**Практическое занятие № 4**

**Тема: «Психические свойства личности. Сознание и самосознание. Мотивация»**

**Цель:** Изучение самооценки. Выявление уровней мотивации.

**Задание**:

1. Пройти тесты.
2. По результатам тестов сделать вывод о своей самооценке и выявлении уровней различных мотиваций.
3. Закончи фразу: «У педагога должна быть адекватная самооценка, т.к. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.»
4. Запиши ответ на вопрос: «Как учитель должен общаться и воздействовать на учащихся, чтобы у детей не формировалась заниженная самооценка?»

**Тест «Моя самооценка»**

 **Цель**: изучение самооценки

 **Инструкция**: внимательно посмотри на перечень положительных и отрицательных качеств, перепиши таблицу и отметь те качества, которыми, по твоему мнению, ты обладаешь

 *«положительные качества» «отрицательные качества»*

 Аккуратность Обидчивость

 Жизнерадостность Злопамятность

 Настойчивость Капризность

 Вдумчивость Мнительность

 Принципиальность Грубость

 Терпеливость Трусость

 Заботливость Завистливость

 Искренность Нерешительность

 Обаяние Беспечность

 Увлекаемость Мстительность

 Трудолюбие Ленивость

 Ответственность Неряшливость

**Обработка данных**: подсчитайте свои ответы по положительным и отрицательным качествам. Сравни с «ключом» и узнаешь, какая у тебя самооценка

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  **ключ**   | **Виды самооценки** | **Количество «+» качеств** | **Количество «-» качеств** |
| Заниженная | 1 - 4 | 8 - 11 |
| Адекватная | 5 –7 | 5 – 7 |
| Завышенная | 8 - 11 | 1 - 4 |

**Тест «Уровень самооценки»**

 **Цель**: выявление уровня самооценки

 **Инструкция**: по каждому утверждению вырази своё отношение к ним в баллах:

 4 балла – очень часто, 3 балла – часто, 2 балла – иногда, 1 балл – редко, 0 баллов - никогда

 **1**. Мне хочется, чтобы мои друзья подбадривали меня

 **2.** Постоянно чувствую свою ответственность по работе

 **3**. Люди не интересуются моими достижениями

 **4.** Я уверен, что почти все воспринимают легче, чем я

 **5**. Я чувствую, что многие не понимают меня

 **6**. Я беспокоюсь за своё психическое состояние

 **7**. Меня волнует мысль, как люди относятся ко мне

 **8**.Внешний вид других куда лучше, чем мой

 **9**. Я боюсь выступать с речью перед незнакомыми

 **10**. Я чувствую, что люди говорят обо мне за моей спиной

 **11**. Как жаль, что я не умею говорить, как следует с людьми

 **12**. Как жаль, что мне не хватает уверенности в себе

 **13**. Мне кажется, что со мной должна случиться неприятность

 **14**. Мне бы хотелось, чтобы мои действия одобрялись чаще

 **15**. Я думаю о том, чего ждёт от меня общественность

 **16**. В спорах я высказываюсь только тогда, когда уверен в своей правоте

**17**.Мне не с кем поделиться своими мыслями

**18**. Многие неправильного мнения обо мне

**19**. Я беспокоюсь о своём будущем

**20**. Люди ждут от меня очень многого

**21**. Я обладаю меньшей инициативой

**22**. Я не чувствую себя в безопасности

**23**. Я боюсь выглядеть глупцом

**24**. Многие меня ненавидят

**25**. Я чувствую себя скованным

**26**. Я часто допускаю ошибки

**27**. Я слегка смущаюсь

**28**. Как жаль, что я не так общителен

**29**. Я слишком скромен

**30**. Я часто волнуюсь понапрасну

**31**. Моя жизнь бесполезна

**32**. Я чувствую себя неловко, когда вхожу в комнату, где уже сидят люди

**Обработка данных**: Подсчитай количество баллов. Узнай свой уровень самооценки:

0 – 25 баллов – *высокий уровень* – означает, что человек, как правило, не отягощен комплексом неполноценности, он редко реагирует на замечания, склонен переоценивать себя

26 – 45 баллов – *средний уровень* – человек редко страдает от комплекса неполноценности, и лишь время от времени старается подладиться под мнение других

46 – 120 баллов – *низкий уровень* – сигнализирует о том, что человек болезненно переносит критические замечания в свой адрес, старается считаться всегда с мнением других, и часто страдает от комплекса неполноценности

**Анкета «Мотивы учения»**

**Цель**: выявление преобладающей мотивации учения

**Инструкция**: «Внимательно прочитай анкету и выбери те пункты, которые соответствуют твоим желаниям. Ранжируй их по значимости для себя: на 1 место, 2 место, 3 место».

1. Интересна педагогическая профессия
2. Заставляют родители
3. Хочу работать педагогом
4. Нужно получить образование
5. Хочу работать с детьми
6. Могу реализовать себя
7. Хочу узнать новое в современной психологии, педагогике, в области воспитания
8. Хочу избежать плохих отметок, неприятностей
9. Хочу быть первым, лучшим
10. Нравится преподаватель, группа
11. Хочу в дальнейшем получить высшее образование
12. Могу составить конкуренцию другим выпускникам

**Обработка и анализ результатов:** определи, какие мотивы и какая мотивация учения свойственна тебе?

**I. Виды мотивов:**

1. профессиональные – 3, 5, 7 4. социальные – 1, 4, 10, 11

2. престижа – 9 5. самоактуализации – 6, 12

3. познавательные - 7 6. прессом – 2, 8

**II. Вид мотивации:**

(по преобладанию – из трёх два мотива данной группы)

1. Положительная – 1, 3, 5, 7 **2.** Нейтральная – 4, 6, 9, 10, 11, 12

 **3.** Отрицательная – 2, 8

**Уровень мотивации достижения**

Измерьте уровень мотивации достижения с помощью разработанной шкалы — теста - опросника.

Шкала состоит из 22 суждений, по поводу которых возможны два варианта ответов — «да» или «нет».

Суждения

1. Думаю, что успех в жизни, скорее, зависит от случая, чем от расчета.

2. Если я лишусь любимого занятия, жизнь для меня потеряет всякий смысл.

3. Для меня в любом деле важнее не его исполнение, а конечный результат.

4. Считаю, что люди больше страдают от неудач на работе, чем от плохих взаимоотношений с близкими.

5. По моему мнению, большинство людей живут далекими, а не близкими целями.

6. В жизни у меня было больше успехов, чем неудач.

7. Эмоциональные люди мне нравятся больше, чем деятельные.

8. Даже в обычной работе я стараюсь усовершенствовать некоторые ее элементы.

9. Поглощенный мыслями об успехе, я могу забыть о мерах предосторожности.

10. Мои близкие считают меня ленивым.

11. Думаю, в моих неудачах повинны, скорее, обстоятельства, чем я сам.

12. Терпения во мне больше, чем способностей.

13. Мои родители слишком строго контролировали меня.

14. Лень, а не сомнение в успехе вынуждает меня часто отказываться от своих намерений.

15. Думаю, что я уверенный в себе человек.

16. Ради успеха я могу рискнуть, даже если шансы невелики.

17. Я усердный человек.

18. Когда все идет гладко, моя энергия усиливается.

19. Если бы я был журналистом, я писал бы, скорее, об оригинальных изобретениях людей, чем о происшествиях.

20. Мои близкие обычно не разделяют моих планов.

21. Уровень моих требований к жизни ниже, чем у моих товарищей.

22. Мне кажется, настойчивости во мне больше, чем способностей.

**Обработка результатов**

Ответы, совпадающие с ключевыми (по коду), суммируются (по 1 баллу за каждый такой ответ).

Код: ответы «да» на вопросы 2, 6, 7, 8, 14, 16, 18, 19, 21, 22; ответы «нет» на вопросы 1, 3, 4, 5, 9, 10, 11, 12, 13, 15,17, 20.

Результат можно оценить с помощью следующей таблицы

|  |  |
| --- | --- |
|  | Уровень мотивации достижения |
| Низкий | Средний | Высокий |
| Сумма баллов | 2-11 | 12-15 | 16-19 |

Люди, обладающие высоким уровнем мотивации достижения, ищут ситуации достижения, уверены в успешном исходе, ищут информацию для суждения о своих успехах, готовы принять на себя ответственность, решительны в неопределенных ситуациях, проявляют настойчивость в стремлении к цели, получают удовольствие от решения интересных задач, не теряются в ситуации соревнования, показывают большое упорство при столкновении с препятствиями.

**Шкала Д. Крауна и Д. Марлоу**

Определить уровень мотивации одобрения мы предлагаем с помощью сопряженного варианта шкалы Д. Крауна и Д. Марлоу, состоящей из 20 суждений, на которые возможны два варианта ответов — «да» или «нет».

Суждения

1. Я внимательно читаю каждую книгу, прежде чем вернуть ее в библиотеку.

2. Я не испытываю колебаний, когда кому-нибудь нужно помочь в беде.

3. Я всегда внимательно слежу за тем, как я одет.

4. Дома я веду себя за столом так же, как в столовой.

5. Я никогда ни к кому не испытывал антипатии.

6. Был(и) случай(и), когда я бросал что-то делать, потому что не был уверен в своих силах.

7. Иногда я люблю позлословить об отсутствующих.

8. Я всегда внимательно слушаю собеседника, кем бы он ни был.

9. Был случай, когда я придумал «вескую» причину, чтобы оправдаться.

10. Случалось, я пользовался оплошностью человека.

11. Я всегда с уважением отношусь к людям значительно старше меня по возрасту.

12. Иногда, вместо того чтобы простить человека, я стараюсь отплатить ему тем же.

13. Были случаи, когда я настаивал на том, чтобы делали по-моему.

14. У меня не возникает внутреннего протеста, когда меня просят оказать услугу.

15. У меня никогда не возникает досады, когда высказывают мнение, противоположное моему.

16. Перед длительной поездкой я всегда тщательно продумываю, что с собой взять.

17. Были случаи, когда я завидовал удаче других.

18. Иногда меня раздражают люди, которые обращаются ко мне с просьбой.

19. Когда у людей неприятности, я иногда думаю, что они получили по заслугам.

20. Я никогда с улыбкой не говорил неприятных вещей.

Код: ответы «да» на вопросы 1, 2, 3, 4, 5, 8, 11, 15, 16, 20; ответы «нет» на вопросы 6, 7, 9, 10, 12, 13,17, 18, 19.

Ответы, совпадающие с ключом, оцениваются в 1 балл. Общая сумма (min = 0, max = 20) говорит о выраженности мотивации одобрения. Чем большую сумму баллов вы набрали, тем большее значение для вас имеет мнение окружающих и их одобрение вашего поведения.