

**Аналитическая справка
о проведении диагностики уровня тревожности и психологической готовности
выпускников к сдаче ГИА
среди учащихся 9 и 11 классов.**

Исследование проводилось согласно утвержденному плану в феврале 2024 года.

Цель исследования - влияние сдачи ГИА на тревожность учеников 9,11 классов

Использованные методики:

- Ч.Д. Спилберга на выявление личностной и ситуативной тревожности (адаптированная на русский язык Ю.Л. Ханиным)
- «Психологическая готовность выпускников к сдаче ГИА» на основе представлений М.Ю. Чибисова

В исследовании участвовали: 11 класс в количестве 3 обучающихся и 9 класс- 13 обучающихся.

Обучающимся были предложены бланки методики Спилберга, состоящие из двух частей (ситуативной и личностной тревожностью). В ходе анализа и интерпретации данных получены следующие результаты:

9 класс:

Ситуативная тревожность (СТ):

- высокая тревожность - 3 уч-ся
- умеренная тревожность – 8 уч-ся
- низкая тревожность- 2 уч-ся

Личностная тревожность (ЛТ):

- высокая тревожность- 5 уч-ся
- умеренная тревожность – 7 уч-ся
- низкая тревожность-1 уч-ся

11 класс:

Ситуативная тревожность (СТ):

- высокая тревожность- 3 уч-ся
- умеренная тревожность – 0 уч-ся
- низкая тревожность- 0 уч-ся

Личностная тревожность (ЛТ):

- высокая тревожность- 2 уч-ся
- умеренная тревожность – 1 уч-ся
- низкая тревожность- 0 уч-ся

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.

Методика изучения психологической готовности выпускников к сдаче экзаменов предназначена для работы с учащимися выпускных 9-х, 11-х классов. Она имеет ориентировочный характер и позволяет оценить уровень психологической готовности к сдаче экзаменов глазами самих выпускников.

Методика может быть использована для скрининговой диагностики, а также для оценки результативности деятельности педагога-психолога (в этом случае диагностика проводится до и после занятий по повышению уровня психологической готовности).

Учащимся раздаются тексты методики и бланки для ответов.

В ходе анализа и интерпретации данных получены следующие результаты:

9 класс:

- высокий уровень готовности 5 уч-ся
- средний уровень готовности 7 уч-ся
- низкий уровень готовности 1 уч-ся

11 класс:

- высокий уровень готовности 0 уч-ся
- средний уровень готовности 3 уч-ся
- низкий уровень готовности 0 уч-ся

Заключение.

Особого внимания требуют учащиеся с высокой общей тревожностью и низким уровнем психологической готовности. 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 с взрослыми и сверстниками, развитие адекватного отношения к оценкам и мнениям других людей.

Рекомендации по результатам исследования:

Учащимся 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. Учащимся 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.

Педагог-психолог

Пестрецова Е.В.