

# Диагностика уровня тревожности в младшем школьном возрасте

# 1. Методика «Шкала явной тревожности СМАС» (адаптация А.М.Прихожан)

- Шкала явной тревожности для детей (СМАС) предназначена для выявления тревожности как относительно устойчивого образования у детей 8—12 лет. Методика предоставляется ребенку на индивидуальном бланке. Первая страница содержит сведения об испытуемом. Здесь же необходимо оставить место для записи оценки и выводов по результатам исследования. На второй странице имеется соответствующая инструкция к методике и примеры. Диагностика может проводиться как индивидуально, так и в группах. Методика содержит 53 утверждения с соответствующими ответами: «верно» и

## 2. Методика «Я в школе» (Овчарова Р. В.)

- Проективная методика позволяет выявить школьную тревожность детей младшего школьного возраста, как общую, так и связанную с конкретной ситуацией. Диагностика может проводиться как индивидуальной, так и в групповой форме. По окончании рисования необходимо провести опрос, который даст возможность уточнить сюжет рисунка и отношение ребенка к отдельным деталям. Методику для выявления школьной тревожности можно применять в любом возрасте. Если учащийся высказывает сомнение в том, что ему удастся нарисовать хороший рисунок, целесообразно пояснить, что качество рисунков оцениваться не будет, важно выразить свой взгляд на данную тему.

### 3. Опросник школьной тревожности Б. НФиллипса.

- Опросник школьной тревожности Б.Н Филлипса – это стандартизированная психодиагностическая методика. Она позволяет оценить общий уровень школьной тревожности и качественное своеобразие переживания тревожности, связанной с разными областями школьной жизни. Опросник позволяет выявить уровень, а также характер тревожности, у детей младшего и среднего школьного возраста. Целесообразно его применение в 3-7 классах средней школы. Диагностику возможно проводить в индивидуальной и групповой форме. Вопросы предоставляются письменно, либо на слух. Методика предполагает искренний ответ на каждый вопрос, всего их 58

## 4. Метод незаконченных предложений

- Метод незаконченных предложений дает возможность выявить основные компоненты образовательной среды, которые вызывают тревожность у респондента. Он представляет собой метод установления семантических связей (Петренко В. Ф., 1988), который позволяет в свободной форме определить основные представления испытуемого о различных компонентах образовательной среды и эмоциональное отношение к ним. Методика может использоваться на любом возрастном этапе школьного обучения. Она может проводиться как в индивидуальной, так и в групповой форме. Диагностический бланк содержит инструкцию и задания — предложения, которые ученику необходимо закончить. Также в нем нужно указать фамилию и имя учащегося, возраст и дату проведения диагностики. При анализе и интерпретации результатов методики оценивается «эмоциональное благополучие» каждого ответа учащегося.

Методика состоит из 9 предложений, которые следует дописать:

# Инструкция

Для устной формы диагностики: «Сейчас мы будем играть в такую игру: я называю начало предложения, а ты придумываешь, чем оно заканчивается».

Для письменной формы диагностики: «Закончи, пожалуйста, следующие предложения. В этом задании нет "правильных" и "неправильных" ответов, поэтому пиши первое, что приходит в голову».

- 1. Когда я иду в школу...
- 2. На контрольной...
- 3. Наверно, на экзамене ...
- 4. Когда я отвечаю у доски...
- 5. Если я получу «двойку»...
- 6. Когда учитель задает вопрос, я...
- 7. Когда после каникул я встречаюсь с одноклассниками...
- 8. Когда я жду родителей с родительского собрания...
- 9. Когда я думаю о школе...

# Рекомендации:

- создание позитивной, благоприятной атмосферы в классе;
- необходимо в индивидуальном порядке объяснять тревожному ученику, что при выставлении балла учитель оценивает не его личностные качества, а правильность выполненных им заданий;
- учителю нужно постоянно пытаться создать ситуацию успеха для такого ребенка;
- следует давать оценку успехам ребенка, при этом сравнивая его прошлые и нынешние достижения, чаще хвалить;



- не стоит сравнивать учащегося с его более успевающими одноклассниками и другими детьми;
- необходимо адекватно оценивать способности и возможности каждого учащегося, не предъявляя ему сильно завышенных требований;
- при объявлении оценки за работу нужно давать объяснение, выделяя не только ошибки ученика, но и задания, с которыми он смог справиться;
- следует также адекватно оценивать стиль отношения учителя к ученику.