**Методика «Домики»**

**Автор:** Орехова О.А.

**Источник:** Орехова О.А. «Методика Домики. Диагностика дифференциаций эмоциональной сферы ребенка».Методическое руководство.

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

**Адресат:** обучающиеся 7-9 лет.

**Материалы и оборудование**: бланк для выполнения задания (Приложение 1), восемь цветных карандашей: синий, красный, желтый, зеленый, фиолетовый, серый, коричневый, черный (окрашенные в цвета, соответствующие грифелю). При групповом обследовании у всех детей должны быть одинаковые наборы карандашей.

**Процедура проведения:** исследование рекомендуется проводить с группой первоклассников –10–15 человек, детей желательно рассадить по одному. Помощь учителя и его присутствие исключается, так как речь идет об отношении детей к школьной жизни, в том числе и к учителю.

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

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

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

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

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

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

Обозначения домиков:

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

№ 3 – твое настроение на уроке чтения;

№ 4 – твое настроение на уроке письма;

№ 5 – твое настроение на уроке математики;

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

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

№ 8 – твое настроение, когда ты находишься дома;

№ 9 – твое настроение, когда ты делаешь уроки;

№ 10 – придумайте сами, кто живет и что делает в этом домике. Когда вы закончите его раскрашивать, тихонько на ушко скажите мне, кто там живет и что он делает». На ответном листе делается соответствующая пометка.

**Обработка и интерпретация результатов:**

Процедура обработки начинается с задания №1. Вычисляется вегетативный коэффициент по формуле:

ВК= (18 – место красного цвета – место синего цвета) / (18 – место синего цвета – место зеленого цвета)

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

Энергетический показатель интерпретируется следующим образом:

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

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

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

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

Далее рассчитывается показатель суммарного отклонения от аутогенной нормы. Определенный порядок цветов (34251607) – аутогенная норма – является индикатором психологического благополучия. Для расчета суммарного отклонения (СО) сначала вычисляется разность между реально занимаемым местом и нормативным положением цвета. Затем разности (абсолютные величины, без учета знака) суммируются.

|  |  |
| --- | --- |
| **Аутогенная норма** | **Баллы отклонения от нормы** |
| 7 - черный | 7 6 5 4 3 2 1 0 |
| 0 - серый | 6 5 4 3 2 1 0 1 |
| 6 - коричневый | 5 4 3 2 1 0 1 2 |
| 1 - синий | 4 3 2 1 0 1 2 3  |
| 5 - фиолетовый  | 3 2 1 0 1 2 3 4 |
| 2 - зеленый | 2 1 0 1 2 3 4 5 |
| 4 - желтый | 1 0 1 2 3 4 5 6 |
| 3 - красный | 0 1 2 3 4 5 6 7 |

Значение СО изменяется от 0 до 32 и может быть только четным. Значение СО отражает устойчивый эмоциональный фон, т. е. преобладающее настроение ребенка. Числовые значения СО интерпретируются следующим образом:

Больше 20 – преобладание отрицательных эмоций. У ребенка доминируют плохое настроение и неприятные переживания. Имеются проблемы, которые ребенок не может решить самостоятельно.

10–18 – эмоциональное состояние в норме. Ребенок может радоваться и печалиться, поводов для беспокойства нет.

Менее 10 – Преобладание положительных эмоций. Ребенок весел, счастлив, настроен оптимистично.

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

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

Счастье – горе – блок базового комфорта.

Справедливость – обида – блок личностного роста.

Дружба – ссора – блок межличностного взаимодействия.

Доброта – злоба – блок потенциальной агрессии.

Скука – восхищение – блок познания.

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

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

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

- с положительным отношением к школе;

- с амбивалентным отношением;

- с негативным отношением.

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

Далее заполняется сводная таблица (Приложение 2). Вегетативный коэффициент, данные опроса родителей и педагогов характеризуют в целом физиологический компонент адаптации первоклассника к школе. Для удобства все данные можно свести к трем категориям:

- достаточный физиологический уровень адаптации (нет психосоматики, энергетический баланс в норме);

- частичный физиологический уровень адаптации (наблюдаются либо психосоматические проявления, либо низкий энергетический баланс);

- недостаточныйфизиологический уровень адаптации (заболевания в период адаптации, психосоматические проявления, низкий энергетический баланс).

Экспертная оценка учителя характеризует деятельностный компонент адаптации первоклассника.

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

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

- достаточный;

- частичный;

- недостаточный (или дезадаптация).

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

- первоклассников с недостаточным уровнем адаптации;

- первоклассников с частичной адаптацией.

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

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

**Приложение 1**

**Бланк ответов к тесту «Домики»**

Фамилия, имя класс дата

**1 задание**

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

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

**2 задание**

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

**3 задание**

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

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

**Приложение 2**

**Сводная таблица по результатам исследования адаптации первоклассников**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Фамилия, имя | Физиологический компонент | Деятельностный компонент | Эмоциональный компонент | Общий уровень адаптации |
| Заболевания в период адаптации | Психосоматическая симптоматика | Вегетативный коэффициент | Уровень физиологической адаптации | Проблемы в учебной деятельности | Уровень усвоения школьной программы | Отношение к себе | Отношение к учению | Отношение к учителю | Отношение к одноклассникам | Суммарное отклонение от аутогенной нормы | Уровень эмоциональной адаптации |
| Иванов А. | ОРЗ | есть | 0,4 | недостаточный | нет | достаточный | - | - | + | + | 12 | амбивалентный | частичный |
| Макарова М. | нет | нет | 0,8 | достаточный | чтениеписьмо | неполный | + | - | + | + | 17 | положительный | достаточный |
| Васин П. | нет | нет | 0,6 | достаточный | чтениеписьмо | недостаточный | + | - | - | - | 24 | отрицательный | недостаточный |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |