

Заключение по результатам мониторинга обучающихся 6-11 классов по методике уровня школьной тревожности Филлипса МАОУ СРШ №13 в 2018- 2019 учебном году

Согласно плану мониторинга психолога школы в первой четверти 2018 года среди учеников 6-11 классов проводилось диагностическое обследование с целью выявления уровня и характера тревожности, связанной со школой, с изменением условий УВП. В обследовании принимали участие 654 человека.

По результатам диагностики учащихся были выявлены следующие показатели.

Общая тревожность в школе, т.е. эмоциональное состояние ребенка, связанное с различными формами его включения в школьную жизнь – составила: низкий уровень тревожности - у 60,67% учащихся, повышенный уровень - у 33,4% учащихся, высокий уровень – у 5,97% учащихся.

Переживание социального стресса, т.е. эмоционального состояния, на фоне которого развиваются социальные контакты ребенка (со сверстниками прежде всего) на высоком уровне развития выявлено у 15%. У 15% детей это состояние является приближенным к тревожному уровню, 70% учеников легко взаимодействуют в коллективе.

Неблагоприятный психологический фон, не позволяющий ребенку развивать свои потребности в успехе, достижении высокого результата, фрустрация потребности в достижении успеха диагностируется у 9% (высокий уровень) и 21% детей с тенденцией к повышению, в то время как 70% учеников данную потребность могут удовлетворить.

Страх самовыражения, негативные эмоциональные переживания ситуаций, сопряженных с необходимостью самораскрытия себя другим, демонстрации своих возможностей присутствует у 13% детей. 38% учащихся имеют тенденцию к повышению уровня данного фактора. И 49% учащихся не боятся показать себя, свои возможности и знания.

Страх ситуации проверки знаний, т.е. негативные переживания и отношение в ситуации проверки (особенно — публичной) знаний, достижений, возможностей испытывают 16% (высокий уровень) и 42% учеников (повышенный уровень). 42% переживают эту ситуацию психологически безболезненно.

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 16% (высокий уровень) детей и 28% учащихся (повышенный уровень). 56% учащихся ориентируются на собственную оценку и уверены, что окружающие воспринимают их объективно верно.

Ярко выраженную низкую приспособляемость к ситуациям стрессогенного характера, вероятность неадекватного, деструктивного реагирования на тревожный фактор среды имеют 15% детей, менее выражен данный показатель у 15% детей. У 70% учеников особенности психофизиологической организации таковы, что у них вышеперечисленные характеристики эмоциональной сферы не выявляются.

Проблемы и страхи в отношениях с учителями на высоком уровне развития не выявляются у обследуемых детей, повышенный уровень отмечается у 24% учащихся. 76% детей имеют положительный эмоциональный фон в отношениях со взрослыми в школе.

В целом по тесту высоко тревожных детей по всем факторам 5,97%. Детей с повышенной тревожностью 33,4% и 60.67 % учеников имеют низкую тревожность.

Общая численность продиагностированных детей в ОО сентябрь-октябрь	Численность детей, выявленных в «группу риска» в первичной диагностике	Численность детей, прошедших углубленную диагностику	Численность детей, «группы риска» после углубленной диагностики
654	39	39	-

Общая численность продиагностированных детей в ОО сентябрь-октябрь		Численность детей, выявленных в «группу риска» в первичной диагностике	Численность детей, прошедших углубленную диагностику	Численность детей, «группы риска» после углубленной диагностики
5-7 классы	285	24	24	-
8-9 классы	225	12	12	-
10-11 классы	144	3	3	-
Всего:	654	39	39	-

РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Для родителей первоклассников:

1. Поддерживайте ребенка в стремлении стать школьником.
2. Обсудите с ребенком те правила и нормы, с которыми он встретится в школе. Объясните их необходимость и целесообразность.
3. Ваш ребенок пришел в школу, чтобы учиться. Когда он учится - у него может что-то не сразу получаться.
4. Составьте с первоклассником распорядок дня, следите за его соблюдением.
5. Не пропускайте трудности на первом этапе обучения.
6. Поддерживайте в ребенке желание добиться успеха. В каждой работе обязательно найдите то, за что его можно похвалить.
7. Если вас что-то беспокоит в поведении ребенка, его учебных делах, не стесняйтесь обратиться за консультацией к учителю или школьному психологу.
8. Уважайте мнение первоклассника о своем педагоге.
9. У ребенка должно оставаться время для игровых занятий.

Для родителей пятиклассников:

1. Создавайте условия для развития самостоятельности в поведении ребенка. У пятиклассника должны быть домашние обязанности, за выполнение которых он несет ответственность.
2. Пятиклассник нуждается в ненавязчивом контроле со стороны родителей.
3. Поддерживайте авторитет учителя.
4. Обсуждайте с ребенком его школьные дела, учебу и отношения с друзьями.
5. Если вас что-то беспокоит в поведении ребенка, его учебных делах, не стесняйтесь обратиться за консультацией к учителю или школьному психологу.

Для родителей десятиклассников:

1. Важно помочь ребенку научиться грамотно распределять свое время и планировать день так, чтобы оставалось время для отдыха, сна и внеучебных дел.
2. Предоставить возможность ребенку обсуждать свои жизненные планы, не навязывая принятого заранее решения.
3. Строить отношения с ребенком на новых - партнерских началах.

Для родителей выпускников:

1. Необходимо проговорить с ребенком перспективы, возникающие в случае успешной сдачи экзамена, обсудить, что будет, если успехи будут менее значительными: важно, чтобы ребенок понял, что семья безусловно верит в его способности, но готова поддержать в случае неудачи.
2. Необходимо поддерживать у учащегося ощущение готовности к экзамену, отмечая затрачиваемые усилия и их результат.
3. Через каждые 40-50 минут менять вид деятельности. При параллельной подготовке разных предметов желательно чередовать естественно-научные и гуманитарные дисциплины.

4. Желательно, чтобы выпускник при желании имел возможность рассказать родителям выученный материал.
5. Не следует настаивать, чтобы ребенок выключал музыку или телевизор при подготовке к экзаменам.
6. Важно особенно внимательно следить за режимом питания ребенка.

Педагог- психолог МАОУ СОШ №13

В.Н. Кизилев

Заключение по результатам психологического обследования

Дата проведения : сентябрь- ноябрь 2019г.

Педагог – психолог: Кизилев Владимир Николаевич

Название: методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса.

Цель методики: состоит в изучении уровня и характера тревожности, связанной со школой.

В обследовании принимали участие 698 человек.

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”.

Критерии:

При анализе полученных результатов исследования тревожности методом Филлипса подсчитывалось количество несовпадений с каждой шкалой опросника и с опросником в целом. Таким образом, испытуемые должны были дать ответы «да» на вопросы: 11, 20, 22, 24, 25, 30, 35, 36, 38, 39, 41, 43, 44; ответы «нет» на вопросы: 1-10, 12-19, 21, 23, 26-29, 31-34, 37, 40, 42, 45-58.

При обработке полученных данных вопросы группировались по шкалам, при расшифровке значений которых можно было сделать выводы о качественном своеобразии переживания школьной тревожности. Значения показателей тревожности, превышающие 50-типроцентный рубеж, позволяли говорить о повышенной тревожности, а превышающие 75% - о высокой тревожности ребенка.

Таким образом, анализ школьной тревожности испытуемых производился по восьми шкалам:

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.

Анализ шкал школьной тревожности позволяет нам сделать вывод о том, что учащиеся МАОУ СОШ №13 в большей степени испытывают страх ситуации проверки знаний они испытывают тревогу по поводу оценок, даваемых окружающими. Мнения других в оценке своих результатов для них очень важно. Особенно ярко данное негативное эмоциональное переживание проявляется у учащихся 5х и 9х классов. Также у учащихся наблюдается повышенный уровень тревожности по шкале «страх самовыражения» негативные эмоциональные переживания ситуаций, сопряженных с необходимостью самораскрытия, предъявления себя другим, демонстрации своих возможностей, наблюдается у учащихся 5-6х и 8-9 классов.

Проанализировав общий уровень школьной тревожности можно сделать вывод, что в целом у обучающихся МАОУ СОШ №13 уровень школьной тревожности находится на пониженном уровне. У 12 испытуемых присутствует высокий уровень тревожности.

Численность учащихся школьного возраста (11 - 17 лет включительно)	Общая численность продиагностированных детей в ОО сентябрь-октябрь	Численность детей, выявленных в « группу риска » в первичной диагностике	Численность детей, прошедших углубленную диагностику	Численность детей, « группы риска » после углубленной диагностики
707	698	12	-	-

Общая численность продиагностированных детей в ОО сентябрь-октябрь		Численность детей, выявленных в « группу риска » в первичной диагностике	Численность детей, прошедших углубленную диагностику	Численность детей, « группы риска » после углубленной диагностики
5-7 классы	298	5	-	-
8-9 классы	221	6	-	-
10-11 классы	154	1	-	-
Всего:	673	12	-	-

В РЕЗУЛЬТАТЕ ПРОВЕДЁННОГО ИССЛЕДОВАНИЯ РАЗРАБОТАНИ ПАМЯТКА:

Памятка для классных руководителей и родителей учеников с высоким уровнем школьной тревожности

СОДЕРЖАНИЕ

ЧТО ТАКОЕ ШКОЛЬНАЯ ТРЕВОЖНОСТЬ.....	3
ПАРАМЕТРЫ ШКОЛЬНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ.....	4
В ЧЕМ ПРИЧИНЫ ШКОЛЬНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ.....	5
ПРЕОДОЛЕНИЕ ШКОЛЬНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ: КАК ПОМОЧЬ УЧЕНИКАМ ПОЧУВСТВОВАТЬ СВОЮ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНУЮ СОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ.....	6
ПРАВИЛА РАБОТЫ С ТРЕВОЖНЫМИ ДЕТЬМИ.....	8
ПРИЁМЫ РАБОТЫ С ТРЕВОЖНЫМИ ДЕТЬМИ.....	9
РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ.....	10

ЧТО ТАКОЕ ШКОЛЬНАЯ ТРЕВОЖНОСТЬ

Школьная тревожность - это самое широкое понятие, включающее различные аспекты устойчивого школьного неблагополучия. 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, неуверен в правильности своего поведения, своих решений.

Чувство тревоги в школьном возрасте неизбежно. Однако интенсивность этого переживания не должна превышать индивидуальной для каждого ребенка «критической точки», после которой оно начинает оказывать дезорганизующее, а не мобилизующее влияние.

Наиболее типично возникновение школьной тревожности, связанной с социально-психологическими факторами или фактором образовательных программ. Вот несколько факторов, воздействие которых способствует ее формированию и закреплению:

- учебные перегрузки;
- неспособность учащегося справиться со школьной программой;
- неадекватные ожидания со стороны родителей;
- неблагоприятные отношения с педагогами;
- регулярно повторяющиеся оценочно-экзаменационные ситуации;
- смена школьного коллектива и /или непринятие детским коллективом.

Школьная тревожность младшего школьника является очевидным признаком затруднений в процессе школьной адаптации. Начиная с подросткового возраста, она может формироваться и закрепляться в рамках личностной тревожности как психического свойства учащегося.

Школьная тревожность может проявляться в поведении самыми разнообразными способами, маскируясь под другие проблемы.

Основными диагностическими признаками школьной тревожности являются пассивность на уроках, скованность при ответах, смущение при малейшем замечании со стороны учителя. На перемене тревожный ребенок не может найти себе занятие, любит находиться среди детей, не вступая, однако, в тесные контакты с ними. Кроме того, в силу больших эмоциональных нагрузок, ребенок начинает чаще болеть, снижается сопротивляемость соматическим заболеваниям.

Нежелание ходить в школу чаще всего возникает из-за недостаточной школьной мотивации, однако свидетельствует о том, что ребенок чувствует себя в школе дискомфортно. Противоположную форму проявления

школьной тревожности представляет собой излишняя старательность при выполнении заданий. Рассеянность, или снижение концентрации внимания на уроках - признак школьной тревожности. Особого внимания заслуживает такая форма проявления школьной тревожности, как потеря контроля над физиологическими функциями в стрессовых ситуациях. Например, ребенок может краснеть (бледнеть), отвечая у доски и даже с места, чувствовать дрожь в коленках, посасывание под ложечкой.

ПАРАМЕТРЫ ШКОЛЬНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ

Общая тревожность в школе – эмоциональное состояние ребёнка, связанное с различными формами его включения в жизнь школы.

Переживание социального стресса – эмоциональное состояние ребёнка, на фоне которого развиваются его социальные контакты (прежде всего со сверстниками),

Фрустрация потребности в достижении успеха – неблагоприятный психический фон, не позволяющий ребёнку развивать свои потребности в успехе, достижении высокого результата и т.п.

Страх самовыражения – негативные эмоциональные переживания ситуаций, сопряжённых с необходимостью самораскрытия, предъявления себя другим, демонстрации своих возможностей.

Страх ситуации проверки знаний – негативное отношение и переживание тревоги в ситуациях проверки (особенно публичной) знаний, достижений, возможностей.

Страх не соответствовать ожиданиям окружающих – ориентация на значимость других в оценке своих результатов, поступков и мыслей, тревога по поводу оценок.

Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу – особенности психофизиологической организации, снижающие приспособляемость ребёнка к ситуациям стрессогенного характера, повышающие вероятность неадекватного, деструктивного реагирования на тревожный фактор среды.

Проблемы и страхи в отношениях с учителями – общий негативный эмоциональный фон отношений с взрослыми в школе, снижающий успешность обучения ребёнка.

В ЧЕМ ПРИЧИНЫ ШКОЛЬНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ

Прежде всего, причины определяются природной нервно-психической организацией школьника, это то что заложено от природы в ребенке. Не в последнюю очередь – важную роль играют особенности воспитания, завышенными требованиями родителей к ребенку (например, все нужно знать и делать только на «отлично») Отсюда возникает страх разочаровать родителей, вызвать у них на себя агрессию, порой даже телесное наказание, быть лишенным чего-либо и т.д.

У некоторых детей страхи и нежелание ходить в школу вызваны самой системой обучения – *учебная тревожность*: например, нужно отвечать на уроке, когда подходишь разговаривать с учителем, не можешь справиться с заданием на уроке, непонимание объяснений учителя, неожиданный вопрос на уроке, учитель задает трудное задание, учитель оценивает работу и т.п. В том числе несправедливым или нетактичным поведением учителя. Причем среди таких детей есть школьники с самой разной успеваемостью.

Следующий момент причины школьной тревожности – *это самооценочная тревожность*.

Самооценка – это способность человека честно, с любовью и по достоинству оценить себя. Немало важную роль играют родители т. к. самооценку закладывают в раннем детстве именно они. Если ребенку говорить: «Ты моя радость», «Ты самый лучший», «Я так рад, что ты у меня есть» и т.д. то в этом случае можно предположить об адекватной самооценки т.е. норме. Если же наоборот говорить: «У всех дети как дети , а ты...», «У тебя все не как у других», «Ты доставляешь мне одни неприятности» в таком случае речь идет о заниженной самооценки вплоть до «самопоедания».

Учащимся с повышенным и высоким уровнем самооценочной тревожности довольно неприятны такие ситуации: сравнение себя с другими, когда что-то у них не получается, предстоит важное решающее дело (например, контрольная работа), когда приходится сравнивать себя с другими или когда проверяют их способности, оценивается их работа, когда что-то не получается и т.п.

И последний момент причины школьной тревожности – *межличностная тревожность*. Т.е. умение протраивать, взаимодействовать, сотрудничать с одноклассниками, сверстниками.

Детям с повышенным и высоким уровнем межличностной тревожности довольно неприятны следующие ситуации: подойти или пойти в дом к малознакомым людям, ситуации критики и упреков, когда наблюдают во время работы, когда ребята не играют, не дружат с ними, сердятся взрослые непонятно почему, другие ребята смеются во время их ответа на уроке.

Школьная тревожность свойственна детям всех возрастов. Она может проявляться в их отношении к оценкам, страхе перед контрольными и экзаменами и т.д.

ПРЕОДОЛЕНИЕ ШКОЛЬНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ: КАК ПОМОЧЬ УЧЕНИКАМ ПОЧУВСТВОВАТЬ СВОЮ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНУЮ СОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ

Избежать школьной тревожности можно лишь одним способом – формируя высокое самоуважение учеников, которое содержит три составляющих. Когда они чувствуют,

- 1. что могут решать задачи,**
- 2. знают, что могут строить удовлетворяющие обоим отношения с педагогом,**
- 3. вносить свой особый вклад в классный коллектив,**

Мы можем направленно повышать уровень "Я могу" с помощью следующих поддерживающих техник:

1. Делайте ошибки нормальным и нужным явлением

- Рассказывай об ошибках. Дети часто видят избирательно. Они могут замечать свои собственные ошибки, но не видеть ошибок других. Отсюда у них появляется уверенность, что все вокруг лучше, способнее, привлекательнее, чем они. Учитель может изменить эту установку, если покажет, что каждый делает ошибки, нет людей, которые ошибаются. Задавайте детям вопрос: "Что ты можешь сделать, чтобы больше не повторить ошибку?" Отвечая на него, ученики начинают понимать, что важнее научиться не избегать ошибок, а "не наступать дважды на одни и те же грабли".
- Показывайте ценность ошибки как попытки. Например: "Ошибка уже сделана. Ну и что? Теперь посмотри, чему можно на ней научиться", "Эта ошибка – не такая уж большая беда. Наконец, если бы ты не делал ошибок, я потеряла бы свою работу!"

2. Формируйте веру в успех.

- Подчеркивайте любые улучшения. Обычно учитель ждет, когда сложная задача будет решена учеником безошибочно, тогда он похвалит его. Однако, с такой установкой ждать придется долго. А что если вместо этого замечать каждый маленький шаг вперед?
- Раскрывайте сильные стороны своих учеников. Каждый ученик имеет какие-то силы, неважно насколько скрытые. Едва заметив что-то ценное в ученике, прямо скажите ему об этом или напишите в его тетради. Все ученики хотят и готовы слышать о своих сильных сторонах часто и подробно.
- Демонстрируйте веру в своих учеников. Если вы можете искренне демонстрировать веру в способности своих учеников, вы предадите им больше силы, чем любые отметки. Комментарии типа: "Ты сможешь это подтянуть", "Ты из тех учеников, которые это могут сделать" или "я знаю, что ты сможешь это сделать" – отражают вашу веру в учеников.
- Признайте трудность ваших заданий. Многие ученики, особенно избегающие неудач, воспринимают любую новую задачу, как трудную. Признайте, что они правы: "Я знаю, это трудное задание. Имей это в виду. Но я уверен, что ты справишься с ним". Когда же ученик действует успешно, выполняя задание, названное вами "трудным", его самоуважение здорово вырастает.

3. Концентрируйте внимание учеников на прошлых успехах.

Единственный безопасный путь, который мотивирует детей к достижениям, снижает их тревожность – это подчеркивание всего того, что они делают верно. Успех рождает успех, поэтому учитель должен подчеркивать прошлые достижения, чтобы содействовать продолжению успеха.

4. Признание достижений.

- Аплодисменты. Аплодисменты не означают, что вы должны хлопать в ладоши. Просто смысл их: "Здорово! Ты сделал это!" Он должен быть выражен с очевидным энтузиазмом.
- Выставки. Достижения учеников – сочинения, рисунки, доклады – можно вывешивать на доску, на стенд.

ПРАВИЛА РАБОТЫ С ТРЕВОЖНЫМИ ДЕТЬМИ

- Избегайте состязаний и каких-либо видов работы, учитывающих скорость.
- Не сравнивайте ребёнка с окружающими.

- Доверяйте ребёнку, будьте с ним честным и принимайте его таким, какой он есть.
- Чаще используйте упражнения на релаксацию.
- Способствуйте повышению самооценки ребёнка, чаще хвалите его, но так, чтобы он знал за что.
- Чаще обращайтесь к ребёнку по имени.
- Демонстрируйте образцы уверенного поведения, будьте во всём примером ребёнку.
- Не предъявляйте к ребёнку завышенных требований. Если ему с трудом даётся какой-то учебный предмет, лучше лишний раз помогите ему и окажите поддержку, а при достижении даже малейших успехов не забудьте похвалить.
- Старайтесь делать ребёнку меньше замечаний.
- Используйте наказание лишь в крайних случаях. Не унижайте ребёнка, наказывая его.
- Общаясь с ребёнком, не подрывайте авторитет других значимых взрослых людей.

ПРИЁМЫ РАБОТЫ С ТРЕВОЖНЫМИ ДЕТЬМИ.

Работа с тревожными детьми занимает достаточно длительное время. Рекомендуется проводить работу по 3-м основным направлениям: повышение самооценки, обучение саморегуляции в конкретных наиболее волнующих ситуациях, снятие мышечного напряжения.

ПРИМЕРЫ РАБОТЫ:

Повышение самооценки. Необходимо ежедневно фиксировать информацию о результатах и достижениях ребёнка, которыми можно гордиться. Это могут быть даже самые незначительные изменения в лучшую сторону. В дальнейшем фиксацию можно поручить самому ребёнку, воспитывая у него положительное самопринятие и адекватную самооценку. Полезно систематически сообщать о достижениях ребёнка его родителям.

Желательно, чтобы тревожные дети чаще участвовали в играх и мероприятиях, которые помогут им узнать много приятного о себе от окружающих, взглянуть на себя глазами других детей.

Обучение саморегуляции. Можно предложить ребёнку в наиболее волнующих его ситуациях использовать следующие несложные способы снятия напряжения: 1) передышка – короткий вдох (считать до 5), длинный выдох (считать до 7); 2) повторение простых утверждений (я спокоен, хладнокровен, собран, я чувствую себя хорошо, у меня всё получится и т.п.); 3) отвлечение внимания (необходимо сконцентрировать внимание на нейтральном предмете, можно перечислить свои положительные качества и привести их примеры).

Мышечное расслабление. Снятие напряжения в 12 точках: движения глазами, широко зевнуть, покрутить шеей, поднять и опустить плечи, расслабить и поводить запястьями, сжать и разжать кулаки, 3 глубоких вдоха, прогнуться в позвоночнике, напрячь и расслабить бёдра, икры ног, покрутить ступнями, сжать и расслабить пальцы ног.

РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Для родителей первоклассников:

1. Поддерживайте ребенка в стремлении стать школьником.
2. Обсудите с ребенком те правила и нормы, с которыми он встретится в школе. Объясните их необходимость и целесообразность.
3. Ваш ребенок пришел в школу, чтобы учиться. Когда он учится - у него может что-то не сразу получаться.
4. Составьте с первоклассником распорядок дня, следите за его соблюдением.
5. Не пропускайте трудности на первом этапе обучения.
6. Поддерживайте в ребенке желание добиться успеха. В каждой работе обязательно найдите то, за что его можно похвалить.
7. Если вас что-то беспокоит в поведении ребенка, его учебных делах, не стесняйтесь обратиться за консультацией к учителю или школьному психологу.
8. Уважайте мнение первоклассника о своем педагоге.
9. У ребенка должно оставаться время для игровых занятий.

Для родителей пятиклассников:

1. Создавайте условия для развития самостоятельности в поведении ребенка. У пятиклассника должны быть домашние обязанности, за выполнение которых он несет ответственность.
2. Пятиклассник нуждается в ненавязчивом контроле со стороны родителей.
3. Поддерживайте авторитет учителя.
4. Обсуждайте с ребенком его школьные дела, учебу и отношения с друзьями.

5. Если вас что-то беспокоит в поведении ребенка, его учебных делах, не стесняйтесь обратиться за консультацией к учителю или школьному психологу.

Для родителей десятиклассников:

1. Важно помочь ребенку научиться грамотно распределять свое время и планировать день так, чтобы оставалось время для отдыха, сна и внеучебных дел.
2. Предоставить возможность ребенку обсуждать свои жизненные планы, не навязывая принятого заранее решения.
3. Строить отношения с ребенком на новых - партнерских началах.

Для родителей выпускников:

1. Необходимо проговорить с ребенком перспективы, возникающие в случае успешной сдачи экзамена, обсудить, что будет, если успехи будут менее значительными: важно, чтобы ребенок понял, что семья безусловно верит в его способности, но готова поддержать в случае неудачи.
2. Необходимо поддерживать у учащегося ощущение готовности к экзамену, отмечая затрачиваемые усилия и их результат.
3. Через каждые 40-50 минут менять вид деятельности. При параллельной подготовке разных предметов желательно чередовать естественно-научные и гуманитарные дисциплины.
4. Желательно, чтобы выпускник при желании имел возможность рассказать родителям выученный материал.
5. Не следует настаивать, чтобы ребенок выключал музыку или телевизор при подготовке к экзаменам.
6. Важно особенно внимательно следить за режимом питания ребенка.

Заключение по результатам мониторинга обучающихся 6-11 классов по методике уровня школьной тревожности Филлипса МАОУ СРШ №13 в 2020- 2021 учебном году

Согласно плану мониторинга психолога школы в первой четверти 2020 года среди учеников 6-11 классов проводилось диагностическое обследование с целью выявления уровня и характера тревожности, связанной со школой, с изменением условий УВП. В обследовании принимали участие 589 человека.

По результатам диагностики учащихся были выявлены следующие показатели.

Общая тревожность в школе, т.е. эмоциональное состояние ребенка, связанное с различными формами его включения в школьную жизнь – составила: низкий уровень тревожности - у 53,87% учащихся, повышенный уровень - у 39% учащихся, высокий уровень – у 7,13% учащихся.

Переживание социального стресса, т.е. эмоционального состояния, на фоне которого развиваются социальные контакты ребенка (со сверстниками прежде всего) на высоком уровне развития выявлено у 11%. У 19.4% детей это состояние является приближенным к тревожному уровню, 74% учеников легко взаимодействуют в коллективе.

Неблагоприятный психологический фон, не позволяющий ребенку развивать свои потребности в успехе, достижении высокого результата, фрустрация потребности в достижении успеха диагностируется у 6.1% (высокий уровень) и 12% детей с тенденцией к повышению, в то время как 70% учеников данную потребность могут удовлетворить.

Страх самовыражения, негативные эмоциональные переживания ситуаций, сопряженных с необходимостью самораскрытия себя другим, демонстрации своих возможностей присутствует у 5,9% детей. 29% учащихся имеют тенденцию к повышению уровня данного фактора. И 54% учащихся не боятся показать себя, свои возможности и знания.

Страх ситуации проверки знаний, т.е. негативные переживания и отношение в ситуации проверки (особенно — публичной) знаний, достижений, возможностей испытывают 13% (высокий уровень) и 48% учеников (повышенный уровень). 52% переживают эту ситуацию психологически безболезненно.

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 9% (высокий уровень) детей и 22% учащихся (повышенный уровень). 58% учащихся ориентируются на собственную оценку и уверены, что окружающие воспринимают их объективно верно.

Ярко выраженную низкую приспособляемость к ситуациям стрессогенного характера, вероятность неадекватного, деструктивного реагирования на тревожный фактор среды имеют 11% детей, менее выражен данный показатель у 25% детей. У 73% учеников особенности психофизиологической организации таковы, что у них вышеперечисленные характеристики эмоциональной сферы не выявляются.

Проблемы и страхи в отношениях с учителями на высоком уровне развития не выявляются у обследуемых детей, повышенный уровень отмечается у 25% учащихся. 78% детей имеют положительный эмоциональный фон в отношениях со взрослыми в школе.

В целом по тесту высоко тревожных детей по всем факторам 7,13%. Детей с повышенной тревожностью 39% и 53,87 % учеников имеют низкую тревожность.

Общая численность продиагностированных детей в ОО сентябрь-октябрь	Численность детей, выявленных в «группу риска» в первичной диагностике	Численность детей, прошедших углубленную диагностику	Численность детей, «группы риска» после углубленной диагностики
589	42	42	-

Общая численность продиагностированных детей в ОО сентябрь-октябрь		Численность детей, выявленных в «группу риска» в первичной диагностике	Численность детей, прошедших углубленную диагностику	Численность детей, «группы риска» после углубленной диагностики
5-7 классы	277	20	20	-
8-9 классы	166	13	13	-
10-11 классы	146	9	9	-
Всего:	589	42	42	

РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Для родителей первоклассников:

1. Поддерживайте ребенка в стремлении стать школьником.
2. Обсудите с ребенком те правила и нормы, с которыми он встретится в школе. Объясните их необходимость и целесообразность.
3. Ваш ребенок пришел в школу, чтобы учиться. Когда он учится - у него может что-то не сразу получаться.
4. Составьте с первоклассником распорядок дня, следите за его соблюдением.
5. Не пропускайте трудности на первом этапе обучения.
6. Поддерживайте в ребенке желание добиться успеха. В каждой работе обязательно найдите то, за что его можно похвалить.
7. Если вас что-то беспокоит в поведении ребенка, его учебных делах, не стесняйтесь обратиться за консультацией к учителю или школьному психологу.
8. Уважайте мнение первоклассника о своем педагоге.
9. У ребенка должно оставаться время для игровых занятий.

Для родителей пятиклассников:

1. Создавайте условия для развития самостоятельности в поведении ребенка. У пятиклассника должны быть домашние обязанности, за выполнение которых он несет ответственность.
2. Пятиклассник нуждается в ненавязчивом контроле со стороны родителей.
3. Поддерживайте авторитет учителя.
4. Обсуждайте с ребенком его школьные дела, учебу и отношения с друзьями.
5. Если вас что-то беспокоит в поведении ребенка, его учебных делах, не стесняйтесь обратиться за консультацией к учителю или школьному психологу.

Для родителей десятиклассников:

1. Важно помочь ребенку научиться грамотно распределять свое время и планировать день так, чтобы оставалось время для отдыха, сна и внеучебных дел.
2. Предоставить возможность ребенку обсуждать свои жизненные планы, не навязывая принятого заранее решения.
3. Строить отношения с ребенком на новых - партнерских началах.

Для родителей выпускников:

1. Необходимо проговорить с ребенком перспективы, возникающие в случае успешной сдачи экзамена, обсудить, что будет, если успехи будут менее значительными: важно, чтобы ребенок понял, что семья безусловно верит в его способности, но готова поддержать в случае неудачи.
2. Необходимо поддерживать у учащегося ощущение готовности к экзамену, отмечая затрачиваемые усилия и их результат.
3. Через каждые 40-50 минут менять вид деятельности. При параллельной подготовке разных предметов желательно чередовать естественно-научные и гуманитарные дисциплины.

4. Желательно, чтобы выпускник при желании имел возможность рассказать родителям выученный материал.
5. Не следует настаивать, чтобы ребенок выключал музыку или телевизор при подготовке к экзаменам.
6. Важно особенно внимательно следить за режимом питания ребенка.

Педагог- психолог МАОУ СОШ №13

В.Н. Кизилев