

# Мониторинг психического состояния здоровья учащихся основной школы.

## Цель мониторинга:

1. формирование благоприятного социально-психологического климата (СПК) в классных коллективах,
2. обеспечение психологического здоровья обучающихся
3. повышение профессиональной компетентности педагогов.

## Задачи мониторинга:

1. Сбор и обработка данных о протекании успешного психологического состояния учащихся основной школы;
2. Определение проблемных показателей психологического здоровья;
3. Принятие мер по минимизации неблагоприятных факторов.

## Функции мониторинга:

**-Познавательная функция** – повышение внимания педагогического коллектива к проблемам и благополучию психологического здоровья учащихся.

**-Функция поддержки** – обеспечение и сохранение условий, способствующих благополучной адаптации и формированию благоприятного социально-психологического климата в классных коллективах.

**-Профилактическая функция** – наблюдение и контроль за условиями благополучной адаптации и формирования благоприятного социально-психологического климата.

**Дата исследования: 03.04.2023-19.05.2023**

## Ход исследований

В основу исследования заложены четыре показателя, которые ярко определяют состояние психологического здоровья, это:

### 1. Тревожность.

Это состояние повышенного психологического беспокойства, часто по незначительным поводам. Связано с повышенной чувствительностью, раздражительностью нервной системы (слабый тип). Проявления: часто «комплекс неполноценности» из-за сосредоточенности на своих недостатках, самоанализ, самокопание, занудство при выполнении поручений (неосознанное стремление обезопасить себя от неудачи, повышенное чувство ответственности за порученное дело, беспокойство о возможных неприятностях).

### 2. Фрустрация.

Состояние, переживаемое человеком, когда между ним и желаемым объектом возникает препятствие, имеющее внешнюю природу. Сопровождается

кратковременной дезорганизацией психической деятельности и ощущением безысходности.

### 3. Агрессивность.

Повышенная психологическая активность, стремление к лидерству. Тесно связана с темпераментом, наиболее высокая у холериков. Завышенная самооценка, иногда затруднительность в общении из-за неумения прислушиваться к мнению окружающих.

### 4. Ригидность.

Инерционность мышления, плохая переключаемость внимания, привязанность к небольшому кругу старых друзей, тенденция заранее спланировать свои действия, отрицательная реакция на внезапное изменение планов

**Подобраны соответствующие методики, позволяющие сделать объективный результат, это:**

- Тест «САМООЦЕНКА ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ» (автор Ганс Айзенк)
- «Тест на определение уровня стрессоустойчивости личности»
- Анкета «Оценка школьной напряженности»
- ТЕСТ «САМООЦЕНКА» (автор Ганс Айзенк)
- Тест-анкета ориентировочной оценки риска нарушений здоровья учащегося.

А в результате по каждому классному коллективу составлена сводная таблица психологического здоровья учащихся.

### Мониторинг психического здоровья учащихся основной школы

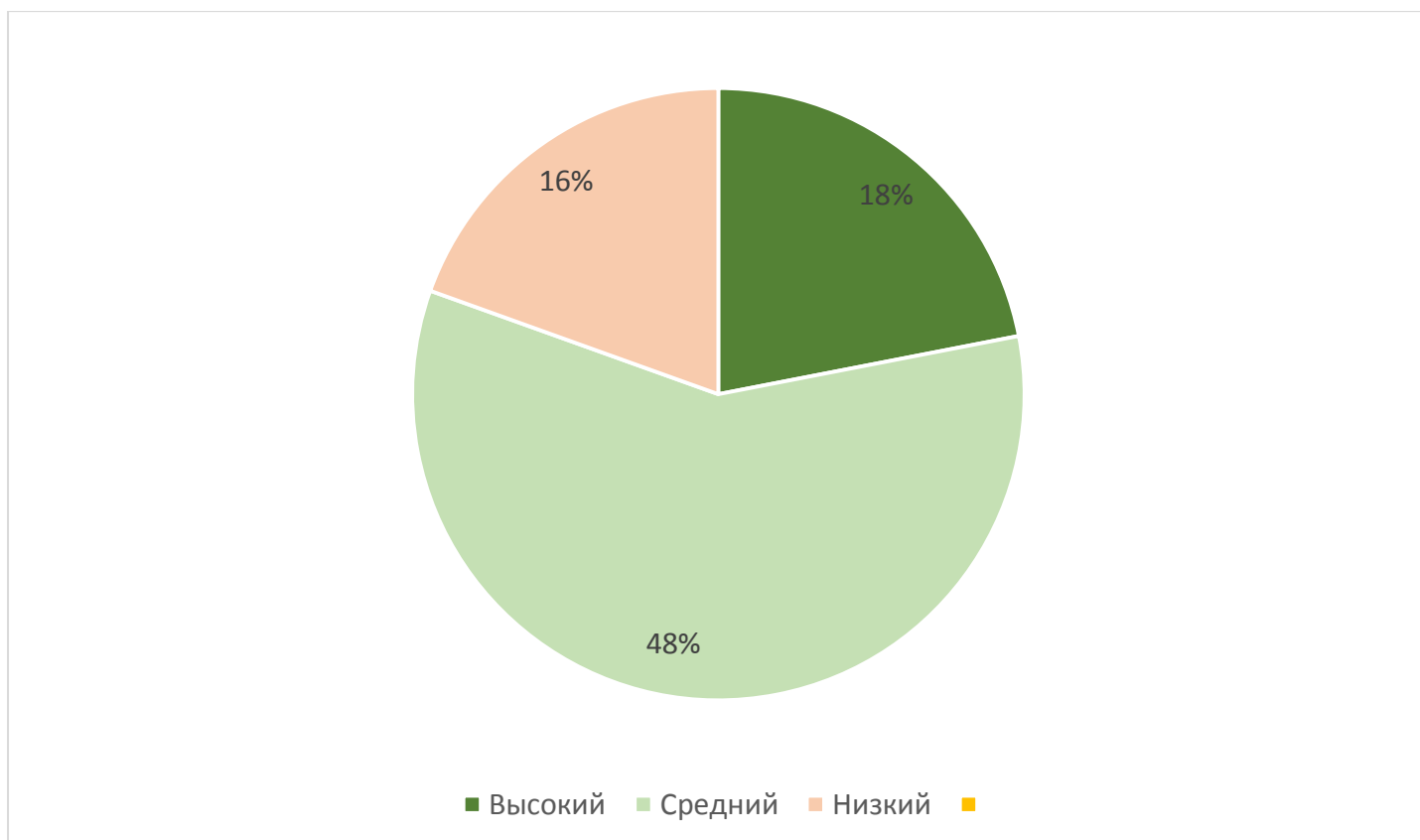
\_\_\_\_\_ класс кл. руководитель: \_\_\_\_\_ учебный год \_\_\_\_\_

№	Ф. И. учащихся	Самооценка психических состояний				Уровень стрессоустойчивости	Уровень школьной напряженности	Общая самооценка личности	Оценка риска нарушения здоровья
		Т	Ф	А	Р				
1.									
2.									
3.									
4.									
5.									
Итого:									

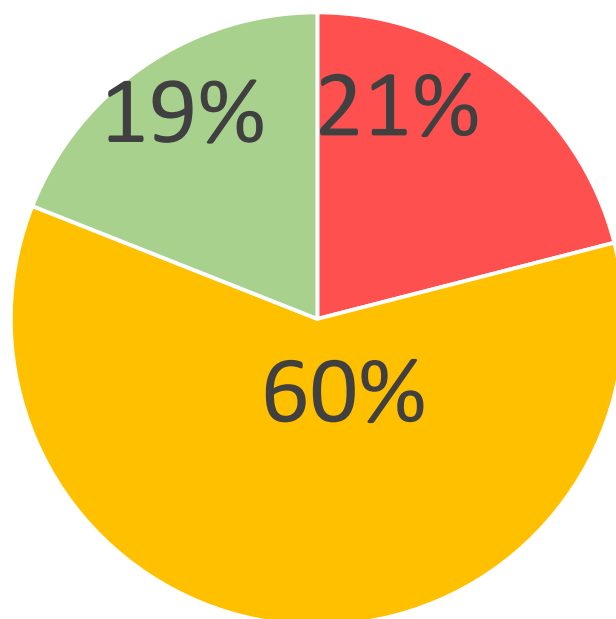
**Результаты мониторинга психического здоровья учащихся 5-9 классов**  
**Тревожность (среди учащихся ООО в %)**



**Фрустрации**

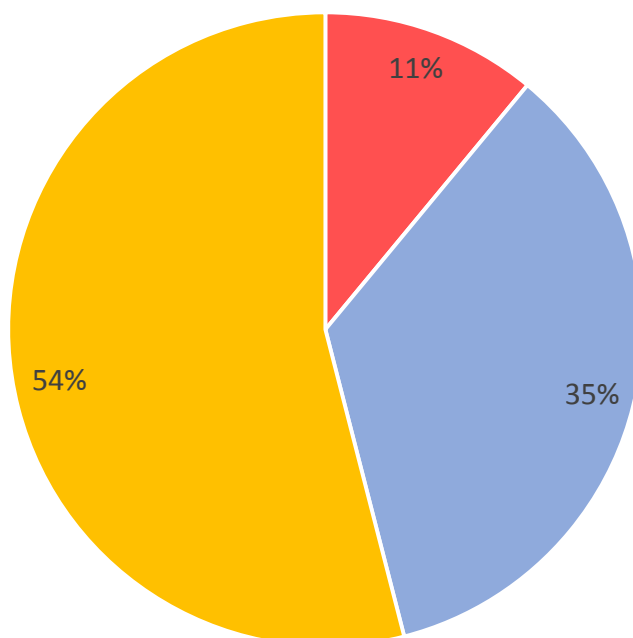


**Агрессивность**



■ Высокий ■ Средний ■ Низкий ■

### Ригидность



■ Высокий ■ Средний ■ Низкий ■

### Выводы:

Согласно полученным результатам можно сделать следующие выводы:

1. Условия для формирования благоприятного социально-психологического климата в ГБОУ ООШ № 5 г.о. Чапаевск созданы;
2. Данная программа мониторинга и мер коррекции имеет позитивную динамику изменений в показателях социально-психологической адаптации обучающихся в ГБОУ ООШ № 5 г.о. Чапаевск.

### Результаты социологического опроса «Питание дома и в школе».

№	Вопрос	НОО	ООО	Всего
				по школе
<b>1</b>	<b>Сколько раз в день вы едите?</b>			
	а) 3-5 раз;	64%	54%	<b>57%</b>
	б) 1-2 раза;	18%	24%	<b>22%</b>
	в) 7-8 раз;	18%	2%	<b>10%</b>
	г) сколько захочу	-	20%	<b>10%</b>
<b>2</b>	<b>Завтракаете ли вы дома перед уходом в школу?</b>			
	а) да;	56%	68%	<b>62</b>
	б) нет;	18%	14%	<b>16</b>
	в) когда как	26%	18%	<b>22</b>
<b>3</b>	<b>Какую воду вы пьете дома?</b>			
	а) покупную;	4%	12%	<b>8%</b>
	б) колодезную;	-	-	0
	в) фильтрованную;	48%	38%	<b>43%</b>
	г) из под крана	48%	50%	<b>49%</b>
<b>4</b>	<b>Употребляете ли вы в пищу овощи?</b>			
	а) всегда, постоянно	30%	48%	<b>39%</b>
	б) редко, в салатах	70%	52%	<b>61%</b>
	в) не употребляю	-	-	
<b>5</b>	<b>Как часто на вашем столе бывают фрукты?</b>			
	а) каждый день	18%	12%	<b>15%</b>
	б) 2-3 раза в неделю	64%	68%	<b>66%</b>
	в) редко	18%	20%	<b>19%</b>
<b>6</b>	<b>Употребляете ли вы в пищу молочные и кисломолочные продукты?</b>			
	а) ежедневно	30%	46%	<b>38%</b>
	б) 1-2 раза в неделю	62%	44%	<b>53%</b>
	в) не употребляю	8%	10%	<b>9%</b>
<b>7</b>	<b>Рыбные блюда в рацион входят:</b>			
	а) 2 и более раз в неделю	18%	12%	<b>15%</b>
	б) 1-2 раза в месяц	30%	48%	<b>39%</b>
	в) не употребляю	52%	40%	<b>46%</b>
<b>8</b>	<b>В вашем рационе гарниры бывают:</b>			
	а) из разных круп	12%	10%	<b>11%</b>
	б) в основном картофель	24%	28%	<b>26%</b>

	в) макаронные изделия	64%	62%	<b>63%</b>
<b>9</b>	<b>Употребляете ли вы в пищу лук, чеснок, петрушку, укроп?</b>			
	а) все в небольшом количестве	78%	76%	<b>77%</b>
	б) ем, когда заставят	8%	18%	<b>13%</b>
	в) не употребляю	14%	6%	<b>10%</b>
<b>10</b>	<b>Какие напитки вы предпочитаете?</b>			
	а) сок, компот, кисель	32%	20%	<b>26%</b>
	б) чай, кофе	14%	12%	<b>13%</b>
	в) газированные	54%	68	<b>61%</b>
<b>11</b>	<b>Отличается ли ваш рацион в течение недели разнообразием?</b>			
	а) да	14%	22%	<b>18%</b>
	б) нет	34%	28%	<b>31%</b>
	в) иногда	52%	50%	<b>51%</b>
<b>12</b>	<b>Питаешься ли ты в школьной столовой?</b>			
	а) да	100%	92%	<b>96%</b>
	б) нет	0%	3%	<b>1%</b>
	в) иногда	0%	5%	<b>3%</b>
<b>13</b>	<b>Какую форму питания в школе ты предпочитаешь?</b>			
	а) горячий завтрак	100	85	<b>93</b>
	б) горячий обед	0	2	<b>2</b>
	в) комплекс: завтрак и обед	0	1	<b>1</b>
	г) буфетную продукцию	0	4	<b>4</b>
<b>14</b>	<b>Считаешь ли ты питание в школьной столовой здоровым и полноценным?</b>			
	а) да	67%	65%	<b>66%</b>
	б) нет	4%	3%	<b>3,5%</b>
	в) затрудняюсь ответить	29%	32%	<b>30,5%</b>
<b>15</b>	<b>Знаешь ли ты какую угрозу несет не правильное питание?</b>			
	а) да	58%	80%	<b>69</b>
	б) нет	6%	10%	<b>8%</b>
	в) затрудняюсь ответить	36%	10%	<b>23%</b>

Справку составил педагог-психолог

Гулиева Е. Д.

Директор ГБОУ ООШ № 5 г.о. Чапаевск



*staf*

М.А.Попрядухина

