

Уровень школьной тревожности учащихся 5в класса I полугодие 2018-2019 уч. г.

1

Норма

2

Повышенная тревожность

3

Высокая тревожность

№	Ф.И.О. тестируемого	Результаты выполнения диагностического задания																									
		1 Общая тревожность в школе		2 Переживание социального стресса		3 Фрустрация потребности в достижении успеха		4 Страх самовыражения		5 Страх ситуации проверки знаний		6 Страх не соответствовать ожиданиям окружающих		7 Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу		8 Проблемы и страхи в отношениях с учителями		S Общий уровень тревожности									
1	Ученик	31%			27%			53%		33%			33%			20%			40%			50%			34%		
2	Ученик		68%			63%			53%		50%			66%		40%				80%				87%		60%	
3	Ученик	31%				63%			69%		66%			33%			20%			40%			25%			44%	
4	Ученик			77%		72%			69%			100%			83%			100%		60%				87%		84%	
5	Ученик		72%			72%			69%		50%			100%			80%		60%				62%			62%	
6	Ученик																										
7	Ученик	27%				54%			61%		0%			66%			60%		0%				50%			34%	
8	Ученик																										
9	Ученик	22%				56%			53%			83%		50%		40%			0%				62%			34%	
10	Ученик	18%				36%			50%		16%			33%			40%			0%			25%			25%	
11	Ученик		68%			54%		46%				83%			83%			80%			80%			50%		67%	

12	Ученик		72%				90%			76%		50%				100%			80%		60%				100%			79%	
13	Ученик	9%				63%		30%		0%			16%			40%			20%						100%	18%			
14	Ученик	22%			36%			46%		33%				50%		20%			0%					62%		32%			
15	Ученик																												
16	Ученик		72%		36%				61%			50%			66%			60%			60%					87%		63%	
17	Ученик		68%		45%					76%			83%		50%				80%		60%					75%		68%	
18	Ученик	13%			45%			38%				50%		33%			20%			20%						75%	32%		
Кол-во превышений нормы			6	1		8	1		9	2		6	4		6	4		2	5		5	2			6	7		5	2
% учащихся			40%	6%		53%	6%		60%	13%		40%	26%		40%	26%		13%	33%		33%	13%			40%	46%		33%	13%
Суммарный показатель тревожности (%)			46%			60%			73%			66%			66%			46%			46%				86%			46%	
Ранг		5	4		2		3		3		5		5		1		5												

Закключение психолога:

Из общего числа опрошенных учащихся, а это 15 человек, 5 детей подвержены повышенной тревожности и 10 детей имеют высокий порог тревожности.

1.Общее негативное эмоциональное состояние, связанное с различными формами его включения в жизнь школы, отмечается у **46%** учащихся.

2.Переживание социального стресса (эмоциональное состояние ребёнка, на фоне которого развиваются его социальные контакты, прежде всего со сверстниками) отмечается у **60%** учащихся.

Неблагоприятный психический фон, не позволяющий ребёнку развивать свои потребности в успехе у 73% учащихся (2 место).

Страх самовыражения отмечается у 66 % (3 место).

Страх ситуации проверки знаний отмечается у 66% (3 место).

6.Страх не соответствовать ожиданиям окружающих отмечается у 28%.

7.Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу – особенности психофизиологической организации, снижающие приспособляемость ребёнка к ситуациям стрессогенного характера, отмечается 46% учащихся.

Проблемы и страхи в отношениях с учителями отмечаются у 86% учащихся (1 место).

Заключение психолога:

Наиболее сложным для 5-классника является переход от одного, привычного учителя, к взаимодействию с несколькими предметниками. Ломаются привычные стереотипы, самооценка ребенка — ведь теперь его будет оценивать не один педагог, а несколько. Переход из начального в среднее звено школы является переломным, кризисным периодом в жизни каждого школьника. Как показывает практика, большинство детей переживает это событие как важный шаг в своей жизни. Они гордятся тем, что «уже не маленькие». Появление нескольких учителей с разными требованиями, разными характерами, разным стилем отношений является для них зримым показателем их взросления. В адаптационный период дети могут стать более тревожными, робкими или, напротив, «развязными», чрезмерно шумными, суетливыми. У них может снизиться работоспособность, они могут стать забывчивыми, неорганизованными. Иногда нарушается сон, аппетит.

Из общего числа опрошенных детей, а это 25 человек, 8 детей не подвержены страхам и тревожности. Все их показатели в пределах нормы. 8 детей подвержены повышенной тревожности и 9 детей имеют высокий порог тревожности.

Суммарный показатель общего уровня тревожности в классе составляет **20%**, это говорит о том, что в среднем по классу общий уровень тревожности в норме.

Повышение тревожности по отдельным показателям:

1. Общее негативное эмоциональное состояние, связанное с различными формами его включения в жизнь школы, отмечается у **20%** учащихся.
2. Переживание социального стресса (эмоциональное состояние ребёнка, на фоне которого развиваются его социальные контакты, прежде всего со сверстниками) отмечается у **12%** учащихся.
3. Неблагоприятный психический фон, не позволяющий ребёнку развивать свои потребности в успехе у **12%** учащихся.

Страх самовыражения отмечается у 44 % (1 место).

Страх ситуации проверки знаний отмечается у 40% (2 место).

Страх не соответствовать ожиданиям окружающих отмечается у 28%.

7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу – особенности психофизиологической организации, снижающие приспособляемость ребёнка к ситуациям стрессогенного характера, отмечается 16% учащихся.

Проблемы и страхи в отношениях с учителями отмечаются у 36% учащихся (3 место).

Анализируя результат данного исследования, можно заметить, что фактором высокой тревожности у небольшого количества учащихся оказались следующие проблемы: **Страх самовыражения, страх ситуации проверки знаний, проблемы и страхи в отношениях с учителями.** Таким образом, дети, с высоким уровнем тревожности находятся в состоянии неустойчивой адаптации к школе. В работе с данными учащимися необходимо учитывать данные особенности учеников, с целью снижения и нормализации уровня общей школьной тревожности, повышения школьной мотивации, обеспечения личностного развития, улучшения успеваемости, психологического климата в классном коллективе.

1. Избегать излишне эмоциональных реакций по поводу неудач учеников, сравнения учеников друг с другом, т.к. это способствует возникновению страхов, повышению тревожности, снижению уровня школьной мотивации, возникновению у детей мотива избегания неудачи, формированию заниженной самооценки, неврозов, ухудшению взаимоотношений между учителем и учеником. Для создания у детей ситуации успеха, лучше стараться показывать положительную динамику в результатах отдельного ученика, объяснять причины неудач, чётко разъяснять систему требований и оценивания, учить детей преодолевать трудности, извлекая уроки из неудач, чтобы избегать их в дальнейшем, поощрять детей в практике задавания вопросов и т.д.

2. При работе с такими детьми необходимо помнить, что любой ответ у доски, повышенное внимание, приводит их в состояние стресса. Поэтому

нужно стараться создать на уроке максимально безопасную с психологической точки зрения атмосферу взаимоуважения: пресекать попытки унижения, давления, насмешек со стороны детей, способствовать повышению самооценки и уверенности в себе путём поощрения и подчёркивания положительных моментов в работе. Очень важно наладить доверительные отношения с такими детьми, использовать индивидуальные беседы с целью коррекции излишней тревожности и страха самовыражения.

3. При работе с детьми, испытывающими социальный стресс, необходимо в первую очередь наладить контакт с ними и установить доверительные отношения. Нужно постараться выяснить, какие проблемы тревожат ребёнка, предложить свою помощь.

4. Для улучшения психологического климата в классе необходимо проводить внешкольные мероприятия, привлекать детей группы риска к участию в жизни класса, школы, выполнению поручений, способствовать самораскрытию, самоутверждению, повышению их авторитета среди одноклассников.

5. Рекомендуются занятия по снижению школьной тревожности в классе с психологом.

6. Необходимо помнить, что негативное отношение к школе и обучению часто формируется по причине неадекватных педагогических или родительских ожиданий и связанных с ними негативных оценок личности ребенка, следовательно, взрослым рекомендуется проанализировать свои педагогические установки.

04.11.2018г.

Педагог-психолог: Бурыкина Я. Ю.