**ДИАГНОСТИКА АДАПТАЦИИ ПЯТИКЛАССНИКОВ**

**Краткая характеристика предподросткового возрастного периода (10-11 лет)**

***Интеллектуальное развитие:***

• Конкретно-операционная стадия когнитивного развития;

• Способность к логическим рассуждениям;

• Развитие теоретического мышления (мышление в понятиях);

• Мышление несколько расширилось по направлению от конкретного к возможному, но отправной точкой все же должна оставаться реальность. Ребенок испытывает затруднения, когда ему предлагают исходить в своих рассуждениях из какого-либо гипотетического или противоречащего фактам предположения.

***Психическое развитие:***

• К концу младшего школьного возраста у ребенка должны сформироваться такие новообразования, как рефлексия, произвольность, саморегуляция;

• Период кризиса самооценки. Резко возрастает количество негативных самооценок;

• Мотивационный кризис. Смена социальной ситуации ведет к изменению внутренней позиции ученика: недовольству собой, критичности в оценки результатов учебы, снижению интереса и мотивации к учебе.

***Физическое развитие:***

• Дети в этот возрастной период обладают, как правило, хорошим здоровьем. Спят 9-10 часов, хорошо засыпают, легко просыпаются;

• Продолжается развитие костно-мышечной структуры тела. Однако мышцы уже достаточно хорошо развиты. Движения становятся более координированными;

• Продолжается формирование сердечно-сосудистой системы. Частота сердечных сокращений достаточно устойчива;

• Увеличивается скорость образования условных рефлексов, рефлексы и внимание становятся более устойчивыми.

***Социальная адаптация:***

• Кризис самооценки, негативная Я-концепция зачастую влекут за собой плохую социальную адаптацию, негативно отражаются на взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками (конфликты, агрессивность). Дружба воспринимается не в качестве источника взаимных удовольствий, а как серия взаимодействий, происходящих в течение длительного периода. Основой конфликтов представляются различия в личностных характеристиках.

***Примерные вопросы ученикам 5 класса:***

1. Какие трудности ты испытываешь сегодня в учебе:

• не знаю, как учить параграф;

• не могу организовать себя на уроке;

• очень устаю в школе, не остается времени и сил на выполнение домашнего задания;

• вопросы учителя слишком трудные;

• не успеваю осваивать новый материал на уроке;

• очень высокие требования учителей;

• испытываю большие трудности в пересказе параграфа;

• не понимаю объяснения учителем нового материала;

• учитель больше спрашивает, чем объясняет;

• не успеваю запомнить новый материал, сразу после объяснения учитель спрашивает;

• не привык к учителям;

• нуждаюсь в дополнительной помощи учителя;

• нуждаюсь в дополнительной помощи родителей; другие:

2. Какие предметы для тебя самые трудные?

3. Почему?

4. На каких уроках ты чувствуешь особую тревогу, что можешь получить не только тройку, но и двойку?

5. На каких уроках задают особенно много домашних заданий?

6. Что тебе мешает учиться?

7. Что (кто) тебе помогает учиться?

8. Что ты можешь сделать сам, чтобы повысить свою успеваемость?

9. Какова, по-твоему, основная цель твоей учебы?

***Примерные вопросы для классных руководителей пятых классов***

1. Ознакомились ли вы с характеристикой класса?

2. Знаете ли вы особенности каждого ребенка?

3. Соответствуют ли данные об индивидуальных особенностях учеников вашего класса, полученные ваших наблюдений за учениками, сведениям, полученным из начальной школы?

4. Имеет ли место снижение успеваемости в классе в целом и среди отдельных учеников по сравнению с успеваемостью в начальной школе?

5. Поддерживаете ли вы контакт с учителем начальной школы?

6. Назовите ряд причин, которые, по вашему мнению, вызывают снижение успеваемости.

7. Какую помощь вы оказали выпускникам начальной школы в начале учебного года для того, чтобы они более комфортно себя чувствовали в изменившихся условиях обучения?

8. Какие трудности вы испытываете в работе с классом?

9. Помогают ли вам родители в решении проблем класса?

10. Требуется ли вам дополнительная помощь со стороны психолога для налаживания эмоционального контакта с учениками или преодоления других проблем?

**Методика изучения мотивации учащихся при переходе в основную школу Анкета.**

Дата \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Ф. И.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Класс\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Дорогой друг!

Внимательно прочитай каждое неоконченное предложение и предложенные варианты ответов к нему. Выбери для окончания предложения 3 варианта из предлагаемых ответов, самые справедливые и действительные по отношению к тебе. Выбранные ответы подчеркни.

1. Я стараюсь учиться лучше, чтобы...

а) получить хорошую отметку;

б) наш класс был лучшим;

в) принести больше пользы людям;

г) получать впоследствии много денег;

д) меня уважали и хвалили товарищи;

е) меня любила и хвалила учительница;

ж) меня хвалили родители;

з) мне покупали красивые вещи;

и) меня не наказывали:

к) я больше знал и умел.

2. Я не могу учиться лучше, так как...

а) у меня есть более интересные дела;

б) можно учиться плохо, а зарабатывать впоследствии хорошо;

в) мне мешают дома;

г) в школе меня часто ругают;

д) мне просто не хочется учиться;

е) не могу заставить себя делать это;

ж) мне трудно усвоить учебный материал;

з) я не успеваю работать вместе со всеми.

3. Если я получаю хорошую отметку, мне больше всего нравится то, что...

а) я хорошо знаю учебный материал;

б) мои товарищи будут мной довольны;

в) я буду считаться хорошим учеником;

г) мама будет довольна;

д) учительница будет рада;

е) мне купят красивую вещь;

ж) меня не будут наказывать;

з) я не буду тянуть класс назад.

4. Если я получаю плохую отметку, мне больше всего не нравится то, что...

а) я плохо знаю учебный материал;

в) я буду считаться плохим учеником;

г) товарищи будут смеяться надо мной;

д) мама будет расстроена;

е) учительница будет недовольна;

ж)я весь класс тяну назад;

з) меня накажут дома;

и) мне не купят красивую вещь.

Спасибо за ответы!

***Обработка результатов***. Учащимся предлагается выбрать 3 варианта ответов, чтобы исключить случайность выбора и получить объективные результаты. Каждый вариант ответов имеет определенное количество баллов в зависимости от того, какой мотив он отражает

Внешний мотив - 0 баллов.

Игровой мотив - 1 балл.

Получение отметки - 2 балла.

Позиционный мотив - 3 балла.

Социальный мотив - 4 балла.

Учебный мотив - 5 баллов.

**Методика «Цветные письма»**

***Цель исследования:*** определение психологической комфортности учащихся на разных уроках.

Метод достаточно прост в применении. Для проведения исследования необходимо иметь бланк на каждого учащегося с отпечатанным перечнем предметов, изучаемых в 5 классе. В бланке каждому предмету соответствует пустой квадрат, который в соответствии с инструкцией необходимо раскрасить таким цветом, который определяет состояние учащегося на том или ином уроке. Проведению исследования предшествует ознакомление с инструкцией, которую зачитывает психолог.

***Инструкция:*** «Закрась квадрат, соответствующий тому или иному предмету таким цветом, который определяет твоё состояние на этом уроке. Вам предложено 8цветов: красный, желтый, синий, зеленый, черный, серый, фиолетовый. В соответствии с Вашим выбором один и тот же цвет можно выбирать несколько раз, какие-то цвета могут вообще не использоваться».

***Бланк для заполнения:***

|  |
| --- |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |

Математика

Русский язык

Литература

Природоведение

Английский/Немецкий язык

ОБЖ

История

Музыка

ИЗО

Физическая культура

Технология (девочки/мальчики)

***Обработка и интерпретация результатов:***

Опираясь на значение цвета, при обработке результатов необходимо проследить

* + - характер общего психологического состояния каждого учащегося на уроках в школе (по преобладанию определенных цветов), (в целях выявления дезадаптированных учащихся),
    - уроки, на которых учащиеся испытывают состояние психологического дискомфорта (в целях выявления наиболее стрессовых уроков для учащихся),
    - характер психологической комфортности на разных уроках.

***Интерпретация цвета (по М. Люшеру)***

*Синий* – спокойствие,

*Зеленый* – уверенность,

*Красный* – энергия, стремление к активной деятельности,

*Желтый* – активность, стремление к общению,

*Черный* – страх,

*Коричневый* – стресс,

*Фиолетовый* – тревога,

*Серый* – нейтральная граница

**«Открытое письмо родителям»**

***Дорогие родители!***

Вот я и учусь в пятом классе.

Прежде всего, хочу сообщить, что я \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Если сравнивать с учёбой в 4-м классе, то сейчас \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Иногда я \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Самый интересный для меня предмет \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

А ещё я \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Но кроме этого я хочу рассказать о \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Самым трудным для меня в 5-м классе \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Больше всего я хочу \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

А в большинстве случаев настроение у меня \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Ещё хочу сказать, что учителя, которые ведут уроки в 5-м классе \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

А наш классный руководитель \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Хочу признаться, что у меня совсем нет времени на \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Но вот то, что заинтересовало меня, так это \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

В 5-м классе меня удивило \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Но с гордостью могу сказать, что теперь умею \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Жаль, но меня торопят \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Крепко целую.

Дата \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Ваша дочь/сын \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Оценка уровня тревожности с помощью теста**

**школьной тревожности Филлипса**

***Цель исследования*** – изучение уровня и характера тревожности, связанной со школой у детей младшего и среднего школьного возраста.

Тест состоит из 58 вопросов, которые могут зачитываться школьниками, а могут и предлагаться в письменном виде. На каждый вопрос требуется однозначно ответить «Да» или «Нет».

***Инструкция:*** «Ребята, сейчас Вам будет предложен опросник, который состоит из вопросов о том, как Вы себя чувствуете в школе. Старайтесь отвечать искренне и правдиво, здесь нет верных или неверных, хороших или плохих ответов. Над вопросами долго не задумывайтесь.

На листе для ответов вверху запишите свое имя, фамилию и класс. Отвечая на вопрос, записывайте его номер и ответ «+», если Вы согласны с ним, или «-», если Вы не согласны.

***Текст опросника:***

1. Трудно ли тебе держаться на одном уровне со всем классом?
2. Волнуешься ли ты, когда учитель говорит, что собирается проверить, насколько ты знаешь материал?
3. Трудно ли тебе работать в классе так, как этого хочет учитель?
4. Снится ли тебе временами, что учитель в ярости от того, что ты не знаешь урок?
5. Случалось, ли, что кто-нибудь из твоего класса бил или ударял тебя?
6. Часто ли тебе хочется, чтобы учитель не торопился при объяснении нового материала, пока ты не поймешь, что он говорил?
7. Сильно ли ты волнуешься при ответе или выполнении задания?
8. Случается, ли с тобой, что ты боишься высказываться на уроке, потому что боишься сделать глупую ошибку?
9. Дрожат ли у тебя колени, когда тебя вызывают отвечать?
10. Часто ли твои одноклассники смеются над тобой, когда вы играете в разные игры?
11. Случается, ли, что тебе ставят более низкую оценку, чем ты ожидал?
12. Волнует ли тебя вопрос о том, не оставят ли тебя на второй год?
13. Стараешься ли ты избегать игр, в которых делается выбор, потому что тебя, как правило, не выбирают?
14. Бывает ли временами, что ты весь дрожишь, когда тебя вызывают отвечать?
15. Часто ли у тебя возникает ощущение, что никто из твоих одноклассников не хочет делать то, что хочешь ты?
16. Сильно ли ты волнуешься перед тем, как начать выполнять задание?
17. Трудно ли тебе получать такие отметки, каких ждут от тебя родители?
18. Боишься ли ты временами, что тебе станет дурно в классе?
19. Будут ли твои одноклассники смеяться над тобой, если ты сделаешь ошибку при ответе?
20. Похож ли ты на своих одноклассников?
21. Выполнив задание, беспокоишься ли ты о том, хорошо ли ты с ним справился?
22. Когда ты работаешь в классе, уверен ли ты в том, что все хорошо запомнишь?
23. Снится ли тебе иногда, что ты в школе и не можешь ответить на вопрос учителя?
24. Верно ли, что большинство ребят относится к тебе по-дружески?
25. Работаешь ли ты более усердно, если знаешь, что результаты твоей работы будут сравниваться в классе с результатами твоих одноклассников?
26. Часто ли ты мечтаешь о том, чтобы поменьше волноваться, когда тебя спрашивают?
27. Боишься ли ты временами вступать в спор?
28. Чувствуешь ли ты, что твое сердце начинает сильно биться, когда учитель говорит, что собирается проверить твою готовность к уроку?
29. Когда ты получаешь хорошие отметки, думает ли кто-нибудь из твоих друзей, что ты хочешь выслужиться?
30. Хорошо ли ты себя чувствуешь с теми из твоих одноклассников, к которым ребята относятся с особым вниманием?
31. Бывает ли, что некоторые ребята в классе говорят что-то, что тебя задевает?
32. Как ты думаешь, теряют ли расположение те из учеников, которые не справляются с учебой?
33. Похоже ли на то, что большинство твоих одноклассников не обращают на тебя внимание?
34. Часто ли ты боишься выглядеть нелепо?
35. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся учителя?
36. Помогает ли твоя мама в организации вечеров, как другие мамы твоих одноклассников?
37. Волновало ли тебя когда-нибудь, что думают о тебе окружающие?
38. Надеешься ли ты в будущем учиться лучше, чем раньше?
39. Считаешь ли ты, что одеваешься в школу также хорошо, как твои одноклассники?
40. Часто ли ты задумываешься, отвечая на уроке, что думают о тебе в это время другие?
41. Обладают ли способные ученики какими-то особыми правами, которых нет у других ребят в классе?
42. Злятся ли некоторые из твоих одноклассников, когда тебе удается быть лучше их?
43. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся одноклассники?
44. Хорошо ли ты себя чувствуешь, когда остаешься один на один с учителем
45. Высмеивают ли временами твои одноклассники твою внешность и поведение?
46. Думаешь ли ты, что беспокоишься о своих школьных делах больше, чем другие ребята?
47. Если ты не можешь ответить, когда тебя спрашивают, чувствуешь ли ты, что вот-вот расплачешься?
48. Когда вечером ты лежишь в постели, думаешь ли ты временами с беспокойством о том, что будет завтра в школе?
49. Работая над трудным заданием, чувствуешь ли ты порой, что совершенно забыл вещи, которые хорошо знал раньше?
50. Дрожит ли слегка твоя рука, когда ты работаешь над заданием?
51. Чувствуешь ли ты, что начинаешь нервничать, когда учитель говорит, что собирается дать классу задание?
52. Пугает ли тебя проверка твоих знаний в школе?
53. Когда учитель говорит, что собирается дать классу задание, чувствуешь ли ты страх, что не справишься с ним?
54. Снилось ли тебе временами, что твои одноклассники могут сделать то, что не можешь ты?
55. Когда учитель объясняет материал, кажется ли тебе, что твои одноклассники понимают его лучше, чем ты?
56. Беспокоишься ли ты по дороге в школу, что учитель может дать классу проверочную работу?
57. Когда ты выполняешь задание, чувствуешь ли ты обычно, что делаешь это плохо
58. Дрожит ли слегка твоя рука, когда учитель просит сделать задание на доске перед всем классом?

***Обработка и интерпретация результатов:***

При обработке результатов выделяют вопросы, ответы на которые не совпадают с ключом теста. Например, на 58-ой вопрос ребенок ответил «Да», в то время как в ключе этому вопросу соответствует «-», т.е. ответ «Нет». Ответы, не совпадающие с ключом – это проявление тревожности.

При обработке подсчитывается:

* + - общее число несовпадений по всему тесту. Если оно больше 50%, можно говорить о повышенной тревожности ребенка, если больше 75% от общего числа вопросов теста – о высокой тревожности;
    - число совпадений по каждому из восьми факторов тревожности, выделяемых в тесте. Уровень тревожности определяется так же, как в первом случае. Анализируется общее внутреннее эмоциональное состояние школьника, во многом определяющееся наличием тех или иных тревожных синдромов (факторов) и их количеством.

|  |  |
| --- | --- |
| Факторы | Номера вопросов |
| 1. Общая тревожность в школе | 2, 4, 7, 12, 16, 21, 23, 26, 28, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58  Е=22 |
| 2. Переживание социального стресса | 5, 10, 15, 20, 24, 30, 33, 36, 39, 42, 44  Е=11 |
| 3. Фрустрация потребности в достижении успеха | 1, 3, 6, 11, 17, 19, 25, 29, 32, 35, 38, 41, 43  Е=13 |
| 4. Страх самовыражения | 27, 31, 34, 37, 40, 45  Е=6 |
| 5. Страх ситуации проверки знаний | 2, 7, 12, 16, 21, 26  Е=6 |
| 6. Страх не соответствовать ожиданиям окружающих | 3, 8, 13, 17, 22  Е=5 |
| 7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу | 9, 14, 18, 23, 28  Е=5 |
| 8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями | 2, 6, 11, 32, 35, 41, 44, 47  Е=8 |

**Ключ к вопросам:**

«+» - Да, «-» - Нет

1. – 21. - 41. +
2. - 22. + 42. -
3. – 23. - 43. +
4. – 24. + 44. +
5. – 25. + 45. -
6. – 26. - 46. -
7. – 27. - 47. -
8. – 28. - 48. -
9. – 29. - 49. -
10. – 30. + 50. -
11. + 31. - 51. -
12. - 32. - 52. -
13. – 33. - 53. -
14. – 34. - 54. -
15. – 35. + 55. -
16. – 36. + 56. -
17. – 37. - 57. -
18. – 38. + 58. -
19. – 39. +
20. + 40. -

***Результаты:***

1. Число несовпадений знаков («+» - Да, «-» - Нет) по каждому фактору (абсолютное число несовпадений в процентах: <50%; >50%; >75%).
2. Представление этих данных в виде индивидуальных диаграмм.
3. Число несовпадений по каждому фактору для всего класса (абсолютное значение - <50%; >50%; >75%).
4. Представление этих данных в виде диаграммы.
5. Количество учащихся, имеющих несовпадений по определенному фактору >50% и >75% (для всех факторов).
6. Представление сравнительных результатов при повторных замерах.
7. Полная информация о каждом учащемся (по результатам теста).

***Содержательная характеристика каждого синдрома (фактора):***

1. *Общая тревожность в школе* – общее эмоциональное состояние ребенка, связанное с различными формами его включения в жизнь школы.
2. *Переживания социального стресса* – эмоциональное состояние ребенка, на фоне которого развиваются его социальные контакты (прежде всего – со сверстниками).
3. *Фрустрация потребности в достижении успеха* – неблагоприятный психический фон, не позволяющий ребенку развивать свои потребности в успехе, достижении высокого результата и т.д.
4. *Страх самовыражения* – негативные эмоциональные переживания ситуаций, сопряженных с необходимостью самораскрытия, предъявления себя другим, демонстрации своих возможностей.
5. *Страх ситуации проверки знаний* – негативное отношение и переживание тревоги в ситуациях проверки (особенно - публичной) знаний, достижений, возможностей.
6. *Страх не соответствовать ожиданиям окружающих* – ориентация на значимость других в оценке своих результатов, поступков и мыслей, тревога по поводу оценок.
7. *Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу* – особенности психофизиологической организации, снижающие приспособляемость ребенка к ситуациям стрессогенного характера, повышающие вероятность неадекватного, деструктивного реагирования на тревожный фактор среды.
8. *Проблемы и страхи в отношениях с учителями* – общий негативный эмоциональный фон отношений со взрослыми в школе, снижающий успешность обучения ребенка.

**Опросник «Чувства в школе»**

Опросник содержит перечисление 16 чувств, из которых предлагается выбрать только 8 и отметить значком **«+»** те, **«*которые ты наиболее часто испытываешь в школе»***. Ответы анонимны.

Класс \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Дата опроса \_\_\_\_\_ Пол \_\_\_\_\_\_ Возраст \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Отметь значком **«+»** те чувства, которые ты наиболее часто испытываешь в школе.

|  |  |
| --- | --- |
| ***Я испытываю в школе*** | ***Да*** |
| Спокойствие |  |
| Усталость |  |
| Скуку |  |
| Радость |  |
| Уверенность в себе |  |
| Беспокойство |  |
| Неудовлетворенность собой |  |
| Раздражение |  |
| Сомнение |  |
| Обиду |  |
| Чувство унижения |  |
| Страх |  |
| Тревогу за будущее |  |
| Благодарность |  |
| Симпатию к учителям |  |
| Желание приходить сюда |  |

**Опросник «Отношение к учебным предметам»**

Класс \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Дата опроса \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Пол \_\_\_\_\_ Возраст\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***№*** | ***Предмет*** | ***Изучаю с интересом*** | ***Равнодушен*** | ***Не люблю*** |
| 1. | Русский язык |  |  |  |
| 2. | Литература |  |  |  |
| 3. | Иностранный язык |  |  |  |
| 4. | Математика |  |  |  |
| 5. | История |  |  |  |
| 6. | Природоведение |  |  |  |
| 7. | Физкультура |  |  |  |
| 8. | Труд |  |  |  |
| 9. | ИЗО |  |  |  |
| 10. | Музыка |  |  |  |

**Опросник «Черты идеального учителя»**

Класс \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Дата опроса \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Пол \_\_\_\_\_ Возраст\_\_\_\_\_\_\_\_

Отметь знаком «плюс» те общие черты учителей, которые вызывают у тебя симпатию (нравятся тебе, внушают уважение). Нужно выбрать только пять черт из десяти.

|  |  |
| --- | --- |
| ***Черты учителя*** | ***Мне***  ***нравится*** |
| 1. Хорошо знает предмет |  |
| 2. Строгий, дает прочные знания |  |
| 3. Относится ко мне по-человечески |  |
| 4. Считается с моими возможностями |  |
| 5. Общается с нами после уроков |  |
| 6. Не требует многого |  |
| 7. Интересно на уроках |  |
| 8. Дает работать самостоятельно, сделать что-то свое |  |
| 9. Выделяет меня из класса (относится ко мне иначе, чем к другим) |  |
| 10. Допускает короткую дистанцию между собой и учениками |  |

**Источники**

<http://sch3.goruno-dubna.ru/wp-content/uploads/2016/03/Modifitsirovannaya-programma-Adaptatsiya-5-kl..pdf>

<https://pedportal.net/nachalnye-klassy/psihologiya/metodiki-diagnostiki-adaptacii-pyatiklassnikov-537579>