**справка**

**Изучение уровня тревожности в период подготовки к экзаменам**

**учащихся 9х, 11х классов**

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение общеобразовательная школа № 12**

**2021-2022 уч. год**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Цель диагностики:**

Оценка уровня тревожности **учащихся 9х, 11х классов в период подготовки к экзаменам**, для предупреждения возможного неблагополучия в психическом и личностном развитии.

**Задачи исследования:**

1.Определить уровень тревожности обучающихся и оценку психотравмирующих ситуаций, определения «мишеней» для индивидуальной и семейной психотерапии.

2.Интерпретировать полученные данные и сформулировать выводы.

3.Выявить учащихся «группы риска», с целью оказания им психолого-педагогической помощи.

# Диагностический материал: Методика многомерной оценки детской тревожности (МОДТ) Е.Е. Ромицыной

**Краткая характеристика методики:**

По результатам индивидуального тестирования возможно прогнозирование и оценка психотравмирующих ситуаций и определения «мишеней» для индивидуальной и семейной психотерапии. Информация, получаемая с помощью опросника многомерной оценки детской тревожности будет также полезна врачам и другим медицинским работникам, занимающимся проблемами, связанными с различными нервно-психическими и психосоматическими заболеваниями.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Класс | отрицание тревоги или слабая ее выраженность | нормативный уровень тревожности | повышенный уровень тревожности | крайне высокий уровень тревожности |
| 1. | 9 «А» | 9 | 14 | 1 | 3 |
| 2. | 9 «Б» | 7 | 14 | 2 | 1 |
| 3. | 9 «В» | 5 | 16 | 4 | 1 |
| 4. | 11 «А» | 6 | 12 | 4 | 1 |
| 5. | 11 «Б» | 5 | 15 | 3 | 0 |

9 «А» Илюшкин Никита 11 «А» Вальтер Вероника

Черникова Кира 9 «В» Куртмалаева Лия

Бодырлан Камилла 9 «Б» Кетова Виолетта

**Рекомендации педагогам:**

1.  Укреплять самооценку учащихся.

2. Помочь поверить в себя и свои способности.

3. Помочь избежать возможных ошибок.

 4. Учитывать индивидуальные психофизиологические особенности данных учащихся.

**Рекомендации родителям**:

1.Избегать подчеркивания промахов ребенка.

2. Проявлять веру в ребенка, сочувствие к нему, уверенность в его силах, поддерживать в трудные минуты.

3. Создать дома обстановку дружелюбия и уважения, демонстрировать любовь и уважение к ребенку.

**Психологам:**

1. Помочь разработать план подготовки к экзаменам;

2. Вести работу по снижению учебной тревожности и поднятию самооценки учащихся;

3. Научить методам саморегуляции в стрессовой ситуации.

Дата составления справки 24.11.2021г.

Педагог-психолог: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Коршунова С.Л.