

UNIVERSITATEA PEDAGOGICĂ DE STAT „ION CREANGĂ”
DIN CHIȘINĂU
FACULTATEA DE PSIHOLOGIE ȘI PSIHOPELAGOGIE SPECIALĂ
CATEDRA DE PSIHOLOGIE

ELENA LOSÎI

IULIA RACU

ORGANIZAREA ACTIVITĂȚII
PSIHOLOGULUI ȘCOLAR
CU PREADOLESCENȚII

Chișinău, 2016

**Aprobat de catedra Psihologie și Consiliul Facultății de Psihologie și Psihopedagogie
Specială a Universității Pedagogice de Stat "Ion Creangă"**

Coordonatori:

Elena Losîi, conferențiar universitar, doctor în psihologie

Iulia Racu, conferențiar universitar, doctor în psihologie

Recenzenți:

Igor Racu, profesor universitar, doctor habilitat în psihologie, prorector pentru știință, relații internaționale și integrare europeană

Larisa Chirev, lector superior, șef interimar catedra Psihologie

Descrierea CIP a Camerei Naționale a Cărții

Organizarea activității psihologului școlar cu preadolescenții / Univ. Ped. de Stat „Ion Creangă” din Chișinău, Fac. de Psihologie și Psihopedagogie Specială, Catedra de Psihologie; coord: Elena Losîi, Iulia Racu. – Chișinău: S.n., 2016 (Tipografia UPS „Ion Creangă”). 191p.

100 ex.

ISBN 978-9975-46-252-8.

37.015.3

A 15

CUPRINS

NOTĂ EXPLICATIVĂ	5
Analiza psihologică a unei lecții la ciclul gimnazial	9
Caracteristica psihologică a clasei	11
Fișă de caracterizare psihologică a elevului	12
Fișă de caracterizare psihopedagogică a elevului	13
TESTE PENTRU EVALUAREA PROCESELOR COGNITIVE	16
Tehnica de cercetare a memoriei auditive	16
Tehnica de studiere a memoriei vizuale	17
Tehnica de examinare a atenției Toulouse-Pieron	18
Testul de imaginație (combinarea literelor A, B, C, D)	20
Testul de inteligență Matricele Progresive RAVEN	21
TESTE PENTRU EVALUAREA PERSONALITĂȚII	54
Scala de manifestare a anxietății la copii	54
Tehnica de diagnosticare a nivelului anxietății școlare Phillips	57
Scala de manifestare a anxietății Taylor	60
Inventarul de expresie a anxietății ca stare și ca trăsătură	62
Inventarul ostilității A. Bass și A. Darkee	65
Autoaprecierea stărilor psihice Eysenck	68
Testul privind strategiile comportamentale în conflict Thomas-Kilmann	70
Testul „20 de Eu”	74
Tehnica de studiere a autoaprecierii la preadolescenți Dembo-Rubinștein (varianta A. Prihojan)	75
Testul „Cât de puternică este imaginea de sine?”	76
Test pentru evaluarea stimei de sine Rosenberg	79
Test de studiere a încrederii în sine (V. Romek)	80
Chestionar de personalitate (H.Eysenck)	83
Chestionarul pentru copii CPQ	86
Chestionarul 16 PF Cattell (Forma C)	96
Chestionar caracterologic (K.Leonhard, H.Schmiescheck)	112
Testul sociometric	118
Metodica „Determinarea climatului psihologic în colectiv”	120
Determinarea climatului psihologic în colectiv (după Dușabaeva)	122
Metoda de diagnosticare a relațiilor interpersonale (T. Leary)	123
Tehnica Animalul inexistent	131
Tehnica Desenul familiei	135
TESTE DE ORIENTARE ȘCOLARĂ ȘI PROFESIONALĂ	138
Chestionar de delimitare a intereselor profesionale (E. Klimov)	138
Chestionar „V-ați ales bine profesia?” (D. Super)	140
Chestionar de aptitudini comunicative și organizatorice COS – 1 (V.Sineavschii și B. Fedorișin)	143
STUDIAREA CAUZELOR NEREUȘITEI ȘCOLARE A ELEVILOR	147
Metodica studierii motivației învățării la elevii de vârstă școlară mică (după N. G. Luscanova)	150
E.R.D.Ș.	152

ACTIVITATE DE PSIHOPROFILAXIE	157
„Prietenia dintre o fată și un băiat”	157
PROGRAM DE DEZVOLTARE ȘI REMEDIERE	160
Program de diminuare a anxietății la preadolescenții din clasa a V-a	160
ANEXE	171
Anexa 1. Model de foaie de titlul pentru mapa documentației practicii	171
Anexa 2. Model de plan individual pentru practica psihologică / psihopedagogică	172
Anexa 3. Model de foaie de titlul pentru zilnicul practicii psihologică / psihopedagogică	173
Anexa 4. Model de zilnic pentru practica psihologică / psihopedagogică	174
Anexa 5. Model de fișă de asistență la ore	175
Anexa 6. Model de proces verbal al psihodiagnozei de grup	177
Anexa 7. Model de proces verbal sumativ	178
Anexa 8. Model de proces verbal al psihodiagnozei individuale	179
Anexa 9. Model de dare de seamă despre practica psihologică / psihopedagogică	180
Anexa 10. Acte normative	181
Bibliografie	189

NOTĂ EXPLICATIVĂ

Ghidul de practică este destinat studenților anului III de studiu, specialitățile Psihologie și Psihopedagogie din cadrul Facultății de Psihologie și Psihopedagogie Specială a UPS ”Ion Creangă”. Practica psihologică, desfășurată la anul III de studiu, reprezintă o continuare firească a practicii psihologice desfășurate în anul II de studiu, constituind o componentă esențială a procesului de pregătire profesională a psihologului/psihopedagogului. Acest gen de activitate practica oferă posibilități mari pentru autodeterminarea profesională a studenților. Pregătirea profesională al viitorului specialist psiholog/psihopedagog presupune pe de o parte obținerea cunoștințelor teoretice despre particularitățile dezvoltării psihosociale ale copilului la fiecare etapă de vârstă, pe de altă parte - formarea unor abilități practice de lucru cu elevii de vârstă diferită, oferindu-i la timp asistența și ajutorul psihologic necesar. Dacă în cadrul practicii psihologice desfășurate în anul II de studiu studenții au studiat particularitățile de vârstă ale copiilor preșcolari și elevilor de vârstă școlară mică, atunci în cadrul acestui stagiu de practică ei vor studia particularitățile de vârstă ale preadolescenților. Studenții ce-și fac studiile la specialitatea psihologie/psihopedagogie vor desfășura practica psihologică/psihopedagogică în clasele gimnaziale, studiind particularitățile de vârstă ale preadolescentului, utilizând întreaga gamă de metode de cercetare (observare, convorbire, testare, analiza produselor activității, metoda biografică etc.), adunând materialul informativ necesar analizei, prelucrării și interpretării psihologice. Studenții vor aplica cunoștințele asimilate la orele de curs în realizarea sarcinilor practicii, antrenându-și abilitățile necesare viitorului psiholog practic.

Scopul practicii este de oferi posibilitate studenților să-și antreneze competențele de diagnosticare a particularităților individuale ale elevilor din ciclul gimnazial și de intervenție psihologică/psihopedagogică necesare pentru implicarea în procesul educațional și în cel de adaptare și integrare școlară a acestora.

În cadrul acestui stagiu de practică studenții își vor perfecționa abilitățile necesare viitorului specialist cum ar fi cele de a studia personalitatea elevilor, de a utiliza metode variate de psihodiagnoză, de a analiza informația psihologică obținută în urma testărilor și de a formula concluzii și recomandări, de a utiliza diferite forme, metode de intervenție psihologică, de a analiza experiența psihologică și pedagogică, de a organiza activități de cercetare ș.a. Misiunea acestei practici este de a forma la studenți abilitățile de soluționare a problemelor de natură psihologică prin organizarea orelor de profilaxie, a ședințelor de training, a activităților de consiliere pe diferite probleme etc.

Acest ghid constituie un suport metodic și practic pentru realizarea activităților prevăzute în programa practicii cu elevii din ciclul gimnazial.

Organizarea practicii

Practica se desfășoară în școlile și liceele orașului Chișinău. Durata practicii este de 4 săptămâni.

Practica începe cu organizarea activităților de inițiere, prin care studenții fac cunoștință cu instituția de învățământ, conducerea acesteia, cu psihologul școlar, diriginții claselor în care urmează să desfășoare practica. Obiectivele și sarcinile practicii, direcțiile generale de activitate, cerințele față de conținutul activităților ce urmează a fi efectuate se precizează împreună cu psihologul școlar. Studenților își planifică sarcinile și activitățile săptămânale și zilnice pentru întreaga perioadă a practicii.

În cadrul stagiului de practică activitatea studenților este ghidată de coordonatorul de practică și psihologul școlar din instituția în care este realizată practica.

Pe parcursul practicii studenții completează zilnicul în care reflectă rezultatele muncii îndeplinite, datele observărilor, își planifică detaliat activitățile și analizează eficiența muncii îndeplinite. Zilnicul urmează să fie prezentat la control conducătorului practicii în fiecare zi.

La sfârșitul practicii, în cadrul conferințelor de totalizare, se fac totalurile, se analizează reușitele și dificultățile întâlnite, fiecare student prezintă darea de seamă despre activitatea sa și portofoliul practicii.

Finalitățile stagiului de practică psihologică:

- elaborarea planului individual de activitate raportat la sarcinile stagiului de practică, necesitățile instituției de învățământ în care se desfășoară practica și particularitățile de vârstă ale elevilor;
- organizarea activităților de psihodiagnostic individual și colectiv folosind metode și tehnici adecvate vârstei și problemei studiate;
- elaborarea caracteristicii psihologice individuale și caracteristicii psihologice a clasei de elevi în care vor fi reflectate rezultatele diferitor metode de cercetare (observarea, testarea, convorbirea, analiza produselor activității, metoda biografică etc.);
- analiza psihologică a cauzelor nereușitei școlare a unui elev, alcătuirea anamnezei psihologice și elaborarea programului de corecție;
- proiectarea unei activități de psihoprofilaxie reieșind din dificultățile cu care se confruntă elevii și particularitățile lor de vârstă;
- elaborarea și realizarea unor ședințe de training pentru diminuarea problemei de natură psihologică depistată în urma psihodiagnozei;
- integrarea experienței acumulate în timpul stagiului de practică prin analiza reușitelor proprii și a dificultăților întâlnite.

Competențe dezvoltate în cadrul stagiului de practică:

1. ***De cunoaștere și înțelegere.*** Studenții vor cunoaște: principalele direcții ale serviciului psihologic în școală și aspectele activității lui la ciclul gimnazial, metodele de cercetare în dependență de vârsta elevilor, cerințele înaintate față de activitatea de psihodiagnostic, componentele unui proces verbal al psihodiagnozei individuale și de grup, elementele de bază ale orei de psihoprofilaxie, aspectele-cheie ce se conțin într-o caracteristică psihologică individuală sau colectivă.
2. ***De aplicare.*** Studenții vor putea: observa și înregistra manifestările comportamentale ale elevului în timpul orelor și în afara lor; analiza activitatea instructiv-educativă a profesorului la lecție; administra individual și colectiv teste (de studiere a proceselor psihice și personalității) adecvate vârstei elevului; prelucra și interpreta datele obținute; identifica dificultățile cu care se confruntă elevul / clasa de elevi; formula recomandări pentru elevi, profesori, părinți; selecta conținutul și metodele adecvate temei și vârstei pentru o oră de profilaxie; selecta exercițiile pentru training; realiza activități de consiliere psihologică; completa documentația psihologică / psihopedagogică (proces verbal al psihodiagnozei individuale și de grup, fișa de analiză a lecției, fișa psihopedagogică, zilnicul practicii).
3. ***De integrare și transfer.*** Studenții vor putea elabora o caracteristică individuală a elevului / a colectivului clasei generalizând datele rezultate din testare, observare, analiza produselor activității, interviu; proiecta o oră de profilaxie selectând conținutul și metodele adecvate temei și vârstei; proiecta o activitate de consiliere psihologică; integra experiența acumulată și trasa obiective pentru autodezvoltare profesională completând raportul despre practica psihologică / psihopedagogică.

Sarcini pentru practica psihologică pentru studenți:

1. Să elaboreze planul individual de activitate pentru întregul stagiu de practică.
2. Să completeze zilnicul practicii pe parcursul întregul stagiu de practică.
3. Să realizeze observări asupra comportamentului preadolescenților în cadrul lecțiilor și în afara acestora.
4. Să realizeze analiza psihologică a cinci lecții.
5. Să realizeze psihodiagnosticul colectiv al elevilor din clasă (în dependență de solicitările diriginților sau psihologului școlar).
6. Să realizeze psihodiagnosticul individual la 2 preadolescenți cu nereușită școlară.
7. Să întocmească caracteristica psihologică a colectivului clasei.
8. Să întocmească caracteristica psihologică a 2 preadolescenți.
9. Să realizeze o oră de psihoprofilaxie (tema se discută cu dirigințele clasei sau cu psihologul școlar).

10. Să realizeze activități de consiliere psihologică.
11. Să elaboreze conținutul unui trening în funcție de problema psihologică depistată și să-l realizeze.

Portofoliul practicii psihologice trebuie să conțină următoarele materiale:

1. Planul individual de activitate practică
2. Zilnicul practicii
3. Analiza psihologică a cinci lecții
4. Procesele verbale ale psihodiagnosticului clasei de elevi
5. Procesele verbale ale psihodiagnosticul individual al copiilor
6. Caracteristicile psihologice ale colectivelor de elevi
7. Caracteristicile psihologice a doi preadolescenți
8. Proiectul activității de profilaxie realizată cu preadolescenții
9. Planul activităților de consiliere
10. Conținutul ședințelor de training realizate
11. Testele
12. Alte materiale utilizate pe parcursul practicii
13. Darea de seama
14. Confirmare din partea administrației instituției de învățământ preuniversitar în care a fost realizată practica cu aprecierea activității de către psihologul școlar / director adjunct pentru educație.

Analiza psihologică a unei lecții la ciclul gimnazial

1. Obiectivul psihologic al lecției

- Locul și importanța lecției date în planul de perspectivă de dezvoltare a elevilor. Formularea scopurilor.
- În ce măsură este luată în considerare în cadrul formulării obiectivului lecției, sarcina finală, caracterul materialului învățat și rezultatele obținute în lucrul precedent.
- În ce măsură mijloacele de influențare psihologo-pedagogice, procedeele metodice folosite la lecție, stilul general al lecției corespund obiectivului trasat al lecției.

2. Stilul lecției

1. În ce măsură conținutul și structura lecției corespund principiului instruirii dezvoltative:

- proporția încărcăturii asupra memoriei și gândirii elevilor;
- corelația activității reproductive și creative ale elevilor;
- corelația însușirii cunoștințelor primite de-a gata (din cuvintele profesorului, manual, material suplimentar) și căutarea independentă;
- ce verigi ale instruirii problematice-euristice sunt îndeplinite de către profesor și care de către elevi (cine pune problema, cine o formulează, cine o rezolvă);
- corelația dintre control, analiză, apreciere a activității elevilor efectuată de către profesor, și aprecierii reciproce critice, autocontrol și autoanaliza elevilor;
- corelația dintre tendința elevilor față de activitate (comentarii ce provoacă emoții pozitive și legătura cu lucrul efectuat, montajele ce stimulează interesul, efortul volitiv de depășire a greutăților, etc.) și forțarea;
- tactul pedagogic al profesorului;
- climatul psihologic din clasa (capacitatea de a menține, susține atmosfera unei comunicări autentice de bucurie, contactul de lucru, sau alte dispoziții).

2. Particularitățile autoorganizării profesorului:

- pregătirea către lecție (gradul de cunoaștere a conținutului și componentele structurale ale lecției, gradul de conștientizare a scopului psihologic și pregătirea interioară către îndeplinirea acesteia);
- dispoziția de lucru înainte de lucru și pe parcursul lecției (tonusul emoțional, corespunderea dispoziției cu scopul lecției, energia de lucru, insistența în atingerea scopului propus, atitudinea optimistă față de tot ce se petrece la lecție, istețimea pedagogică ș.a.).

3. Organizarea activității de cunoaștere a elevilor.

1. În ce măsură erau satisfăcute condițiile pentru activitatea productivă a gândirii, imaginației elevilor:

- cum se asigura conștientizarea, unicitatea percepției de către elevi a materialului studiat;

- ce fel de montaje erau folosite și în ce forme (convingerea, sugestia);
- cum erau atinse concentrarea și stabilitatea atenției elevilor;
- ce forme de lucru erau folosite pentru actualizarea memoriei elevilor, a informației studiate mai înainte, necesare pentru însușirea cunoștințelor noi (integrarea individuală, convorbirea cu clasa, exerciții de repetare ș. a.).

2. *Organizarea activității gândirii și imaginației elevilor în procesul formării cunoștințelor și deprinderilor noi:*

- la ce nivel se formează cunoștințele elevilor (reprezentări intuitiv-concrete, a noțiunilor, reprezentărilor generale, evidențierea formulelor ș. a.);
- ce legități psihologice erau luate în considerare în formarea reprezentărilor, noțiunilor, nivelului de înțelegere, creării imaginilor noi;
- prin ce procedee era stimulată independența, activismul gândirii elevilor (sisteme de întrebări, crearea situațiilor problematice, sarcini problematice euristice de diferit nivel, sarcini cu date suplimentare sau insuficiente, lucrul de cercetare la lecție ș.a.);
- care este nivelul de înțelegere (descriptiv, comparativ, explicativ, de generalizare, apreciative, problematice);
- ce fel de activități creative au fost folosite la lecție și cum profesorul a dirijat imaginația creativă a elevilor (explicarea temei și scopurilor de lucru, condițiilor de îndeplinire, învățarea selecției și sistematizării materialului, precum și prelucrării rezultatelor și prezentarea lucrării).

3. *Întărirea rezultatelor activității:*

- formarea deprinderilor cu ajutorul exercițiilor;
- preîntâmpinarea interferenței și învățarea transferului cunoștințelor deja însușite asupra noilor condiții de lucru.

4. Organizarea elevilor.

1. Analiza nivelului dezvoltării intelectuale, atitudinii față de învățământ și particularitățile autoorganizării unor elevi aparte (în limite accesibile).
2. Ce grupe de elevi după nivelul de instruire evidențiază profesorul și cum combină lucrul frontal în clasă cu formele individuale sau de grup de lucru.
3. Luarea în considerare a particularităților de vârstă ale elevilor la toate etapele de pregătire către lecții și realizarea acestuia: în determinarea scopului și a stilului lecției, în organizarea activității de cunoaștere ale elevilor și în cadrul atitudinii diferențiate în procesul instruirii.

Caracteristica psihologică a clasei

1. Noțiuni generale despre colectivul de elevi.

Numărul elevilor (băieți, fete), vârsta lor, când a fost formată clasa.

2. Structura colectivului.

Caracteristica liderilor oficiali: reușita la învățătură, atitudinea față de obligații (spiritul de inițiativă, interdependență, activismul etc.), atitudinea față de sine și colegi. Autoritatea liderilor oficiali. Liderii neoficiali, orientarea lor, relațiile cu liderii oficiali, cu colegii. Existența microgrupurilor, orientarea intereselor, participarea la viața colectivului.

3. Caracteristica activității colectivului.

Activitatea instructivă. Nivelul dezvoltării intelectuale al elevilor, activismul cognitiv și instructiv, reușita la învățătură, atitudinea față de ea. Eminenții clasei, relația lor cu colectivul, numărul elevilor, care nu reușesc la învățătură, cauzele nereușitei, atitudinea clasei față de acești elevi. Ajutorul și exigența reciprocă. Disciplina la lecții. Cauzele indisciplinei. Tradițiile în activitatea instructivă a clasei și rolul lor instructiv-educativ.

Activitatea de muncă a colectivului școlar. Atitudinea clasei față de activitatea de muncă, de autoservire. Manifestarea disciplinei, responsabilității, inițiativei. Dezorganizatorii activității de muncă, atitudinea colectivului față de ei. Tradițiile pozitive în activitatea de muncă și importanța lor instructiv-educativă.

4. Climatul psihologic al colectivului.

Dispoziția care domină în clasă. Manifestarea ajutorului reciproc, stimei, exigenței, bunăvoinței. Atitudinea elevilor față de critică și autocritică. Faptele aprobate și dezaprobat. Existența divergențelor dintre vorbe și fapte. Atitudinea față de eminenți, lideri, dezorganizatori. Conflictele, cauzele și aplanarea lor.

Timul liber. Pasiunile elevilor (turism, muzică, dansuri, teatru etc.).

Relațiile colectivului școlar cu pedagogii.

5. Concluziile și recomandările psihologo-pedagogice.

Pe baza studierii colectivului clasei se vor evidenția următoarele: etapa de dezvoltare a colectivului, nivelul integrității, atitudinea elevilor față de învățătură, muncă, activismul social, climatul psihologic în clasă, contribuția studentului-practicant la ridicarea reușitei la învățătură, a disciplinei, la ameliorarea climatului psihologic.

Fișă de caracterizare psihologică a elevului

Data completării

Nume, prenumele

Vârsta

Clasa

Data nașterii

Date despre familie

I. Date medicale (dezvoltarea fizică și starea generală a sănătății) _____

II. Procese intelectuale și stilul de muncă

1. Nivelul de inteligență _____
2. Limbajul _____
3. Memoria _____
4. Gândirea _____
5. Atenția _____
6. Spiritul de observație _____
7. Imaginația _____
8. Motivația _____
9. Stilul de muncă _____

III. Conduita la lecții și în colectivul clasei

1. Participarea la lecții _____
2. Disciplina la lecții _____
3. Participarea la viața colectivului clasei _____
4. Aprecieri ale colectivului de elevi _____

5. Statutul în grup _____
6. Aprecieri ale profesorilor, dirigintelui _____

IV. Trăsături de personalitate

1. Tipul dominant de temperament _____
2. Emotivitatea _____

3. Trăsături dominante de caracter

- Pozitive _____
- Negative _____

V. Interese, înclinații, aptitudini _____

VI. CONCLUZII _____

VII. Prognoza de dezvoltare a elevului _____

Fișă de caracterizare psihopedagogică a elevului

A. Date generale:

Nume, prenume.....

Data nașterii....., părinții (studii, loc de muncă),

Adresa

mediul familial: familie complexă, lipsa unui părinte, părinți vitregi, frați, surori mai mari sau mai mici, alte persoane apropiate de familie; atmosfera și climatul educativ: înțelegere deplină între părinți, părinți și copii; familia în curs de disociere, dezorganizată; condițiile de viață și de muncă ale elevului: favorabile, satisfăcătoare, nefavorabile.

B. Date medicale: dezvoltarea fizică și starea generală a sănătății, comoții cerebrale, boli somatice cronice.

C. Procesele intelectuale și stilul de muncă:

Nivelul de inteligență: capacitatea de înțelegere, puterea de judecată, priceperea de a compara, de a analiza, de a sistematiza, de a selecta esențialul, de a stabili legături, funcționalitatea și operaționalitatea cunoștințelor dobândite; spiritul de cercetare;

Percepția: *spiritul de observație:* foarte bun, bun, superficial, slab dezvoltat.

Atenția: capacitatea de a fi atent în timpul lecției _____

Comutarea, stabilitatea, concentrarea, distribuirea, volum, mobilitatea (în timpul lecției, jocului, altor activități).

Productivitatea la lecții: înaltă, medie, joasă.

Memoria: volumul, viteza,
mecanică....., logică.....,
de scurtă durată....., de lungă durată.....,

Gândirea: intuitiv-plastică....., verbal-abstractă....., teoretică....., practică....., creativă....., critică.....

Limbajul: vocabular bogat, exprimare ușoară, clară, frumoasă, coerentă; exprimare corectă, dar rezervată; vocabular redus, sărac; exprimare incorectă, anevoioasă, ticuri verbale.

Imaginația și creativitatea: tipul de imaginație; capacitatea de a stabili corelații, manifestarea inventivității, a creativității; caracteristici: foarte bogată, inventivă, de nivel mediu, redusă; capacitatea creativă.

Motivația: intenția de a cunoaște, încadrarea în disciplină și conținutul activității; interes sporit pentru cunoaștere; nota meritată dorită; tendințe spre creativitate, descoperire; participare activă, perseverență, consecvență, satisfacție de reușita școlară.

Stilul de muncă: elevul lucrează: sistematic, temeinic, cu interes pentru cunoaștere și acțiune; organizat, ritmic, rămânând în limitele manualului; inegal, alternând pregătirea conștiințioasă cu perioade de lenevie, inconsecvență, manipulează cu nota; nu învață sistematic, studiază numai pentru a obține note de trecere, are lacune mari în cunoștințe; caracteristici: foarte sârguincios, puțin sârguincios, superficial, leneș.

D. Conduita la lecții și în colectivul clasei:

- **Participarea la lecții:** intervine cu completări; participă activ; are contribuții spontane; e greu antrenat, participă numai când este solicitat; liniștit, parcă e absent; răspunde numai în urma observațiilor repetate;
- **Disciplina la lecții:** disciplinat; receptiv la observații și îndrumări; disciplinat numai în condiții de constrângere; nereceptiv la cerințe; nedisciplinat; gălăgios, antrenează și colegii în abateri; lipsește nemotivat de la ore; are preocupări laterale în procesul instructiv-educativ;
- **Participarea la viața colectivului clasei:** autoritar, bun organizator și animator; se integrează în colectiv, bun executant; rezolvă sarcinile repartizate fără inițiativă; se sustrage de la activități, lucrează din obligații; retras, izolat, nu se integrează în colectiv, nu participă la activități extrașcolare;
- **Aprecieri ale colectivului de elevi:** bun coleg, sensibil la greutatea colegilor; apreciat pentru rezultatele la învățătură; preocupat mai mult de sine, egoist, individualist; neacceptat; respins de colectiv.

E. Trăsături de personalitate:

1. Tipul dominant de temperament:

- ❖ extravertit (deschis, comunicativ, sociabil); introvertit (închis, rezervat, puțin sociabil); tip combinat;

- ❖ *coleric*: impulsiv, nestăpânit, uneori brutal, cu dispoziție optimistă, vesel, sentimente puternice, super - excitabil;
- ❖ *sangvinic*: energic, vioi, ușor adaptabil, vesel, realist, controlat, stăpânit, sociabil;
- ❖ *flegmatic*: liniștit, domol, lent, reținut, interiorizat, comod, indiferent, capabil de concentrare puternică;
- ❖ *melancolic*: rezistență redusă la efort, extrem de sensibil, uneori trist, gânditor, capabil de analiză fină.

2. Emotivitatea: hiperemotiv, excesiv de timid, emoțiile îi dezorganizează performanțele; emotiv, dar fără reacții dezadaptate; controlat, stăpânit cu prețul unui efort; calm, echilibrat, foarte calm, uneori nepăsător.

3. Trăsături dominante de voință și caracter:

- **pozitive:** fermitate, hotărâre, hărnicie, conștiinciozitate, temeinicie, punctualitate, modestie, politețe, spirit de responsabilitate, spiritul autocritic, încrezător în forțele proprii, dornic de afirmare;
- **negative:** nehotărâre, timiditate, lașitate, necinste, neîncredere, nesinceritate, lipsa de tact, nestăpânire, indiferență, lipsa inițiativei, responsabilității, lenevie, superficialitate, nepunctualitate, lipsa autocriticii.

F. Interese, înclinații, aptitudini deosebite: de ordin intelectual; științific; tehnic; artistic; sportiv.

Concluzii (apreciere generală a personalității, asupra dominantelor și resurselor, asupra modului de valorificare a acestora; recomandări, privind activitatea instructiv - educativă ulterioară):

Prognoza de dezvoltare a elevului:

TESTE PENTRU EVALUAREA PROCESELOR COGNITIVE

Tehnica de cercetare a memoriei auditive

Tehnica măsoară capacitatea subiectului de a memoriza diferite cuvinte care i-au fost prezentate auditiv. Se aplică de la 8 ani.

Instrucțiune: După ce subiecții și-au scris numele, prenumele, vârsta, clasa, liceul și data, se dau următoarele instrucțiuni: „Am să vă citesc mai multe cuvinte. Voi să fiți foarte atenți și să căutați să le țineți minte, pentru că după ce le voi citi pe toate, am să vă cer să le scrieți. Acum creioanele pe banca și fiți atenți la cuvintele pe care am să vi le citesc”.

Cuvintele sunt citite cu aceeași voce și intonație. Viteza de citire trebuie să fie de un cuvânt la interval de 2 secunde, adică din 2 în 2 secunde citim, cu aceeași voce un cuvânt. După ce au fost citite: „Acum scrieți toate cuvintele care v-au mai rămas în minte. Nu trebuie să țineți cont de ordinea în care au fost citite. Le scrieți așa cum vă vin în minte”.

Pentru scrierea cuvintelor memorate cuvintelor elevilor li se da 3 minute.

hotar	dreptate	deal
negustor	steag	veselie
sălbatic	bătrân	brad
lemnar	curaj	icoana
fluier	pământ	sanie
ciocan	nunta	casa
animal	soare	foc
ceas	grâu	minciuna
secure	sânge	armata
ministru	câine	gard

Interpretare: Cotarea se realizează prin totalul cuvintelor corect reproduse.

Etalonul

Vârsta	Nivelul scăzut	Nivelul mediu	Nivelul înalt
8 ani	4	6	7
9 ani	5	7	9
10 ani	6	8	9
11 ani	7	9	10
12 și 13 ani	8	10	12
14 ani și peste	9	11	14

Dacă un copil de 10 ani reține corect 7 cuvinte, rezultatul lui se încadrează în medianul inferior, dacă reține 9 sau mai multe, se încadrează în quartilul superior.

Tehnica de studiere a memoriei vizuale

Testul evaluează capacitatea școlarului mic de a memora mai multe cuvinte expuse vizual. Proba se poate aplica individual și colectiv de la 8 ani.

Instrucțiune: Copilul primește fișa de lucru, în care trebuie să-și noteze numele, prenumele, vârsta, clasa, liceul și data. Psihologul menționează „Am să vă arăt mai multe cuvinte din acest tabel, pe care trebuie să le țineți minte ca imediat să le scrieți în fișa de răspuns așa cum vi le amintiți. Acum puneți pixul pe masă și priviți cuvintele” Se expune planșa cu cuvintele. Timpul de expunere este 3 minute. După ce a expirat timpul, la cuvântul „Stop”, planșa se înlătură. „Acum scrieți cuvintele care v-au rămas în minte”. Nu trebuie să țineți seama de ordinea în care au fost expuse; scrieți-le așa cum va vin în minte”. Se dau 3 minute pentru scrierea cuvintelor memorate.

Planșa cu cuvinte

oraș	oraș	piatră
noroc	învățat	lege
fluture	drum	scaun
pământ	carte	fum
iarbă	șarpe	căruță
împărat	lapte	călugăr
uriaș	biserică	bunătate
melc	mormânt	apă
cizmă	fântână	pădure
vale	cheie	frunză

Interpretare: Pentru fiecare cuvânt reprodus corect se atribuie câte 1 punct; adică cota este reprezentat prin totalul cuvintelor corecte reținute. Raportarea rezultatelor la etalon se face în felul următor: dacă un copil de 11 ani reține mai puțin de 11 cuvinte, se încadrează în quartilul inferior, dacă reține 17 cuvinte și mai mult se încadrează în quartilul superior.

Etalonul

Vârsta	Centile		
	25	50	75
8 ani	7	9	10
9 ani	8	10	14
10 – 11ani	11	15	17
12 – 14 ani	14	16	19
15 – 16 ani	16	18	21
17 ani și peste	17	20	23

Tehnica de examinare a atenției Toulouse-Pieron

Testul Toulouse-Pieron se aplică de la 7 ani până la adulți pentru a evalua productivitatea și stabilitatea atenției. Testul mai oferă informație despre nivelul de dezvoltare a concentrării atenției și comutării atenției voluntare. Se poate aplica individual și în grup.

Instrucțiune: „Fiecare dintre voi a primit câte o foaie de hârtie. Nu veți întoarce aceste foi decât atunci când va voi spune eu. Deocamdată, scrieți numele, prenumele și vârsta pe foaia pe care ați primit-o, fără să o întoarceți.

Când veți întoarce foile, veți vedea ca ele au aspectul acesta (examinatorul arată una din foi): o pagină cu pătratele mici, care au niște liniuțe orientate în diferite direcții, ceea ce face ca fiecare pătrat să fie deosebit de celelalte.

Deasupra pătrățelelor, în jumătatea superioară a foii, veți vedea 4 pătrate mai mari. Când vă voi spune să întoarceți foile, va trebui să priviți cu atenție cele 4 pătrate mari. Apoi veți cerceta fiecare rând de pătrățele, începând de la stânga spre dreapta și veți tăia (bara) cu creionul toate pătrățelele care au liniuțe orientate în aceeași poziție ca și la pătratele mari. Când vă voi spune, vă veți opri din lucru și veți pune o bară la ultimul pătrățel la care ați ajuns”.

După comanda de execuție a sarcinii, subiecții vor fi lăsați timp de **4 minute** să lucreze, după care sunt rugați să așeze toate creioanele pe masa.

Interpretare: Cotarea se face prin numărarea pătratelor exact marcate. De figurile marcate greșit cât și de cele omise nu se va ține cont.

Dacă subiectul în vârstă de 9 ani a barat corect 25 de figuri uitându-ne la etalon vedem că el cade în decilul 2, deoarece a barat mai mult de 24 figuri, sau exprimându-ne în quartile, în quartilul inferior, deoarece a barat mai puțin de 36 de figuri.

Dacă a barat corect 75 de figuri, cade în decilul 10 (centilul 100), deoarece a barat mai mult de 73 de figuri, iar exprimându-ne în quartile, în quartilul superior, deoarece a barat mai mult de 61 de figuri. La fel se va proceda și pentru celelalte vârste.

Etalonul

Vârsta	Centile										
	10	20	25	30	40	50	60	70	75	80	90
8 ani	16	22	24	27	38	43	49	56	60	64	72
9 ani	24	30	36	38	44	47	54	60	61	65	73
10 ani	30	37	41	43	48	51	55	61	66	70	77
11 ani	42	44	51	53	63	66	73	76	82	86	98
12 ani	43	55	56	60	66	70	77	84	88	89	105

13 ani	58	68	72	75	82	88	96	100	107	109	119
14 ani	59	71	73	77	83	94	99	111	118	119	128
15 ani	74	86	92	95	105	111	123	129	131	132	146
16 ani	94	107	113	114	120	128	132	139	141	142	147
17 ani și peste	100	110	114	115	128	134	141	151	165	171	186

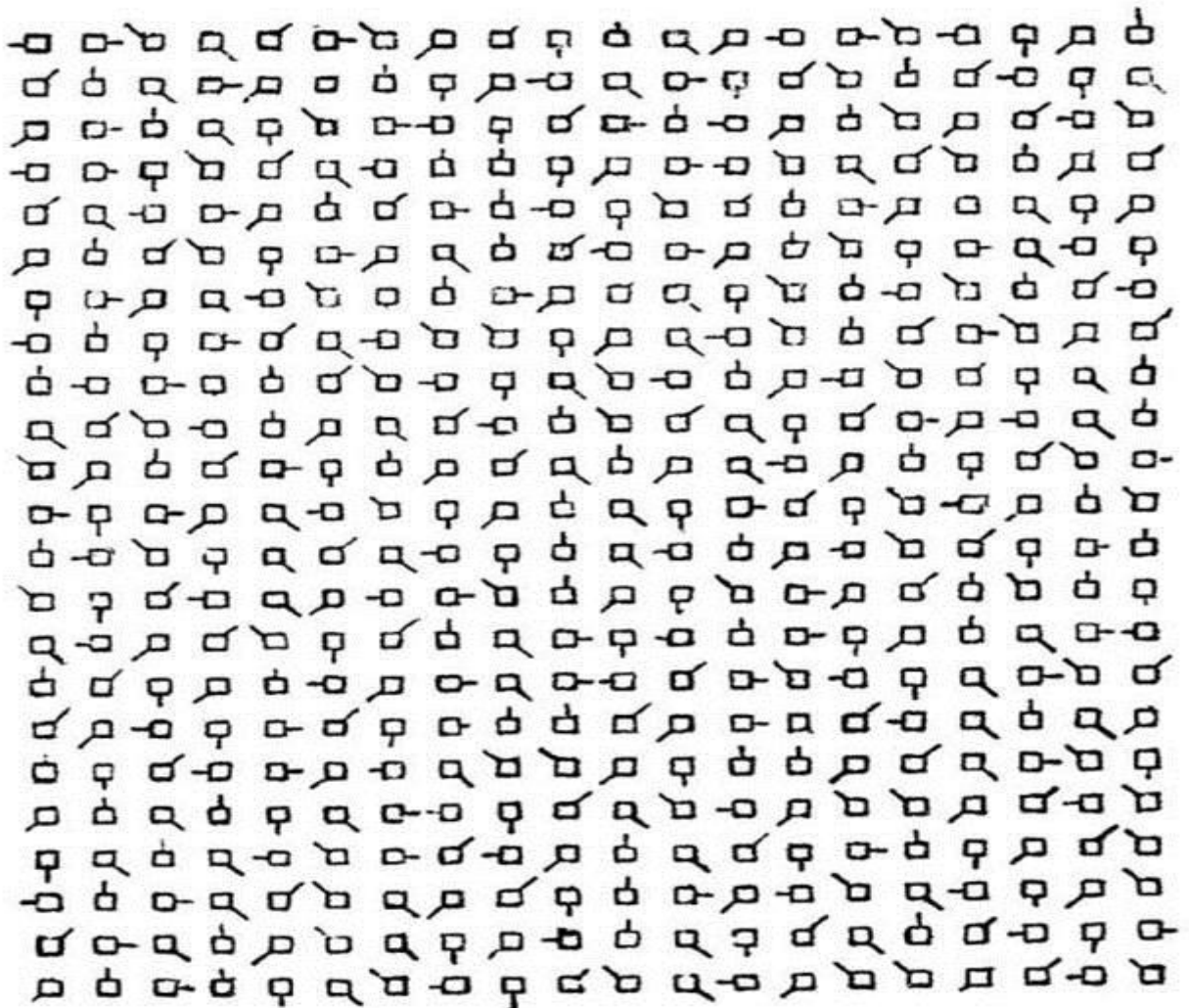
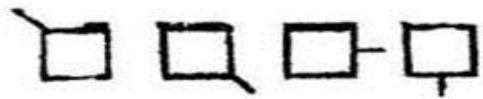
Numele, prenumele

Vârsta

Clasa

Liceul

Data



Testul de imaginație (combinarea literelor A, B, C, D)

Testul evaluează capacitatea de combinare și invenție a școlarului mic, preadolescentului, adolescentului.

Instrucțiune: Se utilizează următoarele litere: A, B, C, D. Cu aceste litere subiecții trebuie să facă toate permutările posibile, adică să facă cât mai multe numere din aceste cifre. Fiecare subiect va avea un sfert de coala de hârtie și un creion, pe care își scrie numele, prenumele, vârsta, clasa, liceul și data. Școlarii mici sunt aranjați în așa fel încât să poată lucra comod și să nu poată copia unii de la alții. Examinatorul scrie pe tabla literele menționate (A, B, C, D), apoi se adresează copiilor: „Aici sunt patru litere, scrieți-le și voi pe foaia de hârtie ce o aveți”. Li se atrage atenția să scrie aceste litere în partea de sus a hârtiei. După ce au scris cu toții, examinatorul continuă: „Din aceste litere să faceți atâtea combinații câte puteți. Totdeauna să folosiți toate literele. O literă să nu o puneți decât o singură dată în combinație. Alte litere, în afara de acestea pe care vi le-am dat nu aveți voie să utilizați (folosiți)”. Pentru ca subiecții să înțeleagă despre ce este vorba, se demonstrează cu 4 obiecte câteva permutații (2 sau 3). „Acum începeți” (Trebuie să aveți grijă ca copiii să nu înceapă rezolvarea testului înainte de a fi spus „începeți”). Timpul este de 2 minute. După scurgerea acestui timp, experimentatorul spune „gata” și adună hârtiile. Să avem de grijă ca nici un subiect să nu mai scrie după ce s-a rostit cuvântul „gata”.

Interpretare: Cota este reprezentată prin totalul combinațiilor corect construite. Prima formă este data ca exemplu și nu se calculează (A, B, C, D). În total sunt 23 permutări posibile (fără combinația A, B, C, D).

Cheia:

ADCB	BDCA	CDAB	DBAC
ADBC	BDAC	CDBA	DBCA
ABDC	BCAD	CBAD	DCBA
ACDB	BCDA	CBDA	DCAB
ACBD	BADC	CABD	DABC
	BACD	CADB	DACB

Total 23

Etalonul

Vârsta	nivelul scăzut	nivelul mediu	nivelul înalt
	25	50	75
8 ani	3	4	6

9 ani	4	6	7
10 și 11 ani	5	7	8
12 și 13 ani	6	8	10
14 și 15 ani	7	9	12
16 ani	8	10	13
17 ani	9	11	14
18 ani și peste	11	13	15

Daca de exemplu, un copil de 8 ani executa mai puțin de 3 permutări cade în quartilul inferior, daca executa 6 sau mai multe cade în quartilul superior.

Testul de inteligenta Matricele Progressive RAVEN

Testul Matricele Progressive Raven (Raven Progressive Matrixes) a fost elaborat de către J. C. Raven în anul 1936. El este alcătuit din cinci serii A, B, C, D, E - (12 itemi în fiecare serie), a câte două variante de însărcinări în fiecare serie. Fiecare însărcinare conține un dreptunghi mare și 6-8 desene mai mici amplasate mai jos dintre care numai unul este în concordanță cu desenul mare după anumite condiții logice. Fiecare dintre cele cinci serii încep cu o însărcinare mai simplă, apoi însărcinările se complică treptat. La găsirea soluțiilor corecte se implică percepția, atenția, gândirea, imaginația.

Scopul: examinarea inteligenței generale (nonverbale).

Vârsta: de la 8-60 ani.

Timpul: 40 minute - individual, 45 minute - în grup

Materialele necesare: setul din 60 tabele, fișa de răspuns, pix, cronometru.

Tehnica de aplicare: individual și în grup. Pentru examenul individual experimentatorul singur îndeplinește fișa de răspuns și înscrie răspunsul subiectului, fără comentarii. Dacă subiectul consideră că a greșit și schimbă răspunsul, se taie cifra scrisă anterior cu semnul X și se scrie alături versiunea nouă de răspuns. La îndeplinirea probei în grup subiecții primesc inițial testul cu cele 60 de însărcinări și fișa de răspuns. Timpul începerii și finisării testului este indicat de examinator. Primele cinci probe se îndeplinesc colectiv, dar la interpretarea rezultatelor se consideră ca răspuns corect. După ce examinatorul se convinge că subiectul a înțeles instrucțiunea, în continuare aceștia lucrează de sine stătător, fără să mai facă comentarii. În decursul lucrului în grup (nu mai mult de 10 persoane), examinatorul verifică dacă subiecții scriu în rubrica destinată cifrele cu răspunsul corect. Corectările efectuate se considera ca răspuns corect.

Instrucțiunea: Aveți un test alcătuit din 60 de matrice (se demonstrează dreptunghiul mare marcate prin literele A, B, C, D, E), fiecare având 12 sarcini. La fiecare dreptunghi lipsește un element, desenat sub formă de flăguț, care logic trebuie să-l completeze pe verticală sau

orizontală. Acest element îl veți găsi printre cele mai mici figuri de sub dreptunghi, notate cu cifre 1-6 sau 1-8. De exemplu, pentru A1 dreptunghiul mare poate logic să fie completat cu desenul sub cifra 4. Cifra 4 se scrie în rubrica respectivă la A1. Ce figură se potrivește pentru A2 ? Corect, figura 5. În pătrățelul din fișa de răspuns în seria A2 scrieți cifra 5. Fiți atent să nu confundați în ce rubrică trebuie să scrieți cifra de la desenul cu răspunsul corect. Dacă ați greșit și vreți să corectați, tăiați cifra scrisă anterior cu semnul X și scrieți altă cifră mai sus sau în rubrica de alături.

Interpretarea rezultatelor: fiecare răspuns corect se cotează cu un punct. Punctajul maxim este de 60, ceea ce alcătuiește 100%. Mai întâi se verifică și se sumează răspunsurile corecte pentru fiecare serie, apoi suma pentru toate cinci serii. Pentru verificarea mai rapidă a rezultatelor este rațional de utilizat șablonul, pregătit anterior.

Cheia

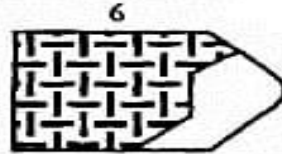
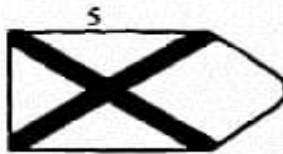
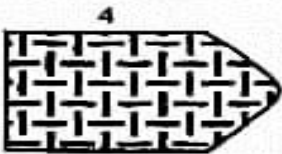
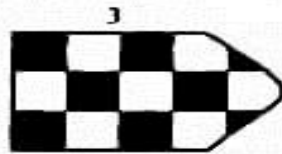
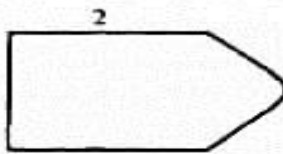
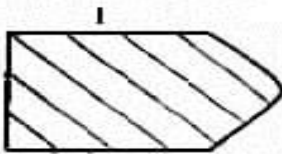
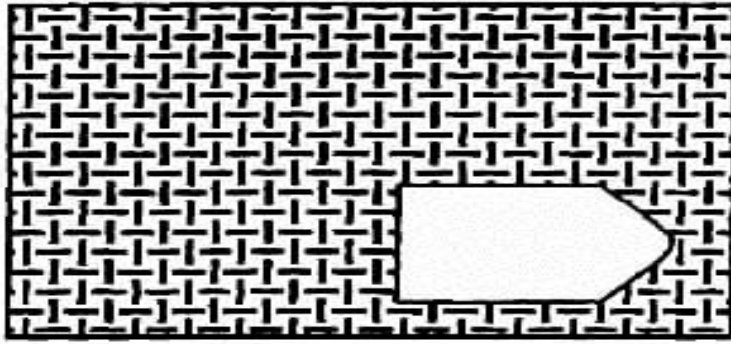
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1-a serie A	4	5	1	2	6	3	6	2	1	3	4	5
2- a serie B	5	6	1	2	1	3	5	6	4	3	4	5
3- a serie C	8	2	3	8	7	4	5	1	7	6	1	2
4- a serie D	3	4	3	7	8	6	5	4	1	2	5	6
5- a serie E	7	6	8	2	1	5	1	6	3	2	4	5

Nivelul dezvoltării intelectuale:

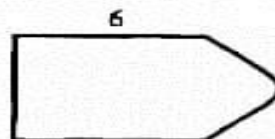
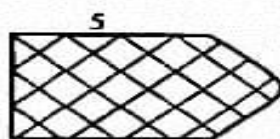
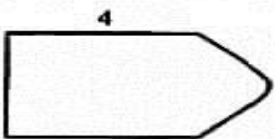
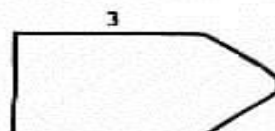
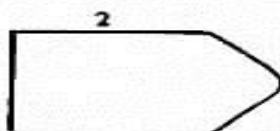
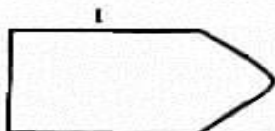
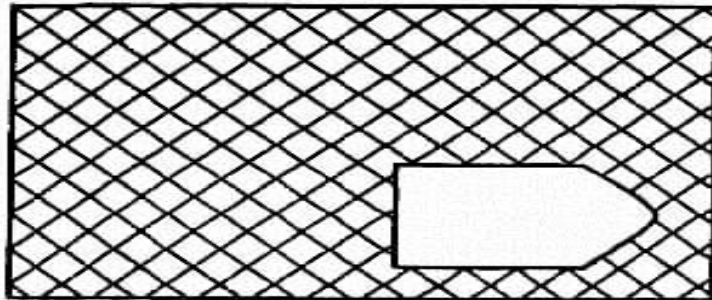
<i>IQ obținut</i>	<i>Nivelul dezvoltării intelectuale</i>
Peste 140	Inteligență excepționali
Peste 120	Mult peste mediu
110-120	Peste medie
100-110	Mediu, peste mediu
90-100	Mediu
80-90	Sub medie
70-80	Cazuri limită
50-70	Debili mentali, oligofreni
20-50	Imbecili
0-20	Idioți

Transformarea rezultatelor obținute în IQ

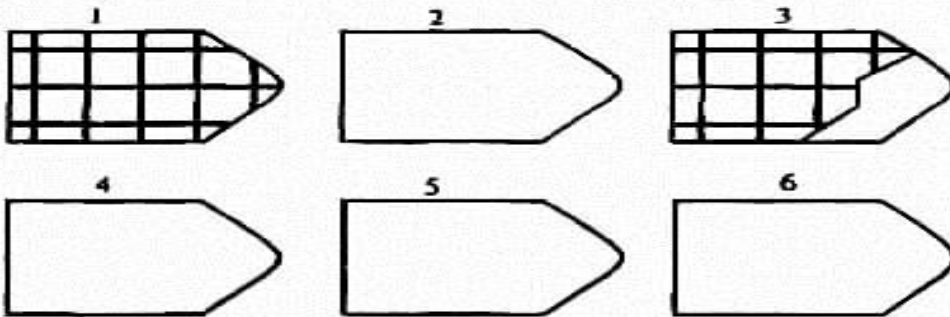
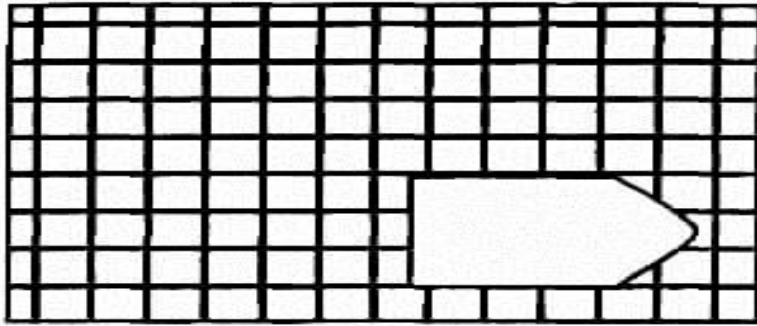
Punctaj	Vârsta în ani												
	8	8,5	9	9,5	10	10,5	11	11,5	12	12,5	13	13,5	16-30
1	73	68	65	59	57	53	53	50	48	46	46	46	-
2	74	70	67	61	56	56	54	51	49	49	48	47	-
3	76	72	68	62	60	57	55	53	51	50	49	49	-
4	77	73	70	64	61	59	57	54	52	51	50	50	-
5	79	75	71	65	60	58	55	53	53	52	52	51	-
6	81	76	73	67	64	61	59	57	55	54	53	52	-
7	82	78	74	68	66	63	61	58	56	55	54	54	-
8	84	79	76	70	67	64	62	60	57	57	55	55	-
9	85	81	77	71	69	66	64	61	59	58	57	56	-
10	87	83	79	73	70	67	65	62	60	59	59	57	55
11	89	84	80	74	72	69	66	64	61	61	61	59	57
12	90	86	82	76	73	70	68	65	64	62	60	60	58
13	92	87	83	77	75	71	69	67	64	63	62	61	59
14	93	89	79	75	73	71	69	68	65	65	63	62	61
15	95	90	86	80	78	74	72	69	67	66	64	64	62
16	97	92	88	82	79	76	73	72	68	67	66	65	65
17	98	95	89	83	81	77	75	72	69	69	67	66	65
13	100	95	91	85	82	79	76	74	71	70	68	67	66
19	101	97	92	86	84	80	78	75	72	71	69	69	67
20	103	98	94	88	85	81	79	76	73	72	71	70	69
21	104	100	95	89	87	83	80	78	75	74	72	71	70
22	105	101	97	91	88	84	82	79	76	75	73	72	71
23	107	103	98	92	90	86	83	81	77	76	74	74	72
24	108	104	200	94	91	87	85	82	79	78	76	75	74
25	109	106	101	95	93	89	86	83	80	79	77	76	75
26	110	107	103	97	94	90	87	85	81	80	78	77	76
27	112	108	104	98	96	91	89	86	83	82	80	79	75
28	113	110	106	100	97	93	90	88	83	83	81	80	79
29	114	111	107	102	99	94	92	89	85	84	82	81	80
30	116	113	109	103	100	96	93	90	87	86	83	82	82
31	117	114	110	105	102	97	94	92	85	85	85	84	83
32	118	115	112	106	103	99	96	96	93	86	86	85	84
33	120	117	113	108	104	100	97	95	91	90	87	86	86
34	121	118	115	113	105	102	99	96	92	91	88	87	87
35	122	120	116	111	107	103	100	97	93	92	90	89	83
36	123	121	118	112	109	105	102	99	95	93	91	90	90
37	125	122	119	114	110	107	104	100	96	95	92	91	91
38	126	124	121	115	112	108	105	102	97	96	94	92	92
39	127	125	122	117	115	110	107	104	99	97	95	94	94
40	129	127	124	118	115	112	109	106	100	99	96	95	95
41	130	128	125	120	117	113	111	108	102	100	97	96	96
42	133	129	127	121	118	115	112	109	104	102	99	97	97
43	132	131	128	123	120	117	114	111	106	104	100	99	99
44	134	132	130	125	121	118	116	113	108	106	102	100	100
45	135	134	131	126	123	120	118	115	110	109	105	102	102
46	136	135	133	127	125	122	120	117	112	111	107	105	104
47	138	136	134	129	126	123	121	119	114	113	109	107	106
48	139	138	136	130	128	125	123	121	116	115	110	110	108
49	140	139	137	132	129	127	125	123	118	117	114	112	110
59	142	141	139	133	131	128	127	124	120	119	116	115	112
51	143	142	140	135	133	130	128	127	122	121	118	117	114
52	144	143	142	136	134	132	130	128	124	123	121	120	116
53	146	144	143	138	136	133	132	130	126	126	123	122	118
54	147	146	145	139	137	135	134	132	128	128	125	123	120
55	148	148	146	141	139	137	136	134	130	130	127	127	122
56	149	149	148	142	142	138	137	136	132	132	130	130	124
57	151	150	148	144	142	140	139	138	134	134	132	132	126
58	152	152	151	145	144	141	141	139	136	136	134	134	128
59	153	153	152	147	145	145	143	141	138	138	137	137	130
60	155	155	154	148	147	147	144	143	140	139	139	139	130



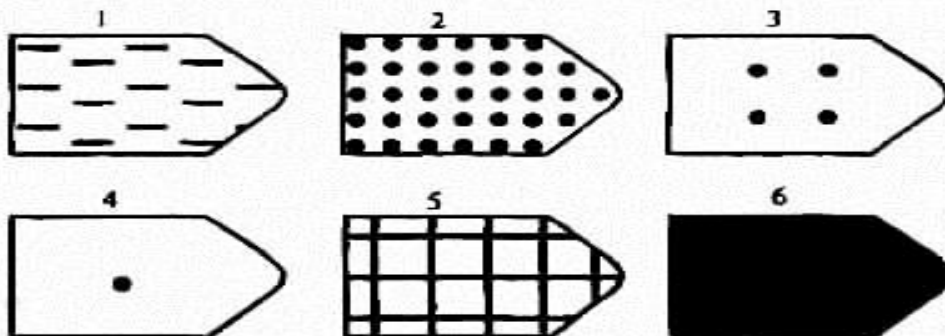
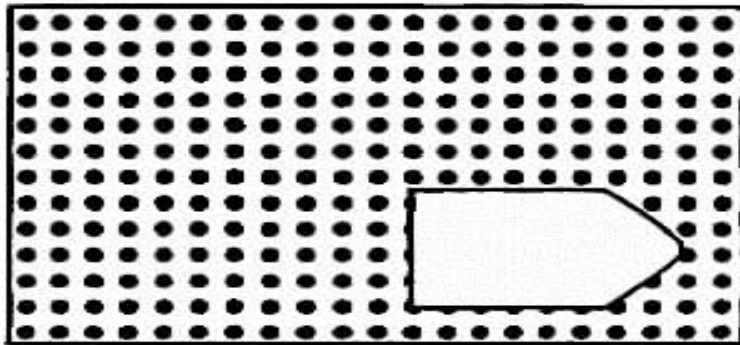
A A1



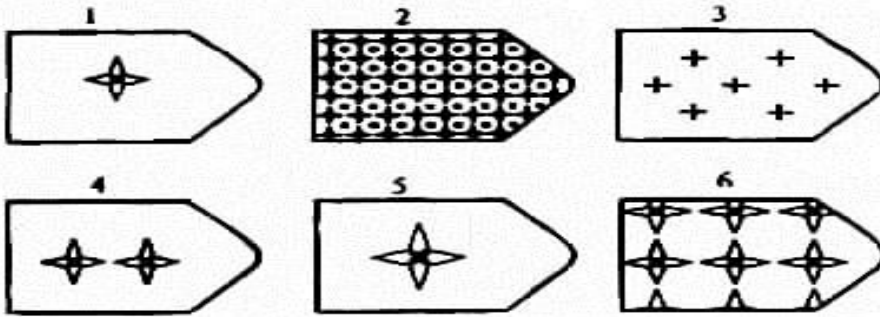
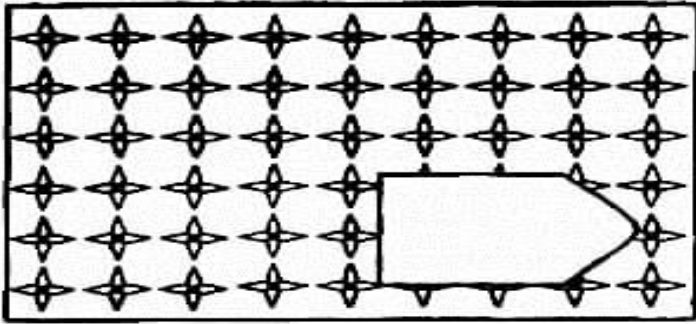
A2



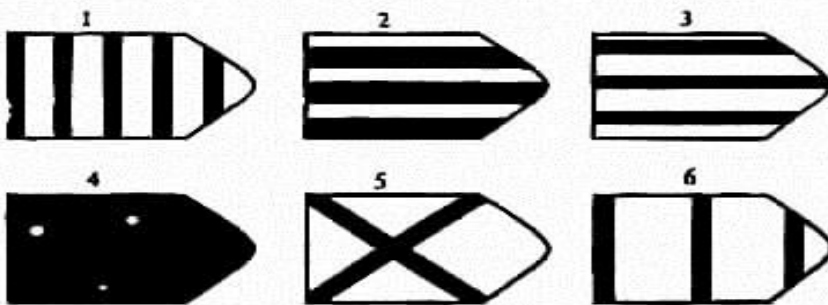
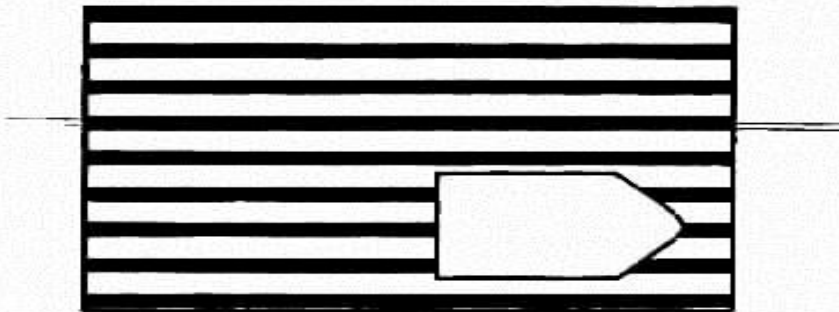
A3



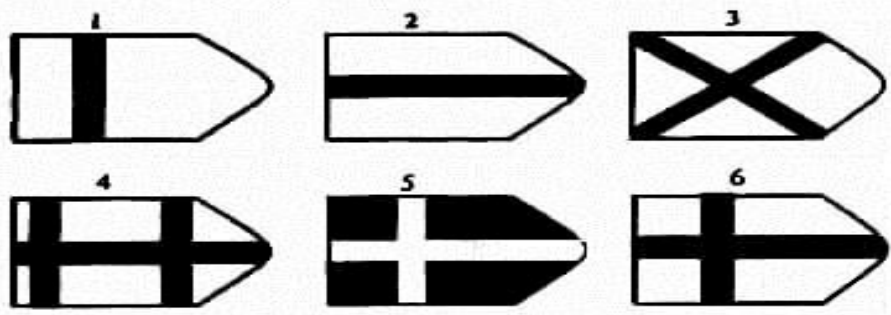
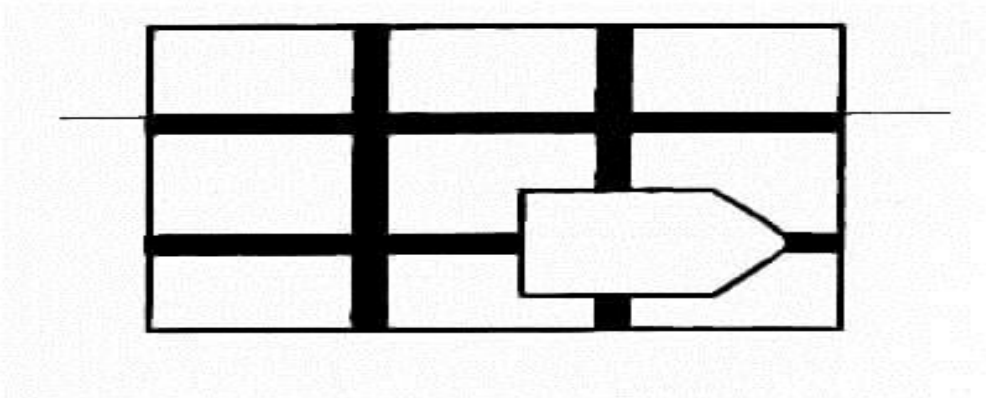
A4



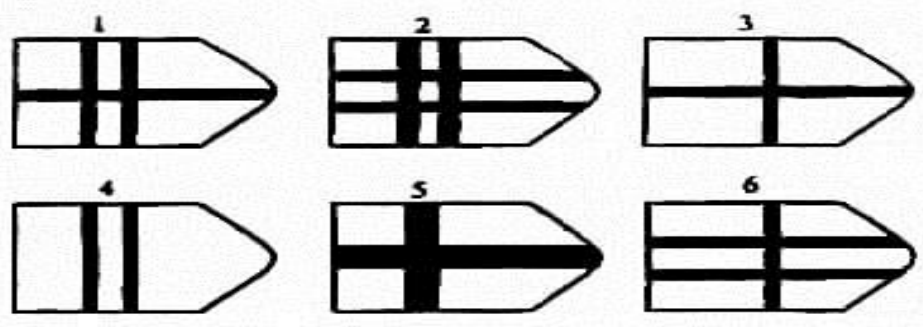
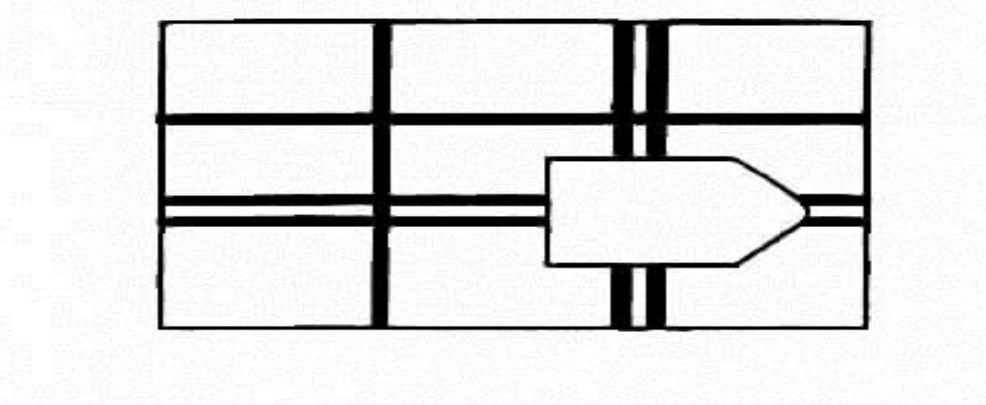
A5



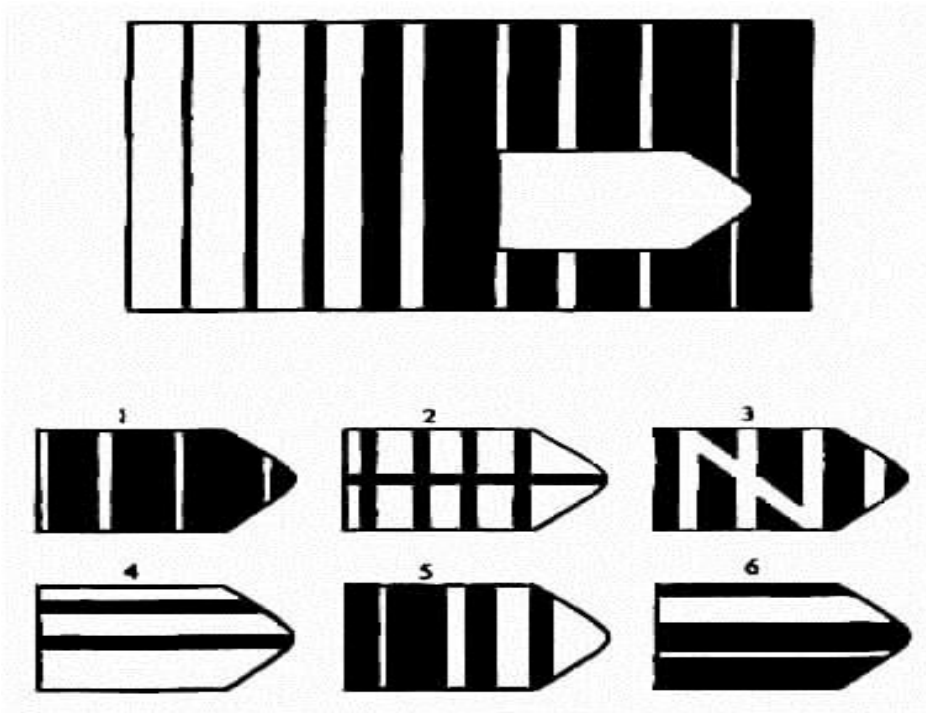
A6



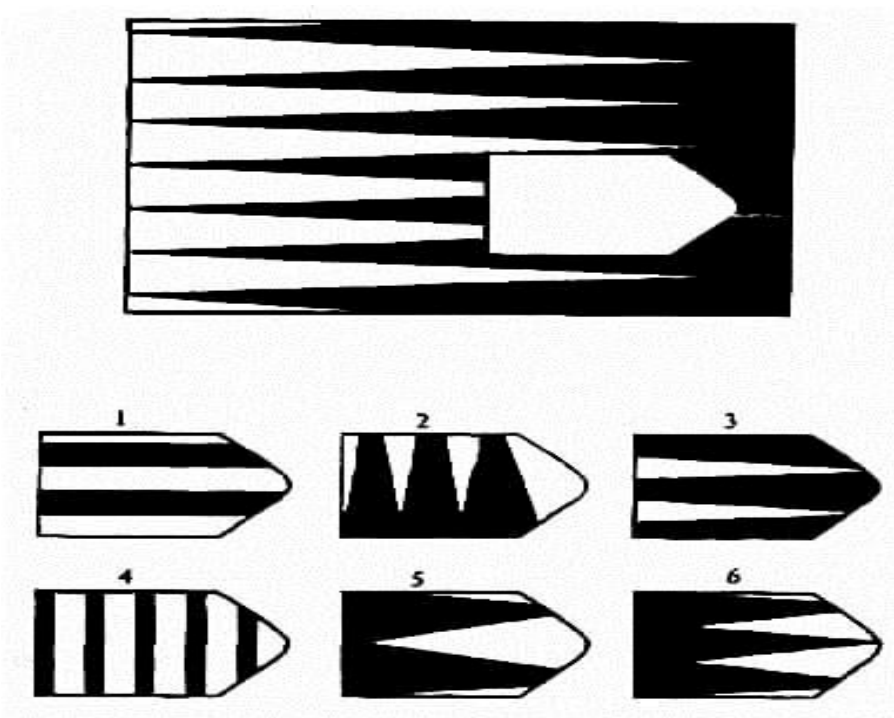
A7



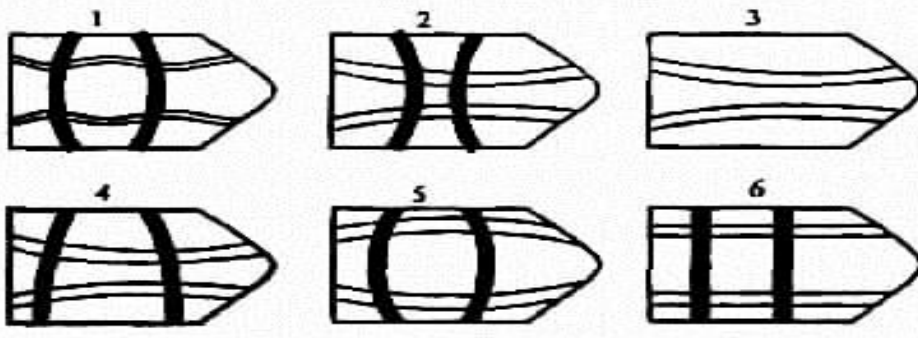
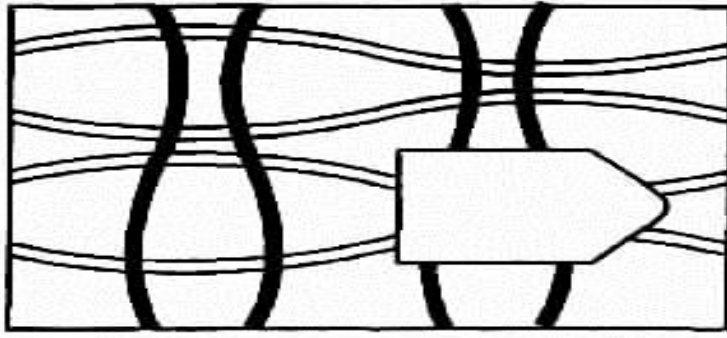
A8



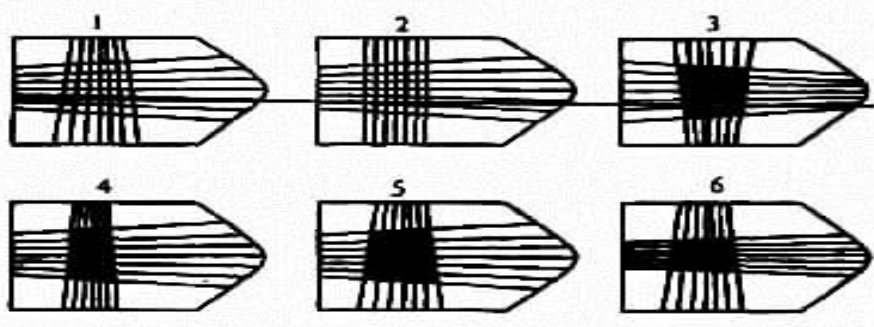
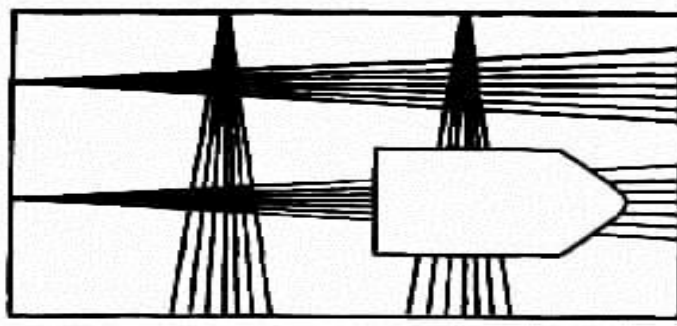
A9



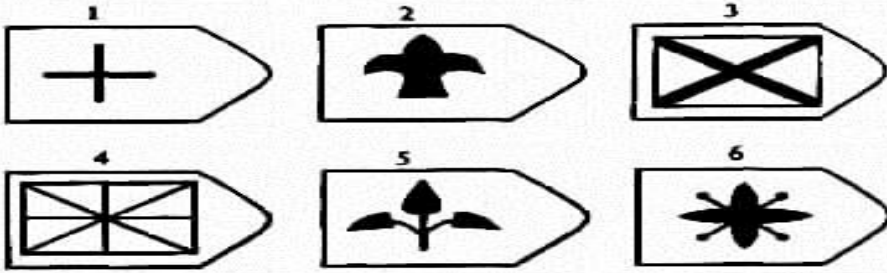
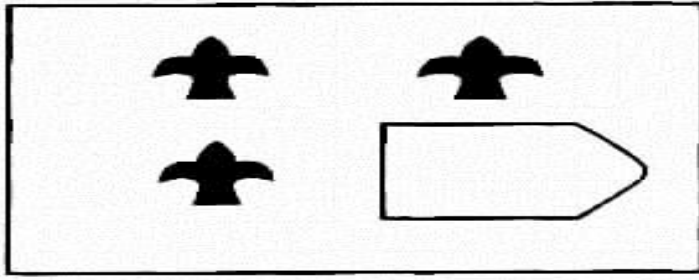
A10



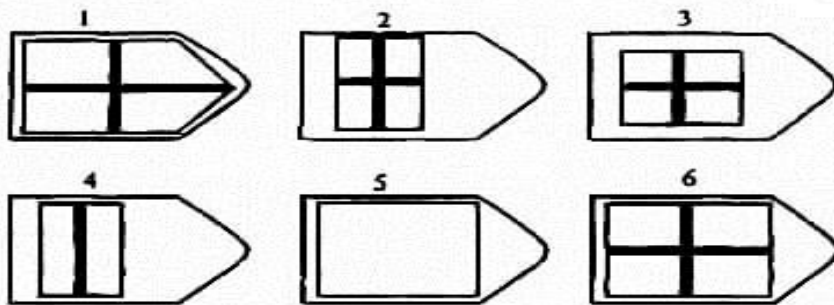
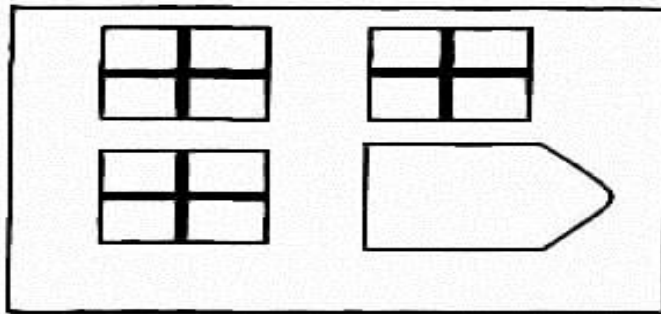
A11



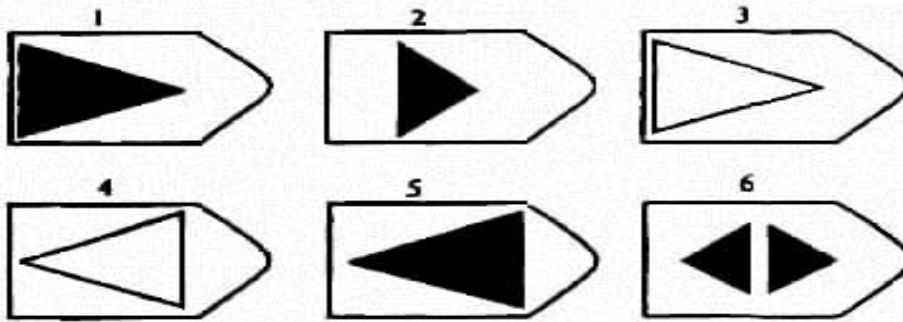
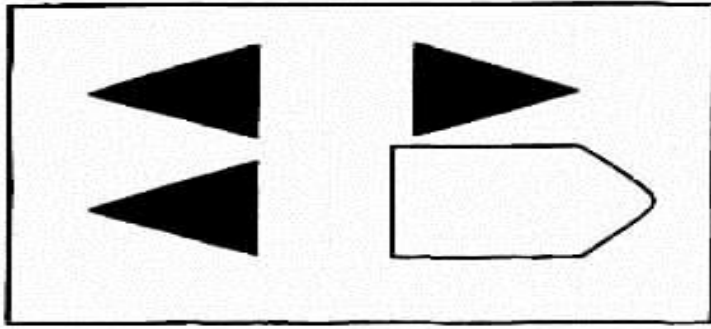
A12



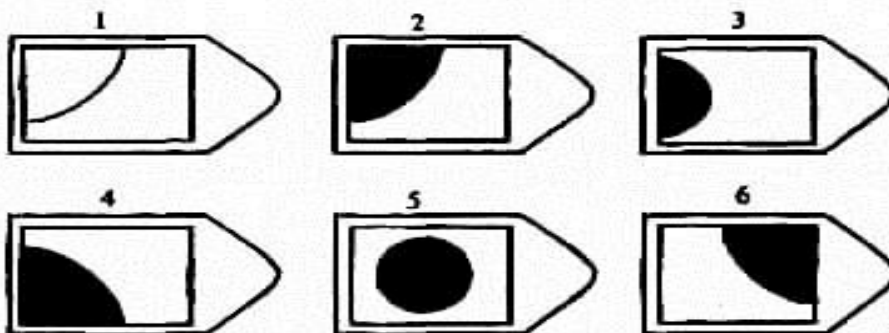
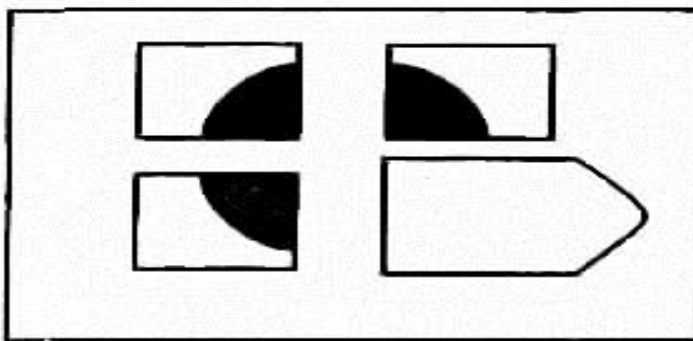
B B1



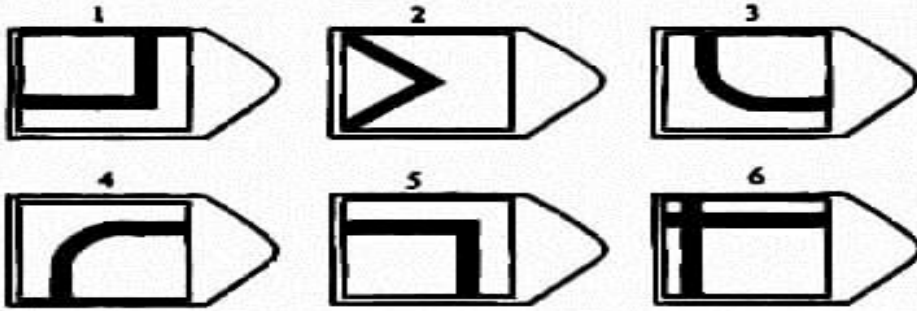
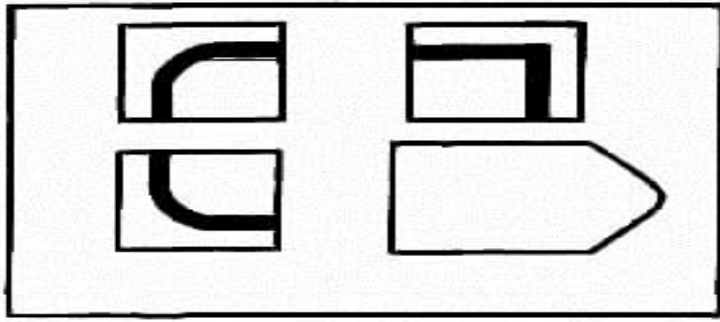
B2



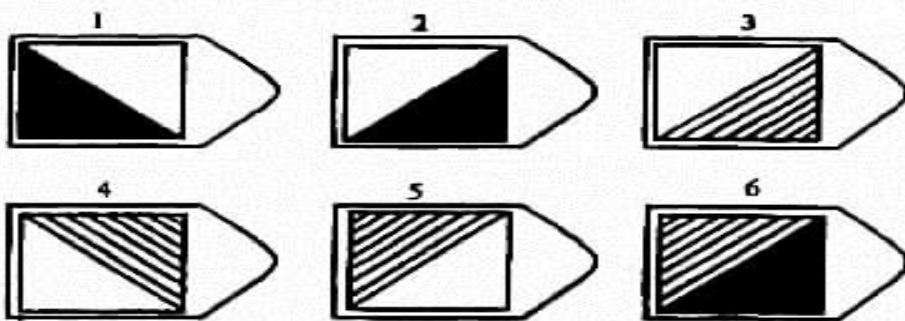
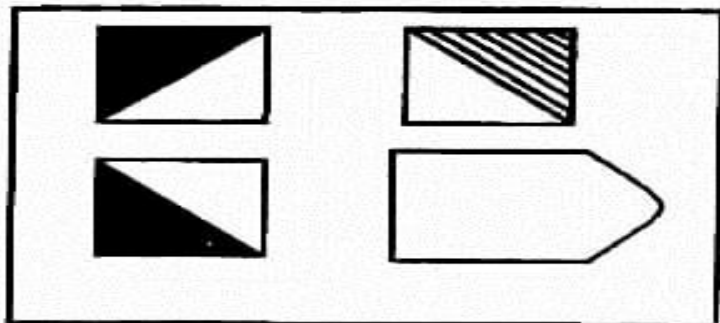
B3



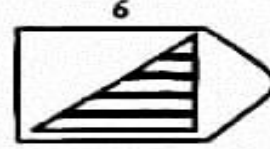
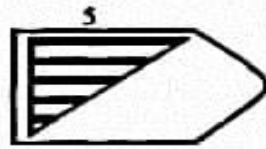
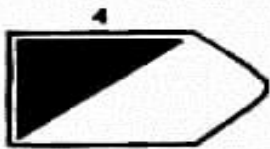
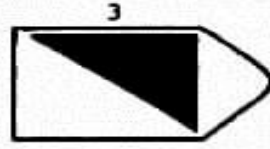
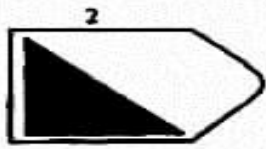
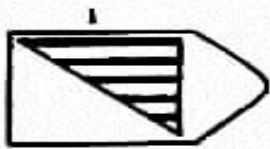
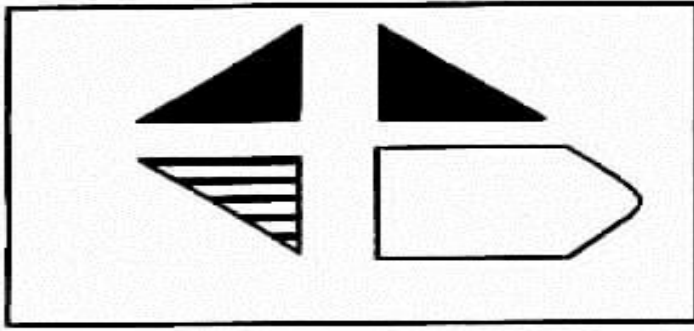
B4



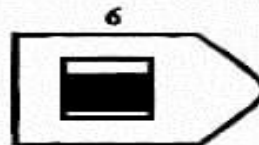
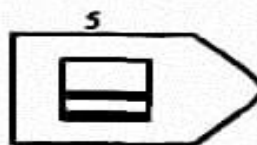
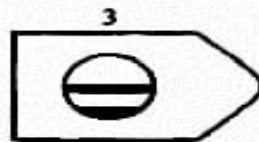
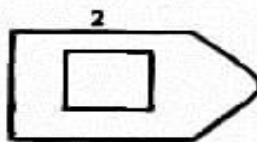
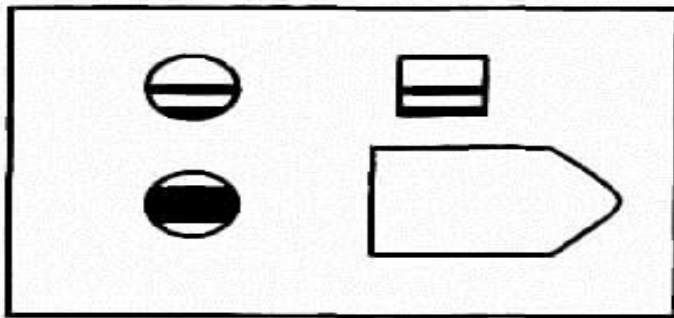
B5



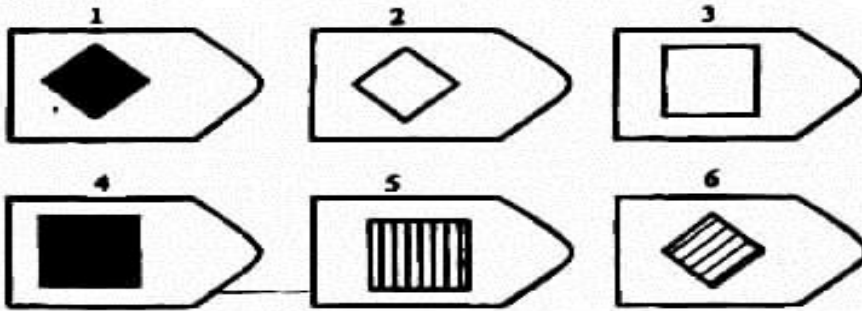
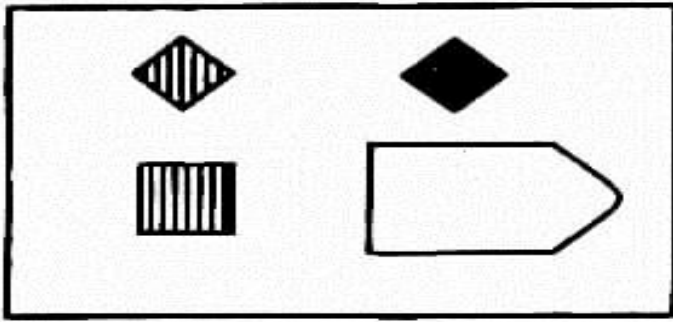
B6



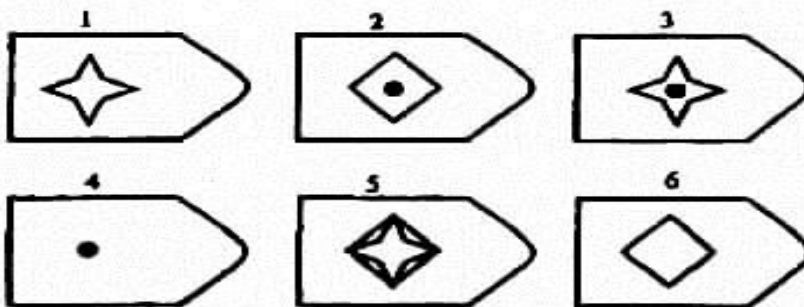
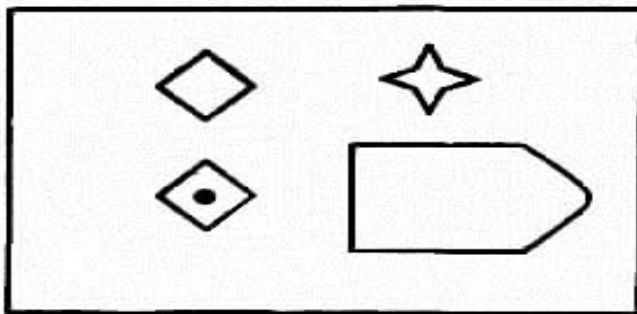
B7



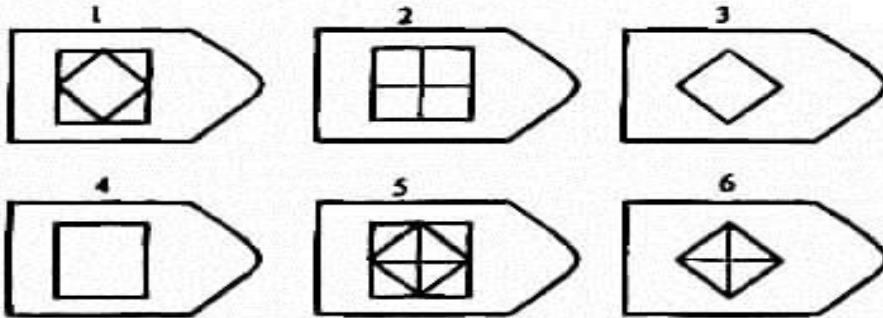
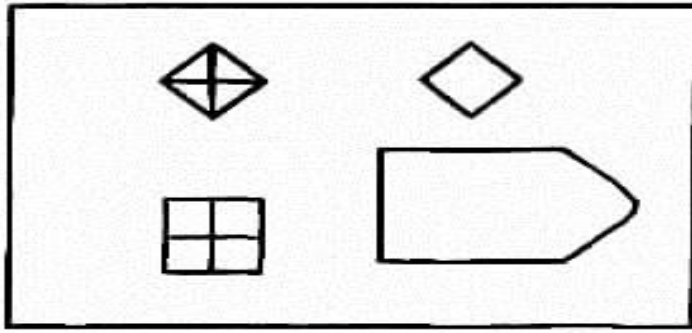
B8



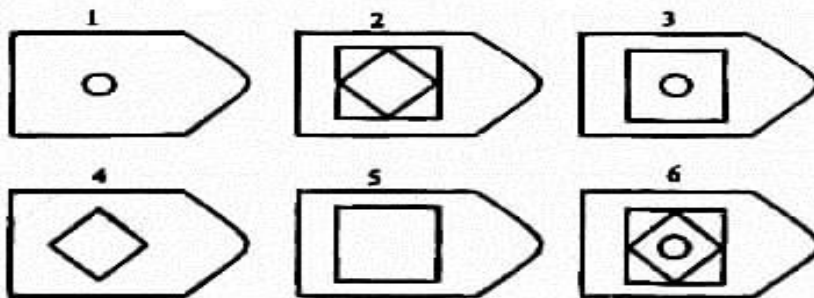
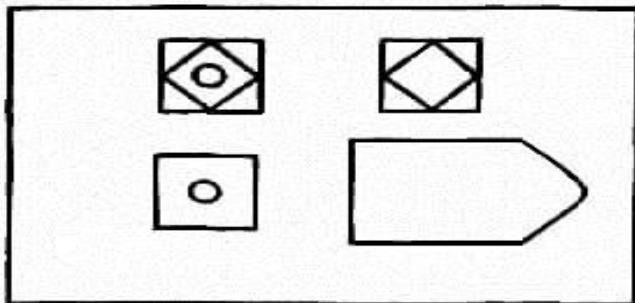
B9



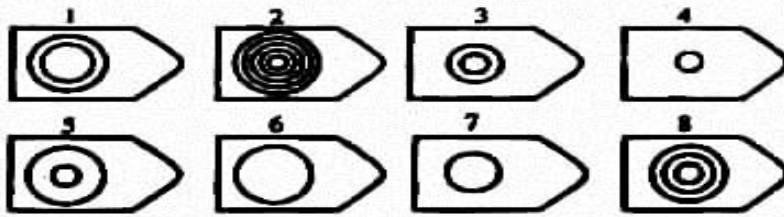
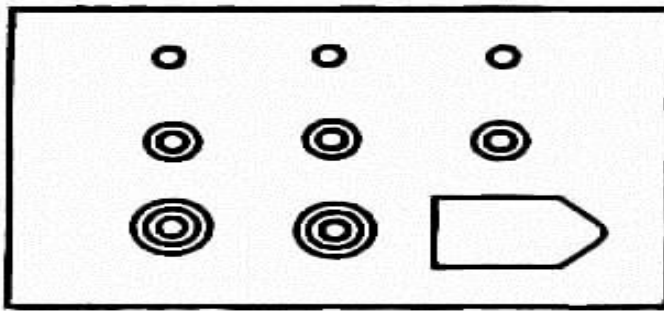
B10



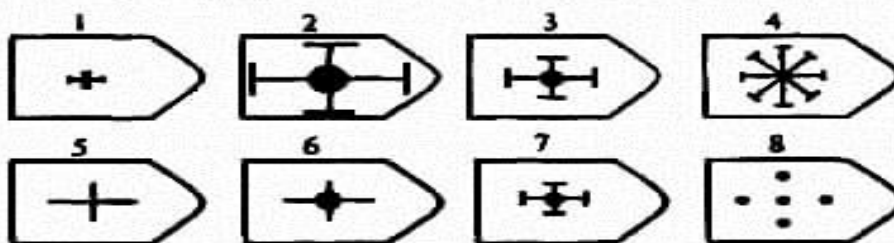
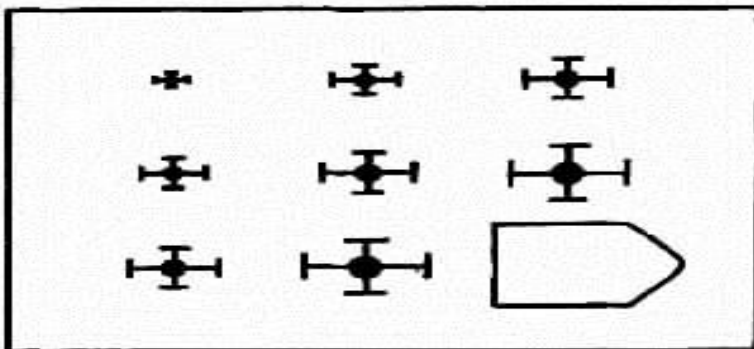
B11



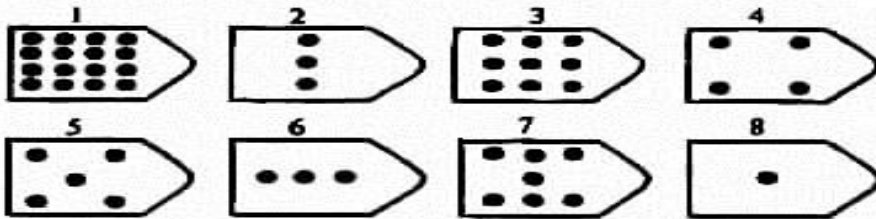
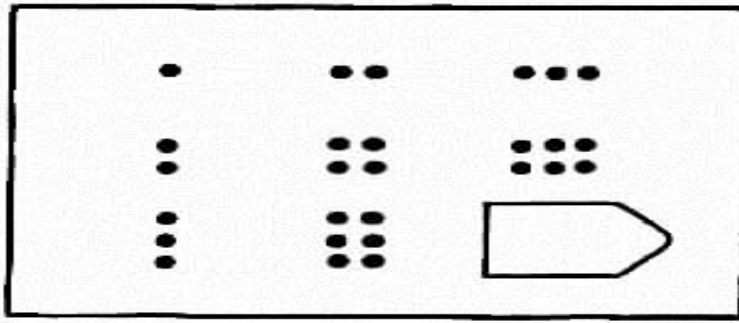
B12



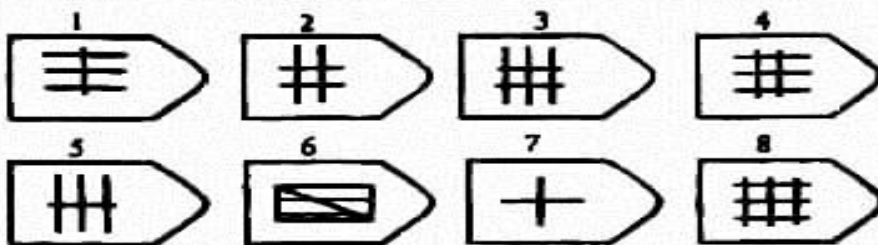
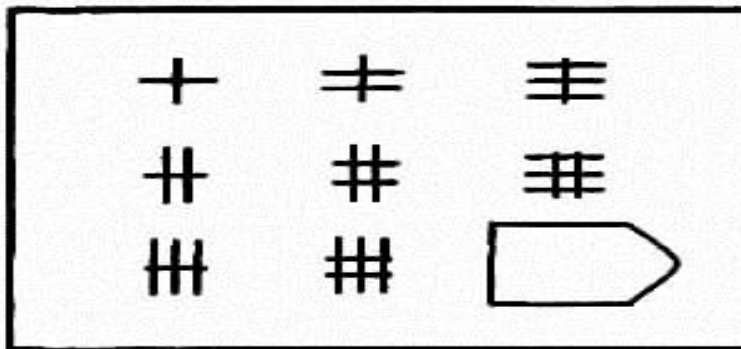
C C1



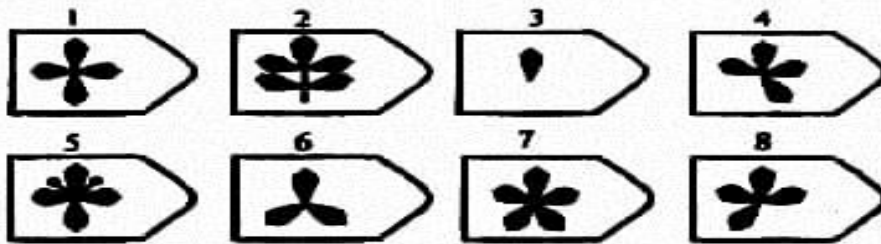
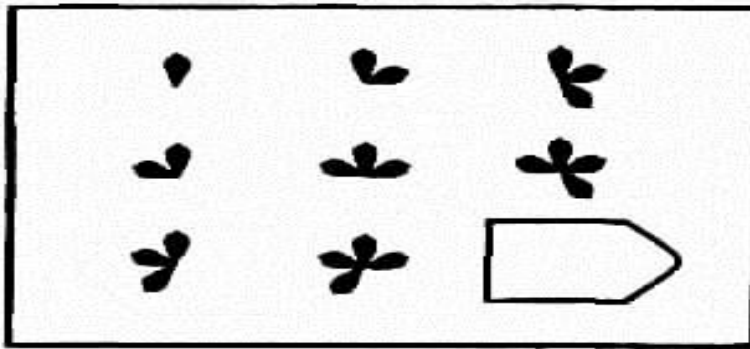
C2



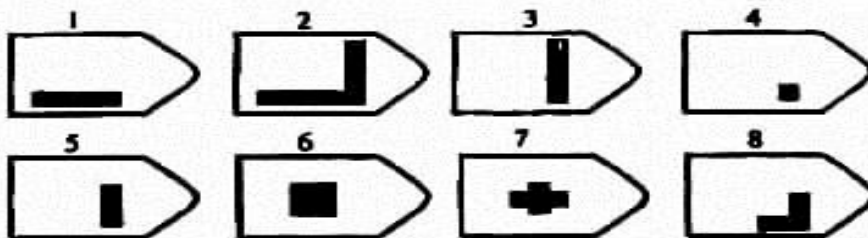
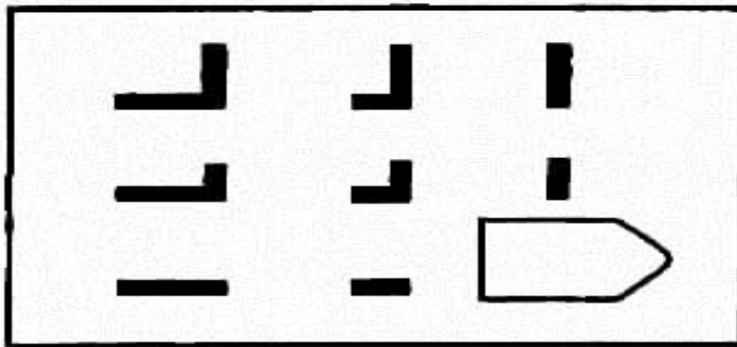
C3



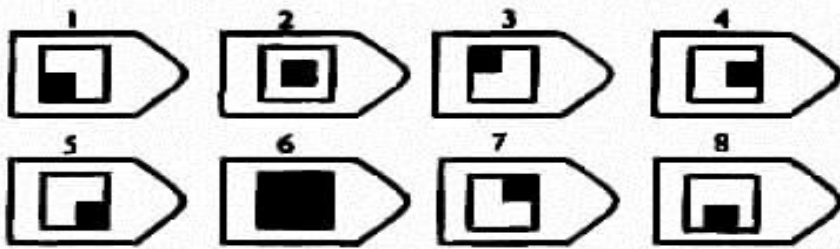
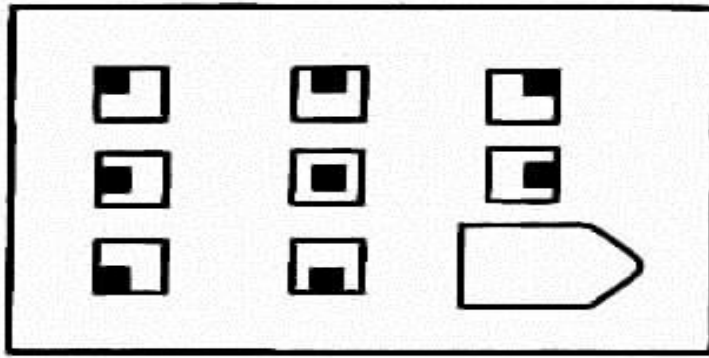
C4



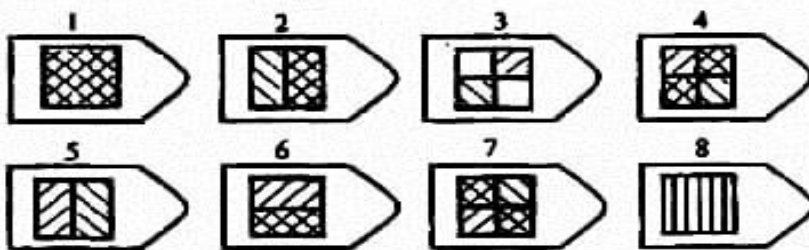
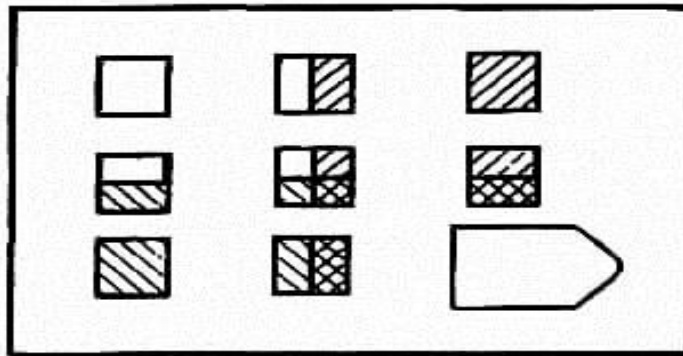
C5



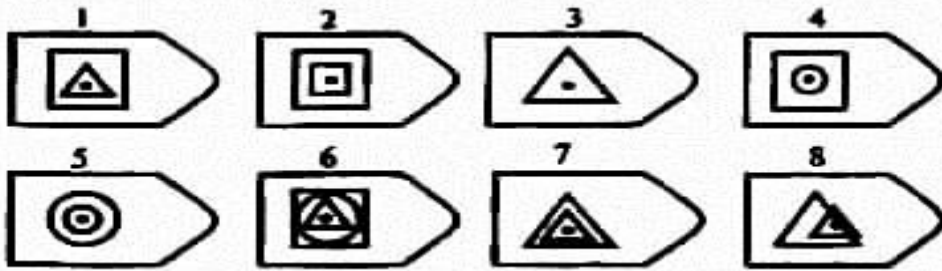
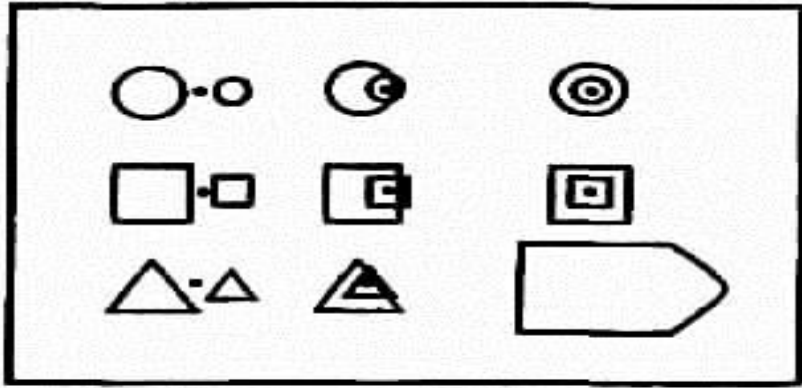
C6



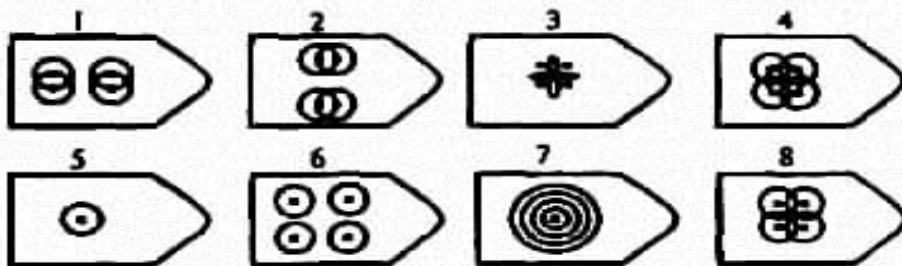
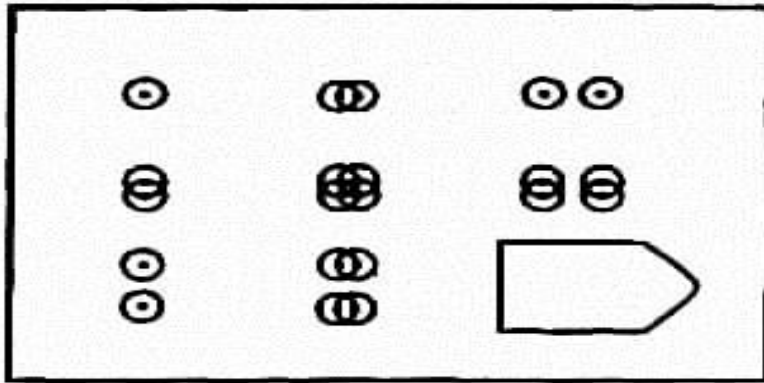
C7



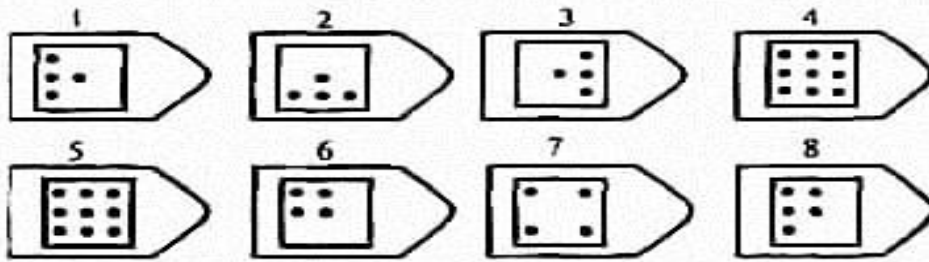
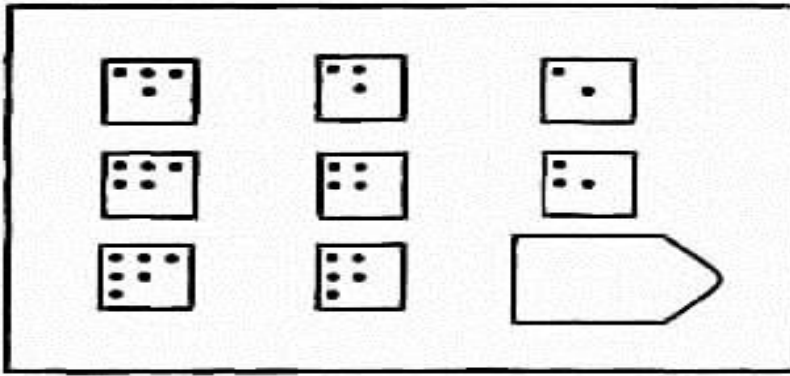
C8



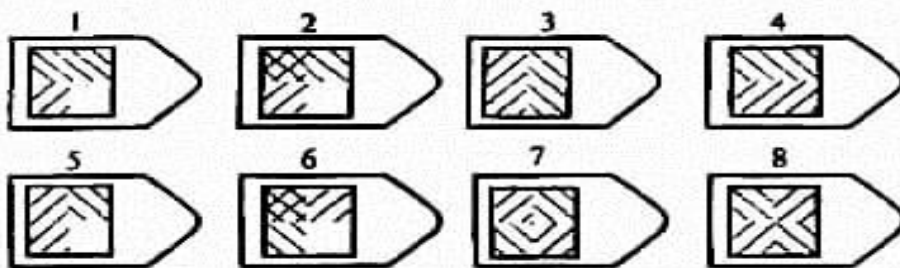
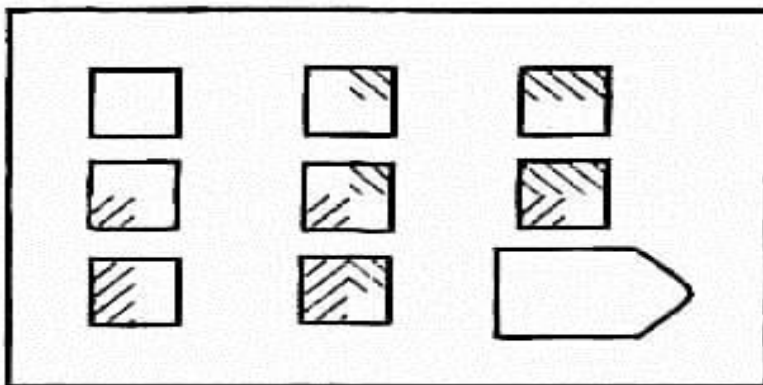
C9



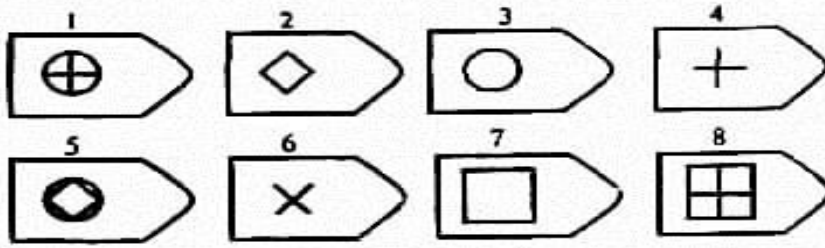
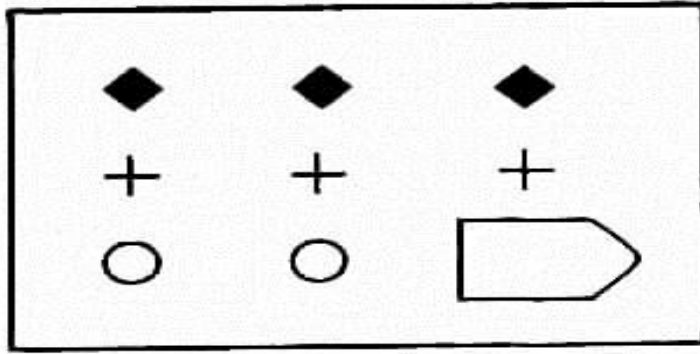
C10



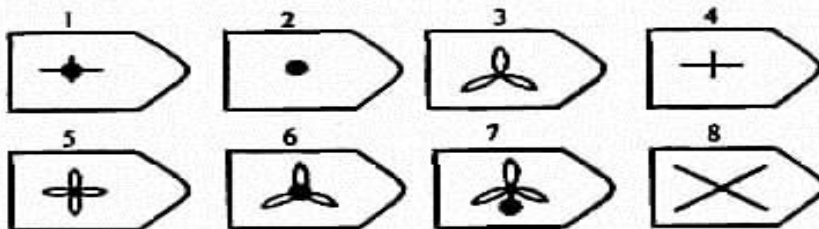
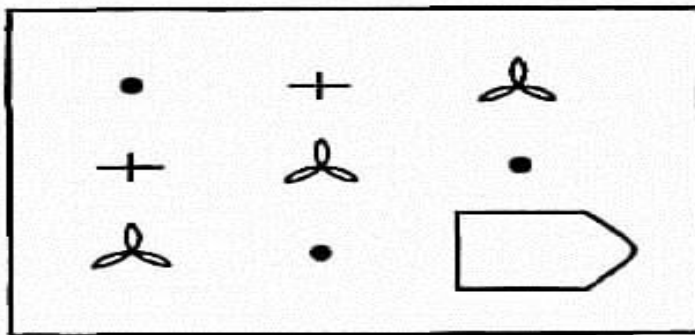
C11



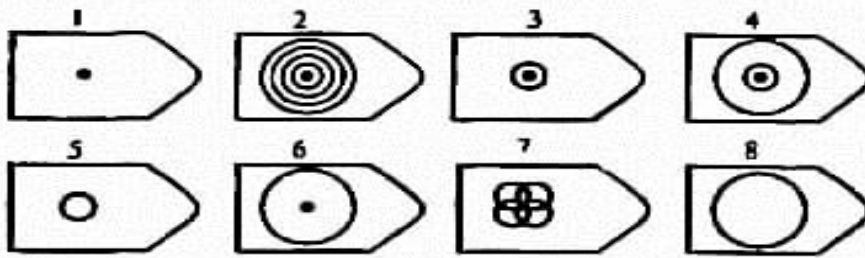
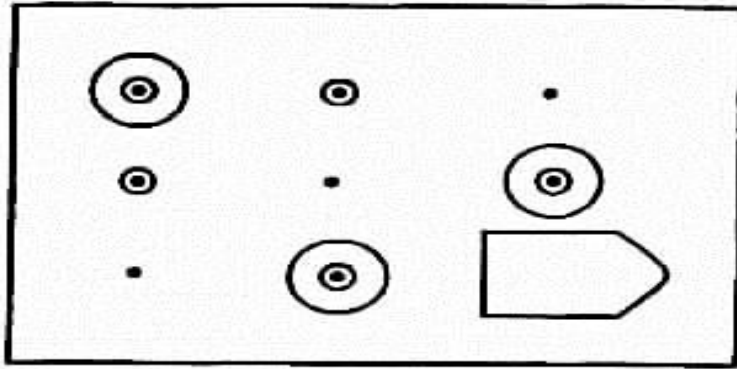
C12



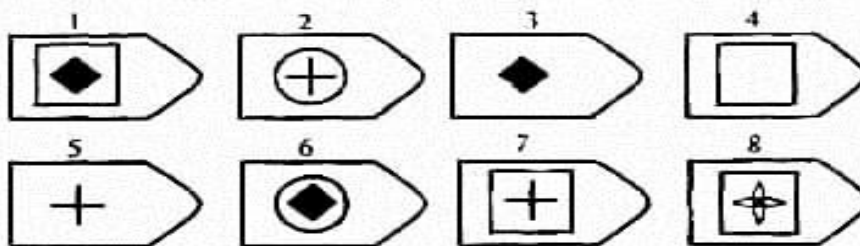
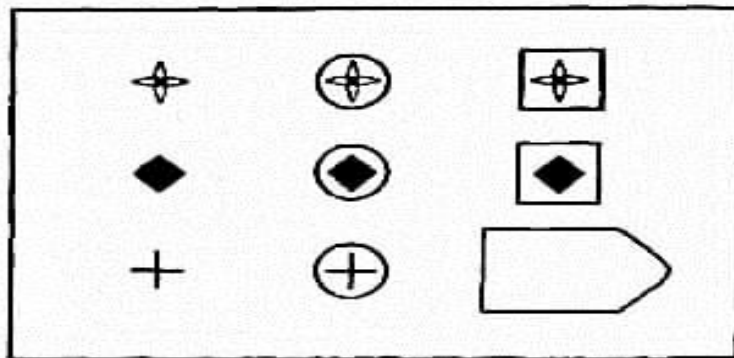
D D1



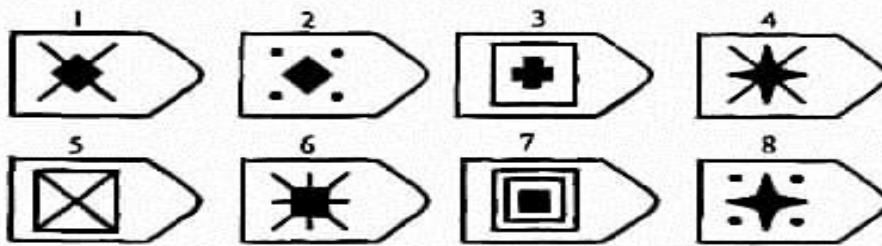
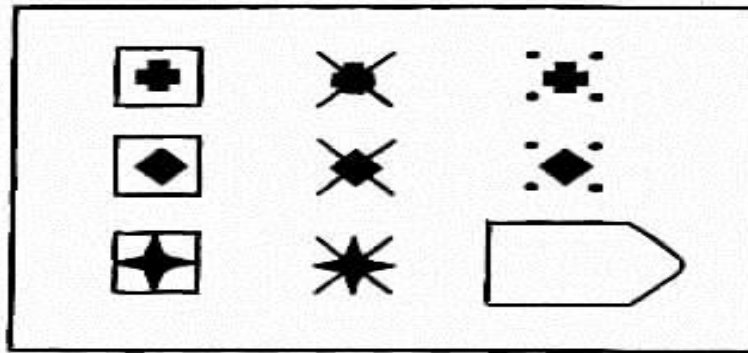
D2



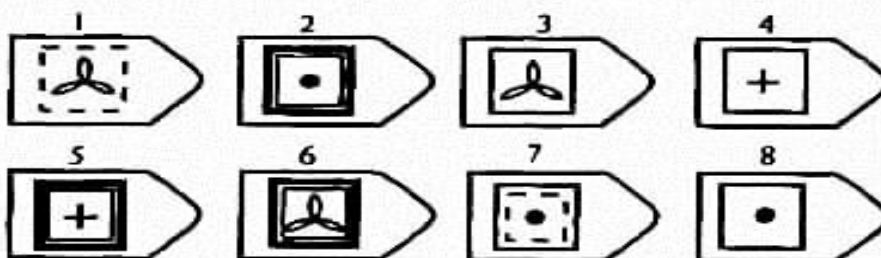
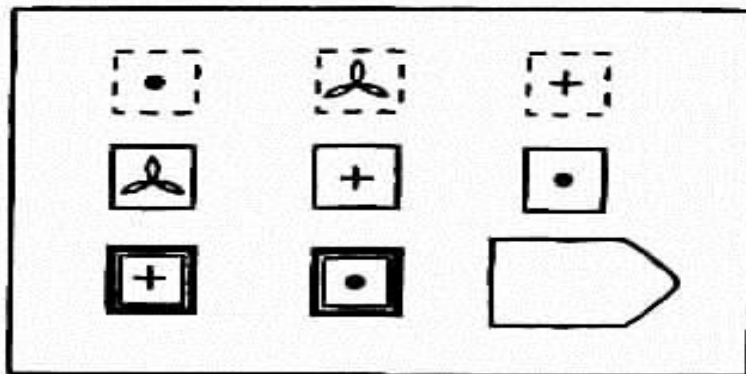
D3



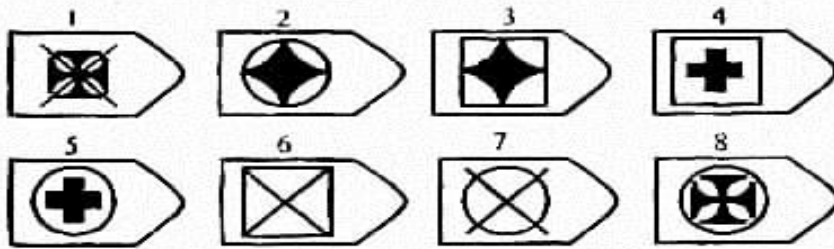
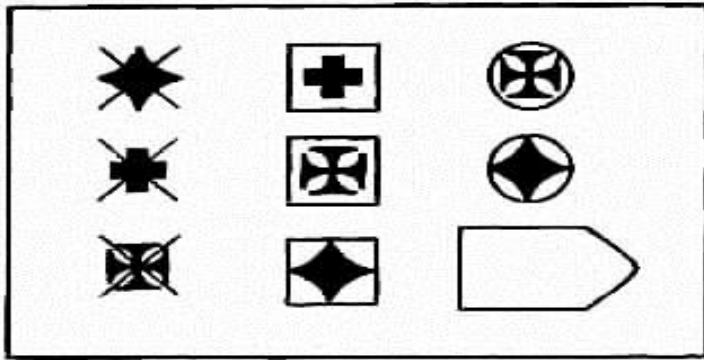
D4



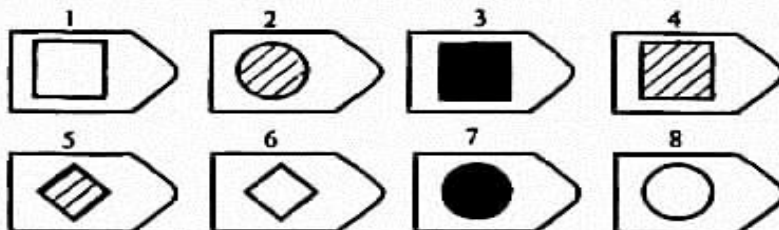
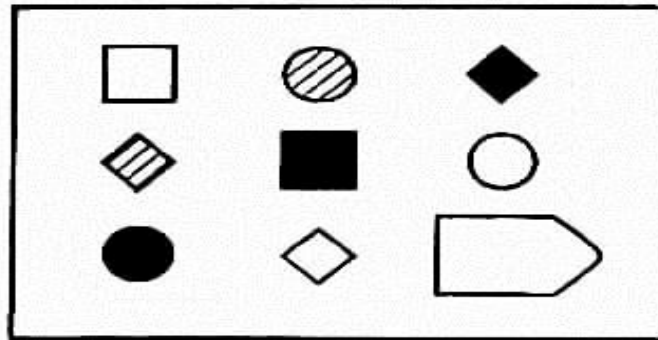
D5



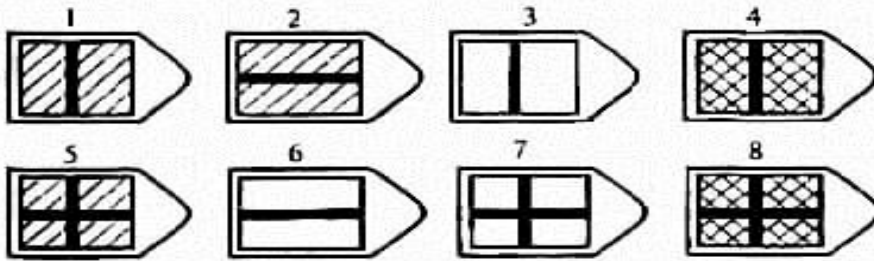
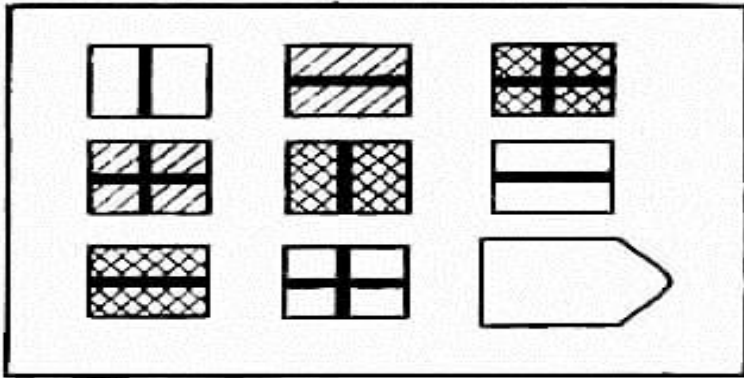
D6



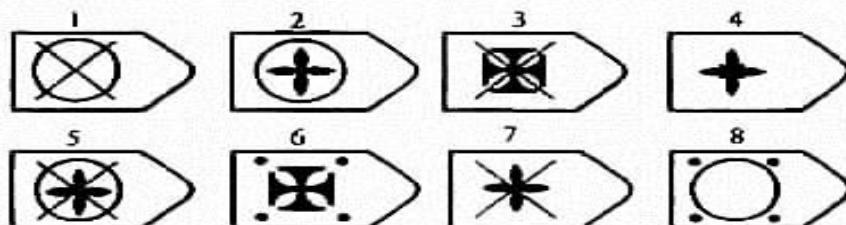
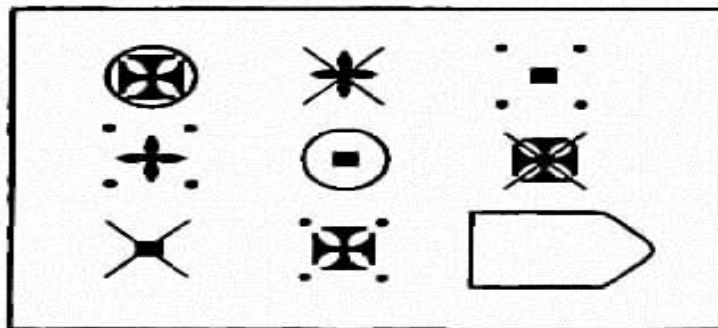
D7



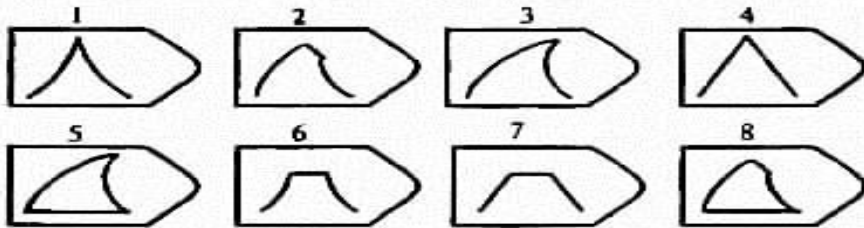
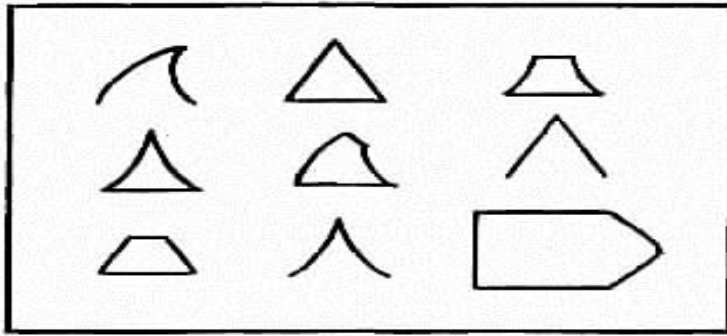
D8



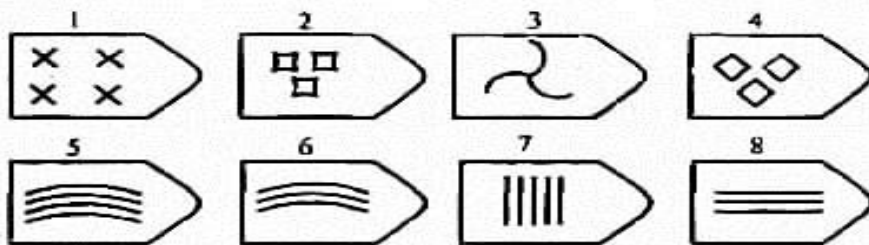
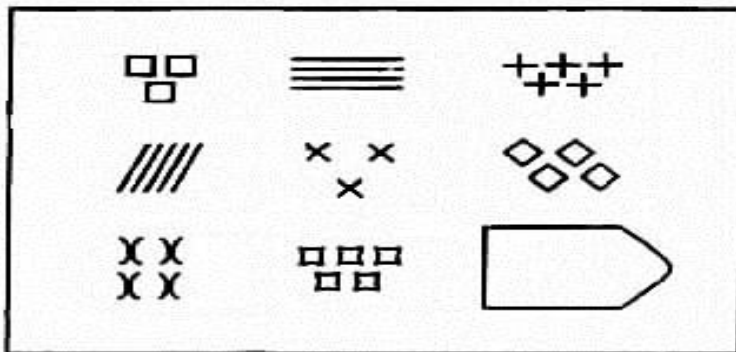
D9



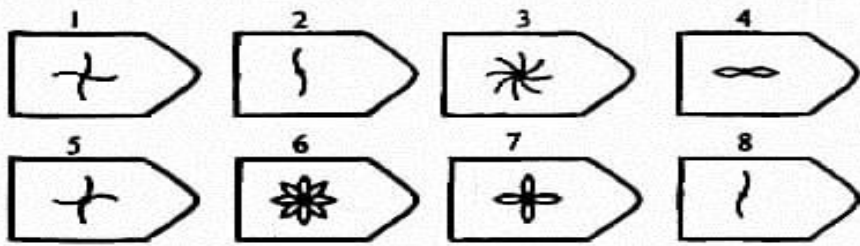
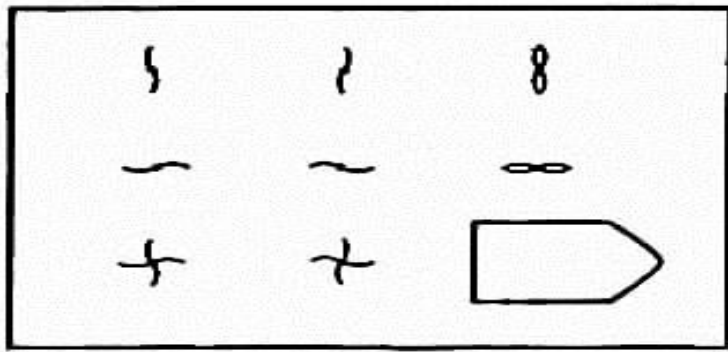
D10



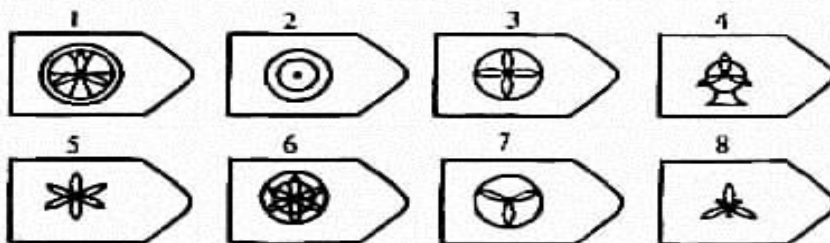
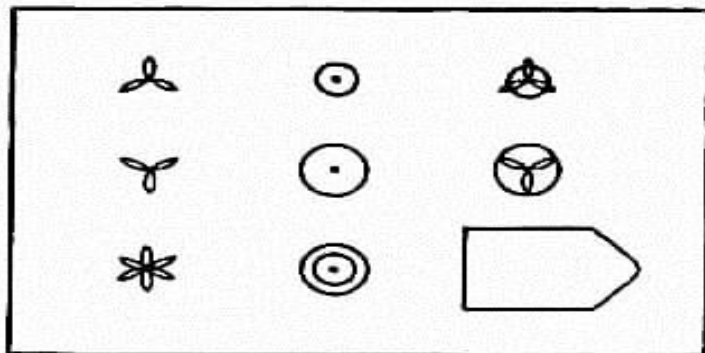
D11



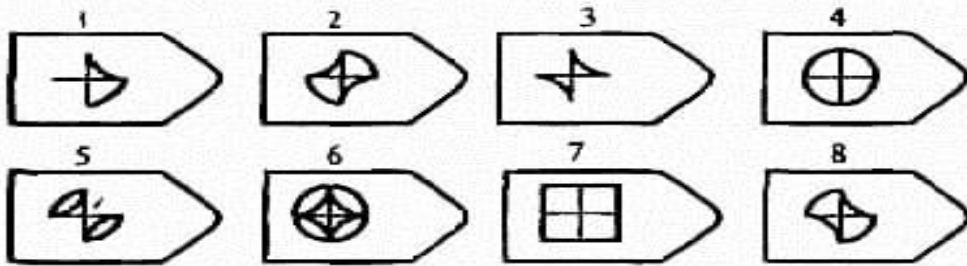
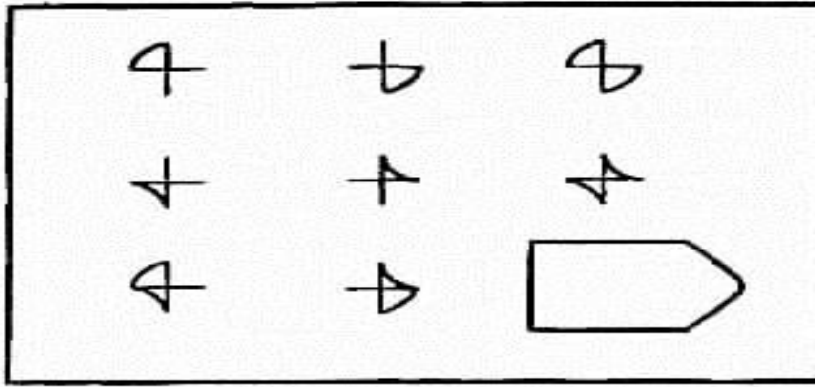
D12



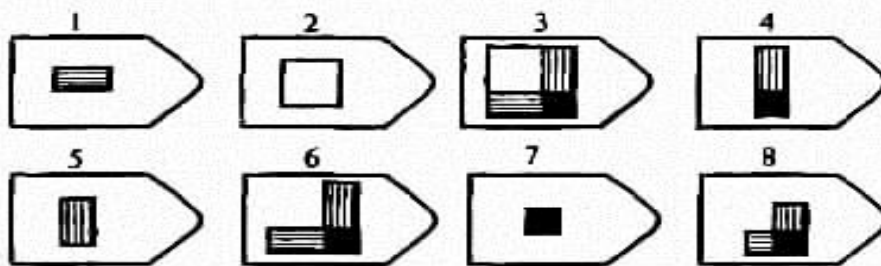
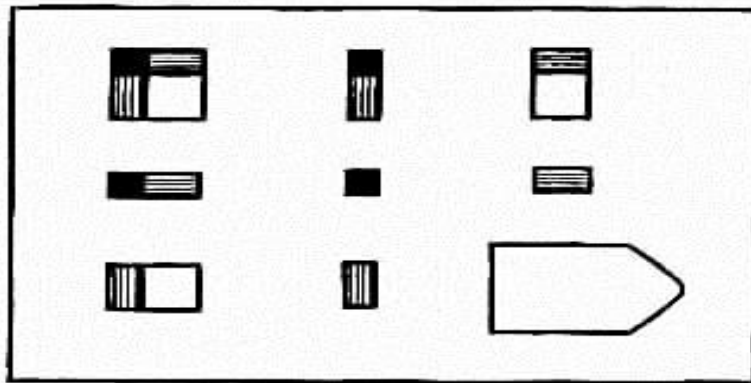
E E1



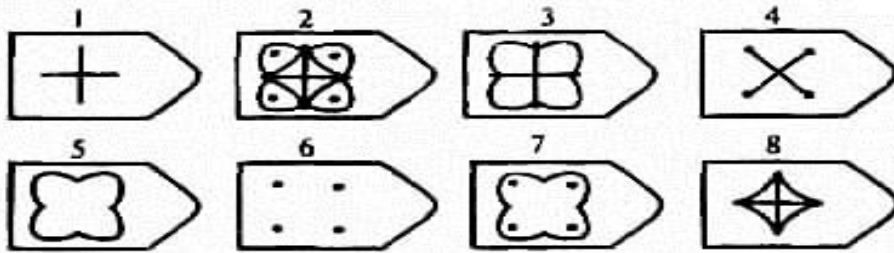
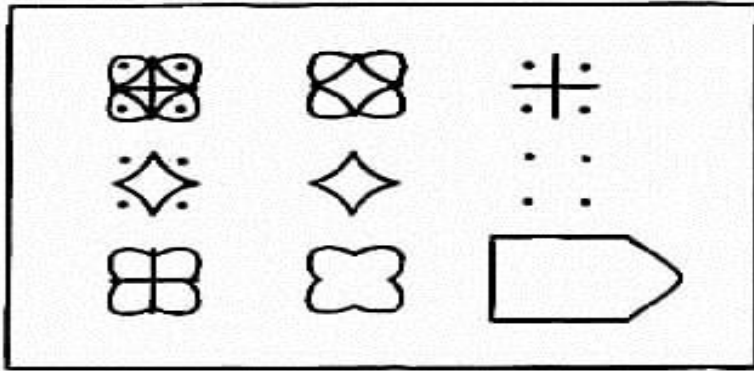
E E2



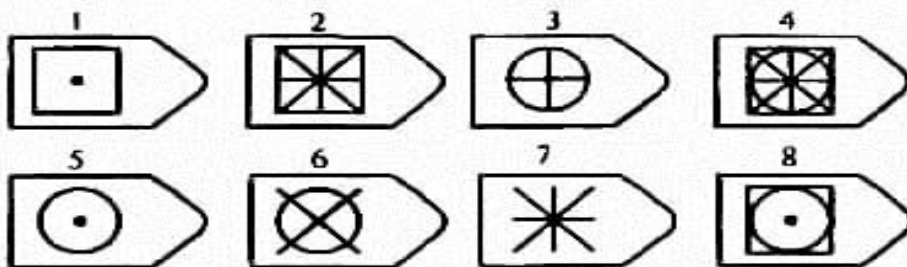
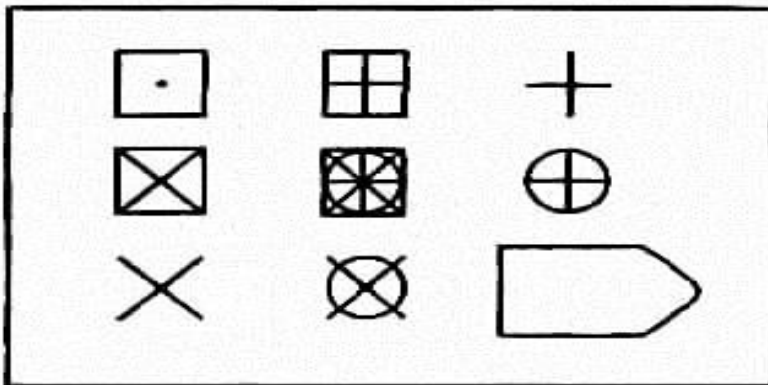
E3



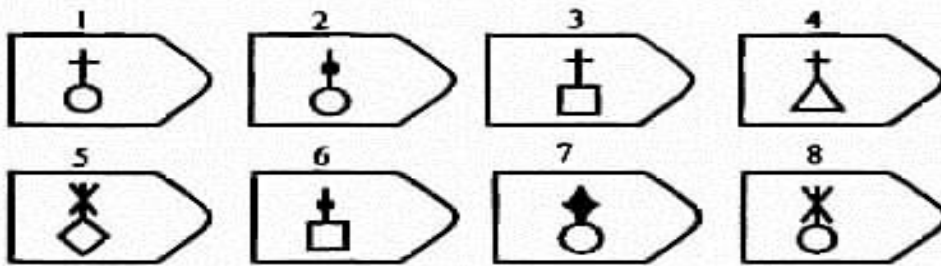
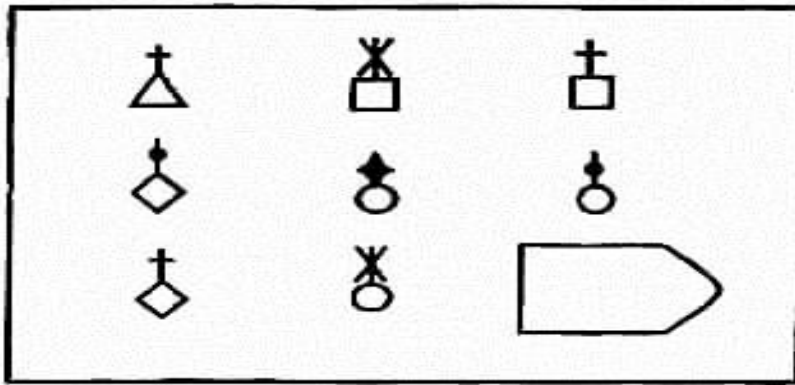
E4



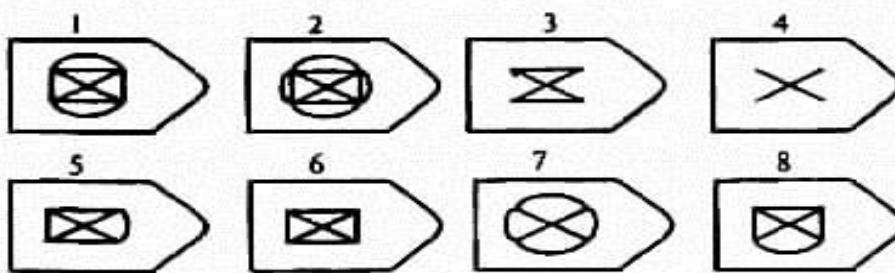
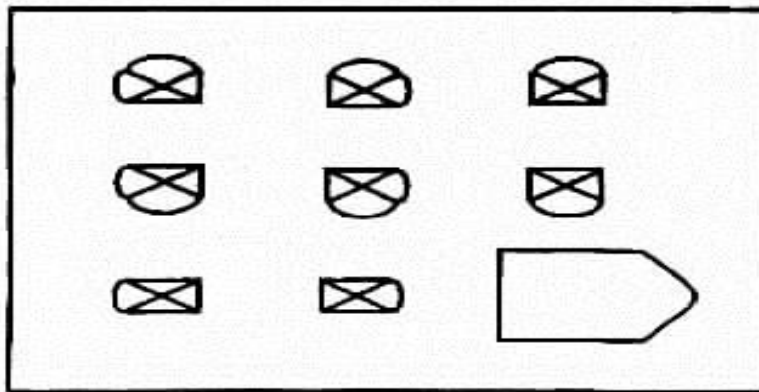
E5



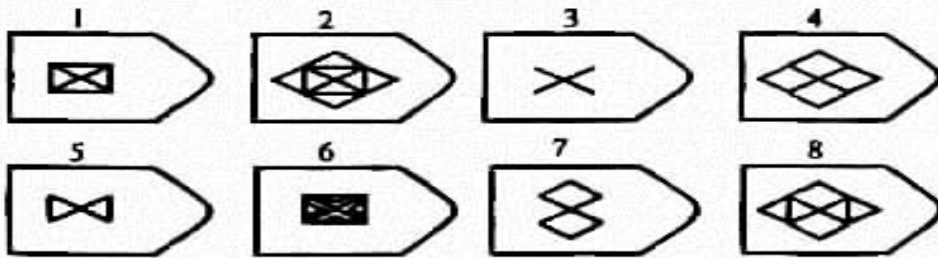
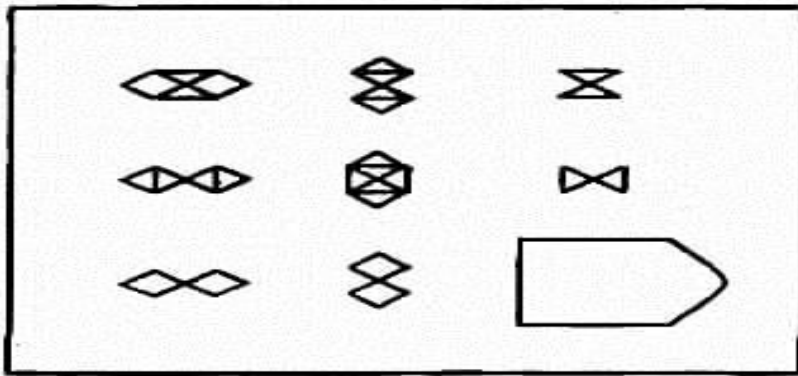
E6



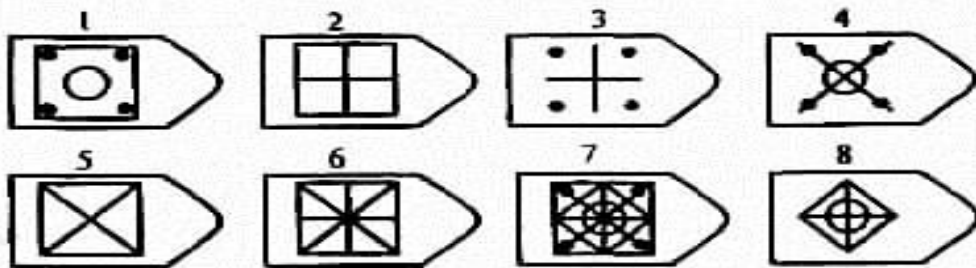
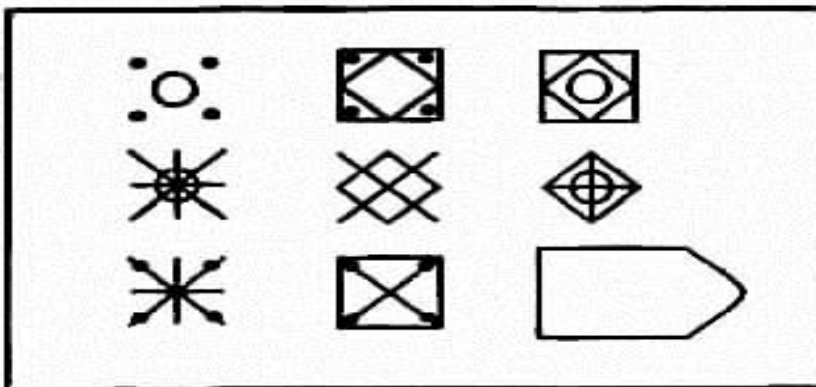
E7



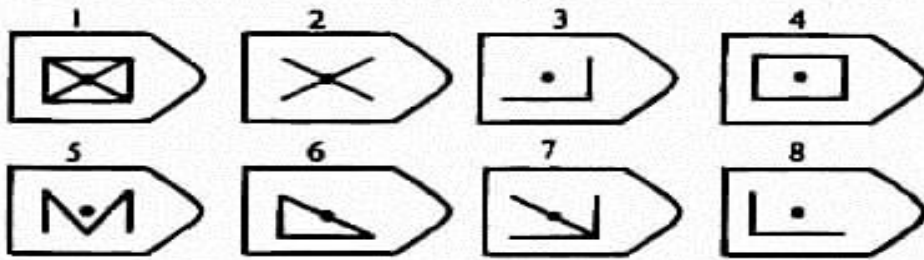
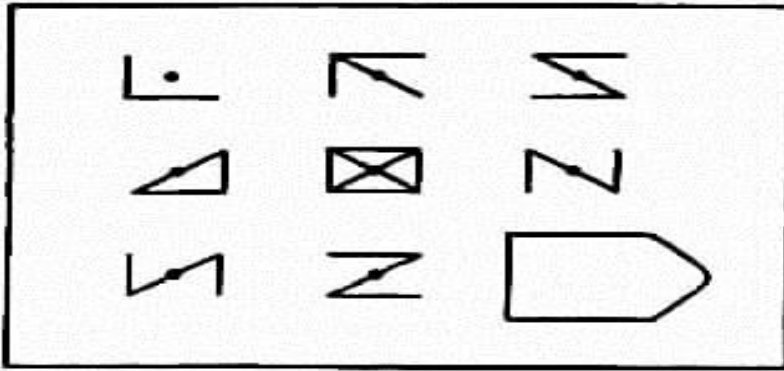
E8



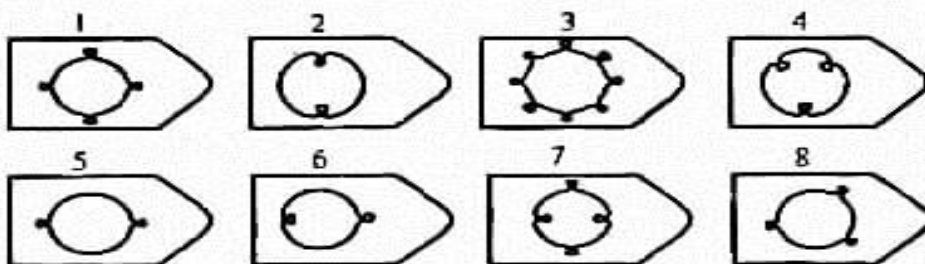
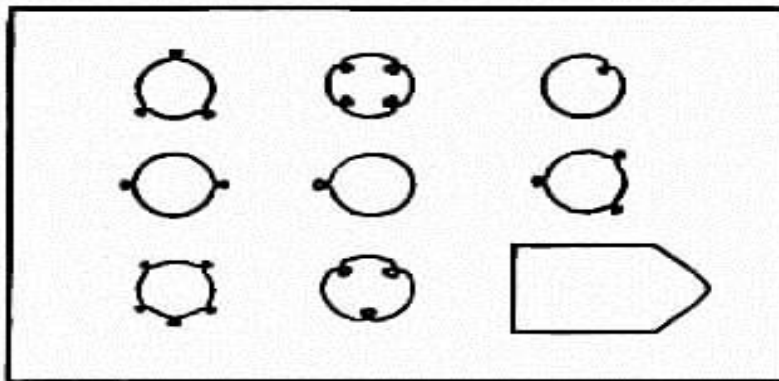
E9



E10



E11



E12

TESTE PENTRU EVALUAREA PERSONALITĂȚII

Scala de manifestare a anxietății la copii

Testul include 53 de afirmații, oferindu-se posibilitatea alegerii din două variante de răspuns: „corect” sau „incorect”. Chestionarul poate fi aplicat atât individual, cât și colectiv, respectând toate exigențele cercetării în grup. Timpul acordat îndeplinirii acestui chestionar este de 15 – 25 de minute. Tehnica permite a diagnostica nivelul anxietății la copiii cu vârsta cuprinsă între 8 și 12 ani.

Instrucțiune: În cele ce urmează, sunt prezentate niște afirmații. Fiecare afirmație propusă are două variante de răspuns: „corect” și „incorect”. În propoziții se descriu evenimente, situații și trăiri (frământări). Citește cu atenție fiecare propoziție. Dacă situația e adecvată felului de a fi (se referă la tine, la comportamentul tău, la calitățile tale), bifează „corect”, iar în cazul în care nu corespunde – „incorect”. Pentru fiecare propoziție poți alege doar o singură variantă de răspuns.

Nr.	Propoziția	Corect	Inc corect
1.	Îți este greu să te gândești la ceva anume.		
2.	Îți este neplăcut când cineva te urmărește în timp ce faci ceva.		
3.	Dorești să fii cel mai bun în toate.		
4.	Roșești ușor.		
5.	Îi placi pe toți pe care îi cunoști.		
6.	Observi deseori că inima îți bate mai tare.		
7.	Ești timid.		
8.	Ai momente în care vrei să fii cât mai departe de aici.		
9.	Crezi că alții reușesc mai bine decât tine.		
10.	În timpul jocului îți place mai mult să câștigi decât să pierzi.		
11.	În adâncul sufletului îți e frică de multe.		
12.	Deseori, simți că alții nu sunt mulțumiți de tine.		
13.	Te temi să rămâi singur acasă.		
14.	Îți este greu să iei o decizie.		
15.	Ești nervos dacă nu reușești să faci ceea ce dorești.		
16.	Adesea ți se întâmplă să te obsedeze ceva dar nu poți înțelege ce anume.		
17.	Întotdeauna ești amabil cu toți.		
18.	Te îngrijorează ce îți vor spune părinții.		
19.	Deseori, te superi.		
20.	Deseori, îți este greu să respiri.		
21.	Te porți frumos întotdeauna.		
22.	Îți transpiră mâinile.		
23.	Mergi la veceu mai des decât alții.		
24.	Alți copii sunt mai norocoși decât tine.		
25.	Este important ce cred alții despre tine.		
26.	Deseori, îți este greu să înghiți.		

27.	Deseori, te neliniștește ceva ceea ce mai târziu nu va avea nici un rost.		
28.	Te superi foarte repede.		
29.	Întotdeauna te frământă dacă e bine ceea ce faci.		
30.	Niciodată nu te lauzi.		
31.	Te temi că se poate întâmpla ceva cu tine.		
32.	Noaptea adormi cu greu.		
33.	Suferi foarte mult din cauza notelor.		
34.	Niciodată nu întârzi.		
35.	Deseori, simți că nu ai încredere în propriile forțe.		
36.	Întotdeauna, spui doar adevărul.		
37.	Simți că nimeni nu te înțelege.		
38.	Te temi că-ți vor spune că faci totul prost.		
39.	Te temi de întuneric.		
40.	Îți este greu să te concentrezi asupra lecțiilor.		
41.	Uneori ești furios.		
42.	Deseori, ai dureri de stomac.		
43.	Îți este frică dacă înainte de somn te afli într-o cameră întunecoasă.		
44.	Deseori, faci ceea ce nu ar trebui.		
45.	Deseori, te doare capul.		
46.	Ești neliniștit pentru faptul că părinților tăi li se poate întâmpla ceva.		
47.	Uneori, nu te ții de cuvânt, nu-ți îndeplinești promisiunile.		
48.	Deseori, obosești.		
49.	Deseori, te răstești la părinți sau la alți adulți.		
50.	Deseori, ai coșmaruri.		
51.	Ți se pare că alți colegi râd de tine.		
52.	Uneori, minți.		
53.	Te temi că ți se va întâmpla ceva.		

Interpretare: Interpretarea rezultatelor se realizează pe baza anumitor calcule, cu ajutorul schemei de analiză propuse.

Se evaluează toate datele obținute la „scala minciunii” sau la „scala reprezentării denaturate despre sine”.

Cheia de interpretare a „scalei minciunii”

Numărul punctelor scalei	
Răspunsurile „corect”	Răspunsurile „incorect”
5, 7, 21, 30, 34, 36	10, 41, 47, 49, 52

De obicei, punctajul ridicat la „scala minciunii” (9 și mai multe puncte) face ca autenticitatea răspunsurilor copiilor să fie dubioasă.

Se calculează suma punctelor (sau notelor la scala anxietății – răspunsurile „corect” la șirul de întrebări: 1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 31, 32, 33, 35, 37, 38, 39, 40, 42, 43, 44, 45, 46, 48, 50, 51, 53) ce nu se conțin în „scala minciunii”.

Suma datelor obținute se referă la cea dintâi apreciere sau la evaluarea inițială „nefinisată” – „note”.

La următoarea etapă, notele „brute” sunt introduse într-un tabel cu date normative. În acest scop, datele copilului testat se raportează la cele normative, pentru grupa de copii adecvată vârstei și genului respectiv. Pe baza notei obținute, a tabelului nr. 3, se trag concluzii despre nivelul de anxietate al copilului investigat.

Indicii și datele normative ale anxietății pentru copiii de gen și vârste diferite

Indicii anxietății	Vârsta și genul copiilor					
	8 – 9 ani		10 – 11 ani		12 ani	
	băieți	fete	băieți	fete	băieți	fete
1	0–1	0	0–2	0–3	0–5	0–6
2	2–4	1–3	3–6	4–7	6–8	7–9
3	5–7	4–7	7–9	8–10	9–11	10–13
4	8–11	8–11	10–13	11–14	12–14	14–16
5	12–14	12–15	14–16	15–18	15–17	17–20
6	15–17	16–19	17–20	19–21	18–20	21–23
7	18–20	20–22	21–23	22–25	21–22	24–27
8	21–23	23–26	24–27	26–28	23–25	28–30
9	24–26	27–30	28–30	29–32	26–28	32–33
10	27 și mm	31 și mm	31 și mm	33 și mm	29 și mm	34 și mm

Astfel, indicele minim este de 0 – 6 puncte, iar cel maxim de 33/34 și mai mult. Acestor indici le corespund anumite nivele de anxietate:

Nivelul anxietății și caracteristicile acestuia

Indicii anxietății	Nivelul anxietății	Note
1 – 2	Elevului nu îi specifică starea de anxietate.	O asemenea liniște excesivă poate avea sau nu un caracter de apărare.
3 – 6	Îi este propriu un nivel normal de anxietate.	Este necesar pentru adaptare și activitate productivă.
7 – 8	Într-o oarecare măsură, nivelul anxietății e ridicat.	Deseori, e legat de anumite situații și de diverse sfere de viață.
9	Un nivel accentuat de anxietate.	Este frecvent întâlnit.
10	Reprezintă un nivel foarte ridicat de anxietate.	Grupul de risc.

Tehnica de diagnosticare a nivelului anxietății școlare Phillips

Tehnica de diagnosticare a nivelului anxietății școlare Phillips reprezintă o metodă de studiere a acestui fenomen, a particularităților sale, legate de școală la elevii mici și la preadolescenți. Tehnica conține 58 de întrebări, pentru fiecare fiind propuse variante de răspuns: „da” sau „nu”. Această tehnică se aplică pentru a evalua nivelul general al anxietății în școală; trăirea stresului social; frustrarea necesității de atingere a succesului; frica de autoafirmare; frica de situațiile de verificare a cunoștințelor; frica de a nu corespunde expectanțelor celor din jur; rezistența fiziologică joasă la stres; problemele și temerile în relațiile cu profesorii.

Instrucțiune: Formularul pe care l-ați primit conține un șir de propoziții. În funcție de felul cum vă simțiți, de obicei, la școală, bifați „da” sau „nu” în dreapta formularului. Încercați să răspundeți cu sinceritate, aici nu sunt răspunsuri corecte sau incorecte, bune sau rele. Nu pierdeți prea mult timp cu nici o întrebare.

Nr.	Propoziția	Da	Nu
1.	Îți este greu să fii în pas cu toată clasă?		
2.	Ai emoții când profesorul spune că va verifica gradul de cunoaștere a materialului?		
3.	Îți este anevoios să lucrezi în clasă după așa cum îți cere profesorul?		
4.	Uneori, visezi că profesorul este furios, că nu ai învățat tema?		
5.	Ți s-a întâmplat ca cineva din clasă să te bată sau să te lovească?		
6.	Deseori, ți-ai dori ca profesorul să nu se grăbească când explică materialul nou, până în momentul în care îl vei înțelege?		
7.	Ai emoții când răspunzi sau realizezi sarcina (exercițiul, problema)?		
8.	De frică, să nu comiți o greșeală, se întâmplă să nu-ți exprimi părerea la lecții?		
9.	Îți tremură genunchii când ești chemat la răspuns?		
10.	Deseori, se întâmplă să râdă colegii de tine când practicați diferite jocuri?		
11.	Se întâmplă să iei o notă mai mică decât te așteptai?		
12.	Te frământă gândul să nu rămâi repetent?		
13.	Încerci să eviți jocurile, în care se fac alegeri, deoarece pe tine, de obicei, nu te aleg?		
14.	Uneori, poți să tremuri când ești chemat la răspuns?		
15.	Deseori, ai senzația că nimeni dintre colegi nu dorește să facă ceea ce vrei?		
16.	Ai emoții când începi a face o sarcină (exercițiu, problemă)?		
17.	Îți este greu să iei acele note pe care le așteaptă părinții de la tine?		
18.	Uneori, te temi că ți se va face rău în clasă?		
19.	Vor râde colegii de tine, dacă vei greși în timpul răspunsului?		
20.	Semeni cu colegii?		
21.	Finisând un exercițiu, te neliniștești de faptul dacă l-ai făcut corect?		
22.	Când lucrezi în clasă, ești sigur că vei memora totul bine?		

23.	Visezi, uneori, că ești la școală și nu poți răspunde la întrebarea profesorului?		
24.	Majoritatea colegilor au o atitudine binevoitoare față de tine?		
25.	Lucrezi mai sânguincios dacă știi că rezultatele tale vor fi comparate cu cele ale colegilor?		
26.	Deseori, îți dorești să nu te mai emoționezi când ești întrebant?		
27.	Uneori, îți este frică să iei parte la dispute?		
28.	Simți că inima îți bate mai tare când profesorul spune că te va verifica cum te-ai pregătit pentru lecții?		
29.	Când obții note bune, cineva dintre prietenii tăi crede că ești lingușitor?		
30.	Te simți bine cu acei colegi față de care copiii din clasă au o atitudine specială?		
31.	Se întâmplă să-ți spună colegii ceva ce te deranjează?		
32.	Crezi că acei elevi care nu au succese la învățătură sunt lipsiți de bunăvoință?		
33.	Se întâmplă ca majoritatea colegilor să nu-ți acorde atenție?		
34.	Deseori, te temi să nu pari ridicol?		
35.	Ești mulțumit de atitudinea profesorilor față de tine?		
36.	În organizarea diferitor sărbători te ajută mama cum o fac mamele colegilor?		
37.	Te-a frământat vreodată faptul ce gândesc cei din jur despre tine?		
38.	Speri că în viitor vei învăța mai bine decât acum?		
39.	Consideri că la școală te îmbraci la fel de bine ca și colegii?		
40.	Deseori, te preocupă ce cred colegii când răspunzi?		
41.	Copiii capabili au anumite drepturi, pe care nu le posedă ceilalți din clasă?		
42.	Unii dintre colegi se supără când ești mai bun ca ei?		
43.	Ești mulțumit de atitudinea pe care o au colegii față de tine?		
44.	Te simți bine când rămâi singur cu profesorul?		
45.	Uneori, colegii râd de înfățișarea și de comportamentul tău?		
46.	Crezi că te interesează mai mult decât pe alți copii problemele legate de școală?		
47.	Dacă nu poți răspunde când ești întrebant, simți că îți vine să plângi?		
48.	Uneori, seara, când șezi întins în pat, te gândești ce va fi mâine la școală?		
49.	Lucrând la o problemă dificilă simți că ai uitat complet ceea ce știai bine anterior?		
50.	Îți tremură mâna când lucrezi la o însărcinare?		
51.	Simți că devii agitat când profesorul spune că se pregătește să dea o însărcinare clasei?		
52.	Te sperie verificarea cunoștințelor tale la școală?		
53.	Când profesorul spune că îi va încredința o sarcină clasei, tu simți că nu vei putea s-o realizezi?		
54.	Visezi, uneori, că colegii de clasă pot executa ceea ce tu nu poți face?		

55.	Când profesorul explică materialul, simți că colegii îl înțeleg mai bine decât tine?		
56.	În drum spre școală te preocupă faptul că profesorul poate efectua o lucrare de control?		
57.	Dacă îndeplinești o însărcinare, simți, de obicei, că o faci incorect?		
58.	Îți tremură un pic mâna când profesorul insistă să rezolvi exercițiul la tablă?		

Interpretare: Se stabilește numărul total de răspunsuri ce nu corespund cu cheia indicată. Când se obține punctaj mai mare de 50%, se constată un nivel ridicat de anxietate, iar pentru un punctaj mai mare de 75% – un nivel foarte ridicat de anxietate.

Se determină și numărul de necorespunderi pentru fiecare factor. Nivelul de anxietate se determină ca și în cel dintâi caz.

Factorii testului și întrebările ce le corespund

Factorii	Nr. întrebărilor
nivelul general al anxietății în școală	2, 3, 7, 12, 16, 21, 23, 26, 28, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58 $\Sigma = 22$
trăirea stresului social	5, 10, 15, 20, 24, 30, 33, 36, 39, 42, 44 $\Sigma = 11$
frustrarea necesității de atingere a succesului	1, 3, 6, 11, 17, 19, 25, 29, 32, 35, 38, 41, 43 $\Sigma = 13$
frica de autoafirmare	27, 31, 34, 37, 40, 45 $\Sigma = 6$
frica de situațiile de verificare a cunoștințelor	2, 7, 12, 16, 21, 26 $\Sigma = 6$
frica de a nu corespunde expectanțelor celor din jur	3, 8, 13, 17, 22 $\Sigma = 5$
rezistența fiziologică joasă la stres	9, 14, 18, 23, 28 $\Sigma = 5$
problemele și temerile în relațiile cu profesorii	2, 6, 11, 32, 35, 41, 44, 47 $\Sigma = 8$

Cheia răspunsurilor: „da” –,+”; „nu” –,-”

1.	–	16.	–	31.	–	46.	–
2.	–	17.	–	32.	–	47.	–
3.	–	18.	–	33.	–	48.	–
4.	–	19.	–	34.	–	49.	–
5.	–	20.	+	35.	+	50.	–
6.	–	21.	–	36.	+	51.	–
7.	–	22.	+	37.	–	52.	–
8.	–	23.	–	38.	+	53.	–

9.	-	24.	+	39.	+	54.	-
10.	-	25.	+	40.	-	55.	-
11.	+	26.	-	41.	+	56.	-
12.	-	27.	-	42.	-	57.	-
13.	-	28.	-	43.	+	58.	-
14.	-	29.	-	44.	+		
15.	-	30.	+	45.	-		

Particularitățile factorilor evaluați:

- nivelul general al anxietății în școală – starea emoțională în ansamblu a copilului, legată de multiple forme de încadrare a acestuia în viața și în activitatea școlară;
- trăirea stresului social – starea emoțională a copilului al cărei fundal se dezvoltă contactele lui sociale (mai întâi de toate cu semenii);
- frustrarea necesității de atingere a succesului – climatul psihologic nefavorabil ce nu-i permite copilului să dobândească performanțe.
- frica de autoafirmare – trăirile emoționale negative ale situațiilor ce se referă la necesitatea de autodeschidere, autoprezentare în fața altor persoane și de demonstrare a capacităților proprii lor;
- frica de situațiile de verificare a cunoștințelor – atitudinea negativă și starea de neliniște în cazurile de examinare a cunoștințelor, a capacităților (în special, în public) și a rezultatelor;
- frica de a nu corespunde expectanțelor celor din jur – orientarea spre persoanele importante în ceea ce privește aprecierea rezultatelor personale, a faptelor, a gândurilor, neliniștea față de evaluarea dată de cei din jur, așteptarea aprecierii negative;
- rezistența fiziologică joasă la stres – trăsăturile fiziologice ce diminuează rezistența la stres, dar intensifică posibilitatea de a reacționa inadecvat, distructive la factorii anxiogeni din mediu.
- problemele și temerile în relațiile cu profesorii – anturajul general negativ al relațiilor copilului cu adulții în școală, fapt ce ar atenua performanțele școlare.

Scala de manifestare a anxietății Taylor

Chestionarul conține 50 de afirmații la care preadolescentul examinat răspunde prin cuvintele „da” sau „nu”. Testarea se face individual sau în grup și durează 15 – 30 de minute.

Instrucțiune: Citiți atent fiecare enunț și răspundeți cu „da” sau „nu”, în funcție de faptul dacă conținutul ei corespunde sau nu felului vostru de a fi.

Nr.	Afirmațiile	Da	Nu
1.	De regulă, sunt liniștit și e greu să fiu scos din sărite.		
2.	Nervii mi-s dereglați nu mai mult decât la alți oameni.		
3.	De obicei, dorm liniștit.		
4.	Rareori, am dureri de cap.		
5.	Rareori, obolesc.		
6.	Aproape întotdeauna mă simt destul de fericit.		
7.	Am încredere în forțele proprii.		
8.	Aproape niciodată, nu roșesc.		
9.	În comparație cu prietenii mei, sunt destul de îndrăzneț.		
10.	De regulă, am dispoziție bună.		
11.	Rareori, am palpitații sau o greutate pe inimă.		
12.	De obicei, mâinile îmi sunt calde.		
13.	Sunt timid, însă nu mai mult decât alții.		
14.	Bineînțeles, îmi lipsește încrederea în propriile puteri.		
15.	Uneori, îmi pare că nu prezint nimic.		
16.	Periodic, mă cuprinde o neliniște atât de mare încât nu pot sta locului.		
17.	Noaptea adorm cu greu.		
18.	Nu-mi ajunge tărie de caracter, pentru a înfrunta dificultățile.		
19.	Aș vrea să fiu tot atât de fericit, cum, după părerea mea, sunt alții.		
20.	Uneori, îmi pare că am obstacole pe care nu le-aș putea înfrunta.		
21.	Deseori, visez.		
22.	Observ că-mi tremură mâinile când încerc să fac ceva.		
23.	Somnul meu e neliniștit, adesea cu intermitențe.		
24.	Mă neliniștesc mult eventualele eșecuri.		
25.	Uneori, am frică, chiar când nu mă amenință nimic.		
26.	Mă concentrez cu greu asupra unei activități sau a unei însărcinări.		
27.	De obicei, lucrez cu mare încordare.		
28.	Nimeresc ușor în încurcătură.		
29.	Aproape tot timpul, sunt îngrijorat din cauza cuiva sau a ceva.		
30.	Sunt predispus să iau totul în serios.		
31.	Deseori, plâng.		
32.	Deseori, am stări de vomă.		

33.	Sunt îngrijorat mult de sănătatea mea.		
34.	Deseori, mă tem că voi roși.		
35.	Mă deranjează situația mea în mijlocul celor din preajmă.		
36.	Mă neliniștește mult starea materială.		
37.	Uneori, mă gândesc la astfel de lucruri despre care n-aș vrea să vorbesc.		
38.	Am avut perioade în care din cauza frământărilor nu puteam dormi.		
39.	Uneori, când am un necaz, transpir și mă jenez mult.		
40.	Chiar și în zilele răcoroase transpir repede.		
41.	Câteodată, sunt atât de agitat încât nu pot dormi.		
42.	Sunt o persoană iritabilă.		
43.	Uneori mă simt absolut inutil.		
44.	Din când în când, îmi pare că sistemul nervos e dereglat și din clipă în clipă voi pierde cumpătul.		
45.	Deseori, simt că ceva mă neliniștește.		
46.	Sunt cu mult mai sensibil decât majoritatea oamenilor.		
47.	Aproape tot timpul, mi-e foame.		
48.	Îmi sunt neplăcute schimbările ce intervin pe neașteptate.		
49.	Viața mea decurge, aproape întotdeauna, într-o tensiune continuă.		
50.	Așteptarea întotdeauna mă enervează.		

Interpretare: Se calculează cantitatea răspunsurilor cu lexemul „da” privind afirmațiile nr. 14 – 50. Se numără răspunsurile cu „nu” la afirmațiile nr. 1 – 13. Se însumează rezultatele „a” și „b”.

Scorurile dintre 0 și 5 puncte reprezintă un nivel redus de anxietate; dintre 5 și 15 puncte se consideră că e un nivel moderat, cu tendință spre un grad redus de anxietate; cele dintre 15 și 25 de puncte indică un nivel moderat cu tendință spre un grad ridicat de anxietate; dintre 25 – 40 de puncte relevă un grad ridicat de anxietate; dintre 40 și 50 de puncte denotă un grad foarte ridicat de anxietate.

Inventarul de expresie a anxietății ca stare și ca trăsătură

Se crede că e unul dintre cele mai bune instrumente psihometrice pentru evaluarea anxietății. Chestionarul este un instrument dezvoltat de psihologul american Ch. Spielberger, pe baza celebrei sale teorii și a abordării psihometrice, ce diferențiază anxietatea –stare (stait) de anxietate – trăsătură (trait).

Testul cuprinde 40 de itemi și conține scale separate pentru evaluarea anxietății – stare și a anxietății – trăsătură: scala S – AS (STAI Form X – 1) și scala T – AT (STAI Form X – 2). Anxietatea – stare (Scala S) constă din 20 de descrieri. Pe baza lor preadolescenții indică felul cum se simt într-un anumit moment. Pentru fiecare item sunt prevăzute patru variante de răspuns: 1 – nu este așa; 4 – fără îndoială este așa. Anxietatea – trăsătură (Scala T), de asemenea, constă din 20 de descrieri, dar instrucțiunile preconizează că preadolescenții să precizeze modul cum se simt ei în general. Pentru scala T se propun următoarele variante de răspuns: 1 – aproape niciodată, 4 – permanent. Inventarul de expresie a anxietății ca stare și ca trăsătură este întocmit astfel, încât poate fi aplicat individual și în grup. Timpul necesar realizării ambelor formulare ale testului este de 8 – 15 minute. Preadolescenții se atenționează că instrucțiunile sunt diferite pentru cele două părți ale inventarului.

Scala anxietății – stare

Instrucțiune: Citiți atent fiecare enunț. După felul cum vă simțiți în momentul de față, bifați cifra respectivă din dreapta formularului (1 – nu este așa; 2 – sunt convins că este așa; 3 – așa este; 4 – fără îndoială, așa este).

Formularul nr. 1

1.	Sunt calm.	1	2	3	4
2.	Nu mă amenință nimic.	1	2	3	4
3.	Sunt încordat.	1	2	3	4
4.	Mă simt încătușat.	1	2	3	4
5.	Mă simt descătușat.	1	2	3	4
6.	Sunt indispus.	1	2	3	4
7.	Mă neliniștesc eventualele eșecuri.	1	2	3	4
8.	Simt o stare de neliniște.	1	2	3	4
9.	Sunt alarmat.	1	2	3	4
10.	Am o satisfacție lăuntrică.	1	2	3	4
11.	Am încredere în propriile puteri.	1	2	3	4
12.	Mă enervez.	1	2	3	4
13.	Nu-mi pot găsi locul.	1	2	3	4
14.	Sunt iritat.	1	2	3	4
15.	Nu simt nici încordare, nici tensiune.	1	2	3	4
16.	Sunt mulțumit.	1	2	3	4
17.	Sunt îngrijorat.	1	2	3	4
18.	Sunt prea excitat și nu mă simt în apele mele.	1	2	3	4
19.	Am o bucurie.	1	2	3	4
20.	Am plăcere.	1	2	3	4

Scala anxietății – trăsătură

Instrucțiune: Citiți atent fiecare enunț. În funcție de faptul cum vă simțiți de obicei, încercuiți cifra respectivă din dreapta formularului (1 – aproape niciodată; 2 – uneori; 3 – deseori; 4 – permanent).

Formularul nr. 2

1.	Am o stare de satisfacție.	1	2	3	4
2.	Obolesc repede.	1	2	3	4
3.	Plâng ușor.	1	2	3	4
4.	Aș vrea să fiu la fel de fericit ca alții.	1	2	3	4
5.	Uneori, pierd, deoarece nu iau decizia destul de repede.	1	2	3	4
6.	De obicei, sunt vioi.	1	2	3	4
7.	Sunt calm, liniștit.	1	2	3	4
8.	Mă neliniștesc mult eventualele dificultăți.	1	2	3	4
9.	Mă îngrijorez mult din cauza mărunțișurilor.	1	2	3	4
10.	Sunt destul de fericit.	1	2	3	4
11.	Le iau aproape de inimă pe toate.	1	2	3	4
12.	Nu-mi ajunge încredere în propriile puteri.	1	2	3	4
13.	De obicei, sunt în siguranță.	1	2	3	4
14.	Mă străduiesc să evit situațiile critice și dificultățile.	1	2	3	4
15.	Sunt trist.	1	2	3	4
16.	Sunt mulțumit.	1	2	3	4
17.	Orice detaliu mă distrage și mă neliniștește mult.	1	2	3	4
18.	Suport dureros dezamăgirile și nu le pot da uitării.	1	2	3	4
19.	Sunt un om cumpătat.	1	2	3	4
20.	Grijile îmi tulbură mult liniștea.	1	2	3	4

Interpretare: Anxietatea – stare se calculează după formula $AS = \sum 1 - \sum 2 + 35$, unde $\sum 1$ este suma cifrelor bifate de subiect (formularul nr. 1) la întrebările: 3, 4, 6, 7, 9, 12, 13, 14, 17, 18; iar $\sum 2$ – suma cifrelor bifate de subiect (formularul nr. 1) la întrebările: 1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19, 20.

Anxietatea – trăsătură se calculează după aceeași formulă: $AT = \sum 1 - \sum 2 + 35$, unde $\sum 1$ este suma cifrelor bifate de subiect (formularul nr. 2) la întrebările: 2, 3, 4, 8, 9, 11, 12, 14, 15, 17, 18, 20; iar $\sum 2$ – suma cifrelor bifate de subiect (formularul nr. 2) la întrebările: 1, 6, 7, 10, 13, 16, 19.

Scorurile posibile pentru chestionar variază de la minimum 20 de puncte până la maximum 80 de puncte în ambele subscale: anxietatea – stare și anxietatea – trăsătură. Scorurile dintre 0 și 30 de puncte reprezintă un nivel redus de anxietate, cele cuprinse în intervalul dintre 31 și 44 de puncte constituie un nivel moderat de anxietate, iar scorurile dintre 45 de puncte și mai mult ilustrează un nivel ridicat de anxietate.

Inventarul ostilității A. Bass și A. Darkee

Testul evaluează agresivitatea și tipurile de agresivitate la preadolescenți. Testul poate fi aplicat atât individual, cât și colectiv.

Instrucțiune: Apreciați dacă afirmațiile prezentate sunt „adevărate” sau „false” prin referire la propria persoană.

Nr.	Afirmația	A/F
1.	Îndeplinesc rugămintea cuiva, doar dacă mă roagă frumos.	
2.	Nu par să înțeleg ce mi se întâmplă.	
3.	Uneori bârfesc oamenii pe cei care nu-îi plac.	
4.	Uneori nu pot să-mi controlez impulsul de a-i leza pe ceilalți.	
5.	Știu că oamenii mă bârfesc pe la spate.	
6.	Mă înfurii cu ușurință, dar îmi revin repede.	
7.	Când dezaprob purtarea prietenilor mei, le-o spun direct.	
8.	Când cineva stabilește o regulă care nu-mi place, am tendința să o încalc.	
9.	Ceilalți par mereu să reușească în viață.	
10.	Niciodată nu sunt atât de furios încât să arunc cu obiectele.	
11.	Nu găsesc niciodată un motiv suficient de serios pentru a lovi pe cineva.	
12.	Am tendința să fiu prudent cu persoanele care sunt mai prietenoase decât mă așteptam.	
13.	Întotdeauna sunt răbdător cu ceilalți.	
14.	Sunt adesea în dezacord cu alții.	
15.	Când cineva îmi comandă (face pe șeful), fac invers decât îmi cere.	
16.	Când privesc în urmă, la ce mi s-a întâmplat, am senzația unor uşoare resentimente din trecut.	
17.	Când sunt furios trântesc uneori uşile.	
18.	Dacă cineva mă jignește sau mă lovește primul, reacționez.	
19.	Sunt câteva persoane care nu mă plac deloc.	
20.	Sunt mult mai iritat decât își dau seama ceilalți.	
21.	Nu mă pot opri să intru în controverse cu oamenii când aceștia nu sunt de acord cu mine.	

22.	Când oamenii îmi comandă (sunt autoritari) nu ezit sa le arăt că am înțeles.	
23.	Aproape săptămânal, vad pe cineva care-mi displace.	
24.	Niciodată nu fac farse altora.	
25.	Oricine mă jignește pe mine sau pe familia mea, caută scandal.	
26.	Sunt câteva persoane care par sa mă invidieze.	
27.	Îmi fierbe sângele din mine dacă se distrează cineva pe sama mea.	
28.	Am pretenția ca ceilalți să-mi respecte drepturile.	
29.	Uneori, când sunt furios pe cineva, îi aplic „tratamentul tăcerii”.	
30.	Deși nu arăt, uneori mă roade invidia.	
31.	Uneori, când sunt supărat bombănesc.	
32.	Persoanele care continuă să mă deranjeze cer un pumn în nas.	
33.	Uneori am sentimentul ca alții râd de mine.	
34.	Nu mă supăr când cineva nu mă tratează corect.	
35.	Chiar dacă sunt înfuriat nu folosesc un „limbaj dur”.	
36.	Nu cunosc nici o persoană pe care s-o urăsc din tot sufletul.	
37.	Uneori sunt bosumflat daca nu pot face cum vreau eu.	
38.	Chiar dacă cineva mă lovește primul, rareori îi întorc lovitura.	
39.	Deviza mea e: „Niciodată să nu te încrezi în străini”.	
40.	Uneori oamenii mă deranjează chiar numai fiind în apropierea mea.	
41.	Dacă cineva mă supără, sunt capabil să-i spun ce gândesc despre el.	
42.	Dacă aş lăsa oamenii să vadă ce simt, aş fi considerat o persoană complicată.(dificilă).	
43.	De la zece ani nu mi-am mai pierdut firea.	
44.	Când îmi pierd cumpătul cu adevărat, sunt în stare să pălmuiesc pe cineva.	
45.	În general, mă întreb ce motive ascunse poate avea o altă persoană pentru a-mi face pe plac.	
46.	Adesea mă simt ca un butoi cu pulbere, gata să explodeze.	
47.	Când ceilalți țipă la mine, țip și eu la ei.	
48.	Uneori mi se pare că am luat din viață partea ei crudă.	
49.	Îmi amintesc că odată am fost atât de furios, încât am luat cel mai apropiat obiect și l-am zdrobit.	
50.	Intru în dispute la fel de repede ca și ceilalți.	
51.	Obişnuiam să cred că majoritatea oamenilor spun adevărul dar m-am convins de contrariu.	
52.	Adeseori îmi asum responsabilități prea mari.	
53.	Când sunt furios spun lucruri antipatice amenințătoare.	

54.	Uneori îmi arăt furia prin bătăi în masă.	
55.	Dacă trebuie să recurg la violență fizică pentru a-mi apăra drepturile, o fac.	
56.	Nu am dușmani care să dorească cu adevărat să mă rănească.	
57.	Nu mă pot opri să fiu puțin nepoliticos (aspru) cu cei care nu-mi plac.	
58.	Nu pot să pun pe cineva la punct, chiar dacă este necesar.	
59.	Sunt oameni care au făcut presiuni asupra mea, așa încât am ajuns la „explozie”.	
60.	Rareori am impresia că oamenii încearcă să mă supere sau să mă jignească.	
61.	Nu permit să fiu iritat de lucrurile mărunte.	
62.	Adesea fac amenințări pe care n-am intenția să le pun în practică.	
63.	În ultima vreme sunt iritat, nemulțumit.	
64.	Când mă cert am tendința să ridic vocea.	
65.	În general îmi ascund părerile proaste despre alții.	
66.	Mai degrabă aș face o concesie, decât să intru într-o controversă.	

Interpretare: Fiecare coloană reprezintă o subscală a ostilității generale. Se notează acele răspunsuri care concordă cu cele din cheie și se adună aceste concordanțe pentru fiecare coloană în parte. Apoi se adună scorurile pentru cele 7 coloane și se obține un scor total general.

Cheia:

NE	RE	IN	AT	SU	IR	VE
1. A	2. A	3. A	4. A	5. A	6. A	7. A
8. A	9. A	10.F	11.F	12.A	13.F	14. A
15. A	16. A	17.A	18.A	19.A	20.A	21. A
22. A	23. A	24.F	25.A	26.A	27.A	28. A
29. A	30. A	31.A	32.A	33.A	34.F	35. F
	36. F	37.A	38.F	39.A	40.A	41.A
	42. A	43.F	44.A	45.A	46.A	47.A
	48. A	49.A	50.A	51.A	52.A	53.A
		54.A	55.A	56.F	57.A	58.F
			59.A	60.F	61.F	62.A
					63.A	64.A
						65.F
						66.F

Scorul total general este de obicei sub 38 (la femei fiind, de regulă, ușor mai scăzut) și reprezintă indicatorul de ostilitate generală. Dacă scorul este mai mare, (nivelul de ostilitate este scăzut și individul se implică în relații dificile și dezagreabile. Dacă scorul este mai mic decât 38,

trebuie urmărite subscorurile la cele 7 coloane, pentru a se vedea dacă vreunul dintre ele reprezintă vreo problemă.

Negativism (NE). Scor ridicat: 4 și peste.

Negativismul este, de obicei, un comportament opozant față de autoritate. El implică refuzul de a coopera și se poate exprima printr-un șir de comportamente: de la lipsă de bunăvoință pasivă la răzvrătire față de reguli și convenții.

Resentiment (RE). Scor ridicat: 4 și peste.

Resentimentul implică gelozia față de alții, adesea la nivel de ură. Este, de cele mai multe ori, o trăire de supărare, necaz față de lume pentru o tratare incorectă (imaginară sau reală).

Ostilitate indirectă (IN). Scor ridicat: 6 și peste.

Ostilitatea indirectă implică un comportament care direcționează ostilitatea către cineva într-un mod ocolit. El poate fi necinstit prin aceea că persoana antipatizată primește ostilitate prin bârfeli răutăcioase sau bancuri, dar nu poate face mare lucru prin asta. Alte comportamente indirecte, ca de exemplu trântirea ușilor, pierderea firii etc., permit unui individ să-și descarce trăirile generate de ostilitate, care pot să nu fie îndreptate împotriva cuiva anume.

Atentat (AT). Scor ridicat: 6 și peste.

Atentatul implică violență fizică reală și voința de a folosi violența împotriva altora. De obicei apare în dispute cu alții mai degrabă decât în distrugerea obiectelor.

Suspiciune (SU). Scor ridicat: 4 și peste.

Suspiciunea implică proiectarea ostilității asupra altora.

Iritabilitate (IR). Scor ridicat: 8 și peste.

Iritabilitatea este promptitudinea de a exploda la cea mai mică provocare. Se exprimă în comportamente ca izbucniri de pierdere a firii, grosolănie, nemulțumire acută.

Ostilitate verbală (VE). Scor ridicat: 9 și peste.

Ostilitatea verbală implică exprimarea verbală a trăirilor negative față de alții (ceea ce spun și cum spun). Se observă în stilul de argumentare, în țipete, strigate, cât și în conținutul verbal al amenințărilor, blestemelor, hipercriticismului.

Autoaprecierea stărilor psihice Eysenck

Testul constă din 40 de afirmații grupate în patru blocuri a câte 10 întrebări fiecare. Fiecare afirmație are trei variante de răspuns: „deseori” – apreciat cu două puncte; „uneori” – apreciat cu un punct; și „nu” – apreciat cu zero puncte. Pentru fiecare bloc de afirmații se calculează punctajul total. În cel dintâi bloc se observă starea de anxietate, în al doilea – starea de frustrare, în al treilea – starea de agresivitate, în al patrulea – starea de rigiditate.

Instrucțiune: Citește atent afirmațiile și alege răspuns care se potrivește cu felul cum te simți de obicei.

Nr.	Afirmații	Deseori	Uneori	Nu
1.	Nu am încredere în mine.			
2.	Deseori, din cauza unor nimicuri, roșesc.			
3.	Am un somn neliniștit.			
4.	Mă descurajez ușor.			
5.	Mă neliniștesc chiar și atunci când am unele neplăceri imaginare.			
6.	Mă înspăimântă obstacolele ce apar.			
7.	Îmi place să mă aprofundez în problemele mele.			
8.	Sunt convins ușor.			
9.	Sunt bănuitor.			
10.	Suport așteptarea cu greu.			
11.	Adesea îmi pare că nu există nici o soluție.			
12.	Adesea necazurile mă indispun.			
13.	Dacă am mari neplăceri mă autoacuz fără motive.			
14.	Când am insuccese și neplăceri, nu trag nici un fel de învățăminte.			
15.	Adesea renunț la luptă, considerând că e de prisos.			
16.	Des mă simt fără apărare.			
17.	Uneori, sunt în stare deprimată.			
18.	Sunt tulburat din cauza dificultăților.			
19.	În situații anevoioase mă comport ca toți copiii, vreau să fiu compătimit.			
20.	Cred că defectele caracterului meu sunt incorigibile.			
21.	Îmi las ultimul cuvânt.			
22.	Frecvent întrerup interlocutorul.			
23.	Mă supăr ușor.			
24.	Îmi place să fac observații.			
25.	Vreau să fiu o autoritate pentru alții.			
26.	Nu mă mulțumesc cu puținul, ce îl am, vreau ceva mai mult.			
27.	Când mă supăr, mă stăpânesc cu greu.			
28.	Prefer să conduc, nu să fiu dirijat.			
29.	Gesturile mele față de alții sunt dure, bruște.			
30.	Sunt răzbunător.			
31.	Este dificil să schimb deprinderile.			
32.	Nu e ușor a îndrepta atenția asupra cuiva sau a ceva.			
33.	Sunt cu ochii în patru față de tot ce este nou.			
34.	Îmi schimb convingerile cu greu.			
35.	Adesea mă copleșește un gând de care ar fi trebuit să mă debarsez.			
36.	Mă apropii de oameni cu greu.			
37.	Mă întristează și unele abateri neesențiale de la planuri.			

38.	Deseori, îmi arăt încăpățânarea.			
39.	Risc fără a avea vreo satisfacție.			
40.	Am mari emoții dacă deviez de la regimul zilei.			

Interpretare: Se sumează punctele pentru fiecare situație.

Anxietate: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10.

Frustrare: 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20.

Agresivitate: 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30.

Rigiditate: 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40.

Toate stările cercetate (anxietate, frustrare, agresivitate, rigiditate) sunt apreciate în corespundere cu cele trei niveluri luând în considerare punctajul total: 0 – 7 lipsa stării date; 8 – 14 – nivelul moderat al stării identificate; 15 – 20 – nivel ridicat al stării evaluate.

Testul privind strategiile comportamentale în conflict Thomas-Kilmann

Chestionarul este elaborat de K. Thomas și R. Kilmann și este unul dintre cele mai bune instrumente de evaluare a stilurilor de rezolvare a conflictelor.

Instrucțiune: Considerați niște situații, în care dorințele dvs. diferă de cele ale altei persoane. Cum reacționați de obicei în astfel de situații? În continuare sunt mai multe perechi de afirmații care descriu posibile reacții comportamentale. Pentru fiecare pereche, vă rugăm încercuiți afirmația „A” sau „B” care vă caracterizează cel mai bine propriul comportament. În multe cazuri, nici afirmația „A”, nici afirmația „B”, pot să nu fie tipice pentru comportamentul dvs., dar vă rugăm să alegeți răspunsul care vi se pare cel mai probabil a fi folosit.

- | | | |
|----|--|---|
| 1. | A. Sunt momente în care îi las pe alții să-și ia responsabilitățile în rezolvarea unei probleme. | B. Decât să negociez lucrurile cu care nu suntem de acord, caut să subliniez acele lucruri cu care amândoi suntem de acord. |
| 2. | A. Caut să găesc o soluție de compromis. | B. Încerc să pun de acord punctele lui de vedere cu ale mele. |
| 3. | A. De obicei sunt ferm în urmărirea obiectivelor mele. | B. S-ar putea să încerc să liniștesc eventualele resentimente ale celuilalt și să păstrez relațiile cu el. |
| 4. | A. Caut să găesc o soluție de compromis. | B. Uneori îmi sacrific propriile dorințe pentru dorințele celuilalt. |
| 5. | A. Caut permanent ajutorul celuilalt în găsirea unei soluții. | B. Caut să fac ceea ce este necesar pentru a evita tensiuni fără rost. |

- | | | |
|-----|--|---|
| 6. | A. Caut să evit crearea unor neplăceri pentru mine. | B. Încerc să-mi câștig poziția. |
| 7. | A. Încerc să amân problema până voi avea timp să mă gândesc la ea. | B. Renunț la câteva puncte în schimbul altora. |
| 8. | A. De obicei sunt ferm în urmărirea obiectivelor mele. | B. Încerc imediat să fac cunoscute toate preocupările și problemele. |
| 9. | A. Simt că diferențele nu merită întotdeauna să mă îngrijoreze. | B. Fac oarecare efort să mă descurc. |
| 10. | A. Sunt ferm în urmărirea obiectivelor mele. | B. Caut să găesc o soluție de compromis. |
| 11. | A. Încerc imediat să fac cunoscute toate preocupările și problemele. | B. S-ar putea să încerc să liniștesc eventualele resentimente și să păstrez relațiile cu el. |
| 12. | A. Uneori evit să iau atitudini care ar crea controverse. | B. Îi accept unele puncte de vedere dacă și el mi le acceptă pe ale mele (unele). |
| 13. | A. Propun o cale de mijloc. | B. Fac presiuni pentru a impune punctele mele de vedere. |
| 14. | A. Îi comunic ideile mele și i le cer pe ale lui. | B. Încerc să îi arăt logica și avantajele gândirii mele. |
| 15. | A. S-ar putea să liniștesc eventualele resentimente ale celuilalt și să păstrez relațiile cu el. | B. Caut să fac ceea ce e necesar pentru a evita tensiunile fără rost. |
| 16. | A. Încerc să nu rănesc sentimentele celuilalt | B. Încerc să conving cealaltă persoană de avantajele gândirii mele. |
| 17. | A. De obicei sunt ferm în urmărirea obiectivelor mele. | B. Încerc să fac ce este necesar pentru a evita tensiuni fără rost. |
| 18. | A. Dacă asta îl face fericit pe celălalt, s-ar putea să-l las să-și mențină punctele de vedere. | B. Îi accept unele puncte de vedere dacă și el mi le acceptă pe ale mele (unele). |
| 19. | A. Încerc imediat să fac cunoscute toate preocupările și problemele. | B. Caut să amân problema până voi avea timp să mă gândesc la ea. |
| 20. | A. Încerc imediat să rezolv punctele noastre de vedere diferite. | B. Încerc să găesc o soluție corectă punând laolaltă atât dezavantajele cât și avantajele pentru amândoi. |

- | | | |
|-----|--|--|
| 21. | A. În negocieri, caut să iau în considerație dorințele celeilalte persoane. | B. Întotdeauna înclin spre discutarea directă a problemei. |
| 22. | A. Caut să găsec o soluție intermediară între a lui și a mea. | B. Îmi susțin dorințele. |
| 23. | A. Mă preocupă adesea satisfacerea tuturor dorințelor noastre. | B. Sunt momente în care ai las pe alții să-și ia responsabilitățile în rezolvarea unei probleme. |
| 24. | A. Dacă poziția celuilalt pare foarte importantă pentru el, aș căuta să-i îndeplinesc dorințele. | B. Încerc să-l conving pentru o soluție de compromis. |
| 25. | A. Încerc să-i arăt logica și avantajele gândirii mele. | B. În negocieri, încerc să iau în considerație dorințele celeilalte persoane. |
| 26. | A. Propun o cale de mijloc. | B. Aproape întotdeauna mă preocupă satisfacerea tuturor dorințelor noastre. |
| 27. | A. Uneori evit să iau atitudini care să creeze controverse. | B. Dacă asta îl face fericit pe celălalt, s-ar putea să-l las să-și mențină punctele de vedere. |
| 28. | A. De obicei sunt ferm în urmărirea obiectivelor mele. | B. De obicei caut ajutorul celuilalt în găsirea unei soluții. |
| 29. | A. Propun o cale de mijloc. | B. Simt că diferențele nu merită întotdeauna să mă îngrijoreze. |
| 30. | A. Încerc să nu rănesc sentimentele celuilalt | B. Totdeauna împărtășesc problema cu celuilalt, pentru a găsi împreună o soluție. |

Interpretare: Puși în fața unor confruntări interpersonale, oamenii tind să aibă anumite reacții. Acestea reflectă gradele diferite de cooperare (adică efortul fiecăruia de a satisface interesele celuilalt) și de autoimpunere (efortul fiecăruia de a-și satisface propriile interese). Ele pot fi clasificate în cinci categorii:

1. Confruntare (reprimare, victorie/înfrângere)
2. Colaborare (victorie/victorie)
3. Compromis
4. Evitare (abandon)
5. Acomodare (cedare)

Cheia:

Nr.	1	2	3	4	5
1.				A	B
2.		B	A		
3.	A				B
4.				A	B
5.		A		B	
6.	B			A	
7.			B	A	
8.	A	B			
9.	B			A	
10.	A		B		
11.		A			B
12.			B	A	
13.	B		A		
14.	B	A			
15.				B	A
16.	B				A
17.	A			B	
18.			B		A
19.		A		B	
20.		A	B		
21.		B			A
22.	B		A		
23.		A		B	
24.			B		A
25.	A				B
26.		B	A		
27.				A	B
28.	A	B			
29.			A	B	
30.		B			A
Total					

Stilul confruntare (competitiv) descrie o dorința de a-si satisface propriile nevoi fără a lua în considerare impactul asupra celeilalte părți din conflict —una din părți este foarte asertiva și nu tine seama de efectul acțiunilor asupra celorlalți. Cu alte cuvinte, se maximizează interesul propriu și se minimizează interesul celuilalt, conflictul fiind încadrat în termenii stricți de câștig – pierdere. Când puterea este folosita, apare elementul coercitiv, posesiunea puterii fiind un determinant al tipului de decizie care este utilizata pentru a rezolva un conflict.

Stilul colaborare (colaborativ) reflecta o situație în care toate părțile implicate în disputa încearcă să satisfacă total interesele tuturor părților. Atât impunerea interesului propriu cat și cooperarea sunt maximizate în speranța obținerii unui acord în care nimeni nu trebuie sa piardă. Accentul se pune pe o situație de tip câștig-câștig în care se presupune că soluționarea conflictului poate aduce ambele părți într-o situație mai bună.

Stilul compromis (concesiv) apare când fiecare parte este dispusa să cedeze ceva, să facă unele compromisuri necesare. În aceasta abordare nu există câștigători sau învinși în mod clar caci se combina cu jumătăți de măsura impunerea interesului propriu și cooperarea și se accepta o soluție care afectează raționalitatea conflictului.

Stilul evitare (ocolitor) descrie dorința de a suprima un conflict sau de a se retrage din el. Deși conflictul este recunoscut, un asemenea stil implica dorința retragerii sau politica struțului — „ascunderea capului în nisip”. Eficiența stilului este limitată pentru că problema de fond nu se schimbă, ci, cel mult este amânata.

Stilul adaptare (îndatoritor) este un act voluntar al uneia dintre părți care considera necesar a pune imediat capăt conflictului prin a acorda celeilalte părți ceea ce dorește. Presupune cooperarea cu cealaltă parte pe fondul nesușinerii interesului propriu - o situație în care o parte este dispusa să se auto-sacrifice.

Testul „20 de Eu”

Instrucțiune: Completează fraza începută cu „Eu ...”.

Numele prenumele

Vârsta

Clasa

Liceul

Data

Eu sunt

Eu sunt

Eu sunt

Eu sunt

Eu sunt

Eu sunt

Eu sunt

Eu sunt

Eu sunt

Eu sunt

Eu sunt

Eu sunt

Eu sunt

Eu sunt

Eu sunt

Eu sunt

Eu sunt

Eu sunt

Eu sunt

Eu sunt

Interpretare: Răspunsurile se analizează în conformitate cu 5 parametri.

În conformitate cu numărul de atribute asociate sinelui, este stabilită calitatea autoprezentării: 4 – 8 caracteristici – persoane marcate de neîncredere în forțele proprii, cu o gândire rigidă, stereotipizată sau insistând asupra rezolvărilor banale, fără a căuta potențialul creativ de care dispun; ori externali, care nu caută explicații în cele ce li se întâmplă în sine, ci în exterior; 9 – 17 – se confruntă cu dificultăți în aprecierea de sine din anumite considerente sociale sau chiar psihologice (autocunoaștere moderată, insuficiență de vocabular etc.); 18 – 20 – un nivel înalt al autoprezentării.

Numărul de atribute din categoria A – caracteristici fizice – pun în evidență calitatea „Eu-lui” fizic, dilatarea (5 și mai multe) exprimând egocentrism și narcisism sau anumite complexe fizice, lipsa acestora – renunțare la aprecierile fizicului.

Numărul de caracteristici din categoria B – cu referință la statutul și rolul social – exprimă „Eu-l” social, optimală fiind reflectarea a 4 și mai multe asemenea calități, fapt ce denotă o bună relaționare cu ceilalți, un spirit activ și apartenență socială labilă. Mai puțin de 3 caracteristici indică deficiențe de integrare în grup.

În categoria C se includ atribute psihice, relatări despre stările interne, exprimând proiectiv tendința cunoașterii de sine, dar în condiții de identificare a unui număr mai mare de 7 – 8 calități se manifestă efectul unei tensiuni psihice, al nesiguranței, dificultăților de adaptare. Mai mult de 9 – denotă sporirea tensiunilor nevrotice. Lipsa sau relatarea redusă a acestor calități indică indiferență în raport cu sinele psihic sau renunțarea la o cunoaștere de sine adecvată.

Categoria D se referă la identificări filosofice, dezvăluind sau un spirit liberat, autonom, sau o adaptare dificilă la mediul social imediat și o proiectare în lumea imaginarului, ruptă de realitate. Dacă numărul acestor calități este mare, se poate vorbi despre stări interne tensionate și o ineficiență a raporturilor sociale.

Tehnica de studiere a autoaprecierii la preadolescenți Dembo-Rubinstein (varianta A. Prihojan)

Tehnica se bazează pe estimarea directă a nivelului real/actual al autoaprecierii unui șir de calități personale ale elevilor cum ar fi: sănătatea, intelectul, caracterul, autoritatea în fața

semenilor, mâinile dibace, capacitățile comunicative, înfățișarea, încrederea în sine, precum și a nivelului dezvoltării acestor calități la care elevul ar fi satisfăcut de sine (nivelul aspirațiilor).

Modul de aplicare: Pe o foaie de hârtie se desenează 7 linii de 10 cm lungime. Fiecărei linii îi corespunde una din caracteristicile care trebuie apreciate: sănătatea, intelectul, caracterul, autoritatea în fața semenilor, mâinile dibace, capacitățile comunicative, înfățișarea și încrederea în sine.

Instrucțiune: Fiecare om își apreciază capacitățile, posibilitățile, caracterul, etc. Nivelul de dezvoltare, de manifestare a unor calități individuale poate fi convențional comparat cu o linie, un punct al ei simbolizând cele mai scăzute valori, iar altul cele mai înalte. Pe această foaie vedeți 7 linii de același fel. Notează cu semnul „+” un punct de pe fiecare linie, apreciind manifestarea acestor calități în structura personalității tale. Apoi cu semnul „x” notează nivelul dorit de tine în manifestarea acestor calități (ce îți dorești?)

Interpretare: Fiecare scală (linie) are 10 cm (100 mm).

Distanțele de la 0 la „+” indică nivelul autoaprecierii;

de la 0 la „x” indică nivelul de aspirații;

de la „+” la „x” indică diferența dintre autoapreciere și aspirații (dacă aspirațiile sunt mai mici decât autoaprecierea, ele se evaluează cu semnul „-”).

În vederea unei aprecieri calitative, se calculează nivelul autoaprecierii la fiecare scală în parte și se corelează rezultatele de mai jos.

Scorurile pentru autoapreciere:

între 0 și 45 puncte denotă o autoapreciere scăzută;

între 45 și 59 puncte – autoapreciere medie;

între 60 și 74 puncte – autoapreciere înaltă;

între 75 și 100 puncte – autoapreciere foarte înaltă.

Scorurile pentru aspirații cuprind:

între 0 – 60 puncte – nivel redus de aspirații;

între 61 și 89 puncte – nivelul optimal de aspirații;

între 90 și 100 puncte – nivel foarte înalt de aspirații.

Testul „Cât de puternică este imaginea de sine?”

Testul are ca scop de a identifica cât de puternică este imaginea de sine la preadolescenți. Testul se poate aplica individual și colectiv.

Numele prenumele

Vârsta

Clasa

Liceul

Data

Instrucțiune: Alege varianta de răspuns care se potrivește mai bine cu felul tău de a fi și a te simți.

Nr.	Propoziția	Da	Nu
1.	O dată ce ai luat o decizie, de obicei aveți încredere să o mențineți, chiar dacă rezultatul nu va fi cel scontat?		
2.	Dacă ai fi avut nevoie să mergeți la toaletă în timpul unei mese oficiale, ai fi preferat să așteptați până la terminarea mesei decât să părăsiți sala în timpul derulării dineului?		
3.	Dacă doriți să cumpărați lenjerie de corp, preferați să comandați prin poștă decât să vă duceți într-un magazin?		
4.	Credeți că sunteți iubit de alții?		
5.	Dacă ai fi servit necorespunzător într-un magazin, ai avea curajul să vă plângeți patronului respectivului magazin?		
6.	Detestați să priviți fotografiile ale dvs.?		
7.	Vă supărați dacă oamenii vă critică?		
8.	Aveți tendința să vă păstrați opiniile pentru dvs.?		
9.	Considerați că este greu de crezut că oamenii sunt sinceri atunci când spun lucruri frumoase despre dvs.?		
10.	Sunteți mulțumit de aspectul dvs.?		
11.	Credeți că sunteți la fel de capabil ca majoritatea oamenilor?		
12.	Dacă ai fi la o petrecere și ai descoperi că sunteți îmbrăcat într-o ținută obișnuită, în timp ce ceilalți poartă haine elegante, v-ați simți teribil de jenat?		
13.	De obicei, vă simțiți inferior celor pe care îi întâlniți?		
14.	Credeți că majoritatea oamenilor vă plac?		
15.	V-ați descrie ca pe o persoană încântătoare?		
16.	Aveți simțul umorului?		
17.	Faceți bine tot ceea ce faceți?		
18.	Aveți bun gust la îmbrăcăminte?		
19.	Vă puteți stăpâni în cazul unei crize de nervi?		
20.	Lucrați bine cu alți oameni?		
21.	V-ați descrie ca pe o persoană normală(obișnuită)?		

22.	Vă doriți adesea să arătați ca altcineva?		
23.	Sunteți în mod frecvent invidios pe alții datorită complimentelor ce le primesc?		
24.	De obicei, evitați să faceți lucruri care i-ar putea supăra pe alții chiar dacă sânt lucruri pe care ați dori într-adevăr să le faceți?		
25.	Întotdeauna vă îmbrăcați pentru a face plăcere celorlalți?		
26.	Vă petreceți mult timp făcând lucruri de care nu vă bucurați?		
27.	Îi lăsați pe alții să vă dirijeze în vreun fel viața?		
28.	Credeți că aveți mai multă tărie decât slăbiciune?		
29.	Se întâmplă în mod regulat să cereți scuze altora?		
30.	Vă faceți multe griji dacă se întâmplă ca accidental să îi supărați pe alții?		
31.	Adesea v-ați dorit să aveți mai mult talent?		
32.	În mod regulat simțiți nevoia să cereți sfatul altora?		
33.	Întotdeauna așteptați ca alții să spargă gheața la petreceri?		
34.	Vă uitați în oglindă mai mult de trei ori pe zi?		
35.	Aveți o personalitate puternică?		
36.	Sunteți un bun lider?		
37.	Aveți o memorie bună?		
38.	Sunteți o persoană atractivă pentru cei de sex opus?		
39.	Vă descurcați cu banii?		
40.	Întotdeauna cereți opinia altora înainte să vă cumpărați diverse articole de îmbrăcăminte?		

Interpretare: Se acordă câte 1 punct pentru fiecare răspuns „da”. Se sumează numărul punctelor. Nivelul imaginii de sine poate fi situat la unul din cele trei nivele:

Nivele imaginii de sine

puncte	nivele
11 și mai puțin	imagine de sine slab conturată
12 – 24	imagine de sine bine conturată
25 – 40	imagine de sine puternic conturată

Test pentru evaluarea stimei de sine Rosenberg

Testul evaluează nivelul stimei de sine. Proba conține 10 itemi, fiecare item fiind evaluat de subiect pe o scală de la 1 la 4 (1 – absolut de acord ; 4 – dezacord total).

Instrucțiune: Citiți cu atenție afirmațiile și alegeți varianta care vi se potrivește cel mai bine.

Afirmația	Absolut de acord	De acord	Dezacord	Dezacord total
1. În general sunt mulțumit(ă) de mine				
2. Câteodată mă gândesc că nu valorez nimic				
3. Cred că am o serie de calități bune				
4. Sunt capabil(ă) să fac lucrurile la fel de bine ca ceilalți				
5. Simt că nu am în mine prea multe de care să fiu mândru(ă)				
6. Câteodată mă simt realmente inutil(ă)				
7. Mă gândesc că sunt un om de valoare, cel puțin la fel ca alte persoane				
8. Mi-ar plăcea să pot avea mai mult respect față de mine însumi				
9. Ținând cont de toate, am tendința să cred că sunt un (o) ratat(ă)				
10. Am o părere pozitivă despre mine				

Interpretare: Punctajul care se acordă pentru fiecare item variază între 1 și 4 puncte. Se calculează punctajul conform următoarelor indicații:

Pentru întrebările 1, 3, 4, 7, 10:

- dacă ați răspuns „absolut de acord”, aveți 4 puncte
- dacă ați răspuns „de acord”, aveți 3 puncte
- dacă ați răspuns „dezacord”, aveți 2 puncte
- dacă ați răspuns „dezacord total”, aveți 1 punct

Pentru întrebările 2, 5, 6, 8, 9:

- dacă ați răspuns „absolut de acord”, aveți 1 punct
- dacă ați răspuns „de acord”, aveți 2 puncte
- dacă ați răspuns „dezacord”, aveți 3 puncte
- dacă ați răspuns „dezacord total”, aveți 4 puncte

Apoi se face suma tuturor punctelor. Un scor cuprins **între 10 și 16** indică o stimă de sine scăzută, **între 17 și 33** – stimă de sine medie, **între 34 și 40** – stimă de sine înaltă.

Test de studiere a încrederii în sine (V. Romek)

Testul determină nivelul încrederii în forțele proprii, abilitatea de a avea curaj în plan social și capacitatea de a întreține relații interpersonale.

Vârsta de la 14 ani.

Instrucțiune: „Vă propunem un test alcătuit din 30 de itemi, pentru a vă face o prima imagine despre disponibilitatea Dvs. de a avea încredere în forțele proprii și care studiază capacitatea de a întreține relații interpersonale adecvate. Alegeți din cele trei variante de răspunsuri doar una, care reflectă în cea mai mare măsură propria părere în raport cu afirmațiile prezentate mai jos”:

A – adevărat (A)

B – mie greu sa spun (G) / uneori (U)

C – fals (F)

Străduiți-vă cât mai rar să utilizați enunțurile din coloana B (nu mai des decât o dată la 3 – 4 întrebări).

Nr.	Afirmații	Răspunsuri		
		A	B	C
1.	Chiar dacă nu am dispoziție, am grijă să nu îi indispun pe ceilalți.	A	G	F
2.	În prezența unei persoane autoritare (de exemplu directorul școlii) mă sfiesc ușor.	A	G	F
3.	Sunt o persoană destul de independentă.	A	G	F
4.	Atunci când apare o contradicție între mine și o persoană apropiată, prefer să cedez pentru a evita conflictul.	A	U	F
5.	Dacă în timpul lecției învățătorul se apropie de banca mea, mă simt incomod.	A	U	F
6.	Foarte ușor îmi aleg strategia comportamentală, care îmi oferă cele mai mari posibilități de a obține ceea ce mi-am propus ca scop.	A	G	F
7.	Circumstanțele sunt mai puternice decât mine, ceea ce mă face să refuz mai multe lucruri.	A	U	F
8.	Mă incomodez, când mi se propune ajutor.	A	G	F
9.	Pot spune că, în general, eu îmi dirijez soarta.	A	G	F
10.	Îmi este dificil să comunic altora despre propriile sentimente, trăiri.	A	G	F

11.	Sunt impus să lupt cu propria timiditate.	A	U	F
12.	Sunt mult lucruri cu care mă pot mândri.	A	G	F
13.	Sunt nevoit să-mi ascund propriile sentimente, trăiri.	A	G	F
14.	Dacă în timpul discuției apare o pauză, atunci mă simt incomod.	A	ceva de mijloc	neapărat găsesc ce să spun
15.	Iau repede decizii, fără a medita mul „pro” sau „contra”.	A	ceva de mijloc	neapărat găsesc ce să spun
16.	Reușesc să determin pe cineva să execute anumită sarcină.	F	G	A
17.	Când mă confrunt cu careva probleme școlare, mă sfiesc să mă adresez dirigintei sau altei persoane competente.	A	G	F
18.	sunt sigur că se poate miza pe mine în cele mai dificile situații.	A	G	F
19.	Dacă am nevoie de prietenul meu, îl sun chiar și la miezul nopții.	A	U	F
20.	Nu am curajul să sun la careva instituții oficiale	A	G	F
21.	De regulă, îmi ating scopurile.	F	G	A
22.	Îmi este foarte greu să inițiez discuții cu persoane necunoscute.	A	G	A
23.	Dacă o rudă sau o persoană apropiată mă enervează, atunci eu prefer ...	să ascund aceasta	ceva de mijloc	să o anunț despre aceasta
24.	Am aptitudini și suficientă energie pentru a realiza ceea ce îmi planific.	A	G	F
25.	Evit să spun lucruri care ar putea jigni pe cineva.	A	G	F
26.	Dacă cineva mă privește în timp ce fac ceva, atunci ...	aceasta mă distrage	ceva de mijloc	nu atrage atenția
27.	Mă simt inferior altora.	U	foarte rar	nu atrag atenția

28.	Am grijă să nu deranjez prietenii cu problemele mele.	A	G	F
29.	Mă intimidiez atunci când mi se fac complimente.	U	U	foarte rar
30.	Aș putea spune că eu mă respect.	A	A	F

Interpretare: se acordă punctaj în funcție de varianta aleasă conform cheii testului.

Valoarea brută a fiecărei scale se calculează prin adunarea punctajului la toate întrebările corespunzătoare scalelor.

Cheia:

Nr.	Scala	Nr. întrebării	Punctajul pentru varianta aleasă		
			A	B	C
1.	Încrederea în sine (ÎS)				
		3	3	2	1
		6	3	2	1
		9	3	2	1
		12	3	2	1
		15	3	2	1
		18	3	2	1
		21	1	2	3
		24	3	2	1
		27	1	2	3
	30	3	2	1	
2.	Curajul social (CS)	2	1	2	3
		5	3	2	1
		81	1	2	3
		14	1	2	3
		12	1	2	3
		23	1	2	3
		26	1	2	3
		29	1	2	3
3.	Inițierea contactelor sociale (ÎCS)	1	1	2	3
		4	1	2	3
		7	1	2	3
		10	1	2	3
		13	1	2	3
		16	1	2	3
		19	3	2	1
		22	1	2	3
		25	1	2	3
		28	1	2	3

Pentru a transforma valorile brute în valori standard se utilizează tabelul de mai jos. Indicii 1, 2, 3, 4 corespund nivelului scăzut; indicii 5, 6, 7 – nivelului mediu; indicii 8, 9, 10 – nivelului înalt.

Scala	Valori standard (nivelul)									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Încrederea în sine	10-13	14-15	16-17	18-20	21-22	23-24	25-26	27-28	29	30
Curajul social	10-13	14-15	16-18	19-20	21-22	23-24	25-26	27	29-29	30
Inițierea contactelor sociale	10-12	12-13	15-16	17	18-20	21-23	24	25-26	27-28	29-30

Chestionar de personalitate Eysenck

Chestionarul cuprinde 57 de întrebări la care subiectul trebuie să răspundă prin cuvintele “Da” sau “Nu”, în conformitate cu corespunderea sau necorespunderea felului său de a fi. Testul poate fi aplicat atât individual cât și colectiv.

Instrucțiune: “Citiți cu atenție fiecare întrebare și răspundeți prin “da” sau “nu” în dependență de faptul dacă conținutul ei corespunde sau nu corespunde cu felul Dvs. de a fi.

Este în interesul Dvs. să nu pierdeți prea mult timp cu nici o întrebare. Fiți atent pentru a nu omite nici una din întrebări juste sau nejuste, prezentul chestionar constituie doar o măsură a modelului în care Dvs. vă comportați”.

1. Doriți adesea să fiți în situații care să vă stimuleze?
2. Aveți frecvent nevoie de prieteni care să vă înveselească?
3. Sunteți o persoană care, de obicei, nu-și face griji?
4. Vă este greu să acceptați un refuz?
5. Vă opriți pentru a vă gândi înainte de a face ceva?
6. Dacă promiteți că veți face ceva, vă țineți întotdeauna de cuvânt?
7. Vi se schimbă adesea dispoziția?
8. În general, vorbiți și acționați repede, fără a vă opri pentru a reflecta asupra lucrurilor?
9. Vă simțiți vreodată pur și simplu nefericit, fără motiv serios?
10. Ați face aproape orice când sunteți pus la ambiție?
11. Vă simțiți vreodată intimidat când doriți să vorbiți cu o persoană de sex opus de care vă simiți atras?
12. Vi se întâmplă să vă pierdeți, din când în când, stăpânirea de sine și să vă înfumurați?
13. Acționați adesea la inspirația de moment?

14. Vă necăjiți adesea pentru lucruri pe care nu trebuie să le spuneți sau să le faceți?
15. Preferați în general, să citiți în loc să vă întâlniți cu alți oameni?
16. Vă simțiți jignit cu ușurință?
17. Vă place să ieșiți des în oraș?
18. Vi se întâmplă să aveți, din când în când gânduri și idei care nu v-ar place să fie cunoscute de alții?
19. Vă simțiți uneori plin de viață, iar alteori apatici?
20. Preferați să aveți prieteni puțini dar aleși?
21. Deseori visați?
22. Când oamenii ridică tonul la Dvs. răspundeți și Dvs. în același mod?
23. Aveți adesea sentimente de vinovăție?
24. Considerați că toate obișnuințele Dvs. sunt bune și de dorit?
25. De obicei vă puteți destinde și petrece foarte bine când participați la o petrecere veselă?
26. Credeți despre Dvs. că sunteți foarte sensibil?
27. Cei din jur vă consideră foarte vioi?
28. După ce ați făcut un lucru important, vi se întâmplă frecvent să plecați cu sentimentul că ați fi putut să-l faceți mai bine?
29. Când sunteți cu alți oameni, sunteți în majoritatea cazurilor tăcut?
30. Bârfiți câteodată?
31. Vi se întâmplă să nu puteți dormi din cauza unor idei care vă preocupă?
32. Dacă doriți să vă informați asupra unei probleme, preferați să o aflați într-o carte, în loc să discutați cu cineva despre acest lucru?
33. Aveți vreodată palpitații sau o greutate pe inimă?
34. Vă place genul de muncă în care trebuie să fiți atent?
35. Aveți crize de tremurături și frisoane?
36. Ați declara întotdeauna la vamă tot ce aveți dacă ați ști că nu v-ar fi prins niciodată?
37. Vă displace să fiți într-o adunare (societate) în care oameni joacă feste unul altuia?
38. Sunteți o persoană iritabilă?
39. Vă place să faceți lucruri în care trebuie să acționați repede?
40. Vă frământați în legătură cu anumite lucruri îngrozitoare care s-ar putea întâmpla?
41. Sunteți lent și lipsit de grabă în felul Dvs. de a vă mișca?
42. Întârziați deseori la întâlnire sau la serviciu?
43. Aveți deseori coșmaruri?
44. Vă place atât de mult să discutați încât intrați cu ușurință în vorbă și cu necunoscuți?
45. Aveți junghiuri sau dureri?

46. Dacă n-ați fi majoritatea timpului printre oameni, v-ați considera nefericit?
47. Vă considerați a fi o persoană nervoasă?
48. Din toți oamenii pe care îi cunoașteți, sunt unii care categoric nu vă plac?
49. Considerați că aveți suficientă încredere în Dvs.?
50. Puteți fi cu ușurință jignit când oamenii vă găsesc defecte personale sau greșeli în muncă?
51. Vă vine greu să vă distrați la o petrecere însuflețită?
52. Sunteți flămând de sentimente de inferioritate?
53. Vă vine ușor să înviorați o petrecere plictisitoare?
54. Vorbiți câteodată despre lucruri despre care nu aveți informații suficiente?
55. Sunteți îngrijorat în legătură cu sănătatea Dvs.?
56. Vă place să faceți farse altora?
57. Suferiți de insomnie?

Interpretare: Fiecare răspuns al subiectului care corespunde cu cheia de mai jos se cotează cu 1 punct.

Sinceritate:

Răspunsurile “Da” la întrebările 6, 24, 36.

Răspunsurile “Nu” la întrebările 12, 18, 30, 42, 48, 54.

Extraversiune / introversiune:

Răspunsurile “Da” la întrebările 1,3, 8, 10, 13, 17, 22, 25, 27, 39, 44, 46, 49, 53, 56.

Răspunsurile “Nu” la întrebările 5, 15, 20, 29, 32, 34, 37, 42, 51.

Nevrotism:

Răspunsurile “Da” la întrebările 2, 4, 7, 9, 11, 14, 16, 19, 21, 23, 26, 28, 31, 33, 35, 38, 40, 43, 45, 47, 50, 52, 55, 57

Modul de interpretare a factorului Sinceritate

Expresie numerică	Interpretarea
0 – 3	sincer
4 – 6	situativ
7 – 9	nesincer

Modul de interpretare a factorilor Extraversiune / introversiune și Nevrotism

Punctaj	0-2	3-6	7-10	11-14	15-18	19-22	23-24
Extraversiune / Introversiune	Supraintrovert	Introvert	Potențial introvert	Ambivert	Potențial extravert	Extravert	Supraextravert
Nevrotism	Supraconcordant	Concordant	Potențial concordant	Normostenic	Potențial discordant	Discordant	Supradiscordant

Chestionarul pentru copii CPQ

Chestionarul pentru copii CPQ este o modificare a chestionarului 16 PF Cattel pentru adulți și se aplică între vârsta de 8 – 12 ani. Testul cuprinde variante paralele A și B, fiecare are câte 60 de itemi și este construit din 12 scale/factori care reflectă caracteristicile unor calități ale personalității. Fiecare factor este analizat în funcție de continuitatea unei calități și este caracterizat prin două variante extreme sau doi poli ai acestei continuități. Scalele testului sunt: Factorul A: Schizotimie vs. ciclotimie; Factorul B: Inteligența; Factorul C: Instabilitate emoțională vs. stabilitate emoțională; Factorul D: Indiferență vs. excitabilitate; Factorul E: Supunere vs. dominanța; Factorul F: Îngrijorare vs. nepăsare, Factorul G: Supraeu slab vs. forța supraeului, Factorul H: Thredia vs. parmia; Factorul I: Harria vs. premisia; Factorul O: Încredere vs. tendință spre culpabilitate; Factorul Q3: Sentiment de sine slab vs. sentiment de sine puternic; și Factorul Q4: Tensiune ergică slabă vs. tensiune ergică ridicată.

Valorile minime ale testului cuprind intervalul de la 1 la 3, valorile medii de la 4 la 7 și valorile maxime cuprind intervalul între 8 și 10 unități standardizate.

Instrucțiune: Ai în față un șir de afirmații, care ne vor permite să determinăm unele din trăsăturile tale de personalitate. Nu sunt răspunsuri „corecte” sau „incorecte”. Oamenii sunt diferiți. Alege varianta care se potrivește cel mai bine cu tine.

Partea I (A)

- | | | |
|--|-----|--|
| 1. Ți faci repede temele | sau | le faci mult timp |
| 2. Dacă cineva glumește pe seama ta, te superi puțin | sau | râzi |
| 3. Crezi că poți face cum trebuie aproape totul | sau | poți să te isprăvești doar unele însărcinări |
| 4. Deseori faci greșeli | sau | nu le faci aproape deloc |
| 5. Ai mulți prieteni | sau | nu prea mulți |
| 6. Alți băieți pot mai multe decât tine | sau | poți tot atâtea |
| 7. Întotdeauna memorizezi bine numele persoanelor | sau | se întâmplă să le uiți |
| 8. Citești mult | sau | majoritatea băieților citesc mai mult |
| 9. Când învățătorul alege alt coleg pentru lucrul pe care tu singur ai fi putut să-l faci, te simți jignit (ofensat) | sau | uiți repede despre aceasta |
| 10. Consideri că ideile, născocirile tale sunt bune și corecte | sau | nu ești sigur de acestea |
| 11. Care cuvânt va fi opus după sens cuvântului „a culege”
„a împărți” sau „a acumula” sau „a păstra” | | |
| 12. Ești de obicei tăcut | sau | vorbești mult |
| 13. Dacă mama se supără uneori pe tine atunci aceasta este greșeala ei | sau | simți că ai făcut ceva incorect |
| 14. Ți-ar plăcea mai mult să te ocupi cu cărțile în bibliotecă | sau | să fii căpitan de cursă lungă |
| 15. Care dintre literele ce urmează se deosebește de altele două
„S” sau „T” sau „U” | | |
| 16. Poți să stai seara mult timp liniștit | sau | Încep să te sucești, fâțâi |

17. Dacă copiii discută despre un loc, pe care îl știi bine și tu începi și tu să povestești ceva despre el	sau	aștepti până ei vor termina
18. Ai putea să devii cosmonaut	sau	crezi că aceasta e prea dificil
19. Este dat un șir numeric 2, 4, 8, ... 10 sau 16 sau 12	care –i cifra următoare în acest șir	
20. Mama ta îți zice că ești prea vioi și neliniștit	sau	că ești calm și liniștit
21. Ascultă mai degrabă cum povestește cineva din părinți	sau	mai mult îți place să povestești singur
22. În timpul liber mai bine ai citi o carte	sau	te-ai juca cu mingea
23. Este dat un grup de cuvinte „Rece”, „Fierbinte”, „Ud”, „Cald”. Un cuvânt nu se potrivește după sens cu altele. Care este el? „Ud” sau „Rece” sau „Cald”		
24. Ești întotdeauna atent în mișcările tale	sau	se întâmplă când alergi să atingi obiecte
25. Te neliniștește faptul că poți fi pedepsit	sau	nu-ți pasă niciodată de aceasta
26. Ți-ar plăcea mai mult să construiești case când ai să crești	sau	să fii aviator
27. Când Nicu a avut atâția ani cât a avut Irina acum, Ana era mai mare ca el. Cine-i cel mai tânăr? Nicu sau Ana sau Irina		
28. Învățătorul îți face deseori observație la lecție	sau	el consideră că te porți așa cum trebuie
29. Când prietenii discută despre ceva tu intervii în discuția lor	sau	taci
30. Poți să lucrezi când alții în clasă vorbesc, râd	sau	când lucrezi trebuie să fie liniște
31. Ascultă „știrile” la TV	sau	te duci la joacă când ele încep
32. Adulții te supără, obijduiesc	sau	te înțeleg bine
33. Liniștit traversezi drumul pe care circulă multe mașini	sau	puțin te neliniștești
34. Ți se întâmplă neplăceri mari	sau	mici ne semnificative
35. Dacă cunoști întrebarea ridici mâna deodată	sau	aștepti să te întrebe fără ca să ridici mâna
36. Când în clasă vine un coleg nou, faci cunoștință cu el (ea), la fel de repede ca și alți colegi de ai tăi	sau	îți trebuie mai mult timp
37. Mai degrabă vei deveni șofer (de mașină, troleu, taxi)	sau	doctor
38. Deseori te întristează când ceva nu și se realizează	sau	rareori
39. Când cineva dintre copii te roagă să le ajuți la lucrare de control, îi spui să rezolve totul singur	sau	îi ajuți dacă nu te vede învățătorul
40. În prezenta ta adulții vorbesc între ei	sau	deseori te ascultă pe tine
41. Dacă ascultă o istorie tristă îți pot apărea lacrimi în ochi	sau	aceasta nu se întâmplă
42. Reușești să realizezi majoritatea planurilor tale	sau	uneori se primește nu așa cum te-ai gândit
43. Când mama te strigă acasă continui să te mai joci puțin	sau	vii îndată
44. Poți să te ridici liber în clasă și să povestești ceva	sau	ți-i jenă, incomod
45. Ți-ar plăcea să rămâi cu copii mici	sau	nu ți-ar plăcea să rămâi cu ei

46. Se întâmplă că ți-i trist, te simți singur	sau	așa ceva nu se întâmplă cu tine
47. Lecțiile acasă le faci în ore diferite	sau	la una și aceeași oră
48. O duci bine	sau	nu chiar bine
49. Cu o mai mare plăcere te-ai fi dus în afara orașului să admiri frumusețea maturii	sau	la expoziția de automobile moderne
50. Dacă îți fac observație, te cerată, păstrezi calmul și buna dispoziție	sau	te deranjezi mult
51. Mai degrabă ți-ar plăcea să lucrezi la fabrica de bomboane	sau	să fii învățător
52. Când copiii fac gălăgie în clasă tu stai întotdeauna liniștit	sau	faci gălăgie împreună cu toți
53. Dacă te împing în autobuz consideri că nimic deosebit nu s-a întâmplat	sau	aceasta te supără
54. S-a întâmplat să faci ceva ce nu trebuia să faci	sau	așa ceva nu s-a întâmplat cu tine
55. Preferi prietenii care iubesc să se alinte, să alerge, să facă șotii	sau	îți plac prietenii mai serioși
56. Simți neliniște, iritare când ești nevoit să aștepti mult	sau	nu-i nici o dificultate pentru tine să aștepti ceva
57. Mai degrabă ai merge la școală	sau	ai pleca să călătorești cu automobilul
58. Se întâmplă câteodată că ești furios pe toată lumea	sau	întotdeauna ești mulțumit de toți
59. Care profesor ți-ar plăcea mai mult blând, indulgent	sau	sever
60. Acasă mănânci tot ce ți se pune	sau	protestezi, când îți dau mâncare care nu-ți place

Partea II (B)

1. Aproape toți au o atitudine bună față de tine	sau	numai unii
2. Când te trezești dimineață ești la început somnoros și moale	sau	deodată vrei să te distrezi
3. Terminii lucrul mai repede ca alții	sau	ai nevoie de puțin mai mult timp
4. Se întâmplă să nu ai încredere în tine uneori	sau	ești încrezut în tine
5. Te bucuri întotdeauna când își vezi colegii de școală	sau	uneori nu vrei să vezi pe nimeni
6. Mama îți spune că ești lent, încet	sau	faci totul repede
7. Altor copii le place ceea ce tu le propui	sau	lor nu întotdeauna le place aceasta
8. La școală îndeplinești totul exact cum se cere de la tine	sau	colegii tăi îndeplinesc cerințele învățătorului mai exact
9. Crezi oare că copiii încearcă să te păcălească	sau	ei au o atitudine prietenoasă față de tine
10. Faci întotdeauna totul bine	sau	sunt zile când nu reușești nimic
11. Mai mult comun cu „Gheata”, „Aburul”, „Zăpada” o are „Apa” sau „Furtuna” sau „Iarna”		
12. Stai în timpul lecției liniștit	sau	îți place să te învârtești
13. O contrazici câteodată pe mama	sau	te temi puțin de ea
14. Preferi mai mult să faci schi prin pădure, parc	sau	să faci schi la munte
15. „A merge” este față de a „A alerga”, ceea ce încet este față de „Călare” sau „Târâș” sau „Repede”		
16. Consideri că întotdeauna ești respectuos	sau	câteodată ești plictisitor
17. Se vorbește că e greu să te înțelegi cu tine (îți place să insiști asupra părerii tale)	sau	e ușor să ai de a face cu tine
18. Te-ai schimbat vreodată cu obiectele tale personale (creioane, pix, riglă) cu colegii tăi	sau	niciodată nu ai făcut aceasta

19. Este dat șirul numeric 7, 5, 3 ... Care este următoarea cifră în acest șir?
2 sau 1 sau 9
20. Ți dorești uneori să fii neascultător | sau | niciodată nu ai așa dorință
21. Mama ta face totul mai bine ca tine | sau | deseori propunerea ta este mai bună
22. Dacă ai fi un animal sălbatic, mai degrabă ai fi | sau | leu
cal rapid
23. Este dat un grup de cuvinte „Unit”, „Toți”, „Deseori”, „Nimeni”. Un cuvânt nu concordează
cu altele. Care este el?
„Deseori” sau „Nimeni” sau „Toți”
24. Când ți se comunică o noutate îmbucurătoare, | sau | de bucurie vrei să sari
te bucuri liniștit
25. Dacă cineva se comportă cu tine nu prea bine | sau | te porți cu el al fel
fi ierți aceasta
26. Ce ți-ar plăcea mai mult la bazin: să înoți | sau | să te scufunzi de pe turn
27. Vlad e mai tânăr ca Petru, Sergiu e mai tânăr ca Vlad. Cine e cel mai în vârstă?
Sergiu sau Vlad sau Petru
28. Învățătorul câteodată îți zice că ești insuficient | sau | aproape niciodată nu-ți spune aceasta
de atent și faci multe ștersături în caiet
29. În discuții cu insistență insiști să dovedești | sau | liniștit poți să cedezi
ceea ce vrei
30. Mai degrabă ai asculta o povestire despre | sau | despre viața animalelor
război
31. Întotdeauna ajuți elevilor noi care au venit la | sau | de obicei aceasta fac alții
voi în clasă
32. Ții minte mult timp despre necazurile tale | sau | repede uiți de ele
33. În joc cu mai multă ușurință ai reprezenta un | sau | pe un scriitor renumit
pilot de avion cu reactiv
34. Dacă mama te-a certat devii trist | sau | dispoziția ta aproape nu se schimbă
35. Întotdeauna îți strângi geanta de cu seară | sau | se întâmplă că o faci și dimineața
36. Te laudă profesorul | sau | puțin vorbește despre tine
37. Poți să te atingi de păianjen | sau | păianjenul ti-e neplăcut
38. Deseori te superi | sau | aceasta se întâmplă foarte rar
39. Când părinții îți spun că e oră de culcare | sau | încă puțin continui să te ocupi de
deodată te culci | sau | deloc nu te jenezi
40. Te jenezi când trebuie să vorbești cu un om
necunoscut
41. Mai degrabă ai deveni pictor | sau | vânător
42. Totul îți iese reușit | sau | se întâmplă să ratezi
43. Dacă nu ai înțeles condiția problemei te | sau | la învățător
adresezi la un coleg
44. Poți povesti istorii hazlii astfel ca toți să râdă | sau | crezi că aceasta nu este ușor de făcut
45. După lecție dorești să rămâi ceva timp lângă | sau | vrei deodată să mergi să te plimbi în
învățător | sau | coridor
46. Uneori stai fără treabă și te simți prost | sau | aceasta nu se întâmplă cu tine
47. În drum de la școală te oprești să te joci | sau | după școală mergi deodată acasă
48. Întotdeauna oare părinții te ascultă | sau | deseori sunt foarte ocupați
49. Când nu poți ieși din casă ți-e trist | sau | ți-i indiferent
50. Ai puține dificultăți | sau | multe
51. În timpul liber mai bine ai merge la timp | sau | ai planta copaci în grădină
52. Mai degrabă vei povesti mamei despre viața ta | sau | despre o plimbare, excursie
școlară

53. Dacă copiii îți iau lucrurile tale fără voie, consideri ca nu este nimic deosebit în asta	sau	te superi pe ei
54. La un sunet neașteptat se întâmplă că tresari	sau	simplu te întorci
55. Ți place când cu fetele (băieții) povestești ceva una (unul) alteia (altuia)	sau	mai mult îți place să te joci cu ei
56. Ridici vocea când în discuție ești foarte emoționat	sau	întotdeauna vorbești liniștit
57. Mai degrabă ai fi mers la lecție	sau	te uiți la un meci de fotbal
58. Dacă asculți radioul sau te uiți la TV te deranjează vocile altora	sau	nu le observi
59. Se întâmplă să ai dificultăți la lecții	sau	ți-i ușor la școală
60. Dacă acasă ai fost înfuriat de ceva, liniștit ieși din cameră	sau	ieșind din camera ta poți trânti cu ușa

Foaia de răspuns pentru Chestionarul pentru copii CPQ

Numele prenumele

Vârsta

Clasa

Liceul

Data

Partea I (A)

11.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	31.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	51.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
12.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	32.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	52.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
13.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	33.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	53.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
14.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	34.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	54.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
15.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	35.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	55.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

16.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	36.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	56.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
17.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	37.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	57.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
18.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	38.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	58.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
19.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	39.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	59.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
20.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	40.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	60.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

1.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	21.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	41.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
2.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	22.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	42.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
3.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	23.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	43.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
4.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	24.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	44.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
5.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	25.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	45.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

- | | | | | | | | | | | | | |
|-----|---|--|--|-----|--|--|--|-----|---|---|--|--|
| 6. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | 26. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | 46. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| 7. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | 27. | <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table> | | | | 47. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| 8. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | 28. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | 48. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| 9. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | 29. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | 49. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| 10. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | 30. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | 50. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |

Partea II (B)

- | | | | | | | | | | | | | |
|-----|--|--|--|--|-----|---|--|--|-----|---|--|--|
| 26. | <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table> | | | | 41. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | 61. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| 27. | <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table> | | | | 42. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | 62. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| 28. | <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table> | | | | 43. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | 63. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| 29. | <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table> | | | | 44. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | 64. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| 30. | <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table> | | | | 45. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | 65. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |

- | | | | | | | | | | | | | |
|-----|--|--|--|-----|---|---|--|-----|---|---|--|--|
| 31. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | 46. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | 66. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| 32. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | 47. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | 67. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| 33. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | 48. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | 68. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| 34. | <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table> | | | | 49. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | 69. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| 35. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | 50. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | 70. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |

- | | | | | | | | | | | | | |
|-----|---|--|--|-----|--|--|--|-----|---|---|--|--|
| 11. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | 36. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | 41. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| 12. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | 37. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | 42. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| 13. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | 38. | <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table> | | | | 43. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| 14. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | 39. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | 44. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| 15. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | 40. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | 45. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |

- | | | | | | | | | | | | | |
|-----|---|--|--|-----|--|--|--|-----|---|---|--|--|
| 16. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | 27. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | 46. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| 17. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | 27. | <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table> | | | | 47. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| 18. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | 28. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | 48. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| 19. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | 29. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | 49. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| 20. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | 30. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | 50. | <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table> | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |

Interpretare: Răspunsurile subiecților sunt calculate după o “cheie” specială. Corespunderea cu răspunsurile cheii se apreciază cu un punct. Suma punctelor pe fiecare grupă de întrebări caracterizează în rezultat semnificația unui factor. Cheia este pentru ambele părți ale testului (partea I A și partea II B)

Factorul	Numărul întrebării, tipul răspunsului				
A	1a	2b	5a	7a	9b
B	11a	15c	19b	23a	27c
C	3a	4b	6b	8a	10a
D	12b	16b	20a	24b	28a
E	13a	17a	21b	25b	29a
F	14b	18a	22b	26b	30a
G	31a	35a	39a	43b	47b
H	32b	36a	40b	44a	48a
I	33b	37b	41a	45a	49a
O	34a	38a	42b	46a	50b
Q ₃	51b	52a	55b	57a	59b
Q ₄	53b	54a	56a	58a	60b

Tabele de transformare a datelor brute în puncte standard

Băieți 8 – 10 ani

Factorii	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	X	σ
A	0	1-2	3	4	5	6	7	8	9	10	6,3	2,2
B	0-1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	5,6	1,8
C	0	1	2	3	4-5	6	7	8	9	10	5,4	2,2
D	0	1	2	3	4-5	6	7	8	9	10	5,3	2,4
E	0	–	1	2	3	4	5	6	7-8	9-10	4,2	2,1
F	0-1	2	3	4	5	6	7	–	8	9-10	6,4	1,8
G	0	1	2	3-4	5	6	7	8	9	10	6,0	2,2
H	0-2	3	4	5	6	7	8	–	9	10	6,1	2,2
I	–	0	1	2	3	4	5	6	7	8-10	3,8	1,9
O	–	0	1	2	3	4-5	6	7	8	9-10	3,4	2,1
Q ₃	0	1	2	3	4-5	6	7	8	9	10	5,1	2,2
Q ₄	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9-10	4,5	2,2

Fete 8 – 10 ani

Factorii	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	X	σ
A	0-1	2-3	4	5	6	7	8	9	–	10	7,0	1,9
B	0-1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	5,9	1,9
C	0	1	2	3-4	5	6	7	8	9	10	5,9	2,2
D	–	0	1	2	3	4	5-6	7-8	9	10	3,8	2,4
E	–	0	1	2	3	4	5	6	7	8-10	3,1	1,9
F	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9-10	4,0	2,0
G	0-1	2	3-4	5	6	7	8	–	9	10	7,2	2,1
H	0-1	2-3	4	5	6	7	8	–	9	10	6,5	2,1
I	0-1	2	3-4	5	6	7	8	9	–	10	7,0	1,8
O	–	0	1	2	3	4	5	6	7	8-10	3,7	2,1
Q ₃	0-1	2	3-4	5	6	7	8	9	–	10	6,9	2,1
Q ₄	–	0	1	2	3	4	5	6-7	8	9-10	3,8	2,2

Băieți 11 – 12 ani

Factorii	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	X	σ
A	0	1	2	3	4-5	6	7	8	9	10	5,6	2,5
B	0-2	3	4	5	6	7	8	9	–	10	6,9	1,8
C	0	1	2	3	4-5	6	7	8	9	10	5,2	2,5
D	0	1	2-3	4	5	6	7	8	9	10	5,6	2,4
E	0-1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	5,6	2,1
F	0-1	2-3	4	5	6	7	8	9	–	10	6,6	2,0
G	0	1	–	2	3	4	5	6-7	8	9-10	4,2	2,1
H	0-1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	5,8	2,3
I	0	–	1	2	3	4	5	6	7	8-10	3,4	1,9
O	–	0	1	2	3	4	5-6	7	8	9-10	3,9	2,5
Q ₃	–	0	1	2	3	4	5	6	7	8-10	3,6	2,1
Q ₄	0	1	2	3-4	5	6	7	8	9	10	6,0	2,4

Fete 11 – 12 ani

Factorii	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	X	σ
A	0-2	3	4	5	6	7	8	9	–	10	6,3	2,2
B	0-3	4	5	6	7	–	8	9	–	10	7,3	1,8
C	0	1	2	3	4-5	6	7	8	9	10	5,2	2,6
D	0	1	2	3-4	5	6	7	8	9	10	5,1	2,5
E	0-1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	5,0	2,1
F	0-1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	4,8	2,1
G	0	1	2	3	4	5	6-7	8	9	10	5,2	2,2
H	0-1	2	3	4	5-6	7	8	9	–	10	6,3	2,2
I	0-2	3	–	4	5	6	7	8	9	10	6,3	1,8
O	0	1	2	3	4	5	6-7	8	9	10	4,4	1,9
Q ₃	0	1	2	3	4	5	6-7	8	9	10	4,8	2,4
Q ₄	0	1	2-3	4	5	6	7	8	9	10	5,8	2,5

Descrierea factorilor:

Factorul A: Schizotimie vs. ciclotimie:

–A Notele mici obținute la factorul A exprimă: rezervă, detașare, tendință de critică, distanțare, scepticism, rigiditate, dispreț. Copii care obțin note mici preferă lucrurile în locul oamenilor, le place să lucreze singuri, evitând confruntările, sunt exigenți și rigizi în normele personale; sunt critici, opozanți și duri.

+A Notele mari obținute la factorul A exprimă: “deschidere”, “căldură”, afectuozitate, un caracter plăcut, agreeat. Copii din această categorie sunt apropiați, primitivi, tandri, amabili, capabili să-și exprime emoțiile, dispun de capacitate de adaptare, sunt sensibili și se interesează de alții. Sunt generoși în relațiile personale și nu le este frică de critică.

Factorul B: Inteligența:

–B Notele mici exprimă o inteligență “discretă”, o gândire concretă, lentoarea “spiritului” (“cade greu fisa”), atunci când este vorba de înțelegere și învățare, este “greoi” și înclinat spre

o interpretare concretă și literală a fenomenelor. Această situație poate să fie reflexul unei instruirii și educații neadecvate, fie efectul unei sărăcii intelectuale de ordin psihopatologic.

+B Notele ridicate reflectă un nivel intelectual ridicat exprimat de o gândire abstractă dezvoltată (capacitatea de a opera cu noțiuni din ce în ce mai abstracte, de a opera cu simboluri, de a sesiza rapid aspectele esențiale dintre lucruri și fenomene, de a găsi soluții, etc.).

Factorul C: Instabilitate emoțională vs. stabilitate emoțională:

–C Nota scăzută arată un caracter emotiv, nestatornic, agitat, influențabil, impresionabil, iritabil, nesatisfăcut.

+C Nota ridicată arată un caracter stabil emoțional, maturitate, calm, realism și capacitate de a susține moralul altora.

Factorul D: Indiferență vs. excitabilitate:

–D Nota mică indică copii echilibrați emoțional, reținuți. Băieții au în mediu valori mai mari comparativ cu fetele.

+D Nota ridicată indică copii cu excitație mărită, sau super reactivitate la stimulii excitanți, provocatori, uneori activismul mărit se asociază cu înfumurare. Pentru acești copii este caracteristică neliniștea motoră, distragerea, insuficienta concentrare a atenției. Formarea acestei calități este legată de particularitățile de temperament și de condițiile de educație

Factorul E: Supunere vs. dominanța:

–E Nota scăzută evidențiază: modestie, supunere, conformism, liniște, acomodare. Cu alte cuvinte, tendința de a ceda ușor altora, de a fi docil, simț dezvoltat al culpabilității și obsesie față de conveniențe.

+E Nota ridicată pune în evidență siguranța de sine, caracterul independent–dominant, încăpățânarea și tendința spre agresivitate, independența în opinii și tendința de a face ceea ce dorește, opoziție și autoritarism.

Factorul F: Îngrijorare vs. nepăsare:

–F Nota mică pune în evidență prudența, gravitatea, seriozitatea, rezerva, introspecția. Copiii din această categorie au tendință spre îndărătnicie, pesimism, spre o prudență excesivă și aroganță.

+F Nota ridicată arată indiferență, nepăsare, entuziasm, impulsivitate. Copiii din această categorie sunt veseli și voioși, vorbăreți, deschiși și sinceri. Atrag privirile altora pentru a fi aleși lideri.

Factorul G: Supraeu slab vs. forța supraeului:

–G Nota mică arată oportunism, ocolirea regulilor și legilor și lipsa simțului datoriei sau tendință de delăsare și neglijență. Copiii din această categorie nu fac eforturi pentru a participa

la acțiunile colective, manifestând independență de orice influență a grupului. Sunt toleranți la tensiuni psihice.

+G Notele ridicate arată onestitate, integritate morală, perseverență, seriozitate și atenție la regulile de conviețuire. Cei ce fac parte din această categorie sunt exigenți, cu un simț al datoriei și responsabilității ridicat, sunt prevăzători, conștiincioși, moralizatori, preferând tovarășia oamenilor serioși și harnici decât a celor amuzanți.

Factorul H: Thredia vs. parmia:

–H Nota mică exprimă timiditate, atitudine timorată, neîncredere în forțele proprii, prudența excesivă. Asemenea copii încercă să treacă neobservați, au un sentiment de inferioritate, exprimându-se nesigur și cu reținere, exteriorizându-se greu, în relațiile cu semenii lor preferă cercuri restrânse de prieteni.

+H Nota ridicată exprimă îndrăzneală, destindere, spontaneitate. Copiii din această categorie dispun de o puternică rezonanță afectivă, acceptând cu ușurință refuzurile nedelicate ale altora sau situații conflictuale dificile, greu de suportat.

Factorul I: Harria vs. premisia:

–I Nota scăzută exprimă: realism și uneori duritate, satisfacție referitoare la propria persoană, raționalitate. Copiii cu notă ridicată se caracterizează prin spirit practic, independență și sunt capabile să-și asume responsabilități. Sunt sceptice, au tendințe spre insensibilitate, duritate, cinism și disprețuire. Le plac activitățile cu caracter practic.

+I Nota ridicată arată: tandrețe și dependență afectivă, sensibilitate exagerată și imaturitate afectivă. Copiii cu note ridicate sunt visătoare, depinzând afectiv de alții și solicită atenție din partea altora, nedispunând de simțul practic. Au aversiune pentru persoanele mai puțin rafinate sau pentru aspectele triviale. Sunt predispuse să coboare moralul unui grup printr-o atitudine infantilă negativă.

Factorul O: Încredere vs. tendință spre culpabilitate:

–O Nota mică indică un comportament calm, cu încredere în sine, liniștit, senin, rezistent la stres, eficient, viguros, uneori brutal, fără fobii, care se angajează în genere în activități simple.

+O Nota ridicată indică lipsa de securitate, un mod anxios, depresiv, agitat de a se raporta la existență, fără încredere în ceilalți, bănuitor, cu sentimente de culpabilitate. La copiii cu scoruri ridicate apare un sentiment de solitudine și insuficiență.

Factorul Q3: Sentiment de sine slab vs. sentiment de sine puternic:

–Q₃ Nota scăzută exprimă lipsa de autocontrol, conflictul cu sinele, neglijența conveniențelor și supunerea față de impulsuri, neglijența față de cerințele vieții sociale. Asemenea copii uneori se simt neadaptați.

+Q₃ Nota ridicată exprimă un autocontrol ridicat, formalism și conformism față de anumite idei personale, tendință spre circumspecție. Copiii cu note ridicate sunt vanitoși și țin la reputația lor, uneori sunt îndărătnici.

Factorul Q4: Tensiune ergică slabă vs. tensiune ergică ridicată:

–Q₄ Nota scăzută evidențiază destinderea, liniștea, apatia, mulțumirea și nepăsarea; lipsa sentimentului de frustrație. Copiii din această categorie pot ajunge leneși, neeficienți în măsura în care le lipsește ambiția; denotă experiență modestă.

+Q₄ Nota ridicată evidențiază încordare, frustrare, iritare, surmenaj. Evidențiază persoane surescitabile, agitate, neliniștite, irascibile. Asemenea copiii, deși sunt surmenați, nu pot rămâne inactivi; în grup nu contribuie decât foarte puțin la coeziunea acestuia, la disciplină sau la conducere.

Chestionarul 16 PF Cattell (Forma C)

Chestionarul 16 PF Cattell (Forma C) aplicabil între 12 și 18 ani, conține 105 întrebări. Subiecților li se propune să citească atent fiecare întrebare și să aleagă una din cele trei variante de răspuns, litera (a, b, c) în dreptul numărului întrebării. Nu există răspunsuri „corecte” sau „greșite”, ci doar cele care sunt caracteristice subiecților. Trăsăturile evaluate prin analiză factorială sunt constructe bipolare care încearcă să cuprindă mulțimea de manifestări comportamentale specifice dimensiunii, în mod gradat, de la unul dintre poliile acesteia, caracterizat printr-o maximă exprimare în comportament a unei extreme a dimensiunii spre celălalt-pol caracterizat printr-o maximă exprimare a opusului. Factorii măsurați prin chestionar sunt: Factorul A: Schizotimie vs. ciclotimie; Factorul B: Inteligența; Factorul C: Instabilitate emoțională vs. stabilitate emoțională; Factorul E: Supunere vs. dominanță; Factorul F: Expansivitate vs. nonexpansivitate; Factorul G: Supraeu slab vs. forța supraeului; Factorul H: Thredia vs. parmia; Factorul I: Harria vs. premisia; Factorul L: Alexia vs. protension; Factorul M: Praxernia vs. autia; Factorul N: Naivitate vs. subtilitate; Factorul O: Încredere vs. tendință spre culpabilitate; Factorul Q1: Conservatorism vs. lipsă de respect pentru convenții; Factorul Q2: Dependență de grup vs. independență personală; Factorul Q3: Sentiment de sine slab vs. sentiment de sine puternic; Factorul Q4: Tensiune ergică slabă vs. tensiune ergică ridicată.

Instrucțiune: Va trebui să răspundeți la o serie de întrebări referitoare la dvs. Răspunsurile dvs. vor permite să se vadă într-un mod general care sunt reacțiile și interesele dvs. predominante.

Nu exista răspuns “bun” sau “prost” fiecare individ este ceea ce este și există o mare varietate de portrete în domeniul personalității. Pentru ca acest portret al dvs. să fie fidel, răspundeți sincer și cu conștiințiozitate.

Alături de acest caiet vi s-a înmănat și o foaie de răspuns: veți citi întrebările din caiet, iar pe foaie veți trece răspunsurile dvs. Înscrieți de pe acum în partea de sus a foii, în locul prevăzut, informațiile cerute: nume, prenume, vârsta, clasa, liceul, data.

Pentru fiecare întrebare puteți alege unul din cele trei răspunsuri. Dacă răspunsul pe care l-ați ales este "a" marcați cu o cruce sau o linie vizibilă căsuța din stânga, dacă ați ales răspunsul "b" marcați căsuța din mijloc, iar dacă ați ales răspunsul "c", marcați căsuța din dreapta.

1. Cred, că memoria mea este mai bună acum decât era înainte.
 - a. da
 - a. greu de spus
 - b. nu
2. Aș putea locui singur departe de oameni.
 - b. da
 - c. uneori
 - d. nu
3. Dacă aș zice, că cerul se află „jos” și că iarna e „cald”, l-aș numi pe criminal.
 - a. bandit
 - b. sfânt
 - c. nour
4. Când merg la culcare eu
 - a. adorm repede
 - b. mediu
 - c. adorm greu.
5. Dacă aș conduce mașina pe șosea, unde sunt multe alte mașini, aș prefera
 - a. să dau drumul înainte mai multor mașini
 - b. nu știu
 - c. să depășesc toate mașinile ce merg înaintea mea
6. În companii permit altora să glumească și să povestească diferite istorii.
 - a. da
 - b. uneori
 - c. nu
7. Important pentru mine ca în tot ce mă înconjoară să nu fie dezordine.
 - a. corect
 - b. greu de spus
 - c. incorect
8. Majoritatea oamenilor cu care mă aflu în companie, fără îndoială sunt bucuroși să mă vadă.
 - a. da
 - b. uneori
 - c. nu
9. Mai degrabă m-ași ocupa cu
 - c. scrima și dansuri
 - d. mi-i greu să spun
 - e. luptă și baschet.

10. Mă amuză, că ceea ce fac oamenii nu seamănă deloc cu ceea ce povestesc apoi despre aceasta.
 - a. da
 - b. uneori
 - c. nu
11. Citind despre o întâmplare eu mă interesez de toate amănunțele.
 - a. întotdeauna
 - b. uneori
 - c. rar
12. Când prietenii fac glume pe seama mea, de obicei râd împreună cu toți și nu mă supăr.
 - a. corect
 - b. nu știu
 - c. incorect
13. Dacă cineva este brutal cu mine pot uita repede acest fapt.
 - a. corect
 - b. nu știu
 - c. incorect
14. Îmi place mai mult să inventez noi metode de îndeplinire a unui lucru, decât să mă ghidez de metode cunoscute, verificate.
 - a. corect
 - b. nu știu
 - c. incorect
15. Când îmi planific ceva prefer să fac acest lucru de sine stătător, fără ajutorul cuiva.
 - a. corect
 - b. uneori
 - c. nu
16. Cred că sunt mai puțin sensibil și ușor excitabil decât majoritatea oamenilor.
 - a. corect
 - b. îmi vine greu să spun
 - c. incorect
17. Mă enervează oamenii care nu pot lua repede decizii.
 - a. corect
 - b. nu știu
 - c. incorect
18. Uneori, chiar dacă pentru puțin timp, îmi apare totuși senzația de iritare față de părinții mei.
 - a. da
 - b. nu
 - c. nu știu
19. Mai degrabă a-și destăinui gândurile mele intime.
 - a. prietenilor mei cei mai buni
 - b. nu știu
 - c. zilnicului meu
20. Cred că cuvântul contrar după sens opusului cuvântului „imprecis” – este
 - a. neglijent
 - b. minuțios
 - c. aproximativ.

21. Întotdeauna am suficientă energie când e nevoie.
 - a. da
 - b. greu de spus
 - c. nu
22. Mai mult mă irită oamenii care
 - a. cu glumele lor stupide fac oamenii să roșească
 - b. mi-i greu să spun
 - c. îmi creează incomodități întârziind la întâlnirea stabilită.
23. Îmi place mult să invit musafiri și să-i distrez.
 - a. corect
 - b. nu știu
 - c. incorect
24. Cred că
 - a. nu tot lucrul trebuie de făcut la fel de minuțios
 - b. greu de spus
 - c. orice lucru trebuie făcut minuțios.
25. Întotdeauna trebuie să înfrâng jena.
 - a. da
 - b. posibil
 - c. nu
26. Prietenii mai des
 - a. se sfătuiesc cu mine
 - b. fac și una și alta în egală măsură
 - c. îmi dau sfaturi.
27. Dacă amicul mă minte în chestii mărunte, mai degrabă prefer să mă prefac că nu am observat.
 - a. da
 - b. uneori
 - c. nu
28. Îmi place prietenul
 - a. interesele căruia au un caracter de lucru și practic
 - b. nu știu
 - c. care se deosebește prin opinii de viață bine gândite.
29. Nu pot asculta indiferent cum alte persoane spun idei opuse celor în care cred cu fermitate.
 - a. corect
 - b. nu știu
 - c. incorect
30. Mă afectează faptele și greșelile mele trecute.
 - a. da
 - b. nu știu
 - c. nu
31. Dacă la fel de bine aș putea face și una și alta atunci aș prefera.
 - a. să joc șah
 - b. greu de spus
 - c. să joc golf

32. Îmi plac persoanele comunicabile, bune de companii.
- da
 - nu știu
 - nu
33. Sunt într-atât de atent și practic încât cu mine se întâmplă mai puține surprize neplăcute decât cu alți oameni.
- da
 - greu de spus
 - nu
34. Pot uita de îndatoririle și grijile mele când de asta am nevoie.
- da
 - uneori
 - nu
35. Îmi vine greu să recunosc că n-am dreptate.
- da
 - uneori
 - nu
36. La o întreprindere mi-ar fi mai interesant
- să lucrez cu mașini și mecanisme, să participi la producția de bază
 - greu de spus
 - să discut cu oamenii făcând lucruri obștești.
37. Care cuvânt n-are legătură cu altele două
- pisica
 - aproape
 - soare.
38. Ceea ce într-o măsură oarecare îmi distrage atenția
- mă irită
 - ceva mijlociu
 - nu mă deranjează deloc.
39. Dacă aș avea mulți bani atunci eu
- m-aș preocupa să nu stârnesc invidia altora față de mine
 - nu știu
 - aș trăi fără ca să duc lipsa de ceva.
40. Cea mai mare pedeapsă pentru mine este
- lucru greu
 - nu știu
 - să stau închis în singurătate.
41. Oamenii trebuie într-o măsură mai mare decât acum, să ceară respectarea legilor morale.
- da
 - uneori
 - nu
42. Îmi spuneam ca copil fiind eram
- liniștit și iubeam să rămân singur
 - nu știu
 - vioi și alert.

43. Mi-ar plăcea un lucru practic de zi cu zi cu diferite mașini și construcții.
- da
 - nu
 - nu știu
44. Cred că majoritatea martorilor spun adevărul chiar dacă aceste nu e simplu pentru ei.
- da
 - greu de spus
 - nu
45. Uneori nu mă hotărâsc sa-mi traduc ideile în viață, deoarece îmi par irealizabile.
- corect
 - greu de spus
 - incorect
46. Mă străui să râd de glume nu atât de tare cum o fac alți oameni.
- da
 - nu știu
 - incorect
47. Eu niciodată nu mă simt atât de nefericit, încât să-mi vină să plâng.
- corect
 - nu știu
 - incorect
48. Ascultând muzica eu primesc plăcere de la
- marșuri în interpretarea orchestrei militare
 - nu știu
 - solo la vioară.
49. Mai degrabă aș prefera să petrec două luni de vară
- la țară cu unu doi prieteni de-ai mei
 - îmi vine greu să spun
 - conducând un grup turistic în tabără.
50. Eforturile cheltuite pentru alcătuirea planului
- niciodată nu sunt în plus
 - greu de spus
 - nu merită.
51. Faptele și cuvintele negândite adresate mie de către prietenii mei nu mă supără și nu mă întristează.
- corect
 - nu știu
 - nu-i corect
52. Când totul îmi reușește consider că aceste lucruri sunt simple.
- întotdeauna
 - uneori
 - rareori
53. Mai degrabă aș prefera să lucrez
- în instituție, unde a fi nevoit să conduc alte persoane și tot timpul să fiu printre ei
 - greu de spus
 - arhitect, care într-o cameră liniștită își creează proiectele.

54. Casa se referă la mine ca copacul la
- pădure
 - plantă
 - frunză.
55. Ceea ce fac nu-mi reușește.
- rar
 - uneori
 - deseori
56. În majoritatea lucrurilor eu
- prefer riscul
 - nu știu
 - prefer să acționez la sigur.
57. Probabil ca mulți oameni consideră că eu prea mult vorbesc
- mai degrabă e așa
 - nu știu
 - cred că nu.
58. Mai mult îmi place omul
- cu multă minte chiar dacă nu este de nădejde și ne permanent
 - greu de spus
 - capacități medii, dar care poate rezista ispitelor.
59. Iau decizii
- mai rapid ca alți oameni
 - nu știu
 - mai lent ca majoritatea oamenilor.
60. Mă impresionează
- măiestria și grația
 - greu de spus
 - puterea și forța.
61. Eu consider că sunt o persoană deschisă la colaborare.
- da
 - ceva mediu
 - nu
62. Mai mult prefer să discut cu persoane delicate, rafinate, decât cu directe și deschise.
- da
 - nu știu
 - nu
63. Eu prefer
- să rezolv singur problemele legate de mine
 - îmi vine greu să răspund
 - să mă consult cu prietenii mei.
64. Dacă omul nu-mi răspunde deodată după ce i-a, spus ceva, atunci simt, cred că i-am spus vreo prostie.
- corect
 - nu știu
 - incorect

65. În anii de școală primesc mai multe cunoștințe de la
- la lecții
 - greu de spus
 - citind cărți.
66. Evit lucrul obștesc și răspunderea legată de acesta.
- corect
 - uneori
 - incorect
67. Când întrebarea pe care trebuie s-o rezolv e foarte grea și cere de la mine mult efort eu mă stăruiesc
- să mă ocup de altă întrebare
 - îmi vine greu să răspund
 - încă o dată încerc să rezolv această întrebare.
68. Îmi par emoții puternice neliniștite, furie, explozii de râs, parcă fără nici o pricină.
- da
 - uneori
 - nu
69. Uneori gândesc mai rău ca de obicei.
- corect
 - nu știu
 - incorect
70. Îmi pare bine să fac omului un bine fiind de acord să stabilesc întâlnirea cu el în timpul comod pentru el chiar dacă asta nu-i comod pentru mine.
- da
 - uneori
 - nu
71. Cred că numărul corect, care trebuie să continue șirul 1, 2, 3, 6, 5, va fi
- 10
 - 5
 - 7.
72. Uneori am acuze neprelungite de vomă și amețeli fără o cauză anumită.
- da
 - nu știu
 - nu
73. Prefer să refuz la comanda mea, decât să creez chelnerului deranj suplimentar.
- da
 - uneori
 - nu
74. Eu trăiesc cu ziua de azi în mai mare măsură, decât alți oameni.
- corect
 - greu de spus
 - incorect
75. La o serată îmi place
- să particip la o discuție interesantă
 - îmi vine greu să răspund
 - să mă uit cum se distrează lumea și pur și simplu să mă odihnesc singur.

76. Îmi expun părerea indiferent de ceea ce persoane pot s-o asculte.
- da
 - uneori
 - nu
77. Dacă aş putea să mă întorc în trecut, aş prefera să mă întâlnesc cu
- Columb
 - nu ştiu
 - Eminescu.
78. Trebuie să mă abţin de la ceea ce să rezolv problemele altora.
- Da
 - uneori
 - nu
79. Lucrând la magazin aş prefera să
- aranjez vitrinele
 - nu ştiu
 - să fiu casier.
80. Dacă oamenii gândesc rău despre mine, nu încerc să le modific părerea, continuu să mă comport cum cred de cuviinţă.
- da
 - greu de spus
 - nu
81. Dacă văd că vechiul meu prieten e distant cu mine şi mă evită, eu de obicei
- deodată gândesc „are dispoziţie proastă”
 - nu ştiu
 - mă neliniştesc în privinţa faptei greşite pe care am comis-o.
82. Toate nenorocirile se întâmplă de la oamenii
- care încearcă să schimbe totul deşi există metode satisfăcătoare de rezolvare a întrebărilor aceste
 - nu ştiu
 - care resping propunerile noi promiţătoare.
83. Eu primesc plăcere povestind noutăţile locale.
- da
 - uneori
 - nu
84. Oamenii punctuali exigenţi nu se împacă cu mine.
- corect
 - uneori
 - incorect
85. Mi se pare că sunt mai puţin iritat decât majoritatea oamenilor.
- corect
 - uneori
 - incorect
86. Pot mai degrabă să nu iau în consideraţie pe alţi oameni decât ei pe mine.
- corect
 - uneori
 - incorect

87. Se întâmplă ca toată dimineața nu vreau să vorbesc cu nimeni.
- deseori
 - uneori
 - incorect
88. Dacă acele ceasornicului se întâlnesc peste fiecare 65 de minute, măsurate după un ceas fix, atunci acest ceas.
- rămâne în urmă
 - merge repede
 - se grăbește
89. Mă plictisesc
- deseori
 - uneori
 - rareori.
90. Oamenii spun că îmi place să fac totul după metoda mea originală.
- corect
 - uneori
 - incorect
91. Consider că trebuie evitate emoțiile de prisos pentru că sunt dăunătoare.
- da
 - uneori
 - nu
92. Acasă în timpul liber eu
- vorbesc și mă odihnesc
 - îmi vine greu să răspund
 - mă ocup cu lucruri interesante pentru mine.
93. Am o atitudine timidă și atentă față de stabilirea relațiilor cu persoane necunoscute.
- da
 - uneori
 - nu
94. Consider că ceea ce oamenii spun prin versuri mai precis ar fi exprimat prin proza.
- da
 - uneori
 - nu
95. Bănuiesc ca oamenii cu care sunt în relații de prietenie pot deveni neprieteni în spatele meu.
- da în majoritatea cazurilor
 - uneori
 - nu, rar
96. Cred că chiar și cele mai dramatice evenimente peste un an nu mai lasă nici o urmă în sufletul meu.
- da
 - uneori
 - nu
97. Cred că ar fi mai interesant să fiu
- naturalist, să lucrez cu plantele
 - nu știu
 - agent de asigurări.

98. Sunt supus fricii fără pricină și dezgust față de anumite lucruri, de exemplu, față de unele animale, locuri.
- da
 - uneori
 - nu
99. Îmi place să reflectez despre aceea cum poate fi îmbunătățită lumea.
- da
 - greu de spus
 - nu
100. Prefer jocurile
- unde trebuie să joci în echipă sau să ai un partener
 - nu știu
 - unde fiecare joacă pentru sine.
101. Noaptea visez vise fantastice sau lipsite de sens
- da
 - uneori
 - nu
102. Dacă rămâi acasă singur peste un timp simt neliniștite și frica.
- da
 - uneori
 - nu
103. Pot prin atitudinea mea prietenească să induc lumea în eroare, deși într-adevăr ei n-o plac.
- da
 - uneori
 - nu
104. Care cuvânt nu se referă la atele două
- a gândi
 - a vedea
 - a auzi.
105. Dacă mama Mariei este sora tatălui lui Alexandru, atunci cine este Alexandru față de tatăl Mariei?
- verișor
 - nepot
 - unchi

Foia de răspuns 16 PF Cattell (Forma C)

Numele prenumele

Vârsta

Clasa

Data

	a	b	c		a	b	c		a	b	c		a	b	c		a	b	c		a	b	c		a	b	c
1				18				35				52				69				86				103			
2				19				36				53				70				87				104			
3				20				37				54				71				88				105			
4				21				38				55				72				89							
5				22				39				56				73				90							
6				23				40				57				74				91							
7				24				41				58				75				92							
8				25				42				59				76				93							
9				26				43				60				77				94							
10				27				44				61				78				95							
11				28				45				62				79				96							
12				29				46				63				80				97							
13				30				47				64				81				98							
14				31				48				65				82				99							
15				32				49				66				83				100							
16				33				50				67				84				101							
17				34				51				68				85				102							

Interpretare: Răspunsurile subiecților sunt calculate după o “cheie” specială. Corespunderea cu răspunsurile “a” și “c” se apreciază cu două puncte, coinciderea cu răspunsul “b” – cu un punct. Suma punctelor pe fiecare grupă de întrebări caracterizează în rezultat semnificația unui factor.

Cheia:

	a	b	c		a	b	c		a	b	c		a	b	c		a	b	c		a	b	c		a	b	c	
1	X	X		18		X	X	35		X	X	52	X	X		69		X	X	86			X	X	103		X	X
2		X	X	19	X	X		36		X	X	53	X	X		70	X	X		87			X	X	104	X		
3		X	X	20			X	37		X	X	54			X	71	X			88			X		105		X	
4	X	X		21	X	X		38		X	X	55	X	X		72		X	X	89			X	X				
5		X	X	22		X	X	39	X	X		56	X	X		73		X	X	90	X	X						
6		X	X	23	X	X		40		X	X	57	X	X		74	X	X		91			X	X				
7	X	X		24		X	X	41	X	X		58		X	X	75	X	X		92			X	X				
8	X	X		25		X	X	42		X	X	59	X	X		76	X	X		93			X	X				
9	X	X		26	X	X		43		X	X	60	X	X		77		X	X	94			X	X				
10	X	X		27		X	X	44		X	X	61		X	X	78	X	X		95	X	X						
11		X	X	28		X	X	45	X	X		62	X	X		79	X	X		96			X	X				
12		X	X	29	X	X		46	X	X		63	X	X		80		X	X	97			X	X				
13		X	X	30	X	X		47		X	X	64	X	X		81		X	X	98	X	X						
14	X	X		31	X	X		48		X	X	65		X	X	82		X	X	99	X	X						
15	X	X		32		X	X	49	X	X		66	X	X		83		X	X	100			X	X				
16	X	X		33	X	X		50	X	X		67		X	X	84		X	X	101			X	X				
17	X	X		34		X	X	51		X	X	68	X	X		85		X	X	102	X	X						

Tabel de transformare a datelor brute în puncte standard

Factorii	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	Scăzute			Medii			Înalte			
A	0-4	5	6	7	8	-	9	10	11	12
B	0-2	-	3	-	4	-	5	6	-	7-8
C	0-3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
E	0-1	2	3	4	5	6	7	8	9	10-12
F	0-1	-	3	4	5	6	7	8	9	10-12
G	0-3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
H	0-3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
I	0-3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
L	0-1	2	-	3	4	-	5	6	7	8-12
M	0-3	-	4	5	6	7	8	9	10	11-12
N	0-1	2	3	4	5	6	7	8	9	10-12
O	0-1	2	3	4	5	6	7	8	9	10-12
Q₁	0-4	5	6	-	7	8	9	10	11	12
Q₂	0-2	3	-	4	5	6	7	8	9	10-12
Q₃	0-2	3	4	5	6	7	8	9	10	11-12
Q₄	0-1	2	3	4	5	6-7	8	9	10	11-12
MD	0-2	3	4	5	6	7	8	9	10	11-12

Descrierea factorilor:

Factorul A: Schizotimie vs. ciclotimie:

Scorurile joase (între 0 și 3) definesc o persoană caracterizată prin aspecte precum schizotimie, orgoliu, spirit critic, răceală, indiferență, rigiditate, suspiciune, spirit de opoziție.

Scorurile înalte (7 – 10) indică o persoană: ciclotimă, amabilă, prietenoasă, serviabilă, cu interes pentru ceilalți, blândă, încrezătoare, adaptabilă, caldă.

Factorul B: Inteligența:

Scorurile scăzute indică o abilitate mentală slabă, care atrage după sine și o moralitate oarecum redusă, tendința de a abandona cu ușurință sarcinile începute, lipsa de interes pentru subiecte intelectuale și lipsa de cultură în general.

Scorurile înalte indică o inteligență vie, conștiinciozitate și perseveranță în rezolvarea sarcinilor sau problemelor, tendința de a fi cultivat și de a gândi în plan abstract, logic.

Factorul C: Instabilitate emoțională vs. stabilitate emoțională:

Scorurile scăzute definesc un eu slab, caracterizat prin: emotivitate, imaturitate afectivă, instabilitate, reacții emoționale în fața frustrărilor, inconstanță în atitudini și interese, excitabilitate și hiperreactivitate, lipsa de responsabilitate, tendința de abandon, neliniște, conflictualitate, agitație, risc de accidente. Persoana cu un eu slab tinde să fie ușor contrariată

de lucruri și oameni, are sentimente de insatisfacție în familie, școală sau profesie, are dificultăți în a-și păstra calmul sau în a se bucura, se descurajează ușor, prezintă reacții nevrotice generalizate (tulburări psihosomatice: digestive, de somn, sexuale, anxietate, obsesii). Scorurile înalte definesc un eu puternic, caracterizat prin: stabilitate, maturitate, calm (chiar flegmatic), constanță în interese, adaptabilitate, lipsa conflictelor, tonus psihic (lipsa manifestărilor ușoare ale oboselei).

Factorul E: Supunere vs. dominanță:

Scorurile scăzute indică blândețe, o persoană supusă, naturalețe, bunăvoință, o persoană conformistă, ușor de dominat, autosuficientă. Scorurile scăzute se întâlnesc adesea la nevrotici. Scorurile înalte indică un comportament agresiv, combativ, încăpățânat, sigur pe sine, afirmativ, sever (chiar dur sau ostil), auster, cu gravitate, nonconformist și dornic să capteze atenția. Scorurile ridicate se asociază de asemenea cu comportamentele de tip intelectual din perioada adolescenței.

Factorul F: Expansivitate vs. nonexpansivitate:

Scorurile scăzute indică o persoană neexpansivă, moderată, prudentă, taciturnă, introspectivă, cu tendința spre deprimare și reverie, necomunicativă, mulțumită de sine, legată de valori personale, lentă, reflexivă, moderată. Sunt oameni care apar ca visători, își rod unghiile. Scorurile înalte indică un comportament expansiv, impulsiv, entuziast, vesel, direct, plin de viață, guraliv, expresiv, legat de grup, spontan în reacții. Expansivitatea corelează cu preferința pentru aglomerări urbane și cu vârsta în relațiile de familie (cel mai tânăr tinde spre a fi mai expansiv decât cel mai vârstnic).

Factorul G: Supraeu slab vs. forța supraeului;

Scorurile scăzute indică o persoană cu un supraeu slab, lipsită de toleranță la frustrare, schimbătoare, influențabilă, emotivă, caracterizată prin oboseală nervoasă, inconstantă și nesigură, care neglijează obligațiile sociale, cu dezinteres general față de normele morale colective.

Scorurile ridicate indică o persoană cu supraeu puternic, conștiincioasă, perseverentă, responsabilă, ordonată, consecventă, atentă la oamenii și lucrurile din jur, respectuoasă, metodică, cu bună capacitate de concentrare, care reflectă înainte de a vorbi, care preferă compania celor eficienți.

Factorul H: Thredia vs. parmia:

Scoruri scăzute indică o un individ cu tendința de a se replia asupra propriei persoane, prudent, rezervat, distant, contemplativ, cu tendința de a apărea acru și rece, dezinteresat de sexul opus, moderat, conștiincios, cu interese limitate, absența interesului pentru domeniul artistic sau afectiv, tendința spre perceperea rapidă a pericolelor.

Scoruri înalte indică sociabilitate, o persoană îndrăzneată, căreia îi place să întâlnească oameni, activă, curajoasă, cu interes pentru sexul opus, impulsivă, frivolă, neliniștită, nu sesizează ușor pericolele, cu interese artistice și puternică rezonanță emoțională. Sunt persoane care se simt libere să participe la activități sociale dar par prolixă și insensibile iar în grup tind spre remarci de ordin personal mai degrabă decât privind problema în cauză.

Factorul I: Harria vs. premisia:

Scorurile scăzute indică un comportament realist dar dur, o persoană care se bazează pe sine și nu așteaptă foarte multe de la ceilalți, cu spirit practic și inițiativă, relativ insensibil față de ceilalți, matur emoțional, aspru, fără simț artistic, reacționează puțin la aspecte estetice (fără a fi lipsit de gust), nu ia în seamă incomoditățile fizice.

Scorurile înalte indică un individ sensibil la estetic, exigent, nerăbdător, relativ imatur emoțional, care caută ajutorul și simpatia altora, prietenos, blând, indulgent cu sine și ceilalți, dificil de satisfăcut în probleme artistice, introspectiv, imaginativ, cu viață interioară bogată, acționează prin intuiție sensibilă, pe plan social este relativ frivol, dornic să atragă atenția, neliniștit, chiar ipohondru.

Factorul L: Alexia vs. protension:

Scorurile joase definesc indivizi caracterizați prin încredere, adaptabilitate, cooperare, absența geloziei sau invidiei, interes față de ceilalți, o gravitate amabilă și plină de spirit. Este un subiect care se acomodează ușor, nu caută rivalitate, se preocupă de oameni, excelează în munca de echipă.

Scorurile înalte prezintă un individ tensionat, neîncrezător, gelos, îndărătnic, suspicios, timid, rigid în relații și gândire, indiferent față de ceilalți, egocentric, interesat mai ales de viața sa interioară decât de oameni. Sunt în genere elemente tensionante în cadrul grupurilor.

Factorul M: Praxernia vs. autia:

Scorurile scăzute definește un individ practic și conștiincios, care ține la formă, este capabil să-și păstreze sângele rece, este relativ lipsit de imaginație. În același timp are spirit logic, este expresiv, deschis, cu sânge rece în situații de urgență. Este o persoană preocupată de a face lucrurile „cum trebuie”, care acordă importanță aspectelor practice, nu acționează hazardat, este atentă la detalii.

Scorurile înalte definesc un tip neconvențional excentric, imaginativ, boem, mai puțin preocupat de conștiinciozitate, cu aspect exterior calm, cu izbucniri emoționale isterice ocazionale. Este un imaginativ centrat pe instanțele interioare, puțin preocupat de contingente, original, ignoră realitățile cotidiene, își urmează calea proprie, este dotat cu imaginație creatoare, preocupat de marile idei, dezinteresat de valorile materiale, motivațiile interne îl pun

uneori în posturi ciudate acompaniate de reacții emoționale violente, este conștient de propria personalitate și poate ignora activitățile colective.

Factorul N: Naivitate vs. subtilitate:

Scorurile joase indică un individ direct în comportament, naiv, sentimental, natural, uneori stângaci li neîndemânatec, se interesează de alții și este ușor de satisfăcut. Este o persoană care prezintă lipsă de afectare, naturalețe și spontaneitate, uneori o anumită bruschețe a reacțiilor.

Scorurile înalte indică un individ perspicace, lucid în opinii, cu un mod de a fi rafinat și subtil, rece, indiferent față de ceilalți, dificil de satisfăcut. Este un subiect politicos, experimentat, subtil, modern, cu spirit analitic, cu alură intelectuală și o viziune nesentimentală asupra lucrurilor și vieții, uneori aproape cinic.

Factorul O: Încredere vs. tendință spre culpabilitate:

Scorurile joase indică un comportament calm, cu încredere în sine, liniștit, senin, rezistent la stres, eficient, viguros, uneori brutal, fără fobii, care se angajează în genere în activități simple.

Scorurile înalte (polul culpabilitate) indică lipsa de securitate, un mod anxios, depresiv, agitat de a se raporta la existență, fără încredere în ceilalți, bănuitor, cu sentimente de culpabilitate.

Factorul poate fi definit ca tendință depresivă, sensibilitate emoțională, depreciere de sine sau chiar nevrotism. Persoana obosește repede în situații excitant, se descurajează ușor, face față cu greu exigențelor cotidiene, este plină de remușcări și deprimată în relațiile interpersonale. La copiii cu scoruri ridicate apare un sentiment de solitudine și insuficiență.

Factorul Q1: Conservatorism vs. lipsă de respect pentru convenții:

Scoruri joase indică un mod relativ necritic de acceptare a normelor iar scorurile înalte un comportament deschis spre nou, inovator, critic, cu o pregnantă orientare spre analiză.

Factorul Q2: Dependență de grup vs. independență personală:

Scorurile scăzute definesc o persoană care merge odată cu grupul, caută aprobarea socială, urmează moda. Scorurile scăzute corelează cu profesii din sfera cercetării, cadrelor de conducere și decizie, scorul scăzut indicând în genere persoane care gândesc mult prin ele însele.

Scorurile ridicate definesc o persoană rațională, capabilă să decidă singură. Sunt indivizi care trăiesc insatisfacții legate de integrarea în grup, fac remarci care adesea sunt soluții iar grupurile au tendința să-i refuze.

Factorul Q3: Sentiment de sine slab vs. sentiment de sine puternic:

Scorurile scăzute indică un individ cu emotivitate necontrolată, care se aseamănă cu factorul D. În comportament se manifestă prin lipsa de control. Notele scăzute sunt asociate cu delincvența juvenilă.

Scorurile înalte indică disciplină de sine, autoexigență, o voință dezvoltată. Copilul cu Q3 ridicat prezintă un bun autocontrol, încearcă să aplice și să aprobe normele etice acceptate, dorește să facă bine, are considerație pentru ceilalți, este prevăzător și dispus să-și controleze exprimarea emoțiilor.

Factorul Q4: Tensiune ergică slabă vs. tensiune ergică ridicată:

Scorurile scăzute indică un mod destins, calm, nonșalant, satisfăcut de a trăi.

Scorurile înalte indică un individ încordat, tensionat, excitabil și cu sentimente de frustrare. Q4 înalt caracterizează un comportament neliniștit fără motiv, încordat, iritabil, agitat.

Chestionar caracterologic

(K.Leonhard, H.Schmiescheck)

Chestionarul determină manifestările caracterologice dominante. El este alcătuit din 88 întrebări care, fiind clasate în 10 grupe (I-X), permit evidențierea unor trăsături “accentuate” ale caracterului.

1. Grupa I-a, cu 12 întrebări, se referă la demonstrativitate.
2. Grupa II-a, cu 12 întrebări, se referă la hiperexactitate.
3. Grupa III-a, cu 12 întrebări, se referă la hiperperseverență.
4. Grupa IV-a, cu 8 întrebări, se referă la nestăpânire.
5. Grupa V-a, cu 8 întrebări, se referă la hipertimie.
6. Grupa VI-a, cu 8 întrebări, se referă la distimie.
7. Grupa VII-a, cu 8 întrebări, se referă la ciclotimie.
8. Grupa VIII-a, cu 8 întrebări, se referă la exaltare.
9. Grupa IX-a, cu 8 întrebări, se referă la anxietate.
10. Grupa X-a, cu 8 întrebări, se referă la emotivitate.

Instrucțiuni: “Vi se prezintă un șir de afirmații, referitoare la caracterul Dvs. Citiți cu atenție fiecare afirmație și răspundeți prin “Da”, dacă ceea ce se conține în ea vi se potrivește, sau prin “Nu”, dacă nu vi se potrivește. Fiți atenți, nu lăsați nici o întrebare fără răspuns”.

Utilizarea chestionarului poate fi individuală sau colectivă. Subiecții nu sânt invitați să lucreze repede. Timpul de lucru este liber, dar, în linii mari, variază între 30 și 60 de minute, în dependență de ritmul gândirii și gradul de înțelegere al fiecărui subiect. Nu se lucrează pe sărite, ci la rând, adică, se citește fiecare întrebare și se răspunde imediat.

CHESTIONARUL CARACTEROLOGIC

1. În general sunteți un om vioi și fără griji?
2. Sunteți sensibil la jigniri?
3. Vă dau uneori repede lacrimile?
4. După ce ați terminat cu bine o treabă oarecare, vi se întâmplă, totuși, să vă îndoiiți că ați făcut bine și nu aveți liniște până nu vă convingeți încă o dată?
5. În copilărie ați fost atât de îndrăzneți ca și ceilalți de o vârstă cu Dvs.?
6. Dispoziția Dvs este schimbătoare – de la mare bucurie la mare deprimare?
7. De obicei, într-o reuniune amicală, sunteți în centrul atenției celorlalți?
8. Sunt zile în care, fără motiv aparent, sunteți îmbufnat și iritate, încă este mai bine să nu vi se adreseze nimeni?
9. Credeți că sunteți o persoană serioasă?
10. Sunteți în stare să vă entuziasmați puternic?
11. Sunteți foarte întreprinzător?
12. Uitați ușor când cineva v-a jignit?
13. Sunteți foarte milos?
14. Atunci când puneți o scrisoare la cutie, obișnuiți să controlați cu mâna, dacă scrisoarea a intrat cu adevărat?
15. Aveți ambiția, ca la locul de muncă, să faceți parte din cei mai buni?
16. Vă este frică (sau v-a fost, când erați copil) de furtună și de câini?
17. Cred despre Dvs. unii oameni, că sunteți un pic pedant?
18. Dispoziția Dvs. depinde de întâmplările prin care treceți?
19. Sunteți totdeauna agreat, simpatizant de către cunoscuții Dvs.?
20. Aveți, uneori, stări de neliniște și de tensiune (încordare) puternică?
21. De obicei vă simțiți apăsător de ceva, deprimat?
22. Ați avut până acum crize de plâns sau crize nervoase (șoc)?
23. Vă vine greu să stați pe scaun timp mai îndelungat?
24. Când cineva v-a făcut o nedreptate, luptați energic pentru interesele Dvs.?
25. Sunteți în stare să tăiați un animal?
26. Vă supără faptul că, acasă, perdeaua sau fața de masă sânt puțin cam strâmbe și le îndreptați imediat?
27. Când erați copil, vă era frică să rămâneți seara singur în casă?
28. Vi se schimbă des dispoziția fără motiv?
29. În activitatea Dvs. profesională, sunteți totdeauna cel mai capabil?
30. Vă înfuriați repede?

31. Puteți fi, câte odată, cu adevărat exuberant, voios?
32. Puteți uneori să trăiți un sentiment de fericire deplină?
33. Cum credeți ați putea deveni un animator într-un spectacol umoristic?
34. De obicei, spuneți oamenilor în mod deschis părerea Dvs.?
35. Vă impresionează dacă vedeți sânge?
36. Vă place o activitate cu mai mare răspundere personală?
37. Sunteți înclinat să interveniți pentru oamenii cărora li s-a făcut o nedreptate?
38. Vă este teamă să vă duceți într-o pivniță, cameră întunecoasă?
39. Preferați activitățile care trebuie făcute încet și foarte exact celor care pot fi făcute repede și fără migală?
40. Sunteți o persoană foarte sociabilă?
41. La școală vă plăcea (vă place) să recitați poezii?
42. Ați fugit vreodată de acasă, când erați copil?
43. Vi se pare grea viața?
44. Vi s-a întâmplat să fiți atât de tulburat de conflicte sau supărat, încât v-a fost imposibil să vă mai duceți la lucru?
45. S-ar putea spune despre Dvs. că, în general, nu vă pierdeți prea repede buna dispoziție atunci când aveți un succes (nu vă reușește ceva)?
46. Dacă v-a jignit cineva faceți primul pas spre împăcare?
47. Vă plac animalele?
48. Vă întoarceți din drum ca să vă convingeți că acasă sau la locul de muncă totul este în regulă și că nimic nu se poate întâmpla?
49. Sunteți câteodată chinat de o frică nelămurită că Dvs. sau rudelor Dvs. li s-ar putea întâmpla ceva rău?
50. Credeți că dispoziția Dvs. depinde de starea vremii?
51. V-ar displace cumva să vă urcați pe o scară și să vorbiți în fața publicului?
52. Când cineva vă necăjește de tot și cu intenție, ați fi în stare să vă ieșiți din fire și să vă încăierăți?
53. Vă plac mult petrecerile?
54. Vă simțiți adânc descurajat când aveți decepții?
55. Vă place o muncă unde Dvs. trebuie să organizați mult?
56. În mod obișnuit urmăriți cu tărie scopul pe care vi l-ați propus, chiar dacă întâmpinați rezistență?
57. Poate să vă influențeze într-atât un film tragic încât să vă dea lacrimile?

58. Vi se întâmplă să adormiți cu greutate, pentru că vă gândiți la problemele zilei sau a viitorului?
59. Ca școlar ați suflat colegilor sau i-ați lăsat să copieze după Dvs.?
60. V-ar displace să treceți prin cimitir în întuneric?
61. Vă îngrijiți în mod deosebit ca, acasă, la Dvs., fiecare lucru să aibă un loc al lui?
62. Vi se întâmplă dimineața să vă sculați prost dispus și apăsător, stare care să dureze câteva ore?
63. Puteți să vă adaptați ușor la situațiile noi?
64. Aveți uneori dureri de cap?
65. Râdeți des?
66. Față de oameni pe care nu aveți considerație, vă puteți purta foarte prietenos, încât ei să nu observe adevărata Dvs. părere despre ei?
67. Sunteți o persoană vioaie, plină de viață?
68. Suferiți mult din pricina nedreptății?
69. Sunteți un categoric prieten al naturii?
70. Aveți obiceiul ca, atunci când plecați de acasă sau mergeți la culcare, să controlați totdeauna starea unor lucruri (de pildă, dacă gazul este închis, aparatele electrice sunt scoase din priză, ușile sunt încuiate etc.)?
71. Sunteți serios?
72. Vi se poate schimba dispoziția în urma consumării alcoolului?
73. Colaborați sau ați colaborat cu plăcere, în tinerețea Dvs., la cercuri teatrale de amatori?
74. Vă este câte odată foarte dor de depărtări?
75. În mod obișnuit, priviți viitorul cu pesimism?
76. Vi se poate schimba atât de puternic dispoziția, încât să aveți uneori un mare sentiment de bucurie, pentru ca apoi să cădeți într-o stare de amărăciune?
77. Vă vine ușor să creați bună dispoziție într-o societate, reuniune?
78. De obicei, rămâneți multă vreme supărată?
79. Sunteți foarte puternic impresionat de suferința altor oameni?
80. În mod obișnuit, în caietele de școală scrieți încă o dată o pagină, dacă se întâmplă să faceți o pată de cerneală?
81. Se poate spune că, în general, cu oamenii sunteți mai mult prudent și bănuitor decât încrezător?
82. Aveți des vise cu spaime?

83. Sunteți deseori terorizat de gândul că, fiind pe peronul unei gări, vă puteți arunca înaintea trenului împotriva voinței Dvs.?
84. În mod obișnuit, deveniți vesel într-un loc plăcut?
85. În general, vă debarasați ușor de problemele apăsătoare și nu vă mai gândiți la ele?
86. Când consumați alcool deveniți, de obicei, impulsiv?
87. În discuții sunteți mai degrabă zgârcit la vorbă, decât vorbăreț?
88. Atunci când trebuie să colaborați la o reprezentație teatrală, ați putea să vă însușiți atât de bine rolul, încât pe scenă să uitați complet că sunteți altul?

ANALIZA REZULTATELOR

Analiza se efectuează în două etape. Mai întâi se urmăresc răspunsurile la întrebări pentru fiecare dintre cele 10 grupe de trăsături (I-X), conform cheii prezentate mai jos, aflându-se, astfel, valorile brute individuale.

1. Grupa I-a Demonstrativ

“Da”: 7, 19, 22, 29, 41, 44, 63, 66, 73, 85, 88.

“Nu”: 51.

2. Grupa II-a Hiperexact

“Da”: 4, 14, 17, 26, 39, 48, 58, 61, 70, 80, 83.

“Nu”: 36.

3. Grupa III-a Hiperperseverent

“Da”: 2, 15, 24, 34, 37, 56, 68, 78, 81.

“Nu”: 12, 46, 59.

4. Grupa IV-a Nestăpânit

“Da”: 8, 20, 30, 42, 52, 64, 74, 86.

“Nu”: -

5. Grupa V-a Hipertim

“Da”: 1, 11, 23, 33, 45, 55, 67, 77.

“Nu”: -

6. Grupa VI-a Distimie

“Da”: 9, 21, 43, 75, 87.

“Nu”: 31, 53, 65.

7. Grupa VII-a Ciclotim

“Da”: 6, 18, 28, 40, 50, 62, 72, 84.

“Nu”: -

8. Grupa VIII-a Exaltat

“Da”: 10, 32, 54, 76.

“Nu”: -

9. Grupa IX-a Anxios

“Da”: 16, 27, 38, 49, 60, 71, 82.

“Nu”: 5

10. Grupa X-a Emotiv

“Da”: 3, 13, 35, 47, 57, 69, 79.

“Nu”: 25.

La etapa a doua în “Tabelul de sinteză” se notează valorile brute pentru fiecare grupă pentru fiecare grupă (I-X) . Aceste valori se multiplică prin coeficientul stabilit pentru fiecare grupă în parte, obținându-se astfel un rezultat care poate varia de la 0 la 24. Cu cât acest rezultat este mai mare (adică se apropie de 24), cu atât este mai mare și gradul de semnificație a trăsăturii respective, marcându-se astfel direcția de “accentuare” a personalității.

TABELUL DE SINTEZĂ

Grupa	Nr. de întrebări	Valorile brute	Coeficientul de înmulțire	Rezultat	Procentaj
I	12		2		
II	12		2		
III	12		2		
IV	8		3		
V	8		3		
VI	8		3		
VII	8		3		
VIII	4		6		
IX	8		3		
X	8		3		

Coeficientul ajută și la compararea cantitativă a rezultatelor, întrucât, prin înmulțirea efectuată, se obțin valori standard comparative. Valoarea 24 indică un procentaj simptomatic de 100%; valoarea 18 indică 75%; valoarea 12 indică 50%; valoarea 6 indică 25%. Cu referire la interpretarea rezultatelor, autorul chestionarului avansează ideea că se poate vorbi de a “accentuare” în cazul numărului de răspunsuri semnificative trece de 50%.

Personalitățile “accentuate” nu sunt patologice. Ele se caracterizează prin evidențierea unor trăsături pregnante de caracter.

Descrierea accentuărilor după Leonhard

1. *Tipul demonstrativ*: egocentrism, teatralism și demonstrativitate comportamentală, autoapreciere neadecvată.
2. *Tipul hiperexact*. Punctualitate, acuratețe și pedantism exagerat.
3. *Tipul hiperperseverent*: sensibilitate la obide, la supărări, spirit răzbunător, implicare emoțională de lungă durată în tot ce i se întâmplă.
4. *Tipul nestăpînit*: impulsivitate sporită, control scăzut asupra imboldurilor și tentațiilor.
5. *Tipul hipertim*: dispoziție preponderent bună, spirit întreprinzător, activism înalt.
6. *Tipul distimic*: deprimare accentuată, centrarea atenției asupra aspectelor sumbre ale vieții, inhibiție ideomotoră.
7. *Tipul ciclotimic*: alternare a fazelor hipertimice și distimice.
8. *Tipul exaltat*: trăirea intensivă, uneori nemotivată, a stărilor de bucurie, fericire, satisfacție și alternarea frecventă a acestora cu stările de tristețe și disperat.
9. *Tipul anxios*: predispunere spre fobie, timiditate și anxietate exagerată.
10. *Tipul emotiv*: sensibilitate, profunzime și finețe a trăirilor spirituale.

Testul sociometric

Testul sociometric determină popularitatea elevilor și evidențiază microgrupele existente în clasă. Prin testul sociometric putem stabili cadrul structural al colectivului clasei.

Testul sociometric constă în formularea unor întrebări prin intermediul cărora se solicită fiecărui elev să-și exprime simpatiile și antipatiile față de ceilalți colegi ai săi. Foarte important este ca întrebările să aibă la bază criterii bine alese, care să fie în concordanță cu interesele, preocupările și aspirațiile tuturor elevilor. Este necesar să li se ofere elevilor suficiente motive pentru a răspunde cât mai sincer.

Instrucțiune: Elevilor clasei li se distribuie foi după modelul de mai jos. Elevii sunt rugați să răspundă la întrebările propuse.

Nume prenume

Vârsta

Clasa

Liceul

Data

1. Dacă ai avea de făcut o lucrare împreună cu un coleg, pe care l-ai alege?

1.....

2.....

3.....

2. Dacă ai avea de făcut o lucrare cu un coleg, cu care nu ai vrea să lucrezi?

1.....

2.....

3.....

Întrebările pot fi diferite sub aspectul conținutului, însă ele trebuie să respecte neapărat condiția: elevul își alege trei parteneri din clasa sa. Elevilor trebuie să li se explice de ce ei urmează să aleagă anume trei elevi: în cazul, în care unul dintre ei nu va putea participa, locul acestuia trebuie să-l ia al doilea, iar dacă din anumite cauze nici acesta nu va putea să accepte propunerea locul lui îl va lua cel de-al treilea elev.

Interpretare: Pe baza răspunsurilor date de elevi se completează matricea nr.1. ea se alcătuiește în felul următor: numele și prenumele elevilor se înscriu în ordinea alfabetică la rubrica din stânga matricii. În rândul de sus se înscrie numărul de ordine a elevului. Informațiile de pe foi se trec în matrice: în pătratele respective, prin semnul +, se indică opțiunea. De pildă, elevul care este înscris în matrice sub nr.1 i-a ales pe elevii cu numărul 7 și 15. La rândul elevului 1 trebuie căutate pătratele, corespunzătoare acestor numere (se va utiliza numerotarea de sus) și se va înscrie în aceste pătrate semnul +. Dacă elevii s-au ales unul pe altul (nr.1 i-a ales pe nr.7 și 15, iar ei, la rândul lor i-au ales pe nr.1) aceasta este o opțiune reciprocă și ea se consemnează cu semnul \oplus .

Numele, prenumele	1	2	3	4	7	15
1. Antoni V.					\oplus	\oplus
2. Botezatu I.	\oplus			\oplus		
3. Chilara N		+		+		
4. Enache O.	+	\oplus				
7 Peev N.	\oplus					\oplus
15 Toma N.	\oplus				\oplus	
Numărul total de opțiuni	5	2	0	3	2	2
Numărul de opțiuni reciproce	3	1	0	1	2	2

După trecerea în matricea a datelor din toate fișele se calculează numărul de opțiuni pentru fiecare elev. Bilanțul se notează sub fiecare coloană. Numărul de opțiuni constituie indicele popularității elevului în clasă.

Pentru o ilustrare mai elocventă se va elabora sociograma colectivului constituită din 4 cercuri ale comunicării. În cercul 1 vor fi situați “liderii” – persoanele ce au obținut 6 sau mai multe alegeri. În cercul 2 – persoanele “popolari” deci, acele care au obținut câte 3-5 alegeri. În cercul 3 – așa-ziii “acceptații” (1-2 alegeri). Și, în sfârșit, în ultimul cerc cei care n-au fost aleși de nimeni – “izolații” (0-alegeri).

Matricea nr. 2 se alcătuiește în felul următor. Schema va fi preluată de la matricea nr.1. se trage o diagonală de la colțul stâng de sus la colțul drept al foii. Diagonala întretaie pătratele corespunzătoare unuia și aceluiași număr, pe orizontală și verticală. Numerele și numele nu se înscriu în prealabil la rubricile corespunzătoare. După pregătirea acestei rețele se operează cu matricea nr.1. din ea se alege numele oricărui elev cu opțiunea reciprocă. Numărul lui de ordine din matricea nr.1 și numele se înscriu pe rândul I al matricei nr.2. Același număr se înscrie și în primul pătrat de sus. Pe rândul al doilea se înscrie numărul de ordine și numele acelui elev, față de care cel înscris pe primul rând are opțiune reciprocă. Numărul de ordine al celui de-al doilea elev din matricea 1 se înscrie în pătratul al doilea de sus. În pătratele corespunzătoare înaintea acestor nume se pune semnul \oplus . După aceasta din matricea nr.1 se evidențiază și ceilalți elevi care au făcut opțiune reciproce cu elevul, al cărui nume este înscris pe rândul 1. Numerele lor de ordine din matricea nr.1 sunt trecute pe rândurile 3 și 4. Înaintea acestor nume, în pătratele respective, se pune semnul \oplus . Acest semn se fixează în pătratele corespunzătoare primului elev. Dacă elevul, al cărui nume este înscris pe rândul I, nu are opțiune reciprocă trebuie verificat dacă are o asemenea opțiune elevul, al cărui nume este înscris pe rândul al doilea. Dacă opțiunea aceasta există, numărul de ordine și numele elevului se înscriu pe linia următoare, la fel cum s-a procedat cu cei trei elevi anteriori. Tot așa se va proceda până când va fi epuizat cercul de elevi cu opțiune reciprocă. Semnele opțiunii reciproce vor fi dispuse de-a lungul diagonalei. Grupul de elevi evidențiat va fi luat între linii, obținându-se un pătrat. Alte microgrupuri vor fi determinate în mod similar.

Metodica „Determinarea climatului psihologic în colectiv”

Instrucțiune: Alege varianta care se potrivește mai bine cu afirmațiile prezentate: 1 – întotdeauna, 2 – în majoritatea cazurilor, 3 – rareori, 4 – neutru, 5 – rareori, 6 - în majoritatea cazurilor, 7 – întotdeauna.

Afirmații		Afirmații
În clasă predomină dispoziția optimistă, plină de viață.	7 6 5 4 3 2 1	În clasă predomină o dispoziție pesimistă.
În relații se manifestă bunăvoință, simpatie reciprocă.	7 6 5 4 3 2 1	În relații se manifestă conflicte, agresivitate, antipatie.
Între grupările elevilor există înțelegere reciprocă.	7 6 5 4 3 2 1	Grupările elevilor sunt în situații de conflict.
Elevii preferă să participe la activități comune, să petreacă timpul liber în comun.	7 6 5 4 3 2 1	Elevii se eschivează de la participarea la activități comune.

Succesele sau insuccesele colegului sunt întâmpinate cu bucurie sau compătimire de către ceilalți.	7 6 5 4 3 2 1	Elevii sunt indiferenți față de soarta colegului lor.
Relațiile sunt în corespundere cu normele morale, observațiile sunt făcute cu intenții bune, critica este binevoitoare.	7 6 5 4 3 2 1	Elevii se bucură de nenorocirea altora, critica poartă caracterul unor atacuri ascunse sau evidente.
Elevii respectă părerea fiecărui coleg.	7 6 5 4 3 2 1	Elevii sunt neîngăduitori față de părerea altui coleg.
În situații dificile colectivul se conduce de principiul „unul pentru toți și toți pentru unul”.	7 6 5 4 3 2 1	Colectivul se descompune, devine dezorientat.
Succesele și insuccesele clasei fiecare le trăiește ca pe ale lui proprii.	7 6 5 4 3 2 1	Succesele și insuccesele clasei nu-și găsesc ecou în inima fiecărui elev.
Clasa ajută pe noii veniți să se obișnuiască cu modul de viață al colectivului.	7 6 5 4 3 2 1	Față de noii veniți se manifestă o atitudine dușmănoasă.
Clasa este activă, plină de energie.	7 6 5 4 3 2 1	Clasa este pasivă, inertă.
Clasa reacționează rapid când trebuie de făcut ceva folositor.	7 6 5 4 3 2 1	Este cu neputință de organizat clasa la o activitate comună, fiecare are interesele sale deosebite de ale celorlalți elevi.
În clasă se manifestă o atitudine corectă reciprocă.	7 6 5 4 3 2 1	În clasă sunt elevi privilegiați și elevi disprețuiți.
Laudele adresate de către pedagogi întregii clase trezesc la toți elevii sentimentul mândriei.	7 6 5 4 3 2 1	Față de laudele adresate colectivului toți elevii manifestă indiferență.

Interpretare: Se sumează toate punctele. Suma tuturor punctelor se împarte la 14. Punctajul variază:

- **între 1 și 3,5 puncte** - în clasă predomină un climat psihologic nefavorabil;
- **între 3,6 și 5,4 puncte** – climatul psihologic nu-i stabil, dispoziția colectivului este schimbătoare, lipsește unitatea emoțională, colectivul se dezvoltă insuficient;
- **între 5,5 și 7 puncte** – climatul psihologic în clasă e major, cu clasa este interesant și plăcut.

Determinarea climatului psihologic în colectiv

(după Dușabaeva)

Nr.	Întrebarea	Întotdeauna (4 puncte)	Deseori (3 puncte)	Uneori (2 puncte)	Niciodată (1 punct)
1.	În clasă predomină o dispoziție veselă, vioaie.				
2.	În relațiile dintre elevi predomină susținere și încurajare				
3.	Elevii din clasă sunt prietenoși.				
4.	Colegilor le place să petreacă timpul liber împreună.				
5.	Conflictele și cearta elevii le rezolvă singuri echitabil (just).				
6.	În clasă elevii sunt predispuși pentru încălcarea disciplinei.				
7.	Colegii se critică unul pe altul binevoitor, fără insultări, dorind să se ajute.				
8.	Succesele și insuccesele clasei sunt primite aproape de inimă de majoritatea elevilor.				
9.	Lideri sunt aleși acei elevi care se bucură de stimă și de autoritate.				
10.	Colegii din clasă sunt compătitori (se susțin la nevoie).				
11.	Sunt pedepsiți elevii care nu au o atitudine serioasă față de învățatură.				
12.	Elevii sunt mândri dacă clasa este lăudată.				
13.	Liderii clasei sunt capabili să organizeze elevii și să-i conducă.				
14.	Colegii participă cu plăcere la măsurile extrașcolare				
15.	Elevii sunt siguri că colegii nu-				

	i vor lăsa la nevoie.				
16.	Elevii din clasă reacționează pozitiv la toate evenimentele și le discută în colectiv.				
17.	Clasa îi pedepsește pe elevii care nu doresc să muncească.				
18.	Elevii se simt în clasă „lejer, siguri, calmi”.				
19.	În clasă persistă gluma de bun gust și umorul.				
20.	Elevii țin la clasa lor și cinstea ei.				

Interpretare:

Se calculează suma și se împarte la nr. întrebărilor (20)

Sumăm toți coeficienții obținuți (individual) și împărțim la nr. elevilor din clasă.

3.6 – 4.0 – climat psihologic pozitiv

2.6 – 3.5 – climat psihologic nestabil cu predominarea momentelor pozitive

1.6 – 2.5 – climat psihologic nestabil cu predominarea momentelor negative

1.5 și mai puțin – climat psihologic negativ

Metoda de diagnosticare a relațiilor interpersonale (T. Leary)

Această metodă a fost creată de T. Leary pentru cercetarea reprezentărilor subiectului despre sine și Eu “ideal”, studiind relațiile reciproce a grupurilor mici. Cu ajutorul acestei metode se evidențiază tipul dominant de atitudini față de oameni în autoaprecierea reciprocă. Pentru studierea relațiilor interpersonale această metodă se aplică în diferite țări. În cercetarea relațiilor interpersonale se folosesc cel mai des doi factori “dominare-subordonare” și “prietenie-agresivitate”. Acești factori determină impresia generală despre om în procesul percepției interpersonale. Ei sunt numiți de către M. Argailo în calitate de componenți principali în analiza stilului comportamentului interpersonal, după conținut ei pot fi corelați cu două din cei trei piloni ai diferențierii semantice “notă” și “putere”.

În cercetarea ce a durat mai mult de 20 ani, efectuată de psihologi americani sub conducerea lui B. Balez, comportamentul membrilor grupului se apreciază după 26 variabile, studiere propusă de autori în trei dimensiuni spațiale, formate din trei axe:

- tendință de “dominare-subordonare”

- tendință de “amabilitate-neprietenos”
- tendință “emoțional-analitic”

T. Leary a elaborat o schemă pentru a prezenta orientările sociale de bază, sub formă de cerc împărțit în sectoare. În acest cerc, pe axa orizontală, cât și pe cea verticală sunt patru orientări: “dominare-subordonare” și “prietenie-agresivitate”. La rândul lor aceste sectoare sunt împărțite în 8 atitudini individuale față de oameni. Cercul poate fi împărțit și în 16 sectoare, dar cel mai des se folosesc sectoarele ce se referă la cele două axe principale.

Autorii remarcă că măsura atitudinii dintre cele două variabile este funcția descrescândă a distanței lor față de circumferință. Suma punctelor fiecărei orientări se traduce în indicele unde domină axa verticală (dominare-subordonare) și axa orizontală (prietenie-agresivitate). Distanța indicilor de la centrul circumferinței arată adaptarea sau extremitatea comportamentului interpersonal.

Chestionarul conține 128 opinii de apreciere, la fiecare din cele 8 tipuri de relații – 16 puncte, reglementate după intensitatea ascendentă. Metoda este construită astfel încât opinia îndreptată spre evidențierea oricărui tip de relație este așezată nu într-o ordine, ci după o imagine deosebită: ele sunt grupate câte patru și se repetă după o anumită perioadă. La interpretare se adună numărul fiecărui tip de relație.

T. Leary propune aplicarea metodei pentru aprecierea comportamentului indivizilor, aprecierea comportamentului celor ce ne înconjoară, pentru autoapreciere, pentru evaluarea oamenilor apropiați.

În corespondență cu aceste niveluri de diagnosticare se schimbă instructajul. Nota maximă este la nivelul de 16 puncte, dar ea este împărțită în 4 grade de relații evidențiate:

- 0-4 puncte – nivel scăzut
- 5-8 puncte – nivel moderat (comportament adaptiv)
- 9-12 puncte – nivel ridicat
- 13-16 puncte – extremitate (comportament extrem, până la patologie)

Diverse direcții de diagnostic permit determinarea tipului și compararea datelor cu alte aspecte. De exemplu, “eu social”, “eu real”, “partenerii mei” s.a.

Metoda poate fi prezentată individului sau în grup. Subiectului i se propune să indice acele afirmații care corespund reprezentărilor lui despre sine, referitoare la alt individ sau idealului său.

În rezultat se face totalizarea punctelor din fiecare sector cu ajutorul cheii din chestionar. Totalul punctelor se trece pe discogramă, distanța de la centru corespunzând numărului de puncte din sector (0-16). Capetele vectorilor se unesc și se formează profilul personalității. După formule

speciale se determină indicii după doi factori de bază (“dominare-subordonare” și “prietenie-agresivitate”).

Analiza cantitativă a datelor se face prin comparația discogramelor ce arată reprezentările diferiților indivizi.

Tip autoritar

Până la 8 puncte, conducătorul manifestă încredere în sine, capacitatea de a fi bun consultant, organizator, are calități de conducător. În cazul indicilor mai înalți (12) el nu suportă critica, supraapreciază capacitățile personale, iar în cazul indicilor și mai ridicați (peste 12 puncte) aplică stilul didactic de opinii, necesitatea imperativă de a comanda pe alții. Peste 13-16 puncte are trăsături de despotism, dictator, dominant. Totdeauna impune altora să procedeze așa cum crede el.

Probleme: se ascultă numai pe sine, contează numai părerea lui, dar să cunoști tot este imposibil.

Tip egoist

Se evidențiază prin stilul de relații interpersonale ca un conducător încrezut în sine, independent, mereu în competiție cu cineva (până la 8 puncte). E caracteristic pentru o persoană ce tinde să devină lider (8-12), manifestând sentimentul de a-i domina pe cei ce-l înconjoară, tendința de a avea o părere deosebită în comparație cu ceilalți. Dacă indicii sunt mai ridicați (12-16 puncte) prezintă un tip de relații egoiste cu oamenii. Predomină tendința de bază de a fi mai bun decât alții. Se iubește numai pe sine, îi place să se laude, problemele și greutățile le pune pe umerii altora. Asemenea oamenii au probleme cu ei înșiși, tind să devină mai buni decât ceilalți în toate situațiile, dar aceasta este imposibil de realizat. Nu este indicat ca oamenii să fie apreciați mereu cu “foarte bine”. El are probleme când cineva încearcă să se evidențieze; manifestă egoism și tendința de a se autoafirma.

Tip agresiv

Dacă indicele este până la 4, manifestă puțină energie, agresivitate, încăpățănare. De la 4 la 8 puncte, conducătorul este energic, încăpățânat în dependență de situație. De la 8-12 este deschis la suflet, hotărâtor, sincer. Posedă înclinații de a avea un caracter bărbătesc. Agresivitatea este energia pentru existență manifestată în anumite forme. Ea trebuie transferată în formă socială binevenită. În dependență de măsura manifestării indicilor, acest sector exprimă sinceritate, spontaneitate, independență în atingerea scopului. Dacă indicii sunt mai înalți (12-16), manifestă multă încăpățănare, irascibilitate, e neprietenos, dușmănos, brutal, îi învinovățește pe toți dacă nu poate dobândi ceea ce dorește.

Tip suspicios (sceptic)

Până la 8 puncte manifestă bază reală de analiza a faptelor, scepticismul și nonconformismul crește, se transformă într-un mod de relații cu mediul înconjurător, foarte

supărător. Manifestă neîncredere cu înclinații către critică, nemulțumire de ceea ce-l înconjoară, suspiciune. De la 12-16 puncte, acești oameni sunt suspicioși, se supără pe toată lumea, nu iartă nimănui nimic. Toată lumea pentru ei este dușmănoasă și rea. Le vine foarte greu să trăiască fiindcă li se pare că toți sunt groaznici. Le este greu și celor ce sunt înconjurați de asemenea persoane. El vede aproape totul numai în culori negre, ceea ce este dăunător pentru sănătatea lui. Pentru el culoare roz nu este prea binevenită.

Tip supus (timid)

Reflectă particularități ale relațiilor interpersonale ca: modestie, timiditate, înclinația de a lua asupra sa îndeplinirea obligațiilor străine. Se supune oricui, mai ales liderului. De la 8-12 puncte, supunerea este totală, sentimentul vinovăției e foarte ridicat, autodistrugere.

Tip dependent

Indicii 0-4 reflectă necesitatea de ajutor și încredere, recunoaștere din partea celor din jur. Indicii mai înalți 8-12 arată superconformitate, dependență totală de opiniile celor din jur. Este foarte neîncrezător în sine, neliniștit, îngrijorat. Nu se iubește pe sine din cauză că se teme de toți. 12-16 puncte, nu are încredere în sine, e receptiv la problemele celor din jur, se acomodează la situații.

Tip prietenos, cooperant

0-4 puncte evidențiază stilul de relații interpersonale caracteristic persoanelor ce tind către o colaborare strânsă cu grupul de referenți, către relații prietenoase cu cei din jur. 8-12 puncte caracterizează persoana ca binevoitoare, ce nu creează probleme. 12-16 puncte arată abundența manifestării stilului de relații interpersonale prin comportament compromis. Este prietenos cu toți oamenii. Interesele altora sunt mai presus decât cele personale. Se străduie să fie în relații bune cu colegii și cu cei ce-l înconjoară. Tinde către colaborare, este entuziast, energic, conștiincios. Ține cont de părerea majorității, face compromisuri. Problema sa este că dorește să fie bun cu toții, să atragă atenția tuturor. Este în stare să facă orice pentru colegi. Sunt preocupați mereu de a afla atitudinea celorlalți față de ei.

Tip altruist

Indicii cuprinși între 0-4 arată dorința expresivă de a-i ajuta pe cei din jur; au un simț al responsabilității foarte dezvoltat. Indicii 8-12 arată că sunt responsabili, delicăți, îi încurajează pe cei din jur. Indicii 12-16 demonstrează că ține sub tutelă pe cei ce-l înconjoară, manifestă sentimentul de părinte, dar arată și tendința de mascare. Altruismul cel mai extrem poate fi o formă de egoism.

Testul Leary

- 1) Puteți fi plăcut?
- 2) Produceți impresie asupra celor din jur?
- 3) Aveți capacitatea de a ordona, comanda?
- 4) Sunteți insistent?
- 5) Aveți sentimentul propriei demnități?
- 6) Sunteți independent?
- 7) Aveți grijă de sine?
- 8) Puteți manifesta independență?
- 9) Aveți capacitatea de a fi crud?
- 10) Sunteți riguros, dar cu dreptate?
- 11) Puteți fi sincer?
- 12) Puteți critica pe alții?
- 13) Vă place să vă plângeți altora?
- 14) Deseori sunteți mâhnit?
- 15) Sunteți capabil să manifestați neîncredere?
- 16) Deseori vă dezamăgiți?
- 17) Sunteți critic față de sine?
- 18) Sunteți capabil să recunoașteți că nu ați fost corect?
- 19) Vă supuneți cu plăcere?
- 20) Sunteți blând, îngăduitor?
- 21) Sunteți recunoscător?
- 22) Sunteți încântat și aveți tendința de a imita?
- 23) Sunteți respectuos?
- 24) Aveți nevoie să fiți încurajat?
- 25) Sunteți capabil de a colabora și a acorda ajutorul?
- 26) Aveți tendința de a trăi în pace?
- 27) Sunteți binevoitor?
- 28) Sunteți atent și gingaș?
- 29) Sunteți delicat?
- 30) Aveți o atitudine încurajatoare față de cei din jur?
- 31) Reacționați la cererea de ajutor a unei persoane?
- 32) Sunteți dezinteresat?
- 33) Aveți capacitatea de a-i face pe cei din jur să vă admire?

- 34) Aveți respect din partea altora?
- 35) Posedați talent de conducător?
- 36) Vă place responsabilitatea?
- 37) Sunteți încrezut în sine?
- 38) Sunteți încrezut în sine și dârz?
- 39) Sunteți întreprinzător practic?
- 40) Iubiți concurența?
- 41) Sunteți stabil și neînduplecat unde trebuie?
- 42) Sunteți neînduplecat dar nepărtinitor?
- 43) Sunteți supărăcios, iritant?
- 44) Sunteți deschis la suflet și sincer?
- 45) Nu suportați să vă comande?
- 46) Sunteți sceptic?
- 47) Nu sunteți impresionant?
- 48) Sunteți sensibil la supărare?
- 49) Vă intimidăți repede?
- 50) Nu aveți încredere în propria persoană?
- 51) Sunteți conciliant, îngăduitor?
- 52) Sunteți modest?
- 53) Apelați deseori la ajutorul altora?
- 54) Vă place autoritatea?
- 55) Primiți sfaturi cu plăcere?
- 56) Sunteți credul, aveți tendința de a-i bucura pe alții?
- 57) Aveți un comportament amabil în relațiile cu ceilalți totdeauna?
- 58) Prețuiți părerea altora?
- 59) Sunteți o persoană comunicabilă și sociabilă?
- 60) Sunteți mărinimos?
- 61) Sunteți bun, reușiți să insuflați încredere altora?
- 62) Sunteți gingaș și bun la inimă?
- 63) Vă place să aveți grijă de alții?
- 64) Sunteți generos?
- 65) Vă place să dați sfaturi altora?
- 66) Creați o impresie de mare importanță?
- 67) Creați impresie de șef poruncitor?
- 68) Sunteți lider, iubiți puterea?

- 69) Sunteți lăudăros?
- 70) Sunteți mulțumit de sine?
- 71) Vă gândiți numai la dumneavoastră înșivă?
- 72) Sunteți viclean, șiret?
- 73) Puteți suporta greșelile altora?
- 74) Sunteți prudent?
- 75) Sunteți sincer?
- 76) Sunteți deseori dușmănos?
- 77) Sunteți înrăit?
- 78) Sunteți tânguitor?
- 79) Sunteți gelos?
- 80) Țineți supărarea pentru mult timp?
- 81) Aveți tendința de a vă autopedepsi?
- 82) Sunteți timid?
- 83) Sunteți o persoană fără inițiativă?
- 84) Sunteți blând?
- 85) Sunteți dependent, influențat?
- 86) Vă place să fiți o persoană supusă?
- 87) Dați altora posibilitatea de a lua decizii?
- 88) Cădeți ușor în capcană?
- 89) Cădeți ușor sub influența prietenilor?
- 90) Sunteți gata să credeți în oricine?
- 91) Sunteți predispus să fiți binevoitor cu toți indivizii?
- 92) Simpatizați toți oamenii?
- 93) Sunteți iertător?
- 94) Sunteți prea sensibil?
- 95) Sunteți generos și răbdător la toate neajunsurile?
- 96) Tindeți să-i ajutați pe ceilalți?
- 97) Tindeți către succes?
- 98) Așteptați admirație de la fiecare persoană?
- 99) Dați dispoziții tuturor?
- 100) Sunteți despot?
- 101) Aveți atitudine exigentă față de cei ce vă înconjoară?
- 102) Sunteți înfumurat?
- 103) Sunteți egoist?

- 104) Sunteți rece, dur, insensibil?
- 105) Sunteți ironic, batjocoritor?
- 106) Sunteți răutăcios, crud?
- 107) Vă înfuriați deseori?
- 108) Sunteți indiferent, lipsit de sentimente?
- 109) Sunteți rachiunos, răutăcios?
- 110) Manifestați spirit de contradicție?
- 111) Sunteți încăpățânat?
- 112) Sunteți suspicios și neîncrezător?
- 113) Sunteți fricos, timid, sfios?
- 114) Sunteți rușinos?
- 115) Sunteți amabil, îndatoritor?
- 116) Sunteți molatec?
- 117) Nu puteți refuza pe nimeni?
- 118) Sunteți sâcâitor, cicălitor?
- 119) Vă place tutela altei persoane?
- 120) Sunteți peste măsură de credul?
- 121) Tindeți să dobândiți acordul fiecăruia?
- 122) Reușiți să mențineți relații cordiale cu toți indivizii?
- 123) Totdeauna sunteți prietenoși cu toți indivizii?
- 124) Iubiți pe toată lumea?
- 125) Sunteți prea indulgent față de cei ce vă înconjoară?
- 126) Vă străduiți să liniștiți pe oricine?
- 127) Aveți grijă de alții?
- 128) Sunteți prea bun față de cei din jur?

Foia de răspuns

	ER EI		ER EI		ER EI		ER EI	TOTAL ER EI
1		33		65		97		
2		34		66		98		
3		35		67		99		
4		36		68		100		
5		37		69		101		
6		38		70		102		
7		39		71		103		
8		40		72		104		
9		41		73		105		
10		42		74		106		
11		43		75		107		
12		44		76		108		
13		45		77		109		
14		46		78		110		
15		47		79		111		
16		48		80		112		
17		49		81		113		
18		50		82		114		
19		51		83		115		
20		52		84		116		
21		53		85		117		
22		54		86		118		
23		55		87		119		
24		56		88		120		
25		57		89		121		
26		58		90		122		
27		59		91		123		
28		60		92		124		
29		61		93		125		
30		62		94		126		
31		63		95		127		
32		64		96		128		

Tehnica Animalul inexistent

Desenul animalului inexistent oferă informații valoroase despre emoțiile copiilor, dorințele inconștiente ale acestora, relația cu părinții, agresivitatea, timiditatea, complexe de inferioritate.

Instrucțiune: Inventează și desenează un animal inexistent și dă-i un nume inexistent.

Interpretare: Să se observe:

- cu care mână desenează – indică emisfera cerebrală dominantă
- pe cât spațiu de pagină e situat desenul:
 - sectoarele I, III – reprezintă trecutul, inactivitatea
 - sectoarele II, IV – reprezintă viitorul, realitatea.

Desenul care se află în:

partea de jos (stânga) denotă emoții negative, neîncredere, pasivitate,

partea de sus (dreapta) – emoții pozitive, energie activă și acțiuni concrete.

Cu cât desenul se află **mai în partea de sus** indică:

- autoapreciere mai înaltă sau
- nemulțumirea față de statutul personal
- aprecierea sa în societate de către alții
- pretenție la recunoașterea proprie și tendința spre autoafirmare (relația subaltern-șef, de subordonare).

Pentru **partea de jos**:

- dezinteres pentru propriul statut social
- autoapreciere joasă
- lipsă de tendință spre autoafirmare

Capul

Întors spre **stânga** – tendința spre reflexie, gândire sau nu este om de acțiune, uneori simte frică față de acțiunile care cer hotărâre.

Întors spre **dreapta** – tendință spre activitate (realizează sau începe să realizeze aproape tot ce planifică și ce gândește).

Poziție **frontală** – egocentrism.

Din **spate** – probleme de comunicare.

Ochii

Cu desenul detaliat al **pupilei (irisului)** – retrăirea unor sentimente de frică din trecut.

Genele foarte bine **conturate**: la fete – maniere isteroide-demonstrative,
la băieți – feminitate.

Simpla **prezență a genelor sau ochilor** indică:

- cointeresarea celor din jur pentru propria persoană
- autoexpunerea propriei personalități
- subiectul prețuiește extrem de mult aspectul exterior al propriei persoane (narcisism).

Urechile

Dacă sunt **lungi, mari, îndoite** sau **bine conturate** – subiectul are nevoie de informație și are interesul orientat în această direcție.

Simpla lor **prezență** – importanța pe care o acordă subiectul opiniei celorlalți față de sine, dar fără schimbarea comportamentului.

Gura

Dacă este **bine conturată** și e **desenată și limba** avem de a face cu o persoană vorbărească.

Buzele conturate – emotivitate, uneori în strânsă legătură cu limbuția.

Dacă este **deschisă**, dar **fără buze** sau **limbă** denotă frică, teamă, neîncredere.

Are **dinți** – agresivitate definitivă, subiect brutal, îngâmfat și orgolios la învinuirile aduse.

Hașurată, rotundă – teamă, agresivitate.

Indică **agresivitatea** – colțuri, unghii ascuțite, gheare, dinți, colți, antene, coarne, ghimpi, solzi ascuțiți.

Capul mai mare în raport cu corpul – subiectul prețuiește partea rațională, erudiția, înțelepciunea, este prezentă prețuirea de sine, dar și a celorlalți.

Prezența penelor – tendința spre înfrumusețare, autoîndreptățire, demonstrare.

Coafură sau blană – emotivitate, evidențierea sexului căruia aparține, orientare spre rolul său sexual.

Evidențierea zonelor sexuale sau **mamelare** – atitudine pozitivă față de sexul opus.

Picioarele

Picioarele, labele, postament – raționalitate, subiectul e capabil de gândire profundă.

Picioare similare (ca tip) – conformație și orientare, atitudine conformistă în luarea deciziilor, banalizare, șablonare.

Picioare diferite (variate ca formă sau mărime) – indiferență, nonconformism, început creator, gânduri eterodoxe.

Detaliile de pe corp (solzi, aripi, picioare în plus) denotă energie, inițiativă, încredere în sine, valorificare proprie, fără a ține cont de ceilalți, lupta pentru „un loc sub soare”.

Aripile – pasiunea într-o anumită activitate, curaj în afaceri, emotivitate, îngrijorare, pasiuni sexuale.

Liniile de **unire a picioarelor cu corpul** indică controlul personal față de hotărârile și concluziile sale.

Coadă

Reprezintă atitudinea față de propriile acțiuni, decizii, gânduri, discuții.

Coadă în **sus** – atitudine pozitivă, încrezută, vioaie și îndrăzneță, convins că ceea ce face e corect.

Coadă în **jos** – nesatisfăcut de sine, sentiment de apărare sufletească (obsedarea de o idee), regretă nesiguranța în acțiune.

Coadă în **dreapta** – atitudine îndreptată spre acțiune

Coadă în **stânga** – atitudine îndreptată spre gânduri, situații, amintirea unor momente de ezitare.

Coarne pe cap, tentacule, fundițe, aripi, carapace, cârlionți – agresivitate ca formă de apărare. Dacă toate acestea au caracter funcțional – energie în activitate, încredere în sine, atașament, curiozitate, implicarea în mai multe evenimente.

Organismul în mișcare

Mișcare în **jos** – nemulțumire față de sine, depresie, regret, îndoială față de sine, regretarea celor spuse sau făcute.

Mișcare în **dreapta** – referință la acțiunile și comportarea sa.

Mișcare în **stânga** – face referire la gândurile sale, hotărârile, momentele scăpate din cauza nehotărârii.

Conturul figurii

Cu **ace, solzi, ghimpi, platoșă** – reacție de apărare față de oamenii din jur.

Există **colțuri, unghiuri ascuțite** – agresivitatea de frică, în cazul **îngroșării conturului** – anxietate.

Dacă există **platoșe, scuturi, arme** – apărarea de teamă, bănuieli.

Îngroșarea conturului

În partea de jos – împotrivirea la ironiile de nerecunoaștere, împotrivirea subordonării pentru cei ce sunt subalterni, teama de condamnări.

În părțile laterale – teama nediferențiată cu elemente de apărare.

În partea dreaptă – teama de acțiune.

În partea stângă – teama privind propriile opinii, concepții sau sugestii.

Cu cât sunt mai multe detalii, iar conturul este cu linii mai simple, cu atât energia va fi mai mare.

Animalul reprezentat este *proiecția propriului eu*.

Dacă seamănă cu **figura umană** desenul indică infantilism, maturizare emoțională incompletă.

Dacă e o **figură circulară**, chiar și imperfectă – tendințe spre închidere în sine, evitare de a da informații despre sine și chiar neplăcerea de a fi testat.

Dacă există **mecanisme** (becuri, șuruburi, sârme) sau dacă animalul este **plasat pe un oarecare postament** se atestă comportament schizoid, de autoapreciere la nivel înalt.

Important

Dacă **numărul detaliilor este mare**, dar **proporțional cu figura** – grad înalt de creativitate.

Dacă reprezintă un **animal concret**, existent căruia i se **adaugă doar anumite detalii** – lipsă de creativitate.

Dacă elementele din care e desenat animalul sunt **foarte minuțios elaborate** – originalitate.

Denumirea care i se dă de către autor

Denumirea de genul **numelor compuse** (ex: iepure zburător) denotă raționalitate.

Denumiri **inventate complexe** (ex: robotbuh) – raționalism, adaptare la situații concrete și demonstrativitate.

Denumiri **sonore superficiale** – atitudine ușuratică față de cei din jur, neputința de a putea ține cont de semnalele de primejdie.

Denumiri **complicate și lungi** – tendința spre fantezie ca formă de apărare.

Tehnica Desenul familiei

Testul desenului familiei este utilizat pentru a reliefa: tipul de relații intrafamiliale; elemente de identificare cu membrii familiei, tendințe de valorizare / devalorizare; organizarea personalității și în special a spațiului psihic, angoasele, conflictele interne, fantasmale, introiecțiile identificatoare; aspecte nevrotice ale personalității; etc.

Instrucțiune: Examinatorul îi oferă elevului coala de hârtie în plan orizontal. Ii pune la dispoziție, de asemenea, creioane simple. Instructajul este: „Desenează familia ta făcând o activitate în comun” sau „Desenează familia ta”. În timpul administrării, trebuie să notăm ordinea în care sunt desenate elementele. Examinatorul observă și notează dacă subiectul este dreptaci sau stângaci, precum și orientarea mișcării grafice (în sensul scrisului, de sus în jos, etc.). Examinatorul își notează, de asemenea, observațiile asupra mimicii, gesticii, verbalizărilor subiectului, precum și faptele care sunt sau nu legate în mod manifest de desen.

Când desenul este terminat, examinatorul solicită elevului să dea un nume familiei desenate, și să scrie pe desen, deasupra fiecărui personaj, numele, vârsta, sexul acestuia, precum și legătura cu restul familiei. Examinatorul cere la sfârșit subiectului să arate cu ce personaj se identifică, ce personaj i-ar place să fie el. Această întrebare rămâne valabilă chiar dacă subiectul declară singur că a desenat propria sa familie. Când este vorba de un copil, i se pot pune și întrebările:

- „Care este cel mai drăguț dintre toți din familia asta?” „De ce?”
- „Care este cel mai puțin drăguț dintre toți din familia asta?” „De ce?”
- „Care este cel mai fericit dintre toți din familia asta?” „De ce?”
- „Care este cel mai nefericit dintre toți din familia asta?” „De ce?”

Subiectul trebuie apoi să-și scrie numele, prenumele, vârsta, clasa, liceul pe spatele desenului, precum și data. În cazul copiilor mici care încă nu știu să scrie, examinatorul notează aceste elemente.

Interpretare: Fiind o probă semistructurată, *Desenul familiei* lasă câmp liber exprimării subiectului. Se consideră că testul oferă acces la adevăratele sentimente pe care acesta le are față de familia sa și locul pe care el crede că îl ocupă în cadrul acesteia.

Una din modalitățile de interpretare a testului este cea prezentată în continuare:

Complexele simptomatice	Indicii	Punctaj
Situația familială favorabilă	Activitatea comună a tuturor membrilor familiei	0,2
	Predominarea oamenilor pe desen	0,1
	Reprezentarea tuturor membrilor familiei	0,2

	Absența persoanelor izolate	0,2
	Absența hașurării	0,1
	Calitatea bună a liniilor	0,1
	Absența indiciilor ostilității	0,2
	Amplasarea adecvată a persoanelor pe foaie	0,1
	Alte variante posibile.	
TOTAL		
Anxietatea	Hașurarea	0,1 – 0,3
	Linia de bază podeau	0,1
	Linia de asupra desenului	0,1
	Linia apăsată	0,1
	Ștersături	0,1
	Atenția exagerată față de detalii	0,1
	Predominarea obiectelor	0,1
	Linii întrerupte duble	0,1
	Accentuarea unor detalii	0,1
	Alți indici posibili	
TOTAL		
Conflictualitatea în familie	Bariere între figuri	0,2
	Ștergerea unor figuri	0,2
	Absența părților principale a corpurilor la unele figuri	0,2
	Evidențierea unor figuri	0,1 – 0,2
	Izolarea unor figurii	0,2
	Dimensiuni inadecvate a unor figuri	0,2
	Necorespunderea cu descrierea verbală a desenului	0,1
	Prevalarea obiectelor	0,1
	Absența unor figuri	0,1
	Figurile desenate din spate	0,1
	Alte variante	
	TOTAL	
Simțul inferiorității în familie	Autorul desenului neproportional de mic	0,2
	Amplasarea figurilor în partea de jos a foaie	0,2
	Linie slabă întreruptă	0,1
	Izolarea autorului de alte persoane	0,2

	Figuri mici	0,1
	Figura autorului nemișcată în comparație cu alte figuri	0,1
	Absența autorului	0,2
	Autorul desenat din spate	0,1
	Alte variante	
TOTAL		
Ostilitatea în situația familială	O figură este desenată pe altă foaie sau pe altă parte a foaie	0,2
	Poziția agresivă a figurii	0,1
	Figură tăiată	0,2
	Profil întors	0,1
	Mâini desfăcute în părți	0,1
	Degete lungi accentuate	0,1
	Alte detalii	
TOTAL		

TESTE DE ORIENTARE ȘCOLARĂ ȘI PROFESIONALĂ

Chestionar de delimitare a intereselor profesionale (E. Klimov)

Prezentul chestionar vizează 5 direcții de interese profesionale proiectate conform tipurilor de profesii clasificate de E. Klimov: 1) om – natură, 2) om – tehnică, 3) om – om, 4) om – semn grafic, și 5) om – imagine artistică. Fiecare direcție de interes cuprinde câte 8 activități profesionale specifice și dispune de 20 perechi de afirmații ce le exprimă.

Chestionarul poate fi administrat atât individual cât și în grup și servește la delimitarea direcției de activitate profesională pentru care subiectul testat manifestă cel mai mare interes.

Instrucțiune: Admitem că după o pregătire profesională corespunzătoare veți putea îndeplini orice muncă. În caz dacă vi se va oferi posibilitatea să alegeți între două activități propuse, pentru care dintre ele veți opta? Citiți deci cu atenție fiecare dintre cele 20 perechi de afirmații ce urmează. De fiecare dată alegeți doar una din alternative, punând semnul “+” în căsuța corespunzătoare din fișa răspunsurilor.

Timpul de testare este de 20-30 minute. Vă rugăm să nu meditați prea mult asupra afirmațiilor.

- 1.a. Să îngrijesc animalele.
b. Să deservesc mașini, aparate.
- 2.a. Să le fiu de ajutor celor bolnavi.
b. Să compun scheme și programe pentru tehnica de calcul.
- 3.a. Să urmăresc calitatea ilustrațiilor picturii de afiș, a discurilor.
b. Să țin sub control procesul de dezvoltare al plantelor.
- 4.a. Să prelucrez diverse materiale (lemn, stofă, metal, masă plastică).
b. Să fac reclamă la mărfuri, să le realizez consumatorilor.
- 5.a. Să discut articole și cărți științifico-populare.
b. Să discut literatură artistică (piese de teatru, concerte).
- 6.a. Să cresc animale de diferite rase.
b. Să-i ajut pe cei mai mici în realizarea diverselor activități (instructive, sportive etc.).
- 7.a. Să reproduc desene, să acordez instrumentele muzicale.
b. Să conduc diverse mijloace de transport (mașină, macara, tractor).
- 8.a. Să comunic și să explic oamenilor informația ce-i interesează (într-un birou de informații sau de excursii).
b. Să fac prezentarea grafică a expozițiilor, vitrinelor, a unor cărți sau spectacole.
- 9.a. Să repar lucruri, locuințe.
b. Să corectez greșeli în texte, scheme, desene.
- 10.a. Să tratez animale bolnave.

- b. Să fac calcule.
- 11.a. Să selectez noi specii de plante.
- b. Să construiesc și să proiectez noi modele de mărfuri industriale.
- 12.a. Să examinez disensiunile dintre oameni, să conving, să explic, să stimulez și să pedepsesc.
- b. Să descifrez scheme, proiecte, să le analizez și să le pun în ordine.
- 13.a. Să urmăresc și să studiez activitatea artistică
- b. Să observ și să cercetez viața microbilor.
- 14.a. Să deservesc și să reglez utilajul medical.
- b. Să acord oamenilor ajutor medical.
- 15.a. Să descriu artistic evenimentele și fenomenele (reale sau imaginare).
- b. Să fac descrieri-rapoarte despre evenimentele și fenomenele cercetate.
- 16.a. Să fac analize de laborator în spital.
- b. Să consult bolnavi și să-i tratez.
- 17.a. Să zugrăvesc obiecte și lucruri, interiorul locuințelor.
- b. Să asamblez și să montez mașini și aparate.
- 18.a. Să organizez marșuri turistice și excursii la muzee, teatre.
- b. Să joc în spectacole, să iau parte la concerte.
- 19.a. Să confecționez după un plan piese, articole, produse finite, să construiesc clădiri.
- b. Să fac desene tehnice, să reproduc schițe de lucru, hărți.
- 20.a. Să protejez plantele de boli și vătămători.
- b. Să lucrez la mașini cu clape (mașini de dactilografiat, computer etc.).

Fișa de răspuns

Numele prenumele

Vârsta

Clasa

Data

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

Interpretare: Fișa de răspuns este concepută astfel ca să se poată realiza un calcul rapid al semnelor “+” din toate cele 5 colonite ce le cuprinde. Fiecare coloniță reprezintă o anumită direcție de interes profesional dispuse în următoarea ordine:

1. **om – natură** – toate profesiile legate de cultura plantelor, silvicultură și vitărit;
2. **om – tehnică** – toate profesiile tehnice;
3. **om – om** – toate profesiile din sfera de deservire a populației și cele care solicită comunicare intensivă;
4. **om – semn grafic** – toate profesiile ce țin de calcule, cifre, litere, precum și profesiile din sfera muzicii;
5. **om – imagine artistică** – toate specialitățile ce țin de creația artistică.

Subiectului testat i se recomandă să practice activități profesionale ce corespund tipului de profesii care a acumulat cele mai multe semne “+”.

Chestionar „V-ați ales bine profesia?” (D. Super)

Care sunt valorile Dvs. profesionale? Profesia la care v-ați gândit (sau pe care o practicați) corespunde înclinațiilor, intereselor, aspirațiilor Dvs.? Chestionarul de mai jos vă va ajuta să vă cunoașteți mai bine în acest sens.

Instrucțiune: Pentru aceasta notați prin 5, 4, 3, 2 sau 1 (în funcție de gradul de semnificație pe care îl atribuiți) fiecare caracteristică profesională descrisă în afirmațiile de mai jos: 5 – foarte important; 4 – important; 3 – mai puțin important; 2 – puțin important; 1 – neînsemnat.

1. Care necesită mereu rezolvarea unor noi probleme.
2. În care trebuie să-i ajuți pe alții.
3. Care este retribuită mai avantajos.
4. Unde munca este foarte variată.
5. Care cere îndeplinirea sarcinilor prin deplasări.
6. Care avansează prestigiul Dvs.
7. Care cere aptitudini artistice.
8. În care se lucrează în echipă.
9. Care prezintă perspective de dezvoltare.
10. În care să vă puteți realiza după propria dorință.
11. În care șeful dvs. să se poarte la fel cu toți subalternii. Și să aibă încredere în ei.
12. Unde mediul în care lucrați să fie plăcut.
13. Unde veți avea posibilitate să estimați în fiecare seară realizările zilei respective.
14. În care ați putea exercita autoritatea Dvs. asupra altora.

15. În care să se experimenteze noi idei și sugestii.
16. În care să se creeze unele produse noi.
17. Unde rezultatele muncii Dvs. să vă fie cunoscute.
18. În care șeful Dvs. să aibă măsură în aprecieri și decizii.
19. Foarte solicitată care oferă numeroase locuri de muncă.
20. În care ați putea pune în valoare simțul Dvs. pentru frumos.
21. Care v-ar oferi posibilitatea să luați decizii personale.
22. Cu largi posibilități de promovare, cu obținerea retribuției corespunzătoare.
23. În care să fie intens solicitată capacitatea de a rezolva probleme noi prin soluții nuanțate.
24. În care să puteți aplica capacitatea de a conduce colectivul.
25. Care să se desfășoare într-un imobil unde condițiile mediului ambiant să vă asigure sănătatea.
26. Care să nu influențeze negativ asupra modului de viață dorit de Dvs.
27. Care să vă ofere posibilități de a lega prietenie trainică cu colegii Dvs. de muncă.
28. În care importanța muncii Dvs. poate fi apreciată de alții.
29. În care să nu faceți totdeauna același lucru.
30. În care să aveți sentimentul că-i puteți ajuta pe alții.
31. În care ați putea contribui la bunăstarea altora.
32. În care să puteți activa în diverse direcții.
33. În care ați putea fi admirat de alții.
34. În care să aveți relații bune cu colegii Dvs.
35. Care va contribui la desfășurarea unui mod plăcut de viață.
36. În care să aveți posibilitatea de a munci într-un mediu plăcut (bine luminat, liniștit, curat, spațios).
37. În care să puteți planifica și organiza munca altora.
38. În care să se facă apel în mod continuu la capacitățile Dvs. intelectuale.
39. Unde munca Dvs. va fi retribuită în măsura ce vă va asigura un mod de viață corespunzător dorințelor Dvs.
40. În care să depindeți de cât mai puține persoane.
41. În care să realizați obiecte atrăgătoare din punct de vedere estetic.
42. În care să puteți fi sigur că în cazul dispariției ei puteți obține o altă profesie în cadrul aceleiași întreprinderi.
43. În care șeful e o persoană foarte politicoasă.
44. În care să puteți vedea rezultatele eforturilor Dvs.
45. În care să puteți contribui la elaborarea noilor idei.

Interpretare: Chestionarul cuprinde 15 factori. Fiecare din ei descrie o caracteristică esențială, specifică unui ansamblu de profesii sau activități, prin intermediul a 3 itemi. Astfel:

1. **Altruism** (2, 30, 31) – profesii care privesc munca cu oamenii și contribuie la ameliorarea vieții acestora: medicina, relațiile umane, asistență socială, învățământul, comerțul etc.
2. **Simț estetic** (7, 20, 41) – profesii care permit realizarea unor obiecte estetice: arta, artizanatul etc.
3. **Creativitate** (15, 16, 45) – activități care permit crearea noilor produse, aplicarea noilor idei, inventarea lucrărilor noi: profesii tehnice, științifice, literare, organizatorice etc.
4. **Stimulare intelectuală** (1, 23, 38) – activități ce oferă posibilitatea de a învăța ceva noi și solicită o gândire independentă, reflexii abstracte.
5. **Reușita obiectivă** (13, 17, 44) – munci cu caracter executiv, finalizate prin produse concrete și care provoacă sentimentul de satisfacție pentru buna executare a sarcinilor profesionale.
6. **Independență** (5, 21, 40) – ocupații care permit persoanei să lucreze după propriul ei ritm și să aplice noi idei (concepții).
7. **Prestigiu** (6, 28, 33) – ocupații cu un statut social ridicat care oferă importanță și impun respect.
8. **Conducere** (14, 24, 37) – profesii care dau posibilitatea de a planifica și organiza munca altora.
9. **Avantaje materiale** (3, 22, 39) – valoarea asociată unor munci cu remunerare mai avantajoasă. Tendința de orientare după câștiguri materiale.
10. **Siguranță** (9, 19, 42) – valoarea asociată unor profesii care prezintă certitudinea menținerii lor, asigurarea aceluiași tip de muncă și garantarea veniturilor materiale.
11. **Ambianța muncii** (12, 25, 36) – ocupație în condiții bune de muncă.
12. **Relații cu superiorii** (11, 18, 43) – alegerea locului de muncă în conformitate cu cadrele de conducere din domeniul respectiv.
13. **Relații cu colegii de muncă** (8, 27, 34) – alegerea locului de muncă după criteriul unor relații bune în colectivul de muncă.
14. **Modul de viață** care vine în dezacord cu profesia (10, 26, 35) – valoare asociată unei așa activități ce permite a duce un mod de viață corespunzător aspirațiilor persoanei respective. Profesia cu program neregulat, care implică deplasare, călătorii etc.
15. **Varietate** (4, 29, 32) – profesii care permit diverse activități (variate, nerepetative). Orientare spre satisfacții personale.

Se face totalul notelor acordate fiecărui factor la cei 3 itemi. Scopul poate varia de la 3 la 15, deoarece fiecare factor enumerat are 3 itemi cu o scară de evaluare de 5 grade. Apoi se stabilește ordinea ierarhică a factorilor. Primii 3-5 din ei, la care ați obținut punctajul cel mai mare,

reprezintă domeniul de activitate în care puteți obține succes și vă puteți realiza din punct de vedere profesional.

Chestionar de aptitudini comunicative și organizatorice COS – 1

(V.Sineavschii și B.Fedorișin)

Aptitudinile comunicative și organizatorice sunt factorii ce asigură succesul în activitățile de tipul om – om. Diagnosticarea nivelului lor de manifestare poate fi făcută prin intermediul chestionarului de aptitudini comunicative și organizatorice COS – 1.

Chestionarul de aptitudini comunicative și organizatorice COS – 1 este elaborat în baza principiului de autoanaliză și autoapreciere a comportamentului subiectului testat într-o situație sau alta. Conținutul chestionarului preia o serie de situații din experiența cotidiană a adolescenților. De aceea răspunsul la ele va implica reproducerea comportamentului lor real și manifestarea unor atitudini deja trăite.

Pentru studierea aptitudinilor comunicative sunt proiectate întrebări din următoarele sfere:

- a) manifestă adolescentul interes deosebit pentru comunicare, are mulți prieteni;
- b) se acomodează ușor într-un nou colectiv;
- c) cât de repede reacționează la rugămintea prietenilor și cunoscuților;
- d) îi place munca obștească, ține discursuri la adunări;
- e) contactează ușor cu persoane necunoscute;
- f) este dispus să facă comunicări în fața unui auditoriu larg.

În corespundere cu aceste direcții au fost elaborate 20 de întrebări.

Pentru studierea aptitudinilor organizatorice sunt utilizate întrebări ce vizează următoarele sfere:

1. capacitatea de orientare în situații dificile;
2. inițiativă, spirit întreprinzător, perseverență, exigență;
3. predispunere spre munca organizatorică;
4. independență, spirit de autocritică;
5. stăpânire de sine, fermitate;
6. atitudinea față de lucrul obștesc, comunicativitate.

Aceste sfere au generat 20 de întrebări.

Astfel, chestionarul de aptitudini comunicative și organizatorice COS – 1 cuprinde 40 de întrebări dispuse într-o anumită ordine. Ordinea este dictată de particularitățile psihologice și constructive care au fost respectate la alcătuirea chestionarului. De exemplu, respondentului i se propun câteva întrebări ce reflectă una și aceeași situație. Pentru a-i sustrage atenția de la

întrebările duble și a preveni transferul răspunsului, aceste întrebări sunt dispersate printre întrebări de altă natură și cu un alt conținut.

Instrucțiune: Citiți cu atenție fiecare întrebare și determinați-vă propria părere sau atitudine în raport cu ea. Răspunsul trebuie să fi “Da” sau “Nu”. Dacă răspunsul exprimat la întrebarea respectivă este afirmativ, atunci în căsuța corespunzătoare acestei întrebări pe fișa răspunsurilor puneți semnul “+”, dacă, însă, este negativ – semnul “-“. Nu faceți alte înscrisuri sau semne.

1. Aveți mulți prieteni cu care comunicați intensiv?
2. Deseori reușiți să convingeți prietenii să accepte propria Dvs. părere?
3. Mult timp sunteți necăjit din cauza ofensei care v-a făcut-o cineva din prieteni?
4. Întotdeauna vă orientați cu greu într-o situație critică?
5. Tindeți să stabiliți relații cu persoane noi?
6. Vă place munca pe tărâm obștesc?
7. Este adevărat că e mai plăcut și mai lesne să petreceți timpul în lumea cărților decât în societatea semenilor?
8. Dacă intervin unele dificultăți în realizarea intențiilor Dvs., atunci vă deziceți ușor de ele?
9. Stabiliți ușor relații cu persoane mult mai în vârstă decât Dvs.?
10. Vă place să inventați și să organizați împreună cu prietenii diferite jocuri și distracții?
11. Vă includeți cu greu într-o nouă companie?
12. Deseori lăsați pentru alte zile lucrurile ce trebuie făcute azi?
13. Stabiliți ușor relații cu persoane necunoscute?
14. Tindeți ca prietenii Dvs. să acționeze conform părerii ce o exprimați?
15. Vă acomodați cu greu într-un colectiv nou?
16. Este adevărat că nu apar disensiuni în relațiile Dvs. cu prietenii atunci când aceștia nu-și respectă promisiunile sau obligațiile?
17. Într-o situație favorabilă tindeți să faceți cunoștință și să discutați cu o persoană necunoscută?
18. Deseori preluați inițiativa în rezolvarea unor probleme importante?
19. Vă enervează oamenii din jur și ați vrea să rămâneți singur?
20. Este adevărat că, de regulă, vă orientați cu greu într-un anturaj necunoscut?
21. Vă place să vă aflați permanent printre oameni?
22. Vă enervați dacă nu reușiți să terminați lucrul început?
23. Încercați o senzație de incomoditate și disconfort atunci când trebuie să dați dovadă de inițiativă pentru a face cunoștință cu noi persoane?
24. Este adevărat că vă obosește comunicarea cu prietenii?
25. Vă place să participați la jocuri colective?
26. Deseori dați dovadă de inițiativă în rezolvarea problemelor ce le au prietenii Dvs.?

27. Este adevărat că vă simțiți nesigur printre persoane necunoscute?
28. Este adevărat că doar foarte rar încercați să demonstrați că aveți dreptate?
29. Considerați că nu trebuie să depuneți mare efort pentru a înveseli o companie puțin cunoscută?
30. Ați muncit pe tărâm obștesc în clasă sau în școală?
31. Tindeți să reduceți cercul de cunoștințe la un număr mic de persoane?
32. Este adevărat că nu încercați să vă apărați părerea sau decizia, dacă aceasta nu este imediat acceptată de prieteni?
33. Vă simțiți liber, degajat nimerind într-o companie necunoscută?
34. Vă ocupați cu plăcere de organizarea diferitor activități pentru prietenii Dvs.?
35. Este adevărat că nu vă simțiți calm și sigur de sine, când sunteți nevoit să vorbiți în fața unui mare grup de oameni?
36. Deseori întârziati la întâlniri?
37. Este adevărat că aveți mulți prieteni?
38. Deseori sunteți în centrul atenției prietenilor Dvs.?
39. Deseori comunicând cu persoane necunoscute vă genați și vă simțiți incomod?
40. Este adevărat că nu vă simțiți sigur de sine aflându-vă într-un grup numeros de persoane?

Interpretare: Prelucrarea rezultatelor este foarte simplă. Tabelul – model pentru descifrare conține răspunsurile “ideale”, ce oglindesc nivelul maxim al aptitudinilor comunicative (1) și organizatorice (2). Ele constituie modelul fișei răspunsurilor. Tabelele-descifrator se suprapun succesiv peste fișa răspunsurilor și se calculează răspunsurile ce coincid pentru fiecare compartiment (aptitudini comunicative și aptitudini organizatorice).

Coeficientul de evaluare (K) al aptitudinilor comunicative și organizatorice se exprimă prin raportul dintre numărul de răspunsuri ce au coincis pentru fiecare compartiment în parte și numărul maxim de coincidențe posibile (20). Poate fi aplicată formula:

$$K = \frac{m}{20} \text{ sau } K = 0,05 m,$$

unde K - mărimea coeficientului de evaluare;

m – numărul răspunsurilor ce au coincis cu tabelul de descifrare.

De exemplu, la compartimentul “aptitudini comunicative” au coincis 18 răspunsuri, iar la “aptitudini organizatorice” respondentul are 15 coincidențe. Determinăm că pentru aptitudinile comunicative coeficientul de evaluare K constituie 0,90 ($K=0,05 \times 18=0,90$), iar pentru cele organizatorice 0,75 ($K=0,05 \times 15=0,75$).

Indicii obținuți prin aceste calcule pot varia de la 0 la 1. Rezultatele apropiate de 1 indică un nivel înalt al aptitudinilor comunicative sau organizatorice, iar cele apropiate de 0 denotă un nivel scăzut al lor.

Coeficientul K comportă caracteristica cantitativă, primară a rezultatelor. Pentru standardizarea calitativă a rezultatelor testării se utilizează scalele de evaluare, în care unui anumit diapazon al coeficientului K îi corespunde o anumită notă Q.

Rezultatele obținute în urma testării indică nivelul actual al aptitudinilor comunicative și organizatorice ale subiectului concret. Dacă acestea sunt inferioare nivelului mediu, încă nu putem considera că vor rămâne neschimbate. În condițiile unei activități special orientate dezvoltării lor se poate obține un progres evident.

Scala notelor aptitudinilor comunicative

K	Q	Nivelul de manifestare a aptitudinilor comunicative
0,10-0,45	1	Inferior
0,46-0,55	2	Inferior mediei
0,56-0,65	3	Mediu
0,66-0,75	4	Înalt
0,76-1,00	5	Foarte înalt

Scala notelor aptitudinilor organizatorice

K	Q	Nivelul de manifestare a aptitudinilor comunicative
0,20-0,55	1	Inferior
0,56-0,65	2	Inferior mediei
0,66-0,70	3	Mediu
0,71-0,80	4	Înalt
0,81-1,00	5	Foarte înalt

STUDIAREA CAUZELOR NEREUȘITEI ȘCOLARE A ELEVILOR

Lucrul de cercetare a cauzelor psihologice a nereușitei școlare și depășirea acestora este recomandat de efectuat în trei etape:

1. Selecția datelor preventive despre elevul cu nereușită școlară (NRȘ).
2. Diagnoza individuală a proceselor de cunoaștere, particularităților psihologice a personalității, diagnoza relațiilor interpersonale.
3. Determinarea cauzelor probabile psihologice de nereușită a elevului dat, elaborarea programei de corecție, selecția metodelor de influență psihopedagogică.

Prima etapă (de pregătire). Studentul selectează elevul cu nereușită școlară (în urma studierii documentației școlare și discuției cu dirigintele) și adună informație preventivă despre acesta. Cu acest scop el face convorbiri cu profesorii, părinții, face observări după activitatea școlară a elevului.

În *convorbirea cu profesorul* e necesar de a afla:

- când elevul a început să rămână în urmă la învățătură, care a fost cauza probabilă a acestui fapt, nereușita este permanentă sau episodică, se răsfrânge asupra unui singur obiect sau asupra mai multor obiecte,
- pot fi evidențiate tipurile de activitate de învățământ, unele particularități a materialului de studiu (abstract, concret), necesitatea aplicării practice ș.a. care provoacă cele mai mari dificultăți, dacă sunt dificultăți în înțelegerea sarcinii de studiu, dacă asupra reușitei influențează relațiile stabilite cu profesorul, colegii, părinții, dacă cauza nereușitei este legată de interesele, pasiunile elevului ne legate de procesul instructiv, ce influență asupra eficienței activității de învățământ o are aprecierea diferită, particularitățile autoaprecierii.

În *convorbirea cu profesorul* este important de a cunoaște părerea lui despre particularitățile atenției, memoriei, calităților gândirii elevului dat, particularitățile emoțiilor, temperamentului, locul elevului în colectivul clasei, starea generală a sănătății, aprecierea generală a aptitudinilor și speciale.

În *convorbirea cu părinții* trebuie de evaluat caracterul relațiilor familiale, dacă părinții se interesează permanent de situația școlară a copilului, acordă ajutor în depășirea dificultăților, care sunt cauzele dificultăților la învățătură după părerea lor.

În procesul cunoașterii cu activitatea de învățare este important de a determina volumul și calitatea cunoștințelor elevului, eficiența folosirii diferitor mijloace de lucru, formarea deprinderilor de a înțelege sarcina instructivă, atitudinea față de profesor, colegi, activitatea sa de învățământ și față de dificultățile personale. Răspunsurile la aceste întrebări pot fi găsite analizând caracterul răspunsurilor la lecții (profunzimea, plenitudinea, gradul de generalizare, tempoul, încrederea, corespunderea răspunsului cu întrebarea pusă, ș.a.), după îndeplinirea

lucrărilor scrise în clasă și acasă (independența, acuratețea, viteza), după comportamentul la lecție (atenția, interesul, activismul, atitudinea față de ajutor, reacția la insucces și succes, ș. a.).

Pe baza cercetării preventive a elevului se evidențiază particularitățile psihice, care cu cea mai mare probabilitate condiționează nereușita școlară și care urmează să fie mai detaliat cercetate cu ajutorul metodicilor speciale.

Etapa a doua (de bază). La această etapă studentul efectuează diagnosticul particularităților psihologice ale elevului (atenția, percepția, memoria, gândirea), particularităților de înțelegere a sarcinii de studiu, atitudinea față de învățatură, motivele activității elevului, locul ocupat în colectivul clasei.

Pentru cercetarea obiectivă a particularităților caracteristicilor psihologice a elevului cu nereușită școlară se recomandă ca utilizând aceleași metodici să se testeze și un elev bun. Compararea rezultatelor obținute, divergența evidentă a indicilor calitativi ai diferitor parametri psihici vor servi drept bază de a le considera ca cauză a nereușite.

Etapa a treia (finală). Pe baza materialelor obținute în urma psihodiagnozei, convorbirilor, observărilor sistematice asupra elevului, se determină cauzele probabile a nereușitei acestuia. Trebuie să avem în vedere că rezultatele obținute uneori pot descoperi cauza secundară și nu pe cea primară a nereușitei școlare. Astfel poate fi înregistrat un nivel scăzut de generalizare, a concentrării atenției, autoapreciere neadecvată, care desigur pot nemijlocit determina nereușita școlară. Dar toate aceste cauze pot fi rezultatul unei situații nefavorabile familiale ale copilului, relațiilor incorecte cu clasa, profesorul, ca urmare a unei boli. Este important de a afla cauza nemijlocită a nereușitei, dar o importanță mai mare este determinarea a celui ce a generat problema.

În conformitate cu cauzele depistate se elaborează programa de corecție. Și aici este foarte important de a diferenția precis dacă cauzele nereușitei sunt legate cu insuficientul volum și calitate a cunoștințelor, absența deprinderilor necesare, formarea insuficientă a activității de învățământ sau o importanță deosebită o are relațiile formate cu cei din jur, deformarea motivelor învățării.

Varietatea formelor de manifestare și complexitatea cauzelor insuccesului școlar impun conceperea și aplicarea strategiilor de profilaxie, care formează direcții complementare: **strategiile de tratare diferențiată și individualizată** a elevilor; **concomitența demersurilor** de stimulare a succesului școlar și diminuare a eșecului. Strategiile trebuie concepute unitar și aplicate concomitent sau corelate, temporal, la nivel. Un diagnostic corect al eșecului școlar nu poate fi stabilit decât printr-o colaborare strânsă între școală-familie, copil-părinte-profesor și psihologul școlar. Acești factori educaționali efectuează, mai întâi, studierea cazurilor particulare al elevilor rămași în urmă la învățatură și etapele în care se găsesc, apoi analizează cauzele

posibile care au determinat acest efect negativ și elaborează strategii de remediere. Așadar, proiectarea, realizarea și evaluarea procesului de instruire și educație trebuie să aibă în vedere factorii succesului școlar, dar și pe cei care conduc spre insuccesul școlar.

În scopul prevenirii eșecului școlar sau a inadapării școlare, poate fi implementat un program tridimensional.

Program de intervenție în depășirea eșecului școlar (L. Mazilu)

Activitatea de prevenire a inadapării și eșecului școlar este complexă. În realizarea ei este necesară o coordonare eficientă a tuturor factorilor educaționali în care, desigur, școala și familia dețin prioritatea. În acest scop, se propune:

Pentru elevi:

Organizarea grupelor de psihocorecție și dezvoltare personală orientate spre:

- + creșterea încrederii în sine a copilului prin îmbunătățirea imaginii de sine;
- + stimularea motivației copilului pentru învățare;
- + valorificarea potențialului personal prin implicarea în acțiuni educaționale.

Acțiuni interclasă:

- + întâlniri cu elevii din diferite clase, de niveluri diferite de dezvoltare, în vederea schimbului de experiență proprie privind modalitățile și condițiile de învățare în clasă, în grupul de prieteni, în familie;
- + dezbateri și discuții la nivel de grup, de părinți, de familie și de clasă cu tema „Succesul școlar asigură reușita în viață?”.

Pentru părinți:

- + organizarea lectoratelor tematice pentru părinți, în dependență de problemele școlii, elevilor, părinților;
- + implicarea, prin participarea activă a părinților în diverse activități școlare;
- + respectarea și implementarea recomandărilor oferite de psihologul școlar de către părinți, profesori, elevi;
- + organizarea dezbaterilor în colectivele de părinți cu tema „Familia – o instituție cu rol fundamental în viața copilului”.

Pentru profesori:

- + organizarea seminarelor orientate spre: „Cunoașterea psiho-comportamentală a preadolescentului și factorii de risc”;
- + realizarea vizitelor la domiciliu și discuții cu părinții copilului, despre cauzele absenteismului nemotivat, plecarea de la ore, nepregătirea sistematică de lecții;
- + discuție cu părinții, elevii și profesorii cu tema „Empatia și relația interumană, factor al realizării personale și sociale”.

Lucrul de evaluare a cauzelor psihologice ale nereușitei va fi mai eficient, dacă aceasta va fi efectuat la începutul practicii. Aceasta va permite studentului să elaboreze și să organizeze 3-4 ședințe de corecție, care la rândul lor vor permite de a confirma în corectitudinea determinării cauzelor nereușitei și a eficienței metodelor alese de influențare.

Metodica studierii motivației învățării la elevii de vârstă școlară mică

(după N. G. Luscanova)

Răspunsurile la 10 întrebări se cotează de la 0-3 puncte

(răspunsul negativ -0, neutru- 1, pozitiv- 3).

Elevii care acumulează:

25-30 puncte se caracterizează printr-un nivel înalt de adaptare școlară;

15-24 puncte – nivel mediu;

10-14 puncte – nivel scăzut al motivației;

10 puncte – atitudine negativă față de școală, dezadaptare școlară.

1. Ți place la școală sau nu prea?
2. Dimineața când te trezești, întotdeauna pleci cu plăcere la școală sau vrei să rămâi acasă?
3. Dacă profesorul ar spune că mâine nu e obligatoriu să vină la școală toți elevii, tu ai veni?
4. Ți place când se anulează unele discipline?
5. Ai dori ca la școală să nu vă dea teme pentru acasă?
6. La școală ai dori să studiezi numai unele discipline (obiecte)?
7. Deseori povestești părinților despre școală?
8. Ai dori să ai un profesor mai puțin exigent?
9. În clasa ta ai mulți prieteni?
10. Ți plac colegii tăi de clasă?

Metodica propusă permite a evidenția 3 niveluri de adaptare școlară la elevii de vârstă școlară mică.

Nivel înalt – copilul are atitudine pozitivă față de școală, cerințele le percepe adecvat; materialul de studiu îl asimilează ușor, ascultă cu atenție indicațiile învățătorului; îndeplinește independent însărcinările; are interes față de disciplinele, cunoștințele noi, ocupă statut pozitiv în clasă.

Nivel mediu – copilul la fel are o atitudine pozitivă față de școală; însușește ceea ce-i important în programa școlară; efectuează independent însărcinările tipice; e atent față de îndeplinirea

tuturor cerințelor, dar necesită să fie controlat din partea adulților, se pregătește de lecții; prietenește cu mulți copii din clasa.

Nivel jos – copilul are o atitudine negativă față de școală sau este indiferent; simulează unele boli, prevalează indispoziția, strică disciplina; materialul de studiu îl asimilează episodic, rareori pregătește temele; are nevoie de control și ajutor permanent; necesită pauze, este pasiv; prieteni apropiați în clasă nu are.

E.R.D.Ș.

Metodă de evaluare a riscului de dezadaptare școlară pe baza aprecierii situației de către elev

Instrucțiunea: Citiți cu atenție propozițiile de mai jos și notați în foaia de răspuns modul în care vă caracterizează fiecare enunț. În dreptul numărului fiecărei propoziții faceți un semn în căsuța lui „DA”, dacă propoziția vi se pare mai degrabă adevărată și în căsuța „NU”, dacă credeți că e falsă, iar dacă nu vă puteți hotărî sau considerați că vă situați între alternativele propuse, faceți semn în căsuța „?”.

1. Sănătatea mea îmi permite să răspund cerințelor impuse de școală.
2. În general activitatea de la școală și ceea ce mi se cere să fac înafara ei mă obosesc.
3. De obicei înțeleg bine și ușor ceea ce mi se cere să învăț.
4. Când învăț mă bazez în majoritatea situațiilor pe memorie.
5. Când învăț mă bazez pe imaginație și gândire.
6. Îmi place să fiu elev.
7. Cred că a fi elev e cea mai potrivită îndeletnicire pentru vârsta mea.
8. După o întrerupere mai îndelungată doresc să încep școala.
9. Doresc să-mi continui studiile.
10. Sunt mulțumit cu rezultatele mele la învățătură.
11. Ceea ce învăț la școala mi se pare a fi util.
12. Majoritatea disciplinelor studiate la școala mi se par interesante.
13. Școala mea este atractivă (frumoasă, plăcută, cu o tradiție bună, confortabilă, curată).
14. Regulamentul școlar îmi asigură un grad satisfăcător de libertate.
15. Orarul săptămânal este încărcat.
16. Orarul zilnic este echilibrat și diversificat.
17. Exigențele de activitate în afara orelor mi se par mult prea ridicate.
18. În activitatea școlară se ține puțin seama de preocupările noastre în domeniul literaturii, muzicii moderne, sportului etc.
19. În general orele mi se par plictisitoare.
20. De obicei îmi aleg prietenii dintre colegii de clasă.
21. Colegii mei mă acceptă așa cum sunt.
22. Majoritatea colegilor mei sunt agreabili.
23. În situații critice, am simțit colegii mei ca fiind aproape de mine.
24. De obicei, profesorii se ocupă de fiecare dintre noi la fel.
25. Majoritatea profesorilor sunt corecți în notare, responsabili de toate aprecierile pe care le fac.

26. Profesorii mei sunt persoane agreabile.
27. Profesorii mei sunt persoane respectabile.
28. Profesorii mei sunt buni specialiști.
29. Profesorii mei sunt pasionați de munca cu elevii.
30. Profesorii mei sunt interesați de reușita mea în viață, nu doar de rezultatele școlare.
31. Familia mă încurajează să învăț.
32. Părinții mei sunt interesați de notele mele.
33. Părinții mei sunt interesați de toate preocupările mele.
34. Familia mea îmi asigură mijloacele materiale pentru a învăța fără griji.
35. Simt autoritatea familiei în tot ceea ce întreprind.
36. Îmi aleg prietenii dintre persoanele din afara clasei.
37. Mă simt mai bine cu prietenii din afara clasei.
38. Discut și învăț lucruri mai noi și mai interesante de la prietenii din afara clasei.
39. Mai degrabă citesc cărți sau reviste (urmăresc spectacole, frecventez locuri) recomandate de prieteni sau colegi, decât de profesori.
40. Lipsesc foarte rar de la școală și numai din considerente obiective.

Descrierea factorilor incluși în test

Cele cinci categorii de surse generatoare de trăiri subiective ce influențează comportamentul adaptiv școlar sunt următoarele:

1. **Autopercepția Ap** - cuprinde zece itemi (nr. 1-10) referitori la starea de sănătate a elevului, rezistența la oboseală și particularitățile psihologice reflectate în viața școlară.
2. **Percepția factorilor pedagogici Pp** - cuprinde 9 itemi (nr. 11-19) ce vizează disciplinele studiate, metodele didactice utilizate, organizarea activității școlare.
3. **Percepția relațiilor interpersonale în școala Prs** - cuprinde 11 itemi (nr. 20-30) ce descriu relațiile profesor-elev, elev-elev.
4. **Percepția influenței familiale asupra activității școlare Pif** - cuprinde 5 itemi (nr. 31-35) ce vizează condițiile materiale și atitudinale ale familiei față de activitatea școlară ale elevului.
5. **Percepția influențelor extrașcolare Pies** - cuprinde 5 itemi (nr. 36-40) privind intensitatea relațiilor cu persoane din afara școlii.

Foaia de răspuns

Numele, prenumele

Vârsta

Clasa

Liceul

Data

	Da	Nu	?		Da	Nu	?		Da	Nu	?		Da	Nu	?
1				11				20				31			
2				12				21				32			
3				13				22				33			
4				14				23				34			
5				15				24				35			
6				16				25				total			
7				17				26				36			
8				18				27				37			
9				19				28				38			
10				total				29				39			
total								30				40			
								total				total			

Cotarea

	Da	Nu	?		Da	Nu	?		Da	Nu	?		Da	Nu	?
1	0	2	1	11	0	2	1	20	0	2	1	31	0	2	1
2	2	0	1	12	0	2	1	21	0	2	1	32	0	2	1
3	0	2	1	13	0	2	1	22	0	2	1	33	0	2	1
4	2	1	0	14	0	2	1	23	0	2	1	34	0	2	1
5	0	2	1	15	2	0	1	24	0	2	1	35	2	0	1
6	0	2	1	16	0	2	1	25	0	2	1				
7	0	2	1	17	2	0	1	26	0	2	1	36	2	0	1
8	0	2	1	18	2	0	1	27	0	2	1	37	2	0	1
9	0	2	1	19	2	0	1	28	0	2	1	38	2	0	1
10	0	2	1					29	0	2	1	39	2	0	1
								30	0	2	1	40	0	2	1

Grila de reprezentare a ponderii faptelor

%	Ap	Pp	Prs	Pif	Pies
100	20	18	22	10	10
75	15	13	16	8	7
50	10	9	11	5	5
25	5	4	5	3	3
0					

Prelucrarea datelor

Se aplică grila de corectare pe foaia de răspuns și se notează punctajul corespunzător fiecărui răspuns. Se adună punctele astfel obținute pe cele cinci categorii de factori și se înscriu în tabelul factorilor; de asemenea se calculează punctajul general.

Evaluarea fiecărui factor se reprezintă pe grila de reprezentare a ponderii factorilor pentru a obține histograma acestora. De exemplu, pentru un total de 9 puncte la factorul Pp – Perceperea factorilor pedagogici – ponderea este de 50% (9 din 18 posibile); se trasează o linie orizontală pe spațiul factorilor Pp din grilă, în dreptul valorii 50%. Se hașurează intervalul dintre această linie și baza grilei. La fel se procedează cu celelalte valori, determinând ponderea punctelor fiecărui factor în raport cu maximum posibil pentru fiecare.

Histograma astfel obținută vizualizează factorul dominant al riscului subiectiv de inadaptare și, de asemenea, ponderea fiecărui factor în raport cu acesta.

Interpretarea rezultatelor

Riscul de dezadaptare este cu atât mai mare cu cât totalul general este mai mare.

În cazul în care totalul general nu depășește 20 de puncte și acestea sunt relativ uniform repartizate între cei 5 factori, riscul de dezadaptare este neglijabil; el se prezintă la un prag care nu periclitează comportamentul de rol al elevului. Acesta se va adapta armonios contextului școlar., cu situațiile și cerințele specifice, fără un efort voluntar suplimentar și fără a genera refulări substanțiale.

În cazul în care totalul general este cuprins între 20-30 de puncte sau sub 20 dar distribuite între 1-2 factori comportamentul adaptiv școlar este periclitat sub aspectul performanței, a stării afectiv-motivaționale și atitudinale a elevului, devenind un factor de risc și pentru celelalte roluri, pentru comportamentul adaptiv global.

Dacă autopercepția deține cea mai mare pondere, se impune o analiză psihologică de caz (consultarea unui psiholog).

Dacă factorul Pp este dominant, înseamnă că elevul întâlnește obstacole concrete, depășirea cărora cere efort voluntar crescut. Efectele acestei solicitări pot fi compensate în școală prin relații interpersonale pozitive (Prs mic) sau înafara școlii (Pif mic și/sau Pies mare) datorită

rolului de stimulat al familiei ori al grupurilor extrașcolare, acestea din urmă impunându-se a fi atent supravegheate. În cazul în care nu se constată compensările menționate, insatisfacția prezintă risc de nuclearizare, sau se recuperează asupra performanței școlare. Dacă performanța școlară este „salvată” de subiect cu prețul unui efort voluntar suplimentar insatisfacțiile sunt refulate, experiența negativă necompensată sau necompletă prin experiența pozitivă” intoxică” structurile profunde ale psihicului (inconștientul) marcând astfel comportamentul adaptiv global actual și/sau de perspectivă al subiectului.

Dominanța percepției negative a relațiilor interpersonale în școală (Prs), denotă insatisfacții de natură subiectivă resimțite preponderent pe plan afectiv. Acestea au în general o influență directă mai mică asupra performanței școlare, însă duc la căutarea unor relații extrașcolare, sau dacă acest lucru nu se întâmplă (valoarea scăzută la Pies) constituie obiectul unor refulări ce marchează comportamentul adaptiv global, de perspectivă. Când dominanța cade de perceperea negativă a situațiilor familiale, pe complementaritatea cărora sistemul de învățământ contează, adaptarea se realizează pe seama dorinței și voinței de integrare și performanță a elevului. Este necesar ca aceste situații să fie cunoscute de școală pentru a putea interveni cu disponibilități complementare și preventive, în sprijinul elevului.

Valoarea ridicată a percepției pozitive a influențelor extrașcolare reprezintă un factor de risc dacă este privită din unghiul restrâns al adaptării școlare. În cazul în care grupurile extrașcolare au valori pozitive, ele facilitează adaptabilitatea globală a elevului, devenind indirect factori compensatori sau chiar stimulatori ai performanței școlare. Aceste grupuri reprezintă structurile neconvenționale în care adolescentul se poate defula, își poate experimenta unele atitudini, convingeri, comportamente noi. Atragem atenția asupra necesității supravegherii continue, dar discrete, a valorilor acestor grupuri.

În cazul în care totalul general depășește 60 de puncte se impune un studio de caz, interpretarea analitică a răspunsurilor de către psiholog.

În interpretarea analitică a rezultatelor trebuie să se țină seama de raporturile compensatoare și de complementaritate care există între factori. De exemplu între Pp și Prs există posibilități de compensare, deoarece un elev poate să meargă cu plăcere la școală fie pentru ceea ce i se oferă pe plan cognitiv, fie pe plan socio-afectiv; între Prs și Pies există doar raporturi de complementaritate, deoarece experiența extrașcolară nu poate diminua intensitatea trăirii negative a situației școlare, dar poate să-i alăture o experiență pozitivă. Aceste raporturi funcționează spontan în toate grupurile școlare și grupurile extrașcolare, ambele grupuri artificiale; între aceste grupuri și cel familiar, natural, raporturile amintite funcționează numai în condiții competent organizate, supravegheate și strict individualizate.

ACTIVITATE DE PSIHOPROFILAXIE

„Prietenia dintre o fată și un băiat”

Scopuri:

- Elevii conștientizează valoarea prieteniei cu reprezentanții sexului opus.
- Se familiarizează cu diferite tipuri de prietenie.
- Se familiarizează cu pericolele amozării și învață să deosebească amozarea de adevărata dragoste.

Desfășurarea:

I. Organizarea clasei și captarea atenției

II. Anunțarea subiectului lecției

La vârsta voastră încă n-ați întâlnit acea iubire adevărată, însă aceasta ține de viitorul apropiat, dar nu sunt sigură că cunoașteți ce-i aceea prietenia adevărată dintre un băiat și o fată, nu-i așa? Astăzi la lecție vom discuta împreună despre “prietenia dintre un băiat și o fată” care și constituie subiectul lecției noastre. Sperăm să luați cunoștință de multe lucruri interesante, care vă vor fi de folos în viață.

III. Lucrul pe echipe.

Acum vă rugăm să vă grupați în trei echipe (elevii formează echipele). Folosind metoda asaltului de idei le propunem elevilor spre discuție câteva întrebări:

Fiecare echipă discută asupra acestei întrebări și stabilește un răspuns. După trei minute de discuții, câte un reprezentant din fiecare echipă prezintă produsul activității în grup.

Întrebările:

1. Ce este prietenia adevărată?

În traducere din limba greacă “philia”, care se traduce ca “prietenie” înseamnă “apropiere”, “uimire”. H.de Balsac spunea: „Prietenia este legătura dintre două suflete asemenea, unite prin forțele lor și totuși independente”. Aristotel, referitor la prietenie, spunea: „Nimeni nu-și dorește o viață fără prieteni, chiar dacă are toate celelalte bunuri de pe lume”.

Se propune elevilor să spună și alte proverbe, zicători despre prietenie.

2. Ce stă la baza unei prietenii adevărate?

Orice fel de prietenie trebuie să aibă patru componente:

- Atașamentul reciproc – oamenii se plac, le plac să fie împreună fără a urmări un alt scop.
- Respectul reciproc – respectul față de prieten este legat de respectul față de sine. Când omul se poate prețui pe sine, îi este mai ușor să-și prețuiască prietenii și să fie mai puțin gelos față de ei.
- Egalitatea – prietenii așteaptă relații reciproce, plăcute, în care ceea ce dă fiecare din ei se echilibrează cu ceea ce primește.

- Valori comune – idei comune asupra vieții, preferințe comune profunde.

Într-o prietenie adevărată trebuie să existe toate aceste patru componente. Dacă măcar una din ele lipsește, dinamica relațiilor se poate deregla ușor.

3. Care este importanța prieteniei dintre un băiat și o fată?

Să ai prieteni de sex opus constituie o bucurie aparte, o învățătură pentru ambii. Dacă o fată are prieten care nutrește față de ea o atitudine frățească, aceasta o ajută să: înțeleagă și să prețuiască bărbăția; susțină și să completeze bărbatul (ceea ce o pregătește pentru viitoarea căsătorie, pentru educarea propriului fiu); să-și înțeleagă mai bine tatăl; să fie mai curajoasă, să se simtă mai puternică, să fie mai încrezută în sine etc.

În mod analogic, prietena care se comportă cu prietenul ei ca o soră:

- Introduce tânărul într-o lume a feminității;
- El învață să-și cunoască mai bine viitoarea soție, învață să-i fie o completare;
- Îl învață să-și înțeleagă mai bine mama.

Până la căsătorie tânărul sau fata ar trebui să aibă mai multe relații de prietenie cu persoane de sex opus, pentru a înțelege trăsăturile masculine și feminine în sufletul și inima altor oameni.

IV. Comunicarea informației

Admirația față de sexul opus începe la vârsta adolescenței, când fetei începe să-i placă un anumit tânăr, ea aspiră să creeze un atașament emoțional. Tânărul poate să dorească același lucru, dar are tendința spre comunicare în altă formă. Natura lui bărbătească îl îndeamnă spre o interacțiune fizică și spre o autoafirmare prin acțiune. În acest caz, sub influența tânărului sau a tinerei, sau a ambilor, este posibilă apariția sentimentelor sexual. Aceste impulsuri spontane puternice, este greu să te împotrivești lor, dar sentimentele trebuie să fie stabilite. Tinerii trebuie să aibă o atitudine serioasă și să se orienteze spre scopuri constructive. Sarcina principală pe care o au tinerii până la căsătorie este de a-și dezvolta sexualitatea fără relații sexuale fizice.

Expunerea, explicarea noțiunii de amozare. Dacă ar fi să credem filmelor, atunci orice atașament dintre un bărbat și o femeie ar duce în mod obligatoriu la “amozare”, la un final fericit. Dar nu există nici un pic de adevăr în această schemă.

Cum înțelegem noțiunea de “amozare”? Amozarea este o formă pripită a iubirii (grăbită, nechibzuită), bazată pe farmecul fizic, întotdeauna este un sentiment temporar. Amozarea se alimentează cu speranțe și imaginație. Ochii îndrăgostitului “îmbracă” imaginea ideală pe omul real, iar ceea ce nu ajunge să umple imaginea, o completează cu fantezia. De aceea, când partea completată a imaginii se topește, dispare, fostul îndrăgostit rămâne uimit de faptul, cum a putut să aibă asemenea sentimente. Obiectul amozării poate deveni profesorul, un actor, o vedetă etc. îndrăgostitul poate diviniza o scrisoare de la iubitul său, sau chiar o parte din

haina lui. În realitate, un asemenea om poate să fie prea sfios ca să aspire la stabilirea unor relații cu „iubitul” sau să-i dezvăluie sentimentele sale.

V. Lucrul pe echipe:

Care este natura amozării? Cum credeți, ce este o iubire adevărată?

După cum s-a afirmat mai sus, iubirea pripită sau amozarea este un sentiment, iar iubirea matură este o decizie. Amozarea poate fi deosebită de iubirea adevărată, matură prin câteva criterii:

- Amozarea acordă atenție factorilor externi, cum ar fi: ochii, părul, silueta, vocea, automobilul aflat în posesie. Iubirea matură prețuiește personalitatea în ansamblu, sub aspectele emoțional, intelectual, social, moral, spiritual și fizic. (Paralel se lucrează cu planșa de pe tablă, intitulată „Iubirea adevărată și amozarea” din cartea „Dragostea, familia, de viață”).
- Amozarea apare rapid, în câteva ore, zile iar iubirea adevărată, matură se dezvoltă în decurs de luni și chiar ani. Amozarea se temperează sub acțiunea timpului și a despărțirii. În cazul iubirii mature conflictele se soluționează, iar timpul și despărțirea consolidează adevărata iubire. În cazul amozării îndrăgostiții acordă atenție prea mare „eu”- lui, iar în cazul iubirii adevărate, se folosesc mai multe expresii cum ar fi: „noi”, „al nostru”, „nouă”.
- Iubirea pripită de orice fel cere de la noi precauție. Amozarea nu este nici prietenie și nici dragoste. Asemenea unei turmentări de alcool care împiedică omul să facă o alegere în mod liber și conștient, amozarea este tot un fel de turmentare, care înăbușă libertatea pe care se creează adevărata prietenie și adevărata iubire. În prietenia adevărată dintre un bărbat și o femeie, fiecare dintre ei, prieteni fiind, este liber să determine pe ce bază și în ce direcții se va dezvolta prietenia lor.
- În continuare vom analiza unele afirmații despre iubirea adevărată și despre amozare. Se discută informația pe marginea tabelului „Iubire sau amozare?” din cartea „Dragostea, familia, viața”.

VI. Consolidarea lecției

Pentru a vedea cât de bine au înțeles elevii ceea ce este amozarea și ceea ce este iubirea adevărată se propun spre discuție și analiză câteva situații din viață. Apoi elevii sunt solicitați să dea exemple de câteva situații din viață. (Exemple din cartea „Dragostea, familia, viața”)

VII. Încheierea. Iubirea este adevărată, infinită, pe ea n-o poți nici uita, nici nu te poți dezice de ea, ea va fi mereu alături și așa cum un mândru pescăruș alb care niciodată nu-și părăsește oceanul, tot așa și iubirea curată și dezinteresată nu va părăsi inima voastră.

PROGRAM DE DEZVOLTARE ȘI REMEDIERE

Program de diminuare a anxietății la preadolescenții din clasa a V-a

Ședința nr. 1

-
- Obiective:**
- cunoașterea reciprocă a participanților;
 - crearea unei atmosfere favorabile lucrului în grup prin stabilirea unor reguli ale participării;
 - concretizarea intereselor și a scopurilor fiecărui participant și ale grupului;
 - dezvoltarea capacităților de autoprezentare.
-

Materialele necesare: planuri pentru activitatea „Facem cunoștință”, hârtie, creioane colorate, carioca, foarfece, bandă adezivă, o coală, marcatori de text, cretă colorată, casetofon și un CD cu muzică relaxantă, o jucărie „talismanul grupei”.

1. **Cuvântul introductiv al psihologului.** Scopul: informarea participanților din grup despre obiectivele și despre formele ședințelor.
2. **Jocul „Facem cunoștință”.** Scopul: copiii fac cunoștință unii cu alții. Participanții se grupează câte doi. Cu ajutorul tehnicii „Ochi în ochi”, fără cuvinte din priviri, se vor înțelege între ei cine cu cine va fi în pereche (în cazul unui număr impar de participanți, se constituie un grup din 3 persoane). Orice pereche primește un „plan al interviului”. Peste 6 – 7 minute, fiecare participant își prezintă partenerul.

Planul interviului:

- Numele, prenumele, clasa.
 - De când învață în această școală?
 - Îi place să învețe în această școală?
 - Obiectele preferate și cele ce nu sunt predilecte.
 - Hobby-uri.
 - Tot ce dorește să povestească despre sine, în afară de întrebările puse.
3. **Jocul „Cartea de vizită”.** Scopul: fiecare participant urmează să-și aleagă un prenume pentru training. Preadolescenții își selectează un prenume și îl scriu pe o „carte de vizită” (aceasta poate avea orice formă). Pentru întocmirea ei se utilizează creioanele colorate și carioca. În timpul activității, este necesar a modifica atitudinea copilului despre training (deseori, ședințele sunt percepute de copii ca lecții).
 4. **Desenul „Inscripția pe maiou”.** Scopul: dezvoltarea capacității de autoprezentare. Psihologul le vorbește copiilor despre maiouri ce au diferite inscripții și le ilustrează cu exemple de inscripții ce „vorbesc”. Copiii timp de 5 – 7 minute, trebuie să alcătuiască și să deseneze o astfel de inscripție pe coperta agendei activităților. Se discută despre faptul că ulterior inscripția poate fi modificată. Este important ca ea să „spună” ceva despre elevul „de acum” (despre activitățile și

jocurile lui preferate, despre comportamentul față de cei din preajmă). După finisarea desenelor copiii citesc inscripția de pe agendă. Se inițiază o discuție pe tema: ce semnifică inscripțiile de pe maiouri și ce mesaj am dori să le transmitem, prin intermediul lor celor din jur. În final, psihologul poate arăta copiilor un maiou propriu cu o inscripție (ar fi bine ca inscripția să fie hazlie).

5. Activitatea „Stabilirea regulilor”. Scopul: reglementarea ședințelor conform regulilor acceptate benevol. Se efectuează un brainstorming. Ideile copiilor se scriu pe tablă. Grupul discută regulile:

- Să se respecte reciproc.
- Vorbește doar o singură persoană, iar ceilalți privesc în jur și ascultă atent.
- Fiecare are dreptul să păstreze tăcerea și să nu ia parte, dacă nu dorește la dezbateră a unei probleme.
- Reține că poate fi mai mult decât un singur răspuns „corect”.
- Să nu se discute personalitatea, ci doar activitățile ei.
- Regulile se fixează pe o coală ce va fi afișată întotdeauna pe un perete în cabinetul unde se vor desfășura activitățile.

6. Jocul „Figurile geometrice”. Scopul: dezvoltarea coeziunii grupului; formarea motivației pentru lucrul în grup; dezvoltarea empatiei. Copiii se deplasează prin clasă, cu ochii închiși zumbăind. La semnalul psihologului, participanții se opresc și trebuie să se aranjeze în cerc. În nici un caz, nu se deschid ochii. Jocul se încheie atunci când copiii formează un cerc. Se fac 7 – 10 încercări. Jocul încetează la cea mai reușită încercare. Psihologul fixează formele „cercurilor” desenate pe tablă. După finisare se examinează activitatea și se evidențiază rolul lucrului în grup. (Dacă nu se obține un cerc, atunci nici un participant nu a respectat cerințele jocului).

7. Antrenamentul autogen „Energia înaltă”. Scopul: acumularea energiei și folosirea ei maximală. Participanții se așează în cerc. Psihologul le spune copiilor cu o voce plăcută: „Imaginați-vă cum arată cerul noaptea, alegeți cea mai strălucitoare stea și acum „înghițiți-o”. Ea explodează în voi, umplându-vă cu energie. Aceasta pătrunde în toate celulele organismului, iar voi doriți să faceți ceva”.

8. Reflexia rezultatelor activității. Scopul: asimilarea experienței, discutarea concluziilor. În cerc copiii povestesc despre ceea ce a fost nou și important pentru ei. Se stabilește un ritual de încheiere a ședinței, care să conțină elemente ale reflexiei. Toți copiii se iau de mână și interpretează un cântec.

Tema pentru acasă: Participanților li se propune să efectueze **desenul „Universul meu”**. Pe o foaie, copiii trebuie să deseneze un soare. În mijlocul soarelui se cere să scrie pronumele „Eu”. Apoi din centrul acestui „Eu” – centrul universului propriu, să descrie liniile stelelor și ale planetelor (ce trebuie completate):

Ocupația mea preferată

Culoarea mea preferată
Animalul meu preferat
Prietenul meu cel mai bun
Sunetul meu preferat
Aromele mele preferate
Jocul meu preferat
Hainele mele preferate
Muzica mea preferată
Anotimpul meu preferat
Cel mai mult îmi place să fac
Locul unde îmi place să fiu cel mai mult
Cântărețul (cântăreața) / trupa mea preferată
Personajele mele preferate
Am capacități pentru
Omul pe care îl admir cel mai mult este
Cel mai bine îmi reușește
Știu că voi putea
Am încredere în mine, pentru că

Ședința nr. 2

-
- Obiective:**
- dezvoltarea atmosferei de colaborare și de coeziune grupală;
 - implicarea fiecărui participant în activitățile grupale;
 - consolidarea regulilor;
 - exersarea tehnicilor pentru înlăturarea încordării musculare.
-

Materialele necesare: tabelul nr. 14 pentru activitatea „Lumea magică a emoțiilor”, talisman.

1. Ritualul salutului. Scopul: relaxarea copiilor; predispunerea lor pentru activitate. Se alege un ritual de salut ce conține elemente reflexive. Copiii se salută unul cu altul, prin intermediul gesturilor și mimicii, într-un mod cât mai neobișnuit.

Discutarea temei realizate acasă

2. Jocul „Enumeră regulile”. Scopul: consolidarea regulilor stabilite și acceptarea responsabilității pentru respectarea lor. Este o variantă a jocului „bulgărele de zăpadă”. Un participant formulează o regulă, următorul o repetă pe cea dintâi care la rândul său, numește o altă regulă etc. Dacă copilul nu-și poate aminti o regulă sau regulile s-au epuizat, atunci el le va reproduce încă o dată pe cele enumerate. La sfârșitul exercițiului, regulile sunt indicate pe perete. Ulterior, pe parcursul ședințelor, respectarea regulilor este monitorizată cu strictețe.

3. **Jocul „Număr până la 10”.** Scopul: dezvoltarea coeziunii grupului. Toți copiii se aranjează în cerc, fără să se atingă între ei cu umărul și cu coatele. La indicația animatorului, preadolescenții închid ochii. Grupul trebuie să numere până la 10. Dacă mai mulți numesc aceeași cifră, numărătoarea se reia. Jocul le poate trezi copiilor emoții foarte puternice, inclusiv agresivitatea. La finele jocului, li se poate propune să strige tare pentru a evita emoțiile negative.
4. **Jocul „Aranjați-vă în cerc”.** Scopul: stabilirea contactului dintre copii. Participanții se deplasează liber prin clasă, cu ochii închiși. Apoi, la semnalul psihologului (cu ochii închiși și fără a conversa între ei), trebuie să se aranjeze în cerc. Rezultatul se obține doar atunci când jocul este exercitat de mai multe ori.
5. **Jocul „Zăpăceala”.** Scopul: diminuarea distanței psihologice dintre copii. Se alege un voluntar care abandonează clasa. Ceilalți participanți se aranjează în cerc, se țin de mână și se „încălesc”, schimbându-și locul, întorcându-se sub diferite unghiuri. Reîntorcându-se în clasă, voluntarul trebuie să-i „descâlcească” pe toți în așa fel, încât copiii să formeze din nou cercul. Dacă activitatea necesită mult timp, voluntarului i se permite să „dezlege” mâinile unei perechi de participanți și să le schimbe locul.
6. **Exercițiul „Plastilina”.** Scopul: evitarea încordării musculare; restabilirea puterilor. Un copil ridică brațul altuia, devenit „plastilină”. Cel din urmă trebuie să se lase modelat. Într-o primă fază, „sculptorul” ridică brațul apoi îl lasă să cadă astfel, încât să-i creeze colegului senzația de contracție și de decontractare. După aceea, în cea de-a doua fază sculptorul își așează partenerul în orice altă poziție.
7. **Ritualul încheierii activității.** Scopul: asimilarea experienței; ieșirea din ședință. Copiii indică pe cerc de ce „culoare” este dispoziția lor după finisarea activităților. Toți copiii se iau de mână și zâmbesc unul altuia.

Tema pentru acasă: „Lumea magică a emoțiilor”. În fața copilului, se aranjează 8 creioane (roșu, galben, albastru, verde, violet, cafeniu, sur și negru) și tabelul nr. 14.

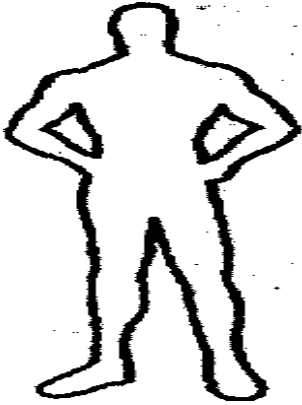
Instrucțiunea 1. „Undeva, extrem aproape sau poate undeva foarte departe, este o lume magică în care se află toate emoțiile (Bucuria, Satisfacția, Frica, Vina, Supărarea, Tristețea, Furia și Interesul). Ele locuiesc în căsuțe colorate. De fapt, fiecare emoție se găsește într-o căsuță de o anumită culoare. Una e în căsuța roșie, alta – în cea albastră, cealaltă – în cea neagră, iar a patra – în cea verde. Zilnic din zori și până în noapte reprezentanții lumii magice muncesc. În una din zile însă, s-a întâmplat o nenorocire, asupra lumii magice s-a abătut un uragan. Vântul și ploaia au fost nespuse de puternice, încât, au distrus toate casele. Locuitorii lumii magice au reușit să se ascundă, din păcate nu au putut salva casele. După ce uraganul a încetat locuitorii au ieșit din ascunzătoare, văzându-și casele distruse. Plini de disperare și cu lacrimi în ochi, oamenii s-au apucat să-și refacă căsuțele. Dar se pare că suferințele locuitorilor nu au conținut, uraganul a spălat toate culorile. Tu ai creioane colorate. Te rog, ajută-i pe locuitori să-și coloreze căsuțele”. (Astfel, copiilor li se propune să lucreze la rubrica „Căsuțele” din tabelul nr. 14).

Instrucțiunea 2. „Îți mulțumesc în numele tuturor locuitorilor lumii magice. Tu ai refăcut lumea lor. Ești un adevărat magician! A apărut însă o mică dilemă. Uraganul i-a speriat pe locuitorii lumii magice, atât de tare, încât ei au uitat culoarea căsuțelor unde se aflau. Te rog, ajută-i să-și găsească casa. Vopsește culoarea emoției (locuitorului) ce corespunde căsuței”. (În acest caz, copiii vor examina „Locuitorii” din tabelul nr. 1).

Instrucțiunea 3. „Mulțumesc! Tu nu numai că ai reconstruit lumea, ci și ai susținut locuitorii să-și găsească casele. Cum vom putea călători prin această lume, dacă nu avem o hartă? Doar fiecare țară își are un teritoriu și granițe. Pământul țării se desenează pe hartă. Uită-te, în fața ta e harta lumii magice a emoțiilor (psihologul arată silueta omului). Ea este pustie. După reconstituirea lumii, harta încă nu a fost modificată. Doar tu poți colora harta. De aceea, folosește-te de creioanele magice. Ele te –au ajutat deja să restabilești căsuțele lumii magice, acum te vor susține să colorezi și harta”.

Dacă copilul privind harta lumii, va spune că acesta e un om, atunci psihologul îi va explica că hărțile diferitor țări au formă variată. De exemplu: harta Italiei seamănă cu o cizmă (este necesar a avea la îndemână atlasul geografic).

Tabelul nr. 1. Lumea magică a emoțiilor

Căsuțele	Locuitorii	Harta lumii magice
	Bucuria	
	Satisfacția	
	Frica	
	Vina	
	Supărarea	
	Tristețea	
	Furia	
	Interesul	

Ședința nr. 3

-
- Obiective:**
- consolidarea motivației de lucru în grup;
 - cunoașterea motivației personale și orientarea pozitivă a acesteia;
 - formarea atitudinii față de succesul obținut; conștientizarea scopurilor personale;
 - dezvoltarea încrederii în sine;
 - exersarea tehnicilor pentru relaxare și restabilirea echilibrului psihic.
-

Materialele necesare: casetofon, un CD cu muzică instrumentală, hârtie, creioane colorate, carioca, bandă adezivă, talisman.

- 1. Ritualul salutului.** Scopul: introducerea în activitate, diminuarea stării de monotonie sau de tensiune. Preadolescenții sunt întrebați cu ce notă (pe o scala de la 1 la 10) este apreciată dispoziția lor. Se analizează emoțiile. Se discută.
- 2. Jocul „Turnul de control”.** Scopul: stabilirea contactului dintre participanți; dezvoltarea încrederii; favorizarea colaborării. Se formează perechi și se nominalizează cine este „avion” și cine „turnul de control”. Se face o pistă cu două rânduri de scaune, creând obstacole pe traseul de aterizare. „Avionul” are ochii legați, iar „turnul de control” trebuie să-l dirijeze verbal, evitând dificultățile pentru o aterizare favorabilă. Pe urmă, rolurile se schimbă, fiind posibilă și modificarea situației pe pista de obstacole. Se examinează faptul cum s-au simțit participanții.
- 3. Jocul „Un scaun”.** Scopul: crearea dispoziției de lucru, consolidarea motivației de lucru în grup. Participanții se asociază liber. La indicația psihologului ei trebuie să se așeze pe scaun. După fiecare tur, se scoate câte un scaun. Toți participanții urmează să se așeze. Jocul continuă până în momentul în care toți participanții se așează pe un singur scaun. În concluzie, se discută despre aceea că copiii au reușit să execute sarcini complicate. Dacă cineva dintre participanți are emoții negative, provocate de contactul fizic se poate aplica regula „Stop”.

Discutarea temei realizate acasă

- 4. Desenul „Succesele mele”.** Scopul: verbalizarea propriilor obiective de participare la activitățile organizate. Participanții au să îndeplinească însărcinarea: „Imaginează-ți că ședințele noastre s-au terminat. Desenează-te pe tine la sfârșitul ședințelor” (este de dorit ca activitatea să se realizeze pe un fundal muzical). După finisarea desenului se organizează o expoziție. Aici sunt prezentate desenele copiilor fiecare povestind ce a făcut. Dacă cerințele nu au fost realizate psihologul poate aplica anumite sancțiuni.
- 5. Jocul „Meritele mele”.** Scopul: dezvoltarea încrederii în sine. Fiecare membru al grupului vorbește despre meritele sale, evidențiind ceea ce îi justifică încrederea în sine în situații diverse.
- 6. Tehnica de relaxare: „Valul”.** Scopul: relaxarea; obținerea echilibrului psihic. Cu gambele ușor îndoite, cu spatele întins, copiii mimează, cu ajutorul brațelor, „du-te-vino-ul” mării pe plajă. Fluxul este reprezentat de ridicarea brațelor la înălțimea umerilor; refluxul, prin coborârea lentă a

brațelor, cu palmele îndreptate spre sol, „mângâind” nisipul plajei. Mișcarea poate fi însoțită de un ritm respirator (inspirație, odată cu ridicarea brațelor, expirație, prin coborârea lor).

- 7. Exprimarea prin mișcare. „Eu mă mișc așa”.** Scopul: crearea unei atmosfere de grup, ce e pozitivă grație uniformizării trăirilor afective; facilitarea începutului de creare a unei coeziuni de grup prin omogenizarea emoțiilor pozitive. Copiii stau în picioare, în cerc, ținându-se de mână. Oricine propune, pe rând, câte o mișcare. Mișcarea respectivă este executată de fiecare participant, apoi, concomitent de toți. Pe parcursul efectuării exercițiului, copiii trebuie să se țină de mână permanent.

Același exercițiu pe un fundal muzical se exprimă printr-un dans, centrat pe identificare și pe coeziune.

- 8. Caruselul emoțiilor „Teatrul Măștilor”.** Scopul: relaxarea mușchilor feței, evitarea încordării, a oboselii. Psihologul prezintă următoarea instrucțiune: „Acum vom vizita „Teatrul Măștilor”. Toți veți fi artiști, iar eu fotograf. Vă voi ruga să descrieți expresia feței diferitor eroi. De exemplu, cum arată Baba-cloanța. Copiii, cu ajutorul mimicii, o reprezintă pe aceasta. Excelent! Imediat amuțiți, vă fotografiiez. Bravo! Unii copii pot râde în acest timp. Puteți râde doar după ce veți fi fotografiat!”. Acum înfățișați-o pe Cioara (din basmul „Vulpea și Cioara”), anume în momentul când ține cașcavalul în cioc. Copii își încheiează mandibulele, mărindu-și, concomitent, buzele, pentru a evidenția ciocul. Atenție, amuțiți! Vă fotografiiez! Sunteți bravo! Acum demonstrați cum s-a speriat Scufița Roșie (din povestea „Scufița Roșie”), când a înțeles că nu vorbea cu bunica sa, dar cu lupul. Copiii pot deschide larg ochii, ridica sprâncenele, întredeschide gura. Amuțiți! Mulțumesc! Vă aduceți aminte cât de viclan îi zâmbea Vulpea Gogoășei (din povestea „Gogoășa”)? Nu vă mișcați! Vă fotografiiez! Bravo! Excelent! Ați lucrat bine!”

În continuare, psihologul, la discreția sa îi poate lăuda pe copiii cei mai anxioși.

„Ziua de lucru a actorului se încheie aici. Cu toții am obosit. Haideți să ne odihnim. Puneți mâinile pe bancă, iar capul pe mâini, închideți ochii. Să stăm așa în liniște, să ne relaxăm și să ne odihnim. Mulțumesc!”

- 9. Reflexia rezultatelor activității.** Scopul: asimilarea experienței; ieșirea din ședință. Toți copiii se iau de mână și recită o poezie.

Tema pentru acasă: Activitatea „Autocolajul”. Fiecare participant va realiza pe o foaie (A3), folosind decupări din ziare și reviste, creioane colorate, carioca, marcatori de texte, un colaj, pentru a se reprezenta pe sine.

Ședința nr. 4

-
- Obiective:**
- **identificarea și valorificarea experienței pozitive din trecut;**
 - **dezvoltarea deprinderilor de relaxare și de reglare psihică;**
 - **dezvoltarea imaginației și a creativității;**
 - **informarea copiilor despre noțiunea de „anxietate”;**
 - **analiza situațiilor școlare ce provoacă anxietatea.**
-

Materialele necesare: talisman.

- 1. Ritualul salutului.** Scopul: introducerea în activitate; crearea dispoziției de lucru. Psihologul propune o variantă a salutului: toți formează un cerc, ridicând mâna stângă cu palma în sus, cea dreaptă – cu palma în jos. În acest mod mâna se unește cu cea a vecinului, pronunțând în cor „Bu-na zi-ua”. La rostirea ultimei silabe, participanții își desprind mâinile și aplaudă. Acțiunea se reia.
- 2. Exercițiul „Plăcut și nou”.** Scopul: actualizarea experienței pozitive a participanților; coeziunea grupului. Copiii răspund pe cerc la întrebările: „Ce eveniment plăcut și nou pentru voi a avut loc în ultimele săptămâni?”, „Ce a fost amuzant și frumos?”. Câteodată, unii copii pot să răspundă că nu li s-a întâmplat nimic deosebit. Atunci, psihologul le poate reaminti că nu e neapărat ca bucuriile să fie mari. Orice fapt neesențial poate trezi emoții pozitive, ceea ce e important să reținem, acordând atenția cuvenită lucrurilor mici.
- 3. Jocul de rol „Plimbarea printr-o pădure de poveste”.** Scopul: evitarea încordării emoționale; activizarea copiilor; dezvoltarea imaginației și a creativității. Psihologul le propune copiilor să-și închipuie că se plimbă printr-o pădure de poveste, transformându-se imaginar în diferite animale (iepure, lup, vulpe, urs, șarpe, câine, pisică, broască, girafă etc.). După finisarea exercițiului copiii vorbesc despre emoțiile ce le-au încercat în timpul activității. Când se efectuează exercițiul este necesar a menține o atmosferă psihologică calmă și binevoitoare.

Discutarea temei realizate acasă

- 4. Activitatea „Discutarea noțiunii de „anxietate”.** Scopul: a înțelege sensul noțiunii de „anxietate”. Preadolescenții vor răspunde la întrebarea: „Ce asocieri le trezește termenul de „anxietate”? Ideile copiilor se notează pe tablă. În cadrul conversațiilor ulterioare, este semnificativ a-i pregăti să sesizeze că anxietatea este o stare a individului într-o perioadă limitată de timp, sau o trăsătură stabilă a personalității, care se manifestă prin neliniște, tensiune, încordare, prin incapacitatea de a înfrunța un pericol real sau imaginar, prin lipsă de energie de a se opune în fața factorilor externi ce apar ca amenințări, teamă confuză.
- 5. Exercițiul „Ce situații școlare îți provoacă încordare și neliniște?”.** Scopul: valorificarea propriei experiențe; susținerea emoțională din partea celor din jur („nu sunt unicul ce am probleme”). Participanții, pe rând, răspund la întrebarea: „Ce circumstanțe îți cauzează încordare

și îngrijorare?”. Psihologul insistă ca copiii să expună situații concrete din viața lor școlară, să nu se limiteze la „fraze generale”.

6. **Meditația „Aerul pur”.** Scopul: însușirea deprinderilor de relaxare și autoreglare a stării psihice. Copiii se relaxează și își cunosc respirația, își imaginează că inspiră aerul și îl expiră. Participanții observă că inspiră un aer pur și transparent, dar expiră un aer cafeniu și netransparent. Aceasta se întâmplă din motivul că ceea ce a avut loc pe parcursul zilei (toate neplăcerile, conflictele, emoțiile negative) sunt eliminate din organism odată cu expirarea aerului. Treptat, aerul expirat devine mai pur și mai transparent. Copiii semnalează acest proces. În final, se relatează despre experiența personală.
7. **Tehnica de relaxare „Muntele de pe umăr”.** Scopul: evitarea încordării musculare. Se face în poziție așezat sau în poziție verticală. Ridicați-vă brusc. Cât se poate de mult întindeți umerii în spate și lăsați-i în jos, coloana vertebrală trebuie să fie mereu așa.
8. **Compunerea „Sunt o persoană deosebită”.** Scopul: cunoașterea de sine, descoperirea propriilor calități, fortificarea respectului față de sine. Preadolescenții scriu o compunere pe tema „Sunt o persoană deosebită” (se pot propune și alte teme: „Despre mine”, „Emoțiile mele”).
9. **Ritualul încheierii activității.** Scopul: asimilarea experienței. Copiii răspund la întrebarea: „Ce le-a trezit interesul și ce le-a plăcut la ședință?”. Toți copiii se iau de mână, cineva dintre ei spune un banc despre școală.

Tema pentru acasă: Desenul „Portretul omului curajos”. Fiecare copil își va imagina un om îndrăzneț și îl va desena. Ulterior, preadolescenții vor elabora o compunere în care îl vor descrie pe omul curajos.

Ședința nr. 5

-
- | | |
|-------------------|---|
| Obiective: | <ul style="list-style-type: none">• verbalizarea esenței anxietății școlare;• conștientizarea problemelor legate de anxietatea școlară;• eliminarea mecanismelor de apărare și a rezistențelor;• dezvoltarea încrederii în sine. |
|-------------------|---|
-

Materialele necesare: hârtie, creioane colorate, talisman.

1. **Ritualul salutului.** Scopul: intrarea în activitate; relaxarea; crearea bunei dispoziții. Participanții merg în cerc, dansând și cântând o piesă veselă și bine cunoscută de toți.
2. **Exprimarea prin dans „Dansul în perechi”.** Scopul: stabilirea contactului dintre participanți; predispunerea copiilor pentru lucrul în grup; dezvoltarea încrederii în sine. Toți participanții se împart în perechi și se asociază unul cu altul cu spatele. În cazul unui număr impar de participanți, cel rămas fără pereche se deplasează prin sală și cântă concomitent cu muzica sau se alătură oricărei perechi. Perechile se mișcă și ele prin sală în ritm de dans, rămânând lipiți unul

de spatele celuilalt. Când melodia încetează, fiecare își caută un nou partener de dans. Perechile nu trebuie să se repete.

Discutarea temei realizate acasă

3. Desenul „Eu la școală”. Scopul: verbalizarea esenței anxietății școlare. Participanții efectuează un desen pe tema: „Eu la școală”. După ce finisează, copiii relatează ce au desenat.

4. Activitatea „Sperietori”. Scopul verbalizarea cauzelor, a factorilor ce provoacă propria anxietate școlară. Psihologul le citește copiilor o istorioară groaznică despre școală.

Istoriara: „Într-o școală a venit un băiat nou. În prima zi, după lecții, toți copiii au plecat acasă, doar băiatul a rămas la școală. Mergând prin clasele școlii, copilul s-a întâlnit cu femeia de serviciu, care i-a spus să se ducă acasă, pentru că prin școală se plimbă groaznicii „dinții roșii”. Băiatul i-a răspuns că va pleca după ce se va familiariza cu cele din școală. Mișcându-se de la o clasă la alta, copilul a intrat într-un cabinet, între timp, a adormit. Când ceasul a trecut de miezul nopții în clasă au apărut groaznicii „dinții roșii”. Ei s-au aruncat asupra băiatului și l-au mâncat. Dimineată, când elevii au venit la școală într-una din clase au găsit oase de copil. I-au verificat pe toți. „Dinții roșii” însă nu s-au mai găsit. Numai directorul nu a fost controlat. Cineva a insistat ca directorul să fie verificat căci „dinții roșii” aparțineau lui”.

Copiii trebuie să execute un desen având drept motiv istoriara citită. Se discută despre posibilitatea unui sfârșit pozitiv al acesteia. Împreună, în cerc, copiii alcătuiesc un final adecvat.

5. Exercițiul „Amintirile tămăduitoare”. Scopul: actualizarea emoțiilor pozitive; restabilirea resurselor interioare; evitarea stării depresive. Psihologul le citește copiilor următoarea instrucțiune: „Așezați-vă comod, rețineți respirația timp de 5 – 10 secunde, apoi expirați. Efectuați exercițiul de trei ori. Pe urmă, reveniți la respirația normală. Percepeți cum se relaxează corpul și conștiința. Dispar forfota, problemele, vă simțiți bine. În trecut, ați avut situații plăcute. De multă vreme, nu v-ați reamintit de ele. Unele au fost importante, altele nu, dar toate vă aduceau bucurii, fericire! Vă amintiți acum de ziua cea neobișnuită, de minutele, de orele favorabile de altădată când erați iubiți, mulțumiți, veseli, utili cuiva. Retrăiți clipele plăcute de odinioară, simțiți-le, examinați-le, revedeți-le. Numărați până la cinci și reveniți lent la realitate”.

6. Jocul „Complimentul”. Scopul: dezvoltarea încrederii în sine. Membrii grupului formează un cerc, transmitând mingea. Ceilalți trebuie să numească calitățile pozitive ale participantului care ține mingea în mână.

7. Jocul „Cercul măiestriei”. Scopul: dezvoltarea încrederii în sine. Tehnica se realizează în câteva etape:

- **Calități.** Participanții vor scrie o listă de capacități (7 – 10) pe care doresc să le îmbunătățească:

- ✓ liniștea;

- ✓ concentrarea,

- ✓ încrederea în sine,

- ✓ bunătatea.
 - **„Purtătorul”**. Aici copiii vor consemna alături de fiecare caracteristică numele unei persoane, al unui animal sau un fenomen ce se distinge prin această calitate.
 - ✓ liniștea – bradul;
 - ✓ concentrarea – laserul;
 - ✓ încrederea în sine – leul;
 - ✓ bunătatea – câinele.
 - **„Noua calitate”**. Preadolescenții scriu fiecare trăsătură pe câte o foaie aparte și încearcă s-o reprezinte.
 - **„Cercul măiestriei”**. Copiii creează „cercul măiestriei” – domeniul unde sunt concentrate toate resursele lor: capacitățile, stările, cunoștințele etc. Foaia este așezată pe podea, copilul calcă pe ea și simte tot ceea ce are.
 - **„Personificarea în purtător”**. Foile vor fi aranjate pe podea conform acelor ceasornicului, la o distanță egală de „cercul măiestriei”. Călcând pe fiecare foaie, copiii va trebui să reprezinte excelent calitatea dorită.
 - **„Integrarea”**. După ce au reușit să calce pe toate foile, copiii se reîntorc la cea cu „cercul măiestriei”. Apoi, asta vor calca și pe această foaie încercând să vadă ce s-a schimbat aici.
- 8. Ritualul încheierii activității.** Scopul: asimilarea experienței, ieșirea din activitate. Toți copii se țin de mână își iau rămas bun într-un mod cât mai neobișnuit.

Tema pentru acasă: Desenul „Colegii de clasă”. Copiii vor face un desen, în care vor înfățișa pe colegii de clasă.

Anexa 1. Model de foaie de titlu pentru mapa documentației practicei

UNIVERSITATEA PEDAGOGICĂ DE STAT “ION CREANGĂ” DIN CHIȘINĂU

FACULTATEA DE PSIHOLOGIE ȘI PSIHOPELAGOGIE SPECIALĂ

CATEDRA DE PSIHOLOGIE

MAPA DOCUMENTAȚIEI

de activitate practica a

studentei(ului) anului III, grupa....

specialitatea psihologie (psihopedagogie)

NUMELE PRENUMELE

Practica psihologică (psihopedagogică) e
promovata în

Liceul din

municipiul Chișinău

în perioada

Conducătorul practicii:

Chișinău, 2016

Anexa 2. Model de plan individual pentru practica psihologică (psihopedagogică)

Data	Direcțiile activității practice sau etapele activității practice	Conținutul de programă ce urmează să se realizeze	Evidența și analiza celor realizate

Notă: planul individual se completează pentru fiecare săptămână de practică, direcțiile activității practice trebuie să corespundă cu direcțiile de lucru a psihologului școlar.

Anexa 3. Model de foaie de titlu pentru zilnicul practicii psihologice (psihopedagogice)

UNIVERSITATEA PEDAGOGICĂ DE STAT “ION CREANGĂ” DIN CHIȘINĂU

FACULTATEA DE PSIHOLOGIE ȘI PSIHOPEDAGOGIE SPECIALĂ

CATEDRA DE PSIHOLOGIE

ZILNICUL

de activitate practică a

studentei (ului) anului III, grupa

specialitatea psihologie (psihopedagogie)

NUMELE PRENUMELE

Practica psihologică (psihopedagogică) e promovată în

Liceul din Chișinău

în perioada

Conducătorul practicii:

Chișinău, 2016

Anexa 4. Model de zilnic pentru practica psihologică (psihopedagogică)

Zilnicul practicii pentru practica psihologică (psihopedagogică) include:

- lista elevilor claselor studiate luate din registrul clasei cu indicarea reușitei școlare după datele ultimului trimestru;
- planul plasării elevilor în bănci;
- orarul sunetelor în școală;
- orarul lecțiilor;
- planul individual al studentului pe toată perioada practicii;
- observările și analizele lecțiilor asistate și a măsurilor extrașcolare.

Data	Obiectivele	Realizările	Mențiuni

Notă: Indicații cu privire la completarea zilnicului:

- 1) în zilnic trebuie să fie reflectată toată activitatea studentului;*
- 2) zilnicul trebuie să fie completat în fiecare zi;*
- 3) studentul este obligat să aibă zilnicul în fiecare zi în timpul practicii psihologice (psihopedagogice).*

Data
Clasa
Disciplina
Profesorul
Scopul

Nr.		Aprecierea	Observații
I. Activitatea de învățare			
1.	manifestă activism		
2.	este atent/ă		
3.	este perseverent/ă		
4.	înțelege și realizează sarcina		
5.	manifestă responsabilitate		
6.	reacționează la observații		
7.	adrează întrebări de clarificare		
8.	deține deprinderi de activitate independentă		
II. Relațiile cu colegii			
1.	statutul elevului/ei în clasă: lider, preferat, acceptat, respins, izolat		
2.	atitudinea elevului față de colegii săi:		
	a) prietenos/oasă		
	b) tolerant/ă		
	c) cooperant/ă		
	d) indiferent/ă		
	e) agresiv/ă		
	f) violent/ă		
III. Relațiile cu profesorii			
1.	atitudine prietenoasă		
2.	atitudine politicoasă		
3.	rezervat		
4.	lipsa de contact		
5.	brutal/ă		
6.	impertinent/ă		
IV. Comportamentul / conduita			
1.	respectă Regulamentul intern al instituției de învățământ		
2.	disciplinat/ă		
3.	stăpânire de sine		
4.	absentează frecvent de la ore		
5.	provoacă situații conflictuale		
6.	limbaj vulgar		

V. Motivația			
1.	prezența motivației		
2.	manifestă interes		
3.	curiozitate		
4.	mobilizare		
5.	răbdare		
6.	cu inițiativă		
VI. Starea emoțională			
1.	dispoziția		
2.	emotivitatea		
3.	stabilitatea emoțională		
4.	reacții afective		
VII. Alți indicatori			

CONCLUZII: _____

RECOMANDĂRI: _____

Anexa 6. Model de proces verbal al psihodiagnozei de grup

Proces verbal al psihodiagnozei de grup nr.

Liceul

Clasa

Data

Testul / Metodica:

Scopul examinării:

Prelucrarea datelor

Nr.	Numele prenumele	Valori brute	Punctaj	Nivel	*Notă
1)					
2)					
3)					
4)					
5)					
6)					
7)					
8)					
9)					
10)					
11)					
12)					
13)					
14)					
15)					
16)					
17)					
18)					
19)					
20)					
...					

Concluzii _____

Recomandări _____

Examinator _____

Proces-verbal sumativ nr.

Liceul

Clasa

Data

Testul / Metodica:

Scopul examinării:

Prelucrarea datelor

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

Concluzii _____

Recomandări _____

Examinator _____

Anexa 8. Model de proces verbal al psihodiagnozei individuale

Proces verbal al psihodiagnozei individuale nr.

Liceul

Clasa

Data

Testul / Metodica:

Scopul examinării:

Numele prenumele elevului / elevei

Prelucrarea datelor

Punctaj	Nivel	*Notă

Concluzii _____

Recomandări _____

Examinator _____

Anexa 9. Model de dare de seamă despre practica psihologică (psihopedagogică)

Darea de seamă a studentului trebuie să conțină:

1. Îndeplinirea programei practicii psihologice (psihopedagogice). Dacă au fost abateri de la programa propusă, din ce cauză, ce a fost făcut peste program, particularitățile practicii.
2. Asistarea la lecții, măsuri extrașcolare. Ce lecții au fost mai reușite, ce greutăți au fost observate, de ce.
3. Ce sarcini ați rezolvat pe parcursul practicii, cum le-ați rezolvat, ce rezultate ați obținut. În ce fel de activități ați fost antrenat.
4. Ce sarcini autodidactice ați trasat pe viitor. Ce priceperi și deprinderi ați obținut pe parcursul practicii.

PRINCIPIILE DE ACTIVITATE ALE PSIHOLOGULUI

- 1) **Principiul respectării drepturilor și demnității oricărei persoane.** Psihologul va desfășura activitatea, manifestând respect față de trăirile, experiențele, cunoștințele, valorile, ideile, opiniile și opțiunile celorlalți. Nu va manifesta inechitate pe criterii de cultură, naționalitate, etnie, rasă, religie, sex.
- 2) **Principiul competenței profesionale.** Psihologul se va angaja numai în acele activități profesionale pentru care are cunoștințele, aptitudinile, atitudinile, experiența și atestarea necesare.
- 3) **Principiul integrității morale și profesionale în toate relațiile.** Psihologul va prezenta într-o manieră onestă pregătirea și calificările sale oriunde se află în relații profesionale.
- 4) **Principiul respectului colegial.** Psihologul va manifesta față de colegii săi de profesie onestitate, corectitudine, loialitate și solidaritate. Este inadmisibil clarificarea relațiilor dintre colegi și colaboratori în prezența clienților.
- 5) **Principiul responsabilității profesionale și sociale sau principiul „Nu dăuna”.** Psihologul va manifesta o maximă responsabilitate pentru starea de bine a oricărui individ, familiei, a grupului sau a comunității față de care își exercită rolul de psiholog. El va acționa astfel încât să nu cauzeze daune sănătății, stării generale sau statului social al beneficiarului. Psihologul nu oferă informații care ar putea agrava starea individului, este prudent la recomandările oferite.
- 6) **Principiul inofensivității și caracterului adecvat al metodelor și tehnicilor psihologice aplicate.** Tehnicile aplicate trebuie să corespundă scopurilor cercetării, vârstei, studiilor, condițiilor experimentului și să nu fie periculoase pentru sănătatea individului.
- 7) **Principiul imparțialității.** Este inadmisibilă atitudinea preconcepută sau neobiectivă față de beneficiar.
- 8) **Principiul colaborării dintre psiholog și individ.** Psihologul va informa beneficiarul despre posibilitățile reale ale psihologiei contemporane în problema vizată, despre hotarele competenței și posibilităților sale.
- 9) **Principiul acceptării necondiționate a persoanei** (se referă la emoțiile beneficiarului, dar nu la acceptarea oricărui comportament). Psihologul nu face judecăți de valoare sau judecăți morale referitoare la viața beneficiarului, nu va eticheta individul, nu va pronunța aprecieri negative.

- 10) **Principiul confidențialității.** Psihologul se angajează să nu divulge informațiile furnizate de beneficiar altor persoane, aducând astfel prejudicii psihologice, morale, juridice beneficiarului. Este obligat să păstreze secretul profesional.
- 11) **Principiul nondirectivității.** Psihologul nu decide în locul beneficiarului.
- 12) **Principiul nonexploatării.** Psihologul nu va profita de persoanele față de care manifestă un ascendent de autoritate. Va evita hărțuirea, comportamentele de abuz față de cei care sunt antrenați în activitate.
- 13) **Principiul fundamentării și caracterului științific al rezultatelor cercetărilor.** Psihologul va formula rezultatele cercetării în termeni și noțiunile acceptate în știința psihologică.
- 14) **Principiul autonomiei.** Informația obținută nu va fi discutată cu persoane străine domeniului psihologiei. Psihologul nu transmite metodele și tehnicile de lucru persoanelor incompetente. Va manifesta obiectivitate și corectitudine.
- 15) **Principiul manifestării preocupării față de respectarea standardelor sau principiilor etice.** În cazul violării standardelor etice de către unul dintre colegi, psihologul este obligat să atragă, cu maximă discreție și colegialitate, atenția aceluia coleg asupra conduitei inadecvate, iar în cazul în care comportamentul non-etic persistă se va adresa organelor de resort (Comisia Metodică a Psihologilor a DGETS/minister).
- 16) **Principiul formării și dezvoltării profesionale.** Psihologul depune permanent un efort de menținere și dezvoltare profesională prin informarea continuă, prin participarea la programe de formare profesională de specialitate, prin consultări cu specialiștii din domeniu.
- 17) **Principiul instruirii și formării cunoștințelor psihologice la populația Republicii Moldova.** În scopul formării unei culturi psihologice generale, a necesității populației de a acumula cunoștințe psihologice pentru educația eficientă a copiilor de orice vârstă, specialistul va promova serviciul psihologic prin participări în mass-media: radio, TV, alte publicații.

APROBAT

Director _____

FIȘA DE POST

a psihologului școlar

1. Numele și prenumele _____
2. Funcția: psiholog școlar
 - a) locul și data nașterii _____
 - b) domiciliul _____
 - c) studii _____

 - a) formare continuă (reciclare, stagii, cursuri postuniversitare, masterat, doctorat etc.)

 - b) grad didactic _____
 - c) vechimea în muncă _____
 - d) vechimea în funcții _____

Obiectivele specifice ale activității de muncă:

- elaborarea planului individual de activitate;
- pregătirea minuțioasă și desfășurarea fiecărei activități planificate;
- participarea la adaptarea conținutului și a metodelor de însușire a programelor instructive la posibilitățile și particularitățile intelectuale și personale ale elevilor;
- efectuarea analizei psihologice a situației sociale de dezvoltare în instituțiile de învățământ, stabilirea problemelor de bază, determinarea cauzelor apariției lor și a căilor de soluționare a acestora;
- realizarea profilaxiei sănătății mentale și sociale, în dezvoltarea intelectuală, emoțională și personală a copiilor;
- contribuirea la dezvoltarea intelectuală integră a copiilor la fiecare vârstă, formarea aptitudinilor de autoeducație și autodezvoltare;
- acordarea ajutorului colectivului pedagogic în armonizarea climatului social-psihologic din instituțiile de învățământ;
- participarea în comun cu cadrele didactice și managerii școlari la pregătirea, desfășurarea activităților psihopedagogice (consilii, conferințe, mese rotunde etc.);

- acordarea ajutorului specializat părinților (tutelă, curatelă) în procesul educației, dezvoltării și a formării personalității integre și armonioase a copilului;
- contribuirea la asigurarea activității cadrelor didactice din instituțiile de învățământ cu materiale științifico-metodice din domeniul psihologiei;
- contribuirea la dezvoltarea științei psihologiei prin răspândirea și implementarea în practica instituțiilor de învățământ a realizărilor din domeniul psihologiei, prin susținerea cu responsabilitate a rolului psihologiei în societate;
- respectarea programul de lucru conform Codului Muncii al RM.

Relațiile de muncă:

- *Ierarhice:*

- Directorul general al DGETS, mun. Chișinău;

- Directorul instituției.

- *Funcționale:*

- Specialist principal responsabil de activitatea serviciului psihologic, CMM, mun. Chișinău.

Responsabilități, obligațiuni, sarcini specifice postului de muncă:

- respectă actele normative ale activității serviciului psihologic din instituție (conform regulamentului);
- respectă codul deontologic și etica profesională;
- completează și păstrează documentația în conformitate cu cerințele și recomandările de rigoare;
- contribuie la crearea unui climat psihologic favorabil în instituția preuniversitară, la diminuarea situațiilor de conflict, acordă ajutor corpului didactic în soluționarea problemelor vizând dezvoltarea psihică, emoțională, comportamentul copiilor etc.;
- poartă răspundere de calitatea și precizia examinărilor psihologice, de aplicarea testelor și formelor de interviu realizate. Psihologul nu va divulga cheia interpretării testelor copiilor, părinților, pedagogilor, persoanelor străine domeniului psihologiei;
- poartă răspundere de modul de realizare a consilierii psihologice și a orientării școlare;
- e responsabil de modul de organizare și desfășurare a activităților de psihoprofilaxie, de remediere și instruire psihologică;
- informează administrația instituției, părinții, tutorii despre carențele depistate la elevi;
- oferă informații strict necesare individului. Psihologul nu va oferi informație, care ar putea agrava starea individului; manifestă obiectivitate și corectitudine profesională.
- protejează **confidențialitatea tuturor informațiilor** adunate în timpul activității profesionale. În situațiile justificate de lege, sau în cazul unei iminente vătămări fizice,

unei posibile crime, psihologul este obligat să furnizeze informații confidențiale, fără consimțământul celor vizați;

- este obligat să depisteze caracterul clinic al problemelor copilului, să-l direcționeze la specialistul de profil și/sau la centre specializate pe lângă DGETS, Ministerul Educației sau nonguvernamentale;
- prezintă planul și raportul de activitate managerului instituției, specialistului principal, responsabil de serviciul de asistență psihologică;
- prezintă, la eliberarea din funcție toată documentația managerului principal al instituției. Toată informația legată de activitatea de psihoprofilaxie, psihodiagnostic, de dezvoltare și remediere trebuie să rămână în școală (materialul brut și actele de documentare legate de el).

Competențele postului de muncă:

a) Cunoștințe în legătură cu domeniul muncii:

- cunoștințe în domeniul psihologiei și psihopedagogiei (Psihologia vârstelor, Consiliere psihologică, Psihodiagnostic, Psihologia pedagogică);
- cunoștințe de utilizare a calculatorului (Word, Power Point, Excel, Internet etc.).

b) Abilități:

- a) de comunicare;
- b) de prezentare;
- c) de realizare a examinărilor psihologice;
- d) de consiliere psihologică;
- e) de planificare, organizare și desfășurare a sesiunilor de training;
- f) de organizare și participare în lucru de echipă.

c) Stilul de muncă:

- orientarea spre valorile general umane și spre cerințele actuale ale vieții cotidiene;
- respectul demnității umane;
- responsabilitate profesională;
- empatie și receptivitate la problemele socio-umane;
- confidențialitate;
- inițiativă și perseverență;
- obiectivitate;
- creștere profesională;
- adaptabilitate la sarcini de lucru schimbătoare;
- rezistență la sarcini repetitive.

Pregătirea necesară postului de muncă:

- de bază: studii superioare;
- complementare: cursuri speciale de formare continuă în domeniu: psihopedagogie, metodică predării disciplinei la care prestează asistența metodică, utilizarea calculatorului.

Salarizarea:

Categoria: _____

Spor la salariu: _____

Spor pentru vechimea în muncă: _____

Prima lunară: _____

Specialist principal, metodist responsabil de disciplina: _____:

(Numele, prenumele)

(semnătura)

(Data)

NOMENCLATORUL CABINETULUI DE ASISTENȚĂ PSIHOLAGICĂ*

<i>Codul</i>	<i>Denumirea</i>	<i>Notă</i>
	01. Acte normative	
01.01	Regulamentul cu privire la activitatea psihologului școlar	
01.02	Drepturile și obligațiile psihologului	
01.03	Codul deontologic al psihologului	
01.04	Regulamentul concursului municipal „Muncă. Talent. Cutezanță”.	
01.05	Portofoliul psihologului: <ul style="list-style-type: none"> • CV-ul; • Copia diplomelor de studii; • Copia certificatului de grad didactic; • Certificatele de participare la seminare, conferințe etc.; • Materialele atestării precedente. 	
	02. Acte organizațional – metodice	
02.01	Programul de lucru	
02.02	Plan anual de activitate	
02.03	Raport anual de activitate	
02.04	Registrul Serviciului de Asistență Psihologică	
02.05	Registrul de evidență a elevilor din grupul de risc	
02.06	Formarea și dezvoltarea profesională (materialele de la seminare, mese rotunde etc.).	
02.07	Psihoprofilaxie: <ul style="list-style-type: none"> • 02.07.01 Materiale de psihoprofilaxie pentru ședințe cu elevii • 02.07.02 Materiale de psihoprofilaxie pentru ședințe cu cadrele didactice • 02.07.03 Materiale de psihoprofilaxie pentru ședințe cu părinții 	
02.08	Psihodiagnostic: <ul style="list-style-type: none"> • 02.08.01 Metode psihodiagnostice pentru clasele primare • 02.08.02 Metode psihodiagnostice pentru clasele gimnaziale • 02.08.03 Metode psihodiagnostice pentru clasele liceale • 02.08.04 Metode psihodiagnostice pentru cadre didactice, părinți 	
02.09	Consiliere psihologică (individuală și de grup, materiale pentru elevi, părinți, profesori)	
02.10	Dezvoltare și remediere psihologică: <ul style="list-style-type: none"> • 02.10.01 Program de dezvoltare și remediere psihologică a abilităților de comunicare; • 02.10.02 Program de dezvoltare și remediere psihologică a încrederii în sine; • 02.10.03 Program de dezvoltare și remediere psihologică a proceselor psihice; • 02.10.04 Program de remediere psihologică în vederea diminuării agresivității etc. 	
02.11	OȘP: <ul style="list-style-type: none"> • 02.11.01 metode psihodiagnostice OȘP; • 02.11.02 programe, proiecte didactice OȘP pentru elevi • 02.11.03 programe, proiecte didactice OȘP pentru părinți • 02.11.04 informație, programe, proiecte didactice OȘP 	

	pentru cadre didactice	
02.12	Promovarea cunoștințelor psihologice (mass-media: TV, radio, ziare)	
	03. Acte speciale	
03.01	<p>Mapă pentru fiecare clasă separat unde este inclusă: lista elevilor, procesele verbale ale rezultatelor diagnosticării, materialul brut al diagnosticării de grup. Caracteristicile elevilor claselor de trecere (la solicitarea administrației, dirigintelui etc.)</p> <ul style="list-style-type: none"> • 03.01.01 clasa I • 03.01.02 clasa II • 03.01.03 clasa III • 03.01.04 clasa IV ș.a.m.d. 	
03.02	Note informative cu privire la examinarea psihologică a elevilor, a cadrelor didactice și a părinților, prezentate pe parcursul anului în cadrul consiliilor pedagogice etc.	
03.03	Fișe de examinare (Dezvoltarea și remediarea psihologică)	
03.04	Mapă pentru fișele de asistență la ore/activități	
03.05	Arhiva activității psihologice (pe 5 ani): registru, plan, raport, procese verbale, note informative.	
	04. Mediateca psihologului	
04.01	Biblioteca psihopedagogică a specialistului la disciplină	
04.02	Revista „Psihologie”, Ziarul „Школьный психолог” etc.	
04.03	Soft educațional (site-uri internet)	
04.04	Dotarea cabinetului cu instrumentarul necesar: mobilier (pentru activitate consultativă individuală, de grup și pentru relaxare), casetofon, computer, birotică (mape necesare, pixuri, creioane colorate etc.)	
04.05	Rezervă de fond (material - fișe de răspuns)	

*Aprobat în cadrul ședinței Consiliului metodic al CMM, proces verbal nr.3 din 02.04.2009.

BIBLIOGRAFIE

1. Activitatea psihopedagogului cu elevii de vârstă școlară și preadolescentă. / coord: Elena Losîi, Iulia Racu. – Chișinău: Tipografia UPS „Ion Creangă”, 2015. 138 p.
2. Birch A. Psihologia dezvoltării. tr. de L. Băiceanu. București: Tehnica. 2000. 311 p.
3. Bontilă G. Aptitudini și măsurarea lor. București, 1991.
4. Calancea A. Training-ul de dezvoltare a competențelor afective. Chișinău: Tipografia Centrală, 2012. 272 p.
5. Cosmovici A., Iacob L. Psihologie școlară. Iași: Polirom, 1999. 304 p.
6. Crețu T. Psihologia vârstelor. ed. a III-a rev. și ad. Iași: Polirom. 2009. 392 p.
7. DePino C. Violența în școală. București: Trei. 2013. 176.
8. Marian C. Agresivitatea în școală. Cluj-Napoca: Limes. 2011
9. Muntean A. Psihologia dezvoltării umane. ed. a II-a rev. și ad. Iași: Polirom. 2006. 464 p.
10. Munteanu A. Psihologia copilului și a adolescentului. Timișoara: Augusta. 1998. p. 234 – 273.
11. Losîi E., Vîrlan M. Activitatea psihologului cu copiii de vârstă preșcolară și școlară mică. Ghid practic (ediție revăzută). Chișinău: Centrul ed. Poligrafic al UPS „Ion Creangă”. 2004. 199 p.
12. Psihodiagnostica. Teste psihologice. / Coord. Ig. Racu, T. Moroz, S. Khadzhyradieva. Chișinău: IIC., 2014, 168 p.
13. Psihologia dezvoltării și psihologia pedagogică. Manual pentru colegiile pedagogice. / Coord. I. Racu, A. Bolboceanu, P. Jelescu, E. Losîi, etc. Chișinău: Univers Pedagogic. 2007. 160 p.
14. Psihoteste: Ghid pentru psihologi / Coord. L. Savca. V. I. Chișinău: Univers Pedagogic. 2008. 160 p.
15. Psihoteste: Ghid pentru psihologi / Coord. L. Savca, M. Vîrlan. V. II. Chișinău: Univers Pedagogic, 1995. 480 p.
16. Platon C. Serviciul psihologic școlar. Chișinău: Epigraf, 2001. 168 p.
17. Perjan C., Verdeș A. Orientarea școlară și profesională. Chișinău: Totex-Lux, 2013. 109 p.
18. Racu I., Racu Iu. Psihologia dezvoltării: manual. Chișinău: UPS „Ion Creangă”. 2007. 257 p.
19. Racu I., Racu Iu. Psihologia dezvoltării. Chișinău: CEP USM. 2013. 212p.
20. Racu Iu. Anxietatea la preadolescenți: abordări teoretice, diagnostic, modalități de diminuare. Chișinău: TOTEX-LUX SRL. 2013 154 p.

21. Racu Iu. Teoriile psihologice ale dezvoltării: suport de curs. Chișinău: Totex-Lux. SRL. 2013. 84 p.
22. Orientarea școlară și profesională (Îndrumări metodice). Coord.: C.Platon, M.Deleu ș.a. Chișinău: USM, 1994.
23. Șchiopu U. Psihologia modernă. București: Romania Press. 2008. 330 p.
24. Șchiopu U., Verza E. Psihologia vârstelor: ciclurile vieții. București: Didactică și Pedagogică. 1995. 480 p.
25. Vîrlan M. Direcțiile de activitate ale psihologului școlar (ghid). Chișinău: UPS „Ion Creangă”. 2008. 164 p.
26. Абрамова Г. Возрастная психология. 6–е изд. Москва: Академический Проект, 2006. 702 с.
27. Абрамова Г. Практикум по возрастной психологии: учеб. пос. для студ. вузов. 2-е изд. Москва: Академия, 1999. 320 с.
28. Анн Л. Психологический тренинг с подростками. Санкт-Петербург: Питер, 2006. 272 с.
29. Битянова М. Организация психологической работы в школе. Москва: Совершенство, 1998. 298 с.
30. Битянова М. Практикум по психологическим играм с детьми и подростками. Санкт-Петербург: Питер. 2007. 304 с.
31. Возрастная психология: Детство, отрочество, юность: Хрестоматия. Учеб. пос. для ст. пед. вузов // Сост. и науч. ред. В. Мухина, А. Хвостов. Москва: Академия. 2000. 624 с.
32. Возрастные и индивидуальные особенности младших подростков. Под. ред. Д. Эльконина, Т. Драгуновой. Москва: Просвещение. 1967. 360 с.
33. Грецов А. Практическая психология для подростков и родителей. Санкт–Петербург: Питер. 2006. 214 с.
34. Дубровина И. Школьная психологическая служба: Вопросы теорий и практики. Москва: Педагогика. 1991. 232 с.
35. Овчарова Р. Справочная книга школьного психолога. 2-е изд. Москва: Просвещение. 1996. 351 с.
36. Психология подростка. Трудный возраст от 11 до 18 лет // Под. ред. А. Реана. Москва: Прайм–Еврознак. 2006. 489 с.
37. Психология современного подростка. Под. ред. Л. Регуша. Санкт-Петербург: Речь. 2005. 400 с.

38. Психология человека от рождения до смерти. Под ред. А. Реана. Санкт–Петербург: Прайм–Еврознак. 2006. 651 с.
39. Рабочая книга школьного психолога. Под ред. И. Дубровиной. Москва: Просвещение. 1991. 303 с.
40. Райгородский Д. Подросток и семья: Хрестоматия. Самара: Бахрам. 2002, 656 с.
41. Райгородский Д. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Самара: Бахрам. 1998. 672 с.