

## **Справка по результатам диагностики уровня стресса перед экзаменами у учащихся 9 и 11 классов.**

1. Причины исследования: в соответствии с планом работы ППС.
2. Цель и задачи исследования: Диагностика эмоциональной и личностной сферы. Оперативная оценка уровня развития стресса перед началом выпускных экзаменов у учащихся 9 и 11 классов.
3. Сроки проведения исследования: 29.03.2021 - 02.04.2021
4. Форма работы: групповая.  
Используемый инструментарий: Опросник, определяющий склонность к развитию стресса (по Т.А. Немчину и Тейлору)
5. Краткая характеристика исследуемой функции в контексте данного возраста (норма):  
Подсчитывается общее количество ответов «нет» на вопросы 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12 и 13 и ответы «да» на все остальные вопросы, которые характеризуют уровень тревоги и вероятность развития эмоционального стресса. При 40-50 таких ответах вероятностно прогнозируется развитие дистресса. При определении их не более 5—15 можно предполагать низкий уровень тревоги и высокую стрессоустойчивость. Для прогноза эустресса рассматривается количественная сторона утверждений до 25 баллов.
6. Количество учащихся/воспитанников (общее и по классам/группам), принявших участие в исследовании: учащиеся 9 и 11 классов. Всего 98 человек.
7. Статистические данные по всем классам/группам:  
По параллели 9-х классов повышенный уровень стресса выявлен у 16% учащихся.  
По параллели 11-х классов – у 27% учащихся  
Индивидуальные результаты учащихся переданы классным руководителям.
8. Аналитическое описание полученных результатов: 19 учащихся по данным исследования имеют повышенный уровень стресса. С учащимися группы риска (с повышенным уровнем стресса назначены индивидуальные консультации). Также запланирован тренинг по параллели 9-х и по параллели 11-х классов для эмоциональной и психологической разгрузки.
9. Выводы по полученным результатам: наблюдаются высокие показатели уровня стресса по параллели 11-х классов.  
Диагност: Цвенгер Н.В., дата составления справки (заключения): 05.04.2021 г.