

## Аналитическая справка

### по результатам проведенного психологического тестирования уровня школьной тревожности учащихся 5 класса МБОУ «Большеуринская СОШ»

Опросник (тест) школьной тревожности Филлипса приложение №1

Школьная тревожность - это специфический вид тревожности, проявляющийся во взаимодействии ребенка с различными компонентами образовательной среды и закрепляющийся в этом взаимодействии. В ее формировании можно условно выделить как ситуационные (собственно взаимодействие с компонентами образовательной среды), так и индивидуальные (темперамент, самооценка и т. д.) предпосылки.

Школьная тревожность проявляется в поведении детей по-разному. Универсальными признаками выступают нежелание ходить в школу (вплоть до систематических прогулов), отказ от выполнения субъективно невыполнимых заданий, излишняя старательность при выполнении заданий, раздражительность и агрессивные проявления (вербальная и невербальная агрессия), рассеянность, снижение концентрации внимания на уроках, минимизация контактов со сверстниками и/или учителями, потеря контроля над физиологическими функциями в стрессогенных ситуациях, ухудшение соматического здоровья. В начальной школе эти проявления могут дополняться страхами потерять или испортить школьные принадлежности, опоздать в школу (в том числе ночными), «сверхценностью» школьной оценки. В средней и старшей школе симптомом школьной тревожности являются пробы аддиктивного поведения. Необходимо отметить, что тревога является неотъемлемой частью учебного процесса, и поэтому не может рассматриваться как однозначно негативное состояние. Дезорганизующее влияние на учебную деятельность оказывают только частые и/или интенсивные тревожные состояния, которые свидетельствуют о нарушении процесса школьной адаптации. Именно повышенная школьная тревожность препятствует эффективной учебной деятельности независимо от того, осознается она самим ребенком или нет. В настоящее время для диагностики школьной тревожности используются разнообразные методические подходы, среди которых, в первую очередь, следует назвать наблюдение за поведением учащихся в школе, экспертные опросы родителей учащихся и учителей, тесты-опросники и проективные тесты. При этом каждый из перечисленных методов имеет свои достоинства и ограничения. Наблюдение, экспертные опросы и проективные тесты могут применяться для диагностики школьной тревожности на любом этапе школьного обучения, но для исследования определенных возрастных групп больше подходят стандартизированные



методы, позволяющие получить достоверные результаты, не смотря на то, что применение некоторых методик ограничено возрастом потенциальных испытуемых. Метод наблюдения позволяет собрать информацию о разнообразных проявлениях школьной тревожности в поведении учащегося, причем даже в том случае, если эта тревожность им самим не осознается. Однако проведение наблюдения — очень трудоемкое мероприятие, требующее от педагога максимальной сосредоточенности. Этот метод играет существенную роль и его очень важно использовать в работе с детьми, хотя отсутствие стандартизированной процедуры обработки данных, полученных с помощью наблюдения, и затрудняет интерпретацию полученных результатов. Стандартизированные опросники школьной тревожности позволяют получить количественные эквиваленты выраженности различных видов школьной тревожности в структуре эмоциональных свойств личности учащегося, что облегчает процедуру их обработки, интерпретацию полученных данных и сопоставление различных тестируемых групп (например, классов в параллели). В то же время, к недостаткам такого типа методов можно отнести их зависимость от уровня развития рефлексии испытуемых, с одной стороны, и от их стремления продемонстрировать социально желательные образцы поведения, с другой. Для проведения фронтальной диагностики школьной тревожности целесообразно использовать методы, не требующие особых временных затрат в проведении и обработке результатов, единственной целью применения которых является выделение детей «группы риска» по показателям школьной тревожности. Опросник (тест) школьной тревожности Филлипса относится к стандартизированным психодиагностическим методикам и позволяет оценить не только общий уровень школьной тревожности, но и качественное своеобразие переживания тревожности, связанной с различными областями школьной жизни. Опросник достаточно прост в проведении и обработке, поэтому хорошо зарекомендовал себя при проведении фронтальных психодиагностических обследований. Тест Фллипса хорошо знаком школьным психологам. Он широко используется, потому что хорошо работает. Несмотря на то, что обработка данных полученных в результате диагностики достаточно трудоемка и занимает много времени. Диагностика может проводиться как в индивидуальной, так и групповой форме. Вопросы предъявляются либо письменно, либо на слух. Присутствие учителя или классного руководителя в помещении, где проводится опрос, крайне нежелательно. Необходимые материалы. Для проведения исследования необходим текст опросника, а также листы бумаги по числу учащихся. Содержательная характеристика синдромов (факторов) выявляемых в ходе диагностики по методике Филлипса и интерпретация результатов. Значения показателей тревожности, превышающие 50-типроцентный рубеж, позволяют говорить о повышенной тревожности,



а превышающие 75 % -о высокой тревожности ребенка. Расшифровка значений шкал данного опросника позволяет сделать выводы о качественном своеобразии переживания школьной тревожности каждым.

1. Общая тревожность в школе- общее эмоциональное состояние ребенка, связанное с различными формами его включения в жизнь школы.
2. Переживание социального стресса-эмоциональное состояние ребенка, на фоне которого развиваются его социальные контакты ( прежде всего со сверстниками).
3. Фрустрация потребности в достижении успеха- неблагоприятный психологический фон, не позволяющий ребенку удовлетворять свои потребности в успехе, достижении высокого результата и т. д.
4. Страх самовыражения -негативное эмоциональное переживание ситуаций, сопряженных с необходимостью самораскрытия, предъявления себя другим, демонстрации своих возможностей.
5. Страх ситуации проверки знаний- негативное отношение и переживание тревоги в ситуациях проверки (особенно-публичной) знаний, достижений, возможностей.
6. Страх не соответствовать ожиданиям окружающих—ориентация на значимость других в оценке своих результатов, поступков и мыслей, тревога по поводу оценок, даваемых окружающими, ожидание негативных оценок.
7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу—особенности Психофизиологической организации, снижающие приспособляемость ребенка к ситуациям стрессогенного характера, повышающие вероятность неадекватного, деструктивного реагирования на тревожный фактор среды.
8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями-общий негативный эмоциональный фон отношений со взрослыми в школе, снижающий успешность обучения ребенка.

**Результат психологического обследования уровня школьной тревожности учащихся 5 класса.**

**2022 учебный год март месяц присутствовало 16 учащихся.**

1. Общая тревожность 5-го класса в школе- общее эмоциональное состояние ребенка, связанное с различными формами его включения в жизнь школы в пределах допустимого составляет-44%(7 человек)
- 2.Переживание социального стресса-эмоциональное состояние детей в классе, на фоне которого развиваются его социальные контакты ( прежде всего со сверстниками) повышенный процент составляет-56% (9человек)



3. Фрустрация потребности в достижении успеха - неблагоприятный психологический фон, не позволяющий ребенку удовлетворять свои потребности в успехе, достижении высокого результата и т. д. У детей этого класса низкий процент составляет всего-6%(1человек)
4. Страх самовыражения - негативное эмоциональное переживание ситуаций, сопряженных с необходимостью самораскрытия, предъявления себя другим, демонстрации своих возможностей у обучающихся 5-го класса очень высокий процент тревожности составляет-75%(12человек)
5. Страх ситуации проверки знаний- негативное отношение и переживание тревоги в ситуациях проверки (особенно-публичной) знаний, достижений, возможностей в классе очень высокий процент тревожности составляет-88%(14человек)
6. Страх не соответствовать ожиданиям окружающих—ориентация на значимость других в оценке своих результатов, поступков и мыслей, тревога по поводу оценок, даваемых окружающими, ожидание негативных оценок в этом классе высокий процент тревожности составляет-75%(12человек)
7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу-особенности психофизиологической организации, снижающие приспособляемость ребенка к ситуациям стрессогенного характера, повышающие вероятность неадекватного, деструктивного реагирования на тревожный фактор среды в 5 классе низкий процент составляет-13%(2человека)
8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями-общий негативный эмоциональный фон отношений с взрослыми в школе, снижающий успешность обучения ребенка у детей 5-го класса повышенный процент тревожности составляет-50%(8 человек).

## **1. Рекомендации по психолого-педагогической поддержки обучающихся 5-х классов**

1. Работу в 5-х классах проводить с учетом психолого-возрастных особенностей учащихся, предъявляя к ним адекватные требования на уроках:
  - четкая постановка целей к конкретному уроку и связь его содержания с этой целью;
  - визуальное подкрепление по теме;
  - употребление учителями лексики, соответствующей возрасту учащихся;
  - сохранение темпа и эмоциональной окрашенности речи учителя на уроке, доступных для учащихся;
  - использование учителем и учащимися выражений и высказываний, развивающих логическое мышление и навыки говорения;
  - развитие умений учащихся делать выводы по изучаемому материалу;



- подготовка к выполнению домашнего задания и соответствия его объема санитарно-гигиеническим нормам;

- обсуждение с учащимися результатов урока (при выставлении и объяснении оценок).

2. Учитель стимулирует активность учащихся на уроке через интеграцию с другими предметами, использование жизненного опыта и знаний самих учащихся.

3. Для создания ситуаций успеха и положительной мотивации к учебе использовать дифференцированный и личностно-ориентированный подход к учащимся, сохраняя и удерживая работоспособность всего класса.

4. В целях профилактики утомляемости, повышения и сохранения работоспособности учащихся до конца использовать на 18-20 минутах динамические паузы и психотехнические упражнения на снятие напряженности, утомления и повышения работоспособности.

5. Классному руководителю 5-го класса больше внимания уделять внеклассному общению, имеющему познавательную направленность, используя при этом различные формы работы:

- - беседы, основанные на анализе уровня воспитанности учащихся, их деятельности, ценностно-ориентированном единстве классного коллектива и т.п.
- - викторина, конкурсы, различные интеллектуальные игры и т.д.;
- - выходы в театр, музей, на выставки, экскурсии и т.д.

**Психологическую помощь детям с повышенным уровнем школьной тревожности можно представляется целесообразным строить в виде описанных ниже этапов.**

1. Консультирование родителей и учителей по вопросам оказания поддержки ребенку в период адаптации и снятия синдрома повышенной тревожности.

Как создавать для ребенка ситуации успеха; как дозировать эмоциональные нагрузки; как оптимально организовать режим дня.

2. Углубленная психодиагностика особенностей школьной тревожности ребенка с выявленным высоким уровнем (при необходимости).

3. Основная работа с учащимися, которая включает в себя актуализацию тревоги, ее разрядку (символическое уничтожение или преобразование) и выработку новых стратегий поведения в тревожащих ситуациях (рисование, разыгрывание, для подростков - консультирование), при необходимости - включение в группу развития коммуникативных навыков или навыков уверенного поведения.

Основные этапы индивидуального консультирования подростков:

1. Поддержание (восстановление) позитивного самоотношения.



2. Анализ проблемы, операционализация ее проявлений, определение провоцирующих источников и причин.
3. Постановка позитивной цели, описание желаемого поведения.
4. Построение шагов роста описание конкретных достижений через день, неделю, месяц.
5. Уточнение параметров желаемого результата.
6. Определение возможных ресурсов и союзников -тех, кто может помочь в достижении цели.
7. Проработка возможных возвращений к старым формам поведения.
8. Закрепление результатов с помощью работы по созданию условий для повышения самооценки учащегося, его уверенности в себе.
9. Итоговая диагностика (диагностика результатов).
10. Итоговые консультации с родителями и учителями.

Справка по проведению психологического мониторинга уровня школьной тревожности учащихся 5класса

Школьная тревожность (Приложение №1)

### **Методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса**

Изучение уровня и характера тревожности, связанной со школой у детей младшего и среднего школьного возраста.

Тест состоит из 58 вопросов, которые могут зачитываться школьникам, а могут и предлагаться в письменном виде. На каждый вопрос требуется однозначно ответить «Да» или «Нет».

Инструкция: «Ребята, сейчас Вам будет предложен опросник, который состоит из вопросов о том, как Вы себя чувствуете в школе. Старайтесь отвечать искренне и правдиво, здесь нет верных или неверных, хороших или плохих ответов. Над вопросами долго не задумывайтесь.

Отвечая на вопрос, записывайте его номер и ответ «+», если Вы согласны с ним, или «-», если не согласны».

### **Обработка и интерпретация результатов.**

При обработке результатов выделяют вопросы ответы на которые не совпадают с ключом теста. Например, на 58-й вопрос ребенок ответил «Да», в то время как в ключе этому вопросу соответствует «-», то есть ответ «нет». Ответы, не совпадающие с ключом - это проявления тревожности. При обработке подсчитывается:

1. Общее число несовпадений по всему тексту. Если оно больше 50 %, можно говорить о



повышенной тревожности ребенка, если больше 75 % от общего числа вопросов теста – о высокой тревожности.

2. Число совпадений по каждому из 8 факторов тревожности, выделяемых в тексте. Уровень тревожности определяется так же, как в первом случае. Анализируется общее внутреннее эмоциональное состояние школьника, во многом определяющееся наличием тех или иных тревожных синдромов (факторов) и их количеством.

Факторы	№ вопросов
1. Общая тревожность в школе	2, 3, 7, 12, 16, 21, 23, 26, 28, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53. 54. 55, 56, 57, 58; сумма = 22
2. Переживание социального стресса	5. 10, 15. 20, 24. 30, 33, 36. 39, 42, 44 сумма = 11
3. Фрустрация потребности в достижении успеха	1. 3, 6. 11. 17. 19, 25, 29, 32, 35, 38, 41, 43; сумма = 13
4. Страх самовыражения	27, 31, 34, 37, 40, 45; сумма = 6
5. Страх ситуации проверки знаний	2, 7, 12, 16, 21, 26; сумма = 6
6. Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	3,8,13,17,22; сумма = 5
7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	9,14.18.23,28; сумма = 5
8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями	2,6,11,32.35.41.44.47; сумма = 8

### КЛЮЧ К ВОПРОСАМ

1 -	7-	13-	19-	25 +	31 -	37-	43 +	49-	55-
2 _	8-	14-	20 +	26-	32-	38 +	44 +	50-	56-
3-	9-	15-	21 -	27-	33-	39 +	45-	51 -	57-
4-	10-	16-	22 +	28-	34-	40-	46-	52-	58-
5-	11 +	17-	23-	29-	35 +	41 +	47-	53-	
6-	12-	18-	24 +	30 +	36 +	42 -	48-	54-	

### Результаты

1) Число несовпадений знаков («+» - да, «-» - нет) по каждому фактору (абсолютное число несовпадений в процентах: < 50 %; > 50 % и 75%).



Для каждого респондента.

- 2) Представление этих данных в виде индивидуальных диаграмм.
- 3) Число несовпадений по каждому измерению для всего класса; абсолютное значение - < 50 %; > 50 % и 75%.
- 4) Представление этих данных в виде диаграммы.
- 5) Количество учащихся, имеющих несовпадения по определенному фактору 50 % и 75 % (для всех факторов).
- 6) Представление сравнительных результатов при повторных замерах.
- 7) Полная информация о каждом учащемся (по результатам теста).

### **Содержательная характеристика каждого синдрома (фактора).**

1. Общая тревожность в школе - общее эмоциональное состояние ребенка, связанное с различными формами его включения в жизнь школы.
2. Переживания социального стресса – эмоциональное состояние ребенка, на фоне которого развиваются его социальные контакты (прежде всего - со сверстниками).
3. Фрустрация потребности в достижении успеха - неблагоприятный психический фон, не позволяющий ребенку развивать свои потребности в успехе, достижении высокого результата и т. д.
4. Страх самовыражения - негативные эмоциональные переживания ситуаций, сопряженных с необходимостью самораскрытия, предъявления себя другим, демонстрации своих возможностей.
5. Страх ситуации проверки знаний - негативное отношение и переживание тревоги в ситуациях проверки (особенно - публичной) знаний, достижений, возможностей.
6. Страх несоответствовать ожиданиям окружающих - ориентация на значимость других в оценке своих результатов, поступков, и мыслей, тревога по поводу оценок, даваемых окружающим, ожидание негативных оценок.
7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу - особенности психофизиологической организации, снижающие приспособляемость ребенка к ситуациям стрессогенного характера, повышающие вероятность неадекватного, деструктивного реагирования на тревожный фактор среды.
8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями - общий негативный эмоциональный фон отношений со взрослыми в школе, снижающий успешность обучения ребенка.



**Бланк**

«+»																				
	0	.																		
«-»		.																		

**Педагог-психолог**



**Е.И. Зятькова**