

Тест Филлипса на школьную тревожность. Методика диагностики уровня тревожности по Филлипсу.

Методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса (Филлипса) позволяет оценить не только общий уровень школьной тревожности, но и составляющие общей тревожности, связанные с различными областями школьной жизни.

Школьная тревожность – это самое широкое понятие, включающее различные аспекты устойчивого школьного эмоционального неблагополучия. Она выражается повышенном беспокойстве в учебных ситуациях, в классе, в волнении и ожидании плохого отношения к себе, отрицательной оценки со стороны учителей, одноклассников. У ребенка пониженная самооценка и он постоянно не уверен в правильности своего поведения.

Методика Филлипса предназначена для диагностики уровня и характера тревожности, связанной со школой у детей младшего и среднего школьного возраста. Опросник достаточно прост в проведении и обработке, поэтому хорошо зарекомендовал себя.

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

Диагностика может проводиться как в индивидуальной, так и групповой форме. Вопросы предъявляются либо письменно, либо на слух. Присутствие учителя или классного руководителя в помещении, где проводится тестирование, *крайне не желательно*.

Тест Филлипса на школьную тревожность (Методика диагностики уровня тревожности по Филлипсу):

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.

Отвечая на вопрос, записывайте его номер и ответ “+”, если Вы согласны с ним, или “-”, если не согласны.

Вопросы-утверждения методики.

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 говорит?
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, чего 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, ли ты сделаешь ошибку при ответе?
20. Похож ли ты на своих одноклассников?
21. Выполнив задание, беспокоишься ли ты о том, хорошо ли 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 учебной работой?
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 так же хорошо, как и 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, чего 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 результатов.

При обработке результатов выделяют вопросы; ответы на которые не совпадают с ключом теста. Например, на 58-й вопрос ребенок ответил “Да”, в то время как в ключе этому вопросу соответствует “-”, то есть ответ “нет”. Ответы, не совпадающие с ключом - это проявления тревожности.

Ключ к тесту.

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

Интерпретация, расшифровка и содержательная характеристика каждого синдрома (фактора).

При обработке подсчитывается общее число несовпадений по всему тексту. Если оно больше 50 %, можно говорить о повышенной тревожности ребенка, если больше 75 % от общего числа вопросов теста – о высокой тревожности.

Также подсчитывается число совпадений по каждому из 8 факторов тревожности, выделяемых в тексте. 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	№ вопросов
1. Общая тревожность в школе	2, 3, 7, 12, 16, 21, 23, 26, 28, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53. 54. 55, 56, 57, 58; сумма = 22
2. Переживание социального стресса	5. 10, 15. 20, 24. 30, 33, 36. 39, 42, 44; сумма = 11
3. Фрустрация потребности в достижение успеха	1. 3, 6. 11. 17. 19, 25, 29, 32, 35, 38, 41, 43; сумма = 13
4. Страх самовыражения	27, 31, 34, 37, 40, 45; сумма = 6
5. Страх ситуации проверки знаний	2, 7, 12, 16, 21, 26; сумма = 6
6. Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	3,8,13,17.22; сумма = 5
7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	9,14.18.23,28; сумма = 5
8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями	2,6,11,32.35.41.44.47; сумма = 8

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 несоответствовать ожиданиям окружающих - ориентация на значимость других в оценке своих результатов, поступков, и мыслей, тревога по поводу оценок, даваемых окружающим, ожидание негативных 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.

Обработка и интерпретация результатов

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

1. 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.
2. Число совпадений по каждому из 8 факторов тревожности, выделяемых в тесте. Уровень тревожности определяется также, как и в первом случае. Анализируется общее внутреннее эмоциональное состояние школьника, во многом определяющееся наличием тех или иных тревожных синдромов (факторов) и их количеством. Распределение вопросов по факторам

Факторы	№ 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 E=22
2. Переживание социального стресса	5, 10, 15, 20, 24, 30, 33, 36, 39, 42, 44 E=11
3. Фрустрация потребности в достижении успеха	1, 3, 6, 11, 17, 19, 25, 29, 32, 35, 38, 41, 43 E=13
4. Страх самовыражения	27, 31, 34, 37, 40, 45 E=6
5. Страх ситуации проверки знаний	2, 7, 12, 16, 21, 26 E=6
6. Страх несоответствовать ожиданиям окружающих	3, 8, 13, 17, 22 E=5
7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	9, 14, 18, 23, 28 E=5
8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями	2, 6, 11, 32, 35, 41, 44, 47 E=8

Ключ к вопросам: «+» — Да
«-» — Нет

1 -	19 -	37 -	55 -
2 -	20 +	38 +	56 -
3 -	21 -	39 +	57 -

4 –	22 +	40 –	58 –
5 –	23 –	41+	
6 –	24 +	42 –	
7 –	25 +	43+	
8 –	26 –	44+	
9 –	27 –	45 –	
10 –	28 –	46 –	
11+	29 –	47 –	
12 –	30 +	48 –	
13 –	31 –	49 –	
14 –	32 –	50–	
15 –	33 –	51 –	
16 –	34 –	52 –	
17 –	35 +	53 –	
18 –	36+	54–	

Результаты:

- 1) Число несовпадений знаков («+» — Да, «-» — Нет) по каждому фактору (– абсолютное число несовпадений в процентах: < 50%; ³ 50%; ³ 75%).
Для каждого респондента:
- 2) Представление этих данных в виде индивидуальных диаграмм.
- 3) Число несовпадений по каждому измерению для всего класса: — абсолютное значение — < 50%; ³ 50%; ³ 75%.
- 4) Представление этих данных в виде диаграммы.
- 5) Количество учащихся, имеющих несовпадения по определенному фактору ³ 50% и ³ 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 состояние ребенка, связанное с различными формами его включения в жизнь школы.
2. Переживание 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, даваемых окружающим, ожидание негативных 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

«Выявление уровня вовлеченности родителей учащихся в образовательный процесс» (разработанный рабочей группой МБОУ «Кортузская СОШ»)

В каком классе учится ребенок? _____

	Никогда	Редко	Иногда	Часто	Очень часто
Хотели бы вы поменять школу для обучения своих детей					
Предоставляется ли школой возможность участвовать родителям в управлении образовательным процессом (например, работа в родительском комитете, в родительском контроле за организацией питания)					
<i>Школьная вовлеченность родителей:</i>					
Оцените, пожалуйста, как часто Вы или другие члены семьи с начала этого учебного года посещали классные/групповые родительские собрания	0 раз	1 раз	2 раза	3 раза	4 раза
Оказывали ли вы безвозмездную добровольную помощь школе (в оформлении кабинетов или территории школы, выращивание рассады, овощей, пополнение фонда библиотеки и др.)					
Как часто Вы или другие члены семьи общаетесь с кем-либо из учителей Вашего ребенка по вопросам, связанным с его жизнью в школе (имеются ввиду любые способы общения: лично, по интернет и т.д.)?					
Приходилось ли вам добровольно оказывать помощь в организации мероприятия, в котором участвует Ваш ребёнок (подготовка и участие с ребенком в праздниках, экскурсиях, выставках, конкурсах и др.)					
Как часто вы заходили в школу, чтобы поговорить с учителем своего ребенка					
Мне НЕ легко связаться с учителями моего ребенка					
Мнение родителей НЕ значимо для учителей школы					
Учителя моего ребенка прислушиваются к моим словам					
Мы обсуждаем вместе с учителями моего ребенка особенности его/ее отношений с одноклассниками					
Мы обсуждаем вместе с учителями успехи моего ребенка и его/ее трудности в учебе					
<i>Домашняя вовлеченность:</i>					
Как часто вы следите, чтобы Ваш ребёнок делал домашние задания					
Как часто дома вы помогаете своему ребёнку по предметам, с которыми у него трудности					

Как часто вы занимаетесь с ребёнком чем-то интересным для него					
Как часто вы спрашиваете ребёнка, как прошёл его день в школе					
Как часто вы контролируете ребёнка чтобы он посещал дополнительные занятия или особые мероприятия					
Как часто вы дружески беседуете с ребёнком					
Как часто вы спрашиваете ребёнка о его планах на предстоящий день					
Как часто вы беседуете с ребёнком о его друзьях					

Диагностика «Психолого-педагогическая грамотность учителя»

I. Личность как объект воздействия

1. Что такое личность:

- а) яркий, необычный человек;
- б) всякий свободный и независимый человек;
- в) человек в его отношениях с другими;
- г) человек, осознающий себя;
- д) человек, не совершающий противоправных действий.

2. Ключевыми характеристиками личности являются:

- а) особенности поведения;
- б) особенности характера;
- в) осознание своего отношения с другими;
- г) действия и поступки;
- д) биологическое строение.

3. Развивающее обучение – это:

- а) воспитание нравственных качеств личности;
- б) формирование умения получать знания;
- в) создание условий для осознания личностью своих возможностей и интересов;
- г) развитие интереса к учению;
- д) что-то трудное для учащихся.

II. Деятельность

1. Значение деятельности для человека определяется:

- а) внешними побуждениями;

- б) значением для жизни;
- в) привлекательностью;
- г) мотивами и потребностями;
- д) созданием условий для развития психики.

2. Ведущая деятельность для младшего школьника:

- а) учение;
- б) общение со сверстниками;
- в) игра;
- г) общественно-значимая работа;
- д) профессионально ориентированный труд.

3. Ведущая деятельность для подростка:

- а) общение со сверстниками;
- б) учение;
- в) общественно-значимая работа;
- г) профессионально ориентированный труд;
- д) игра.

4. Ведущая деятельность для юношеского возраста:

- а) общественно-значимая работа;
- б) общение со сверстниками;
- в) профессионально ориентированный труд;
- г) учение;
- д) игра.

5. Для повышения успешности обучения необходимо:

- а) сформировать интерес к предмету;
- б) поднять ответственность ученика за результат обучения;
- в) приблизить обучение к практике;
- г) помочь осознать ученикам свои возможности и потребности;
- д) усилить ответственность родителей за успеваемость детей.

III. Познавательная деятельность личности

1. Успех запоминания зависит в первую очередь от:

- а) развития памяти учеников;
- б) применения наглядности;
- в) владения мнемоническими приемами;

- г) постоянного закрепления материала;
- д) частоты опроса ученика педагогом.

2. Развитое мышление – это:

- а) широта знаний;
- б) способность быстро находить оптимальный способ решения;
- в) умение заметить все новое, прогрессивное;
- г) умение раскрыть взаимосвязи;
- д) глубина знаний.

3. Восприятие нового материала определяется:

- а) наблюдательностью;
- б) внимательностью на уроке;
- в) развитостью памяти;
- г) умением управлять своим вниманием;
- д) прилежанием.

IV. Индивидуально-типологические особенности личности

Способности

1. Формирование способностей определяется;

- а) совокупностью знаний, умений, навыков;
- б) генетической предрасположенностью;
- в) специальными условиями учителя;
- г) условиями, в которых живет ребенок;
- д) трудолюбием.

2. О способностях школьника можно судить:

- а) по успехам в определенном виде деятельности;
- б) по интересу к какой-либо деятельности;
- в) по итоговым оценкам;
- г) по самооценке;
- д) по отзывам окружающих.

3. К методам выявления и развития способностей детей относятся:

- а) наблюдение;
- б) конкурсы, олимпиады;

- в) индивидуализированное обучение;
- г) самовоспитание школьника;
- д) сравнение с другими детьми.

Темперамент

1. Темперамент человека:
 - а) заложен биологически и неизменен;
 - б) формируется при воспитании;
 - в) изменяется в течение жизни;
 - г) может быть изменен в течение жизни;
 - д) поддается самовоспитанию.
2. Темперамент проявляется:
 - а) в успешности обучения;
 - б) в воспитании человека;
 - в) в скорости мыслительных операций;
 - г) в смене процессов возбуждения и торможения;
 - д) в прилежности.

Личность учителя

1. Для успеха деятельности учителя главное:
 - а) умение понять ученика;
 - б) знание предмета;
 - в) хорошее отношение с коллегами и руководством;
 - г) желание повышать свой профессиональный уровень;
 - д) дидактические умения.
2. Ученику надо говорить правду:
 - а) всегда;
 - б) если она не унижает его достоинство;
 - в) если она приятна ученику;
 - г) если она приятна учителю;
 - д) если она не наносит эмоциональный урон ученику.
3. Участвуя в принятии группового решения, педагог должен ориентироваться:
 - а) на мнение большинства;
 - б) на сохранение благополучных отношений в группе;
 - в) на цели деятельности;

г) на ценности группы;

д) на свои ценности.