

**Справка по результатам
анкетирования родителей учащихся 2 класса с целью снижения уровня
тревожности в МБОУ «Шагадинская СОШ»**

В качестве рисков при проведении самообследования в рамках работы в проекте «500+» в нашей школе был выявлен пониженный уровень школьного благополучия

Цель исследования: выявление уровня тревожности детей.

В диагностическом обследовании приняли участие 15 родителей.

Кто проводил: социальный педагог Ниматулаева А.С.

Сроки проведения: 23 октябрь.

АНКЕТА ПО ВЫЯВЛЕНИЮ ТРЕВОЖНОСТИ

Учащийся

ДА
НЕТ

1. Не может долго работать не уставая
2. Ему трудно сосредоточиться на чем-то
3. Любое задание вызывает излишнее беспокойство
4. Во время выполнения заданий очень напряжен, скован
5. Смущается чаще других
6. Часто говорит о возможных неприятностях
7. Как правило, краснеет в незнакомой обстановке
8. Жалуется, что снятся страшные сны.

9. Руки обычно холодные и влажные
10. Нередко бывает расстройство стула
11. Сильно потеет, когда волнуется
12. Не обладает хорошим аппетитом
13. Спит беспокойно, засыпает с трудом
14. Пуглив, многое вызывает у него страх
15. Обычно беспокоен, легко расстраивается
16. Часто не может сдержать слезы
17. Плохо переносит ожидание
18. Не любит браться за новое дело
19. Не уверен в себе, в своих силах
20. Боится сталкиваться с трудностями

За каждый ответ «да» начисляется *1 балл*.

Высокая тревожность – *15–20 баллов*.

Средняя тревожность – *7–14 баллов*.

Низкая тревожность – *1–6 баллов*.

На основе полученных данных в целом не испытывают чувства тревоги, соблюдают правила и нормы поведения в школе.

По результатам анкетирования получены следующие данные: 11 человек – средний уровень тревожности, 4 человека – низкий уровень тревожности.

Правила работы с тревожными детьми

- Избегайте состязаний и каких-либо видов работ, учитывающих скорость.
- Не сравнивайте ребенка с окружающими.
- Доверяйте ребенку, будьте с ним честными и принимайте его таким, какой он есть.
- Чаще используйте телесный контакт, упражнения на релаксацию.
- Способствуйте повышению самооценки ребенка, чаще хвалите его, но так, чтобы он знал, за что.

- Чаще обращайтесь к ребенку по имени.
- Демонстрируйте образцы уверенного поведения, будьте во всем примером ребенку.
- Не предъявляйте к ребенку завышенных требований. Если ребенку с трудом дается какой-либо учебный предмет, лучше лишний раз помогите ему и окажите поддержку, а при достижении даже малейших успехов, не забудьте похвалить.
- Будьте последовательны в воспитании ребенка. Не запрещайте без всяких причин того, что разрешали раньше.
- Старайтесь делать ребенку меньше замечаний.
- Используйте наказание лишь в крайних случаях. Не унижайте ребенка, наказывая его.
- Общаясь с ребенком, не подрывайте авторитет других значимых взрослых людей. Например, нельзя говорить ребенку: «Много ваша учительница понимает, лучше меня слушай!»
- Помогите ему найти дело по душе, где он мог бы проявить свои способности и не чувствовал себя ущемленным.

При высоком уровне тревожности ребенку нужна помощь психолога. «Запущенная» тревожность может перерасти в черту характера – личностную тревожность. А при возникновении неблагоприятных обстоятельств тревожность грозит обернуться невротом навязчивых состояний.

