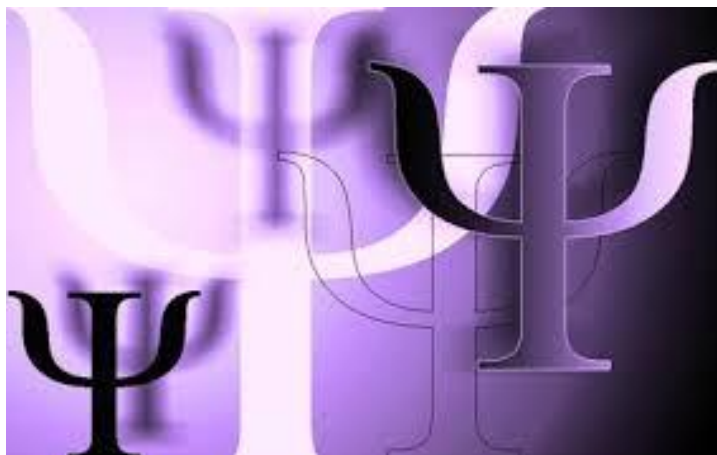


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №48»



## Доклад

*«Из начальной школы в основную.  
Диагностика тревожности 4-х классов».*

Подготовила  
педагог-психолог: Алиева Н.С.

Переход из младшей школы в основную связан с внесением изменений в динамические стереотипы общения, деятельности, а также с сохранением отдельных компонентов предшествующего социального опыта.

Большинство детей переживает переход в основную школу как важный шаг в своей жизни. Некоторые гордятся тем, что они повзрослели, другие мечтают начать «новую жизнь». Переход учащихся из начального в среднее звено школы – одна из педагогически наиболее сложных проблем. Это своеобразное испытание и не только для школьников, но и для учителя, который, не зная своих учеников, не может успешно привлекать их к самоуправлению и самообслуживанию, индивидуализировать и дифференцировать обучение. Наконец, необходимо корректировать собственную педагогическую позицию относительно класса и отдельных ребят. Классному руководителю необходимо за короткое время узнать детей и их семьи (взаимоотношениями в семье, условия проживания), научиться эффективно управлять деятельностью учащихся, быть их проводником и наставником. Не следует также забывать, будущие пятиклассники – это уже и будущие младшие подростки, и подходы к их обучению нужно строить в соответствии с этим возрастным периодом.

Адаптация ребенка к обучению в средней школе происходит не сразу. Это довольно длительный процесс, связанный со значительной нагрузкой на все системы организма. Учащимся, привыкшим к определенным порядкам начальной школы, необходимо время, чтобы приспособиться новому темпу и стилю жизни.

И чем быстрее мы, учителя, и ученики найдем те общие пути, тем быстрее пройдет дальнейшая адаптация у учащихся 4-го класса в 5-м классе. А это (я имею в виду общие пути):

- Умение учителя ставить посильные требования по своему предмету;
- Умение классного руководителя сплотить коллектив, сформировать культуру поведения и навыки общения;
- Умение учащихся реально оценивать свои возможности.

Для будущего младшего подростка характерной особенностью является представление или ощущение себя в известной мере взрослым, ведь теперь нет рядом с ними постоянной «классной мамы».

Резкие изменения условий обучения, разнообразные и более усложненные требования, которые ставят к детям средней учебной звена, даже смена «статуса» в начальной школе на «самого молодого» в средней – все это является довольно серьезным испытанием. Что зачастую вызывает стресс.

В этот период дети могут стать неузнаваемыми: тревога, робость или, наоборот, развязность, чрезмерная суетливость, возбуждение охватывают их. В связи с этим у них может снизиться работоспособность, они могут стать забывчивыми, неорганизованными. Дети желают хорошо учиться, чтобы радовать окружающих. Но, столкнувшись с первыми трудностями, часто разочаровываются.

Все указанные причины нередко выступают не изолированно, а совместно, объединяясь в достаточно сложные комбинации, и требуют обычно совместной активной работы не только психолога и педагога, но и родителей, а главное – самого учащегося.

Обеспечение преемственности является одним из основных условий успешной

адаптации младших школьников к обучению в основной школе и важной предпосылкой успешного обучения в 5-м классе. Для решения проблем преемственности в учебно-воспитательном процессе, особенно в период адаптации младших школьников к новым условиям обучения в 5-м классе, учителям, родителям необходимо:

- Учитывать индивидуальные и психологические особенности школьников;
- Постоянно опираться на предыдущие знания, умения и навыки и на основе указанного обеспечивать их усовершенствования, осмысление уже на новом, более высоком уровне;
- Осуществлять обязательную подготовку школьников к усвоению новых знаний, умений;
- Обеспечить систему взаимосвязей в содержании, формах и методах педагогического процесса, оптимальное соотношение и связь между отдельными этапами учебного процесса;
- Создавать образовательно-дидактические ситуации, в которых ребенок чувствовал бы себя непринужденно, комфортно, не боялась раскрывать мир собственных эмоций;
- Обеспечить систему оптимальных требований к знаниям и поведения учащихся, их моральных качеств, форм и методов работы с ними на всех этапах обучения;
- Внедрять средства стимулирования и поощрения детей к познавательной деятельности;
- Развивать рефлексивные умения смотреть на себя со «стороны»;
- Формировать навыки самоконтроля и самооценки;
- Анализировать причины неуспешного адаптационного периода;

В настоящее время есть младшие школьники, которые уже и в начальной школе не справляются с учебной программой. Они требуют к себе особого внимания со стороны педагогов, т. к. отставание в начальной школе отрицательно сказывается на дальнейшем интеллектуальном и личностном развитии учащихся.

Однако школа предъявляет ко всем ученикам одинаковые требования. Стандартность требований заложена в том, что существует единая для всего класса программа обучения, в рамках которой предполагается усвоение точно определенного объема знаний за конкретные сроки и выполнение одних и тех же заданий всеми учащимися. Требования к уровню усвоения и выполнения, критерии для выставления отметок, организация учебной деятельности, режим и форма проведения занятий, стандарты поведения едины для всех учеников, сидящих в одном классе. И поэтому часто у детей возникает школьная тревожность.

Под тревожностью понимают склонность человека переживать тревогу, т.е. эмоциональное состояние, возникающее в ситуациях неопределенной опасности и проявляющееся в ожидании неблагоприятного развития событий.

Тревожные люди живут, ощущая беспричинный страх и переживания. Повышенная тревожность может дезорганизовать любую деятельность, что в свою очередь приводит к низкой самооценке, неуверенности в себе. Людям дана способность беспокоиться о многом, и эту способность надо рассматривать как свидетельство небезразличного отношения к жизни. Тревожность не является изначально негативной чертой.

Определенный уровень тревожности - естественная и обязательная особенность активной личности. При этом существует индивидуальный оптимальный уровень «полезной тревоги». Тревога, беспокойство бывает не обоснована обстоятельствами или приобретает неадекватную форму: человек начинает тревожиться всегда и везде, и от этого он не может чувствовать себя достаточно спокойно для того, чтобы

разумно воспринимать и правильно реагировать на те или иные обстоятельства жизни. Тревожность стала чертой личности. Люди, относящиеся к категории высоко тревожных склонны воспринимать угрозу своей самооценке и жизнедеятельности в обширном диапазоне ситуаций и реагировать весьма выраженным состоянием тревожности. Будучи таковой тревожность может проявляться двояким образом: всегда и везде или только в определенных случаях. Тревожность не является характерной особенностью личности только взрослых людей, дети тоже могут отличаться высоким уровнем тревожности. У детей школьного возраста причины тревожности становятся более разнообразными; возникновение состояния тревожности может быть связано с различными факторами:

- положением дел в школе (школьные неприятности: двойки, замечания, наказания; тревога, сочетающаяся с резким неприятием школы и учителя);

- обстановкой в семье (домашние неприятности: отрицательные переживания родителей, наказания);

- взаимоотношениями с товарищами (неблагополучие в общении со сверстниками; будут дразнить, засмеют);

- личностными особенностями (неуверенность в себе, чувство неполноценности).

Необходимость изучения уровня тревожности обучающихся вытекает из опасности перерастания школьной тревожности в «школьный невроз», который хоть и очень редко встречается в школьной практике, все же существует. Кроме того, для полноценной и успешной реализации учебно-воспитательного процесса в школе необходимо наличие комфортной обстановки, что невозможно для детей с высоким уровнем тревожности.

Следует также обратить внимание на обучающихся, характеризующихся, условно говоря, «чрезмерным спокойствием». Подобная нечувствительность к неблагоприятию носит, как правило, компенсаторный, защитный характер и препятствует полноценному формированию личности. Школьник как бы не допускает неприятный опыт в сознание. Эмоциональное благополучие в этом случае сохраняется ценой неадекватного отношения к действительности, отрицательно сказываясь и на продуктивности деятельности.

**С целью изучения уровня и вида тревожности с обучающимися 4 классов, было проведено психологическое исследование.**

**Задачи:**

- выявление групп обучающихся с высоким уровнем тревожности

- предоставление рекомендаций классным руководителям для дальнейшей работы с высокотревожными детьми.

**Форма работы:** групповая

**Всего приняло участие в анкетировании –172** учащихся

**Психолого-педагогический инструментарий:** методика «Шкала тревожности Кондаша».

**Виды тревожности, выявляемые с помощью данной шкалы:**

**Школьная тревожность** – наиболее характерна для детей этого возраста; выражается в волнении, повышенном беспокойстве в учебных ситуациях, в классе, ожидании плохого отношения к себе, на отношение детей к событиям школьной жизни отрицательной оценки со стороны педагогов и сверстников. Поэтому требуют к себе внимания, особого отношения.

**Самооценочная тревожность** – напрямую связана с самооценкой ребенка; дети с высоким и повышенным уровнем самооценочной тревожности часто беспокоятся,

волнуются, сомневаются в себе, своих способностях, они неуверенны в себе, у них низкая самооценка.

**Межличностная тревожность** – связана с взаимоотношениями ребенка с окружающими людьми – сверстниками, взрослым. Возникает в результате конфликта ребенка со взрослыми, особенно со сверстниками, когда ребенок чувствует себя отверженным, ему недостает внимания к себе со стороны окружающих людей; кроме того, межличностная тревожность может быть связана с личностными особенностями ребенка, вызвавшими трудности в общении с другими людьми.

Класс	Уровень тревожности в норме.	Тревожность					
		Межличностная тревожность		Школьная тревожность		Самооценочная тревожность	
		несколько повышенный	высокий	несколько повышенный	высокий	несколько повышенный	высокий
4а 24 уч.	21 уч.	1				2	
4б 23 уч.	21 уч.	1			1	1	
4в 28 уч.	26 уч.		1		2		
4г 23 уч.	17 уч.	1	1	1	2	1	1
4д 23 уч.	22 уч.				1		
4ж 27 уч.	22 уч.	2			2	1	
4 е 24 уч.	21 уч.		1	1	1		
Всего	<b>150 учащихся</b>	<b>11 уч.- несколько повышенная тревожность 11 уч. Высокая тревожность.</b>					

**Выводы:** У учащихся с низким уровнем тревоги (в норме) -150 человек - 87%.  
Несколько повышенная тревожность: 11 человек – 6,3%.

Высокий уровень тревожности: 11 человек - 6,3%

Обучающиеся с высокой и повышенной тревожностью требуют особого внимания. Тревожность может порождаться либо реальным неблагополучием школьника в наиболее значимых областях деятельности и общения, либо существовать как бы вопреки объективно благополучному положению, являясь следствием определенных личностных конфликтов, нарушений в развитии самооценки.

Последние случаи представляются наиболее существенными, поскольку они нередко проходят мимо внимания учителей и родителей.

Подобную тревожность часто испытывают школьники, которые хорошо и даже отлично учатся, ответственно относятся к учебе, однако это видимое благополучие достается им неоправданно большой ценой и чревато срывами, особенно при резком усложнении деятельности. У таких школьников отмечаются выраженные вегетативные реакции, невротоподобные и психосоматические нарушения.

Тревожность в этих случаях часто порождается конфликтностью самооценки, наличием в ней противоречия между высокими притязаниями и достаточно сильной неуверенностью в себе. Подобный конфликт, заставляя этих школьников постоянно добиваться успеха, одновременно мешает им правильно оценить его, порождая чувство постоянной неуверенности, неустойчивости, напряженности.

### **Рекомендации классным руководителям**

#### **по работе с обучающимися с высоким и повышенным уровнем тревожности:**

1. Пересмотреть свое отношение к обучающимся, строить в дальнейшем свои отношения с ними с позиции принятия, поддержки, эмпатии; побеседовать с каждым из учеников, выяснить, что их волнует (принцип беседы – корректность и тактичность).
2. Понаблюдать за поведением детей в урочное и неурочное время (на классных часах, других мероприятиях), об изменениях в поведении детей сообщить психологу.
3. Провести беседу с родителями, выяснить обстановку в семье, возможные причины повышенной тревожности детей.

Необходимо знать, обучающиеся с высоким и повышенным уровнем тревожности эмоционально острее, нежели низко тревожные реагируют на сообщение о неудачах; у них боязнь неудач доминирует над стремлением к достижению успеха. Следовательно, у таких детей нужно формировать уверенность в себе, не акцентировать внимания на неудачах, всячески подчеркивать положительные результаты их работы и учебы. Тем самым каждому из них дается возможность пережить чувство успеха, возможность воспринимать себя как достаточно успешного человека.

**Высокотревожные дети** хуже, чем низкотревожные работают в стрессовых ситуациях, в условиях дефицита времени, отведенного на решение задач. С такими условиями дети чаще всего и сталкиваются на уроках, и при выполнении контрольных работ, при ответах у доски они хуже справляются не из-за недостатка знаний, способностей, а из-за стрессовых состояний, возникающих у них в этот период; появляется ощущение некомпетентности, беспомощности, беспокойства, все это блокирует успешную деятельность, мешает думать, вызывает множество не имеющих отношения к делу аффективно окрашенных мыслей, которые не дают сосредоточить внимание, извлечь из долговременной памяти нужную информацию. Такие особенности высокотревожных детей необходимо учитывать при организации учебного процесса:

- во время ответов у доски, во время выполнения заданий, контрольных работ постараться создать спокойную, комфортную обстановку;
- по возможности предоставить таким детям дополнительное время для выполнения заданий;

-при необходимости оказывать помощь.

Кроме того, для обучающихся с повышенной тревожностью будут полезны следующие правила, используемые учителем:

- Мягкое, тактичное, чуткое, внимательное отношение.
- Поддержка бодрого, оптимистичного настроения, внушение уверенности в себе.
- Ободрение при неудачах. Предпочтение воздействия похвалой. Снижение ответственности в стрессовых условиях, на соревнованиях.

### **Родителям**

- Поддерживать ощущение успешности у ребенка, так как ощущение успеха - лучшее лекарство от повышенной тревожности.
- Помогать ребенку в период адаптации: в налаживании отношений с одноклассниками, в учебной деятельности.

### **Педагогу-психологу**

- Довести до сведения классных руководителей результаты диагностики тревожности обучающихся 4-х классов.
- Провести индивидуальные консультации с обучающимися по выявлению причин высокой тревожности и её коррекции.
- Провести повторную диагностику с обучающимися в апреле 2021г.

Педагог – психолог: Алиева Н.С.