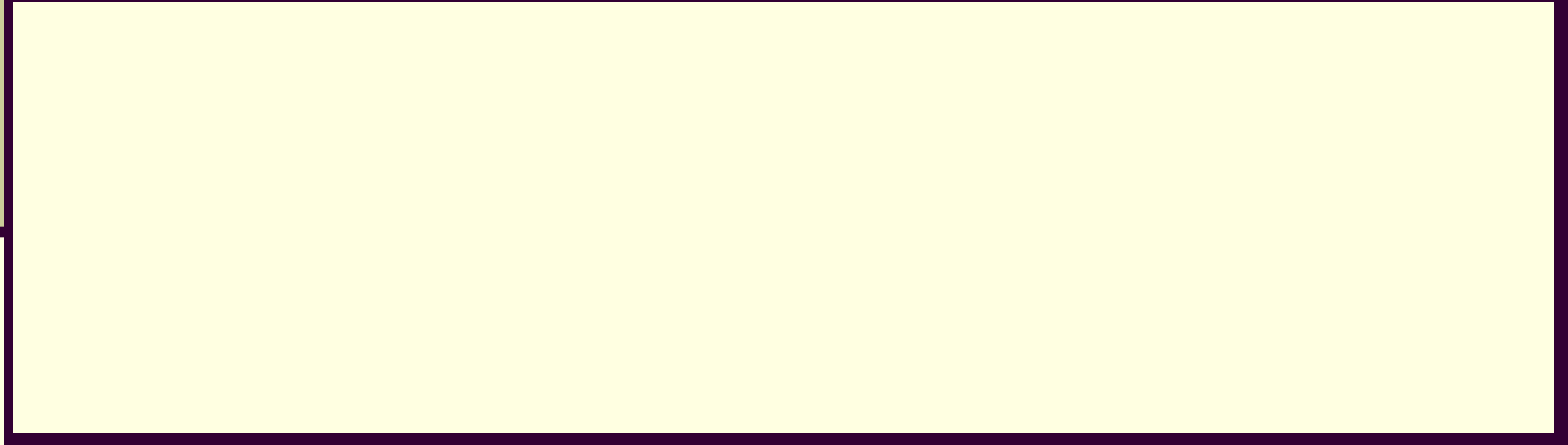


**Инструкция
к домашнему заданию
по теме 2-2**



Домашнее задание по теме ОП-2-2 (анализ каузальной атрибуции)

1. Заполните все ячейки матрицы «Окно Джогари», указав качества или характеристики личности, важные для отношений и взаимодействия с другими людьми.
2. Отметьте наиболее характерные для Вас позиции в матрицах «Я-О'К \ Ты-О'К» и «Свои \ чужие успехи и неудачи».
3. Проанализируйте и **опишите**, как проявляются в Вашем поведении все выделенные характеристики (по 3-м матрицам).
4. Сформулируйте и **напишите**, какие успехи (достижения) и проблемы (трудности) в Вашем поведении и отношениях с людьми могут быть обусловлены выделенными характеристиками Вашей каузальной атрибуции.

Заполнение ячеек матрицы «Окно Джогари»

- Нужно заполнить ВСЕ ячейки матрицы
- Для заполнения ячеек «другие знают \ не знают обо мне» выясните мнения знающих вас людей (спросите тех, с которыми вы довольно тесно общаетесь, укажите количество опрошенных)
- Содержание ячейки «неизвестная зона» основывается на предположениях (ваших и знающих вас людей) о ВОЗМОЖНОМ наличии у вас каких-то качеств, которые можно предположить, но которые еще никак не проявились в вашем поведении

Позиции в матрицах «Я-О'К \ Ты-О'К» и «Свои \ чужие успехи и неудачи»

- У всех может быть разное количество заполненных ячеек этих матриц.

Матрица «Я-О'К \ Ты-О'К»:

- У каждого из вас может быть свой (индивидуальный) вариант структуры отношения к людям, обусловленный социальной однородностью \ неоднородностью состава ваших друзей, знакомых и других людей, с которыми вы общаетесь.
- К каждой из этих категорий у вас может быть разное отношение. Именно разнообразие отношений и будет определять какие именно ячейки матрицы должны быть заполнены и описаны.
- Нужно описать особенности отношений с каждой категорией ваших знакомых на основе соотношения «Я-О'К \ Ты-О'К» соответствующих ячеек матрицы.

Матрица «Свои \ чужие успехи и неудачи»:

- У каждого из вас может быть свой (индивидуальный) вариант структуры отношения к успехам и неудачам своим и других людей.
- Разница в вашем отношении к успехам и неудачам может быть обусловлена вашей жизненной позицией, отражающей одинаковое или разное отношение к разным категориям людей (друзья, враги, знакомые, незнакомые, представители разных социальных групп и т.д.)
- К успехам и неудачам каждой из этих категорий у вас может быть разное отношение. Именно разнообразие отношений и будет определять какие именно ячейки матрицы должны быть заполнены и описаны.
- Нужно описать особенности отношений с каждой категорией ваших знакомых на основе соотношения соответствующих ячеек матрицы.

Пункт 3 задания

3. Опишите и проанализируйте, как проявляются в Вашем поведении все выделенные характеристики (по 3-м матрицам):
- Укажите, какие именно черты (характеристики) и каким образом проявляются в вашем поведении и отношениях с людьми
 - Можно сгруппировать характеристики (например: интеллектуальные, эмоциональные, нравственные и т. д. – как считаете целесообразным) и описывать их комплексные (взаимосвязанные) проявления.

Пункт 4 задания

4. Сформулируйте, какие успехи (достижения) и проблемы (трудности) в Вашем поведении и отношениях с людьми могут быть обусловлены выделенными характеристиками Вашей каузальной атрибуции:
- Опишите, какие именно характеристики и каким образом помогают или мешают вам устанавливать и поддерживать хорошие и продуктивные отношения с людьми, способствуют или препятствуют достижению ваших целей.
 - Сделайте вывод: что вы собираетесь (или предполагаете) скорректировать в своих проявлениях – какие черты (характеристики) хотели бы развить и усилить, а какие – ослабить и лучше контролировать