

## Аналитическая справка по результатам проведенного психологического тестирования уровня школьной тревожности учащихся 1-го класса МБОУ «Большеуринская СОШ»

Дата проведения: 04.03.2022г

Цель диагностики: изучение уровня тревожности, связанной со школой у детей младшего школьного возраста.

Возраст: учащиеся первых классов – 7 лет.

Форма (ситуация оценивания): скрининговое групповое исследование.

Метод оценивания: экспертный опрос классного руководителя, методика «Выявление школьной тревожности у детей» (Е.Р. Гореловой), посещение уроков и наблюдение за детьми, опрос классного руководителя, анкетирование родителей.

Необходимый инструментарий: карточка с изображением трех кружков (выражений настроения – улыбка, спокойное выражение, грусть), можно нарисовать мелом на доске, небольшой лист, карандаш.

Инструкция: Посмотри на изображение. Представь, что это ты сам и нарисуй на картинке рот, вот так (улыбка) – если у тебя веселое настроение, (спокоен) – если ты серьезно настроен, (грустное выражение) – если у тебя плохое настроение. Ребенок рисует три кружка и «себя»: 1. Когда ты идешь в школу, 2. Находишься в школе, 3. Идешь домой из школы.

Интерпретация: улыбка – 1 балл, спокойное выражение – 2 балла, грусть – 3 балла. 3 – 4,5 – низкий уровень, 4,5 – 6 – средний уровень (повышенная тревожность), 7 – 9 – высокий уровень.

Тревожность – индивидуальная характеристика, проявляющаяся в склонности к частым переживаниям тревоги, а также в легкости их возникновения.

Школьная тревожность тесно связана с мотивацией учения, успешности обучения, социальными отношениями со сверстниками. Тревога как состояние оказывает в основном отрицательное, дезорганизующее влияние на результаты деятельности детей.

Школьная тревожность часто выражается в волнении, повышенном беспокойстве в учебных ситуациях, в классе, ожидании плохого отношения к себе, отрицательной оценке со стороны педагогов, сверстников; реже проявляется в беспричинной агрессии, боязни ходить в школу, отказе посещать уроки, отвечать у доски, др.

### Распределение обучающихся по уровням тревожности

Класс	Уровень тревожности обучающихся		
	Высокий	Средний (повышенный)	Норма
I	-	15%	85%
	-	15%	85%

**Вывод:** по результатам проведенного диагностического исследования уровня школьной тревожности обучающихся первого класса, в период адаптации, общий уровень тревожности обследуемых детей находится в пределах средних значений и соответствует возрастным нормам обучающихся, что свидетельствует о нормальной адаптации обучающихся первого класса - 85% от общего числа обучающихся первоклассников.



При среднем уровне личностной тревожности ученик чувствует себя комфортно, сохраняет эмоциональное равновесие, работоспособность преимущественно в ситуациях, к которым он уже успел адаптироваться, в которых он знает, как себя вести, знает меру своей ответственности. При осложнении ситуации или появления дополнительных трудностей возможно появление тревоги, беспокойства, ощущение напряжения, эмоционального дискомфорта. Восстановление эмоционального равновесия происходит после достижения достаточного уровня адаптированности. Таких обучающихся, имеющих средний уровень тревожности в первом классе 2 человека (15% от общего числа обучающихся первоклассников).

#### **Рекомендации классному руководителю при работе с обучающимися проявившими школьную тревожность:**

Школьная тревожность - это сравнительно мягкая форма проявления эмоционального неблагополучия ребенка. Она выражается в волнении, повышенном беспокойстве в учебных ситуациях, в классе, в ожидании плохого отношения к себе, отрицательной оценки со стороны педагогов, сверстников. Ребенок постоянно чувствует собственную неадекватность, неполноценность, не уверен в правильности своего поведения, своих решений.

Прежде всего, причины тревожности определяются природной нервно-психической организацией школьника, особенностями воспитания, завышенными требованиями родителей.

Помощь: повышение самооценки (взрослыми) и развитием способности справляться с повышенной тревогой с помощью определенных упражнений. Особое внимание со стороны взрослого (учителя или родителя) следует уделять поддержке, похвале, отмечать успехи, и поддерживать при неудаче. Избегать оценочного суждения, сравнения с результатами более успешных учеников, если сравнивать, то его собственные результаты. Избегать критики в присутствии других. Помогать анализировать не только неудачи, но и успехи, чтобы те, в свою очередь, не воспринимались такими детьми как случайные, как результат каких-то внешних воздействий (например, как хорошее настроение учителя, или мне сегодня просто повезло).

Предполагаемые действия взрослого (учителя или родителя) по отношению к тревожному ребенку:

- Оказывать поддержку, проявлять искреннюю заботу о ребенке, чаще давать позитивную оценку их действиям и поступкам;
- Называть чаще ребенка по имени и хвалить его в присутствии других детей и взрослых;
- Поручать выполнение престижных в данном коллективе поручений;
- Если сравнивать результаты работы, то только его собственные (достиг вчера, неделю или месяц назад);
- Лучше избегать решения тех задач, которые ограничены во времени;
- Лучше спрашивать не в начале или конце урока, а в середине;
- Не следует торопить и подгонять их с ответом, дать время для ответа, и не повторять вопрос несколько раз (в противном случае ребенок ответит нескоро, т.к. новое повторение вопроса он будет воспринимать как новый стимул);
- Установление визуального контакта - «глаза в глаза» - вселение чувства доверия в душу ребенка;
- Беседы в классе о проблемах каждого ребенка (что у любого есть сложности), чтобы он чувствовал, что такой не один;
- Запаситесь терпением, результаты не бывают скорыми.

Педагог-психолог

Е.И. Зяткова

