

### Приложение № 3

Инструменты, используемые для отслеживания результатов практики:

- Инструкция по мониторингу проекта;
- Анкета для детей, воспитывающихся в замещающих семьях (автор А.А. Яковлева);
- Анкета для замещающих родителей (автор А.А. Яковлева);
- Таблица для учета данных по результатам анкетирования детей (А.А. Яковлева);
- Таблица для учета данных по результатам анкетирования родителей (А.А. Яковлева);
- Тест – опросник для определения уровня самооценки (автор С.В. Ковалев);
- Опросник «Подростки о родителях» (ADOR Е.Шафера в модификации З.Матейчика и П.Ржичана);
- Тест - опросник Г. Шмишека, К. Леонгарда;
- Анкета обратной связи для родителей (автор А.А. Яковлева);
- Методика диагностики уровня эмоционального выгорания (автор В. В. Бойко);
- Анкета обратной связи для специалистов (автор А.А. Яковлева);
- Анкета обратной связи для детей (автор А.А. Яковлева).

# Сопровождение принимающих семей в условиях отдаленных сёл и деревень

## Инструкция по мониторингу практики

[Мониторинг изменения родительских компетенций. Родители](#)

[Мониторинг изменения детско-родительских отношений. Дети](#)

[Мониторинг изменения профессиональных компетенций. Специалисты](#)

## Мониторинг изменения родительских компетенций. Родители

Кто участвует в мониторинге:

- замещающие родители, которые участвуют в проекте

Периоды измерения:

- на входе в проект
- через 6 мес. участия в проекте
- через 12 мес. участия в проекте

Инструменты измерения:

- Анкета для опроса родителей
- Тест родительских компетенций

Результаты:

- вводятся в Таблицу “Результаты: Родители” на вкладке “Данные”
- замеры по каждому участнику на старте, через 6 и через 12 месяцев проекта вводятся в отдельной строке (по фамилии)
- динамика изменений показана на вкладке “Результаты”
- во вкладке “Результаты” вносить изменения нельзя; все данные формируются автоматически

## Мониторинг изменения детско-родительских отношений. Дети

Кто участвует в мониторинге:

- дети / подростки, которые проживают в замещающих семьях и участвуют в проекте

Периоды измерения:

- на входе в проект
- через 6 мес. участия в проекте
- через 12 мес. участия в проекте

Инструменты измерения:

- Анкета для опроса детей
- Тест “Определение уровня самооценки”
- Опросник ADOR “Подростки о родителях”
- Опросник Шмишека

Результаты:

- вводятся в Таблицу “Результаты: Дети” на вкладке “Данные”
- замеры по каждому участнику на старте, через 6 и через 12 месяцев проекта вводятся в отдельной строке (по фамилии)
- динамика изменений показана на вкладке “Результаты”
- во вкладке “Результаты” вносить изменения нельзя; все данные формируются автоматически

## Мониторинг изменения профессиональных компетенций. Специалисты

Кто участвует в мониторинге:

- специалисты, которые принимают участие в мероприятиях проекта (семинары, школы, стажировочные площадки)

Периоды измерения:

- после участия в мероприятии - семинаре, школе, стажировочной площадке

Инструменты измерения:

- Анкета обратной связи для специалиста

Результаты:

- анализируются вручную и вносятся в Отчёт о мероприятии

Привет! Просим тебя заполнить эту анкету.

1. Твоя фамилия и имя \_\_\_\_\_

Согласен (согласна) ли ты с этими утверждениями:

2. Мы с моим замещающим родителем хорошо понимаем друг друга

совсем не согласен(на)                      совершенно согласен(на)  
это совсем не так            1     2     3     4     5     6     7            это абсолютно так

3. Мы с моим замещающим родителем хорошо ладим, живём в согласии

совсем не согласен(на)                      совершенно согласен(на)  
это совсем не так            1     2     3     4     5     6     7            это абсолютно так

4. Мы с моим замещающим родителем вместе проводим досуг

совсем не согласен(на)                      совершенно согласен(на)  
это совсем не так            1     2     3     4     5     6     7            это абсолютно так

5. Я знаю историю своей кровной семьи

совсем не согласен(на)                      совершенно согласен(на)  
это совсем не так            1     2     3     4     5     6     7            это абсолютно так

6. Что полезного для себя ты узнал(а), участвуя в Проекте? (Если ты пока не участвовал в Проекте, то пропусти этот вопрос)

\_\_\_\_\_

7. Какие проблемы у тебя есть сейчас в твоей замещающей семье? Напиши, и мы постараемся помочь:

\_\_\_\_\_

Спасибо тебе за ответы!

# Анкета для замещающих родителей

Чтобы оценить ваши родительские знания и умения, просим Вас заполнить анкету.

1. Фамилия, имя, отчество \_\_\_\_\_

2. Как давно вы участвуете в Проекте (Впишите число месяцев. Поставьте "0", если только начинаете участие в Проекте) \_\_\_\_\_

3. Оцените, пожалуйста, свои знания на данный момент:

Особенности адаптации детей в замещающих семьях	<i>очень мало знаю</i>	1	2	3	4	5	6	7	<i>очень много знаю</i>
Формирование привязанности у детей	<i>очень мало знаю</i>	1	2	3	4	5	6	7	<i>очень много знаю</i>
Возрастные кризисы у детей	<i>очень мало знаю</i>	1	2	3	4	5	6	7	<i>очень много знаю</i>
Трудное поведение детей	<i>очень мало знаю</i>	1	2	3	4	5	6	7	<i>очень много знаю</i>
Права детей	<i>очень мало знаю</i>	1	2	3	4	5	6	7	<i>очень много знаю</i>
Права замещающих родителей	<i>очень мало знаю</i>	1	2	3	4	5	6	7	<i>очень много знаю</i>
Обязанности замещающих родителей	<i>очень мало знаю</i>	1	2	3	4	5	6	7	<i>очень много знаю</i>
Льготы, пособия и другие формы поддержки замещающих семей	<i>очень мало знаю</i>	1	2	3	4	5	6	7	<i>очень много знаю</i>

4. Оцените, пожалуйста, своё согласие или несогласие со следующими утверждениями:

Я могу решать проблемы, связанные с адаптацией ребёнка в замещающей семье	<i>совсем не согласен(а)</i>	1	2	3	4	5	6	7	<i>полностью согласен(а)</i>
Я могу решать проблемы, связанные с возрастными кризисами ребёнка	<i>совсем не согласен(а)</i>	1	2	3	4	5	6	7	<i>полностью согласен(а)</i>
Я могу решать проблемы, связанные с трудным поведением ребёнка	<i>совсем не согласен(а)</i>	1	2	3	4	5	6	7	<i>полностью согласен(а)</i>
Я могу выстраивать отношения со школой, в которой учится ребёнок	<i>совсем не согласен(а)</i>	1	2	3	4	5	6	7	<i>полностью согласен(а)</i>
У меня не возникает конфликтов с педагогами школы, специалистами КДН	<i>совсем не согласен(а)</i>	1	2	3	4	5	6	7	<i>полностью согласен(а)</i>
Я могу организовать семейный досуг	<i>совсем не согласен(а)</i>	1	2	3	4	5	6	7	<i>полностью согласен(а)</i>

**5. Оцените, пожалуйста, своё эмоциональное выгорание сейчас**

*очень слабое или почти нет*      1      2      3      4      5      6      7      *очень сильное*

**6. Какое мероприятие Проекта было наиболее полезно для Вас как для замещающего родителя? Почему? (Если вы пока не принимали участие в мероприятиях Проекта, то пропустите этот вопрос)**

---

**7. Какие проблемы или сложности есть сейчас в вашей замещающей семье? Напишите, пожалуйста, и мы постараемся помочь вам их решить:**

---

***Благодарим вас за участие!***

Индекс	Программа 2017																							
	Часть 1				Часть 2														Часть 3					
	Индекс	Наименование	Средняя стоимость	Средняя стоимость	Индекс	Наименование	Средняя стоимость	Средняя стоимость	Индекс	Наименование	Средняя стоимость	Средняя стоимость	Индекс	Наименование	Средняя стоимость	Средняя стоимость	Индекс	Наименование	Средняя стоимость	Средняя стоимость	Индекс	Наименование	Средняя стоимость	Средняя стоимость
01					02				03				04				05				06			









## ТЕСТ-ОПРОСНИК ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ УРОВНЯ САМООЦЕНКИ

Автор С. В. Ковалев

Литературный источник: Шайгородский, Ю. Ж. Точка отсчета. – Омск, 1992. – С. 19–22.

**Цель:** определение уровня самооценки личности.

**Оснащение:** лист ответов.

### Инструкция

Вам предлагаются 32 суждения и пять возможных вариантов ответов, каждый из которых соответствует определенному количеству баллов. Выражая степень своего согласия с суждениями, вы проставляете баллы:

4 – очень часто;

3 – часто;

2 – иногда;

1 – редко;

0 – никогда.

1. Мне хочется, чтобы мои друзья подбадривали меня.
2. Постоянно чувствую свою ответственность за работу (учебу).
3. Я беспокоюсь о своем будущем.
4. Многие меня ненавидят.
5. Я обладаю меньшей инициативой, нежели другие.
6. Я беспокоюсь за свое психическое состояние.
7. Я боюсь выглядеть глупцом.
8. Внешний вид других куда лучше, чем мой.
9. Я боюсь выступать с речью перед незнакомыми людьми.
10. Я часто допускаю ошибки.
11. Как жаль, что я не умею говорить как следует с людьми.
12. Как жаль, что мне не хватает уверенности в себе.
13. Мне бы хотелось, чтобы мои действия одобрялись другими чаще.
14. Я слишком скромн.
15. Моя жизнь бесполезна.
16. Многие неправильного мнения обо мне.
17. Мне не с кем поделиться своими мыслями.
18. Люди ждут от меня многого.
19. Люди не особенно интересуются моими достижениями.
20. Я слегка смущаюсь.
21. Я чувствую, что многие люди не понимают меня.
22. Я не чувствую себя в безопасности.
23. Я часто понапрасну волнуюсь.
24. Я чувствую себя неловко, когда вхожу в комнату, где уже сидят люди.
25. Я чувствую себя скованным.
26. Я чувствую, что люди говорят обо мне за моей спиной.
27. Я уверен, что люди почти все принимают легче, чем я.
28. Мне кажется, что со мной должна случиться какая-нибудь неприятность.
29. Меня волнует мысль о том, как люди относятся ко мне.
30. Как жаль, что я не так общителен.
31. В спорах я высказываюсь только тогда, когда уверен в своей правоте.
32. Я думаю о том, чего ждут от меня люди.

**Обработка результатов** проводится суммированием баллов по всем 32 суждениям.

***Интерпретация результатов***

– Сумма баллов **от 0 до 25** говорит о *высоком уровне самооценки*, при котором человек, как правило, не отягощен сомнениями, адекватно реагирует на замечания других и трезво оценивает свои действия;

– сумма баллов **от 26 до 45** свидетельствует о *среднем уровне самооценки*. Человек с таким уровнем самооценки время от времени ощущает необъяснимую неловкость во взаимоотношениях с другими людьми, нередко недооценивает себя и свои способности без достаточных на то оснований.

– сумма баллов **от 46 до 128** указывает на *низкий уровень самооценки*, при котором человек нередко болезненно переносит критические замечания в свой адрес, чаще старается подстроиться под мнение других людей, сильно страдает от избыточной застенчивости.

## **ADOR «Подростки о родителях»**

### **Мой отец (моя мать)**

1. Очень часто улыбается мне.
2. Категорически требует, чтобы я усвоил(а), что могу делать, а что нет.
3. Недостаточно терпелив(а) по отношению ко мне.
4. Когда я ухожу, сам(а) решает , когда я должен (должна) вернуться.
5. Всегда быстро забывает то, что сам(а) говорит или приказывает.
6. Когда у меня плохое настроение, советует мне успокоиться или развеселиться.
7. Считает, что для меня должно существовать много правил, которые я обязан(а) выполнять.
8. Постоянно на меня кому-то жалуется.
9. Предоставляет мне столько свободы, сколько мне надо.
10. За одно и то же один раз наказывает, а другой – прощает.
11. Очень любит делать что-нибудь вместе.
12. Если поручает мне какую-нибудь работу, то считает, что я должен (должна) делать только ее, пока не закончу.

13. Начинает сердиться и возмущаться по поводу любого пустяка, который я сделал(а).
14. Могу идти куда захочу и не спрашивать у него (нее) разрешения.
15. В зависимости от моего настроения отказывается от многих своих дел.
16. Когда мне грустно, пытается развеселить и воодушевить меня.
17. Всегда настаивает на том, что за все мои проступки я должен (должна) быть наказан(а).
18. Мало интересуется тем, что меня волнует и чего я хочу.
19. Если бы мне захотелось, то я мог(ла) бы идти куда захочу каждый вечер.
20. Имеет определенные правила, но иногда соблюдает их, а иногда - нет.
21. Всегда с пониманием выслушивает мои взгляды и мнения.
22. Следит за тем, чтобы я всегда делал(а) то, что мне сказано.
23. Иногда у меня возникает ощущение, что я ему (ей) противен.
24. Позволяет мне делать практически все, что мне нравится.
25. Меняет свои решения так, как придет в голову или как ему (ей) будет удобно.
26. Часто хвалит меня за что-либо.
27. Всегда точно хочет знать, что я делаю и где нахожусь.
28. Хотел(а) бы, чтобы я стал(а) другим (другой), изменился (изменилась).
29. Позволяет мне самому (самой) выбирать себе дело по душе.
30. Иногда очень легко меня прощает, а иногда - нет.
31. Старается открыто доказать, что любит меня.
32. Всегда следит за тем, что я делаю на улице или в школе.
33. Если я сделаю что-нибудь не так, постоянно и везде говорит об этом.
34. Предоставляет мне много свободы. Редко говорит «должен» или «нельзя».
35. Очень тяжело заранее определить, как поступит, когда я сделаю что-нибудь плохое или хорошее.
36. Считает, что я должен (должна) иметь собственное мнение по каждому вопросу.
37. Всегда тщательно следит за тем, каких друзей я имею.
38. Когда его (ее) чем-то расстрою, не будет со мной говорить, пока я не начну.
39. Всегда легко меня прощает.

40. Хвалит и наказывает очень непоследовательно: иногда слишком много, а иногда слишком мало.
41. Всегда находит время для меня, когда это мне необходимо.
42. Постоянно указывает мне, как себя вести.
43. Вполне возможно, что в сущности меня ненавидит.
44. Проведение каникул я планирую по собственному желанию.
45. Иногда может обидеть, а иногда бывает добрым (доброй) и признательным (признательной).
46. Всегда откровенно ответит на любой вопрос, о чем бы я ни спросил(а).
47. Часто проверяет, все ли я убрал(а), как было велено.
48. Чувствую, что он (она) пренебрегает мною.
49. Моя комната или уголок - это моя крепость: могу убирать ее или нет, он (она) в эти вопросы не вмешивается.
50. Очень тяжело разобраться в его (ее) желаниях и указаниях.

### Обработка результатов

После того как подросток заполнил оба бланка (на отца и на мать), все полученные данные сводятся в «Регистрационный лист» (см. ниже) отдельно на мать и на отца. Затем по каждому параметру подсчитывается арифметическая сумма «сырых» баллов (POZ - позитивный интерес, DIR - директивность, NOS - враждебность, AUT - автономность и NED - непоследовательность). Далее «сырые» баллы переводятся в стандартные в соответствии с таблицами, приведенными в публикации авторов русскоязычной версии теста. Значения стандартных баллов варьируются от 1 до 5 со средним баллом 3.

Если по параметру набрано 1 - 2 балла, то можно говорить, что он слабо выражен, если же 4 - 5, то измеряемое качество выражено вполне отчетливо. Затем на специальном бланке, приведенном ниже, строятся оценочные профили отношений матери и отца. Именно анализ типов профилей сделали Л. И. Вассерман и его коллеги особенностью клинического анализа результатов тестирования по методике «Подростки о родителях».

БЛАНК РЕГИСТРАЦИИ РЕЗУЛЬТАТОВ				
Ф.И.О.				
Возраст				





## Обработка данных, полученных по методике «Подростки о родителях» ADOR Е.Шафера в модифиции З.Матейчика и П.Ржичана

После того как подросток заполнил оба бланка (на отца и на мать), все полученные данные сводятся в «оценочный лист» отдельно на мать и на отца. Затем по каждому параметру подсчитывается арифметическая сумма сырых баллов.

К шкале позитивный интереса относятся вопросы 1, 6, 11, 16, 21, 26, 31, 36, 41, 46.

К шкале директивности — 2, 7, 12, 17, 22, 27, 32, 37, 42, 47.

К шкале враждебности — 3, 8, 13, 18, 23, 28, 33, 38, 43, 48.

К шкале автономности — 4, 9, 14, 19, 24, 29, 34, 39, 44, 49.

К шкале непоследовательности — 5, 10, 15, 20, 25, 30, 35, 40, 45, 50.

# Тест - опросник Г. Шмишека, К. Леонгарда. Методика Акцентуации характера и темперамента личности.

Тест - опросник Г. Шмишека, К. Леонгарда предназначен для диагностики типа акцентуации личности, опубликован Г. Шмишеком в 1970 г и является модификацией "Методики изучения акцентуаций личности К. Леонгарда". Методика предназначена для диагностики акцентуаций характера и темперамента. Согласно К. Леонгарду акцентуация -это "заострение" некоторых, присущих каждому человеку, индивидуальных свойств.

Акцентуированные личности не являются патологическими, другими словами они нормальные. В них потенциально заложены как возможности социально положительных достижений, так и социально отрицательный заряд.

Выделенные Леонгардом 10 типов акцентуированных личностей разделены на две группы: акцентуации характера (демонстративный, педантичный, застревающий, возбудимый) и акцентуации темперамента (гипертимический, дистимический, тревожно-боязливый, циклотимический, аффективный, эмотивный).

Тест предназначен для выявления акцентуированных свойств характера и темперамента лиц подросткового, юношеского возраста и взрослых. Характерологический тест Шмишека подходит для учета акцентуаций характера в процессе обучения, профессионального отбора, психологического консультирования, [профориентации](#).

*Тест - опросник Шмишека, К. Леонгарда. Методика Акцентуации характера и темперамента:*

## ***Инструкция:***

Вам будут предложены утверждения, касающиеся вашего характера. Отвечайте, долго не раздумывая, вы можете выбрать один из двух ответов: "да" или "нет", других вариантов ответов нет. Свой ответ нужно отметить в ответном бланке, поставив крестик в окошке "да" или "нет" напротив цифры, соответствующей номеру вопроса.

## ***Стимульный материал.***

1. Является ли ваше настроение в общем веселым и беззаботным?
2. Восприимчивы ли вы к обидам?
3. Случалось ли вам иногда быстро заплакать?
4. Всегда ли вы считаете себя правым в том деле, которое делаете, и вы не успокоитесь, пока не убедитесь в этом?
5. Считаете ли вы себя более смелым, чем в детском возрасте?
6. Может ли ваше настроение меняться от глубокой радости до глубокой печали?
7. Находитесь ли вы в компании в центре внимания?
8. Бывают ли у вас дни, когда вы без достаточных оснований находитеесь в угрюмом и раздражительном настроении и ни с кем не хотите разговаривать?
9. Серьезный ли вы человек?
10. Можете ли вы сильно воодушевиться?

11. Предприимчивы ли вы?
12. Быстро ли вы забываете, если вас кто-нибудь обидит?
13. Мягкосердечный ли вы человек?
14. Пытаетесь ли вы проверить после того, как опустили письмо в почтовый ящик, не осталось ли оно висеть в прорези?
15. Всегда ли вы стараетесь быть добросовестным в работе?
16. Испытывали ли вы в детстве страх перед грозой или собаками?
17. Считаете ли вы других людей недостаточно требовательными друг к другу?
18. Сильно ли зависит ваше настроение от жизненных событий и переживаний?
19. Всегда ли вы прямодушны со своими знакомыми?
20. Часто ли ваше настроение бывает подавленным?
21. Был ли у вас раньше истерический припадок или истощение нервной системы?
22. Склонны ли вы к состояниям сильного внутреннего беспокойства или страстного стремления?
23. Трудно ли вам длительное время просидеть на стуле?
24. Боретесь ли вы за свои интересы, если кто-то поступает с вами несправедливо?
25. Смогли бы вы убить человека?
26. Сильно ли вам мешает косо висящая гардина или неровно настланная скатерть, настолько, что вам хочется немедленно устранить эти недостатки?
27. Испытывали ли вы в детстве страх, когда оставались одни в квартире?
28. Часто ли у вас без причины меняется настроение?
29. Всегда ли вы старательно относитесь к своей деятельности?
30. Быстро ли вы можете разгневаться?
31. Можете ли вы быть бесшабашно веселым?
32. Можете ли вы иногда целиком проникнуться чувством радости?
33. Подходите ли вы для проведения увеселительных мероприятий?
34. Высказываете ли вы обычно людям свое откровенное мнение по тому или иному вопросу?
35. Влияет ли на вас вид крови?
36. Охотно ли вы занимаетесь деятельностью, связанной с большой ответственностью?
37. Склонны ли вы вступить за человека, с которым поступили несправедливо?
38. Трудно ли вам входить в темный подвал?
39. Выполняете ли вы кропотливую черную работу так же медленно и тщательно, как и любимое вами дело?
40. Являетесь ли вы общительным человеком?
41. Охотно ли вы декламировали в школе стихи?
42. Убегали ли вы ребенком из дома?
43. Тяжело ли вы воспринимаете жизнь?
44. Бывали ли у вас конфликты и неприятности, которые так изматывали вам нервы, что вы не выходили на работу?
45. Можно ли сказать, что вы при неудачах не теряете чувство юмора?
46. Сделаете ли вы первым шаг к примирению, если вас кто-то оскорбит?
47. Любите ли вы животных?
48. Уйдете ли вы с работы или из дому, если у вас там что-то не в порядке?
49. Мучают ли вас неопределенные мысли, что с вами или с вашими родственниками случится какое-нибудь несчастье?
50. Считаете ли вы, что настроение зависит от погоды?
51. Затруднит ли вас выступить на сцене перед большим количеством зрителей?
52. Можете ли вы выйти из себя и дать волю рукам, если вас кто-то умышленно грубо рассердит?
53. Много ли вы общаетесь?
54. Если вы будете чем-либо разочарованы, придете ли в отчаяние?

55. Нравится ли вам работа организаторского характера?
56. Упорно ли вы стремитесь к своей цели, даже если на пути встречается много препятствий?
57. Может ли вас так захватить кинофильм, что слезы выступят на глазах?
58. Трудно ли вам будет заснуть, если вы целый день размышляли над своим будущим или какой-нибудь проблемой?
59. Приходилось ли вам в школьные годы пользоваться подсказками или списывать у товарищей домашнее задание?
60. Трудно ли вам пойти ночью на кладбище?
61. Следите ли вы с большим вниманием, чтобы каждая вещь в доме лежала на своем месте?
62. Приходилось ли вам лечь спать в хорошем настроении, а проснуться в удрученном и несколько часов оставаться в нем?
63. Можете ли вы с легкостью приспособиться к новой ситуации?
64. Есть ли у вас предрасположенность к головной боли?
65. Часто ли вы смеетесь?
66. Можете ли вы быть приветливым с людьми, не открывая своего истинного отношения к ним?
67. Можно ли вас назвать оживленным и бойким человеком?
68. Сильно ли вы страдаете из-за несправедливости?
69. Можно ли вас назвать страстным любителем природы?
70. Есть ли у вас привычка проверять перед сном или перед тем, как уйти, выключен ли газ и свет, закрыта ли дверь?
71. Пугливы ли вы?
72. Бывает ли, что вы чувствуете себя на седьмом небе, хотя объективных причин для этого нет?
73. Охотно ли вы участвовали в юности в кружках художественной самодеятельности, в театральном кружке?
74. Тянет ли вас иногда смотреть вдаль?
75. Смотрите ли вы на будущее пессимистически?
76. Может ли ваше настроение измениться от высочайшей радости до глубокой тоски за короткий период времени?
77. Легко ли поднимается ваше настроение в дружеской компании?
78. Переносите ли вы злость длительное время?
79. Сильно ли вы переживаете, если горе случилось у другого человека?
80. Была ли у вас в школе привычка переписывать лист в тетради, если вы поставили на него кляксу?
81. Можно ли сказать, что вы больше недоверчивы и осторожны, нежели доверчивы?
82. Часто ли вы видите страшные сны?
83. Возникла ли у вас мысль против воли броситься из окна, под приближающийся поезд?
84. Становитесь ли вы радостным в веселом окружении?
85. Легко ли вы можете отвлечься от обременительных вопросов и не думать о них?
86. Трудно ли вам сдерживать себя, если вы разозлитесь?
87. Предпочитаете ли вы молчать (да), или вы словоохотливы (нет)?
88. Могли бы вы, если пришлось бы участвовать в театральном представлении, с полным проникновением и перевоплощением войти в роль и забыть о себе?

**Ответный бланк к тесту опроснику Шмишека Леонгарда.**

Фамилия. Имя. Отчество \_\_\_\_\_ Возраст \_\_\_\_\_ (полных лет) Пол М Ж

Должность \_\_\_\_\_ Стаж: общий \_\_\_\_\_ педагогический \_\_\_\_\_ в должности \_\_\_\_\_

Дата заполнения \_\_\_\_\_

№	Да	Нет	№	Да	Нет	№	Да	Нет	№	Да	Нет	№	Да	Нет	№	Да	Нет	№	Да	Нет	№	Да	Нет	Сумма	Балл	
1			12			23			34			45			56			67			78					
2			13			24			35			46			57			68			79					
3			14			25			36			47			58			69			80					
4			15			26			37			48			59			70			81					
5			16			27			38			49			60			71			82					
6			17			28			39			50			61			72			83					
7			18			29			40			51			62			73			84					
8			19			30			41			52			63			74			85					
9			20			31			42			53			64			75			86					
10			21			32			43			54			65			76			87					
11			22			33			44			55			66			77			88					
№	Да	Нет	№	Да	Нет	№	Да	Нет	№	Да	Нет	№	Да	Нет	№	Да	Нет	№	Да	Нет	№	Да	Нет	Сумма	Балл	

### ***Ключ тесту опроснику Шмишека Леонгарда.***

По каждой шкале подсчитываются *плюсы* (положительные ответы на указанные вопросы) и *минусы* (отрицательные ответы на соответствующие шкале вопросы). Затем полученные баллы (плюсы и минусы) по шкале суммируются и результат умножается на *коэффициент* – при каждом типе акцентуации свой. В результате обработки результатов тестирования получится 10 показателей, соответствующих выраженности той или иной акцентуации личности по К. Леонгарду.

#### *Акцентуации характера*

#### **1. Демонстративность, истероидность x2 (получившееся значение шкалы умножить на 2)**

Сложить (+) : 7, 19, 22, 29, 41, 44, 63, 66, 73, 85, 88

Вычесть (—) : 51

#### **2. Застревание, ригидность x2**

+: 2, 15, 24, 34, 37, 56, 68, 78, 81

—: 12, 46, 59

#### **3. Педантичность x2**

+: 4, 14, 17, 26, 39, 48, 58, 61, 70, 80, 83

—: 36

#### **4. Неуравновешенность, возбудимость x3**

+: 8, 20, 30, 42, 52, 64, 74, 86

—: Нет

#### *Акцентуации темперамента*

#### **5. Гипертимность x3**

+: 1, 11, 23, 33, 45, 55, 67, 77

—: Нет

#### **6. Дистимичность x3**

+: 9, 21, 43, 75, 87

-: 31, 53, 65

#### **7. Тревожность, боязливость x3**

+: 16, 27, 38, 49, 60, 71, 82

-: 5

### **8. Циклотимичность хЗ**

+: 6, 18, 28, 40, 50, 62, 72, 84

—: Нет

### **9. Аффективность, экзальтированность хб**

+: 10, 32, 54, 76

—: Нет

### **10. Эмотивность, лабильность хЗ**

+: 3, 13, 35, 47, 57, 69, 79

— : 25

### ***Интерпретация к тесту опроснику Шмишека Леонгарда.***

Максимальный показатель по каждому типу акцентуации (по каждой шкале опросника) равен 24 балла. Полученные данные могут быть представлены в виде "профиля акцентуаций личности":

По некоторым источникам, признаком акцентуации считается величина, превосходящая 12 баллов. Другие же основания практического применения опросника указывают, что сумма баллов в диапазоне от 15 до 18 говорит лишь о тенденции к тому или иному типу акцентуации. И лишь в случае превышения 19 баллов личность является акцентуированной.

Таким образом, вывод о степени выраженности акцентуации делается на основании следующих показателей по шкалам:

0-12 – свойство не выражено

13-18 – средняя степень выраженности свойства (тенденция к тому или иному типу акцентуации личности)

19-24 – признак акцентуации

### **Описание типов акцентуаций личности по К. Леонгарду**

**1. Демонстративный тип.** Характеризуется повышенной способностью к вытеснению, демонстративностью поведения, живостью, подвижностью, легкостью в установлении контактов. Склонен к фантазерству, лживости и притворству, направленным на



приукрашивание своей персоны, авантюризму, артистизму, к позерству. Им движет стремление к лидерству, потребность в признании, жажда постоянного внимания к своей персоне, жажда власти, похвалы; перспектива быть незамеченным отягощает его. Он демонстрирует высокую приспособляемость к людям, эмоциональную лабильность (легкую смену настроений) при отсутствии действительно глубоких чувств, склонность к интригам (при внешней мягкости манеры общения). Отмечается беспредельный эгоцентризм, жажда восхищения, сочувствия, почитания, удивления. Обычно похвала других в его присутствии вызывает у него особо неприятные ощущения, он этого не выносит. Стремление к компании обычно связано с потребностью ощутить себя лидером, занять исключительное положение. Самооценка сильно далека от объективности. Может раздражать своей самоуверенностью и высокими притязаниями, сам систематически провоцирует конфликты, но при этом активно защищается. Обладая патологической способностью к вытеснению, он может полностью забыть то, о чем он не желает знать. Это расковывает его во лжи. Обычно лжет с невинным лицом, поскольку то, о чем он говорит, в данный момент, для него является правдой; по-видимому, внутренне он не осознает свою ложь, или же осознает очень неглубоко, без заметных угрызений совести. Способен увлечь других неординарностью мышления и поступков.

**2. Застревающий тип.** Его характеризует умеренная общительность, занудливость, склонность к нравоучениям, неразговорчивость. Часто страдает от мнимой несправедливости по отношению к нему. В связи с этим проявляет настороженность и недоверчивость по отношению к людям, чувствителен к обидам и огорчениям, уязвим, подозрителен, отличается мстительностью, долго переживает происшедшее, не способен "легко отходить" от обид. Для него характерна заносчивость, часто выступает инициатором конфликтов. Самонадеянность, жесткость установок и взглядов, сильно развитое честолюбие часто приводят к настойчивому утверждению своих интересов, которые он отстаивает с особой энергичностью. Стремится добиться высоких показателей в любом деле, за которое берется и проявляет большое упорство в достижении своих целей. Основной чертой является склонность к аффектам (правдолюбие, обидчивость, ревность, подозрительность), инертность в проявлении аффектов, в мышлении, в моторике.

**3. Педантичный тип.** Характеризуется ригидностью, инертностью психических процессов, тяжестью на подъем, долгим переживанием травмирующих событий. В конфликты вступает редко, выступая скорее пассивной, чем активной стороной. В то же время очень сильно реагирует на любое проявление нарушения порядка. На службе ведет себя как бюрократ, предъявляя окружающим много формальных требований. Пунктуален, аккуратен, особое внимание уделяет чистоте и порядку, скрупулезен, добросовестен, склонен жестко следовать плану, в выполнении действий нетороплив, усидчив, ориентирован на высокое качество работы и особую аккуратность, склонен к частым самопроверкам, сомнениям в правильности выполненной работы, брюзжанию, формализму. С охотой уступает лидерство другим людям.

**4. Возбудимый тип.** Недостаточная управляемость, ослабление контроля над влечениями и побуждениями сочетаются у людей такого типа с властью физиологических влечений. Ему характерна повышенная импульсивность, инстинктивность, грубость, занудство, угрюмость, гневливость, склонность к хамству и брани, к трениям и конфликтам, в которых сам и является активной, провоцирующей стороной. Раздражителен, вспыльчив, часто меняет место работы, неуживчив в коллективе. Отмечается низкая контактность в общении, замедленность вербальных и невербальных реакций, тяжеловесность поступков. Для него никакой труд не становится привлекательным, работает лишь по мере необходимости, проявляет такое же нежелание учиться. Равнодушен к будущему,

целиком живет настоящим, желая извлечь из него массу развлечений. Повышенная импульсивность или возникающая реакция возбуждения гасятся с трудом и могут быть опасны для окружающих. Он может быть властным, выбирая для общения наиболее слабых.

**5. Гипертимический тип.** Людей этого типа отличает большая подвижность, общительность, болтливость, выраженность жестов, мимики, пантомимики, чрезмерная самостоятельность, склонность к озорству, недостаток чувства дистанции в отношениях с другими. Часто спонтанно отклоняются от первоначальной темы в разговоре. Везде вносят много шума, любят компании сверстников, стремятся ими командовать. Они почти всегда имеют очень хорошее настроение, хорошее самочувствие, высокий жизненный тонус, нередко цветущий вид, хороший аппетит, здоровый сон, склонность к чревоугодию и иным радостям жизни. Это люди с повышенной самооценкой, веселые, легкомысленные, поверхностные и, вместе с тем, деловитые, изобретательные, блестящие собеседники; люди, умеющие развлекать других, энергичные, деятельные, инициативные. Большое стремление к самостоятельности может служить источником конфликтов. Им характерны вспышки гнева, раздражения, особенно когда они встречают сильное противодействие, терпят неудачу. Склонны к аморальным поступкам, повышенной раздражительности, прожектерству. Испытывают недостаточно серьезное отношение к своим обязанностям. Они трудно переносят условия жесткой дисциплины, монотонную деятельность, вынужденное одиночество.

**6. Дистимический тип.** Люди этого типа отличаются серьезностью, даже подавленностью настроения, медлительностью, слабостью волевых усилий. Для них характерны пессимистическое отношение к будущему, заниженная самооценка, а также низкая контактность, немногословность в беседе, даже молчаливость. Такие люди являются домоседами, индивидуалистами; общества, шумной компании обычно избегают, ведут замкнутый образ жизни. Часто угрюмы, заторможены, склонны фиксироваться на теневых сторонах жизни. Они добросовестны, ценят тех, кто с ними дружит и готовы им подчиниться, располагают обостренным чувством справедливости, а также замедленностью мышления.

**7. Тревожный тип.** Людям данного типа свойственны низкая контактность, минорное настроение, робость, пугливость, неуверенность в себе. Дети тревожного типа часто боятся темноты, животных, страшатся оставаться одни. Они сторонятся шумных и бойких сверстников, не любят чрезмерно шумных игр, испытывают чувство робости и застенчивости, тяжело переживают контрольные, экзамены, проверки. Часто стесняются отвечать перед классом. Охотно подчиняются опеке старших, нотации взрослых могут вызвать у них угрызения совести, чувство вины, слезы, отчаяние. У них рано формируется чувство долга, ответственности, высокие моральные и этические требования. Чувство собственной неполноценности стараются замаскировать в самоутверждении через те виды деятельности, где они могут в большей мере раскрыть свои способности. Свойственные им с детства обидчивость, чувствительность, застенчивость мешают сблизиться с теми, с кем хочется, особо слабым звеном является реакция на отношение к ним окружающих. Непереносимость насмешек, подозрения сопровождаются неумением постоять за себя, отстоять правду при несправедливых обвинениях. Редко вступают в конфликты с окружающими, играя в них в основном пассивную роль, в конфликтных ситуациях они ищут поддержки и опоры. Они обладают дружелюбием, самокритичностью, исполнительностью. Вследствие своей беззащитности нередко служат "козлами отпущения", мишенями для шуток.

**8. Циклотимный тип.** Характеризуется сменой гипертимных и дистимных состояний. Им свойственны частые периодические смены настроения, а также зависимость от внешних событий. Радостные события вызывают у них картины гипертимии: жажда деятельности, повышенная говорливость, скачка идей; печальные— подавленность, замедленность реакций и мышления, так же часто меняется их манера общения с окружающими людьми. В подростковом возрасте можно обнаружить два варианта циклотимической акцентуации: типичные и лабильные циклоиды. Типичные циклоиды в детстве обычно производят впечатление гипертимных, но затем проявляется вялость, упадок сил, то, что раньше давалось легко, теперь требует непомерных усилий. Прежде шумные и бойкие, они становятся вялыми домоседами, наблюдается падение аппетита, бессонница, или, наоборот, сонливость. На замечания реагируют раздражением, даже грубостью и гневом, в глубине души, однако, впадая при этом в уныние, глубокую депрессию, не исключены суицидальные попытки. Учатся неровно, случившиеся упущения наверстывают с трудом, порождают в себе отвращение к занятиям. У лабильных циклоидов фазы смены настроения обычно короче, чем у типичных циклоидов. "Плохие" дни отмечаются более насыщенными дурным настроением, чем вялостью. В период подъема выражены желания иметь друзей, быть в компании. Настроение влияет на самооценку.

**9. Экзальтированный тип.** Яркая черта этого типа— способность восторгаться, восхищаться, а также— улыбчивость, ощущение счастья, радости, наслаждения. Эти чувства у них могут часто возникать по причине, которая у других не вызывает большого подъема, они легко приходят в восторг от радостных событий и в полное отчаяние— от печальных. Им свойственна высокая контактность, словоохотливость, влюбчивость. Такие люди часто спорят, но не доводят дела до открытых конфликтов. В конфликтных ситуациях они бывают как активной, так и пассивной стороной. Они привязаны к друзьям и близким, альтруистичны, имеют чувство сострадания, хороший вкус, проявляют яркость и искренность чувств. Могут быть паникерами, подвержены сиюминутным настроениям, порывисты, легко переходят от состояния восторга к состоянию печали, обладают лабильностью психики.

**10. Эмотивный тип.** Этот тип родственен экзальтированному, но проявления его не столь бурны. Для них характерны эмоциональность, чувствительность, тревожность, болтливость, боязливость, глубокие реакции в области тонких чувств. Наиболее сильно выраженная черта— гуманность, сопереживание другим людям или животным, отзывчивость, мягкосердечность, сострадание чужим успехам. Они впечатлительны, слезливы, любые жизненные события воспринимают серьезнее, чем другие люди. Подростки остро реагируют на сцены из фильмов, где кому-либо угрожает опасность, такие сцены могут вызвать у них сильное потрясение, которое долго не забудется и может нарушить сон. Редко вступают в конфликты, обиды носят в себе, не "выплескиваются" наружу. Им свойственно обостренное чувство долга, исполнительность. Бережно относятся к природе, любят выращивать растения, ухаживать за животными.

## Анкета обратной связи участника

1. Пожалуйста, оцените по 7 бальной шкале, насколько Вы удовлетворены участием в мероприятии в целом:

плохо	1	2	3	4	5	6	7	отлично
-------	---	---	---	---	---	---	---	---------

2. В какой мере оправдались Ваши ожидания?

совсем не оправдались	1	2	3	4	5	6	7	Полностью оправдались
-----------------------	---	---	---	---	---	---	---	-----------------------

3. Насколько была полезна полученная информация?

совершенно бесполезно	1	2	3	4	5	6	7	Очень полезно
-----------------------	---	---	---	---	---	---	---	---------------

4. Пожалуйста, оцените формат проведения мероприятия

Плохо	1	2	3	4	5	6	7	Отлично
-------	---	---	---	---	---	---	---	---------

5. Организация мероприятия

Плохо	1	2	3	4	5	6	7	Отлично
-------	---	---	---	---	---	---	---	---------

6. Что Вам понравилось больше всего и почему?

---

---

---

7. Чего Вам не хватило в рамках предложенной программы мероприятия?

---

---

---

8. Ваши пожелания и предложения организаторам и ведущим мероприятия

---

---

---

9. Ваше имя и фамилия (по желанию)

---

**Спасибо за Ваш ответ!**

## Методика диагностики уровня эмоционального выгорания В.В.Бойко

*Назначение методики:* Выявление выраженности компонентов «выгорания» как стратегии защитного поведения у представителей коммуникативных профессий

*Применение методики:* В индивидуальном и групповом обследовании в сочетании с другими методиками по диагностике личностных особенностей.

Каждый компонент «выгорания» диагностируется по 4-м признакам, образующим соответствующие шкалы:

Компоненты «выгорания»	Признаки (шкалы)
«Напряжение»	<ul style="list-style-type: none"><li>- Переживание психотравмирующих обстоятельств</li><li>- Неудовлетворенность собой</li><li>- «загнанность в клетку»</li><li>- тревога и депрессия</li></ul>
«Резистенция»	<ul style="list-style-type: none"><li>- неадекватное избирательное эмоциональное реагирование</li><li>- эмоционально-нравственная дезориентация</li><li>- расширение сферы экономии эмоций</li><li>- редукция профессиональных обязанностей</li></ul>
«Истощение»	<ul style="list-style-type: none"><li>- эмоциональный дефицит</li><li>- эмоциональная отстраненность</li><li>- личностная отстраненность (деперсонализация)</li><li>- психосоматические и психовегетативные нарушения</li></ul>

Данная методика дает подробную картину синдрома «эмоционального выгорания». Показатель каждого симптома выражен в интервале от 0 до 30 баллов. Методика выявляет ведущие симптомы выгорания (по соответствующим шкалам). Она измеряет достаточно разные явления – такие как *реакция на внешние и внутренние факторы, приемы психологической защиты, состояние нервной системы*. Количественные показатели определяют степень сформированности каждой из фаз «выгорания». Диагностируются доминирующие симптомы (в отдельных фазах и в целом), определяется, какими факторами они вызваны (профессиональная среда или субъективно-личностные особенности). Результаты диагностики по данной методике дают основу для дальнейшей работы по снижению «факторов риска» выгорания в рамках профессиональной среды и работы с персоналом.

*Проведение обследования:* Работа с бланком методики, самооценка выраженности симптомов путем подсчета баллов и сопоставления их с ключом.

## Методика диагностики уровня эмоционального выгорания В.В.Бойко

*Инструкция:*

Ответьте на вопросы, касающиеся Вашей профессиональной деятельности и отношений с партнерами, «да» или «нет».

1. Организационные недостатки на работе постоянно заставляют нервничать, переживать, напрягаться
2. Сегодня я доволен своей профессией не меньше, чем в начале карьеры
3. Я ошибся в выборе профессии или профиля деятельности (занимаю не свое место)
4. Меня беспокоит то, что я стал хуже работать (менее продуктивно, качественно, медленнее)
5. Теплота взаимодействия с партнерами очень зависит от моего настроения – хорошего или плохого
6. От меня как профессионала мало зависит благополучие партнеров
7. Когда я прихожу с работы домой, то некоторое время (часа 2-3) мне хочется побыть одному, чтобы со мной никто не общался
8. Когда я чувствую усталость или напряжение, то стараюсь поскорее решить проблемы партнера (свернуть взаимодействие)
9. Мне кажется, что эмоционально я не могу дать партнерам того, что требует профессиональный долг
10. Моя работа притупляет эмоции

11. Я откровенно устал от человеческих проблем, с которыми приходится иметь дело на работе
12. Бывает, что я плохо засыпаю (сплю) из-за переживаний, связанных с работой
13. Взаимодействие с партнерами требует от меня большого напряжения
14. Работа с людьми приносит все меньше удовлетворения
15. Я бы сменил место работы, если бы представилась возможность
16. Меня часто расстраивает то, что я не могу должным образом оказать партнеру профессиональную поддержку, услугу, помощь
17. Мне всегда удается предотвратить влияние плохого настроения на деловые контакты
18. Меня очень огорчает, если что-то не ладится в отношениях с деловым партнером
19. Я настолько устаю на работе, что дома стараюсь общаться как можно меньше
20. Из-за нехватки времени, усталости или напряжения часто уделяю внимания партнеру меньше, чем положено
21. Иногда самые обычные ситуации общения на работе вызывают раздражение
22. Я спокойно воспринимаю обоснованные претензии партнеров
23. Общение с партнерами побудило меня сторониться людей
24. При воспоминании о некоторых коллегах по работе или партнерах у меня портится настроение
25. Конфликты или разногласия с коллегами отнимают много сил и эмоций
26. Мне все труднее устанавливать или поддерживать контакты с деловыми партнерами
27. Обстановка на работе мне кажется очень трудной, сложной
28. У меня часто возникают тревожные ожидания, связанные с работой: что-то должно случиться, как бы не допустить ошибки, смогу ли сделать все, как надо, не сократят ли и т.п.
29. Если партнер мне неприятен, я стараюсь ограничить время общения с ним или меньше уделять ему внимания
30. В общении на работе я придерживаюсь принципа «не делай людям добра, не получишь зла».
31. Я охотно рассказываю домашним о своей работе
32. Бывают дни, когда мое эмоциональное состояние плохо сказывается на результатах работы (меньше делаю, снижается качество, случаются конфликты)
33. Порой я чувствую, что надо проявить к партнеру эмоциональную отзывчивость, но не могу.
34. Я очень переживаю за свою работу
35. Партнерам по работе отдаешь внимания и заботы больше, чем получаешь от них признательности
36. При мысли о работе мне обычно становится не по себе: начинает колоть в области сердца, повышается давление, появляется головная боль
37. У меня хорошие (вполне удовлетворительные) отношения с непосредственным руководителем.
38. Я часто радуюсь, что моя работа принесет пользу людям
39. Последнее время (или как всегда) меня преследуют неудачи в работе
40. Некоторые стороны (факты) моей работы вызывают глубокое разочарование, повергают в уныние
41. Бывают дни, когда отношения с партнерами складываются хуже, чем обычно
42. Я разделяю деловых партнеров (субъектов деятельности) хуже, чем обычно
43. Усталость от работы приводит к тому, что я стараюсь сократить общение с друзьями и знакомыми
44. Я обычно проявляю интерес к личности партнера помимо того, что касается дела
45. Обычно я прихожу на работу отдохнувшим, со свежими силами, в хорошем настроении
46. Я иногда ловлю себя на том, что работаю с партнером автоматически, без души
47. По работе встречаются настолько неприятные люди, что невольно желаешь им чего-нибудь плохого
48. После общения с неприятными партнерами у меня бывает ухудшение физического или психического самочувствия
49. На работе я испытываю постоянные физические или психологические перегрузки
50. Успехи на работе вдохновляют меня
51. Ситуация на работе, в которой я оказался, кажется безысходной (почти безысходной)
52. Я потерял покой из-за работы
53. На протяжении последнего года была жалоба (были жалобы) в мой адрес со стороны партнеров
54. Мне удастся беречь нервы благодаря тому, что многое из происходящего с партнерами я не принимаю близко к сердцу
55. Я часто с работы приношу домой отрицательные эмоции
56. Я часто работаю через силу
57. Прежде я был более отзывчивым и внимательным к партнерам, чем теперь
58. В работе с людьми руководствуюсь принципом: не трать нервы, береги здоровье
59. Иногда иду на работу с тяжелым чувством: как все надоело, никого бы не видеть и не слышать
60. После напряженного рабочего дня я чувствую недомогание
61. Контингент партнеров, с которыми я работаю, очень трудный
62. Иногда мне кажется, что результаты моей работы не стоят тех усилий, которые я затрачиваю
63. Если бы мне повезло с работой, я был бы более счастлив
64. Я в отчаянии от того, что на работе у меня серьезные проблемы
65. Иногда я поступаю со своими партнерами так, как не хотел бы, чтобы поступали со мной

66. Я осуждаю партнеров, которые рассчитывают на особое снисхождение, внимание
67. Чаще всего после рабочего дня у меня нет сил заниматься домашними делами
68. Обычно я тороплю время: скорей бы рабочий день закончился
69. Состояния, просьбы, потребности партнеров обычно меня искренне волнуют
70. Работая с людьми, я обычно как бы ставлю экран, защищающий от чужих страданий и отрицательных эмоций
71. Работа с людьми (партнерами) очень разочаровала меня
72. Чтобы восстановить силы, я часто принимаю лекарства
73. Как правило, мой рабочий день проходит спокойно и легко
74. Мои требования к выполняемой работе выше, чем то, чего я достигаю в силу обстоятельств
75. Моя карьера сложилась удачно
76. Я очень нервничаю из-за всего, что связано с работой
77. Некоторых из моих постоянных партнеров я не хотел бы видеть и слышать
78. Я одобряю коллег, которые полностью посвящают себя людям (партнерам), забывая о собственных интересах
79. Моя усталость на работе обычно мало сказывается (никак не сказывается) в общении с домашними и друзьями
80. Если предоставляется случай, то я уделяю партнеру меньше внимания, но так, чтобы он этого не заметил
81. Меня часто подводят нервы в общении с людьми на работе
82. Ко всему (почти ко всему), что происходит на работе, я утратил интерес, живое чувство
83. Работа с людьми плохо повлияла на меня как профессионала – обозлила, сделала нервным, притупила эмоции
84. Работа с людьми явно подрывает мое здоровье

*Обработка результатов:*

Каждый вариант ответа оценивается в баллах от 1 до 10. Количество баллов за каждый вопрос (утвердительный ответ – «+», отрицательный «-») указано в ключе в скобках рядом с номером вопроса. Балльный показатель подчитывается по каждому из трех компонентов по каждой шкале:

Компонент	Признаки	№ вопросов и оценка в баллах
«Напряжение»	1. Переживание психотравмирующих обстоятельств	+1(2), +13(3), +25(2), -37(3), + 49(10), +61(5), -73(5)
	2. Неудовлетворенность собой	-2(3), +14(2), +26(2), -38(10), -50(5), +62(5), +74(3)
	3. «загнанность в клетку»	+3(10), +15(5), +27(2), +39(2), +51(5), +63(1), -75(3)
	4. Тревога и депрессия	+4(2), +16(3), +28(5), +40(5), +52(10), + 64 (2), +76(3)
«Резистенция»	1. Неадекватное избирательное эмоциональное реагирование	+5(5), -17(3), +29(10), +41(2), +53(2), +65(3), +77(5)
	2. Эмоционально-нравственная дезориентация	+6(10), -18(3), +30(3), +42(5), +54(2), +66(2), -78(5)
	3. Расширение сферы экономии эмоций	+7(2), +19(10). -31(2), +43(5), +55(3), +67(3), -79(5)
	4. Редукция профессиональных обязанностей	+8(5), +20(5), +32(2), -44(2), +56(3), +68(3), +80(10)
«Истощение»	1. Эмоциональный дефицит	+9(3), +21(2), +33(5), -45(5), +57(3), -69(10), +81(2)
	2. Эмоциональная отстраненность	+10(2), +22(3), -34(2), +46(3), +58(5), +70(5), +82(10)
	3. Личностная отстраненность (деперсонализация)	+11(5), +23(3), +35(3), +47(5), +59(5), +72(2), +83(10)
	4. Психосоматические психовегетативные нарушения	+12(3), +24(2), +36(5), +48(3), +60(2), +73(10), +84(5)

Подсчет баллов:

1. Подсчитывается количество баллов по шкалам по отдельно взятым симптомам (12). Показатель выраженности каждого находится в интервале от 1 до 30 баллов:
  - 9 и менее баллов – не сложившийся симптом
  - 10-15 баллов – складывающийся симптом
  - 16 и более – сложившийся; более 20 баллов - симптом считается доминирующим

Симптомы с показателями 20 и выше относятся к доминирующим в фазе или во всем «синдроме выгорания»

2. Подсчитываются показатели по фазам (3). Для этого суммируются данные выраженности каждого из симптомов (по 4) в фазе.

Количественный показатель по фазе дает основание определить степень ее сформированности:

- 36 и менее баллов – фаза не сформировалась
- 37- 60 баллов – фаза в стадии формирования
- 61 и более баллов – сформированная фаза



# Анкета обратной связи для специалистов

*Коллега!*

*Чтобы мы могли оценить результативность наших мероприятий, просим Вас заполнить небольшую анкету. Это займёт не более 3-х минут.*

## 1. Вы представляете...


1. ...службу сопровождения или центр семейного устройства

2. ...органы опеки и попечительства

3. ...школу, детский сад, техникум и иное общеобразовательное учреждение

## 2. Оцените, пожалуйста, мероприятие, в котором вы участвовали:

Польза полученной информации	<i>очень плохо</i>	1	2	3	4	5	6	7	<i>очень хорошо</i>
Новизна полученной информации	<i>очень плохо</i>	1	2	3	4	5	6	7	<i>очень хорошо</i>
Возможность применить полученную информацию на практике	<i>очень плохо</i>	1	2	3	4	5	6	7	<i>очень хорошо</i>
Организация мероприятия	<i>очень плохо</i>	1	2	3	4	5	6	7	<i>очень хорошо</i>
Работа ведущих	<i>очень плохо</i>	1	2	3	4	5	6	7	<i>очень хорошо</i>
Кофе-брейки	<i>очень плохо</i>	1	2	3	4	5	6	7	<i>очень хорошо</i>

## 3. Дополните, пожалуйста, ваш ответ? Что вам понравилось, а что - нет.

---

---

---

**4. Оцените, пожалуйста, изменение ваших знаний в результате участие в мероприятии:**

	Знания не изменились	Знания повысились
Психология сиротства		
Принципы семейного устройства детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей		
Система сопровождения принимающих семей как профилактика вторичного сиротства		
Работа с замещающими семьями, проживающими в отдалённых районах		

**5. В целом, ваши ожидания от мероприятия...**

- |                          |  |
|--------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> | 1. ...совсем не оправдались                |
| <input type="checkbox"/> | 2. ...в чём-то оправдались, а в чём-то нет |
| <input type="checkbox"/> | 3. ...полностью оправдались                |

**6. Ваши пожелания организаторам мероприятия:**

---

---

---

**7. Ваши фамилия, имя, отчество (по желанию) \_\_\_\_\_**

---

***Благодарим вас за участие!***

## АНКЕТА ОБРАТНОЙ СВЯЗИ ДЛЯ РЕБЁНКА

ФАМИЛИЯ ИМЯ \_\_\_\_\_

Дата мероприятия \_\_\_\_\_

**1. Хорошее ли у тебя было настроение ДО занятия?**

Да                      Нет

**2. Хорошее ли у тебя настроение ПОСЛЕ занятия?**

Да                      Нет

**3. Понравилось ли тебе на занятии?**

Да                      Нет

**4. Напиши, пожалуйста, что тебе понравилось или не понравилось в занятии**

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Уважаемый родитель!**

Просим Вас заполнить данную анкету!

Результаты анкетирования помогут организовать качественное сопровождение замещающих семей в Пудожском муниципальном районе

«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2017 года

ФИО \_\_\_\_\_

1. Как давно Ваша семья является приемной?

- 1 год
- 2-3 года
- 3-5 лет
- более 5ти лет

2. Сколько у Вас детей:

кровных 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10                      приемных 1 2 3 4 5 6 7 8

2. Обращались ли Вы когда - либо за помощью к специалистам (психолог, юрист)?

Да  Нет

3. Как Вы считаете, доступны ли для Вас услуги этих специалистов?

Да  Нет

4. Участвовала ли Ваша семья, когда-либо в мероприятиях для принимающих семей, организованных в Пудожском муниципальном районе (выездные школы, конкурсы, встречи клубов приемных семей)?

Да  Нет

5. Хотели бы Вы стать участниками таких мероприятий в 2018 - 2020 годах?

Да  Нет

6. С какими сложностями в воспитании приемных детей Вы сталкиваетесь в настоящий момент?

---

---

---

7. Консультация, какого специалиста Вам необходима в первую очередь?

Психолог                       Юрист                       Другое \_\_\_\_\_

7. Если бы Вы могли принять участие в обучающем семинаре для принимающих родителей, какие темы были бы для Вас актуальны сегодня?

---

---

**Спасибо за участие в анкетировании!**

Карельская региональная общественная организация по социальной помощи населению «Гармония»