**Обследование эмоционального состояния и адаптации к школьному обучению**

**Принадлежности цветов:**

1 – синий

2- зеленый

3 – красный

4 – желтый

5 – фиолетовый

6 коричневый

7 – черный

0 – серый

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Фамилия, имя обследуемого | Данные  | выводы |
|  Матвей Н. | 13246570 | Эмоциональное состояние в норме |
|  Полина Б. | 53140276 | Эмоциональное состояние в норме |
| Макар И. | 13540627 | Эмоциональное состояние в норме |
| Никита В. | 31524607 | Преобладание положительных эмоций |
| Соня Б. | 53127460 | Эмоциональное состояние в норме |
| Валерия Л. | 53421067 | Эмоциональное состояние в норме |
| Вика С. | 35142607 | Преобладание положительных эмоций |
| Миша Ш. | 34672510 | Эмоциональное состояние в норме |
| Саша Ш. | 13256470 | Эмоциональное состояние в норме |
| Катя Х. | 53407216 | Эмоциональное состояние в норме |
| Сережа С. | 24750631 | Эмоциональное состояние в норме |
| Толя С. | 64123075 | Эмоциональное состояние в норме |

 80% - дети с эмоциональным состоянием в норме

20% - дети с преобладанием положительных эмоций

 В ходе обследования были выявлено следующее:

 **Матвей:** наблюдаются проблемы с чтением и математикой. Настроение, когда ребенок находится дома, ассоциируется чувством горя. Отмечено недостаточная дифференциация социальных эмоций, компенсирующееся состояние усталости. Недостаточный уровень адаптации.

**Полина:** наблюдаются проблемы с чтением, письмом. Настроение, когда ребенок общается с педагогом, ассоциируется с понятием ссора. Отмечено оптимальная работоспособность, Дифференциация социальных эмоций в норме. Полностью адаптирована к условиям школьной жизни.

**Макар:** наблюдаются проблемы с чтением. Настроение, когда ребенок общается с педагогом, ассоциируется с понятием ссора. Отмечено дифференциация социальных эмоций в норме, оптимальная работоспособность. Полностью адаптирован к условиям школьной жизни.

**Софья:** наблюдаются проблемы с письмом, с выполнением домашних заданий. Настроение, когда ребенок сидит дома, ассоциируется со злобой. Общение с одноклассниками ассоциируется с дружбой. Дифференциация социальных эмоций в норме, оптимальная работоспособность. Полностью адаптирована к условиям школьной жизни.

**Никита:** проблем в обучении не наблюдается. Дифференциация социальных эмоций в норме, оптимальная работоспособность. Полностью адаптирован к условиям школьного обучения.

**Валерия:** проблем в обучении не наблюдается. Настроение на уроке чтения ассоциируется с чувством справедливости. Настроение на уроке математики ассоциируется с дружбой. Дифференциация социальных эмоций в норме, оптимальная работоспособность. Полностью адаптирована к условиям школьной жизни.

**Толя**: наблюдаются проблемы с чтением и письмом. Настроение, когда ребенок находится дома, ассоциируется со злобой. Отмечено недостаточная дифференциация социальных эмоций, компенсирующееся состояние усталости. Частичный уровень адаптации.

**Сережа:** наблюдаются проблемы с письмом. Настроение на уроке письма ассоциируется с обидой. Настроение на уроке математики ассоциируется с дружбой. Отмечено хроническое переутомление, дифференциация социальных эмоций в норме. Полностью адаптирован к условиям школьной жизни.

**Катя:** наблюдается проблемы с чтением. Настроение на уроке чтения ассоциируется с горем. Отмечено перевозбуждение, дифференциация социальных эмоций в норме. Полностью адаптирована к условиям школьной жизни.

**Саша:** наблюдаются проблемы с письмом, общением с одноклассниками. Настроение на уроке письма ассоциируется с обидой. Настроение на уроке математики ассоциируется с дружбой. Настроение, когда ребенок разговаривает с учителем ассоциируется с ссорой. Настроение при общении с одноклассниками ассоциируется с добротой. Настроение, когда ребенок находится дома, ассоциируется со злобой. Отмечено компенсирующее состояние усталости, дифференциация социальных эмоций в норме. Частичный уровень адаптации.

**Вика:** наблюдаются проблемы с чтением и письмом. Отмечено дифференциация социальных эмоций в норме, оптимальная работоспособность. Полностью адаптирована к условиям школьной жизни.

**Миша:** наблюдаются проблемы с письмом. Настроение на уроке математики ассоциируется с дружбой. Отмечено оптимальная работоспособность, недостаточная дифференциация социальных эмоций. Частичный уровень адаптации.

 10% - с недостаточным уровнем адаптации

 30% - с частичной адаптацией

 60% - с высоким уровнем адаптации

Заключение

У Анастасии оптимальная работоспособность, эмоциональное состояние в норме, дифференциация социальных эмоций в норме. Настроение, когда девочка выполнение домашнего задания ассоциируется со скукой.

 Настя поделилась тем что, из школьных предметов ей больше всего нравится чтение (потому что она любит читать) и письмо (так как, по мнению ребенка, она очень красиво пишет). Больше всего Насте не нравится математика («не умею решать задачи»).

 Отношения с классом натянуты и, со слов девочки, ей ни с кем не хочется дружить.

 Наблюдается высокий уровень тревожности. Анастасия боится сделать какую-либо ошибку, сильно переживает «неудачи». Малейшее переживание сказывается на здоровье.

 **Рекомендации для учителей**

1. Поручение, которое дается ребенку, должно соответствовать его возможностям.
2. Повышать самооценку тревожного ребенка, для чего любая деятельность, предлагаемая ребенку, должна предваряться словами, выражающими уверенность в его успехе (“У тебя это получится”, “Ты это умеешь хорошо делать”). При выполнении заданий необходим общий положительный эмоциональный фон.
3. Недопустимо сравнивать ребенка с кем-либо, особенно, если это сравнение не в его пользу. Сравнение должно быть только с собственными успехами и неудачами ребенка (“Посмотри, сегодня ты меньше постарался, поэтому у тебя получилось хуже, чем в прошлый раз. Но я думаю, завтра ты сможешь сделать лучше”).
Оптимистические прогнозы “на завтра” не дают ребенку повода считать себя безнадежным и способствуют повышению уверенности в себе.
4. Желательно не ставить тревожного ребенка в ситуации соревнования, публичного выступления. Не рекомендуется давать тревожным детям задания типа “кто первый”. Ситуация публичного выступления также является стрессовой, поэтому не следует настаивать на том, чтобы ребенок отвечал перед всей группой: его ответы можно выслушать индивидуально.
5. Детская тревожность часто вызывается неизвестностью. Потому, предлагая ребенку задание, необходимо подробно выстраивать пути его выполнения, составить план: что мы делаем сейчас, что потом и т.д.
6. Развитие самостоятельности и уверенности тревожного ребенка.
Такие дети очень зависимы от мнения значимых для них взрослых, и эта зависимость делает их крайне неуверенными, несамостоятельными. Они выполняют подробные распоряжения взрослых, но теряются и волнуются при предоставлении им права самостоятельного решения (“А вдруг я сделаю неправильно?”). Для преодоления неуверенности в себе и страха принятия самостоятельных решений необходимо давать таким детям жестко не регламентированные поручения, чаще предоставлять возможность творчества. Но ребенок должен при этом знать, что взрослые рядом и всегда придут на помощь. Детей следует учить находить выходы из создавшихся ситуаций.

 Рекомендации родителям:

 Не показывать ребенку свою озабоченность его школьными успехами.

 Искренне интересоваться школьной жизнью ребенка и смещать фокус своего внимания с учебы на отношения ребенка с другими детьми, на подготовку и проведение школьных праздников, дежурства, экскурсий и т.п.

 Подчеркивать, выделять в качестве чрезвычайно значимой ту сферу деятельности, где ребенок больше успешен, помогать, тем самым, обрести веру в себя.

 Четкое распределение родительского внимания к ребенку по формуле " уделять ребенку внимание не только когда он плохой, а когда он хороший и больше, когда он хороший". Здесь главное замечать ребенка, когда он незаметен, когда он не выкидывает фокусов, надеясь привлечь внимания.

 Главная награда - это доброе, любящее, открытое, доверительное общение в те минуты, когда ребенок спокоен, уравновешен, что-либо делает. (Хвалите его деятельность, работу, а не самого ребенка, он все равно не поверит). Мне нравится твой рисунок. Мне приятно видеть, как ты занимаешься со своим конструктором и т.д.).

 Ребенку надо найти сферу, где он мог бы реализовать себя (кружки, танцы, спорт, рисование, изостудии и т.д.).

 