

«Менің көңіл-күйім» тесті

1. Менің көңіл-күйім жиі нашар болады, жылаймын.
өте сирек
2. Адамдармен кездескенде оның көзіне тура караудан қашамын.
арасында
3. Мен жиі ашуланамын.
өте жиі
4. Мені көпшіліктің өмірді маңызды болып көрінетін спорт, жұмыс, адамдармен қарым-қатынас қызықтырмайды.
жоқ, керісінше
5. Соңғы кезде мен сирек көңілсізденемін, тіпті күлмеймін.
өте сирек
6. Мен білетін адамдардың көбі мені ренжітеді.
жоқ
7. Мен әлсіздікті сеземін, жақын адамдармен мен таныстардың өміріне көңілім толмайды.
жоқ
8. Соңғы уақытта көп сұрақтарға өзіндік пікірім жоқ.
жоқ, ондай жағдай болған емес
9. Мен өте жай сөйлеймін, әңгімелескен адам мені түсінбей қалады.
жоқ
10. Мен әңгімелескен адамның сұрағына қалай жауап берерімді білмей қаламын.
жоқ

Я Саунама

1. Сіздің дінге деген қарым-қатынасыңыз? 01. Өзімді діндар адам деп санаймын, үнемі мешітке, шіркеуге т.б. барамын;
 02. Өзімді діндар адам деп санаймын, бірақ діни өмірге белсенді қатыспаймын;
 03. Өзімді діндар адам деп санамаймын;
 04. Өз

(жазыңыз)

2. Сіз қай дінге сенесіз?

01. Ислам
 02. Православие
 03. Католичество
 04. Протестантизм
 05. Атеист (дінге сенбейтін)
 06. Басқа

көрсетіңіз)

(нақты)

3. Сіздің діни нанымдарыңыздың қалыптасуына кімнің әсері басым болды?

01. Ата-ана;
 02. Туысқандар;
 03. Достар;
 04. Көршілер;
 05. Таныстар;
 06. Мектеп мұғалімдері, Сіз оқыған мектеп өкілдері;
 07. Оқытушылар, университет қызметкерлері;
 08. БАҚ өкілдері (теледидар, Интернет, газеттер және т.б.);
 09. Мешіт имамдары және т.б.;
 10. Діни ұйымдардың мүшелері;

Өз

жауабыңыз

11.

(жазыңыз)

4. Сіз өз діниіңіздің негізгі талаптарын орындайсыз ба (нақты қапдай, көрсетіңіз) ?

01. Өзіңіздің діни сенімдеріңіздің талабы бойынша киінемін;
 02. Сіздің діни қағидаларыңызға сәйкес дұға рәсімдерін өткіземін;
 03. Ораза ұстаймын;
 04. Пасха, Құрбан-Айт, Рождество және т.б. мейрамдарды атап өтемін;
 05.

жауабыңыз

(жазыңыз)

5. Сіз қандай діни орындарға барып тұрасыз?

01. Мешіт
 02. Шіркеу
 03. Синагога
 04. Ғибадатхана
 05. Иегов куәларының ғибадатханасы
 06.

жауабыңыз

(жазыңыз)

6. Сіз діни орындарға қаншалықты жиі барасыз?

01. Үнемі
 02. Ай сайын немесе одан да жиі
 03. Ай сайын емес, жылына бірнеше рет
 04. Жылына 1-2 рет
 05. Бармаймын, себебі өзімді атеисттің (дінге сенбеуші) деп санаймын
 06. Басқа да себептермен бармаймын

(түсіндіруіңізді)

өтінеміз)

Сыныбы 11²

Аты-жөні Сапар Шернияз

Тест «Сіз стрессті бағындыра аласыз ба?»

	Ия	Кейде	Жок
1. Сіз стрессті бағындыра аласыз ба?	0 ✓	1	2
2. Мен өзімді бақытты сезінемін.	0 ✓	1	2
3. Мен өзімді бақытты ете аламын	0 ✓	1	2
4. Мені шарасыздық сезімі мазалайды	2	1	0 ✓
5. Мен стресстік ситуациялардан дәрі- дәрмексіз өз-өзіме келе аламын.	0	1	2 ✓
6. Егер мен өте қатты стресс алсам, міндетті түрде маманның көмегіне жүгінер едім	0	1	2 ✓
7. Мен қайғыруға бейіммін.	2	✓ 1	0
8. Менің кейде басқа біреу болғым келеді.	2	1	✓ 0
9. Мен кейде басқа жерде болғым келеді	2 ✓	1	0
10. Менің көңіл-күйім тез түседі.	0	1 ✓	2

Оразбай Бали
8-а сынып ^{алтын} ~~негізгі~~

Мен өмірді сүйемін!» сауалнамасы

Мақсаты: Өмірге құштарлығын, өмір сүйгіштігін және аутоагрессияға бейімділігін анықтау.

1. Өзіңе, өз өміріңе көңілің тола ма ?

☒ А) Ия

☐ Ә) жоқ (себебі)

2. Отбасыңмен, достарыңмен және мұғалімдермен қарым – қатынас барысында қақтығыс немесе ренжісу жағдайлары кездеседі ме?

☐ А)

☐ Ә) жоқ

☒ Б) Кейде

3. Отбасыңда немесе мектепте ұрыс – керіс, саған қатысы бар жанжалдар болған жағдайда ата – ананды үйден кетемін немесе т.б. себептер айтып қорқытасың ба?

☒ А) Жоқ

☐ Ә) Ия (қалай)

4. Егер сол ұрыс – керіс жағдайы шын мәнінде болған жағдайда, отбасыңа және өзіңе зиян келетін дөрекілікке күш – жігерің жетіп бара аласың ба?

☐ А) Ия бара аламын
қорқытамын

☒ Ә) Жоқ бара алмаймын

☐ Б) Жәй солай

5. Өзіңе – өзі зиян келтіру әрекеті дұрыс деп ойлайсың ба? (пікіріңді жаз).

☐ А) Ия дұрыс

☒ Ә) Жоқ дұрыс емес

6. Өзің бір қиындыққа тап болсаң, сол жағдайдан шығу үшін кімнен көмек, кеңес сұрайсың?

☒ А) Ата – анамнан ☐ Ә) Өзім шешем

☐ Б) Мұғалімнен

☐ В) Психологтан

7. Мектептегі достарыңның арасында ұрыс – керіс, қиындықтарға кездескендер теріс әрекетке (үйден қашу, өзіңе зиян келтіру т.б.) барады ма? Сондай оқиғалар болған ба? Кім? (Аты – жөні) *Ия*

8. Сені қорқытып, бір нәрсе жасауға мәжбүрлеп немесе қоқан – лоқы жасап жүргендер жоқ па?

☒ А) Жоқ

☐ Ә) Ия, бар. (Кім?)

9. Мектепте немесе басқа жерлерде сені қорқытып, ақша талап ете ме?

☒ А) Жоқ

☐ Ә) Ия, бар. (Кім?)

Сырыңды шертер жан керек болса, біз мектеп психологтары: әр психолог өз атын, байланыс телефондарын жазып қояды және сенім телефонын

Әлжан.Ж 8702,415,15,94

Тұрлыбаев.С 8702,354,42,56

Қызығушылық картасы

Нұсқау: «Болашақ мамандық таңдау үшін» сізге сұрақтар жүйесі ұсынылады. Нақты жауап беруіңіз қажет. Егер сізге біздің сұрағымыз өте ұнаса ++, күмәндансаңыз 0, жай ғана ұнаса +, өте ұнамаса - - белгілерін қойыңыз. Сұраулардың № тұсына. Сұрақтар – жақсы көресіз бе? қалайсыз ба? Сізге ұнай ма?

р/с	Пәндер	Жақсы көресіз бе?	Қалайсыз ба?	Сізге ұнай ма?
1	Физика сабақтары			++
2	Математика сабақтары		+	
3	Химия сабақтары	+		++
4	Астрология кітаптарын, мақалалар оқу		-	++
5	Дәрігерлер жұмысы мен өмірі жайлы оқу			++
6	Жануарлар және оларға тәжірибелер туралы оқу	+		
7	Шаруашылық, өсімдік, жануарлар жайлы оқу			++
8	Орман жайлы оқу		-	
9	Әлемдік әдебиеттің классиктерінің шығармаларын оқу		-	
10	Газет, журнал оқу, радио тыңдау, ТВ көру	+		
11	Тарих сабақтары	+		
12	Театрға, музейге, көріністерге бару		-	

„11^а санын оқушысы
Ношанбай Ғаданай

Қызығушылық картасы

Нұсқау: «Болашақ мамандық таңдау үшін» сізге сұрақтар жүйесі ұсынылады. Нақты жауап беруіңіз қажет. Егер сізге біздің сұрағымыз өте ұнаса ++, күмәндансаңыз 0, жай ғана ұнаса +, өте ұнамаса – белгілерін қойыңыз. Сұраулардың № тұсына. Сұрақтар – жақсы көресіз бе? қалайсыз ба? Сізге ұнай ма?

р/с	Пәндер	Жақсы көресіз бе?	Қалайсыз ба?	Сізге ұнай ма?
1	Физика сабақтары	- - -		
2	Математика сабақтары	- - -		
3	Химия сабақтары	+		
4	Астрология кітаптарын, мақалалар оқу	+		
5	Дәрігерлер жұмысы мен өмірі жайлы оқу	++		
6	Жануарлар және оларға тәжірибелер туралы оқу	++		
7	Шаруашылық, өсімдік, жануарлар жайлы оқу	-		
8	Орман жайлы оқу	-		
9	Әлемдік әдебиеттің классиктерінің шығармаларын оқу	-		
10	Газет, журнал оқу, радио тыңдау, ТВ көру	+		
11	Тарих сабақтары	+		
12	Театрға, музейге, көріністерге бару	++		

Оқушының аты-жөні *Орабай Әзімет*

сыныбы «*HP*»

1. Айзенктың "Тұлғаның психологиялық жағдайын анықтау" сұрақнамасы
Зерттелінушінің түрлі психикалық жағдайының қалыптасуы қалыпсыз екенін анықтауға арналған. Бұл сұрақнама тұлғаның бойында үрейшіліктің, әурешіліктің, агрессивтілік және икемсіздіктің деңгейін анықтауға мүмкіндік береді.

Қолдану тәсілі: Әр сөйлемдердің тұсына 2, 1, 0. сандары жазылған. Егер сөйлемдер сізге жақын болса – 2 санын; егер онша жақын емес болса – 1 санын; ал егер мүлдем олай емес болса – 0 санын белгілеңіз.

1. Менде өз мүмкіндігіме сенбеушілік жиі болып тұрады	2	1	0
2. Шығу жолын табуға болатын, тығырық жағдайлары менде жиі кездеседі	2	1	0
3. Соңғы сөзді үнемі мен айтуым керек.	2	1	0
4. Маған өз дағдыларымнан арылу қиын	2	1	0
5. Мен жиі болмайтынға ұяла беремін	2	1	0
6. Жайсыздықтар мені қатты ренжітеді, содан менде көңілсіздік пайда болады.	2	1	0
7. Өңгімелесу барысында мен көп жағаласамын	2	1	0
8. Бір істен келесі іске ауысу маған өте қиын	2	1	0
9. Түнде жиі оянамын	2	1	0
10. Үлкен жайсыздықтарда мен тек өзімді кіналаймын	2	1	0
11. Мені ашуландыру оңай	2	1	0
12. Өмірімдегі өзгерістерге сақтықпен қараймын	2	1	0
13. Менін ұнжығам тезтүседі	2	1	0
14. Қасірет пен сәтсіздіктер мені еш нәрсеге тәрбиелемеді.	2	1	0
15. Өзгелерге ескертулерді жиі айтуыма тура келеді	2	1	0
16. Мені өз пікірімнен тайдыру қиын	2	1	0
17. Мені жағымсыз жағдайды ойлаудың өзі толғандырады	2	1	0
18. Көп жағдайды қажетсіз деп есептеп бас тартамын.	2	1	0
19. Айналамдағыларға беделді болғым келеді	2	1	0
20. Ұмытуға тиіс ойлар мені жиі мазалайды	2	1	0
21. Өмірде кездесетін қиындықтарға жолығудан қорқамын	2	1	0
22. Өзімді жиі қорғаныссыз сезінемін	2	1	0
23. Кез келген жағдайда аз жетістікке қанағаттанбаймын, үлкен жетістікті көздеймін	2	1	0
24. Адамдармен араласуым оңай	2	1	0
25. Өз кемістіктеріме көп көңіл бөлемін	2	1	0
26. Менде өкіну (кейу) жағдайлары болып тұрады	2	1	0
27. Ашуланған кезде өзімді ұстау өте қиын	2	1	0
28. Егер менің өмірімде өзгеріс болса мен қатты қиналамын	2	1	0
29. Мені сендіру оңай.	2	1	0
30. Менде қиындықтар болғанда қандай шешім қабылдауды білмеймін	2	1	0
31. Бағыныштылықтан гөрі жетекші болғанды қалаймын.	2	1	0
32. Жиі қырсығамын.	2	1	0
33. Денсаулығымның жағдайы көп ойландырады	2	1	0
34. Қиындық жағдайларында өзімді кішкентай бала секілді ұстаймын	2	1	0
35. Сөйлегенде мен қолымды дөрекі серпимін	2	1	0
36. Шешім қабылдауда еріксіздік білдіремін	2	1	0
37. Ұзақ күтуден қатты қиналамын	2	1	0
38. Өзімнің кемістіктерімді ешқашан түзей алмаймын деп ойлаймын	2	1	0
39. Мен кекшілмін	2	1	0
40. Жоспарларымның сәл өзгертілуі мені қатты ызаландырады	2	1	0

КӨМЕКШІ МЕКТЕПТІҢ 7-СЫНЫП ОҚУШЫЛАРЫНЫҢ ТАНЫМДЫҚ ҚЫЗМЕТІН ОЙЫНМЕН ТҮЗЕТУДІҢ МАЗМҰНЫ

1 ТАРАУ. ҚАРЫМ-ҚАТЫНАС ДАҒДЫЛАРЫ ЖӘНЕ АДАМГЕРШІЛІК-ЕРІК ҚАСИЕТТЕРІ

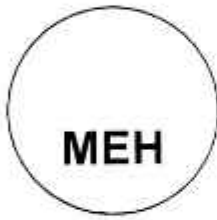
1-тақырып. Мен және мені қоршаған ортам

Білім, икемділіктер, дағдылар: қоршаған әлеуметтік орта туралы түсінікті, қызметтегі вербальді қарым-қатынас икемділіктері мен дағдыларын жетілдіру.

Ойындардың, ойын тапсырмаларының, жаттығулардың, жағдайлардың сан алуан түрі:

Әдет-ғұрып ойындары: «Амандасу-қоштасу».

«Мен және мені қоршаған ортам (ата-аналар, туысқандар, достар, ересек адамдар, жануарлар және т.б.)» сызбасын толтыру.

	Баскалармен қарым-қатынас деңгейін бағалау: + 2 – проблемасыз қарым-қатынас; + 1 – қарым-қатынаста кейде проблемалар туындайды 0 – қарым-қатынаста проблемалар жиі туындайды -1 – ажырасу шегіне жеткен қарым-қатынас - 2 – қарым-қатынас үзілген
--	--

Талқылау:

«Психолологиялық автопортрет» тапсырма жаттығу: Мені не үшін жақсы көруге болады? Мені не үшін ұрысуға болады? (қағаз бетін екіге бөліп, екі жағына жауаптар жазылады). «Өзіміздің суретімізді саламыз», «Х елі» (ұжымдық сурет), «Фотосуреттегіөмірбаян».

Ойындар: «Табылған заттар бюросы», «Өрнектің суретін сал», «Оқиғаны ойна».

2-тақырып. Жанұядағы өзара қарым-қатынас

Білім, икемділіктер, дағдылар: жанұядағы жағымды қарым-қатынасты жетілдіру, жанұядағы тәртіп мәдениеті икемділіктері мен дағдыларын бекіту.

Ойындардың, ойын тапсырмаларының, жаттығулардың, жағдайлардың сан алуан түрі:

Рөлдік ойындар: «Жанұяға», «Жағдаяттарды ойнау».