

Справка по результатам диагностического исследования школьной тревожности обучающихся 5А и 5Б класса на 2021-2022 учебный год

Исследование проводилось: в МОУ СОШ №3 г. Балабаново

Дата проведения: апрель 2022 г.

Количество человек: 27

Выбор метода исследования: Использована методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса.

Тест школьной тревожности Филлипса ориентирован на выявление высокого уровня тревожности учащегося, проявляющегося в различных учебных и социальных ситуациях школьного взаимодействия. Данный опросник позволил нам выявить не только общий уровень тревожности, но и найти сферу преимущественной локализации тревожных проявлений, т.е. сказать о причинах и предполагаемых предпосылках негативных эмоциональных переживаний ученика.

Цель – изучение уровня и характера тревожности обучающихся 5А, 5Б класса.

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

Само наличие страхов у ребенка является нормой, но если таких страхов очень много, то можно говорить о «тревожности» как об индивидуальной особенности ребенка.

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. Нередко учителя рассматривают тревогу как позитивную особенность, обеспечивающую ребенку чувство ответственности, восприимчивости и т.д. Но это не верно.

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, т.е. отклоняющемся поведении.

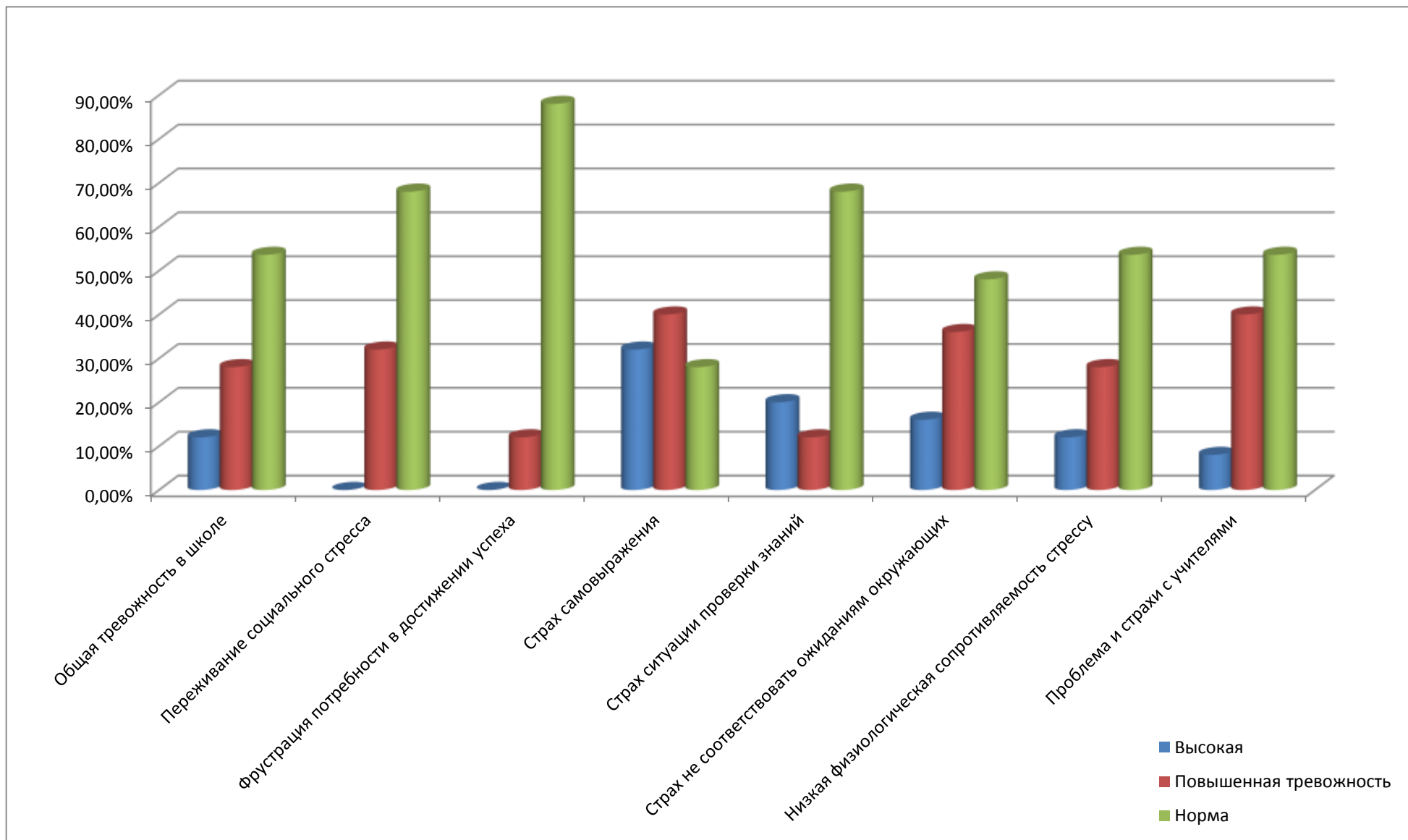
Наличие тревожности свидетельствует о сложностях адаптации, а очень высокий её уровень является показателем дезадаптации ребенка. Тревожность - форма психоэмоционального неблагополучия, которая свидетельствует о наличии стрессового состояния у человека. Об этом должны знать учителя и все делать для снятия тревожности, так как от этого зависит адаптация обучающегося к социальной среде.

Было проанализировано психоэмоциональное состояние пятиклассников как по общей тревожности в школе, так и по частным видам проявления школьной тревожности.

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 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 ситуации стрессогенного характера, повышающие вероятность неадекватного, деструктивного реагирования на тревожные факторы среды.
8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями – общий негативный эмоциональный фон отношений со взрослыми в школе, снижающий успешность обучения ребенка.

Уровень тревожности 5 А класс



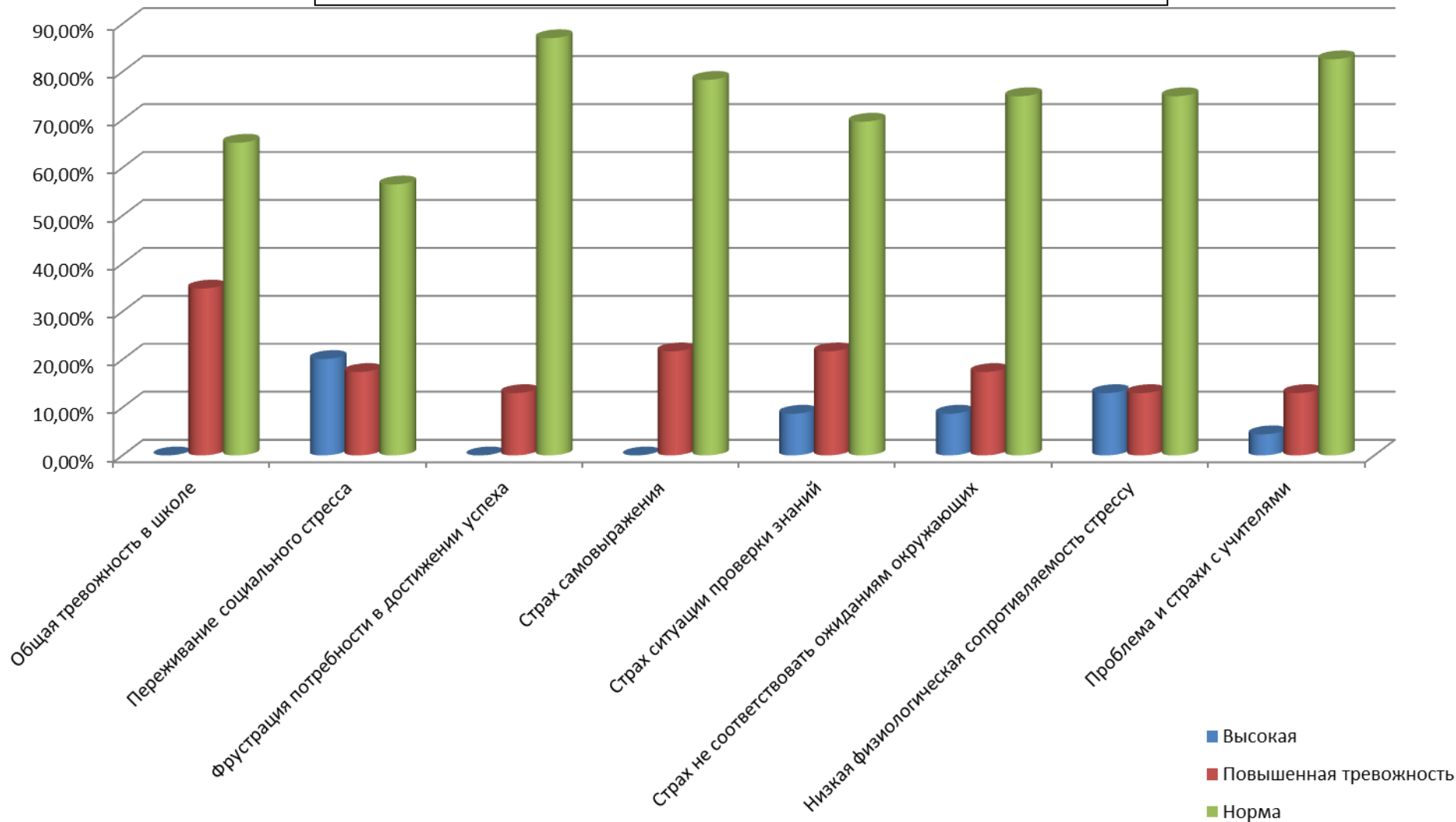
5а класс (25 человек)

№	Показатели тревожности	Количество обучающихся			% показатель		
		В	П	Н	В	П	Н
1.	Переживания социального стресса	3	7	15	12%	28%	53,6%
2.	Фрустрация потребности в достижении успеха	0	8	17	0,0%	32%	68%
3.	Страх самовыражения	0	3	22	0,0%	12%	88%
4.	Страх ситуации проверки знаний	8	10	7	32%	40%	28%
5.	Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	5	3	17	20%	12%	68%
6.	Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	4	9	12	16%	36%	48%
7.	Проблемы и страхи в отношениях с учителями	3	7	15	12%	28%	53,6%
8.	Общая тревожность в школе	2	8	15	8%	32%	53,6%

5 б класс (23 человек)

№	Показатели тревожности	Количество обучающихся			% показатель		
		В	П	Н	В	П	Н
1.	Переживания социального стресса	6	4	13	20,1%	17,4%	56,5%
2.	Фрустрация потребности в достижении успеха	0	3	20	0,0%	13%	87%
3.	Страх самовыражения	0	5	18	0,0%	21,7%	78,3%
4.	Страх ситуации проверки знаний	2	5	16	8,7%	21,7%	69,6%
5.	Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	2	4	17	8,7%	17,4%	74,9%
6.	Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	3	3	17	13%	13%	74,9%
7.	Проблемы и страхи в отношениях с учителями	1	3	19	4,4%	13%	82,6%
8.	Общая тревожность в школе	0	8	15	0,0%	34,8%	65,2%

Уровень тревожности 5 Б класс

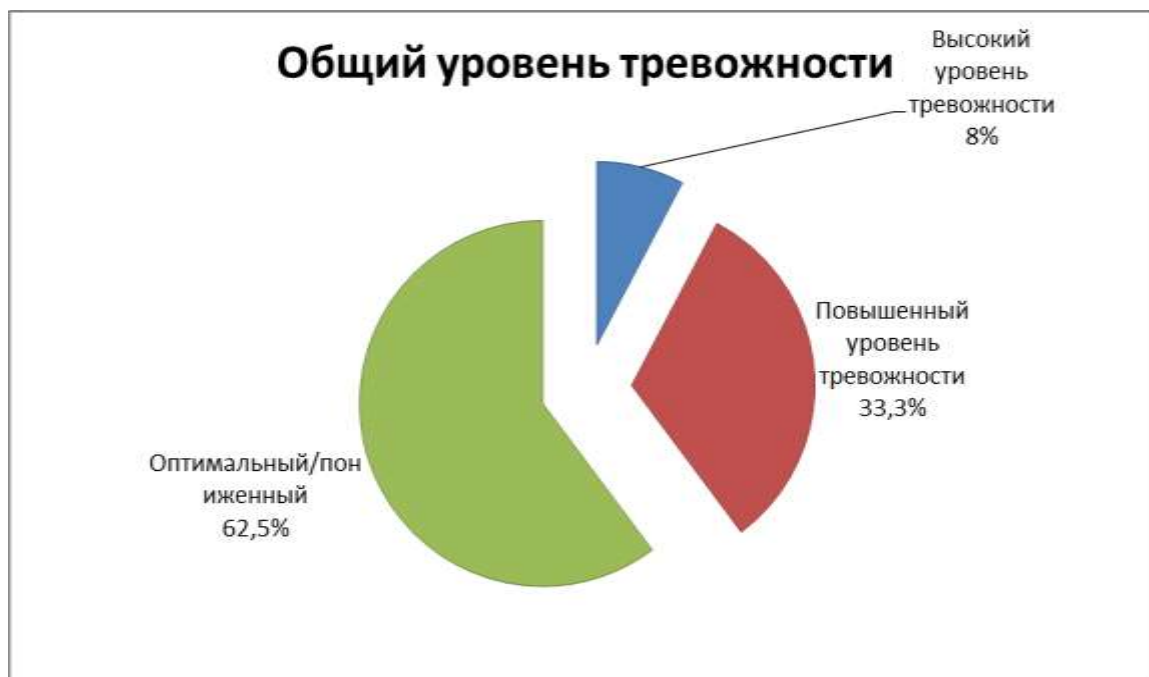


Результаты исследования позволяют нам сделать следующий вывод:

62,5 % от общего количества обучающихся (30 человек) имеют средний и пониженный уровень школьной тревожности,

33,3 % - 16 обучающихся **имеют повышенный уровень тревожности**,

8% - 2 обучающихся **имеют высокий уровень тревожности**.



Обобщая полученные данные можно сказать, что наибольшую тревогу у пятиклассников вызывают:

3. Страх самовыражения – ситуации, требующие самораскрытия, предъявления себя другим, демонстрации своих возможностей, связаны с сильной тревогой.

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

5. Страх несоответствия ожиданиям -обучающимся свойственна ориентация на значимость других в оценке своих результатов, поступков, и мыслей, тревога по поводу оценок, даваемых окружающим, ожидание негативных оценок.

6. Низкая сопротивляемость стрессу-особенности психофизиологической организации обучающихся обуславливают сниженную стрессоустойчивость, что повышает вероятность неадекватного поведения в ситуации стрессогенного характера.

7. Проблемы в отношениях с учителями - отношения со взрослыми в школе связаны с состоянием высокой тревоги, характеризуются напряженностью (5А-ШЛ.).

Эти ребята составляют «группу риска» по неблагоприятному психоэмоциональному состоянию. Наиболее высокие показатели по следующим видам тревожности: страх не соответствия ожиданиям окружающих, страх самовыражения, проблемы в отношениях с учителем.

Эти данные наглядно иллюстрируют специфические особенности психологического состояния обучающихся 5-х классов.

Степень выраженности данных видов тревожности напрямую связана с отношением взрослых к результатам учебной деятельности и поведению ребенка. Эти страхи в какой-то мере провоцируются родителями и педагогами, которые ориентируют детей на получение только хорошей оценки, требуют «правильного» поведения и награждают за результат, а не за сам процесс его достижения или просто попытку действовать. Но, с другой стороны, если уверенность ребенка в своих способностях так

зависит от взрослого, то, значит, в наших силах создать благоприятные условия не просто для коррекции уровня тревожности, но и для развития эмоционально-волевой сферы обучающихся.

Рекомендации педагогам и родителям:

Разумная требовательность к организационным аспектам учебного труда, внушение уверенности и поддержка при постановке учебных задач, пристальное внимание к процессу их решения, своевременное оказание помощи, вовлечение в активные творческие формы деятельности, содержательная оценка ее результатов, всяческое подчеркивание достижений и ряд других средств должны способствовать повышению успеваемости.

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.

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

Повышению качества регуляции учебной деятельности будут способствовать дозированные задачи, с постепенным нарастанием трудности. Педагог должен постоянно подкреплять успех ребенка, стимулировать его к выполнению деятельности подсказками, одобрениями, похвалой, постоянной констатацией успеха, использовать темп проведения урока, соотношенный с возможностями ребенка с неврозом. Необходима постоянная забота о накоплении знания успеха, об усилении уверенности в собственных силах. Необходимо формировать деловые мотивы учебной деятельности и общения. Особо пристальное внимание следует уделять нравственному воспитанию детей, коррекции нравственных дисгармоний, социально-неадекватных мотивационных установок и неадекватно заниженной самооценки.

Учителя часто не осознают влияния на обучающихся негативной роли окриков, нетактичных слов, назидательной интонации. Тем не менее, психологи отмечают, что низкая тональность, спокойные интонации оказываются более действенными, в то время как напряжённый, резкий голос наталкивается на эмоциональное отчуждение.

Педагог, не учитывающий индивидуальные особенности личности школьников, их наиболее уязвимые черты характера, не соизмеряющий с этими особенностями свои действия и слова, может стать непосредственной причиной возникновения дезадаптации, невроза у учащегося.

Для снижения уровня повышенной тревожностью необходимо тесное сотрудничество педагога и психолога. А также обсуждение с педагогами индивидуальных особенностей школьников. Обсуждение с классным руководителем и родителями особенностей возраста.

Рекомендации родителям:

1. По возможности чаще устраивать совместные праздники, спортивные вместе с семьёй 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.

Педагог-психолог

Чукина Е.Н.