

Откуда берётся школьная тревожность?

Цель школьного образования-
создание и поддержание
психологических условий, обеспечивающих
гармоничное развитие каждого ребёнка.

Тревожность-ответная реакция
на стрессовую ситуацию.

Повышенный уровень тревожности характерен
для учащихся 5-х классов

Как правило, повторная диагностика через 2-3 месяца
показывает значительное улучшение.

Комментарии специалистов:

нормальная тревожность мобилизует психическую деятельность, повышенная - оказывает противоположное воздействие, препятствуя нормальному обучению

Экспресс-методика

В последнее время...

1. я быстро устаю
2. думаю, что у меня дела лучше, чем у некоторых ребят
3. я чувствую себя свободнее
4. у меня появились головокружения, слабость..

6. мне не хватает уверенности в себе

7. я чувствую себя в безопасности

8. я избегаю трудностей

9. я могу легко расстроиться
и даже заплакать

10. у меня стало больше конфликтов

11. Д/з стали интереснее

12. я хуже понимаю объяснения учителей

13. я долго переживаю неприятности

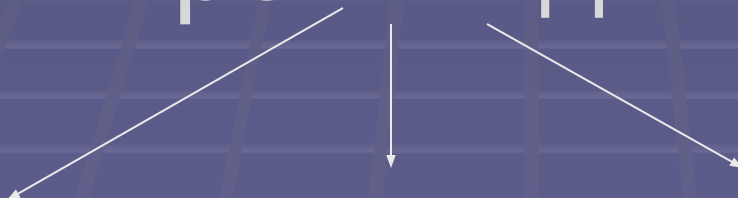
14. я не высыпаюсь

15. хочу, чтобы в 5-м классе
были прошлогодние учителя

причины



режим дня



сон

ПК

прогулки



уроки

кружки

Какими должны быть родительские установки в период адаптации

Всё будет хорошо!
Как здорово у тебя получилось!
Ты справишься!
У тебя золотые руки!
Ты-настоящий помощник!
Без тебя как без рук!
У тебя всё получится!
Я тебе обязательно помогу...

Как говорить нельзя:

Отстань!

Не мешай!

Вот всегда ты так...

Тебя не спрашивают...

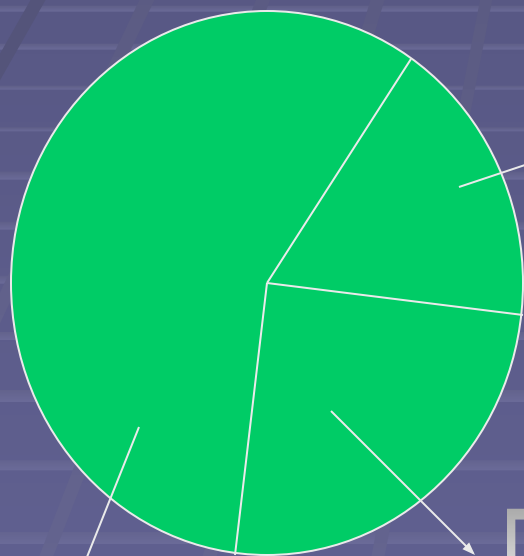
Вечно у тебя всё из рук валится!

У всех дети как дети, а ты...

Ну что опять?!

Данные обследования по классу

ЦВЕТ МОЕГО НАСТРОЕНИЯ



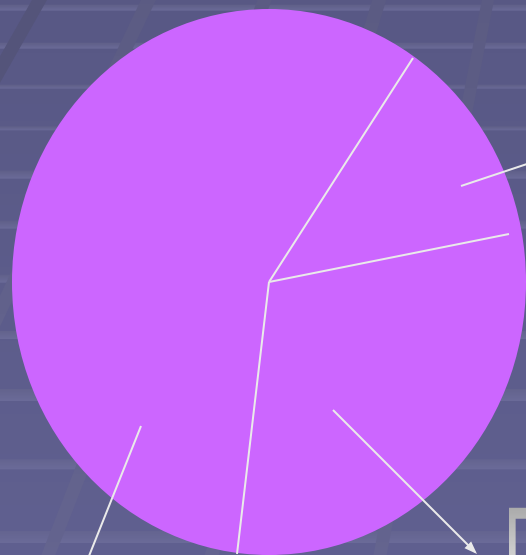
не очень хорошее

по-разному

хорошее настроение

Данные обследования по классу

лестница достижений



верхняя ступенька

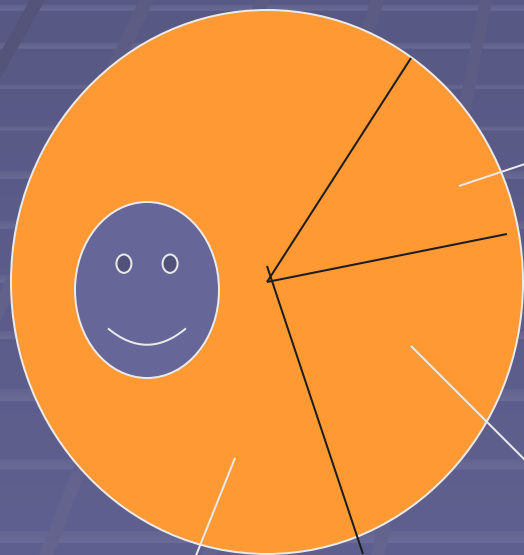
почти верхняя

средняя ступень

Данные обследования по классу общение в семье



Я



сердитый, недовольный

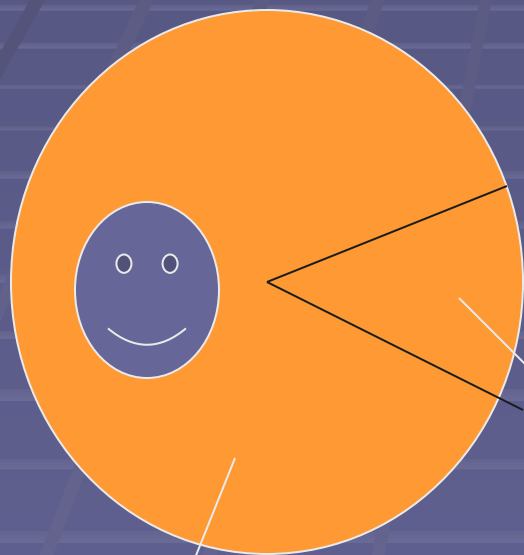
спокойный,
равнодушный

добрый,
весёлый

Данные обследования по классу общение в семье



родители



СПОКОЙНЫЙ,
равнодушный

добрый,
весёлый

Если:

1. Ребенка постоянно критикуют, он учится ненавидеть.
2. Ребенка высмеивают, он становится замкнутым.
3. Ребенка хвалят, он учится быть благородным.
4. Ребенка поддерживают, он учится ценить себя.
5. Ребенок растет в упреках, он учится жить с чувством
ВИНЫ.
6. Ребенок растет в атмосфере терпимости,
он учится понимать других.
7. Ребенок растет в честности, он учится быть

8. Ребенок растет в безопасности, он учится верить в людей.

9. Ребенок живет во вражде, он учится быть агрессивным.

10. Ребенок живет в понимании и дружелюбии, он учится находить людей в этом мире.

**Не забывайте эти
десять "ЕСЛИ"!**

Предварительные итоги четверти

