



## **АНО «ИНСТИТУТ ИНТЕГРАТИВНОЙ СЕМЕЙНОЙ ТЕРАПИИ»**

8 (495) 772-00-21, [www.familyland.ru](http://www.familyland.ru)

### **Методика диагностика самооценки Дембо-Рубинштейн. Модификация ИИСТ.**

#### *Стандартная инструкция (версия Дембо-Рубинштейн)*

Любой человек оценивает свои способности, возможности, характер и др. Уровень развития каждого качества, стороны человеческой личности можно условно изобразить вертикальной линией, нижняя точка которой будет символизировать самое низкое развитие, а верхняя - наивысшее. На следующем бланке изображены семь таких линий. Они обозначают:

- 1) здоровье;
- 2) ум, способности;
- 3) характер;
- 4) авторитет у сверстников;
- 5) умение многое делать своими руками, умелые руки;
- 6) внешность;
- 7) уверенность в себе.

Под каждой линией написано, что она означает. На каждой линии чертой (-) отметьте, как вы оцениваете развитие у себя этого качества, стороны вашей личности в данный момент времени. После этого крестиком (x) отметьте, при каком уровне развития этих качеств вы были бы удовлетворены собой или почувствовали гордость за себя.

#### **Задание**

Изображено семь линий, длина каждой - 100 мм, с указанием верхней, нижней точек и серединой шкалы. При этом верхняя и нижняя точки отличаются заметными чертами, середина - едва заметной точкой. Методика может проводиться как фронтально - с целым классом (или группой), так и индивидуально. При фронтальной работе необходимо проверить, как каждый ученик заполнил первую шкалу. Надо убедиться, правильно ли применяются предложенные значки, ответить на вопросы. После этого испытуемый работает самостоятельно. Время, отводимое на заполнение шкалы вместе с чтением инструкции, 10-12 мин.

#### **Обработка результатов**

Обработка проводится по шести шкалам (первая, тренировочная - "здоровье" - не учитывается). Каждый ответ выражается в баллах. Как уже отмечалось ранее, размеры каждой шкалы 100 мм, в



## АНО «ИНСТИТУТ ИНТЕГРАТИВНОЙ СЕМЕЙНОЙ ТЕРАПИИ»

8 (495) 772-00-21, [www.familyland.ru](http://www.familyland.ru)

соответствии с этим ответы школьников получают количественную характеристику (напр., 54 мм = 54 баллам).

1. По каждой из шести шкал определить:

а) уровень притязаний - расстояние в мм от нижней точки шкалы ("О") до знака "х";

**б) высоту самооценки - от "0" до знака «-»**

в) значение расхождения между уровнем притязаний и самооценкой - расстояние от знака "х" до знака "-", если уровень притязаний ниже самооценки, он выражается отрицательным числом.

2. Рассчитать среднюю величину каждого показателя по всем шести шкалам.

### **Оценка и интерпретация отдельных параметров**

В нижеприведенной таблице даны количественные характеристики уровней притязаний и самооценки, полученные для учащихся 7-10 классов городских школ (около 900 чел.)

Параметр	Количественная характеристика (балл)			
	норма	низкий	средний	очень высокий
Уровень притязаний	менее 60	60-74	75-89	90-100
Уровень самооценки	менее 45	45-59	60-74	75-100

### **Уровень притязаний**

Норму, реалистический уровень притязаний характеризует результат от 60 до 89 баллов. Наиболее оптимальный - сравнительно высокий уровень - от 75 до 89 баллов, подтверждающий оптимальное представление о своих возможностях, что является важным фактором личностного развития. Результат от 90 до 100 баллов - обычно удостоверяет нереалистическое, некритическое отношение детей к собственным возможностям. Результат менее 60 баллов свидетельствует о заниженном уровне притязаний, он - индикатор неблагоприятного развития личности.

### **Высота самооценки**

Количество баллов от 45 до 74 ("средняя" и "высокая" самооценка) удостоверяют реалистическую (адекватную) самооценку. Количество баллов от 75 до 100 и выше свидетельствует о завышенной самооценке и указывает на определенные отклонения в формировании личности. Завышенная



## АНО «ИНСТИТУТ ИНТЕГРАТИВНОЙ СЕМЕЙНОЙ ТЕРАПИИ»

8 (495) 772-00-21, [www.familyland.ru](http://www.familyland.ru)

самооценка может подтверждать личностную незрелость, неумение правильно оценить результаты своей деятельности, сравнивать себя с другими; такая самооценка может показывать на существенные искажения в формировании личности - "закрытости для опыта", нечувствительности к своим ошибкам, неудачам, замечаниям и оценкам окружающих. Количество баллов ниже 45 указывает на заниженную самооценку (недооценку себя) и свидетельствует о крайнем неблагополучии в развитии личности. Эти ученики составляют "группу риска", их, как правило, мало. За низкой самооценкой могут скрываться два совершенно разных психологических явления: подлинная неуверенность в себе и "защитная", когда декларирование (самому себе) собственного неумения, отсутствия способности и т.п. позволяет не прилагать никаких усилий.

### *Модификация ИИСТ:*

- В данной методике участвуют все члены семьи, в т.ч. дети от 6-7 лет. (Некоторые старшие дошкольники также могут выполнить данную методику).
- Дети заполняют поочередно 3 варианта. На 1-м бланке они отмечают то, как сами оценивают себя и свои качества, и как хотели бы, чтобы было. На 2-м бланке им необходимо отметить то, как им кажется, отметила бы **про них** мама – как она оценила бы их, и как хотела бы, чтобы было. На 3-м – аналогично – про папу.
- Одновременно такие же бланки получают родители. На 1-м бланке родители отмечают то, как они оценивают развитие (наличие) данных качеств и свойств у **своего ребенка** и уровень того, как им хотелось бы, чтобы эти качества были представлены («Как я оцениваю качества и особенности своего ребенка и как хотел бы, чтобы было»).
- На втором бланке задача родителей – **предположить**, как сам ребенок себя оценивает, и какой у него уровень притязаний. («Я думаю, что мой ребенок сам себя оценивает так... а хотел бы, чтобы было...»).
- Родители **не** оценивают сами себя, и дети **не** оценивают родителей!!!
- Каждый бланк подписывается: ФИО, возраст, дата, и номер – соответственно, 1 или 2 у родителя; 1, 2 3 у детей.
- При обработке результатов важными показателями являются: средний уровень самооценки/оценки и уровень притязаний; разница между ними. Также очень важно сопоставить то, как относительно друг друга представлены самооценка ребенка, его представления о том, как он оценивается родителями и реальные оценки и притязания родителей. Данные предоставляются в виде таблицы, которая есть в «образце».



**АНО «ИНСТИТУТ ИНТЕГРАТИВНОЙ СЕМЕЙНОЙ ТЕРАПИИ»**

8 (495) 772-00-21, [www.familyland.ru](http://www.familyland.ru)

- Вместо шкалы «здоровье» мы предлагаем оценить такой параметр, как степень значимости в семье.



**АНО «ИНСТИТУТ ИНТЕГРАТИВНОЙ СЕМЕЙНОЙ ТЕРАПИИ»**

8 (495) 772-00-21, [www.familyland.ru](http://www.familyland.ru)

**Бланк 1 (для детей)**

ФИО

Возраст

Дата

*Инструкция ИИСТ:* “Любой человек оценивает свои способности, возможности, характер и др. Уровень развития каждого качества можно условно изобразить вертикальной линией, нижняя точка которой будет показывать самое низкое развитие, или что этого качества совсем нет, а верхняя — что оно очень хорошо развито. Тебе предлагаются семь таких линий. Они обозначают: ум, способности; характер; авторитет у сверстников (уважение ребят); умение многое делать своими руками; внешность; уверенность в себе, степень значимости в семье.

На каждой линии чертой (-) отметь, как ты оцениваешь развитие у себя этого качества сейчас. После этого крестиком (x) отметь, при каком уровне развития этих качеств, сторон ты был бы доволен собой или почувствовал бы гордость за себя”.

Уверенность в себе	ум, способности	характер	авторитет у сверстников	умение многое делать своими руками, умелые руки	внешность	Значимость в семье	



**АНО «ИНСТИТУТ ИНТЕГРАТИВНОЙ СЕМЕЙНОЙ ТЕРАПИИ»**

8 (495) 772-00-21, [www.familyland.ru](http://www.familyland.ru)

Бланк 2 для детей.

ФИО

Дата

Возраст

*Инструкция ИИСТ:* “А теперь, пожалуйста, отметь на этих шкалах то, как тебе кажется, оценила бы твои качества мама. На каждой линии чертой (-) отметьте, как тебе кажется, мама отметила бы развитие у тебя этого качества в данный момент времени. После этого крестиком (x) отметь, при каком уровне развития этих качеств, сторон она была бы удовлетворена или почувствовала гордость за тебя”.

Уверенность  
в себе

ум,  
способности

характер

авторитет у  
сверстников

умение многое  
делать своими  
руками,  
умелые руки

внешность

Значимость в  
семье



**АНО «ИНСТИТУТ ИНТЕГРАТИВНОЙ СЕМЕЙНОЙ ТЕРАПИИ»**

8 (495) 772-00-21, [www.familyland.ru](http://www.familyland.ru)

Бланк 3 для детей.

ФИО

Дата

Возраст

*Инструкция ИИСТ:* “А теперь, пожалуйста, отметь на этих шкалах то, как тебе кажется, оценил бы твои качества папа. На каждой линии чертой (-) отметьте, как тебе кажется, папа отметил бы развитие у тебя этого качества в данный момент времени. После этого крестиком (x) отметь, при каком уровне развития этих качеств, сторон он был бы удовлетворен или почувствовал бы гордость за тебя”.

Уверенность в себе	ум, способности	характер	авторитет у сверстников	умение многое делать своими руками, умелые руки	внешность	Значимость в семье	



**АНО «ИНСТИТУТ ИНТЕГРАТИВНОЙ СЕМЕЙНОЙ ТЕРАПИИ»**

8 (495) 772-00-21, [www.familyland.ru](http://www.familyland.ru)

**Бланк 1 для родителей**

ФИО

Дата

Имя ребенка:

*Инструкция ИИСТ:* “Все родители так или иначе оценивают способности, возможности, характер и другие качества своего ребенка. Уровень развития каждого качества, стороны человеческой личности можно условно изобразить вертикальной линией, нижняя точка которой будет символизировать самое низкое развитие, а верхняя — наивысшее. Вам предлагаются семь таких линий. Они обозначают: ум, способности; характер; авторитет у сверстников; умение многое делать своими руками, умелые руки; внешность; уверенность в себе, степень значимости в семье.

На каждой линии чертой (-) отметьте, как вы оцениваете развитие у своего ребенка этого качества, стороны его личности в данный момент времени. После этого крестиком (x) отметьте, при каком уровне развития этих качеств, сторон вы были бы удовлетворены или почувствовали гордость за него”.

Уверенность в себе	ум, способности	характер	авторитет у сверстников	умение многое делать своими руками, умелые руки	внешность	Значимость в семье	





**АНО «ИНСТИТУТ ИНТЕГРАТИВНОЙ СЕМЕЙНОЙ ТЕРАПИИ»**

8 (495) 772-00-21, [www.familyland.ru](http://www.familyland.ru)

**Бланк 2 для родителей.**

ФИО

Дата

Имя ребенка.

*Инструкция ИИСТ:* “Теперь, пожалуйста, постарайтесь предположить, как сам ребенок оценивает уровень развития этих качеств у себя на данный момент, и как он хотел бы, чтобы они были развиты.

На каждой линии чертой (-) отметьте, ваши предположения о его оценках развитие себя (этого качества), в данный момент времени. После этого крестиком (x) отметьте, при каком уровне развития этих качеств, как Вам кажется, он был бы удовлетворен собой или почувствовал бы гордость за себя”.

Уверенность в себе	ум, способности	характер	авторитет у сверстников	умение многое делать своими руками, умелые руки	внешность	Значимость в семье	