

**Аналитическая справка  
о проведении диагностики уровня тревожности  
в МБОУ СОШ №6 среди учащихся 9 и 11 классов.**

Причина исследования: психологическое сопровождение обучающихся выпускных классов.

Дата проведения: 13.05. 2022года.

Цель исследования - влияние сдачи ЕГЭ и ГИА на тревожность учеников 11 и 9 классов.

Объект исследования - учащиеся старших классов МБОУ СОШ №6

Методика: **Опросник Ч.Д. Спилбергера, Л. Ханина (оценка ситуативной и личностной тревожности)**

Задачи исследования:

1. Определить уровень ситуативной и личностной тревожности обучающихся;
2. Интерпретировать полученные данные и сформулировать выводы.

Среди негативных переживаний среди выпускников тревожность занимает особое место, часто она приводит к снижению работоспособности, продуктивности деятельности, к трудностям в общении. Большинство из известных методов измерения тревожности позволяет оценить или только личностную, или состояние тревожности, либо более специфические реакции. Единственной методикой, позволяющей дифференцированно измерять тревожность и как личностное свойство, и как состояние является методика, предложенная Ч. Д. Спилбергеро

В результате исследования выяснилось:

11 класс

Ситуативная тревожность (СТ):

- очень высокая тревожность- 0 уч-ся
- высокая тревожность-1уч-ся
- средняя тревожность – 7уч-ся
- низкая тревожность10 уч-ся
- очень низкая тревожность -1уч-ся

Личностная тревожность (ЛТ):

- очень высокая тревожность- 0 уч-ся
- высокая тревожность- 0 уч-ся
- средняя тревожность – 8 уч-ся
- низкая тревожность- 1 уч-ся
- очень низкая тревожность-10 уч-ся

9 класс

Ситуативная тревожность (СТ):

- очень высокая тревожность- 0 уч-ся
- высокая тревожность-0 уч-ся
- средняя тревожность – 5 уч-ся
- низкая тревожность-3 уч-ся
- очень низкая тревожность -0уч-ся

Личностная тревожность (ЛТ):

очень высокая тревожность- 1 уч-ся

высокая тревожность-0 уч-ся

средняя тревожность – 5 уч-ся

низкая тревожность-2 уч-ся

очень низкая тревожность -0уч-ся

Таким образом, из общего количества обучающихся 11 и 9 классов 76 человек) у 1 учащегося – очень высокий уровень личностной тревожности и у 4 учащихся низкий, очень низкий – у 1 учащегося. Из этого следует, что обучающиеся с высоким уровнем тревожности склонны воспринимать угрозу своей самооценке и жизнедеятельности, у них появляется состояние тревожности в различных ситуациях которые касаются оценки его компетентности.

Низкий уровень ситуативной тревожности - 17 учащихся, очень низкий - 10 учащейся, средний- 24, высокий -1, очень высокий -1 учащегося. Низкая ситуативная тревожность может плохо сказаться на результатах деятельности. Состояние ситуативной тревожности возникает как эмоциональная реакция на стрессовую ситуацию. Обычно уровень ситуативной тревожности изменяется в зависимости от ситуаций. Но ситуативная тревожность не является изначально негативной чертой. Определенный уровень тревожности — необходимое условие для успешной деятельности. При этом существует индивидуальный уровень «полезной тревоги».

Высокий уровень личностной тревожности у обучающихся способствует увеличению напряженности на экзамене, что может стать препятствием проявления их компетентности.

### **Заключение.**

Особого внимания требуют учащиеся с высокой общей тревожностью. Как известно. Подобная тревожность может порождаться либо реальным неблагополучием школьника в наиболее значимых областях деятельности и общения, либо существовать как бы вопреки объективно благополучному положению, являясь следствием определённых личностных конфликтов, нарушений в развитии самооценки. Подобную тревожность часто испытывают школьники, которые хорошо и даже отлично учатся, ответственно относятся к учёбе, общественной жизни, школьной дисциплине, однако это видимое благополучие достаётся им большой ценой и чревато срывам. Особенно при резком усложнении деятельности. Тревожность в этих случаях часто порождается конфликтностью самооценки, наличием в ней противоречия между высокими притязаниями и достаточной сильной неуверенностью в себе. Подобный конфликт, заставляя этих школьников постоянно добиваться успеха, одновременно мешает им правильно оценить его, порождая чувство постоянной неудовлетворённости, неустойчивости, напряжённости. Работа с такими школьниками должна быть направлена на формирование необходимых навыков работы, общения,

которые позволят преодолеть эту неуспешность и на коррекцию самооценки, преодоление внутренних конфликтов. Однако параллельно с этой работой, направленной на ликвидацию причин, вызвавших тревожность, необходимо развить у школьника, способность справляться с повышенной тревожностью.

#### **Направления коррекции:**

В соответствии со сказанным, главными направлениями психокоррекционной работы с тревожными учащимися является следующее:

1. Развитие правильной адекватной самооценки и уровня притязаний способствующих успешности обучения в школе;
2. Формирование необходимых учебных умений и навыков;
3. Воспитание правильного отношения к результатам своей деятельности, умения правильно оценить их, опосредованно относиться к собственным успехам, не бояться ошибок, использовать их для развития деятельности;
4. Формирование правильного отношения к результатам деятельности других детей;
5. Развитие ориентации на способ деятельности;
6. Расширение и обогащение навыков общения со взрослыми и сверстниками, развитие адекватного отношения к оценкам и мнениям других людей.

**Рекомендации по результатам исследования:** Обучающимся с высоким уровнем тревожности следует формировать чувство уверенности и успеха. Им необходимо смещать акцент с внешней требовательности, категоричности, высокой значимости в постановке задач на содержательное осмысление деятельности и конкретное планирование по подзадачам. Обучающимся с низкой тревожностью, требуется пробуждение активности, подчеркивание мотивационных компонентов деятельности, возбуждение заинтересованности, выработка чувства ответственности в решении тех или иных задач.

#### **Педагогам:**

1. Укрепить самооценку выпускника.
2. Помочь подростку поверить в себя и свои способности.
3. Помочь избежать возможных ошибок.
4. Информировать выпускников о процедуре прохождения экзамена.
5. Подключить родителей в оказании помощи и поддержке выпускников.
6. При подготовке учитывать индивидуальные психофизиологические особенности выпускников.


#### **Родителям:**

1. Избегать подчеркивания промахов ребенка.
2. Проявлять веру в ребенка, сочувствие к нему, уверенность в его силах.
3. Создать дома обстановку дружелюбия и уважения, уметь и хотеть демонстрировать любовь и уважение к ребенку.

#### **Обучающимся:**

1. Заранее ознакомиться с особенностями процедуры сдачи экзамена.
2. Ознакомиться с основными способами снижения тревоги в стрессовой ситуации.

3. Распланировать режим дня.
4. При подготовке менять умственной деятельности на двигательную.
5. Ставить перед собой посильные цели.

Дата составления аналитической справки 16.05.2022 г.  
Педагог-психолог:  Андриенко Екатерина Викторовна