Пол\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Класс\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Опросник «Школьные страхи»**

**Инструкция**: Ответьте на вопросы, используя пятибалльную шкалу (от 0 до 5).

**0**-страх вообще не проявляется, не мешает учиться.

**1**-страх немного проявляется, немного мешает учиться.

**2**-страх часто проявляется и мешает учиться.

**3**-страх достаточно сильно проявляется и достаточно сильно мешает учиться.

**4**-страх сильно проявляется и сильно мешает учиться

**5**-страх очень сильно проявляется и очень сильно мешает учиться.

В пустые строки в конце таблицы можете вписать свои варианты школьных страхов

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Школьный страх** | **Как часто проявляется** | **Как сильно проявляется** | **Насколько сильно мешает учиться** | **Насколько удается**  **справиться** |
| 1 | Страх оценки, отметки |  |  |  |  |
| 2 | Страх наказания, замечания в дневник |  |  |  |  |
| 3 | Страх ошибки |  |  |  |  |
| 4 | Страх не соответствовать требованиям школы, учителя |  |  |  |  |
| 5 | Страх забыть школьные принадлежности: книгу, тетрадь, форму, работу |  |  |  |  |
| 6 | Отпроситься с урока выйти; попросить что-то у учителя, одноклассников и др. |  |  |  |  |
| 7 | Страх опоздать в школу, на урок |  |  |  |  |
| 8 | Страх заболеть и не ходить в школу |  |  |  |  |
| 9 | Опасение, что не хватит времени на работу в классе (самостоятельную, контрольную, работу в тетради на уроке) |  |  |  |  |
| 10 | Страх не успеть или забыть сделать домашнее задание |  |  |  |  |
| 11 | Страх 1 сентября, первого дня в школе после каникул |  |  |  |  |
| 12 | Страх конца триместра |  |  |  |  |
| 13 | Страх звонка на урок, звонка с урока |  |  |  |  |
| 14 | Страх перемен |  |  |  |  |
| 15 | Остаться одному в классе, зайти в класс последним или первым |  |  |  |  |
| 16 | Страх выступать на сцене |  |  |  |  |
| 17 | Страх потеряться в школе при переходе из одного кабинета в другой |  |  |  |  |
| 18 | Страх перед школьными помещениями |  |  |  |  |
| 19 | Страх стоять, отвечать у доски |  |  |  |  |
| 20 | Страх не понять объяснение учителя |  |  |  |  |
| 21 | Страх спорить |  |  |  |  |
| 22 | Страх, возникающий в момент, когда учитель спрашивает: «Кто хочет ответить?» |  |  |  |  |
| 23 | Страх ожидания отметки |  |  |  |  |
| 24 | Страх, что учитель, родитель будет ругать |  |  |  |  |
| 25 | Страх наказания |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Школьный страх** | **Как часто проявляется** | **Как сильно проявляется** | **Насколько сильно мешает учиться** | **Насколько удается**  **справиться** |
| 26 | Страх контрольных и других проверочных работ |  |  |  |  |
| 27 | Страх вопросов учителя |  |  |  |  |
| 28 | Страх присутствия посторонних взрослых на уроке |  |  |  |  |
| 29 | Страх, связанный с присутствием родителей на родительском собрании |  |  |  |  |
| 30 | Страх конкретного учителя (учителей) |  |  |  |  |
| 31 | Страх конкретного ученика (учеников) |  |  |  |  |
| 32 | Страх обслуживающего персонала, охранников, врача, медсестры |  |  |  |  |
| 33 | Страх экзаменов |  |  |  |  |
| 34 | Страх ЕГЭ |  |  |  |  |
| 35 | Страх ГИА |  |  |  |  |
| 36 | Страх не защитить проект, тему проекта |  |  |  |  |
| 37 | Страх быть поводом для насмешек, выглядеть глупо |  |  |  |  |
| 38 | Страх быть пойманным на списывании |  |  |  |  |
| 39 | Страх получить травму |  |  |  |  |
| 40 | Страх нового учителя |  |  |  |  |
| 41 | Страх унижения, оскорбления личности |  |  |  |  |
| 42 | Страх оказаться, как все |  |  |  |  |
| 43 | Страх оказаться не таким, как все |  |  |  |  |
| 44 |  |  |  |  |  |
| 45 |  |  |  |  |  |
| 46 |  |  |  |  |  |
| 47 |  |  |  |  |  |
| 48 |  |  |  |  |  |

**2. Продолжите фразу** (используя список страхов, данных в предыдущей таблице):

2.1. Больше всего в школе я боюсь: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2.2. Я справляюсь со своими страхами с помощью/благодаря: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Благодарим за участие в исследовании!