**Проективная методика для диагностики школьной тревожности**

Уважаемые педагоги. Продолжаем знакомить Вас с методами диагностики школьной тревожности.

Проективная методика для диагностики школьной тревожно­сти (Практикум по возрастной психологии / Ред. Л. А. Головей, Е. Ф. Рыбалко. СПб., 2002) была разработана А. М. Прихожан на основании методики Е. W. Amen, N. Renison (1954). В силу неструк­турированности стимульного материала, методика позволяет по­лучить информацию, не зависящую от уровня развития рефлексии испытуемого, то есть от его способности замечать те или иные со­стояния, в том числе состояние тревоги. Кроме того, проективный характер метода позволяет обойти «фильтр значимости школьной жизни», который зачастую не позволяет ребенку рефлексировать негативные эмоции, связанные со школой.

*Цель методики.* С помощью данной методики можно выявить общий уровень школьной тревожности учащихся начальной школы.

*Возрастные ограничения.* Методика предназначена для работы с учащимися начальной школы. Возраст испытуемых — 6-9 лет.

*Процедура диагностики.* Диагностика может проводиться толь­ко в индивидуальной форме, желательно в начале учебного дня, в отсутствии учителей и классного руководителя, в условиях позитивного контакта психолога с ребенком.

*Необходимые материалы.* Для проведения диагностики требуют­ся два набора по 12 рисунков размером 18х13 каждый. Набор А предназначен для девочек, набор Б — для мальчиков. Картинки пронумерованы на обратной стороне листа. Кроме того, необхо­димы средства регистрации ответов ребенка. Возможно использо­вание диктофона.

*Инструкция.* «Сейчас ты будешь придумывать рассказы по картин­кам. Посмотри, все — и взрослые, и дети — нарисованы без лиц (предъявляется картинка 1). Это сделано специально, для того чтобы интереснее было придумывать. Я буду показывать тебе картинки, их всего двенадцать, а ты должен придумать, какое у мальчика (девочки) на каждой картинке настроение и почему у него такое настроение. Ты знаешь, что настроение отражается у нас на лице. Когда у нас хоро­шее настроение, лицо у нас веселое, радостное, счастливое, а когда плохое — грустное, печальное. Я покажу тебе картинку, а ты мне расскажешь, какое у мальчика (девочки) лицо — веселое, грустное или какое-нибудь еще, и объяснишь, почему у него или нее такое лицо».

Выполнение задания по картинке 1 рассматривается как тре­нировочное. В ходе первого задания можно повторять инструкцию, добиваясь того, чтобы ребенок ее усвоил.

Затем последовательно предъявляются картинки 2-12. Перед предъявлением каждой картинки повторяются вопросы: «Какое у девочки (мальчика) лицо? Почему у нее (него) такое лицо?» Перед предъявлением картинок 2,3,5,6,10 ребенку предварительно пред­лагается выбрать одного персонажа и рассказать о нем. Все ответы детей фиксируются.

*Стимульный материал* к методике приведен в приложении 1.

*Обработка результатов.* Оцениваются ответы на вопросы 2—11. Картинка 1 является тренировочной, на ее основе проверяется, ус­воил ли ребенок инструкцию. Картинка 12 выполняет «буферную» функцию и предназначена для того, чтобы ребенок закончил вы­полнение задания положительным ответом. Подсчитывается коли­чество «неблагополучных» ответов (максимальное количество — 10). Примеры «благополучных» и «неблагополучных» ответов де­тей приведены в табл. 7.

Таблица 7

**Наиболее типичные «благополучные» и «неблагополучные» ответы детей по картинкам Проективной методики для диагностики школьной тревожности**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № картинки | «Благополучные ответы» | «Неблагополучные ответы» |
| 2 | Девочка говорит другой: «Не грусти, ты скоро вырастешь и тоже будешь ходить в школу» | Девочка болеет дома, а те, которые идут в школу, ей завидуют |
| 3 | Мальчики играют в футбол. Мальчику (с мячом) весело. Остальным тоже | Мальчик (с мячом) разозлился на остальных и лупит мячом в стену |
| 4 | Мальчику весело. Он рассказывает анекдот про попугая маме | Мама ругает девочку. Девочка говорит: «Я не виновата!». Плачет |
| 5 | Учительница на перемене играет со всеми. Интересно. Девочка (которая стоит ближе всех к взрослой женщине) сейчас будет водить | Кто-то разбил цветок. Учительница ругается. Мальчик (который стоит ближе всех к взрослой женщине) злится. Это не он разбил. А ругают его. Остальные заступаются |
| 6 | Это математика. Девочка (на первой парте) решает задачу. У нее все реши­лось. Она ждет, что ее сейчас похвалят. Ей приятно | Задача трудная. Девочка (на первой парте) решила. Только не знает, правильно или не правильно. Не хочет, чтобы ее вызвали решать к доске. Боится |
| 7 | Учительница говорит отметки за урок. Все хорошие | Учительница читает рассказ. Все случают, а девочка наказана (в углу). Ей грустно |
| 8 | Мальчик дома делает математику. Он любит математику | Мальчика заставляют сперва сделать домашку, а только потом смотреть телек. Ему не нравится |
| 9 | Играют в прятки. Мальчик (слева) спорит с другим, куда прятаться. Им радостно | С девочкой (справа) поссорились и не разговаривают. Она говорит: «Вы дуры». Злится |
| 10 | Девочку вызвали к доске. Она выучила про существительное. Ей учительница поставит «пять». Она довольна | Мальчик решил задачу, а учительница говорит: «Тройка!» Он обиделся и спорит с ней. Она всегда так |
| 11 | Играет в конструктор. Это интересно. Я тоже люблю | Девочка сказала, что заболела, и осталась дома. Это хорошо, потому что сегодня контрольная. Теперь она не боится получить «двойку» |

*Интерпретация результатов.* Общий уровень тревожность вы­числяется по «неблагополучным» ответам ребенка, характеризующим настроение персонажа рисунка как грустное, печальное, сер­дитое, скучное, испуганное. Тревожным можно считать ребенка, давшего *7* и более подобных ответов из 10.

Сопоставляя ответы испытуемого с интерпретацией картинки, а также анализируя выбор главного героя на картинке с несколькими персонажами, можно получить богатый материал для каче­ственного анализа данных.

Особого внимания заслуживают случаи, в которых ребенок дает отрицательный ответ на картинку 12 (по данным А. М. Прихожан, эти случаи редки и составляют не более 5—7 %). Такие случаи тре­буют дополнительного исследования и углубленного анализа при­чин.

**Опросник школьной тревожности Филлипса**

Опросник школьной тревожности Филлипса относится к стан­дартизированным психодиагностическим методикам и позволяет оценить не только общий уровень школьной тревожности, но и качественное своеобразие переживания тревожности, связанной с различными областями школьной жизни. Опросник достаточно прост в проведении и обработке, поэтому хорошо зарекомендовал себя при проведении фронтальных психодиагностических обсле­дований.

*Цель методики.* Опросник позволяет изучить уровень и харак­тер тревожности, связанной со школой, у детей младшего и сред­него школьного возраста.

*Возрастные ограничения.* Опросник предназначен для работы с детьми младшего и среднего школьного возраста. Оптимально его применение в 3-7 классах средней школы.

*Процедура диагностики.* 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 опрос, крайне не­желательно.

*Необходимые материалы.* Для проведения исследования необ­ходим текст опросника, а также листы бумаги по числу учащихся.

*Инструкция.* «Ребята, сейчас вам будет предложен опросник, который состоит из вопросов о том, как вы чувствуете себя в шко­ле. Старайтесь отвечать искренне и правдиво, Здесь нет правиль­ных или неправильных, хороших или плохих ответов. Но листе для ответов сверху напишите свое имя, фамилию и класс. Отвечая на вопрос, записывайте его номер и ответ "+", если вы согласны и ним, и "-", если не согласны».

*Текст методики* приведен ниже,

1. Трудно ли тебе держаться на одном уровне со всем классом?

2. Волнуешься ли ты, когда учитель говорит, что собирается проверить, насколько хорошо ты знаешь материал?

3. Трудно ли тебе работать в классе так, как этого хочет учитель?

4. Снилось ли тебе, 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, не останешься ли ты 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, которых ждут от тебя родители?

18. Боишься ли ты временами, что тебе станет плохо в классе?

19. Будут ли твои одноклассники смеяться над тобой, если ты совершишь ошибку?

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 запомнил?

23. Снится ли тебе иногда, что ты в школе и не можешь отве­тить на вопрос учителя?

24. Верно ли, что большинство ребят относятся 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 опрашивают?

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 чувствуешь себя с теми из твоих одноклас­сников, к которым ребята относятся с особым вниманием?

31. Бывает ли, что твои одноклассники говорят обидные для тебя вещи?

32. Как ты думаешь, теряют ли расположение те из учеников, кто не справляется с учебой?

33. Похоже ли на то, что большинство твоих одноклассников не обращают на тебя внимания?

34. Часто ли ты боишься выглядеть смешно?

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 сейчас?

39. Считаешь ли ты, что одеваешься в школу так же хорошо, как и твои одноклассники?

40. Часто ли ты, отвечая на уроке, задумываешься о том, как выглядишь со стороны?

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 твои одноклассники?

44. Хорошо ли ты себя чувствуешь, когда остаешься один на один с учителем?

45. Высмеивают ли временами одноклассники твою внешность и твое поведение?

46. Думаешь ли ты, что беспокоишься о своих школьных делах больше, чем другие ребята?

47. Если ты не можешь ответить на вопрос учителя, чувствуешь ли ты, что вот-вот расплачешься?

48. Бывает ли так, что ты долго не можешь заснуть, думая о том, что будет завтра в школе?

49. Работая над трудным заданием, чувствуешь ли ты порой, что забыл вещи, которые раньше хорошо знал?

50. Дрожит ли слегка твоя рука, когда ты пишешь самостоятель­ную работу?

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 дает самостоятельную работу, чувствуешь ли ты страх, что не справишься с ней?

54. Снилось ли тебе временами, что у тебя не получается такое задание, которое могут сделать все твои одноклассники?

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 спросить тебя или дать проверочную работу?

57, Когда ты выполняешь задание, бывает ли так, что ты чув­ствуешь, что получишь за него «2»?

58. Дрожит ли слегка твоя рука, когда ты выполняешь задание на доске перед всем классом?

*Обработка результатов.* По окончании заполнения опросника подсчитывается количество несовпадений с каждой шкалой опрос­ника и с опросником в целом. Ключ: ответы «да» — 11, 20, 22, 24, 25,30,35, 36,38,39,41,43,44; ответы «нет» - 1-10, 12-19, 21, 23, 26-29, 31-34, 37, 40, 42, 45-58.

1. Общая школьная тревожность: 2, 4, 7, 12, 16, 21, 23, 26, 28, 46-58 (п = 22).

2. Переживание социального стресса: 5, 10, 15, 20, 24, 30, 33, 36, 39, 42, 44 (п =11).

3. Фрустрация потребности в достижении успеха: 1, 3, 6, 11, 17, 19,25, 29, 32, 35, 38, 41, 43 (п = 13).

4. Страх самовыражения: 27, 31, 34, 37, 40, 45 (п = 6).

5. Страх ситуации проверки знаний: 2, 7, 12, 16, 21, 26 (п = 6).

6. Страх несоответствия ожиданиям окружающих: 3, 8, 13, 17, 22(л = 5).

7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу: 9, 14, 18, 23, 28 (п = 5).

8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями: 2, 6, 11, 32, 35, 41, 44, 47 (п = 8).

*Интерпретация результатов.* Значения показателей тревожно­сти, превышающие 50-типроцентный рубеж, позволяют говорить о повышенной тревожности, а превышающие 75 % — о высокой тревожности ребенка.

Расшифровка значений шкал данного опросника позволяет сде­лать выводы о качественном своеобразии переживания школьной тревожности каждым учащимся.

1. Общая тревожность в школе — общее эмоциональное 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 психологический фон, не позволяющий ребенку удов­летворять свои потребности в успехе, достижении высокого резуль­тата и т. д.

4. Страх самовыражения — негативное эмоциональное пережи­вание 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 окружающими, 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.

**Шкала тревожности**

«Шкала тревожности» (Рогов Е. И., 1996) разработана по прин­ципу «Шкалы социально-ситуативной тревожности» Кондаша (1973). Особенность шкал такого типа состоит в том, что в них человек оценивает не наличие или отсутствие у себя каких-либо пе­реживаний, симптомов тревожности, а ситуации — с точки зрения того, насколько они могут вызывать тревогу.

Преимущество шкал такого типа заключается в том, они позво­ляют определить области действительности, являющиеся для школьников основными источниками тревоги. Кроме того, выпол­нение подобного тестового задания в меньшей степени (по срав­нению с обычными опросниками) зависит от уровня развития ре­флексии учащихся.

*Цель методики.* С помощью данной шкалы можно выявить уро­вень тревожности подростков, локализованной в трех основных плоскостях: учебная деятельность *(школьная тревожность),* взаимоотношения со сверстниками и значимыми взрослыми *(межлич­ностная тревожность)* и представление о самом себе *(самооценоч­ная тревожность).*

*Возрастные ограничения.* Методика предназначена для работы с подростками. К настоящему моменту опубликованы тестовые нор­мы для учащихся 8-10-х классов (Рогов Е. И., 1996). Опыт работы показывает, что данная методика может с успехом применяться и для диагностики уровня школьной тревожности в 7-м и 11 -м клас­сах. Ниже мы приводим среднегрупповые нормы для этих парал­лелей, рассчитанные на выборках из 213 и 152 учащихся, соответ­ственно.

*Процедура диагностики.* Диагностика может проводиться в ин­дивидуальной или групповой форме, желательно в начале учебно­го дня, в отсутствии учителей и классного руководителя.

*Необходимые материалы.* Диагностический бланк содержит ин­струкцию и задания. В нем также указываются фамилия и имя уча­щегося, его возраст и дата диагностики.

*Инструкция.* «На следующих страницах перечислены ситуации, с которыми вы часто встречаетесь в жизни. Некоторые из них мо­гут быть для вас неприятными, вызывать волнение, беспокойство, тревогу, страх.

Внимательно прочитайте каждое предложение и обведите круж­ком одну из цифр справа: 1, 2, 3, 4.

Если ситуация совершенно не кажется вам неприятной, обве­дите цифру 0. Если она немного волнует, беспокоит вас — обведите цифру 1.

Если ситуация достаточно неприятна и вызывает такое беспо­койство, что вы предпочли бы избежать ее, обведите цифру 2.

Если она для вас сильно неприятна и вызывает сильное беспо­койство, тревогу, страх, обведите цифру 3.

Если ситуация для вас крайне неприятна, если вы не можете перенести ее и она вызывает у вас очень сильное беспокойство, очень сильный страх — обведите цифру 4.

Ваша задача — представить себе как можно яснее каждую ситу­ацию и обвести кружком ту цифру, которая указывает, в какой сте­пени эта ситуация может вызывать у вас опасение, беспокойство, тревогу или страх».

*Текст методики* приведен ниже.

Пример: Перейти в новую школу 0 1 2 3 4

Отвечать у доски 0 1 2 3 4

Пойти в дом к незнакомым людям 0 1 2 3 4

Участвовать в соревнованиях, конкурсах, 0 1 2 3 4 олимпиадах

Разговаривать с директором школы 0 1 2 3 4

Думать о своем будущем 0 1 2 3 4

Учитель смотрит по журналу, кого бы спросить- 0 1 2 3 4

Тебя критикуют, в чем-то упрекают 0 1 2 3 4

На тебя смотрят, когда ты что-нибудь делаешь 0 1 2 3 4 (наблюдают во время работы, решения задачи)

Пишешь контрольную работу 0 1 2 3 4

После контрольной учитель называет отметки 0 1 2 3 4

На тебя не обращают внимания 0 1 2 3 4

У тебя что-то не получается 0 1 2 3 4

Ждешь родителей с родительского собрания 0 1 2 3 4

Тебе грозит неудача, провал 0 1 2 3 4

Слышишь за своей спиной смех 0 1 2 3 4

Сдаешь экзамены в школе 0 1 2 3 4

На тебя сердятся (непонятно почему) 0 1 2 3 4

Выступать перед большой аудиторией 0 1 2 3 4

Предстоит важное, решающее дело 0 1 2 3 4

Не понимаешь объяснений учителя 0 1 2 3 4

С тобой не согласны, противоречат тебе 0 1 2 3 4

Сравниваешь себя с другими 0 1 2 3 4

Проверяются твои способности 0 1 2 3 4

На тебя смотрят как на маленького 0 1 2 3 4

На уроке учитель неожиданно задает тебе вопрос 0 1 2 3 4

Замолчали, когда ты подошел (подошла) 0 1 2 3 4

Оценивается твоя работа 0 1 2 3 4

Думаешь о своих делах 0 1 2 3 4

Тебе надо принять для себя решение 0 1 2 3 4

Не можешь справиться с домашним заданием 0 1 2 3 4

*Обработка результатов. По* окончании тестирования подсчи-тывается количество совпадений с ключом по каждому разделу шкалы и по шкале в целом (школьная тревожность — вопросы 1, 4, 6, 9, 10, 13, 16, 20, 25, 30; самооценочная тревожность — 3, 5, 12, 14, 19, 22, 23, 27, 28, 29; межличностная тревожность — 2, 7, 8, 11, 15, 17, 18, 21, 24, 26). Общий показатель тревожности рассчитывается сложением результатов по отдельным шкалам.

*Интерпретация результатов.* Полученные по каждой шкале, а также суммарные баллы интерпретируются в качестве показателей уровня соответствующих видов тревожности, учитывая тестовые нормы, приведенные в табл. 8.

Следует отметить, что стандартизация тестовых норм для всех параллелей проводилась в городских школах, поэтому данные тес­товые нормы для сельских школьников неприменимы. При рассчете половозрастных норм для нестандартизированной выборки можно опираться на алгоритмы расчета «выборочных» норм (Си­доренко Е. В., 2000; Наследов А. Д., Тарасов С. Г., 2001).

Нами получены данные, позволяющие расширить возрастной диапазон применения Шкалы тревожности (табл. 9).

При интерпретации полученных данных следует обратить вни­мание на учащихся, показавших «повышенные», «высокие» и «очень высокие» значения школьной тревожности, а также попав­ших в зону «чрезмерного спокойствия». Если показатели «повы­шенной», «высокой» и «очень высокой» школьной тревожности прямо указывают на эмоциональное неблагополучие подростка в контексте тех или иных школьной ситуаций, то показатель «чрез­мерного спокойствия» свидетельствует о «скрытой» тревожности, либо незаметной для самого испытуемого (вытесненной), либо со­знательно отрицаемой им.

Таблица 8

**Тестовые нормы для Шкалы тревожности (Рогов Е. И., 1998)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Уровеньтревожности | Группа | Уровень различных видов тревожности (в баллах) |
| Класс | Пол | Общая | Школьная | Самооценочная | Межличностная |
| Нормальная тревожность | 8 | Ж | 30-62 | 7-19 | 11-21 | 7-20 |
| М | 17-54 | 4-17 | 4-18 | 5-17 |
| 9 | Ж | 17-54 | 2-14 | 6-19 | 4-19 |
| М | 10-48 | 1-13 | 1-17 | 3-17 |
| 10 | Ж | 35-62 | 5-17 | 12-23 | 5-20 |
| м | 23-47 | 5-14 | 8-17 | 5-14 |
| Несколько повышеннаятревожность | 8 | ж | 63-78 | 20-25 | 22-26 | 21-27 |
| м | 55-73 | 18-23 | 19-25 | 18-24 |
| 9 | ж | 55-72 | 15-20 | 20-26 | 20-26 |
| м | 49-57 | 14-19 | 18-26 | 18-25 |
| 10 | ж | 63-76 | 18-23 | 24-29 | 21-28 |
| м | 48-60 | 15-19 | 18-22 | 15-19 |
| Высокаятревожность | 8 | ж | 79-94 | 26-31 | 27-31 | 28-33 |
| м | 74-91 | 24-30 | 26-32 | 25-30 |
| 9 | ж | 73-90 | 21-26 | 27-32 | 27-33 |
| м | 68-86 | 20-25 | 27-34 | 26-32 |
| 10 | ж | 77-90 | 24-30 | 30-34 | 29-36 |
| м | 61-72 | 20-24 | 23-27 | 20-23 |
| Очень высокая тревожность | 8 | ж | Более 94 | Более 31 | Более 31 | Более 33 |
| м | Более 92 | Более 30 | Более 32 | Более 30 |
| 9 | ж | Более 90 | Более 26 | Более 32 | Более 33 |
| м | Более 86 | Более 25 | Более 34 | Более 32 |
| 10 | ж | Более 90 | Более 30 | Более 34 | Более 36 |
| м | Более 72 | Более 24 | Более 27 | Более 23 |
| «Чрезмерноеспокойствие» | 8 | Ж | Mенее 30 | Менее 7 | Менее 11 | Менее 7 |
| М | Менее 17 | Менее 4 | Менее 4 | менее о |
| 9 | Ж | Менее 17 | Менее 2 | Менее 6 | Менее 4 |
| М | Менее 10 | **-** | \_ | Менее 3 |
| 10 | Ж | Менее 39 | Менее 5 | Менее 12 | Менее 5 |
| М | Менее 23 |  | Менее 8 | Менее 5 |

Таблица 9

**Тестовые нормы для Шкалы тревожности (7 и 11 классы)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Уровеньтревожности | Группа | Уровень различных видов тревожности (в баллах) |
| Класс | Пол | Общая | Школьная | Самооценочная | Межличностная |
| Нормальнаятревожность | 7 | Ж | 35-67 | 8-22 | 10-21 | 8-22 |
| М | 22-60 | 5-20 | 5-17 | 7-18 |
| 11 | Ж | 36-64 | 6-19 | 4-18 | 5-18 |
| М | 25-46 | 5-15 | 7-18 | 5-13 |
| Несколькоповышенная тревожность | 7 | Ж | 68-73 | 23-27 | 22-26 | 23-27 |
| М | 61-66 | 20-25 | 17-22 | 19-25 |
| 11 | Ж | 65-70 | 20-25 | 19-23 | 19-26 |
| М | 47-53 | 16-22 | 19-24 | 14-18 |
| Высокаятревожность | 7 | Ж | 74-94 | 28-32 | 25-33 | 28-34 |
| м | 67-86 | 26-31 | 23-31 | 26-31 |
| 11 | ж | 71-91 | 26-30 | 24-31 | 27-35 |
| м | 54-85 | 22-26 | 25-29 | 18-23 |
| Очень высокая | 7 | ж | Более 94 | Более 32 | Более 33 | Более 34 |
| м | Более 86 | Более 31 | Более 31 | Более 31 |
| 11 | ж | Более 91 | Более 30 | Более 31 | Более 35 |
| м | Более 85 | Более 26 | Более 29 | Более 23 |
| «Чрезмерное спокойствие» | 7 | ж | Менее 35 | Менее 8 | Менее 10 | менее и |
| м | Менее 22 | Менее 5 |  | Менее 7 |
| 11 | ж | Менее 36 | Менее 6 |  | Менее 5 |
| м | Менее 25 | Менее 5 | Менее 7 | Менее 5 |

*Материал подготовлен Ириной Ереминой по книге Микляевой А. В., Румянцевой П. В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, кор­рекция*