

**«Мониторинг психологического здоровья обучающихся  
общеобразовательных организаций (8 классы)»**

(Госзадание на 2024 год, п. 2.4.2)

Психологическое здоровье обучающихся складывается из таких компонентов как: адекватное интеллектуальное развитие, сформированная учебная мотивация и позитивное отношение обучению, сформированные навыки коммуникативной деятельности, адекватная самооценка, сформированные ценностные ориентации и навыки регуляции собственной деятельности.

Уровень сформированности данных сфер у обучающихся 8-х классов на уровне возрастной нормы и выше оценивался нами как показатель хорошего или удовлетворительного психологического здоровья. Низкий уровень сформированности изученных показателей свидетельствует о возможных отклонениях психологического здоровья и требует к себе особого внимания специалистов.

Цель мониторингового исследования состояла в изучении состояния психологического здоровья обучающихся 8-х классов и включает диагностику уровня интеллектуального развития, состояния эмоциональной, личностной и ценностной сфер обучающихся среднего звена школы.

Предмет исследования: состояние психологического здоровья обучающихся образовательных организаций Самарской области.

Объект исследования: психологические характеристики обучающихся - интеллектуальные функции, эмоциональные психические процессы, социально-психологические и личностные особенности обучающихся образовательных организаций Самарской области.

Отчетные документы: аналитический отчет по результатам исследования 8-х классов предоставлен в Министерство образования Самарской области в январе 2025 года.

Анализ собранных данных позволил сделать следующие выводы:

1) По результатам методики ШТУР-2, уровень интеллектуального развития у большинства восьмиклассников Самарской области соответствует возрастной норме. В среднем по области у 75% восьмиклассников познавательные уни-

версальные учебные действия сформированы в достаточной степени, так как задания данного теста предполагают развитие таких способностей, как умение структурировать знания, осознанное и произвольное построение речевого высказывания в письменной форме, выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий, а также анализ объектов с целью выделения признаков - существенных и несущественных, выбор оснований и критериев для сравнения объектов, выведение следствий, установление причинно-следственных связей. Необходимо отметить, что достаточно заметная группа восьмиклассников показала низкие результаты, заключающиеся в том, что практически каждый четвертый обучающийся (25%) выполнил этот тест на низком уровне. С точки зрения оценки состояния психологического здоровья это может свидетельствовать о том, что наблюдается некоторое отставание в интеллектуальном развитии обучающихся, что в свою очередь осложняет адекватное формирование других компонентов психологического здоровья. Такие обучающиеся нуждаются в дополнительном внимании как педагогов, так и психологов школы.

*Сравнивая результаты 2023 и 2024 г.г., видим, что в целом по Самарской области уровень выполнения обучающимися теста ШТУР снизился.*

Выявлены статистически значимые различия в результатах тестирования (на уровне  $p=0,000$ ). Можно отметить, что при сравнении данных по территориальным управлениям, в 2024 году по ряду территориальных управлений зафиксировано снижение доли детей с низкими результатами по тесту. Наиболее заметное улучшение в Кинельском ТУ. На 11% увеличилась доля учеников, выполнивших данный субтест на уровне возрастной нормы. Однако в Юго-Западном ТУ заметно повысилась доля детей с низкими результатами (с 0% до 32%).

2) По результатам методики «Эмоциональное отношение к учению» было выявлено преобладание ряда вариантов мотивации учения. По результатам методики «Эмоциональное отношение к учению» было выявлено преобладание следующих вариантов мотивации учения. В среднем по Самарской области большинство обучающихся имеют средний уровень мотивации с несколько сниженной познавательной мотивацией (3 уровень - 41%). Чаще всего такой уровень мотивации встречался у обучающихся Поволжского, Кинельского ТУ и г.о. Тольятти (43% обучающихся).

В среднем по Самарской области четвертая часть обучающихся (25%) продемонстрировали сниженную мотивацию к обучению, которая выражается в переживании «школьной скуки» и выражается в отрицательном эмоциональном отношении к учению (4 уровень). Чаще всего подростки с таким уровнем мотивации обучения встречались в школах Центрального (48%) и Северо-Восточного ТУ (44%).

Продуктивную мотивацию, которая проявляется в позитивном отношении к учению (2 уровень) в среднем по Самарской области продемонстрировали 22% обучающихся 8-х классов. Чаще всего такой уровень мотивации встречался у обучающихся г.о. Самара и г.о. Тольятти (соответственно 26% и 23% обучающихся).

Наибольшее число обучающихся с резко отрицательным отношением к учению (5 уровень) наблюдается в школах Северо-Восточного ТУ (17%). В среднем по Самарской области доля таких обучающихся составила 9%.

Продуктивная мотивация с выраженным преобладанием познавательной мотивации учения и положительным эмоциональным отношением к нему (1 уровень) – среди обследованных восьмиклассников встречается очень редко. В среднем по Самарской области только у 2% восьмиклассников был выявлен этот уровень мотивации. Чаще всего 1 уровень мотивации встречался у обучающихся Поволжского ТУ. Там доля таких школьников составила 8%.

*Сравнивая результаты 2023 - 2024 г.г., можно сказать, что в целом по Самарской области уровень мотивации учения остался без изменений.*

3) По результатам методики «Самооценка» можно выделить следующие группы обучающихся, имеющие благоприятные или неблагоприятные тенденции в развитии личности:

Гармоничная самооценка - сбалансированное отношение к различным сторонам своей личности, что соответствует социально-психологической норме. Такой вариант самооценки в среднем по Самарской области был выявлен у 28% обучающихся.

Продуктивная самооценка выявлена в среднем по Самарской области у 17% обучающихся

Конфликтный вариант самооценки у обучающихся в среднем по Самарской области встречается достаточно редко. Доля таких детей составила 2%.

Непродуктивная самооценка наблюдается в среднем по Самарской области у 42% восьмиклассников.

Низкая самооценка и соответственно низкий коэффициент социально-психологической адаптированности в среднем по Самарской области выявлен у 12% обучающихся.

Если брать за параметр оценки готовности школьников к разрешению проблем - умение ставить цели и соотносить возможности их достижения со своими реальными способностями, то результаты обследования выявили, что в среднем по Самарской области только у 45% восьмиклассников хорошо развита данная компетентность (1 и 2 вариант).

Остальные школьники (55%) имеют неблагоприятный вариант развития личности, отличаются низким уровнем целеполагания, социально-психологической адаптации. С точки зрения оценки состояния психологического здоровья данные обучающиеся могут вызывать тревогу специалистов школы. Такие подростки нуждаются в дополнительном внимании всех участников образовательного процесса с целью формирования у школьников адекватной самооценки.

*Сравнивая результаты 2023 и 2024 г.г., можно сказать, что в целом по Самарской области уровень самооценки остался без изменений.*

4) У обучающихся 8-х классов Самарской области был выявлен следующий профиль особенностей ценностной сферы. В среднем по Самарской области среди ценностей жизненных сфер выделились три сферы, наиболее значимые и актуальные для подростков. Это такие ценности как досуг (69%), профессия (65%) и семья (61%).

Следующей по значимости ценностью жизненной сферы для обучающихся 8-х классов Самарской области, является ценность - «образование» (54%).

Среди всех пяти изучаемых жизненных сфер для восьмиклассников Самарской области наименьшей актуальностью обладает сфера общественной жизни (47%).

*Сравнивая результаты 2023 г. и 2024 г.г., можно сказать, что в целом по Самарской области в 2024 уровень сформированности ценности жизненных сфер понизился.*

По большинству сфер изменения небольшие, а по уровню сформированности ценности сферы образования выявлены статистически значимые различия (уровне  $p=0,021$ ). Доля учеников со сформированной ценностью снизилась на 4%.

Также данная методика позволяет оценить сформированность личностных ценностей.

Анализ показал, что из личностных ценностей на первом месте для восьмиклассников Самарской области стоит такая ценность как «материальное благополучие» (76%).

На втором месте оказались личностные ценности «достижения» (71%).

На третьем месте - личностные ценности «духовная удовлетворенность» (61%).

На четвертом месте - личностные ценности «индивидуальности» (59%).

На пятом месте - «жизнедеятельность» (59%).

Следующая по актуальности для обучающихся Самарской области личностная ценность «креативность» (52%).

Последние места в рейтинге личностных ценностей у обучающихся 8-х классов Самарской области заняли такие ценности как «традиции» (48%) и «коллективность» (44%).

Анализируя общий уровень сформированности ценностной сферы у обучающихся Самарской области, можно сказать, что в целом по области уровень сформированности ценностной сферы составил 58%.

*Сравнивая результаты 2023 и 2024 г.г., можно сказать, что в целом по Самарской области в 2024 уровень сформированности личностных ценностей остался на прежнем уровне.*

По большинству ценностей изменения незначительные, а по уровню сформированности ценностей индивидуальности и достижения выявлены статистически значимые различия (уровне  $p<0,001$ ). Доля учеников со сформированными ценностями индивидуальности и достижений повысились на 6%.

5) По результатам методики «Стиль саморегуляции поведения» можно сказать, что в целом картина по параметру «Общий уровень саморегуляции» вполне

оптимистичная. В среднем по Самарской области значительная часть обследованных школьников продемонстрировали средний и высокий уровни саморегуляции, что является социальной нормой (56% и 29% соответственно). Доля подростков с низким уровнем саморегуляции составила 15%, что сравнительно не много.

*Сравнивая результаты 2023 - 2024 г.г., можно сказать, что в целом по Самарской области у обучающихся уровень сформированности навыков саморегуляции поведения повысился.*

Выявлены статистические значимые различия ( $p=0,054$ ). На 6% снизилась доля обучающихся с средним уровнем и на 5% повысилась доля учеников с высоким уровнем саморегуляции.

*Анализ полученных результатов показал, что в среднем по Самарской области у обучающихся 8-х классов лучшие всего сформированы такие регуляторные процессы как «Оценивание результатов» (средний и высокий уровень показали 88% подростков) и «Планирование» (средний и высокий уровень показали 87% подростков). Сравнительно хуже всего результат по показателю «Программирование» (средний и высокий уровень показали 80% подростков), но и это в целом – достаточно высокий показатель.*

*В среднем по Самарской области регуляторно-личностные свойства у обучающихся 8-х классов так же развиты очень неплохо. Показатели «Самостоятельность» и «Гибкость» сформированы на достаточном уровне у большинства подростков (78% и 84% соответственно).*

## **Рекомендации**

1. Улучшение интеллектуальной составляющей и уровня обученности по школьным предметам:

- **Индивидуальный подход:** Учитывая разнообразие психологических особенностей, необходимо разрабатывать и внедрять индивидуальные учебные планы, соответствующие уровню интеллектуального развития каждого ученика. Важно учитывать зоны ближайшего развития и предлагать задания, которые немного выходят за пределы текущих возможностей, чтобы стимулировать стремление к новым знаниям.
- **Активизация познавательной деятельности:** активизировать процессы восприятия и переработки информации, внедряя интерактивные методы обуче-

ния, проектную деятельность, ролевые игры и дискуссии. Это позволит увеличить объем знаний и представлений, расширить кругозор и развить гибкость мышления.

- Развитие аналитических навыков: включать задания, требующие сравнения, анализа, синтеза и обобщения информации. Формировать у учеников привычку к рефлексии и самоанализу своей учебной деятельности.

## 2. Повышение мотивации к обучению:

- Выстраивание связи с реальной жизнью: подчеркивать практическую значимость изучаемых предметов, показывать их применение в повседневной жизни. Учителя должны демонстрировать, как полученные знания могут пригодиться в дальнейшем.
- Использование положительных подкреплений: хвалить и поощрять успехи учеников, отмечать даже небольшие достижения. Поощрения могут включать словесные похвалы, специальные знаки отличия, возможность участия в конкурсах и олимпиадах.
- Интерактивные методы обучения: использовать игровые моменты, соревновательные элементы, кейс-методики, которые способствуют повышению интереса к учебе и создают дополнительную мотивацию.

## 3. Повышение и гармонизация самооценки:

- Формирование адекватной самооценки: проводить работу по формированию реалистичного образа Я-концепции. Объяснить ученикам, что неудачи — это часть учебного процесса, и они важны для роста и развития.
- Укрепление веры в свои силы: подчеркивать успехи и прогресс, даже незначительный, и помогать ученикам ставить достижимые цели, чтобы повышать веру в свои силы и возможности.
- Развитие эмпатии и понимания: работать над формированием у учеников эмпатии к себе и своим сверстникам, создавая среду, где они поддерживают друг друга и уважают личные границы.

## 4. Усиление навыков совладания со стрессом:

- Организация релаксации и снятия стресса: включать в расписание занятия, направленные на снятие стресса, расслабляющие упражнения, дыхательную гимнастику, медитации и йогу. Это поможет уменьшить уровень тревожности и повысить концентрацию.

- Работа с тревожностью: Регулярная диагностика уровня тревожности, организация консультаций с психологом, проведение тренингов и семинаров по управлению стрессом. Разъясняйте ученикам природу стресса и его физиологические последствия, учите методам управления стрессом.
- Моделирование поведения: Моделируйте здоровое поведение, показывая примеры эффективного управления стрессовыми ситуациями. Демонстрируйте спокойствие и уравновешенность в сложных ситуациях.

#### 5. Развитие навыков саморегуляции и самоорганизации:

- Планирование и тайм-менеджмент: вводите уроки по планированию и тайм-менеджменту, учите расставлять приоритеты и распределять время. Обучайте стратегиям постановки целей и планирования шагов для их достижения.
- Самостоятельность и ответственность: постепенно передавайте обязанности по контролю за выполнением домашних заданий и проектной деятельности. Развивайте навыки ответственности и независимости.
- Тренировки на саморегуляцию: включайте в учебный процесс тренировки на развитие навыков саморегуляции, такие как упражнения на управление вниманием, концентрацией и эмоциональной регуляцией.

6. Педагогам, психологам и родителям приобщать учащихся к культурным ценностям, развивать любовь к книгам, объяснять важность и ценность знаний, помогать ориентироваться школьникам в нравственно-этической сфере, исходя из социальных и личностных ценностей.

7. Особое внимание педагогам, психологам и родителям необходимо обращать на умение подростков «принимать себя такими, какие они есть», оказывать помощь в процессе самоопределения, помогать воспитывать высокие моральные качества.

Информация предоставлена Грачёвым Ю.А., начальником лаборатории практической психологии 20.01.2025 г.