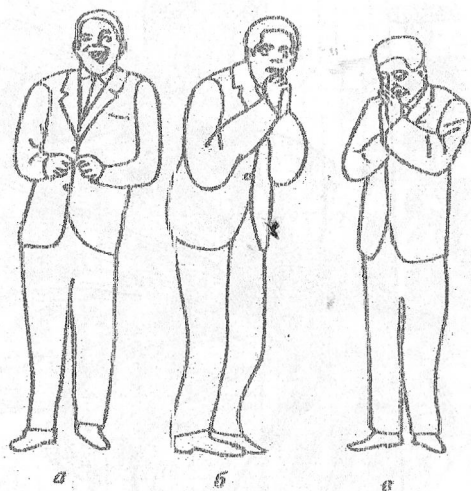


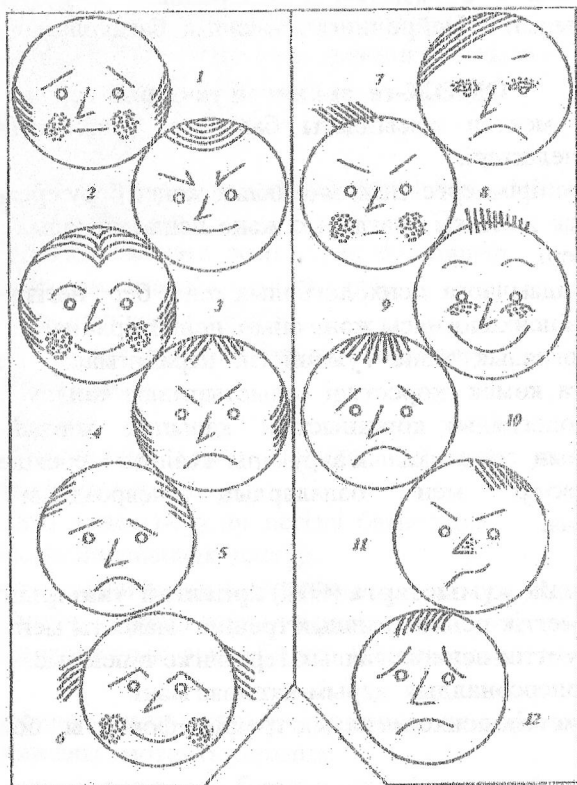




**BAR DES STARLETT**







### Практикалық (семинар) сабақтардың тақырыптары

1. Психологиялық түзету және психотерапияның негізгі әдістерін үйрену.
2. Тақырып-1. Индивидуалды және топтық психотерапия. Мақсаты және міндеттері. Топтық психокоррекциялық әсері.
3. Тақырып-2. Психотерапиялық әдістер мен техникалардың қазіргі жағдайы.
4. Тақырып-3. Денеге бағытталған психотерапия.
5. Тақырып-4. Арт-терапия.
6. Тақырып-5. Трансперсоналды психотерапия.
7. Тақырып-6. Психотерапиядағы шығыс техникалары: медитация, динамикалық медитация, релаксациялық әдістер, ароматерапия.

8. Тақырып-7. Эриксондық гипноз.
9. Тақырып-8. Отбасылық психотерапия.
10. Тақырып-9. Нейролингвистикалық бағдарламалау (НЛБ).

#### ОМӨЖ-ге арналған тақырыптар

1. Кіші мектеп жасындағы балаларға психологиялық кеңес беру ерекшеліктері.
2. Жасөспірімдерге психологиялық кеңес беру ерекшеліктері.
3. Ересек жастағы дағдарыс және психологиялық кеңес беру ерекшеліктері.
4. Қарт адамдарға психологиялық кеңес беру негіздері.
5. Ойын психологиясы және ойын психотерапиясы.
6. Теологиялық және гуманистік парадигмалар тұрғысынан жеке адамға көмек көрсетуді салыстырмалы талдау жасау.
7. Психологиялық қорғаныстың қалыпты жағдайдағы және жеке адамның соматикалық аурулары кезіндегі ерекшеліктері.
8. Ересектер мен балалардың невроздары бойынша психотерапия.

#### Өзіндік жұмыстарға (ӨЖ) арналған тақырыптар

1. Әлеуметтік-психологиялық тренинг мақсаты мен міндеттері.
2. Әлеуметтік-психологиялық тренингке тапсырыс.
3. Интерперсоналдық қарым-қатынас мәні.
4. Әлеуметтік-психологиялық тренинг форматы бойынша топ түрлері.
5. Психодрама
6. Социодрама.
7. Әлеуметтік-психологиялық тренингті ұйымдастыру принциптері.
8. Интерактивті оқытудағы тренердің рөлі.
9. Тренерге қойылатын талаптар.
10. Әлеуметтік-психологиялық тренинг жүргізушісінің міндеттері.
11. Тренердің кәсіби қасиеттері.
12. Тренердің тұлғалық қасиеттері.
13. Тренер типологиясы
14. Тренинг жүргізушісінің этикалық нормалары және кәсіби шеберлігі.
15. Нақты ситуациялар әдісі.

16. Тренинге қатысушылар типологиясы.
17. Әлеуметтік-психологиялық тренингтегі «қызын» қатысушылармен жұмыс жүргізу.
18. Топтың даму фазалары.
19. Фасилитация.
20. Іскерлік ойын. Оның ерекшеліктері және типтері.
21. Рольдік ойындар.
22. Топтық динамикаға әсер етуші факторлар.
23. Топтық динамикалық жаттығулар.
24. Топтық дискуссия әдісі.
25. Психологиялық кеңес берудің мақсаттары.
26. Ми шабуылы.
27. Кейс әдісі.
28. Психологиялық кеңес берудің алғашқы кезеңі. Жұмыс кезеңі. Қорытынды кезең.
29. Қазіргі кеңес берудің негізгі бағыттары.
30. Психоаналитикалық дәстүр.
31. Юнгтің аналитикалық теориясы.
32. Адлердің индивидуалды теориясы.
33. Психологиялық кеңес беруге бихевиоралды көзқарас.

#### Реферат жұмыстарына арналған тақырыптар

1. Рационалды эмотивті терапия.
2. Психологиялық кеңес берудің негізгі кезеңдері.
3. Психологиялық кеңес берудің дайындық кезеңі.
4. Экзистенционалды гуманистік дәстүрлі психология т.б.
5. Психологиялық кеңес берудің жүйелік тәсілдері.
6. Трансактілі талдау
7. Топтық психотерапия
8. Кездесу топтары
9. Әлеуметтік-психологиялық тренингтерде техникалық құралдарды қолдану.
10. Кері байланыс түрлері.
11. Топқа және қатысушыларға кері байланыс беру тәсілдері
12. Қорыту әдістері.
13. Психологиялық кеңес беруге кіріспе.
14. Психологиялық кеңес берудің және негізгі ұғымдары.
15. Қазіргі кездегі психологиялық кеңес беру тураны түсінік.
16. Психодрама

17. Денеге бағытталған терапия
18. Өнер терапиясының топтары.
19. Отбасылық кеңес беру т.б.
20. Қорқынышпен жұмыс
21. Алкогольке тәуелділікпен жұмыс.
22. Экстремалды психологиялық кеңес беру
23. Бастан кешіру теориясы.
24. Психотехникалық бірлік ұғымы
25. Қазіргі психологиялық кеңес берудегі интегративті тенденция.
26. Кеңес берудің теориялары мен тәжірибесі саласындағы ғылыми зерттеулер.

## ПАЙДАЛАНЫЛҒАН ӘДБИЕТТЕР

### Негізгі әдебиеттер:

1. Столяренко Л.Д. Основы психологии. Практикум. –Ростов н-Д.: Феникс, 1996
2. Несоуществующее животное. Сер.: Проективные методики для взрослых.-М.: 1998
3. Рамендик Д.М., Солонкина О.В., Слаква С.П. Психологический практикум. –М., 2005
4. Емельянов Ю.Н. Практикум по конфликтологии.- СПб.: Питер, 2000
5. Дом – дерево – человек. Сер.: Проективные методики для взрослых. –М.:1998
6. Практикум по арт-терапии. Под ред. А.И.Копытина. – СПб.:Питер, 2000
7. Хайди Кэджусон, Чарльз Шефер. Практикум по игровой терапии. –СПб.:Питер, 2002
8. Овчарова Р.В. Практическая психология образования. – М.: 2003
9. Соколов Д. Сказки и сказкотерапия. –М.: 2001
10. Характер и почерк. Под ред. И.А.Улезько. –М.:2006

### Қосымша әдебиеттер:

1. Алешина Ю.Б. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование. М., МГУ, Международная педагогическая академия, 1995.
2. Абрамова Г.С. Психологическая служба школы. -М., 1994
3. Абрамова Г.С. Введение в практическую психологию.- Брест, 1993.
4. Качунис Р. Основы психологического консультирования. М., 1999.
5. Хрестоматия по психологическому консультированию. Составитель Сапарова И.А. Алматы, 2004.
6. Айви А., Айви М.Б., Сайсег - Даунинг Л. Консультирование и психотерапия. Сочетание методов, теории и практики. М., 2000.
7. Романенко-Бавокова Н.А. Основные направления работы практического психолога. Учебное пособие, Алматы, 2006.
8. Малкина-Пых И.Г. Справочник практического психолога, М.-2005.

9. Колесникова Г.И. Основы психологического консультирования для студентов вузов / Р-на Д: Феникс, 2005
10. Рогов Е.И. Настольная книга актического психолога МВЛАДОС, 1998 В 2- томах.
11. Рудестам К. Групповая психотерапия. Спб., 1998.
12. Справочник практического психолога СПб.: Сова, М., ЭКСМО, 2003.
13. Хухлаева О.В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции. Уч. пособие. М.: Академия, 2001.
14. Білім берудің практикалық психологиясы [Мәтін]: Оқу құралы / З. М. Балғымбаева, Н. С. Ахтаева.- Алматы: Қазақ университеті, 2008.- 102бет.
15. Диагностика познавательного интереса у младших школьников и дошкольников [Текст] / Э.А. Баранова.- СПб.: Речь, 2005.- 128 с.- (Практикум по психодиагностике).
16. Диагностика способности к общению [Текст] / А.В. Батаршев.- СПб.: Питер, 2006.- 176 с.- (Практическая психология).
17. Батаршев, А.В. Диагностика темперамента и характера [Текст] / А.В. Батаршев.- СПб.: Питер, 2006.- 368 с.:ил.- (Практическая психология).
18. Горбатенко, А. С. Общая и прикладная психология [Текст]: Курс лекций / А. С. Горбатенко.- Ростов-на-Дону: Феникс, 2002.- 352с.
19. Горбушина, О. Психологический тренинг. Секреты проведения [Текст] / О. Горбушина.- СПб.: Питер, 2008.- 176с.
20. Григорович, Л.А. Введение в профессию "психолог" [Текст]: Учеб.пособие / Л.А. Григорович.- М: Гардарики, 2004.- 192с.
21. Григорович, Л.А. Введение в профессию "психолог" [Текст]: Учеб.пособие / Л.А. Григорович.- М: Гардарики, 2004.- 192с.
22. Дружинин, В.Н. Экспериментальная психология [Текст]: Учебник для вузов / В.Н. Дружинин.- 2-е изд., доп.- СПб.: Питер, 2008.- 320с.
23. Елеусізова, С. Қарым - қатынас психологиясы [Мәтін]: Көмекші және методикалық құрал / С Елеусізова.- Алматы: Рауан, 1995.- 64 б.
24. Елисеев, О.П. Практикум по психологии личности [Текст]: Учеб.пособие / О.П. Елисеев.- 2-е изд., испр.и перераб.- СПб.: Питер, 2005.- 509с.



25. Землянская, М. Решение семейных конфликтов [Текст]: Психологический практикум / М. Землянская.- М.: ЭКСМО, 2003.- 288 с.

26. Игра в тренинге. Возможности игрового взаимодействия [Текст] / Леванова Е.А., Волошина А.Г., Плешаков В.А. и др.- 2-е изд.- СПб.: Питер, 2009.- 208с.: ил

27. Иманғалиев, Е. Жеке тұлғаны элеуметтік-психологиялық болжау әдістері [Мәтін]: Оқу құралы / Е. Иманғалиев.- Астана: Фолиант, 2008.- 128бет.- (Жәсіптік білім)

28. Касенов, К. Очерки практической психологии [Текст] / К. Касенов.- Актобе, 2006.- 152с.

29. Малкина-Пых, И. Г. Справочник практического психолога. Техники транзактного анализа и психосинтеза [Текст] / И. Г. Малкина-Пых.- М.: ЭКСМО, 2004.- 352с.

30. Методология и методы психологического исследования [Текст]: Учеб.пособие для вузов / Б.С. Волков, Н.В. Волкова, А.В. Губанова; Науч.ред. Б.С.Волков.- 5-е изд., испр.и доп.- М.: Академический проект:Трикта, 2006.- 352 с.- ("Gaudeamus").

31. Методы практической социальной психологии: Диагностика. Консультирование. Тренинг [Текст]: Учеб.пособие для вузов / Ю.М.Жуков, А.К.Ерофеев, С.А.Липатов и др.; Под ред.Ю.М.Жукова.- М.: Аспект Пресс, 2004.- 256с.

32. Мишин, Г. И. Как преодолевать стрессы [Текст] / Г. И. Мишин.- СПб.: Союз, 2003.- 224с

33. Немов, Р.С. Практическая психология: Познание себя: Влияние на людей. [Текст]: Пособие для учащихся / Р.С. Немов.- М.: ВЛАДОС, 2003.- 320с.- (Учебник для вузов).

34. Образцов, П.И. Методы и методология психолого-педагогического исследования [Текст] / П.И. Образцов.- СПб.: Питер, 2004.- 268с.

35. Овчарова, Р. В. Практическая психология в начальной школе [Текст] / Р. В. Овчарова.- М.: Сфера, 2005.- 240с.

36. Овчарова, Р. В. Практическая психология образования [Текст]: Учебное пособие / Р. В. Овчарова.- М.: Академия, 2003.- 448с.

37. Практическая психодиагностика. Методика и тесты [Текст]: Учебное пособ / Ред.-сост. Д.Я.Райгородский.- Самара: БАХРАХ-М, 2004.-

38. Практическая психология [Текст]: Учебник / Под ред. М.К. Тугушкиной.- 6 изд., перераб. и доп.- СПб.: Бизнес-пресса, 2009.- 368с.

39. Практическая психология [Текст]: Учебник / Под ред. М.К. Тугушкиной.- 2 изд., перераб. и доп.- СПб.: Дидактика, 1998.- 336 с.

40. Психологический практикум [Текст]: Учебное пособие / Д.М. Рамендик, О.В. Соликина, С.П. Слаква.- М.: Мастерство, 2002.- 160с.

41. Психологическое тестирование личности: В глубине подсознания. Теория и практика [Текст].- Москва: ИД "Равновесие", 2004.-Рогов, Е.И.

42. Настольная книга практического психолога. В 2-х книгах. Кн.2: Работа психолога со взрослыми. Коррекционные приемы и упражнения [Текст]: Учеб. пособие / Е.И. Рогов.- М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2006.- 477с.

43. Середа, Е.И. Практикум по межличностным отношениям: помощь и личностный рост [Текст] / Е.И. Середа.- СПб.: Речь, 2006.- 224 с.

44. Столяренко.Л.Д. Основы психологии. [Текст]: Практикум / Столяренко.Л.Д.- 4-е изд., доп. и прераб.- Ростов-на-Дону: Феникс, 2003.- 704с.

45. Хухлаева, О.В. Школьная психологическая служба. Работа с педагогами [Текст] / О.В. Хухлаева.- Москва: Генезис, 2008.- 192с.

## ГЛОССАРИЙ

**Түйсіну** – объективті дүние заттар қасиеттерінің рецепторға әсер еткенде пайда болатын қасиеттері. Организмнің ортамен психикалық байланысы орнығатын бастапқы форма болып табылады. Сыртқы дүние заттары мен құбылыстарының жеке қасиеттерінің сезім мүшелеріне тікелей әсер етуінен пайда болатын мидағы бейнелеулерді түйсік деп атайды.

**Қабылдау** – заттар мен құбылыстардың мида тұтастай бейнеленуі болып табылады. Заттар мен құбылыстардың өз қасиеттері және бөлшектері жиынтығымен қосылып сезім мүшелеріне тікелей әсер ету кезінде бейнеленуі.

**Байланыс** – санаға тәуелсіз өмір сүретін объективті дүниені, материяны адамдардың материалдық өмірінің табиғатын белгілеуге арналған философиялық ұғым. Философияның негізгі мәселесі ойлау жүйесінің болмысқа көзқарасы туралы мәселесі болғандықтан, оның шешімі болмыс ұғымы ретінде алынатын мағынаға байланысты.

**Бейнелеу** – материяның жалпы қасиеті, оған объектілердің әр түрлі деңгейде теңбе-тең нышандары жаңғырту қасиеті және басқа объектілердің қарым-қатынасы тән.

**Психология** — адамның жеке бірлік ретіндегі психикасын, өзінің сан-алуан сезім, аффективтік, интеллектуалды, басқа да туа біткен функцияларымен бірге сыртқы ортамен өзара әрекетін зерттейтін ғылым, кей-кезде адам мінез-құлығын зерттеу деп те анықталады.

**Психология** – жан құбылыстарының сыртқы және ішкі дүние заттарының әсерінен пайда болып біртіндеп дамып қалыптасу заңдылықтарын зерттейтін ғылым. Психология термині гректің екі сөзінен (psyche – жан, logos – ілім) алынған, бұл "жан туралы ілім" деген ұғымды білдіреді.

**Психика** – (грек. Psychikos – ішкі сезім, көңіл – күй) жинақтайтын рухани бірлестігі. Психиканың биологиялық эволюцияның жемісі және жалғасы. Психиканың сыртқы құбылыстары мен заттардың көрінісін белсенді және озық түрде бейнелейді. Негізінде психика заттық ортаның дұрыс бейнесін және тіршілік иесінің өз ортасына бейімделетін бағдарын құрайды.

**Теория** деген ұғым – грек тілінен енген. Ол жүйелі түрде жалпыланған құбылыстарды және алдын-ала болжауға мүмкіндік береді.

**Жалпылау** – белгілі тәжірибелер нәтижесінен яғни бақылау тәжірибеге байланысты жасалады.

**Когнитивтік аспекті** – ішкі ғалымдық ғылыми байлыққа негізделеді. Осының негізінде Ойлау құрылымы болатын зерделік қалыптасады. Когнитивтік аспектілердің негізінде ойлау түрі, формалары, операциялары дамып отырады. Сондықтан білімнің жетілуі логикаға бағыныпты келеді.

**Әлеуметтік аспекті** – әрбір тұлғаның әлеуметтік ортамен бірлескен түрде ұжымдық қарым – қатынас жасаудың ерекшеліктерін қалыптастыру.

**Жеке адамдық аспекті** – кез-келген тұлғаның сана сезімін әрбір ортамен қарым-қатынас жасау барысындағы жеке адамның қасиеттерін қалыптастыру. Психологияның оқыту мақсаты қоғамның тарихи дамуымен байланысты.

**Когнитивтік психология** – қазіргі психологиядағы таным әрекеттерін зерттейтін жетекші бағыттарының бірі. Әуел баста когнитивтік психологияның басты міндеті – сенсорлық ақпараттың стимульдің рецепторлық белке түскен сәтінен жауап алынғанға дейінгі өзгерулерін зерттеу болады.

**Оқыту психологиясы** – оқытудың жүйелілігі жағдайындағы таным-дық іс-әрекеттің дамуын зерттейтін педагогикалық психологияның бөлімі. Әртүрлі дидактикалық жүйе жағдайындағы танымдық іс-әрекеттің өзгешелігіне себепші болатын сыртқы және ішкі факторлардың өзара байланысын анықтайды, баланың дамуы мен оқу үрдістерін басқару мүмкіндіктерін, оқыту мен оқудың психологиялық заңдылықтарын, оқыту тиімділігінің психологиялық-педагогикалық өлшемдерін зерттейді.

**Білім (ағылш. knowledge)** – тұлғаның белгілі бір жүйемен қалыптасқан ұғымдарының, деректері мен пайымдарының т.с.с. мәселеге немесе құбылысқа байланысты нәтижесінің жиынтығы. Білім - ақыл-ойдың іс-әрекетін объективті шынайылықты тәжірибе арқылы бейнелеп дәлелдеуге жетелейді.

**Жан** (ағыл. soul; грек. psuche; лат. anima; қаз. жан, рух) – адамның және хайуанаттардың тыныс-тіршілігін қамтамасыз етіп тұратын рухани қуаты. Жанның заттық қасиеті жоқ болғандықтан, оны танып-білу мүмкіндігі шектеулі.

Сеймдер – адамның айқын білінген заттық сипаты бар және біршама орнықтылығымен ерекшеленетін эмоциялық күйіну – дүниелерінің айрықша түрі болып табылады.

Әдіснама /методология/ (грек. tethodos – зерттеу жолы, теория және logos – ілім) – 1) ғылыми таным әдісі; 2) ғылымда қолданылатын негізгі принциптер. Психология теориясына лайықты танымның ұстанымы, әдісі, нысаны мен таным амалдары арқылы психологиялық болмысты өзгеріске түсіру.

Әрекет – іс-әрекеттің шағын бөлігі, бірлігі. Мәселен, адамның ақыл-ой әрекеті түйсіктену, қабылдау, есте тұту, қиялдау, ойлау т.б. танымдық ісін қуаттарынан тұрады.

Ікемділік (синонимдері – ептілік, еп іскерлік, шеберлік, істей білу, білік). Дағудан ікемділікті айыра білу қажет. Алынған білім негізінде бір нәрсені істей білуге ікемділік болады, бірақ бұл істі орындау дағдысын әлі меңгермеген болуы мүмкін.

Қоңіл-күй – индивидтің психикалық өмірінде құптарлық немесе құптамайтын эмоциялық фонда жай немесе әлсіз сапада көрінетін біршама ұзақ, орнықты психикалық үрдіс.

Қажеттілік (қажеттілік, қажет, керектік, мұқтаждық) – (әсіресе табиғи қажеттер) өмір сүрудің, тіршілік етудің арқауы. Өз тіршілігіне керекті нәрсеге ағзаның түрліше қажеттілігі болады.

Қарым-қатынас – біріккен іс-әрекет қажеттілігін туғызатын, адамдар арасындағы байланыстың дамуын орнататын күрделі көп жоғары үрдіс. Адамдардың танымдық хабарлар алмасуы, өз ара түсінісуі, бір-бірін қабылдауы.

Мағына – қоршаған ортадағы әртүрлі құбылыстардың өзіндік мәнін тұлғаның түсінуі, мағына оның объективтік шындыққа субъективтік қатынасынан көрініс береді.

Операция (психологияда) (лат. operatio – іс-әрекет) – субъектінің объективті дүниені таным білу үшін істейтін іс-әрекеті. Адам әрекеттерінің сыртқы көрінісі арқылы сол адамның ішкі көңіл-күйі, психикалық жағдайы жайында баға беруге болады.

Эмоция (франц. emotion, лат. movco- толғану) – адам мен жануарлардың сыртқы және ішкі тітіркендіргіштер әсеріне реакциясы; қоршаған ортамен қарым-қатынас негізінде пайда болатын көңіл-күй.

Орта – ортаңғы туылған, өмір сүретін және дамыған сыртқы жағдайлардың, объектілердің және факторлардың жиынтығы.

**Субъект** (лат. *subjectum* – бастауыш) – болмысты танумен өзгертудің қайнары ретінде индивид немесе топ; белсенділікті жеткізуші. Субъект индивид немесе топ іс-әрекетті танудың және өңдеудің негізі ретінде; іс-әрекеттік белсенділіктің тасымалдаушысы.

**Танымдық** – (таным әрекеті, танырлық, танылатын, танып білерлік) танылатын үрдіс, танымдық қызығушылық – ғылым жаңалықтарын; қоғамда болып жатқан өзгерістерді танып білуге деген қызығушылық.

**Ұжым (коллектив)** – топтың ең жоғары деңгейде қалыптасқан түрі. Ұжым ішіндегі қарым-қатынас жалпы мақсатты іс-әрекеттер арқылы жүзеге асып, әрбір адамның мақсаты қоғамдық мақсат – мүддемен ұштасады.

**Психологиялық ағарту** – педагогтарды, ата-аналарды, балаларды психологиялық біліктілікке баулу. Психологиялық ағартудың түрлері сан түрлі. Айталық оған әдістемелік кеңесте және ата-аналар жиналысында өтілетін лекциялар, әңгімелесулер, топтық және жеке консультациялар, семинар-практикумдар, ата-аналар жиналысы, көрмелер, жаднамалар дайындау, психологиялық-педагогикалық әдебиеттерді іріктеу және тарату, тақырыптық газет шығару. Балаларды тек қана өмірге дайындау емес, балаларға қазіргі таңның өзінде бақытты, арайлы өмір жағдайын туғызу. Яғни ересектерге психологиялық ағарту жүргізу арқылы, мұның басты мәселе екеніне көзін жеткізу.

**Психологиялық диагностика** – жеке тұлғаның жеке және жас ерекшелігін, тұлғааралық қарым-қатынасын зерттеу. Психодиагностикалық іс-шараға кіріспестен бұрын, оқу жылы басында өзара келісім шарт негізінде, ата-аналар жиналысы барысында тестілеудің мақсаты мен міндетін түсіндіру, олардың жазбаша рұқсатын, қолдарын жинауарқылы оны жүзеге асыру қажет.

**Психологиялық түзету** – балаларды жеке тұлғалық дамуындағы психологиялық ауытқуларынан арылу, түрлі жағымды іскерлік пен дағдыларды қалыптастыру. Психолог жұмысындағы түзету-дамыту бағыты, қызметтің ең қиын тұсы. Сондықтан да бұл бағыт практик-психологтан жоғары базалық психологиялық білімді және арнайы психологиялық дайындықты талап етеді. Жаңадан жұмыс бастаған психологтар психологиялық дамыту бағдарламаларын тереңірек зерттеп қарастырған дұрыс.

**Психологиялық сауықтыру** – барлық жас кезеңінде балалардың психологиялық саулығын дамыту және сақтау, нығайту. Әр жас кезеңін ескере отырып, балаларға арналған дамыту бағдарламаларын жасау және оны іске асыру, сауықтыру шараларын қолдану, мектептегі тәрбие беру және оқу арқылы баланың толыққанды дамуына жағдай туғызу психологтың ең маңызды жұмыс бағыты.

**Психологиялық кеңес беру** – оқу-тәрбие процесінде туындаған проблемаларды шешуге көмек көрсету. Кеңес беру жұмысында психологтың іскерлік, дағдысын дамыту мен бірге бұл арнайы дайындықты талап етеді.

**Психология пәні** - психикалық құбылыстардың пайда болу, қалыптасу және даму заңдылықтары туралы ғылым.

**Психологияның объектісі** –әлемнің субъективті құбылысындағы процесстерді адамның тану жағдайы.

**Психология әдістері** – негізгі және қосалқы болып екіге бөлінеді.

**Эксперимент**– психологиядағы негізгі зерттеу әдісі оның екі түрі бар.

*Лабораториялық эксперимент*, адамның сезгіштік қасиеттерін, ақыл-ойының даму деңгейін, белгілі бір мамандыққа икемділігін анықтау, арнайы жабдықталған лабораторияда құрал-жабдықтарын қолдана отырып жүргізіледі. 1879жылы Лейпцигте В.Вундттың басшылығымен дүние жүзінде бірінші лаборатория ашылды.

*Табиғи эксперимент* бойынша психологиялық зерттеулер адамның өмір тіршілігіндегі үйреншікті жағдайына сәйкес жүргізіледі. 1910жылы А.Ф.Лазурский алғашқылардың бірі болып табиғи экспериментті ендіردі.

**Қосалқы зерттеу әдістері** – әңгіме, сұрақ-жауап (анкета), тест (тесттілеу), әрекеттің өнімін талдау (анализ), сұхбат, модельдеу, математикалық және статистикалық анализ, т.б.

**Бақылау** – арқылы байқалған фактілер мен құбылыстардың табиғаты психологиялық тұрғыдан түсіндіріледі. Өмір тәжірибесінде әдеттегі бақылаудан ғылыми бақылаудың негізгі айырмашылығы құбылыстардың себеп-салдар принципі бойынша әрбір нәрсенің сырын ашып көрсетеді.

**Психология ғылымының даму кезеңдері:**

-келең ғылымға дейінгі шамамен б.д. VII - VI ғ.ғ.

-кезең философиялық б.д.-VII - VI ғ.ғ.- XVIII ғ. аяғы, - XIX ғ. басы.

-кезең ассоциативтік психология XVIII ғ. аяғы, XIX ғ. басы және ортасы.

-кезең эксперименттік психология XIX ғ. ортасы - XX ғ. басы.

-кезең методологиялық (әдіснамалық) дағдарыс және психологияның ағымды мектептерге бөлінуі.

-кезең психологиялық мектептердің дамуы (1920-1930, 1940-1960ж.ж).

-кезең қазіргі психология (1960ж - XX ғ. аяғы) және XXI ғасыр.

**Психика** – дегеніміз үнемі болып отыратын қозу мен тежелу сияқты физиологиялық процестердің ми қабығында жасалуы. Тіршілік дамуының белгілі бір сатысында тірі организм мен сыртқы ортаның өзара қатынасын білдіретін бейнелеудің айырықша түрі.

**Сана** – объективтік шындықты тану. Психиканың тек адамға ғана тән ең жоғары сатысы, объективтік болмыстың адам миындағы бейнесі. Болмыс пен шындықтың бейнесін адам тіл мен сөйлеу арқылы бейнелеп, мән-жайын танып біледі.

**Өзіндік сана** – сананың өзінді білу мен өзіне қатынастың бірлігі ретінде көрінетін бір түрі және күрделі психологиялық құрылым:

Біріншіден- өзінің теңдестігін ұғынуды;

Екіншіден - белсенді іс-әрекет субъектісі ретінде өз «менін» ұғынуды; Үшіншіден - өзінің психикалық қасиеттері мен сапаларын ұғынуды; Төртіншіден- өзін-өзі әлеуметтік - адамгершілік бағалаулардың белгілі бір жүйесін қамтиды.

**Жүйке-жүйесі** – организмнің сыртқы ортамен байланысын жүзеге асырып, айналадағы әсер еткен тітіркендіргіштерге жауап қайтаруы. /нейрондар, дендриттер/

**Динамикалық стереотип–шартты рефлекторлық** байланыстардың жасалуы және оның тұтастық жүйесінің құрылуы. Мұндай жүйе организм тіршілігі үшін өте маңызды және ол дағдыны қалыптастырудың физиологиялық негізі.

**Жеке адам (тұлға)** – сананың иесі, әлеуметтік қатынастар субъектісі әрі әлеуметтік мәнді қасиеттердің иегері ретінде әрбір адам – жеке адам болып сипатталады. Жеке адам түсінігіне байланысты ең алдымен адамның қоғамдық мәнді сапалары енеді, адамның әлеуметтік мәні оның қоғаммен байланысында қалыптасады да, іс-әрекетінен көрініс береді.



**Индивид** - тектілердің өкілі, адамдық даму нышандарының иесі нақты адам:

**Жеке адам (тұлға) психологиялық құрылымындағы негізгі компоненттері** - башт, қабілеттер, мінез, «Мен» және іс-әрекет.

**Іс-әрекет** - адамның қоршаған ортамен өзара ықпалды байланысының қозғалысты жүйесі. Осы жүйеде психикалық бейне пайда болып, объект күйіне енеді, ол іс-әрекеттің саналы қабылданған мақсаты болып табылады. Белгілі мақсаттың болуынан әртүрлі белсенділікті іс-әрекет деп санауға болады.

**Іс-әрекет түрлері:** ойын, оқу, еңбек.

**Іс-әрекет құрылымы:** мотиві, мақсаты, әрекет.

**Белсенділік** - адамның сезімі мен эмоциясының айқындылығын білдіреді. Әрбір нәрсеге зүестенуден гөрі ерікті тілек - ынтаға ден қоюы, белсенді әрекет етіп, іске жігермен кірісіп, адам сенімінің артуы.

**Топ** - екі немесе одан да көп адамдардың жиынтығы.

**Топтың түрлері** - шағын және бастапқы топ, формальды (ресми) және формальсыз (ресми емес) топ, референт (эталон, үлгі) топ.

**Топтың даму деңгейі** - ассоциация, корпорация.

**ұжым** - топтың жоғары дәрежеде ұйымдасқан түрі. Қоғамға пайдалы қызметте ортақ мақсатқа жұмыла еңбек ететін және психологиялық тұрғыдан топтасқан адамдар тобы.

**Қарым-қатынас** - бұл ақпарат алмасуда өзара бірлескен әрекет жасау, қабылдау.

**Қарым-қатынас түрлері** - тұлғааралық, көпшілік, рольдік, іскерлік.

**Қарым-қатынас құрылымы** - коммуникативті, интерактивті, перцеп-тивті, вербальді, вербальсіз.

**Қарым-қатынас стилі және формалары** - ритуальды, манипулятивті, гуманистік, демократиялық- либералдық, октемишлдік және т.б. Қарым- қатынас формалары - іскерлік әңгіме, іскерлік байланыс, іскерлік мәжіліс, көпшілік алдында сөз сөйлеу.

**Конфликт** -(дау-дамайлар, кикілжіндер) адамдардың қарым-қатынасының арасында үнемі болатын әрекет, қарама-қайшылықтардың тез арада өршуі және екі немесс одан да көп адамдардың іскерлік, логикалық манызы бар мәселелерді шешудегі процессті айтады.

**Конфликттің түрлері** - тұлғааралық, топтық, өндірістік.

**Зейін** – сананың белгілі бір нәрсеге бағытталып, оның айқын бейнеленуін қамтамасыз етуі.

**Зейін түрлері** – ырықсыз, ырықты, үйреншікті.

**Зейіннің қасиеттері** – көлемі, бөлінуі, шоғырлануы, тұрақтылығы, ауысуы. **Зейіннің типтері** – зейінділік, зейінсіздік,

**Түйсік** – материалдық дүниедегі заттар мен құбылыстардың жеке сипаттары мен қасиеттерінің біздің сезім мүшелерімізге әсер етіп, миымызда бейнеленуі.

**Түйсіну** дегеніміз – дүниені танып білудегі бейнелеу процесінің алғаш-қы баспалдағы.

**Түйсіктің түрлері** – экстерорецепторлар организмнің сыртында орналасқан (көру, есту, тактильдік); проприорецепторлар адамның қимылдау (кинестетикалық) түйсіктері мен тепе-теңдік (статикалық) түйсіктері сезіледі (бұлшық ет, сіңірден шығатын түйсіктер); интерорецепторлар дененің ішінде орналасқан (аштықғы, шөлдегенді түйсіну).

**Түйсіктің заңдылықтары** – психофизикалық (түйсіктер мен тітіркен-діргіштер арасындағы сандық қатынасқа байланысты); психофизио-логиялық (түйсіктер мен сезім мүшелерінің қалпына тәуелді).

**Түйсіктің қасиеттері** – адаптация (ікемделу, бейімделу), сенсбилизация (сезгіш, оның тек артуын көрсететін құбылыс), синестезия (қосарласқан түйсік).

**Қабылдау** – заттар мен құбылыстардың өз қасиеттері және бөлшектері жиынтығымен қосылып, сезім мүшелеріне тікелей әсер етуі кезіндегі тұтас түрде бейнеленуі.

**Қабылдау түрлері** – көру, есту, сипап сезу.

**Қабылдау қасиеттері және ерекшеліктері** – *перцепция* – қабылдаудың жиі аталуы, *инперцепция* – қабылдауға қосымша (тұрақты, уақытша), тұтастығы, мағыналылығы, таңдамалылығы, тұрақтылығы (константтығы) кеңістік пен уақыт.

**Ес** деп – адамның қабылдаған нәрселері мен құбылыс бейнелерінің, көңіл-күйлерінің ойда сақталып қажет кезінде қайта жаңғыруы ес процесі деп аталады.

**Естің түрлері** – қимыл-қозғалыс ес, көрнекі-бейнелі ес, сөздік-логикалық ес, эмоциялық ес, қысқа және ұзақ мерзімді ес.

**Ес процестері** – қайта жаңғырту, есте сақтау, ұмыту, тану.

**Естің теориялары** – ассоциацияларды құру заңдары: *іргелес* (кеңістік және уақыт); *қарама-қарсылық* (контрастық); *ұқсастық* (аналогия) байланысы.

**Ойлау деп** – элеуметтік жағдаймен ұштасқан, тілмен тығыз байланысты психикалық процесс, сол арқылы болмыстың, дүниедегі нәрселердің жалпы және жанама жолмен біздің санамыздағы ең биік сатыдағы бейнеленуін айтамыз.

**Ойлау түрлері** – көрнекі-әрекеттік ойлау, көрнекі-бейнелік ойлау, сөз-логикалық немесе абстрактылы ойлау,

**Ойлау формалары** – ұғым, пікір, ой қорытындысы (дедукция, индукция, аналогия).

**Ой операциялары** – анализ (талдау), синтез (біріктіру), салыстыру, абстракциялау, жалпылау, нақтылау, классификациялау, жүйелеу, қорыту.

**Сөйлеу** – адамдардың қарым-қатынас мақсатында тілді қолдану процесі.

**Сөйлеудің түрлері** – монологтық (дара адамның сөйлеуі), диалогтық (екі не бірнеше адамның сөйлесуі, әңгімелесуі), үнсіз (іштей) сөйлеу, жазба.

**Сөйлеудің қызметі** – коммуникативті, сигнификативті, экспрессивтік.

**Қиял** – бұрын қабылданған нәрселерді қайтадан өңдеп, жаңа образ жасауда көрінетін психикалық процесс.

**Қиялдың түрлері** – ырықсыз, ырықты, жасампаздық (қайта жасау, психармашылық)

«**Интуиция**» латын сөзі -шұғылданып қарау деген мағынаны білдіреді.

**Интуициялық процесс**–адам басында көптен бері жүрген мәселенің кенеттен, күтпеген жерден шешімін табуы, оған тиісті жауап алынуы.

**Қиялдың тәсілдері** – гипербола, атлүтинация (комбинация - қиыстыру), акцентировка, схематизация, типизация.

**Сезім** – адамның өзіне, өзге адамдарға, айналасындағы заттар мен құбылыстарға көңіл-күйінің қатынасын білдіретін және оларды бейнелейтін психикалық процесс.

**Эмоция дегеніміз** – адамның органикалық мұқтаждықтарын қанағаттандыру не қанағаттандырмауға байланысты туатын психикалық күйлер.

**Жоғары деңгейдегі сезімдер** – ақыл-ой (интеллектілік), эстетикалық, адамгершілік-моральдық сезімдер.

«Стресс» сөзі ағылшын тілінен аударғанда – зорлану, қысым жасау деген мағынаны білдіреді

**Стресс** – мұндай жағдай адамның мінез-құлқына да күшті әсер етіп, калыпты жағдайларды ауытқуға ұшыратады, ол бей-берекет қимыл-қозғалыстар жасайды

**Дистресс** – адамның психикалық процестері әдеттен тыс кәтеліктер жібереді, адам ашушаң, қызба болады және дистрестік күй адамның күш-қуатын, ақыл-ойын қожыратып, оған теріс ықпал етеді.

**Ерік дегеніміз** – адамның өз мінез-құлқын саналы түрде меңгере алу қабілеті.

**Еріктің амал кезеңдері** – мақсат және оған жетуге ұмтылу (дайындық кезең); мақсатқа жету мүмкіншіліктерін түсіну (мақсат кою); ниет-тілектердің пайда болуы; ниеттер тартысы және оның бірін қалау; тоқтамға келу үшін мүмкіншіліктердің бірін қалау; тоқтамға келген шешімді орындау.

**Ерік сапалары** – *жағымды сапалары*: табандылық, жігерлілік, батылдық, ұстамдылық, дербестік, сабырлылық, намыс, жауапкершілік және борыш сезімі; *жағымсыз сапалары*: тартыншақтық, қарсыласушылық, кикарлық, ынжықтық, жалқаулық және т.б.

**Темперамент** – нерв процестерінің күші, тепе-теңдігі, ауыспалылығы мен адамның жеке-дара мінез-құлқының жалпы динамикалық сипаты болып табылатын өзгешелігі.

**Жүйке-жүйесінің типтері** – *күшті тип*: күшті қозуы тежелуінен басым (ұстамсыз тип); күшті қозуы мен тежелуі тең (ширақ тип); *әлсіз тип*: күшті қозуы мен тежелуі тең (баяу тип).

**Темперамент типтері** – *холерик* (ұстамсыз тип, күшті, тең емес қозуы тежелуінен басым, шапшаң, белсенді, күйгелек); *сангвиник* (ширақ тип, күшті, тепе-тең, қозғалғыш, пысық, оңтайлы, бейімделгіш, тұрақсыз); *флегматик* (баяу тип, күшті, баяу қозғалады, ұстамды, сабырлы, кербез); *меланхолик* (әлсіз тип, әлсіз, сезімтал, тұйық, жасқаншақ).

**Мінез** – әрбір адамның жеке басына тән өзіндік психологиялық қасиеттер мен ерекшеліктердің жиынтығы.

**Мінездің құрылымы** – *мінездің тереңдігі* (адамның қоғам талаптарына орай көпшілікке, ұжымға, еңбекке деген қатынасын

блдіреді); *мінездің күші* (адамның жеке басының ерекшелігі, белсенділігі); *мінездің мәні* (табаңдылық, төзімділік, бейімделгіштік және т.б.).

**Мінез қасиеттері**— еңбекке байланысты қасиеттері (еңбексүйгіштік, адалдық, жауапкершілік, жалқаулық және т.б.); *ұжымға, адамдарға қатысты қасиеттер* (қайырымдылық, берекелілік, талап қоюшылық, асқақтық, менсінбеушілік және т.б.); *өзіне-өзінің қатынасы* (әркөкіректік, даңғойлық, тәкәппарлық, өзімшілдік және т.б.); *заттарға қатынасы* (ұқыптылық, салдыр-салақтық, ұқыпсыздық).

**Мінездер типологиясы** — истерикалық, компульсивтік (педант), мазохистік, атлетикалық, астеникалық, пикник, шизоидтар, циклоидтар және т.б. мінездер.

**Мінез акцентуациясы** — конституциональды-қозғыш топтағылар (үнемі көңілі көтеріңкі, белсенділігі жоғары), конституциональды-депрессивтік (сары уайымшыл) конституциональды-тонас (басты белгісі ақыл-ойы төмен), орнықсыз топ (сыртқы әсерге берілгіш), неврастеник тобы (секемшіл, күйгелгіш, аурулы), психоастеник топ (өте жасқаншақ), параноид тобы (талалқа қатаң, кекшіл, ызакор, әсіетшіл, өз пікірін дәлелдеуге бейім), эпилептоид топ (эмоциональдығы ұстамалы, жабысқақ, жәдігөй, басшылыққа ұмтылады, онысына жетуі сирек), истериод тобы (патологиялық өтірікші, фанаттар) және т.б.

**Қабілет дегеніміз** — мақсатқа бағытталған, тәлім-тәрбие жұмысына байланысты адамның бір іс-әрекетке ұйымдасқан түрде бейімделуі және оны нәтижелі етіп атқаруы.

**Қабілеттің құрылымы**—*а)* қоршаған ортамен белсенді қарым-қатынас; *б)* оқыту мен тәрбие; *бағыттылығы* (жалпы, арнаулы); *даму деңгейі* (талант, дарындылық, данышпандық).

**Нышан** — туа пайда болатын нәрсе, қабілеттің, дамуына негіз болатын анатомиялық физиологиялық нәсілдік ерекшеліктері

**Әуестену** — адамның дене және рухани күштерін жұмсай отырып, белгілі-бір іске берілуі, ден қоюы.

**Дебаттар** (французша *debat* — дауласу, сөз сөйлеу) — қандайда бір сұрақтар төңірегіндегі сөз айтысы.

**Дискуссия** (латынша *discussio* — зерттеу, қарастыру, талдау) — түрлі көзқарастарды салыстыра отырып, шындыққа жақын пікірді анықтау арқылы даулы мәселенің дұрыс шешімін табуды қарастыратын, көпшілік арасындағы дау.

**Диспут** (латынша *disputar* - талдау) – ғылыми, не қоғамдық тақырып бойынша ұйымдастырылатын көпшілік арасындағы дау.

**Дүниетаным** – қоғам мен адамзат ақыл-ойының дамуы жөніндегі көзқарастар жүйесі. Жеке адамның мінез-құлқы мен іс-әрекетін реттеуші қызметін атқарады.

**Еліктіру** (елігу) – басқа адамның мінез ерекшеліктерін қабылдаумен бірге оны қайта жаңғырту.

**Жиналыс** (отырыс) – топ немесе ұжым ішіндегі мәселелерді бірігіп шешу мен талқылау процесі. \*

**Идентификация** (латынша *identifiko* – ұқсату, ұқсастыру) – өзін басқа адамға ұқсатуды білдіретін қарапайым эмпирикалық құбылыс. Идентификация барысында адам өзін басқа адамның орнына қоя отырып, оны түсінуге ұмтылады.

**Интервью** – баспасөз, радио, теледидарға арналған бағдарламалар үшін тілшімен болатын сұхбат, немесе психологиялық мәселелерге байланысты сұрақтарға жауап жинау процесі;

**Интероспекция** – адамның өзін-өзі талдау, өзін-өзі байқау арқылы іс-қилығы мен әрекетін өзі түсініп және басқаларға түсіндіріп отыруға ұмтылуы.

**Интеракция** – қарым-қатынасқа қатысушылардың өзара әрекет алмасу арқылы бір-біріне ықпал етуі.

**Кәсіби компетенттілік** – маманның кәсіби дайындығының сапалы-лығы мен күнделікті өмір әрекетіне қатысты міндеттерді шеше білу қабілеттілігі.

**Коммуникация** – қарым-қатынасқа қатысушылардың бір-бірімен ақпарат алмасуы, білімі мен идеяларын, пікірі мен сезімін білдіру үрдісі.

**Көндіру** (суггестия) – бір адамның басқа адамға ешқандай нақты дәлелдерсіз эмоциялық-еріктік ықпал етуі. Көндіруге қарсы шығу жағдайы контрсуггестия деп аталады.

**Қызығу** — адамның объектіге, оның өмірлік мәні мен эмоциялық тартымдылық күшіне қарай таңдамалы қатынасы.

**Мотив** (түрткі) – адамның бағыттылығына ықпал етіп, оны итермелеп отыратындай себептер мен күштер.

**Өздік сана** – адам санасының ең жоғарғы көрсеткіші: «Мен-концепциясы» төңірегінде адамда өзі туралы, қажеттіліктері мен қылықтары, әлеуметтік қатынастары жайлы түсініктердің қалыптасуын білдіреді.

**Перцепция** – адамдардың бірін-бірі түсінуі мен қабылдауын білдіретін қарым-қатынас функциясы.

**Полемика** (ежелгі грекше polemikas — әскери, жау) – қарама-қарсы пікірлер күресі. Әр жақ өз пікірін дәлелдеп, қорғайды. Мақсаты — өз позициясына дәлелдеп, қарсы жақты жеңу.

**Прессе-конференция**–баспасөз, басқа да ақпарат таратушы ұйымдардың қатысуымен ұйымдастырылатын пікір алмасу процесі.

**Рефлексия** (латынша reflexio – кері байланыс) – адамдардың бір-бірін айнадағыдай қатынас сипатында түсініп-қабылдауын білдіретін екіжақты процесс.

**Риторика**– грек тілінен аударғанда «шешендік өнер» дегенді білдіреді, сөйлеу теориясы, сөйлеу өнері, сөйлеу шеберлігі сияқты білімдерді қарастырады.

**Сендіру** – ақпаратты қабылдаушыға логикалық дәлелдер арқылы әсер ету тәсілі.

**Талпыныс деңгейі** – адамның өз шамасы мен мүмкіндіктерін бағалауы арқылы алға ұмтылуы.

**Телефонмен сөйлесу** – вербальды емес коммуникация қолданылмай, тек ауызша жүргізілетін сөйлесу процесі.

**Шығармашылық** – іс-әрекет нәтижесінде бірінші рет, жаңадан жасалатын қоғамдық пайдасы бар іс.

**Іскерлік әңгіме** – белгілі бір ұйымдардың атынан сөйлесушілердің іскерлік мақсаттағы мәселелерді шешуге бағытталған әңгімесі, қарым-қатынасқа қатысушыларды белгілі бір шешім қабылдауға дейін жеткізетін пікірлер мен ой алмасу процесі.

**Іскерлік бағыттағы сөз сөйлеу** – бір тақырыптың көлемінде ой бөлісу, пікір алмасу.

**Іскерлік келіссөз** – нақты бір нәтижеге жету мақсатында қандай да бір мәселені талқылау процесі;

**Іскерлік қарым-қатынас** – қызмет бабындағы адамаралық байланыстарды дамытатын және іс-әрекет, ақпарат пен тәжірибе алмасуды қарастыратын көпқырлы күрделі процесс.

**Эмпатия** (грекше empatheia – жаны ашу) – адамның басқаға жаны ашуы арқылы сол адамның эмоциялық күйін басынан кешіруге қабілеттілігі.

## ҚОСЫМШАЛАР

### Арт терапияға сипаттама

Арт ағышында өнер деген мағынаны білдіреді, Theophrastus деген грек тілінде қамқорлық. Арт терапиялық әдісін пайдалануда сурет сала алу міндет емес. Бірақ нәтижесінде қабілеті басқа қасиеттермен ашылуы мүмкін. Бұл әдіс өзін-өзі тануға, бойындағы ашылмаған қасиеттерді жарыққа шығарып, жылдар бойы жинаған мәселелерден айығуға көмектесетін, психикалық әдістер арқылы қайшылықтарды қиналмай шешуге ықпалы зор. Олардың суретті қорқыныш пен жалғыздықтан, дөрекіліктен немесе өзін-өзі жария еткісі келетін сезімнен шығар жол таппай жүргенін көруге болады. Арт терапия тарихы ертеден басталады. А.Лоренцтің жазбасынан араб әлемінде жүрек гуруларына арналған госпитальдар 7 ғ. Ал Бағдатта 12 ғ. Каирде 13ғ. Онда адам ойын түрлі әңгімелер арқылы түрлі тәжірибелер жасалған. Арт-терапия жаттығулары адамдық сезімдерін, ойлары мен оқиғаларын, жеке адамдардың әдістері мен қарым-қатынастары, өзіне деген сенімі мен өзін-өзі бағалауын арттыратын қызмет атқарады.



## ҚОСЫМША

### Темпераментті ашықтауға арналған Айзенк сауалнамасы

Нұсқау: Сіздерге бірнеше сұрақтар беріледі. Әр сұраққа «ия» немесе «жоқ» деп жауап бересіз. Сұраққа жауапты ойланып қажеті жоқ, себебі, жақсы не жаман жауап болмайды.

1. Сіз барлығын ұмыту үшін жаңа әсер алуға жиі ұмтыласыз ба?
2. Өзіңізді түсінетін, қолдайтын достарыңыздың жаныңызда болғанын жиі қажетсінесіз бе?
3. Өзіңізді уайым-қайғысыз адам деп есентейсіз бе?
4. Өз райыңыздан қайтуыңыз қиын ба?
5. Өз істеріңізді асықпай, ойланып, іске бірден кіріспей, тосуды жөн көресіз бе?
6. Сізге тиімсіз болса да, өз уәдеңізде тұрасыз ба?
7. Сізде көңіл күйіңіз түсіп, тез көтерілуі жиі бола ма?
8. Сіз әдетте тез сөйлеп, тез қимылдайсыз ба?
9. Сізде еш себебісіз өзіңізді бақытсыз сезінетін кездер бола ма?
10. Сіз «бәстессеңіз» барлығына да барасыз ба?
11. Өзіңізге ұнайтын қарама-қарсы жыныс өкілімен танысудың алдында қысыласыз ба?
12. Кейде ашу үстіңде өзіңізге ие бола алмайтын жағдайлар кездесе ме?
13. Белгілі сәттерде еш ойланбай әрекет ететін уақыттар бола ма?
14. Солай босқа істедім немесе айттым деген өкініштер жиі бола ма?
15. Адамдармен кездесуде кітап оқығанды жөн көресіз бе?
16. Сіздің намысыңызға тию жеңіл екені рас па?
17. Компанияда жиі болғанды ұнатасыз ба?
18. Өзгелермен бөлісіңіз келмейтін ойлар жиі бола ма?
19. Кейде күш қуатыңыз көбейіп, қолыңыз күйіп тұрғандай, ал кейде шаршауды сезінетін сәттер бола ма?
20. Өз таныстарыңыздың аумағын тек ең жақын адамдармен ғана шектеуге ұмтылатын сәттер кездесе ме?
21. Жоң армандайсыз ба?
22. Сізге біреу айқайласа, сіз дәл солай жауап бересіз бе?
23. Өз әдептеріңіздің барлығын жақсы деп санайсыз ба?

24. Бір нәрсеге өзіңізді кінәлі сезінетін кездеріңіз жиі бола ма?
25. Кейде өз еркінізге бостандық беріп, көңілді компанияда алаңсыз көңіл көтере аласыз ба?
26. Сіздің жүйкеңіз шектен тыс жұқарып кететін сәттер жиі бола ма?
27. Еті тірі және көңілді адамға саналасыз ба?
28. Болар іс болып кеткен соң, оған қайта оралып, бірқатарын одан да жақсы істей алушы едім деген ойлар мазалай ма?
29. Үлкен компанияда болғанда өзіңіз тынышсызданасыз ба?
30. Естіген әңгімелеріңізді өзгелерге жиі жеткізесіз бе?
31. Түрлі ойлар мазалап, ұйықтай алмайтын сәттер бола ма?
32. Бір нәрсе жайлы білгіңіз келсе, өзгелерден сұрайсыз ба, әлде кітаптан табуға тырысасыз ба?
33. Жүрегіңіз тарсылдап кететін сәттер бола ма?
34. Ерекше назарды қажет ететін жұмыс ұнай ма?
35. Дірілдеп кететін сәттер жиі бола ма?
36. Сіз әрқашан шындықты айтасыз ба?
37. Бірін-бірі мазақтап отыратын ортада болу жайлы ма?
38. Сіз ашуланшақсыз ба?
39. Тез орындауды талап ететін жұмыстар ұнай ма?
40. Барлығы сәтті, әрі жемісті аяқталса да, жағымсыз жағдайлар мен қорқынышты оқиғалар болуы мүмкін екені жайлы ойлар жиі мазалай ма?
41. Қимыл-қозғалыстарда баяу, асықпайсыз ба?
42. Біреумен кездесуге, не жұмысқа келіңіз деген сәттеріңіз бола ма?
43. Қорқынышты оқиғалар түсіңізге жиі ене ме?
44. Сіз әңгімелескенді жақсы көріп, тіпті әр жаңа адаммен әңгімелесуді жібермейсіз бе?
45. Бір жеріңіз ауырып, мазаламай ма?
46. Достарыңызды көп көрмесеңіз қапаланасыз ба?
47. Сіз ашуланшақ адамсыз ба?
48. Сіздің таныстарыңыздың арасынан сізге мүлде ұнамайтындары бар ма?
49. Сіз өзіңізге өте сенімді адамсыз ба?
50. Сіздің жұмысыңызды немесе өз кемшіліктеріңізді сынау, сізде ашу шақыра ма?
51. Көп адам қатысқан іс шара нағыз қуаныш сезімін сыйлай ма?

52. Өзіңді өзгелерден төмен сезіну жиі бола ма?
53. Көңілсіз компанияға жандану тудыра аласыз ба?
54. Өзіңіз жете түсінбейтін мәселе жайлы әңгімеге қатысқан сәттер болды ма?
55. Өз денсаулығыңыз жайлы уайымдайсыз ба?
56. Өзгелерді мазақтағанды ұнатасыз ба?
57. Ұйқыңыз жиі қаша ма?

Жауабыңызға рахмет!

**1. Жетістік мотивациясы және сәтсіздіктен қорқу.**

(А.Резан әдістемесі)

Жетістікті дәлелдеу қазіргі нарық қоғамында өте маңызды болып табылады. Тест жетістік мотивациясының динамикасын анықтауға және жасқаншық пен ұялшақтықты жеңуге көмектеседі.

**Студенттерге нұсқау.**

Сіздерге 20 сұрақ-пікірлер берілген. Егер сіз пікірді мақұлдасаңыз, онда «иә» деп белгілеңіз, ал егер келіспесеңіз «жоқ» деп белгілеңіз.

Сұрақтарға тез жауап беру керек. Әдеттегідей, ойға келген бірінші жауап дұрыс болады.

Пікірлер	Жауап «иә» немесе жоқ»
1. Жұмысқа кіріскенде сіз, әдеттегідей, жетістікке оптимистік көзқараспен қарйсыз.	
2. Іс-әрекетте белсендіңіз.	
3. Бастама білдіруге бейімсіз.	
4. Жауапкершілікті талап ететін тапсырмаларды орындаған кезде, мүмкіндігімізге олардан бас тарту жолдарын іздестіремін.	
5. Әр уақытта: не оңай істі қалаймын, не өте қиын орындалуы мүмкін емес істерді таңдаймын.	
6. Қиыншылықтарды кездестірген кезде, олардан шығу жолдарын іздестіремін.	
7. Жетістік пен сәтсіздік кезектескенде өзімді бағалауға тырысамын.	
8. Істеген ісімнің табысты болуы – сыртқы қадағалауға емес, тек өзімнің мақсаттылығыма байланысты.	
9. Қиын тапсырмаларды орындағанда уақыт шектеулі болса, нәтижесі нашарлайды.	
10. Мақсатыма жету үшін табандылық көрсетемін.	
11. Болашақта орындайтын істі жоспарлауға тырысамын.	
12. Тәуекелге барсам, ақыға саламын.	

13. Мақсатымды орындаған кезде аса табандылық көрсетпеймін, әсіресе сыртқы бақылау болмаса.	
14. Алдыма реалистік емес мақсаттарды қойғанша, ниетімді жағынан орташа мақсаттарды қалаймын.	
15. Белгілі бір тапсырманы орындағанда сәтсіздікке ұшырасам, осы тапсырмаға деген қызығушылығым төмендейді.	
16. Өзімнің сәтсіздіктерімді бағалауға тырысамын.	
17. Жасақта орындайтын істерді ғана жоюармаймын.	
18. Белгілі бір жұмыста уақыт шектеулі болса, нәтижесі табысты болады.	
19. Сәтсіздікке ұшыраған кезде орындайтын ісімнен бас тартмайын.	
20. Егер тапсырманы өзің тандасаң, сәтсіздікке ұшыраған кезде, күлшыныс одан әрі артады.	

#### Жауаптардың кілті.

«Иә» жауабы: 1,2,3,6,8,10,11,12,14,16,18,19,20.

«Жоқ» жауабы: 4,5,7,9,13,15,17.

#### Талдау.

Әрбір кілтпен сәйкес келген жауапқа 1 балл қойылады. Бүкіл балды санайды.

Егер жинаған балдардың саны 1-ден 7-ге дейін болса, онда бұл сәтсіздік мотивациясы бөлініп табылады. Сәтсіздік мотивациясы кері (негативтік) мотивацияға жатады. Мотивацияның мұндай түрінде адамның белсенділігі сәтсіздіктен, жазалаудан құтылу қажеттілігінен туындайды. Істі бастар кезде адам алдын ала сәтсіздікке ұшырауынан қорқиды, жетістікке жету жолдарын іздестірмей, бұл гипотетикалық сәтсіздіктен құтылу жолдарын іздейді. Бұл адамдар қандай болса да істі бастамай тұрып, оны орындай алмаймын деп тұрады. Олар әр уақытта алаңдап, сәтсіздіктен қалай құтыламын деп, жетістікке жету жолын іздестірмейді. Ол күштеріне сенбейді, істі дұрыс жасамаймын деп мақалаланып тұрады, сондықтан оларды үрей білсіп тұрады.

14-20 балл жинағандар жетістікті қалайды. Жетістік мотивациясы жағымды (позитивтік) мотивацияға жатады. Мұндай мотивацияда адам істі бастар кезде, жағымды, оң нәтиже күтеді. Адамның белсенділігі негізінде жетістікке деген үміт және

жетістікке жету қажеттілігі тұрады. Мұндай адамдар әдеттегідей, өзіне сенімді, жауапкершілігі мол, бастама білдіруге бейім және белсенді болады. Оларды басқалардан мақсатына жету жолындағы табандылық және мақсаттылығы ажыратады.

Егер 8-ден 13-ке дейін балл жинасаңыз, онда мотивациялық полюс анық бейнелінбеген. Мұнда ескеретін жайт, балл саны 8-ден 9-ға дейін болса, онда сәтсіздік мотивациясы басым, ал егер балл саны 12-ден 13-ке дейін болса, онда жетістік мотивациясы басым.

**Тұлғалық және реактивтік алаңдауды анықтау әдістемесі.**

(Ч.Д.Ситилберг, Ю.Л.Ханина әдістемесі)

Бұл тест адамның қазіргі кезеңдегі алаңдау деңгейін (реактивтік алаңдау психикалық кейін ретінде) және жеке тұлғалық алаңдау деңгейін (адамның тұрақты мінездемесі ретінде) анықтауға арналған.

Тұлғалық алаңдау көптеген жағдайларда үрей, қорқыныш сезімімен қабалдауды сипаттайды. Реактивтік алаңдау қызумен, ішкі шешелісімен, мазалау, әуреленумен сипатталады. Өте күшті реактивтік алаңдау зейінің, координацияның бұзылуына әкеп соқтырады. Өте күшті алаңдау эмоциялық стрестермен және психосоматикалық аурулармен тығыз байланысты.

Алайда алаңдау бастапқыда негативтік сипатқа жатпайды. Алаңдаудың белгілі бір деңгейі – белсенді тұлғаның маңызды арқашылығы болып табылады. Сонымен бірге «жағымды алаңдаудың» оптималдық индивидуалды деңгейі бар.

**Мақсаты.** Қазіргі кезеңдегі алаңдау деңгейін (реактивтік алаңдау) және адамның тұрақты сипаты ретінде алаңдау деңгейін (тұлғалық алаңдау) зерттеу.

**Зерттеу реті.** Әдістеменің мәтінін зерттеуші оқиды немесе жауап берушілерге алдын ала қолға беріледі. Тест 2 бағанадан тұрады. Әр бағана жеке реактивтік және тұлғалық алаңдауды бағалайтын 20 пікірлерден тұрады. Жауап берушілер. 1-ші бағанадағы сұрақтарға (№1-20) жауап бергенде, 4 нұсқаның біреуін таңдайды: 1) «Жоқ»; 2) Жиірек «жоқ»; 3) Жиірек «Иә»; 4) «Иә». 2-ші бағанадағы сұрақтардың ( № 21-40) нұсқалары өзгеше: 1) оқиған; 2) кейде; 3) жиі; 4) әр уақытта.

**Студенттерге нұсқау.** Сіздерге бірқатар пікірлер ұсынылған. Оларды оқып таныпты оқып, 4 нұсқаның біреуін таңдаңыз. 1-ден 20-ға дейінгі пікірлердің жауаптары мынадай: 1) «Жоқ»; 2) Жиірек «жоқ»; 3) Жиірек «Иә»; 4) «Иә». Келесі 20 пікірге ( № 21-40) жауаптары басқа: 1) оқиған; 2) кейде; 3) жиі; 4) әр уақытта.

1-бөлім.

Пікірлер	Жоқ	Жиірек «жоқ»	Жиірек «Иә»	Иә
1. Мен сабырлымын.				
2. Маған ешқандай қауіп жоқ.				
3. Мен қиналып тұрмын.				
4. Мен өкініп тұрмын.				
5. Мен өзімді еркін сеземін.				
6. Мен ренжіп тұрмын.				
7. Мені мүмкін болатын сәтсіздіктер мазалайды.				
8. Мен өзімді демалғандай сеземін.				
9. Мен қобалжудамын.				
10. Мен өзімнің ішкі сезіміме қанағаттанамын.				
11. Мен өз-өзіме сенімдімін.				
12. Мен алаңдап тұрмын.				
13. Мен өзіме орын таппай тұрмын.				
14. Мен қатты толғанып тұрмын.				
15. Мен ұялпақтықты сезіп тұрған жоқпын.				
16. Мен өзіме ризамын.				
17. Мен уайымдап тұрмын.				
18. Мен мазасызданып тұрмын.				
19. Мен қуаныштамын.				
20. Маған өте жақсы.				

2-бөлім

Пікірлер	Ешқашан	Кейде	Жиі	Әр уақытта
21. Мен ләззатқа батып тұрмын.				
22. Мен тез шаршамаймын.				
23. Мені жылату оңай.				
24. Басқалар сияқты бақытты болғым келеді.				
25. Тез шешім қабылдағандықтан, жөніліп қаламын.				
26. Өзімді көтеріңкі сезінемін.				
27. Мен сабырлымын, байсалдымын.				
28. Алдағы қиыншылықтар мені қобалжытады.				
29. Мен не болса соған абыржимын.				
30. Мен бақыттымын.				



11. Мен барлығын жүрекке жақын қабылдаймын.				
12. Маған өзіме деген сенімділік өтпесейді.				
13. Маған қауіп жоқ дел сеземін.				
14. Мен күрделі жағдайлардан құтылу жолдарын іздеймін.				
15. Мен қатты қайғырамын.				
16. Мен ризамын.				
17. Жай заттарға алаңдамаймын.				
18. Мен ұшыраған сәтсіздікті көпке дейін ұмыта алмаймын.				
19. Мен байсалдымын.				
20. Мен жұмыс жайында қатты қобанжымын.				

### Жауаптардың интерпретациясы.

Жауаптардың ортақ саны есептеледі: № 3,4,6,7,9,12,13,14,17,18, яғни E1, одан кейін: № 1,2,5,8,10,11,15,16,19,20, яғни E2.

**Жеке тұлғаның беталысын анықтау.**

(Б.Басстың сауалнамасы)

Сауалнама 27 пікірден тұрады. Олардың әрқайсысына тұлға беталысының үш түріне сәйкес үш жауап нұсқасы берілген. Респондент өз пікіріне жақын немесе шындыққа лайық жауаптың біреуін және керісінше өзінің пікірінен алыс немесе шындыққа лайық емес бір жауапты таңдау керек. «Иә» жауабына – 2 балл, «аздап» жауабына – 0 балл, ал таңдалмай қалғанына – 1 балл.

Әдістеме арқылы жеке тұлғаның келесі беталыстары анықталады: «өзіме» (Мен), «қарым-қатынасқа» -(Қ), «Жұмысқа» (Ж).

**Студенттерге нұсқау.** Сауалнама 27 пікірден тұрады. Олардың әрқайсысы 3 жауаптан тұрады: А,Б,В.

1. Жауаптардың ішінен сұрақ бойынша өзіңіздің көзқарасыңызға жақынын таңдаңыз. Мүмкін кейбір сұрақтар сізге бірдей болып көрінеді. Дегенмен барлық жауаптардың ішінен өзіңізге ыңғайлысын, тиімдісін таңдауыңызды сұраймыз. Жауап белгіленген әріпті «Көбінесе» рубрикасына қойыңыз.

2. Кейін жауаптардың ішінен өзіңіздің пікіріңізге, көзқарасыңызға онша жақын емес жауапты таңдаңыз. Таңдаған әріпті «Аздап» рубрикасында белгілеңіз.

3. Осылай әр сұраққа жауап беру үшін сіз екі әріпті қолданасыз. Қалған жауаптар ешқайда жазылмайды.

Шын ниетпен жауап беруге тырысыңыз.

Сұрақтарға тиянақты жауап беріп, кәте жіберген жерді түзетіңіз.

№	Пікірлер	Көбінесе	Аздап
1.	Мен өте қанағаттанамын: А менің жұмыстарымды мақтаса; Б жұмысты жақсы орындағаннан; В менің қасымдағы достарымнан.		
2.	Мен футбол (волейбол, баскетбол) ойнасам: А жақсы тактикалық тренер; Б атақты ойыншы; В команданың капитаны болар едім.		
3.	Менің ойымша жақсы педагог: А оқушыларға қызығушылық танытып, оқушымен тез		

Б	тіл табыса алады;		
В	оқушылардың пәнге деген қызығушылығын оятады; ұжымда әрбір оқушы өз пікірін еркін айта алатындай атмосфера ұйымдастырады.		
4.	Маған мынадай адамдар ұнайды:		
А	біткен істеріне қуанса;		
Б	ұжымда қызығушылықпен жұмыс істесе;		
В	өздерінің жұмыстарын бәрінен жақсы орындаса.		
5.	Менің достарым осындай болғанды қалаймын:		
А	ақкөңілді, мүмкіндігінше адамдарға көмекке келсе;		
Б	маған адал, берілген болса;		
В	ақылды, тартымды адамдар болса.		
6.	Өте жақсы достар деп:		
А	өзге жақсы қарым-қатынастағы адамдарды;		
Б	Әр уақытта арқа сүйеуге болатын адамдарды;		
В	өмірде өте көп жетістіктерге жеткен адамдарды санаймын.		
7.	Маған өте ұнамайды.		
А	мен ешнәрсені орындай алмасам;		
Б	жолдастарыммен қарым-қатынасым бұзылса;		
В	мені сынағанда.		
8.	Менің ойымша өте жаман, егер педагог:		
А	кейбір оқушыларының ұнамайтынын жасырмай,		
Б	оларды мазақтап, күлсе;		
В	ұжымда бәсекелестік рухын қолдаса; өзінің пәнін жетік білмесе.		
9.	Балалық шақта маған өте ұнады:		
А	достарыммен бірге жүрген;		
Б	жұмыстың орындалғанын сезсем;		
В	мені мақтаған кезде.		
10.	Мен мынадай адамдарға ұқсас болғым келеді:		
А	өмірде табысқа жеткендер;		
Б	өзінің жұмысына қызығушылық тақытатындарға;		
В	адамгершілігі мен досты қасиеті мол адамдарға.		
11.	Мектептің бірінші міндеті:		
А	оқушыларды өмірде қойылатын міндеттерді шеше		
Б	білуге үйрету;		
В	оқушының жеке қасиеттерін дамыту; оқушыларды адамдармен қарым-қатынасқа түсе білуге үйрету.		
12.	Егер де менде көп бос уақыт болса:		
А	мен достарыммен араласам;		
Б	демалып, көңіл көтеремін;		
В	сүйісі істеріммен айналысып, білімімді көтеремін.		

13.	Мен көбірек табысқа жетем, егер: А өзіме ұнайтын адамдармен жұмыс істесем; Б менің жұмысым тартымды болса; В еңбегім жақсы бағаланса.		
14.	Менің ұнататыным: А өзге адамдар мені бағаласа; Б өзімнің жұмысымнан ләззат алсам; В достарымен жақсы уақытты өткізсем.		
15.	Мен туралы газетке жазса, маған ұнайды: А мен қатысқан қызықты жұмыс, спорт, оқу және т.б. Б туралы жазылса; В менің еңбегім туралы жазылса; менің жұмыс істеп жүрген ұжымым жайлы жазса.		
16.	Мен жақсы оқитын едім, егер педагог: А менімен жекелей жұмыс істесе; Б пәнге деген қызығушылымымды оята алса; В оқылатын мәселелерді ұжыммен талқыласа.		
17.	Мен үшін өте жаман: А менің намысымды қорласа; Б маңызды істе сәтсіздікке ұшырасам; В достарымнан айырылсам.		
18.	Мен өте бағалаймын: А табысты; Б бірлесіп істеген жақсы жұмысты; В тапқырлық, ақыл мен батылдықты.		
19.	Мынандай адамдарды ұнатпаймын: А өздерін бәрінен төмен санайтын; Б жиі ұрысып, жанжалдасатын; В жаңалықтардың бәріне қарсы болатын.		
20.	Маған ұнайды: А қоғамға пайдалы жұмыспен айналыссам; Б достарым өте көп болса; В бәрі мені ұнатып тұрса.		
21.	Менің ойымша жетекші адам: А қарапайым; Б беделді; В қатаң-талапты болуы керек.		
22.	Бос уақытымда мынандай кітаптарды оқитын едім: А достарды қалай табуға болады және адамдармен жақсы қарым-қатынасты орнату туралы; Б әйгілі адамдардың өмірі туралы; В ғылым мен техниканың соңғы жетістіктері жайлы.		
23.	Егер музыка өнеріне қабілетім болса: А мен дирижер болам;		

Б	композитор болам;		
В	әллі болам.		
24.	Менің мына істерді істегім келеді:		
А	қызықты конкурс ойласам;		
Б	конкурсты жеңсем;		
В	конкурсты ұйымдастырып, басшылық етсем.		
25.	Менің ең қатты білгім келетінім:		
А	мен не істегім келеді;		
Б	мақсатқа қалай жетуге болады;		
В	мақсатқа жету үшін адамдарды қалай ұйымдастырсам болады.		
26.	Адам әр уақытта ұмтылу керек:		
А	өзге адамдардың мақтанышы болуға;		
Б	ең бірінші өз мәселесін шешуге;		
В	оны істеген жұмысына жазғырмаса.		
27.	Бос уақытымда жақсы демаламын:		
А	достарыммен бірге болсам;		
Б	көңіл көтеретін фильм көрсем;		
В	өзімнің сүйікті ісіммен айналыссам.		

*Кілімі*

№	Мен	Қ	Ж
1	А	В	Б
2	Б	В	А
3	А	В	Б
4	В	Б	А
5	Б	А	В
6	В	А	Б
7	В	Б	А
8	А	Б	В
9	В	А	Б
10	А	В	Б
11	Б	А	В
12	Б	А	В
13	В	А	Б
14	А	Б	В
15	Б	В	А
16	А	В	Б
17	А	В	Б
18	А	Б	В
19	А	Б	В

20	В	Б	А
21	Б	А	В
22	Б	А	В
23	В	А	Б
24	Б	В	А
25	А	В	Б
26	А	А	Б
27	Б	А	В

### Жауаптардың интерпретациясы

Жауаптарды кілтпен сәйкестендіріп, жеке тұлғаның беталыс түрлерін (Мен,Қ,Ж) анықтайтын жауаптардың санын шығарыңыз.

1. Өзіме деген беталыс (Мен) – мадақтауды талап етіп, мәртебеге жету үшін зорлық көрсетеді, өктем болады, бәсекелестікке жақын тұрады, ашуланшақ, алаңдаушылық.

2. Қарым-қатынасқа беталыс (Қ) – қандай жағдай болмасын адамдармен қатынаста болу, бірлесіп қызмет істеу, әлеуметтік қолдауға ұмтылу, топқа тәуелді болу, адамдармен эмоциялық қарым-қатынасты қажетсінеді.

3. Жұмысқа беталыс (Ж) – жұмыста кездесетін мәселелерді шешуге, жұмысты тиянақты орындауға, іскерлік, бірлестікке ұмтылады, жұмысты табысты бітіру үшін, мақсатқа жету үшін өзінің пікір-ойын дәлелдейді.

## ҚОСЫМША

### Мінез-құлқына байланысты өзін бағалауын анықтау 1-бөлім Сауалнама мәтіні

Құттықтама	Жауап түрлері			
	Жоқ	Болмауы мүмкін	Болуы мүмкін	Иә
1. Мен салмақтымын.				
2. Маған ешқандай қауіп төніп тұрған жоқ				
3. Мен қысылып отырмын				
4. Мен өкінемін.				
5. Мен өзімді еркін сезінемін				
6. Мен қаналымын				
7. Мені кездесер сәтсіздік қобалжытады.				
8. Мен дем алғандай сезінемін				
9. Мен мазасызбын.				
10. Мен ішкі қанағаттануды сезінемін				
11. Мен өзіме сенімдімін.				
12. Мен аңуланып отырмын.				
13. Мен өзімді қоярға жер таппаймын				
14. Мен күйгелекпін				
15. Мен ыңғайсыздықты, қысылуды сезінбеймін.				
16. Мен ризамын				
17. Мен уайымшымын.				
18. Қатты толқығандықтан өзімді ыңғайсыз сезініп отырмын.				
19. Мен қуаныштымын				
20. Мен жақсы сезімдемін				

## ӨСБК сауалнамасы

1.Өзін жақсы сезіну	3	2	1	0	1	2	3	Өзін жаман сезіну
2.Өзімді күшті сезінемін	3	2	1	0	1	2	3	Өзімді жақсы сезіну
3.Енжар	3	2	1	0	1	2	3	Белсенді
4.Қозғалмайтын	3	2	1	0	1	2	3	Қозғалғыш
5.Жайдары	3	2	1	0	1	2	3	Көңілсіз
6.Жақсы көңіл-күй	3	2	1	0	1	2	3	Нашар көңіл-күй
7.Жұмысқа қабілетті	3	2	1	0	1	2	3	Ықпалсыз
8.Күшке толы	3	2	1	0	1	2	3	Дәрменсіз
9.Баяу	3	2	1	0	1	2	3	Шапшаң
10.Әрекетсіз	3	2	1	0	1	2	3	Әрекетті
11.Бақытты	3	2	1	0	1	2	3	Бақытсыз
12.Емен –жарқын	3	2	1	0	1	2	3	Жабырқау
13.Ширақ	3	2	1	0	1	2	3	Жәй
14.Дені сау	3	2	1	0	1	2	3	Ауру
15.Зауқы жоқ	3	2	1	0	1	2	3	Әуестенгіш
16. Немқұрайлы	3	2	1	0	1	2	3	Абыржығыш
17.Шаттанған	3	2	1	0	1	2	3	Жабырқаңқы
18.Қуанышты	3	2	1	0	1	2	3	Қайғылы
19.Демалған	3	2	1	0	1	2	3	Шаршаған
20.Жаңадан	3	2	1	0	1	2	3	Діңкелеген
21.Ұйқылы	3	2	1	0	1	2	3	Желіккен
22.Демалғысы келу.	3	2	1	0	1	2	3	Жұмыс істегісі келу
23.Сабырлы	3	2	1	0	1	2	3	Сабырсыз
24.Оптимистік	3	2	1	0	1	2	3	Пессимист
25.Төзімді	3	2	1	0	1	2	3	Төзімсіз
26.Сирек	3	2	1	0	1	2	3	Босаң
27.Тез қабылдамау	3	2	1	0	1	2	3	Тез қабылдау
28.Зейінсіз	3	2	1	0	1	2	3	Зейінді
29.Үмітке толы	3	2	1	0	1	2	3	Көңілі қалған
30.Ырза	3	2	1	0	1	2	3	Ырза емес



*Оли - өлі қабылдау мезесі*

1	4
2	3
3	4
4	3
5	4
6	4
7	2 (4)
8	1
9	2
10	4
11	3
12	1
13	3
14	2
15	3
16	3
17	4
18	5
19	2 (4)
20	3
21	2(4)
22	3
23	4
24	3
25	2(4)
26	2
27	3
28	2
29	2
30	2
31	3
32	2(4)
33	2
34	4
35	5
36	1
	112

**«Мінез өлшемдері» (Шмишек ұсынған)  
(Мінез-құлық акцентуациясына тест)**

Кез-келген адамның мейірімділік, принципшілдік, мақсатқа бағыттаушылық және т.б. бірде ерекше көрінетін, бірде бірқалыпты көрініс беретін тұлғалық сипаттарын анықтауға болады.

Егер адамда тұлғалық сипаты ерекше, анық байқалса, бұл мінез-құлық акцентуациясы немесе тұлғаның психотипі деп аталады.

Егер мінез-құлық қасиеті, тұлға акцентуациясында нақты байқалса, қоғамда өмір сүруге кедергі келтірсе, бұл ауытқушылық.

К.Леонград «... акцентуация – бұл дара сипаттар, алайда ол аптологиялық жағдайға көпшіге бейім болады», - деп көрсетеді.

Әдетте, біз 13 акцентуация типіне, яғни психотиптердің - айқын көріну-лерін бөліп көрсетеміз.

**Нұсқау:** Сіздерге таблица берілген. Әр клеткаға (1-104) өз жауаптарыңызды солдан оңға қарай жазыңыздар. Тест сұрақтарына жауап беру барысында келісу, келіспеулеріңізді келесі балдармен жазыңыздар:

+2 - өте дұрыс, мен әдетте солай істеймін;

+1 - дұрыс, алайда кейде өзгеше болуы мүмкін;

-0 -- қиналамын;

-1 - дұрыс емес, алайда мұндай жағдайлар кездесіп қалады;

-2 - мүлде дұрыс емес, мен бұлай ешқашан істемеймін.

Тесті орындауға 35-40 минут берілді.

**Сұрақтар:**

1. Мен бейтаныс адамдарға ешқашан сенбеймін, бұған бірнеше рет көзім жетті.

2. Мен бірнеше адамдардың пайда үшін дос болатынына көзім жетті.

3. Әрқашан өзімді сергек, күшті сезінемін. Сондықтан менің көңіл-күйім әрқашан жақсы.

4. Өзімді сезінуім айналадағылардың қатынасына байланысты.

5. Жалғыз қалғанда көңіл-күйім жақсарады.

6. Егер таңертең ерте тұру қажет болса, мен тыныш ұйықтай алмаймын.

7. Сәл жағымсыз жағдайлар мені қатты ренжітеді, реніш пен тынымсыздықтан соң өзімді жағымсыз сезінемін.

8. Менде нашар, тынымсыз ұйқы жиі кездеседі, жаман түстер көремін, таңертең мен үшін ауыр мезгіл.

9. Менің көңіл-күйім айналадағы адамдардың көңіл-күйіне байланысты.

10. Достарыммен екі жаққа кету барысында, мен көп уақыт сағынып жүрмеймін, жаңа достар тауып аламын.

11. Түнде нашар ұйықтайтындықтан, күндіз ұйқым келіп, ашуланшақ боламын.

12. Менің көңіл-күйім сәл нәрселерден тез өзгереді.

13. Бір апта жақсы көңіл-күйде болсам, келесі апта пәс көңіл-күймен алмасып отырады.

14. Адамда үлкен, нақты мақсат болып, соған жету үшін өмір сүру керек.

15. Кейде менде нашар көңіл-күй орнап, ашуланшақтық, сағыныш сезімді тудырады.

16. Мен аз ұйықтаймын, бірақ таңертең сергек, көңілді оянамын.

17. Менің көңіл-күйім өзім отырған ортаға байланысты.

18. Жалпы модаға үнемі ілеспеймін, өзіме ұнайтындарды киемін.

19. Нашар көңіл-күйлер мен толғаныстар мен жағымсыздықты күтуден болады.

20. Кейде мен бөтен адамдардың көзінше тамақ ішуге ұяламын, шектен тыс сезімталмын.

21. Мен үнемі ақша жетпей қалады деп қорқамын қағаз алуды жақсы көрмеймін.

22. Мен айналадағылардың ішінен тым өзгеше бөлектену дұрыс емес деп есептемеймін.

23. Мен тез танысып кетемін.

24. Өз киімім жайлы аз ойлаймын.

25. Бір күні көңілді, қуанышты оянамын да, екінші күні себепсіз-ақ шаршап, көңілсіз тұрамын.

26. Кей мезгілде тәбетім өте жоғары, кейде мүлде ештеңе жей алмаймын.

27. Өмір мені достарымның өзіне тым ашыла бермеуге үйретті.

28. мен қатты ұйықтаймын, бірақ кейде қорқынышты, жаман түстер көремін.

29. Мен дәмді, ерекше тағамдар жегенді ұнатамын, алдын ала бәрін жұмсауды жек көремін.

30. Менің түсім әр түрлі оқиғаларға бай.

31. Мен жанымды түсінетін дос таба алмай жүрмін, мені түсінбейтіндері үшін киналамын, айналадағылардан аулақ жүремін.

32. Менің көңіл-күйім әр түрлі жағымсыз жағдайлар, өзіме сенімсіздіктен, жақын адамдар үшін уайымдаудан бұзылады.

33. Менен біреу қарыз алса, оны естеріне салуға ұяламын.

34. Айналадағылар мені жек көретін тәрізді.

35. Жаңа адаммен таныспас бұрын бұл қандай адам, айналадағылар ол туралы не айтатынын білгім келеді.

36. Мен адамдар арасында жалғыздық келеді, жалғыздықты ұнатпаймын.

37. Болашақта мені денсаулығым қатты толғандырады, ата-аналарыма кішкентай кезімде аз назар аударғансыздар деп ренжимін.

38. Мен өзіме жарасымды киінемін.

39. Кейде шулы ортаны ұнатамын, кейде жалғыздықты сүйемін.

40. Мен кейде қайғылы, әлсіз боламын да, кейде қатыгез, ашушаң күйге түсемін.

41. Мені алдауды кешірмес едім.

42. Кез-келген жағдайда адамдармен жеңіл жақындасамын, көп досым болғанды ұнатамын және оларды жақсы көремін.

43. Мен ашық, ерекше киімдерді ұнатамын.

44. Мен жалғыздықты сүйемін, өз сәтсіздіктерімде өзім ғана толғанамын.

45. Мен барлығын жүз ойланып, жүз толғанып шешемін.

46. Менің ұялшақтығым өзім қалаған адамдармен достасуға кедергі етеді.

47. Мен жаңа таныстықтан қашамын, маған шешемі қабылдағыштық жетіспейді.

48. Айналадағылар мен жайлы жаман айтпайтындай өмір сүруге тырысамын.

49. Болашақ өмірім жайлы көп ойланғанды және барлық шығындарды алдын-ала есептеуді ұнатпаймын.

50. Өзім өзімді ауру адам тәрізді сезінемін, сондықтан достарды қажетсінбеймін де.

51. Кейде ақшаға жеңіл қарап, оларды еркін ұстай беремін, ал кей уақытта ақшасыз қалуға қорқамын.

52. Бір мезгілде маған адамдар ұнайды, кейде олардан шаршаймын.

53. Жаңа нәрселерден маған өз принциптерім мен қызығушылықтарыма сәйкестері ғана тартады.

54. Мен үшін ең бастысы киім ыңғайлы, таза болғаны.

55. Болашақта жоспарларым мен тілектерім орындалатынына сенімдімін.

56. Өзіме ерекше көңілмен қарайтын достарды жөн көремін.

57. Мен өзгеше бір нәрсе ойлап тапқанды, өзгерткенді, ешкімге ұқсамағанды сүйемін.

58. Костюмім дұрыс емес деп, жиі ыңғайсызданамын.

59. Мен жалғыздықтан қорқамын, кейде жалғыз қалып қоятын сәттерім де болады.

60. Жалғыз болғанда өзімді жайлы сезінемін.

61. Кез-келген адам ұжымнан бөлінбеу керек деп ойлаймын.

62. Өзгерістерді және өмірдің түрленіп тұрғанын ұнатамын.

63. Адамдар қоғамы мені тез шаршатып, ашуландырады.

64. Барлық ережелерді сақтау кезеңдері, өзімді немқұрайлылығы үшін кінәлайтын кезеңмен ауысып отырады.

65. Кейде өзім-өзіме ұнамаймын, ал кейде өзімнің шешімсіз, сөзқос күйіме налимын.

66. Мен жалғыздықтан қорықпаймын, өз сәтсіздіктеріме өзім ғана уайымдаймын, өзгедерден көмек те күтпеймін.

67. Мен ақшаға өте ұқыптымын, ақша жетпей қалса, ренжіп, уайымдаймын.

68. Мен өмірдегі өзгерістерді ұнатамын — жаңа әсерлер, жаңа адамдар айналадағы жаңа жағдай.

69. Жалғыздықты жек көремін, үнемі адамдар арасында болғанды ұнатамын, айналадағылардың маған көп назар аударғанын бағалаймын.

70. Күнделікті өмірде маған деген қамқорлықты қабылдаймын, бірақ менің ішкі дүниеме үңілгенді жек көремін.

71. Мен дұрыс істедім бе, не жасадым ба деп ұзақ ойлаймын.

72. Мені заң бұзушы ретінде қателесіп қабылдай ма деп жиі қорқамын.

73. Мен сәтсіздіктеріме өкініп, өзімді жиі кінәлаймын, болашақ мен үшін көңілсіз, мағынасыз.

74. Болашағым жақсы болу үшін өмір сүруге тырысамын.

75. Сәтсіздіктерде алысқа қашып кетіп, қайтып оралғым көкпейді.

76. Бейтаныс адамдарды ұнатпаймын, жақын адамдарға үйреніп алғанмын.

77. Мен тез ұрсысамын, алайда тез тағуласамын.

78. Кей жағдайда бәрінен бірінші болғым келеді, ал кейде бұл мені жалықтырады.

79. Мен болашақта өзімнің дұрыс істегенімді бәріне дәлелдейтініме сенімдімін.

80. Қатаң тәртіпті ұнатамын, өзгелерге тәртіп пен ережелерді үйреткен ұнайды.

81. Қызықты оқиғаларды жақсы көремін, тіпті қауіпті оқиғалар да ұнайды.

82. Қызықты және қауіпті оқиғаларда егер маған басты роль берілсе, жақсы көремін.

83. Өзгелерге қамқор болғанды ұнатамын.

84. Жалғыз отырғанда киялымдағы адаммен әңгімелескенді ұнатамын, болашақта болуы мүмкін жағымсыз жағдайлар жайында ойлаймын.

85. Жаңа нәрселер мені тартады, алайда олар жайлы уайымдаймын, сәтсіздіктер мені уайымға алып келеді.

86. Мен өмірде болатын жаңа өзгерістерден қорқамын.

87. Беделді адамдардың артынан еркін еріп кетемін.

88. Кейбір адамдарға мен бағынамын, кейбіреулерге өзім команда беремін.

89. Менің денсаулығыма қатысты кеңестерді жан-тәніммен тыңдаймын.

90. Кейде бейтаныс адамның өзі маған сенімді, әрі сүйкімді көрінеді.

91. Кей жағдайда менің болашағым жарқын тәрізді, кейде көңісіз сияқты.

92. Әрқашан мені тыңдайтын, менің беделімді мойындайтын адамдар табылады.

93. Менің сәтсіздіктеріме кінәлі адамдар кездессе мен міндетті түрде өш аламын.

94. Қызықты істер барысында заң мен ережелер айналып өтеді деп есептеймін.

95. Мен әрқашанда бірінші болғым келеді, маған ерік дегенді мен артымнан ергендерді жақсы көремін.

96. Мен өзіме сын айтқандарды, қарсылық білдіргендерді тыңдамаймын, өзім айтқаным бойынша істеймін.

97. Егер сәтсіздік туа қалса, мені дұрыс емес істегенімді табуға тырысамын.

98. Балалық шағымда мен өкпешіл, сезімтал болғанмын.

99. Мен адамдарға команда бергенді сүймеймін, ауанкершіліктен қорқамын.

100. Көп адамдардан ешқандай айырмашылығым жоқ деп өсенгісімін.

101. Менде төзімділік жетіспейді.

102. Жаңа нәрсе мені әрқашан тартады, бірақ тез шаршап жатыпамын, қызықты оқиғалар ұнамайды.

103. Жақсы сәттерде мен өзіме көңілім толады, жаман көңіл-күйі болған кезде жағымды сапалар маған жетіспей жатады.

104. Кей жағдайда өмірдегі өзгерістерді жеңіл көтеремін, және оларды ұнатамын. Ал кейде олардан қорқамын және қашамын.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39
40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52
53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65
66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78
79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91
92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102	103	104
I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI	XII	XIII

**Кодтары:**

I (1,14,27,40,53,66,79,92) – параноик.

II (2,15,28,41,54,67,80,93) – эпилептоид.

III (3,16,29,42,55,68,81,94) – гипертим.

IV (4,17,30,43,56,69,82,95) – истероид.

## ҚОСЫМША

### Өзін-өзі бағалау деңгейі

Карл Роджерс және т.б. психологтардың пікірлері бойынша өзін-өзі бағалау және өзін-өзі қабылдау деңгейі адамның жан дүниесінде және қарым-қатынасында маңызды рөл атқарады. Өзін-өзі бағалаудың жоғарғы деңгейі адамға қоршаған ортасына өзіне деген жақсы қатынасын қабылдауға көмектеседі.

Студенттерге нұсқау. Төменде көрсетілген пікірлер адамның өзін-өзі бағалауын сипаттайды. Пікірлерді тиянақты оқып, өзіңізге ыңғайлысын тандап алыңыз. Берілетін нұсқалар: 1 – өте дұрыс; 2 – жоба бойынша дұрыс; 3 – кейде дұрыс, кейде бұрыс; 4 – жиірек дұрыс емес; 5 – шын мәнінде дұрыс.

№	Пікірлер	балдар
1.	Менің мәселелерім бойынша маған кеңес бере алатын адамды тапқанда қуанамын.	
2.	Басқалар менімен келіспесе де, мен ешқашан өзіме күмәнданбаймын.	
3.	Адамдар мен туралы жақсылық айтса да, олардың шын жүректен айтып тұрғанына сенбеймін.	
4.	Мені сынағанда жақтырмаймын.	
5.	Жиналыста көп сөйлемеймін, өйткені сын мен күлкі объектісіне айналып кетем ба деп қорқамын.	
6.	Мен өзімнің онша табысты тұрмайтынымды білемін, бірақ оны өзгертуге шамам келмейді.	
7.	Мен өзімнің өзге адамдарға деген сезімдерімді табиғи және жарамды деп қабылдаймын.	
8.	Қандай іс атқарсам да маған кедергі кездесетін сияқты. Кез келген жұмыс мені қанағаттандырмайды деп ойлаймын.	
9.	Мен басқа адамдарға ұқсамайтын сияқтымын. Мен адамдардың арасында қауіпсіз болуды қалаймын, басқа адамдардан онша айырылмайтынымды сезгім келеді.	
10.	Мені жақсы көретін адамдар, шынында менің қандай сенімді біліп, маған жоламай кетеді деп қорқамын.	
11.	Мені шарасыздығым жиі толғандырады.	
12.	Өзге адамдар менің ісіме кедергі келтіреді.	
13.	Көпшілікте ұяламын, маған қиын болады, жасқанамын.	
14.	Адамға ұнауға тырысамын, менен не күтсе соны істеймін.	
15.	Мен ішкі потенциалыма сенімдімін. Мен өзімді мықты, батыл деп ойлағаным өзіме өте жақсы.	
16.	Жұмыста, оқуда мәртебесі менен жоғары адамдардан ұяламын.	
17.	Мен өзімді невротикке ұқсас деп ойлаймын.	



18.	Мен адамдарға ұнамай қаламын ба деп, әр уақытта достық қарым-қатынаста болуға тырысамын.	
19.	Мен басқалардан кем емеспін деп ойлаймын.	
20.	Басқаларға істеген қылықтарымнан уайымдаймын, құтыла алмаймын.	
21.	Жаңа адамдармен кездесуден қорықпаймын, өзіме сенемін.	
22.	Менің өзіме сенімділігім жартылай (толық емес).	
23.	Мен өте сезімталмын. Өзге адамдардың маған айтқан сөзін сыңға теңеп, көп уайымдаймын.	
24.	Мен өзімде қабілеттер бар екенін білемін және басқалар да оны қолдайды. Мен өзімді артық бағалап кеткен жоқпын ба деп ойлаймын.	
25.	Егер бір мәселелер кездесіп қалса, оларды өзім шешемін деп ойлаймын.	
26.	Мен жақсы әсер қалдыруға тырысамын, алайда өзім қалағандай адам емес екенімді білемін.	
27.	Егер мені сөксе, мен ренжімеймін, өзімді кінәлі сезінбеймін.	
28.	Мен өзімді қалыптымын деп ойламаймын, бірақ сондай болғым келеді.	
29.	Көпшілікте көп сөйлемеймін, ақымақ болып көрінуден қорқамын.	
30.	Мәселелерді шешуді кейінге қалдыруға бейіммін.	
31.	Адамдар маған жақсы көзбен қараса да, оларды алдан тұрғандай болып, өзімді кінәлі сезінемін. Егер олар мені жақсы білсе, маған солай қарамас еді.	
32.	Мен басқалармен бірдей деңгейде екенімді білемін. Бұл жағымды қарым-қатынасқа түсуіме көмектеседі.	
33.	Маған басқалардан өзгеше қарайтынын сеземін.	
34.	Менің өмірімде бөтен адамдардың көзқарастары маңызды рөл атқарады.	
35.	Көпшілік алдында сөйлеуге қорқамын, ұяламын.	
36.	Сәтсіздік қуалап жүрмесе, өмірде үлкен табыстарға жетер едім.	

### Жауаптардың интерпретациясы

Шыққан нәтижені талдау үшін 2,7,15,19,21,25,27,32 пікірлері үшін жазылған балдарды өзгертіңіз:

1-ді 5-ке; 2-ні 4-ке; 3-ті өзгертпеңіз; 4-ті 2-ге; 5-ті 1-ге.

Қорытынды баға шығару үшін, бүкіл пікірлердің балдарын есептеңіз. Талдау:

Төмен балдар (36-110): мұндай балдарды алған адамдардың өзін-өзі қабылдау деңгейі төмен. Олар ұялшақ болады және әлеуметтік машық тренингтерінен пайда ала алады.

Орташа балдар (111-150): мұндай балдарды алған адамдардың көбісі әр түрлі жағдайларда өзін әр түрлі бағалайды және бүкіл адамдармен оңай қарым-қатынасқа түсе алмайды. Олар өзінің тұлғалық және коммуникативтік дағдыларын дамыта отырып, өзін-өзі бағалау деңгейін көтере алады.

Жоғары балдар (151-180): бұл топтағы адамдар өзіне сенімді. Өзін-өзі жоғары бағалау деңгейі жаңа адамдармен қарым-қатынасқа түсуге және кенеттен кездестірген мәселелерді шешуге көмектеседі.

## ҚОСЫМША

### Сан сауалнамасы

Әдістеме 20 қарама-қарсы мінездемелер жұбынан тұрады. Осы мінездемелер бойынша жауап берушіні өзін-өзі бағалауын сұрайды. Әр жұп белгілі бір өзіндік кейіптің сипаттамасын көрсетеді.

Студенттерге нұсқау. Қазіргі кездегі өзіңіздің кейіпіңізді суреттеңіз. 30 белгілерден тұратын кестеден сіз өзіңіздің кейіпіңізге ең жақын жұпты таңдау керексіз.

1	Көңіл-күйім жақсы		Көңіл-күйім жаман
2	Бойымдағы күшті сеземін		Әлсізбін
3	Пассивтімін		Белсендімін
4	Жалқаумын		Пысықымын
5	Көңілдімін		Көңілсізбін
6	Жақсы райдамын		Жаман күйдемін
7	Жұмысқа қабілеттімін		Ешнәрсеге қабілетім жоқ
8	Күшім тасып тұр		Күшім жоқ
9	Жайбасармын		Жылдаммын
10	Қайратсызбын		Қайраттымын
11	Бақыттымын		Бақытсызбын
12	Сауық сүйгішпін		Зауықым жоқ
13	Қиналып тұрмын		Маужырап тұрмын
14	Саумын		Ауырып тұрмын
15	Селқоспын		Әуестеніп тұрмын
16	Қобалжымаймын		Абыржып тұрмын
17	Толғанып тұрмын		Самарқаумын
18	Қуаныштымын		Қайғылымын
19	Демалдым		Шаршадым
20	Жаңадаймын		Быт-шытымы шығып тұр
21	Ұйқы басып тұр		Желігіп тұрмын
22	Демалғым келіп тұр		Жұмыс істегім келеді
23	Сабырлымын		Уайымдап отырмын
24	Оптимистпін		Пессимистпін
25	Төзімдімін		Шаршап тұрмын
26	Сергекпін		Болжыраумын
27	Түсіну өте қиын		Қабылдауым тез
28	Жаңағалақ		Зейіндімін
29	Үмітім мол		Көңілім түңіліп тұр
30	Разымын		Наразымын

## Талдау

Қорытынды шығарған кезде негативтік полюстің ең төменгі деңгейі 1 балға, ал позитивтік полюстің ең жоғарғы деңгейі 7 балға бағаланады. Ескеретін жайт, полюстар ылғи өзгеріп отырады, бірақ жағымды кейіптер әрқашан – жоғарғы балл, ал жағымсыздары – төмен балл алады. Шығарылған балдар кілтке сәйкес үш категорияға топтстырылады.

Көңіл-күй: 1,2,7,8,13,14,19,20,25,26

Белсенділік: 3,4,9,10,15,16,21,22,27,28.

Көңіл: 5,6,11,12,17,18,23,24,29,30.

Шыққан нәтижелер әр категорияда 10-ға бөлінеді. Орташа балл шкаласы 4-ке тең. 4 балдан асатын бағалар жағымды кейіпті сипаттайды, ал 4-тен төмен бағалар, керісінше жағымсыз кейіпті сипаттайды. Функционалдық кейіпті сипаттаған кезде жеке көрсеткіштердің мағыналарын ғана емес, олардың өзара әрекеттесуін де ескеру қажет.

## ҚОСЫМША

Сіздің құндылықтарыңыз неде?

Студенттерге нұсқау

I. Қазіргі кезде қоғамда кең тараған құндылықтарды рет-ретімен жазыңыз.

---

---

---

---

---

Мысалы, құндылықтарға: адамдарға көмек көрсету, өзіне деген махаббат, толеранттылық, достық, басқалармен бәсекелестікке түсу, мәртебе және билік, көпшілік, шығармашылық, қоршаған орта, өмір, білімге ұмтылу, тәуекелге бару, қызметтестік, эмпатия, эстетикалық сезімдер, тұрақтылық, белсенділік, салауатты өмір салты, тәуелсіздік, атақтылық, адамгершілік, шыдамдылық, тиянақтылық және т.б. жатқызуға болады.

II. Өзіңіз жазған құндылықтардың ішінен шынайы өмірлік жағдайды бейнелейтін және қазіргі қоғамға маңызды зор 10 құндылықты белгілеңіз.

III. Құндылықтарды маңыздылығының азаюына қарай рет-ретімен орналастырыңыз.

№	Маңыздылығы (кемуіне қарай)	Құндылықтар
1		
2		
3		
4		

Жауаптардың интерпретациясы.

I. Оқытушы студент тандаған 10 құндылықты «тұлға беталысы» параметрі бойынша 3 топқа классификациялау қажет:

1) Адамның адаммен қарым-қатынасын бейнелейтін және басқа адамдармен қарым-қатынасқа бағытталған құндылықтар.

2) Өзін-өзі қабылдаумен тығыз байланысты және адамдар қарым-қатынасы арқылы туындайтын құндылықтар. Өзін-өзі бағалауға бағытталған.

3) Игеру құндылығы, адамның қызметке, заттарға деген қатынасын білдіреді.

2. Осы топтардың өзара қатынасын анықтап, студент тұлғасының басымырақ беталысын анықтаңыз: А) өзге адамдарға; В) өзіне; С) жетістікке.

Топтар	Өзге адамдарға	Өзіне	Жетістікке
1			
2			
3			
4			
5			

**Басса-Дарки сұрақнамасы**

Отбасындағы зорлықтың болуы агрессиялық мінез-құлықтың пайда болуына әкеліп соғады. Төменде Басса-Даркидің сұрақнамасы ұсынылған, оның негізгі мақсаты - тұлғалық агрессия деңгейін бағалау(12).

Жеке тұлғаның агрессияның жоғарғы деңгейі отбасы-өрекетіне әсер етіп отбасындағылардың бір-бірімен қақтығыстың және бәсекелестіктің көрінуіне әсер етеді.

Зерттелушіге Басса-Даркидің сұрақнамасы, жауап парағы ұсынылады.

**Нұсқау:** Сізге берілген 40 сұраққа «иә» немесе «жоқ» деп жауап беру керек.

Жауап парағына өзіңіздің жауабыңызды сәйкес бағананы белгілеңіз.

1. Келіспеушілік кезінде мен жиі дауыс көтеремін.
2. Егер менде біреу тігіркендірсе мен оған өзі туралы не ойлайтынымның барлығын айтып саламын.
3. Егер өзімнің құқығымды қорғау үшін денелік күш көрсету керек болса, мен оны ойланбай істеймін.
4. Мен өзім ұнатпайтын адаммен кездескенде мен оны байқапмай тұртіп немесе итеріп жібере аламын.
5. Басқа біреумен келісе алмай жатқанда мен столды қолыммен ұра алам, себебі маған көңіл аударғанын немесе өзімнің дұрыстығымды дәлелдегім келеді.
6. Мен ылғида басқалар менің құқығымды сыйламайтынын сезініп тұрамын.
7. Мен өткенді еске ала отырып, кейде өзіме деген өкпені сезінемін.
8. Сырт көзге байқатпағаныммен, кейде мені ішкі көреалмаушылық сезімім жегідей жейді.
9. Егер мен таныстарымның жағымсыз қылықтарын ұнатпасам оны мен өздеріне тікелей айта аламын.
10. Мен қатты ашуланғанда ауыр сөздер қолданамын.
11. Егер маған қол көтерсе, мен оны бірінші болып ұруға тырысамын.
12. Мен соншалықты ашуланғанда заттарды лақтыра бастаймын.

13. Менде пәтерімдегі мүліктердің орнын ауыстырып қоюға немесе мүлдем ауыстырып тастағым келетін кездер жиі болып тұрады.

14. Адамдармен қарым-қатынаста мен жиі өзімді жарылуға дайын тұрған «оқ толы бөшке» сияқты сезінемін.

15. Кей-кездері мен басқаларды келемеждеп, әзілдескім келіп тұрады.

16. Мен ашуланғанда, түнеріп кетемін.

17. Басқа адаммен сөйлескенде оның сөзін бөлмеуге, құлақ салып тындауға тырысамын.

18. Жас кезімде менің елді «жұдырықтауым жиі болатын».

19. Егер мені әдейі итеріп жібергенің білсем, онда іс нашырға шауып, қол жұмсауға дейін барамын.

20. Менің жұмыс столымның үстіндегі ретсіздік шығармашылықта әрекет етуіме мүмкіндік береді.

21. Мен қатты ашуланған кезімде қолыма не түссе, соны сындыратыным есімде.

22. Кейде адамдарды көрудің өзі мені тітіркендіреді.

23. Көбінде мені жиі өзге адамдарға жақсылық жасауыма қандай жасырын себептері болатыны қатты таңдандырады.

24. Егер мені қатты өкпелетсе, онда менің ешкіммен сөйлескім келмейді.

25. Кейде мен өзіме ұнамайтын адам туралы әдейі жағымсыз нәрселер айтамын.

26. Қатты ызаланғанда мен өте ауыр, ауыр сөздер айтып ұрысамын.

27. Мен кішкентай кезімде төбелестен аулақ жүретінмін.

28. Мен қашан және не себепті біреуді ұру керектігін білемін.

29. Мен қатты ызаланғанда есікті тарс жабуым мүмкін.

30. Менің айналамдағы адамдар мені жақтырмайтын сияқты.

31. Мен жиі өзімнің мазасыздану мен сезімді жиі айналамдағылармен бөлісемін.

32. Мен өте жиі сөзім және іс-қимылым арқылы өзіме зияндық келтіремін.

33. Маған біреу қатты дауыс көтерсе, менде солай жауап беремін.

34. Егер маған біреу бірінші болып қолкөтерсе менде сондай қимылмен жауап қайтарамын.

35. Мені киім мен заттардың өз орнында жатпауы ашуландырады.

36. Егер бұзылған не жыртылған заттарды орнына келтіру шешімін келмесе, ызаланып оны соңына дейін жыртып және сындыратып боламын.

37. Мен үшін өзге адамдар табыстырақ сияқты.

38. Мен өзіме ұнамайтын адамды ойыма алсам, оған қалай жамандық келтірсем деген ой келеді.

39. Кейде тағдыр менімен қатал әзілдескен болып көрінеді.

40. Егер менің қалауымша қарым-қатынасқа түспесе, мен қатты ренжитін боламын.

### Басса-Даркидің жауап парғы

#### Ф.И.О

№	Иә	жоқ	№	Иә	жоқ	№	Иә	жоқ	№	Иә	жоқ
1			11			21			31		
2			12			22			32		
3			13			23			33		
4			14			24			34		
5			15			25			35		
6			16			26			36		
7			17			27			37		
8			18			28			38		
9			19			29			39		
10			20			30			40		

ВА- вербалды агрессия, ФА- физикалық агрессия, ЗА- заттық агрессия, ЭА- эмоционалды агрессия, ОА-өзіндік агрессия.

ВА	ФА	ЗА	ЭА	ОА
1. иә 17. жоқ	3. иә 19. иә	5. иә 21. иә	6. иә 23. жоқ	7. иә 31. жоқ
2. иә 25. иә	4. иә 27. жоқ	12. иә 29. иә	14. иә 30. иә	8. иә 32. иә
9. иә 26. иә	11. иә 28. иә	13. иә 35. иә	15. иә 37. иә	16. иә 39. иә
10. иә 33. иә	18. иә 34. иә	20. жоқ 36. иә	22. иә 38. иә	24. иә 40. иә

### 2. «Эмоциялар тесті» агрессияны анықтауға арналған

Мақсаты: әр түрлі жағымсыз эмоцияларға жақындығын айқындау.

Уақыты: 15 минут.

Нұсқау: Келесі реакциялардың қайсысы саған тән екенін бағала. Жауаптар бланкісінде «иә» деп жауап берген сұрақтарды белгіле.

Эмоциялардың реакциялардың әр түріне байланысты белгілеген нөмірлердің санын белгілеп, графикті сыз.

*Тест сұрақтары:*

**«Эмоциялар тесті»**

1. Егер мен қатты ашулансам, біреуді ұрып жіберуім мүмкін.
2. Кейде мен соншалықты ызаланамын, жанымда тұрған затты лақтырып жіберуім мүмкін.
3. Мен жылдам ашуланамын, тез қайтамын.
4. Мені жақсылап сұрамаса, мен өтінішті орындамаймын.
5. Мен үшін тағдыр әділетсіз деп ойлаймын.
6. Адамдар мен туралы сыртымнан сөз айтатынын білемін.
7. Егер менің ойыммен келіспесе и, мен дауласамын.
8. Егер мен біреуді алдасам, маған ұят.
9. Мен адамды ұра аламын деп ойлаймын.
10. Мен ыза болған кезде, есікті қатты серпіп жабамын.
11. Кейде адамдар мені өзінің жалғыз-ақ қатысуымен жирендіреді.
12. Егер маған қандай да бір ереже ұнамаса, оны бұзуға ниеттеніп тұрамын.
13. Мені кейде қызғанушылық қысып жібереді, дегенмен оны көрсетпеуге тырысамын.
14. Көпшілік мені жақсы көрмейтінін білемін.
15. Адамдар менің құқықтарымды құрметтесін деп талаптемін.
16. Кейбір ойларымнан өзім ұялатын сәттер болады.
17. Менің ашуымды келтіріп, ызалаңдырып төбелеске дейін апаратын адамдарды білемін.
18. Бойымдағы ызамды үстелді қатты ұру арқылы жиі шығарамын.
19. Кейде мен қатты ашуланғанда оқтай жарыламын.
20. Егер мені біреу басқарамын деп тырысса , мен оған қарсы шығамын.
21. Менің мазамды алатын, мен жек көретін адамдар бар.
22. Өте көп адамдар маған қызығады.
23. Егер мен ызалансам, қатты ұрса аламын.
24. Жұмыстан қашатын адамдар, өзін кінәлі сезінуі қажет.
25. Егер біреу мені ренжітсе, мен оны қайтара аламын.
26. Кей-кезде қолыма түскен затты сындырып тастаймын.
27. Маған ұнамайтын адамдарға қатты сөз айта аламын.
28. Менімен бұйырып сөйлессе, менің ештеңе істегім келмейді.



29. Мен басқа адамдарға деген жағымсыз қарым-қатынасымды жасырын жүремін.
30. Кей уақытта маған күліп жатқанын сеземін.
31. Егер біреу менің мазамды алса, мен ол туралы барлық ойлағанымды айтып тастай аламын.
32. Ата-анама аз көмектесетінім маған өте батады.
33. Егер біреу маған қол көтерсе, мен оған жауап қайтарамын.
34. Дауласқан уақытта мен даусымды көтеріп сөйлеймін.
35. Ұсақ-түйектер мені ызаландырады.
36. Егер біреу өзін жоғары ұстаса, мен оны орнына қоямын.
37. Адамдардың мені мадақтауы және көңіл бөлуі менің өңбегіме лайықты емес.
38. Маған жамандық істегісі келетін жауларым бар.
39. Мен біреуді қорқыта аламын, бірақ оны іске асырмаймын.
40. Мен өмірде көп қателіктер жасаймын, кейін ол үшін өкінемін.

### *Шкалалар*

Сенің агрессивтілігің – ол сенің жеке іс мәселенің, тек басқаларға кедергі жасағанға дейін ғана.

### **Жауаптар бланкі**

<b>Шкалалар нөмірлері</b>	<b>Сұрақтардың</b>				
Денелік агрессия (Д)	1	9	17	25	33
Жасырын агрессия (Ж)	2	10	18	26	34
Ашуланшақтық (А)	3	11	19	27	35
Теріс мінез (Тм)	4	12	20	28	36
Өкпелегіштік (Ө)	5	13	21	29	37
Сенімсіздік (С)	6	14	22	30	38
Вербалды (сөздей) агрессия (С)	7	15	23	31	39
Кінә сезімі (К)	8	16	24	32	40

Құрылған графикте агрессияның қай түрлері саған жақын екені көрсетілген. Графикте пунктирлы сызбадан жоғары тұрған нүкте сенің мінез-құлқыңның формасын көрсетеді.

*Денелік агрессия* – Саған күш қолдану арқылы барлық сұрақтарды шешу ең қолайлы түрі болып табылады. Өмір сүру

тұрмысы немесе тұлғалық ерекшеліктерің тиімді өзара әрекет ету әдістерін қолдануға кедергі жасайтын шығар. Агрессияны өзіңе қайтаруға қауіптісің.

**Жасырын агрессия** - Әрине, біреуді басынан ұрғанша, үстелді соққан жөн. Бірақ та, онымен шұғылданып қажеті жоқ, ыдыс пен жиһазды сақта, шығын келтіріп, өзіңнің де денсаулығыңа зақым келтіресің.

**Ашуланшақтық** – Жаман немесе жақсы жасырынған агрессия басқа адаммен қарым-қатынасты айыруға бірден апармайды, бірақ та сыртқа шыққанша күкірт қышқылы сияқты адамды іштен жел бітіреді. Сыртқа шыққан кезде «денелік және жасырын агрессия» кара.

**Теріс (келеңсіз) мінез** – Жасөспірімнің наразылық сезімін білдіру үшін мәнсіз және күйзелісті қылықтарына тән реакция. «Енемнің күйеуі, баласы соқыр болсын десем, өзім көзімді шығарамын» деген мақалдың түйіні сай келеді.

**Әкіпелегіштік** – басқа адамдардың сөздері мен қылықтарында өзіне бағытталған келемежді, менсінбеушілікті және кемітуді сезініп көру.

**Сенімсіздік** – басқа адамдардың сөздері мен қылықтарында өзіне бағытталған жасырынды қасақаналықты көру. Шектен шыққан кезде сырқаттықты білдіру.

**Вербалды агрессия** – «Ойыннан от шығады» деген сияқты «Бір ауыз сөзден – соғыс басталады» дегенге жақын, ойланбай айтылған сөздің ақыры төбелеспен жаман күйзеліске келтіреді.

**Кінә сезімі** – сен ешкімді ұрған жоқсың, ештеңені сындырған жоқсың, ешкімге ашуланған жоқсың. Осымен сені құттықтаймын. Олай болса, кінә сезімімен қолайсыз жағдай қайдан пайда болды? Егер сен өз эмоцияларыңа жауапты болсаң, онда сен оларды басқара аласың. Онымен не істеу қажет? Ең алдымен сенің бойыңда ондай қасиет бар екенін білу қажет және үйде қожайын кім екендігін еске алу керек – сен бе әлде сенің эмоцияларың ба?

## ҚОСЫМША

Қарым-қатынастағы агрессивтілікті бағалауға арналған  
А.Ассингер тесті.

Мақсаты: А.Ассингер тесті арқылы жасөспірімдердің қарым-қатынасындағы агрессивтілік деңгейін бағалау.

Жұмыс барысы: зерттелушілерге 18 сұрақтан тұратын және 3 нұсқаудың біреуін таңдап белгілеу.

Тест сұрақтары

1. Дау-дамайдан кейін оны шешу, достасу жолдарын іздеуге бойымсіз бе?

а) әрқашан

ә) кейде

б) ешқашан

2. Өзіңізді сынақты жағдайда қалай ұстайсыз?

а) іштей күйзеліс

ә) толық сабырлық сақтайсыз

б) өзіңізді ұстай алмайсыз

3. Достарыңыз сізді қандай деп есептейді?

а) өзіне сенімді және көре алмаушылығы бар

ә) дос

б) сабырлы және көре алмаушылығы жоқ

4. Сізге жауапкершілігі үлкен жұмыс ұсынса, сіздің әрекетіңіз

а) белгілі бір қорқынышпен қабылдаймын

ә) ойланбай-ақ келісемін

б) өзіңіздің ашықтығыңыз үшін бас тартасыз.

5. Досыңыз біреуі сіздің сөмкенізден рұқсатсыз қағаз алса, сіз не істейсіз?

а) сыбағасын бересіз

ә) қайтаруын талап етесіз

б) «тағы басқа ештеңе керек емес пе?» деп сұрайсыз

6. Досыңыз кездесуге көп кешігіп келген жағдайда оны қандай сөздермен қарсы аласыз?

а) «Неліктен соншама кешіктің?»

ә) «Осы уақытқа дейін қайда жүрсің?»

б) «Мен уайымдай бастадым»

7. Сіздің өмірге деген көзқарасыңыз қандай?

а) әдеттегідей

ә) үстіртін

- б) аса қатаң
8. Барлығы ойдағыдай орындалмай жатса, қандай әрекет жасайсыз?
- а) кінәнізді басқаға жаба салуға тырысасыз  
ә) соған көнесіз  
б) келесідежақсы орындауға тырысасыз
9. Қазіргі таңдағы жастар бос уақыттарын қалай тиімді өткізу керек?
- а) ойын-сауық орталықтарында  
ә) мәдени демалуына жағдай жасау керек  
б) өздерінің еркінше
10. Сіздің алғыңыз келген орынды басқа біреуге берсе, қандай әрекет жасайсыз?
- а) оған жүйкемді тоздырып қайтемін  
ә) ол орын басқаға менен гөрі қажет  
б) келесі жолы ол орынды алуға тырысамын
11. Қорқынышты фильмдерді қалай көресіз?
- а) қорқасыз  
ә) ішіңіз пысады  
б) үлкен қызығушылықпен қарайсыз
12. Егер жолдағы тығынға байланысты сіз маңызды кездесуге кешігіп жатсаңыз?
- а) қатты ызаланасыз  
ә) кешігу себебін түсіндіруге тырысасыз  
б) көңіл күйіңіз төмендейді
13. Өзіңіздің спорттық жетістіктеріңізге қалай қарайсыз?
- а) міндетті түрде жеңуге тырысасыз  
ә) қатысқаныңызға қанағаттанасыз  
б) жеңбеген жағдайда қатты ашуланасыз.
14. Егер сізді қонаққа шақырған адам нашар күтсе не істейсіз?
- а) шу шығармау үшін үндемеймін  
ә) ескерту жасайсыз  
б) шу шығарамын.
15. Сіздің ойыңызша сіз қандай адамсыз?
- а) орташа  
ә) өзіне сенімді  
б) ширақ
16. Біреумен есіктен шығарда соқтығысып қалған жағдайда не айтасыз?

а) «Кешіріңіз бұл менің кінәм»

ә) «Ештеңе етпейді»

б) «Жан жаққа қарап жүру керек»

17. Жастар арасындағы заң бұзушылық қылмыстық туралы статья оқып жатқанда қадай күйде боласыз?

а) бұл мәселені қолға алу керек

ә) тиісті жазаларын алу керек

б) кінәнің бәрін жастарға жабуға болмайды, барлығы тәрбиеге байланысты

28. Егер жануар ретінде жаңадан өмірге пайда болу мүмкіншілігі болатын болса сіз андай жануар болар едіңіз?

а) жолбарыс

ә) үй мысығы

б) аю

Нәтижені бағалау: зерттелушінің жинаған упайына сәйкес сарапталынады және төмендегі өлшем аралықтары қолданылады:

45-тен жоғары – сіз аса агрессивтісіз, өз-өзіңзді ұстай алмайсыз, жағымсыз эмоцияларыңызды шығару үшін басқа адамдарға дауыс көтеру, кей кезде қол жұмсауға дейін баруыңыз мүмкін. Сондықтан адамдармен қарым-қатынаста қиындық орнатасыз. Ойланбастан әрекет жасауға бейімсіз.

36-44-ке дейін – сіз орташа агрессивтісіз. Адамдармен қарым-қатынасты жеңіл орнатасыз, жағымсыз жағдайда өзіңзді қолда ұстауға тырысасыз, бірақ сізге дауыс көтерген жағдайда қайтара жауап бересіз. Ойланып әрекеттенесіз, өз-өзіңізге сенімдісіз.

35-тен төмен – сіз өзіңздің қабілетіңізге және күшіңізге сенімсізсіз. Өз ойыңызды білдіре алмайсыз, басқалардың көзқарасымен келісе бересіз. Дау-дамай жағдайын тудырмауға барлық жағдай жасайсыз.

«Қарым-қатынастағы агрессивтілікті бағалауға арналған Л.Ассингер тесттің нәтижесі төмендегідей (3 диаграммаға сәйкес).

Агрессивтілігі жоғары – 10;

Агрессивтілігі орташа – 7;

Агрессивтілігі төмен – 5;

## ҚОСЫМША

«Қиын» балаларды анықтауға арналған Д. Стоттың "Бақылау картасы"

Мектептегі педагог қиын балаларды ата-аналардың өтінішіке сүйенбей-ақ, өзіндік тексеріс нәтижесінде анықтай алады. Психологпен қатар, педагогтың да өз сынып оқушыларымен жүргізетін тәрбиелік-бақылау іс-әрекетінде қолдана алатын әдістеменің бірі - Д.Стоттың «Бақылау картасы». Бұл әдістеме жүйелі бақылау барысында сыныптағы қиын балаларды дер уақытында айқындауға бағытталған.

«Бақылау картасы» диагностикалық әдістемесін жүргізуде психолог пен педагогтар бір-бірінің көмегіне сүйене алады. Педагог әр баланы жан-жақты біле тура, олардың психологиялық даму деңгейін ғылыми тұрғыдан дәл анықтауға жикі киналады. Д. Стоттың картасы осындайда жақсы көмектеседі.

Бақылау картасында мінездің 196 фрагменті көрсетілген. Олар 16 синдромға біріктірілген. Әр синдромда бірнеше белгілер бар.

Бақылау картасының тіркеу бланкісі болады. Тіркеу бланкісіне сай кесте құрылады.

### Бақылау картасы

1. Сіз жаңа жағдайларға, заттарға және адамдарға қатысты сенімсіздік.

1. Тәрбиешімен жеке қалғанда ғана сөйлеседі.

Ескерту жасаса, жылайды.

Ешқашан ешкімге көмегін ұсынбайды. бірақ өтінсе қуана-қуана көмек көрсетеді.

«Бағынышты» бала (мысалы, ұтымсыз ойындарға келісек береді: ойын кезінде доптың артынан жүгір...)

1. Қауіптенушінің салдарынан тыңдамай-тыңдарбола алмайды.

2. Қорқақтығынан етірік айтады.

3. Өзіне кеңіл аударғанды ұнатады, бірақ өзі сұранбайды.

4. Ешқашан мұғалімге гүл немесе басқа сыйлықтар әкелмейді, ал оның жолдастары мұны жикі жасайды.

5. Тауып алған затын ешқашан мұғалімге керсетпейді.

6. Бір ғана жақсы досы бар, қалған қыздар мен балалардың бойын аулақ ұстайды.

7. Мұғаліммен өзіне қарағанда ғана амандасады, көзге түскенді ұнғатады.

8. Өз бетімен мұғалімге жақындамайды.

9. Ұялпақтығы салдарынан ешкімнен көмек сұрай алмайды.

10. Егер оған сұрақ қойса, оп-оңай «бұзылады», жылайды, қызарып кетеді, тб

11. Ойынға белсенді қатысудан оп-оңай шеттеп кетеді.

12. Өзімен амандасқанда, миңгірлеп мәнерсіз сөйлейді.

### II. Д - депрессия.

1-6 жеңіл түрлерінде мезгіл-мезгіл белсенділіп төмендеп, кеңіл күйікұбылып отырады;

7-8 белгілер тітіркенуге бейім екенін көрсетеді;

9-20 белгілер депрессиясының өткір формаларын көрсетеді.

Д пунктiнiң белгiлерiне әдетте А және Ж пунктiнiң айқын белгiлерi қоса жүредi.

1. Сабаққа кейде тырысушылық, ықтиярлық танытады, кейде өзімен-өзі жүреді.

2. Кеңіл күйіне қарай кейде көмек сұрайды, кейде сұрамайды.

3. Өзін әр қалай ұстайды.

4. Ойын кезінде бірде белсенді, бірде енжар.

5. Кейде бос уақытында ештеңеге қызығушылығын жоқтығын танытады.

6. Қол еңбегін орындай отырып кейде тырысушылық танытады, кейде танытпайды.

7. Шыдамсыз. Жұмысты орындау барысында қызығушылығы бәсеңдейді.

8. Ашуланшақ, «күтiрып кететiнi» де бар.

9. Жалғыз өзі жұмыс істей алады, бірақ тез шаршайды.

10. Қол еңбегіне дене күші жетіспейді.

11. Енжар.

12. Зейінсіз.

13. Кенеттен, әрі бірден күші (энергиясы) төмендеп қалады.

14. Қозғалысы баяу.

15. Енжарлығына байланысты ештеңеге реңки қоймайды.

16. Көзқарасы мәнсіз.

17. Әрдайым жалқау, ойын үстінде де енжар

18. Ояу жүріп қиялдап жүреді.

19. Мінгірлеп сөйлейді.  
20. Сирек күледі, түрі реңсіз, қан алған адам сияқты. Аяушылық туғызады.

### III. Т - түйықталу.

Адамдармен қарым-қатынастан қашқақтайды.

1. ешқашан ешкіммен амандаспайды.
2. ешкімнің сәлемін алмайды.
3. басқа адамға жақындық танытпайды.
4. әңгімелесуден қашқақтайды.
5. басқа «әлемде» өмір сүреді (сабақ үстінде қиялдап отырады).
6. қол еңбегіне тарықпайды.
7. ұжымдық ойындарға қызықпайды.
8. адамдардан қашқақтайды.
9. үлкендерден қашық жүреді.
10. басқа балалардан мүлдем шеттеп жүреді (оған жақындау мүмкін емес).
11. басқа адамдарды байқамаған секілді жүреді.
12. әңгіме үстінде тынышсызданып, тақырыбынан ауытқып кетеді.
13. өзін «сауысқандай сақ» ұстайды.

### IV. А - үлкендерге деген алаңдаушылық.

Үлкендер оған көңіл бөле ме екен - соған алаңдайды.

1-6 белгі - өзіне көңіл аудартып, үлкеннің махаббатын жеңіп алуға тырысушылық.

7-10 белгі - үлкендердің оған көңілін аудартып, үлкеннің махаббатын алуға тырысушылық.

1-16 белгі - үлкендер оған көңіл бөле ме соған алаңдайды.

1. өзінің міндеттемелерін өте мұқият орындайды.
2. мұғаліммен амандасқысы келіп тұрады.
3. өте әңгімешіл.
4. мұғалімге гүл және басқа сыйлықтарды қуана-қуана әкеледі.
5. тауып алған заттарын мұғалімге әкеп көрсетіп тұрғанды ұнатады.
6. жанұядағы өзінің іс-әрекетінің барлығын мұғалімге айтып, көп әңгімелейді.
7. мұғалімге ұнағысы келіп жағымпазданады.
8. мұғалімнің өзіне көңіл бөлуіне үнемі сылтау табады.



9. мұғалім тарапынан үнемі көмек, қамқор күтіп отырады.

10. мұғалімнің ілтипатын ие болу үшін, жолдастарының сыртынан арыз айтып келеді.

11. мұғаліммен жақсы қарым-қатынаста.

12. мұғалімді «жекешелендіруге» тырысады.

13. өтірік, ойдан шығарылған оқиғаларды айтады.

14. үлкендердің назарын аударумен бас «катып» жүреді.

15. үлкендердің көңілін өзіне аударғысыз келеді, бірақ оған өз тарапынан ешқандай күш жұмсамайды.

16. егер оның істерінен нәтиже шықпаса, барлық нәрседен шеттеп кетеді.

**V. ҮЖ –үлкендерге жауығу.**

1-4 белгі –жауығудың бастапқы формаларына әкеп соғады.

5-9 белгі –үлкендерге бірде жауығады, бірде онымен жақсы қарым-қатынас жасауға ұмтылады.

10-17 белгі –ашық жауығу:

18-24– толық, басқарусыз, әдетке айналған

1. көңіл күйі құбылмалы.

2. өте шыдамсыз.

3. қол еңбегінде бір беткейлік танытады.

4. көңіл-күйі жиі төмендейді.

5. көңіл- күйі жақсы болса көмегін ұсынады.

6. мұғалімнен бірдеме сұрағнда бірде жан тәнімен беріліп, бірде бәрібір дегендей қалып танытады.

7. мұғаліммен кейде амандасуға тырысады.

8. онымен амандасқан адамға не күдіктеніп, не ашулану білдіреді.

9. Бірде ақкөңіл, бірде жаман көңіл күйде.

10. мінезі өзгергіш, кейде ол жұмысты әдейі жаман орындап жатқандай.

11. қоғамдық және жеке меншікті бұзғыш (үстелді сызу, айналасындағы заттарды бүйдіріп, қирату...).

12. тілі дөрекі.

13. ұнамсыз, әсіресе ақталып жатқанда.

14. бірдемеге көңілі толмаса, мұрнының астынан мінгірлейді.

15. ескертулерге құлақ аспайды.

16. аңда-санда себепсіз өтірік айта салатыны бар.

17. бір-екі рет ұрлық жасағаны байқалған (кәмпит, ойыншық, ақша).

18. үнемі "жазықсыз жазаландым" деп есептейді.
19. «жабайы» көзқарас, көзінің астымен қарайды.
20. тындамайды, тәртіпсіз.
21. бұзық (айқайлап, сес керсетіп, күш жұмсайды).
22. «сенімсіз» типтермен достасқанды ұнатады.
23. ақша, тәтгілерді жиі ұрлайды.
24. өзін тәртіпсіз ұстайды.

#### **VI. БА - балаларға қатысты алаңдаушылық.**

1. оған ескерту жасаса «батырдым» рөлін онайды.
2. айналасындағылардың алдында «ойнамай» тұра алмайды.
3. «жынды» бола қалуға бейім.
4. шектен тыс батыл.
5. үнемі көпшілікпен келісімде болуға тырысады.
6. жұрттың назарында болуды ұнатады.
7. өзінен үлкен балалармен ойнайды.
8. жауапкершілігі үлкен орынды алғысы келеді, бірақ атқара алмаймын-ау деп қауіптенеді.
9. басқа балалардың алдында мақтанады.
10. өзін сайқымазақ етеді.
11. мұғалім топта жоқ кезде шулап кетеді.
12. көзге тез түсетін киім киеді.
13. қоғамдық мүлікті бұзғанды жақсы көреді.
14. құрдастарының арасында жындыныңқылығын жасайды.
15. басқалардың бұзықтықтарына елістейді.

#### **VII. ҚН - қоғамдық нормативтердің жетіспеушіліктері.**

- 1-5 белгі—үлкендерге ұнауға тырыспайды.
- 5-9 белгі—ересек болғанда, тәуелсіздікті көрсетеді.
- 10-15 белгі—ұсақ-түйектік моральдың жоқтығын көрсетеді.
- 16-белгі—үлкен ынтымақшыл емес деп санап, олардың ісіне араласуға тырысады.
1. оқығысы келмейді.
2. басқа балаларды жұмсап, қадағалағанда ғана жұмыс істейді.
3. мектептен тыс жерде де қадағалағанда ғана жұмыс істейді.
4. уяң емес.
5. епқашан көмек сұрамайды.
6. епқашан өз бетінше бір жұмысқа кіріспейді.
7. үлкендерден мақұлдау күтеді.

8. мұғаліммен барынша аз араласуға тырысады.
9. мұғалімнен қашқақтайды, бірақ басқалармен сөйлеседі.
10. үй тапсырмасын көшіріп алады.
11. эгоист, өзімшіл.
12. ойын үстінде қулық жасайды.
13. «қарау» ойнайды.
14. біреудің кітабын рұқсатсыз алады.
15. біреудің көзіне тік қарай алмайды.
16. тұйық және ешкімге сенбейді.

#### VIII. БЖ- балаларға жауығу (қызғаныштан - жауығуға дейін).

1. ойын үстінде балаларды қорқытып, үркітеді, кедергі жасайды.
2. өзі араласатын шеңберге жатпайтын балаларды жақтырмайды.
3. басқа баланың ығырын шығарады.
4. басқа баламен ұрсысып, ренжітеді.
5. ескертулер мен басқа балаларда қиындықтар тугызуды ұнатады.
6. балалардың заттарын тығып қояды немесе «бұзады».
7. басқа балалармен жаман қарым-қатынаста.
8. әлсіз балаларға тиіседі.
9. басқа балалар оны жақтырмайды.
10. дұрыс төбелеспейді (тістейді, тырнайды, шымшиды).

#### IX.Ш - шыдамсыз

1. олақ.
2. басқа балалармен қарым-қатынас жасаудан оларға қолайсыздық тудыратындай етіп бас тартады.
3. қол еңбегіндегі сәтсіздіктермен оңай келісе алмайды.
4. ұмытшақ
5. қол еңбегінде жауапсыз.
6. сабақта тырыспайды.
7. жалғыз өзі жұмыс істей алмайды.
8. зейінін бір нәрсеге ұзақ тоқтатып, жұмыс істей алмайды.
9. алаңғасарлығы салдарынан үлкендердің ескертуін есіне сақтай алмайды.
10. ойын үстінде өзі меңгере алмайды.
11. еш нәрсеге ұзақ тоқталып, жұмыс істей алмайды.

### **X. КК – көңіл күй**

1-5 белгі –көңіл-күйінің әлі жетілмегендігін.

6-7 белгі –қорқақтығын.

8-12 белгі –жауапсыздығын көрсетеді.

1. өзінің жасынан кішілерге арналған ойыншықтармен ойнайды.
2. сөйлесе алмайды.
3. нұсқауды тыңдап, орындау әлі жетілмеген.
4. өзінен кіші баламен ойнайды.
5. шешім қабылдауға киналады.
6. басқа балалар оған тиісе береді.\*
7. ойынды жақсы көреді, бірақ қызығуы тез қайтады.
8. оны қашқын деп есептейді. Ал шын мәнінде ол 1-2 рет қана сабақтан қашпақ болған.
9. жиі кешігеді.
10. кей сабақтардан кетіп қалады.
11. жинақы емес.
12. топта өзін бөтен сияқты ұстайды.

**XI.НБ-невротикалық белгілер.** Белгілердің өткірлігі баланың жасына байланысты анықталады. Олар бұрын болған ауытқушылықтың салдары болуы да мүмкін.

1. кекештеніп қалады.
2. ретсіз сөйлейді.
3. жиі кірпігін қағады.
4. қолын ретсіз сермейді.
5. тырнағын кеміреді.
6. секіріп жүрген сияқты жүреді.
7. саусағын сорады (10 жастан әрі қарай).

### **XII.ҚЖ - қолайсыз жағдайларда өмір сүру**

1. жиі кешігеді.
2. бірнеше күн келмей қалады.
3. ата-аналарына баланың келмей қалған себебін саналы түрде жасырып, өтірік айтады.
4. ата-аналарына көмектесу үшін үйде қалуға мәжбүр.
5. салақ.
6. нашар тамақтанатын көрінеді.
7. басқа балаларға қарағанда айтарлықтай ұсқынсыз.

### **XIII. СД - сексуалды (жыныстық) даму**

1. қарама-қарсы жынысқа өте ерте қызығушылық.
2. жыныстық дамудың тежелуі.
3. жаман қылықтар көрсетеді.

### **XIV. АО - ақыл-ойының артта қалуы**

1. Оқуда көп артта қалып қояды.
2. Ақыл-ойының дамуы өзінің жасына сай емес.
3. Оқи алмайды.
4. Қарапайым математикалық білімдерінде көп кемшіліктер бар.
5. Математиканы түсінбейді.
6. Басқа балалар оны ақымақ ретінде қабылдайды.
7. Ақымақ.

### **XV. АА - аурулар мен органикалық ауытқушылықтар**

1. тыныс алуы ретсіз.
2. жиі суық тиеді.
3. мұрны жиі қанайды.
4. ауыз арқылы дем алады.
5. құлағы жиі ауырады.
6. тері ауруларына бейім.
7. асқазаны жиі ауырып, құсқысы келеді.
8. басы жиі ауырады.
9. шектен тыс қызарып, бозарып кетуге бейім.
10. қабағы қызарып тұрады.
11. қолы мұздай болып жүреді.
12. көзі қыли.
13. қимыл-қозғалысы ретсіз.
14. тұлғасы табиғи қалыптан өзгешеу.

### **XVI. ДК - денесіндегі кемістіктер**

1. нашар көреді.
2. нашар естиді.
3. бойы өте аласа.
4. өте толық.
5. дене құрылысында басқа да кемістіктер бар.



«Стресс- тест»

Мақсаты: Қатысушы стресске шалдықты ма, әлде жоғын анықтау

Уақыты:

15 минуты

Барысы: Сіз сөйлемді оқып, өзіңіздің ойыңызды келесі шкаланың көмегімен айтуыңыз тиіс:

- ешқашан (1 ұпай)
- кейде, оқта- текте ( 2 ұпай)
- жиі (3 ұпай)
- әрқашан (4 ұпай)

1. Болмайтын нәрсе мені кейде ғана тітіркендіреді
2. Біреуді күткенімде ғана қобалжимын.
3. Ұялған уақыттарымда қызарып кетемін.
4. Ашуланғанымда мен біреуді абайсыз өкпелетіп алуым мүмкін
5. Сынды көтере алмаймын, өзімді ұстай алмаймын.
6. Егерде автобуста біреу мені итерсе, мен тура сондай жауап қайтарам немесе дөрекі жауап қатамын.
7. Бар бос уақытымда бір іспен айналысамын.
8. Кездесуге әрқашан кешігіп немесе ерте келемін.
9. Тындау қабілетім төмен, міндетті түрде сөзге қыстырылып отырамын.
8. Аппетиттің жоқтығынан қиналамын.
9. Себепсіз көп қобалжимын.
10. Танертеңгі уақытта өзімді нашар сезінемін.
12. Өзімді нашар сезініп, аз ұйықтаймын, ұзақ уақыт ұйықтай алмаймын.
13. Жеткілікті ұйықтағанның өзінде өзімді сезінбеймін.
14. Жүрегіммен бір нәрсе дұрыс емес шығар деп ойлаймын.
15. Арқам мен мойнымда ауыртпалықтар сеземін.
16. Үстел басында отырғанымда аяғыммен тербетіп, саусақтарыммен үстел үстін соғып отырамын.
17. Үстел үстінде отырғанда теңселе-тербеліп отырамын.
18. Жетістіктерім үшін әрдайым мақтау сөздерін күтемін
19. Өзімді басқалардан әлдеқайда күштімін деп ойлаймын.
20. Тамақтану тәртібін (диета) сақтамаймын.

**Бағалау шкаласы:**

30 ұпай және одан төмен. Сіз саналы әрі тұрақты өмір сүретін адамсыз. Өміріңізде пайда болатын бар проблемаларды тез шеше аласыз. Өзіңізді өзгелерден артық деп ойламайтын, қанағат тұта алатын, әрқашан бәріне үлгеретін адамдардың қатарындасыз.

31-45 ұпай. Сіз өте белсенді адам болғандықтан өміріңіз қызықты әрі стресске толы болып өтеді. Сондықтан сіз көп шаршайсыз, үздіксіз стресске шалдығып отырсыз. Алайда бұл стрестің барлығы алдыңызға қоятын биік мақсаттарыңыз үшін.

46-60 ұпай. Сіз үшін бастысы- жарқын мансап. Сіз үшін өзгелердің ойы мен көзқарасы өзіңіздің ойыңыздан әлдеқайда маңызды, сондықтан сіз әрқашан стресс үстінде боласыз. Егерде сіз өміріңізді осындай бағытта жалғастырсаңыз, сіз расында да көп нәрсеге жетіп, армандарыңыздың көбі орындалады, алайда мұның барлығы сізге қуаныш әкеле алады ма, ойланып көріңіз.

61 ұпай және одан жоғары. Сіз көліктің жүргізушісі секілді өмір сүресіз: бірде газға басып, бірде тормазға басасыз. Тез арада өмір сүруіңіздің салтын, тәртібін өзгертініз. Мұндай стресс тек сіздің денсаулығыңызға ғана емес, сондай- ақ сіздің болашағыңызға да зиян әсер етуі мүмкін.

Соңында психолог алынған жауаптады саралап, ата- аналарға арнап арнайы көмек ретінде өз балаларына қиын жағдайларда (емтихандар мен тесттерде) қалай көмектесуі керектігі жайлы бірқатар кеңестер дайындайды.



**Ата-ананың балаға деген қарым-қатынасының тест-сауалнамасы**

(А.Я.Варға, В.В.Столин)

Ата-ананың қарым-қатынасының тест-сауалнамасы – бұл психодиагностикалық құрал, ол балаларды тәрбиелеу және олармен қатынасу сұрақтарымен психологиялық көмек сұрап келген адамдардың ата-аналық қарым-қатынасын айқындауға арналған.

Ата-аналық қарым-қатынас дегеніміз – балаға қатысты түрлі сезімдердің, іс-әрекет стереотиптерінің, баланы түсіну және қабылдау ерекшеліктері.

Сауалнама құрылымы:

Сауалнама 5 шәкілден тұрады.

I. «Қабылдау – қабылдамау». Шәкіл балаға интегралды сезімдік қарым-қатынасты білдіреді. Шәкілдің бір полюсінің мазмұны: бала ата-анаға қандай да болса ұнайды. Ата-ана баланың даралығын сыйлайды. Ата-ана баламен көп уақыт өткізуге тырысады, оның қызығушылықтары мен жоспарларын мақұлдайды. Шәкілдің екінші полюсінде: ата-ана өзінің баласын жаман, табыссыз, бейімсіз деп қабылдайды. Бала өзінің қабілетінің төмендігінен, ақшылығын аздығынан, бейімділігінің жамандығынан өмірде табысқа жетпейді деген сенімде. Көп жағдайда ата-ана баласына ашу, ызә, реніш сезімдерімен қарайды. Баласына сенбейді және сыйламайды.

II. «Кооперация» - ата-ананың қарым-қатынасының әлеуметтік-қалаулы бейнесі. Бұл шәкілдің мазмұндамасы мынада: ата-ана баласының тірлігіне және жоспарларына қызығушылықпен қарайды, оған барынша көмек көрсетуге тырысады, жаны ашиды. Ата-ана баланың зияткерлік және творчестволық қабілеттерін жоғары бағалайды, баласын мақтан тұтады. Баласының тәуелсіздігін және ынтасын мадақтайды, онымен бірдей болуға тырысады. Ата-ана баласына сенімді, талқылау сұрақтарында оның көзқарасымен көруге тырысады.

III. «Симбиоз» - шәкіл баламен қатынастың жеке аралық қашықтықты айқындайды. Бұл шәкілде жоғары балдар жиналса, ата-ана баласымен симбиотикалық қарым-қатынаста деп есептеуге болады.

Бұл тенденцияға мынадай мазмұндама беріледі: ата-ана өзін баламен бір бүтін деп санайды, баланың барлық қажеттіліктерін

қанағаттандыруға, өмірлік қиыншылықтар мен реніштерден қорғауға тырысады. Ата-ана баласы үшін үнемі қорқып отырады, баланы әлі кішкентай және қорғаныссыз деп көреді.

Бала өсе келе жағдайларға байланысты тәуелсіздікке үйрене бастаған кезде ата-ана үрейі жоғарылай бастайды, өйткені ата-ана балаға ешқашан өздігінен тәуелсіздік берген емес.

IV. «Авторитарлық гиперсоциализация» - баланың іс-әрекеттерін бақылаудың түрін және бағытын айқындайды. Бұл шәкілде жоғары бал жиналса, ата-ананың қарым-қатынасында авторитаризм байқалады. Ата-ана баласынан сөзсіз бағыну мен тәртіпті талап етеді. Балаға өзінің еркін байлағысы келеді, ал оның көзқарасын аңғармайды. Баланы өз еркін танытқаны үшін жазалайды. Ата-ана баласының әлеуметтік жетістіктерін қадағалап жүреді және әлеуметтік табысты талап етеді. Сонымен бірге ата-ана баласының жеке мүмкіншіліктерін, әдеттерін, ой-өрісін, сезімдерін жақсы біледі.

V. «Кішкентай жолы болғысыз адам» - ата-ананың баласын қабылдау мен түсіну ерекшеліктерін айқындайды. Бұл шәкілдің жоғары белгілері ата-ананың қарым-қатынасында баланы инфантилеуге тырысу, өзін әлеуметті түрде дәрменсіз деп есептеуге іс-әрекет жасайтыны байқалады. Ата-ана баласын өз жасынан кіші көреді. Баласының қызығушылықтары, ойлары, сезімдері ата-анасына балалық, шалағай болып көрінеді. Ата-ана баласына сенбейді, оның табыссыздығына іші ашиды. Осы үшін ата-ана баласын өмірлік қиындықтардан қорғауға тырысады және оның іс-әрекеттерін қатал бақылайды.

#### АҚҚ сауалнама тексті

1. Мен балама әрдайым жаным ашиды.
2. Баламның не ойлайтынын білуім менің парызым.
3. Мен баламды сыйлаймын.
4. Маған менің баламның іс-әрекеттері мөлшерден тыс болып көрінеді.
5. Баланы өмірлік қиындықтардан алысырақ ұстау қажет.
6. Мен балама бейімділік сезімін сезінемін.
7. Жақсы ата-ана баласын өмірлік қиыншылықтардан қорғайды.
8. Менің балам көп уақытта маған ұнамайды.
9. Мен балама көмек беруде тырысамын

10. Қорлық қарым-қатынас балаға үлкен пайда әкелетін жағдайлар да болады.

11. Мен балама өкініш сезімін сеземін.

12. Менің балам өмірде еш нәрсеге қолы жетпейді.

13. Балалар менің баламды мазақ ететін сияқты.

14. Менің балам жеккөрініш сезімін тудыратын қылықтарды жиі жасайды.

15. Өзінің жасына менің балам әлі жетілмеген.

16. Менің балам әдейі жаман қылықтар жасайды, мені ренжіту үшін.

17. Менің балам жаман нәрсенің бәрін өзіне тартып алады.

18. Менің баламды қанша ынталансаң да жақсы үлгіге үйрете алмайсың.

19. Баланы қатты ұстау қажет, сонда одан жақсы тәртіпті адам өседі.

20. Баламның достары үйге келгенін ұнатамын.

21. Баламның өсуінде мен қатысамын.

22. Менің балама барлық жаман нәрсе «қабысады».

23. Менің балам өмірде табысқа жетпейді.

24. Таныстар жиылысында балалар жайында әңгіме қозғалғанда, мен кішкене ұяламын, менің баламның мен ойлағандай ақылды және қабілетті болмағанына.

25. Мен өз баламды аяймын.

26. Баламды оның құрдастарымен салыстарғанда, олар іс-әрекеттерімен де ой-өрісімен де менің баламнан үлкен болып көрінеді.

27. Мен өз баламмен бос уақытымды қуана өткіземін.

28. Мен баламның өсіп ержетіп келе жатқанына өкінемін, оның кішкентай кездерін нәзіктікпен еске аламын.

29. Балама қастық қатынаста екенімді жиі сеземін.

30. Менің балам өмірде мен жете алмаған жетістікрге жетсе екен деймін.

31. Ата-ана баладан тек талап ете бермей, оған бейімделуі қажет.

32. Баламның барлық өтініштерін орындауға тырысамын.

33. Отбасылық шешімдер қабылдағанда баланың да пікірін ескеру қажет.

34. Баламның өмірі мені өте қызықтырады.

35. Баламмен жанжал болған кездерде, оның өзінше рас екенін жиі мойындаймын.
36. Ата-анасының қателесетінін балалар ерте жастан біледі.
37. Мен баламмен үнемі санасамын.
38. Мен балама достық сезімін сеземін.
39. Баламның қыңырлығының басты себебі - өзімшілдік, қырсықтық және жалқаулық.
40. Демалыс күндерінді баламен өткізсең жақсы дем ала алмайсың.
41. Ең бастысы баланың тыныш және қамсыз балалық шағы болуы.
42. Кейбір кездері баламның жақсы нәрсеге дағдысы жоқ деп есептеймін.
43. Баламның әуестерін мақұлдаймын.
44. Менің балам кімді болса да өзінен шығара алады.
45. Баламның реніштерін түсінемін.
46. Менің балам мені жиі ашуландырады.
47. Баланы тәрбиелеу – жүйкені тоздырады.
48. Балалық шақтағы қатал тәртіп балада күшті мінез-кұлық дамытады.
49. Мен балама сенбеймін.
50. Қатал тәрбиелік үшін кейін бала рахметін айтады.
51. Кейбір кездері баламды жек көретін сияқтымын.
52. Баламда кадыр-қасиеттен кемшіліктер көп.
53. Баламның қызығушылықтарын мақұлдаймын.
54. Балам өздігінен еш нәрсе әстей алмайды, істегеннің өзінде дұрыс емес.
55. Менің балам өмірге бейімсіз болып өсіп келеді.
56. Менің балам қандай да болса өзіме ұнайды.
57. Баламның денсаулығын қатта қадағалаймын.
58. Баламды мақтан тұтамын.
59. Бала ата-анасынан құпия сақтамауы тиіс.
60. Баламның қабілетінен жоғары пікірде емеспін және оны баламнан жасырмаймын.
61. Бала ата-анасына ұнаған балалармен достасып жүргені дұрыс.

### Сауалнама кілті

I. «Қабылдау-қабылдамау»: 3, 4, 8, 10, 12, 14, 15, 16, 18, 20, 23, 24, 26, 27, 29, 37, 38, 39, 40, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 49, 51, 52, 53, 55, 56, 60

II. Мінез-құлқының әлеуметтік қалауының бейнесі: 6, 9, 21, 25, 31, 33, 34, 35, 36.

III. «Симбиоз»: 1, 5, 7, 28, 32, 41, 58.

IV. «Авторитарлық гиперсоциализация»: 2, 19, 30, 48, 50, 57, 59.

V. «Кішкентай жолы болғысыз адам»: 9, 11, 13, 17, 22, 28, 54, 61.

Тесттік балдардың саналу реті:

Тесттік балдарды барлық шәкілдерде «дұрыс» жауабы есептеледі.

Сейкес шәкілдердегі жоғарғы тесттік бал:

I – қабылдамау;

II – әлеуметтік қалау;

III – симбиоз;

IV – гиперсоциализация;

V – инфантилизация (инвалидизация).

Тесттік мөлшерлер сәйкес шәкілдердің тесттік балдардың пайыздық рангтары кесте түрінде беріледі.

Сауалнама шәкілдерінің шикі балдары пайыздық рангтарға ауыстыру кестесі.

#### 1 шәкіл «қабылдау-қабылдамау»

«Шикі бал»	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Пайыздық ранг	0	0	0	0	0	0	0,6	3,7	12,	13,	53,	68,
							3	9	02	01	79	35
«Шикі бал»	12	13	14	15	16	17	18	19				
Пайыздық ранг	77,	84,	88,	90,	92,	93,	94,	95,				
	21	17	60	50	40	67	30	50				
«Шикі бал»	20	21	22	23	24	25	26	27				
Пайыздық ранг	97,	98,	98,	99,	100	100	100	100				
	46	10	73	36								
«Шикі бал»	28	29	30	31	32							
Пайыздық ранг	100	100	100	100	100							

## II шәкіл «Кооперация»

«Шикі бал»	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Пайыздык ранг	1,57	3,46	5,67	7,88	9,77	12,29	19,22	31,19	48,82	80,33

## III шәкіл «Симбиоз»

«Шикі бал»	0	1	2	3	4	5	6	7
Пайыздык ранг	4,72	19,5	39,06	57,96	74,97	86,63	92,93	95,65

## IV шәкіл «Авторитарлық гиперсоциализация»

«Шикі бал»	0	1	2	3	4	5	6
Пайыздык ранг	4,41	13,86	32,13	53,87	69,30	83,79	95,74

## V шәкіл «Кішкентай жолы болғысыз адам»

«Шикі бал»	0	1	2	3	4	5	6	7	8
Пайыздык ранг	14,55	45,57	70,25	84,81	93,04	96,83	99,37	99,83	100

**Э. Хайманың индивидуалды копинг-стратегияларды айқындау әдістемелері**

Әдістеме стресті игерудің индивидуалды стилдерін анықтауға бағытталған. Мінез-құлықтың өзіміз паттерналарымен қағар, құралдық ресурстар мақсатында қолданылуы мүмкін.

**Нұсқау.** Сізге өзіміз-құлықңыздың ерекшеліктеріне байланысты біркатар тұжырымдамалар ұсынылады. Қиын және стрестік жағдайларды көбінесе қалай шешетінізді еске түсіріңіз. Сізге сәйкес келетін нөмірді дөңгелектеңіз. Тұжырымдамалардың әр бір белгісінде өз қиындықтарыңызды шешуге көмектесетін нұсқаны таңдауыңыз керек.

Соңғы уақытта қиын жағдайларды қалай шешетінізге сәйкес жауап беріңіз. Көп ойланбаңыз – сізге алғашқы реакцияңыз маңызды. Мүқият болыңыз!

**Тұжырымдамалар.**

**А.**

1. «Дәл қазір қиындықтан да маңызды қиындық бар» -деп өзіме айтамын.

2. «Бұл тәңдир, оған көну керек»- деп өзіме айтамын.

3. «Бұл аса қиын емес, негізібәрі дұрыс»

4. «Қиыншылықтарда мен өзімді бақылап басқара аламын және өз жағдайымды ешкімге көрсетпеуге тырысамын»

5. «Мен барлығын талдап, барлығын салыстырып, өзіме не болғанын түсіндіруге тырысамын»

6. «Басқа адамдардың проблемаларына қарағанда менікі түкке тұрмайды»- деп өзіме айтамын.

7. «Бірдеңе болса, бұл құдайдың қалағаны болар»

8. «Мен не істерімді білмеймін, кейде осы қиындықтардан шыға алмаймындай сезінемін»

9. «Мен өз қиындықтарымға ерекше мән беремін, оларды жеңе отырып өзімді жетілдіремін»

10. «Дәл қазір қиындықтарымды толығымен жеңе алмаймын, бірақ уақыт өте келе олар да күрделілерін шешемін»

**Б.**

1. «Мен үнемі тағдырдыңмаған қатысты әділетсіз болуына ренжимін»

2. «Мен үмітімді үзіп, жылаймын»
3. «Мен өзімдегі эмоцияларды көрметпеймін»
4. «Мен үнемі қандай да болсын жағдайдың шешімі бар екендігіне сенімдімін»
5. «Мен өз қиындықтарымды шешуді маған көмектесуге даяр адамдарға тапсырамын»
6. «Мен үмітсіздік жағдайларға бой ұрамын»
7. «Мен өзімді кінәлі деп есептеймін, соған сәйкес жазамды да аламын»
8. «Мен долданып, агрессивті болж түсемін»

## В.

1. «Мен қиындықтарымды ұмыту үшін, сүйікті ісімен айналысуға тырысамын»
2. «Мен адамдарға көмектесуге тырысамын, оларға көмектесе отырып, өз қайғыларымды ұмытамын»
3. «Ойланбауға тырысамын, ойларымның қиындықтарға шоғырлануынан қашамын»
4. «Өзімді алдандырып, көңіл-күйімді көтеріп, басқа бағытка бұруға тырысамын (алкогольдың, тыныштандыратын дәрілер, тәтті тағамдардың көмегімен)»
5. «Қиындықтарымды жеңу үшін, бұрынғы армандарымның жүзеге асуын қолға аламын (сапарға аттанамын, шет тілдер курсына жазыламын)»
6. «Мен оқшауланамын, өзіммен жекеқалуға тырысамын»
7. «Қиындықтарды жеңу үшін, осындай қиындықтарды бастан кешірген адамдармен ынтымақтастықты пайдаланамын»
8. «Мен үнемі маған кеңес беруге қабілетті адамдард іздеймін»

## Нәтижелерді талдау

Жауаптардың сапалы әрі мазмұнды талдаулары қолданылады. Кілтте әрбір тұжырымдама белгілі бір копинг-стратегиямен байланысқан. Егер сұралушы адам нақты бір тұжырымдаманы тандаса, соған сәйкес копинг-стратегия сол адамға тән деп есептеледі. Стресті жеңу стратегиялары нәтижелі, салыстырмалы нәтижелі және нәтижесізболуы мүмкін. Копинг-стратегиялар 3 топқа бөлінеді:

- Когнитивті
- Эмоционалды



#### • Мінез-құлықтық

Кілтте копинг-стратегиялар тұжырымдамаларға сәйкес келтірілген. Жақшаның ішінде олардың мағыналары берілген: II-нәтижелі копинг-стратегиялары (стресі тез әрі сәтті жеңуге тырысады), O-салыстырмалы нәтижелі копинг-стратегиялары (кейбір жағдайда ғана көмектеседі, аса маңызды емес немесе кішігірім стрестер), H-нәтижелі емес стратегиялар (стрестік жағдайларды жоймайды, керісінше оны өршілге түседі).

#### Кілт

##### A. Когнитивті копинг – стратегиялар

1. Игнор – «Дәл қазір қиындықтан да маңызды қиындық бар» - деп өзіме айтамын.
2. Көну - «Бұл тағдыр, оған көну керек» - деп өзіме айтамын.
3. Диссимиляция - «Бұл аса қиын емес, негізібәрі дұрыс»
4. Өзін басқаруды сақтау - «Қиын минуттарда мен өзімді бақылап басқара аламын және өз жағдайымды ешкімге көрсетпеуге тырысамын»
5. Проблеммалық талдау - «Мен барлығын талдап, барлығын салыстырып, өзіме не болғанын түсіндіруге тырысамын»
6. Салыстырмалылық - «Басқа адамдардың проблемаларына карағанда менікі түкке тұрмайды» - деп өзіме айтамын.
7. Дішшілдік - «Бірдеңе болса, бұл құдайдың қалағаны болар»
8. Саскалақтау - «Мен не істерімді білмеймін, кейде осы қиындықтардан шыға алмайтындай сезінемін»
9. Мән беру - «Мен өз қиындықтарыма ерекше мән беремін, оларды жеңе отырып өзімді жетілдіремін»
10. Өз құрадышықтарын тағайындау - «Дәл қазір қиындықтарымды толығымен жеңе алмаймын, бірақ уақыт өте келе одан да күрделілерін шешемін»

##### B. Эмоционалды копинг - стратегиялар

1. Карсы шығу - «Мен үнемі тағдырдың маған қатысты әділетсіз болуына ренжимін»
2. Эмоционалды серпіліс - «Мен үмітімді үзіп, жылаймын»
3. Эмоцияларды жою «Мен өзімдегі эмоцияларды көрметпеймін»

4. Оптимизм «Мен үнемі қандай да болсын жағдайдың шешімі бар екендігіне сенімдімін»

5. Енжар кооперация «Мен өз қиындықтарымды шешуді маған көмектесуге даяр адамдарға тапсырамын»

6. Бас ию «Мен үмітсіздік жағдайларға бой ұрамын»

7. Өзін-өзі кінәлау «Мен өзімді кінәлі деп есептеймін, соған сәйкес жазамды да аламын»

8. Агресситі «Мен долданып, агрессивті бола түсемін»

## В.

1. Көңілін бұру - «Мен қиындықтарымды ұмыту үшін, сүйікті ісіммен айналысуға тырысамын»

2. Альтруизм - «Мен адамдарға көмектесуге тырысамын, оларға көмектесе отырып, өз қайғыларымды ұмытамын»

3. Белсенді қашу - «Ойланбауға тырысамын, ойларымның қиындықтарға шоғырлануынан қашамын»

4. Компенсация «Өзімді алдандырып, көңіл-күйімді көтеріп, басқа бағытқа бұруға тырысамын (алкогольдың, тыныштандыратын дәрілер, тәтті тағамдардың көмегімен)»

5. Құрылымдық белсенділік - «Қиындықтарымды жеңу үшін, бұрынғы армандарымның жүзеге асуын қолға аламын (сапарға аттанамын, шет тілдер курсына жазыламын)»

6. Артқа шегіну - «Мен оқшауланамын, өзіммен жеке алуға тырысамын»

7. Ынтымақтастық - «Қиындықтарды жеңу үшін, осындай қиындықтарды бастан кешірген адамдармен ынтымақтастықты пайдаланамын»

8. Жолжау - «Мен үнемі маған кеңес беруге қабілетті адамдарды іздеймін»

THE UNIVERSITY OF CHICAGO  
LIBRARY