

Как вы себя чувствуете в школе чаще всего?

Попробуйте мысленно «окунуться» в мир чувств, овладевающих Вами в стенах школы. Оцените выраженность того или иного чувства в баллах от «0» до «7». Признаки, размещившиеся в левой колонке, соответствуют оценке «0», а в правой - «7». Итак, каким вы себя чувствуете в школе чаще всего?

Довольным	01234567	Недовольным	(У)
Спокойным	01234567	Встревоженным	(Т)
Расслабленным	01234567	Напряжённым	(Н)
Нужным	01234567	Лишним	(Т)
Отдохнувшим	01234567	Усталым	(Н)
Здоровым	01234567	Больным	(У)
Смелым	01234567	Робким	(Т)
Беззаботным	01234567	Озабоченным	(Н)
Хорошим	01234567	Плохим	(У)
Ловким	01234567	Неуклюжим	(Т)
Уверенным	01234567	Неуверенным	(Н)
Радостным	01234567	Огорченным	(У)

Обработка: У= Т= Н=

Интерпретация:

У - общая неудовлетворённость

Н — нервно-психическое напряжение

Т - тревожность

Состояние констатируется, если сумма оценок по каждой шкале превышает или равна по У - 26; Т - 26; Н - 27.

Показатель выше 14 баллов - выше среднего. На ребят, показавших такой результат, следует обратить особое внимание, пообщаться на эту тему с их родителями, друзьями, самим ребёнком.