Справка

по итогам диагностики обучающихся 5-ого класса

по тесту школьной тревожности Филлипса

2024-2025 уч.г.

от 21.10.24г.

В октябре 2024 года было проведено исследование обучающихся 5-ого класса, классный руководитель Васильева Светлана Валировна, с целью определения уровня тревожности и психологического комфорта в среднем звене школы по тесту школьной тревожности Филлипса.

**Цель:**

* Исследование уровня тревожности младших подростков в различных школьных ситуациях.
* Определение сфер внутришкольной жизни, в которых локализуется тревожность, какие конкретные формы она принимает.

**Возраст:** 11 – 12 лет

**Форма (ситуация оценивания)** групповая работа

**Методика:** тест школьной тревожности Филлипса

**Количество участников:** 19 чел

Анализировалось наличие и степень выраженности следующих факторов тревожности:

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.

В результате исследования были получены следующие данные:

**Сводная ведомость исследования обучающихся 5 классов по методике уровня школьной тревожности Филлипса**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Показатели тревожности** | **Количество учащихся**  **Всего 19 человека** | | | | | |
| **Уровень** | | | | | |
| **Низкий и оптимальный уровень тревожности**  **Меньше 50%** | | **Повышенный уровень тревожности**  **Больше 50%** | | **Высокий уровень тревожности**  **больше 75%** | |
|  | **Кол-во уч-ся** | **%** | **Кол-во уч-ся** | **%** | **Кол-во уч-ся** | **%** |
| В целом по тесту |  |  |  |  |  |  |
| Общая тревожность | 11 | 57,9 | 6 | 31,6 | 2 | 10,5 |
| Переживание социального стресса | 14 | 73,7 | 5 | 26,3 | 0 | 0 |
| Фрустрация потребности в достижении успеха | 16 | 84,2 | 3 | 15,8 | 0 | 0 |
| Страх самовыражения | 10 | 52,6 | 6 | 31,6 | 3 | 15,8 |
| Страх ситуации проверки знаний | 10 | 52,6 | 5 | 26,3 | 4 | 21 |
| Страх не соответствовать ожиданиям окружающих | 14 | 73,7 | 1 | 5,3 | 4 | 21 |
| Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу | 16 | 84,2 | 2 | 10,5 | 1 | 5.3 |
| Проблемы и страхи в отношениях с учителями | 10 | 52,6 | 9 | 47,4 | 0 | 0 |

**Примечание:** оптимальный уровень тревожности меньше 50% ; средний или повышенный уровень тревожности, больше 50%, но меньше 75% ; высокий уровень тревожности, больше 75% по каждому из факторов и тесту в целом.

Рис.1. Выраженность школьной тревожности обучающихся 5 классов в 2024-2025 учебном году

1.Общая тревожность в школе, т.е. эмоциональное состояние ребенка, связанное с различными формами его включения в школьную жизнь – составила:

1.1.низкий уровень тревожности - у 57,9% учащихся, что говорит об адекватной поддержке и контакте, как со стороны педагогов, так и со стороны родителей, а также о комфортной стороне внутри группы;

1.2. повышенный уровень - у 31,6 % учащихся,

1.3 высокий уровень – у 10,5% учащихся.

Высокий уровень общей тревожности в школе – это самое широкое понятие, включающее различные аспекты устойчивого эмоционального неблагополучия. Оно выражается в волнении, в повышенном беспокойстве в учебных ситуациях, в классе, в ожидании плохого отношения к себе, отрицательной оценки со стороны учителя, сверстников. Ребенок постоянно чувствует собственную неполноценность, не уверен в правильности своего поведения, своих решений.

2. Острое переживание социального стресса , т.е. эмоционального состояния, на фоне которого развиваются социальные контакты ребенка (со сверстниками прежде всего) испытывают 0 уч-ся, повышенный уровень переживания социального стресса отмечается у 26,3% обучающихся. В норме эмоциональное состояние у 14 ч. (73,7%) .

Можно говорить о том, что значительная часть обучающихся в параллели привыкли к новым требованиям, сохранили дружеские отношения с остальными одноклассниками.

3.Неблагоприятный психологический фон, который не дает возможность школьнику материализовать свои потребности в успехе, достижении высокого результата ( фрустрация потребности в достижении успеха) в 5 классе не выявлено . У 15,8% учащихся повышен

уровень фрустрации, в то время как 84,5% учеников данную потребность могут удовлетворить.

4. Страх самовыражения, негативные эмоциональные переживания ситуаций, сопряженных с необходимостью самораскрытия себя другим, демонстрации своих возможностей присутствует у 15,8% учащихся. 31,6% учащихся имеют тенденцию к повышению уровня данного фактора. И 52,6% учащихся не бояться показать себя, свои возможности и знания.

5. Страх ситуации проверки знаний, т.е. негативные переживания и отношение в ситуации проверки (особенно — публичной) знаний, достижений, возможностей испытывают 21% (высокий уровень) и 26,3% учеников (повышенный уровень). 52,6% переживают эту ситуацию психологически безболезненно.

6. Ориентируются на значимость других в оценке своих результатов, поступков, мыслей; тревожатся, по поводу оценок, даваемых окружением, ожидают негативных оценок, т.е. испытывают страх не соответствовать ожиданиям окружающих 21% (высокий уровень) учащихся и 5,3 % учащихся (повышенный уровень). 73,7% учащихся ориентируются на собственную оценку и уверены, что окружающие воспринимают их объективно верно.

7. **Низкий и оптимальный уровень низкой физиологической сопротивляемости стрессу по методике Филлипса указывает на особенности психофизиологической организации, снижающие приспособляемость ребёнка к ситуациям стрессогенного характера**и повышающие вероятность неадекватного, деструктивного реагирования на тревожный фактор среды зафиксирован у 84,2%детей, средний уровень физиологической сопротивляемости стрессу зафиксировано у 10,5 % учащихся. 5,3% обучающихся высокая физиологическая сопротивляемость стрессу .

8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями на высоком уровне тревожности не выявляются у пятиклассников, повышенный уровень отмечается у 47,4% учащихся. 52,6% обучающихся имеют положительный эмоциональный фон в отношениях с педагогами в школе.

**Вывод:** По данным проведённых исследований по изучению уровня адаптации пятиклассников к обучению в среднем звене можно сказать, что адаптационный период у большинства пятиклассников проходит на достаточном уровне. Хотя, определен ряд учеников, проявляющих признаки общей дезадаптации. Общее отношение к школе и процессу обучения в большей степени положительное. Существенных трудностей не выявлено. Процесс привыкания и приспособления протекает удовлетворительно. На сегодняшний день у небольшого количества учащихся вызывает тревогу такие процессы, как ситуация проверки знаний, адаптация к новым учителям-предметникам, самовыражение. Общая сопротивляемость стрессу у большей проловины учащихся на низком уровне, соответственно, на его повышение тоже необходимо работать педагогам. Отсюда следует вывод, что учителям стоит разрабатывать более четкие последовательные и устойчивые требования к детям, объяснять, почему они необходимы. Помощь учителей детям должна быть направлена на то, чтобы создать благоприятные условия для развития эмоционально-волевой среды учащихся, поддерживать детей в этот трудный период, помочь наладить контакт с одноклассниками и учителями, работающими в классе. Таким образом, всем учителям очень важно в этот период настроится на возрастные особенности пятиклассников и выработать всем педагогам чёткие, последовательные и устойчивые требования к детям, объясняя им, согласовывать с требованиями других учителей, равномерно распределять учебную нагрузку по разным предметам. В первую очередь это относится к домашним заданиям, где необходимо обсудить трудности, больше хвалить за работу, подчёркивать их возможности. Также проанализировать и оптимизировать свой стиль общения с детьми, обучить новым способам поведения, на родительском собрании ознакомить родителей со своей программой и требованиями.

**Рекомендации учителям:**

1.Классному руководителю и педагогу-психологу организовать групповые развивающие занятия, направленные на развитие качеств, необходимых для успешного обучения в средней школе.

2. При работе с учениками 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 одноклассников, способствовать повышению самооценки и уверенности в себе путём поощрения и подчёркивания положительных моментов в работе.

4. Очень важно наладить доверительные отношения, использовать индивидуальные беседы с целью коррекции излишней тревожности и страха самовыражения.

5. Обсуждение с педагогами индивидуальных особенностей школьников.

6. Классному руководителю организовывать внеучебные мероприятия, направленные на сплочение коллектива и общение детей в неформальной обстановке.

**Родителям рекомендуется**:

1. По возможности, чаще устраивать совместные праздники, спор, совершать просто прогулки на воздухе, игры, т.п.;

2. Чаще разговаривать с детьми, интересоваться школьной жизнью, стимулировать ребенка к выражению своих переживаний;

3. Всячески поддерживать ребенка, стараться избегать резких категоричных высказываний;

4. Формировать в детях моральные нормы и ценности: уважение к старшим людям, одноклассникам, соблюдение общественных норм поведения;

5. Стремиться к единству требований с педагогами школы для выстраивания четкого и согласованного плана работы в классе.

Педагог-психолог : Дудник И.Л.