



ДЕПАРТАМЕНТ
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО
АВТОНОМНОГО ОКРУГА -
ЮГРЫ

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ
И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ
ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО
АВТОНОМНОГО ОКРУГА -
ЮГРЫ

П Р И К А З

О подготовке и проведении мероприятий, направленных на повышение стрессоустойчивости участников государственной итоговой аттестации обучающихся и работников образовательных организаций, в 2017 году в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре

г. Ханты-Мансийск

03 марта 2017
№ 201 / 388

Во исполнение пункта 5.2 Протокола заседания Координационного Совета по обеспечению и проведению государственной итоговой аттестации обучающихся, освоивших образовательные программы основного общего и среднего образования, в том числе в форме единого государственного экзамена на территории Ханты-Мансийского автономного округа – Югры от 14.10.2016 **п р и к а з ы в а е м:**

1. Провести в период подготовки и проведения государственной итоговой аттестации по образовательным программам основного общего и среднего общего образования в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре мероприятия, направленные на повышение стрессоустойчивости участников государственной итоговой аттестации обучающихся и работников образовательных организаций.

2. Утвердить:

2.1. План основных мероприятий, направленных на повышение стрессоустойчивости участников государственной итоговой аттестации обучающихся и работников образовательных организаций (приложение 1);

2.2. Перечень медицинских организаций, участвующих в мероприятиях, направленных на повышение стрессоустойчивости участников государственной итоговой аттестации обучающихся и работников образовательных организаций (приложение 2);

2.3. Психодиагностические методики для использования в работе с выпускниками 9-х и 11(12)-х классов для определения уровня тревожности в ситуациях, сопутствующих независимой оценке качества подготовки обучающихся, на основе методики многомерной оценки детской тревожности (МОДТ) Е.Е. Ромицына и/или на основе теста школьной тревожности Филлипса (приложение 3).

2.4. Алгоритм взаимодействия специалистов медицинских и образовательных организаций при проведении мероприятий, направленных на повышение стрессоустойчивости участников государственной итоговой аттестации обучающихся и работников образовательных организаций (приложение 4).

3. Рекомендовать руководителям органов местного самоуправления Ханты-Мансийского автономного округа – Югры, осуществляющих управление в сфере образования, государственных и муниципальных общеобразовательных организаций Ханты-Мансийского автономного округа – Югры:

3.1. Разработать и обеспечить реализацию межведомственного плана мероприятий, в соответствии с приложением 1, совместно со специалистами медицинских организаций, указанных в приложении 2 настоящего приказа;

3.2. Обеспечить разработку педагогами-психологами образовательных организаций комплексной групповой и индивидуальной программы психолого-педагогической коррекции, направленной на повышение стрессоустойчивости участников государственной итоговой аттестации по образовательным программам основного общего и среднего общего образования, включая психодиагностическую работу (приложение 3);

3.3. Организовать проведение разъяснительной работы с ученической, родительской и педагогической общественностью о социально-психологическом тестировании среди выпускников 9-х и 11(12)-х классов, а также предоставление результатов тестирования в индивидуальном порядке родителям (законным представителям) несовершеннолетних.

4. Рекомендовать руководителям государственных и муниципальных общеобразовательных организаций совместно с медицинскими организациями обеспечить проведение обучающих, тренинговых и практикоориентированных мероприятий, направленных на профилактику синдрома эмоционального выгорания и профессиональной деформации педагогических работников.

5. Главным врачам медицинских организаций Ханты-Мансийского автономного округа – Югры, указанных в приложении 2 настоящего приказа:

5.1. Оказать содействие государственным и муниципальным общеобразовательным организациям в разработке межведомственного плана мероприятий, направленных на повышение стрессоустойчивости участников государственной итоговой аттестации обучающихся и работников образовательных организаций;

5.2. Оказывать комплексную медико-психологическую помощь несовершеннолетним, являющимся выпускниками 9-х и 11(12)-х классов, нуждающимся в консультации специалистов (врача-психиатра, врача-психотерапевта, медицинского психолога);

5.3. Организовать профилактические мероприятия, направленные на повышение стрессоустойчивости участников государственной итоговой аттестации обучающихся и работников образовательных организаций.

6. Контроль за исполнением настоящего приказа возложить на первого заместителя директора Департамента образования и молодежной политики Ханты-Мансийского автономного округа – Югры Л.В. Максимова и заместителя директора Департамента - начальника Управления медицинской помощи детям и службы родовспоможения Департамента здравоохранения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры И.В. Винокурову.

Директор
Департамента здравоохранения
Ханты-Мансийского автономного
округа – Югры


А.А. Добровольский

Директор
Департамента образования
и молодежной политики
Ханты-Мансийского автономного
округа – Югры


Л.Н. Ковешникова

План основных мероприятий, направленных на повышение стрессоустойчивости участников государственной итоговой аттестации обучающихся и работников образовательных организаций

№ п/п	Название мероприятия	Целевая аудитория	Время проведения	Исполнители
1.	Разработка информационных листовок и памяток для родителей, учителей и выпускников по подготовке и сдаче экзаменов	родители, педагоги, выпускники	в течение года	образовательные организации
2.	Отбор видеоматериалов по вопросам подготовки и проведения государственной итоговой аттестации обучающихся по образовательным программам основного общего и среднего общего образования, и обеспечение их трансляции в образовательных организациях			
3.	Оформление и поддержание в актуальном состоянии информационных стендов, содержащих в том числе рекомендации по психологической подготовке выпускников к сдаче экзаменов			
4.	Информирование представителей ученической, родительской обществственности о деятельности «Детского телефона доверия», включая его популяризацию			
5.	Проведение родительских собраний и классных часов по вопросам стрессоустойчивости при подготовке и во время сдачи экзаменов			
6.	Региональное родительское собрание «Психологический настрой на сдачу экзаменов»	родители, педагоги, выпускники	апрель-май	Департамент образования и молодежной политики Ханты-Мансийского автономного округа – Югры с привлечением специалистов медицинских организаций в том числе

				психоневрологического профиля, образовательные организации
7.	Проведение психодиагностических методик среди выпускников, по определению уровня тревожности в ситуациях проверки знаний	выпускники	в течение года	психологи образовательных организаций
8.	Практические занятия для выпускников «Профилактика эмоционального состояния и повышение стрессоустойчивости участников в преддверии государственной итоговой аттестации обучающихся»	выпускники	март-май	специалисты государственных и муниципальных образовательных организаций с привлечением специалистов медицинских организаций в том числе психоневрологического профиля
9.	Родительское собрание в форме психологического тренинга для выпускников и родителей «Как совместно справиться со стрессом в преддверии экзамена»	родители, выпускники	март-апрель	
10.	Групповые и индивидуальные консультации для выпускников «Скоро экзамен»	выпускники	в течение года	
11.	Практическое занятие с элементами групповой формы работы для выпускников «Контроль эмоций», занятие с элементами релаксации и снятия эмоционально мышечного напряжения, а также применение техник визуализации	выпускники	апрель-май	

Перечень медицинских организаций, участвующих в мероприятиях, направленных на повышение стрессоустойчивости участников государственной итоговой аттестации обучающихся и работников образовательных организаций

№ п/п	Муниципальное образование	Медицинские организации, ответственные за оказание антикризисной помощи в МО	Ответственный специалист по оказанию помощи		Замещающий специалист по оказанию помощи			
			Ф.И.О.	Должность	Тел.	Ф.И.О.	Должность	Тел.
1.	Белоярский район	Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа -Югры «Белоярская районная больница», г. Белоярский, ул. Барсукова, д. 6	Самодуров Г.Ю.	врач-психиатр	8-34670-20853	Заика В.В.	врач-психиатр-нарколог	8-34670-20852
2.	Березовский район	Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа -Югры «Березовская районная больница», Березовский район, поселок Березово, ул. Ленина, д.56, корпус 2	Комаров Д. В.	врач-психиатр	8-34674-24162	Ефименко А.Н.	врач-психиатр	8-34674-32777
3.	Кондинский район	Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа -Югры «Кондинская районная больница», пгт. Междуреченский, ул.	Хазеева Н.В.	врач-психиатр-нарколог	8-34677-41451	Митрошина Е.С.	врач-психиатр-нарколог	8-34677-41451

		Кондинская, д. 3										
4.	Ханты-Мансийский район	Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа - Югры «Ханты-Мансийская клиническая психоневрологическая больница», г. Ханты-Мансийск, ул. Гагарина д. 106	Щербич Р.М.	зав. кабинетом медико-социально-психологической помощи, врач психиатр	8-3467-393-303	Скибенко В.Г.	врач-психиатр-нарколог диспансерного отделения	3467-393-259 /393-260				
5.	Нижневартовский район	Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа –Югры «Нижневартовская районная больница», Нижневартовский район, пгт. Излучинск, ул. Энергетиков, д.2	Сурмач О.А.	врач-психиатр	8-3466-281014	Кропотова Т.С.	врач-психиатр	8-3466-281014				
6.	Советский район	Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа -Югры «Советская психоневрологическая больница», Советский район, с.п. Алябьевский	Кобелев А.А. Бизьяева А.С.	врач-психиатр амбулаторно-поликлинического отделения Медицинский психолог амбулаторно-поликлинического отделения	8-34675-49046	Пачина О.А. Бунин Д.В.	врач-психиатр психиатрического отделения клинический психолог подростково-го психоневрологического отделения	8-34675-39348 8-34675-39349				

7.	Октябрьский район	Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа — Югры «Октябрьская районная больница», Октябрьский район, поселок городского типа Октябрьское, ул. Медицинская, д. 3.	Петухова Е.Ю	врач-психиатр	8-34678-21541	Чукрева Е.А	врач-психиатр-нарколог	8-34678-21542
8.	Нефтеюганский район	Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Нефтеюганская районная больница», пгт .Пойковский, ул.б,д.1	Бикмухаметова Э.Н.	врач-психиатр	8-3463-216867	Гизатуллин Р.О.	врач-психиатр детский	8-3463-215180
9.	Сургутский район	Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа -Югры «Сургутская клиническая психоневрологическая больница», г. Сургут, ул. Юности, д. 1	Першина М.М.	зав. амбулаторным психотерапевтическим отделением	8-3462-254112	Машко Н.Д.	зав. взрослым диспансерным отделением	8-3462-243646
10.	г. Нягань	Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа - Югры «Няганская городская детская поликлиника» (детское население), г. Нягань, ул. Загородных, д. 2.	Саулко С.В.	зав. отделением медико-социальной помощи детям и подросткам	8-34672-56688	Шиянова Е.В.	врач-психиатр отделением медико-социальной помощи детям и подросткам	8-34672-56460

		Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа -Югры «Няганская городская поликлиника» (взрослое население), г. Нягань, ул. Уральская, д. 1	Вохмянина С.Ю	врач-психиатр, врач-психотерапевт	8-9519811037	Гусенкова И.А.	врач-психиатр	8-9519794951
11.	г. Ханты-Мансийск	Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа -Югры «Ханты-Мансийская клиническая психоневрологическая больница», г. Ханты-Мансийск, ул. Гагарина д. 106	Щербич Р.М.	зав. кабинетом медико-социально-психологической помощи, врач психиатр	8-3467-393-303	Скибенко В.Г.	врач-психиатр-нарколог диспансерно го отделения	8-3467-393-259 /393-260
12.	г. Лангепас	Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа -Югры «Психоневрологическая больница им. Святой Преподобномученицы Елизаветы», г. Мегион, ул. Садовая д. 3	Савин В.А.	врач-психиатр поликлиники городской	8-34669-27393	Калякина Н.А.	врач-психотерапевт КДК поликлиники городской	8-34669-25640
13.	г. Когалым	Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа -Югры «Когалымская городская больница», г. Когалым, ул. Молодежная, д. 19	Коновалова Т.С.	врач-психиатр	8-34667-27037 (доб218)	Коляничко В.А.	врач-психиатр	8-34667-27037 (доб 531)

14.	г. Мегион	Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа - Югры «Психоневрологическая больница им. Святой Преподобномученицы Елизаветы», г. Мегион, ул. Садовая, д. 3	Дегтярёв Ю.П.	Заведующий СО	8-34669-21930	Спирidonов В. Л.	врач-- психиатр	8-34669- 21930
15.	г. Нижневартовск	Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа - Югры «Нижневартовская психоневрологическая больница», г. Нижневартовск, ул. Интернациональная, д. 39 «В»	Гринченко О.Н.	зам. гл. врача по медицинской части	8-3466-448121	Емельянов Ю.В.	зав. психиатриче ским отделение м	8-3466- 260058
16.	г. Сургут	Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа - Югры «Сургутская клиническая психоневрологическая больница», г. Сургут, ул. Юности, д. 1.	Першина М.М.	зав. амбулаторным психотерапевти ческим отделением	8-3462-254112	Машко Н.Д.	зав. взрослым диспансер ным отделение м	8-3462- 243646
17.	г. Нефтеюганск	Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа - Югры «Нефтеюганская окружная больница имени В.И. Яцкив», г. Нефтеюганск 7 мкр., д. 13	Никитин А.С.	врач-психиатр	8-3463-224808	Гизатуллин Р.О.	врач- психиатр	8-3463- 224808 /250938

18.	г. Радужный	Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа — Югры «Радужнинская городская больница», г. Радужный, 1 мкр., строение 42/1	Харитonenko А.А	зав. наркологическим отделением	8-34668-42075	Михирева И.В. Ахметзянова З.Р.	врач-психиатр врач-психиатр	8-34668-34524 8-34668-33529
19.	г. Покачи	Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа - Югры «Покачевская городская больница», г. Покачи, ул. Мира, д. 18	Захаров А.А.	врач-психиатр	8-34669-72210	Овчинникова Л.Д.	врач-психиатр	8-34669-74628
20.	г. Пыль-Ях	Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа - Югры «Пыль-Яхская окружная больница», г. Пыль-Ях, мкр.8, ул. Православная, д.10	Митяева Е.А.	врач-психиатр	8-3462-467019	Ведерникова В.Н.	врач-психиатр	8-3462-467019
21.	г. Югорск	Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа -Югры «Советская психоневрологическая больница», Советский район, с.п. Алябьевский	Санникова СВ. Гончарова О.Г.	медицинский психолог медицинский психолог	8-34675-28605	Папашова Г.И. Владимирова А.В.	врач психиатр детский участковый медицинский психолог	8-34675-28605 8-34675-28728
22.	г. Урай	Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа — Югры «Советская	Кайгородова Р.Р.	врач психиатр детский участковый	8-34676-32599	Покровская Е.Н.	врач-психиатр психиатрического	8-34676-46195

		психоневрологическая больница», Советский район, с.п. Алябьевский	Тякина Н.С.	медицинский психолог	8-34676-46411		отделения	
--	--	---	-------------	-------------------------	---------------	--	-----------	--

Психодиагностические методики для использования в работе с
выпускниками 9-х и 11(12)-х классов для определения уровня тревожности в
ситуациях, сопутствующих независимой оценке качества подготовки
обучающихся

1. «Определение уровня тревожности в ситуациях проверки знаний» (на основе методики многомерной оценки детской тревожности (МОДТ) Е.Е. Ромицына)

Текст опросника:

1. Часто ли ты чувствуешь себя обеспокоенным и взволнованным?
2. Часто ли твои одноклассники смеются над тобой, когда вы играете в разные игры?
3. Стараешься ли ты избегать игр, в которых делается выбор, только потому, что тебя могут не выбрать?
4. Как ты думаешь, теряют ли симпатии учителей те из учеников, которые не справляются с учебой?
5. Можешь ли ты свободно говорить с родителями о вещах, которые тебя беспокоят?
6. Трудно ли тебе учиться не хуже других ребят?
7. Боишься ли ты вступать в спор?
8. Волнуешься ли ты, когда учитель говорит, что собирается проверить, насколько ты знаешь материал?
9. Часто ли ты чувствуешь себя усталым?
10. Сказывается ли на желудке твое волнение?
11. Когда вечером ты лежишь в постели, часто ли ты испытываешь беспокойство по поводу того, что будет завтра?
12. Часто ли у тебя возникает ощущение, что никто из твоих одноклассников не хочет делать того, что хочешь делать ты?
13. Кажется ли тебе, что окружающие часто недооценивают тебя?
14. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся учителя?
15. Можешь ли ты обратиться со своими проблемами к близким, не испытывая страха, что тебе будет хуже?
16. Часто ли тебе ставят более низкую оценку, чем ты ожидал?
17. Часто ли ты боишься выглядеть нелепо?
18. Обычно ты волнуешься при ответе или выполнении контрольных заданий?
19. Чувствуешь ли ты себя бодрым после отдыха?
20. Случается ли тебе попадать в такие ситуации, когда ты чувствуешь, что твое сердце вот-вот остановится?
21. Часто ли тебя что-то мучает, а что - не можешь понять?
22. Часто ли ты чувствуешь себя не таким, как большинство твоих одноклассников?

23. Часто ли ты боишься, что тебе не о чем будет говорить, когда кто-то начинает с тобой разговор?
24. Обладают ли способные ученики какими-то особыми правами, которых нет у других ребят в классе?
25. Кажется ли тебе иногда, что никто из родителей тебя хорошо не понимает?
26. Часто ли твои одноклассники смеются над тобой, когда ты делаешь ошибки?
27. Обычно тебя волнует то, что думают о тебе окружающие?
28. Выполнив задание, беспокоишься ли ты о том, хорошо ли с ним справился?
29. Чувствуешь ли ты себя хуже от волнений и ожидания неприятностей?
30. Случается ли, что ты испытываешь кожный зуд и покалывание, когда волнуешься?
31. Часто ли ты волнуешься из-за того, что, как выясняется позже, не имеет никакого значения?
32. Верно ли, что большинство ребят относится к тебе по-дружески?
33. Испытываешь ли ты стеснение, находясь среди малознакомых людей?
34. Волнуешься ли ты, когда учитель просит остаться после уроков и поработать с ним индивидуально?
35. Когда у тебя плохое настроение, советуют ли тебе твои родители успокоиться и отвлечься?
36. Когда ты получаешь хорошие отметки, думает ли кто-нибудь из твоих друзей, что ты хочешь выделиться?
37. Часто ли, отвечая на уроке, ты переживаешь о том, что думают о тебе в это время другие?
38. Мечтаешь ли ты о том, чтобы поменьше волноваться, когда тебя спрашивают?
39. Часто ли у тебя болит голова после напряженного дня?
40. Бывает ли у тебя сильное сердцебиение в тревожных для тебя ситуациях?
41. Часто ли ты чувствуешь неуверенность в себе?
42. Нравится ли тебе тот одноклассник, к которому другие ребята относятся лучше всех?
43. Обычно ты боишься невольно обидеть других людей своими случайно сказанными словами или поведением?
44. Боишься ли ты критики со стороны учителя?
45. Начинают ли твои родители сердиться и возмущаться по поводу любого пустяка, совершенного тобой?
46. Надеешься ли ты в будущем учиться лучше, чем теперь?
47. Часто ли одноклассники смеются над твоей внешностью и поведением?
48. Бывает ли так, что, отвечая перед классом, ты начинаешь заикаться и не можешь ясно произнести ни одного слова?
49. Трудно ли тебе вставать по утрам вовремя?
50. Бывают ли у тебя внезапные чувства жара или озноба?
51. Трудно ли тебе сосредоточиться на чем-то одном?
52. Верно ли, что большинство твоих одноклассников не обращают на тебя внимания?
53. Часто ли ты, услышав смех, чувствуешь себя задетым и думаешь, что смеются над тобой?
54. Легко ли учителю привести тебя в замешательство своим неожиданным вопросом?
55. Часто ли твои родители интересуются тем, что тебя волнует и чего ты хочешь?
56. Боишься ли ты не справиться со своей работой?
57. Часто ли ты упрекаешь себя в том, что не используешь многие свои способности?
58. Обычно ты спишь спокойно накануне контрольной или экзамена?
59. Легко ли ты засыпаешь вечером?
60. Кажется ли тебе иногда, что твое сердце бьется неравномерно?
61. Часто ли тебе снятся страшные сны?

62. Считаешь ли ты, что одеваешься в школу так же хорошо, как и твои одноклассники?
63. Боишься ли ты потерять симпатии других людей?
64. Считаешь ли ты, что педагоги относятся к тебе несправедливо?
65. Всегда ли родители с пониманием выслушивают твои взгляды и мнения?
66. Можешь ли ты быть очень настойчивым, если хочешь добиться определенной цели?
67. Трудно ли тебе писать, если при этом кто-то смотрит на твои руки?
68. Часто ли ты получаешь низкую оценку, хорошо зная материал только из-за того, что волнуешься и теряешься при ответе?
69. Часто ли ты сердишься по мелочам?
70. Бывает ли так, что при волнении у тебя появляются красные пятна на шее и на лице?
71. Часто ли ты испытываешь страх в тех ситуациях, когда точно знаешь, что тебе ничто не угрожает?
72. Злятся ли некоторые из твоих одноклассников, когда тебе удается быть лучше их?
73. Обычно тебе безразлично, что думают о тебе другие?
74. Боишься ли ты, что тебя могут вызвать к директору?
75. Если ты сделаешь что-нибудь не так, будут ли твои родители постоянно и везде говорить об этом?
76. Снится ли тебе иногда, что ты в школе и не можешь ответить на вопрос учителя?
77. Нравится ли тебе быть первым, чтобы другие тебе подражали и следовали бы за тобой?
78. Если ты не можешь ответить, когда тебя спрашивают, чувствуешь ли ты, что вот-вот расплчешься?
79. Часто ли тебе приходится дома доделывать задания, которые ты не успел выполнить в классе?
80. Бывает ли тебе трудно дышать из-за волнения?
81. Боишься ли ты оставаться дома один?
82. Мешает ли тебе твоя застенчивость подружиться с тем, с кем хотелось бы?
83. Часто ли бывает, что тебе кажется, будто окружающие смотрят на тебя, как на никчемного и ненужного человека?
84. «Холодеет» ли у тебя все внутри, когда учитель делает тебе замечание?
85. Бывает ли тебе обидно, когда твое мнение не совпадает с мнением твоих родителей, а они категорически настаивают на своем?
86. Часто ли тебе снится, что твои одноклассники могут сделать то, что не можешь ты?
87. Боишься ли ты, что тебя не правильно поймут, когда ты захочешь что-то сказать?
88. Часто ли бывает такое, что у тебя слегка дрожит рука при выполнении контрольных заданий?
89. Легко ли тебе расплакаться из-за ерунды?
90. Боишься ли ты, что тебе вдруг станет дурно в классе?
91. Страшно ли тебе оставаться одному в темной комнате?
92. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся одноклассники?
93. Трудно ли тебе получать такие отметки, каких ждут от тебя окружающие?
94. Снится ли тебе временами, что учитель в ярости из-за того, что ты не знаешь урок?
95. Чувствуешь ли ты себя никому не нужным каждый раз после ссоры с родителями?
96. Сильно ли ты переживаешь по поводу замечаний и отметок, которые тебя не удовлетворяют?
97. Дрожит ли слегка твоя рука, когда учитель просит сделать задание на доске перед всем классом?
98. Беспokoишься ли ты по дороге в школу, что учитель может дать классу проверочную работу?

99. Часто ли ты получаешь более низкую оценку, чем мог бы получить из-за того, что не успел чего-то сделать?
100. Потееют ли у тебя руки и ноги при волнении?

2. «Тест школьной тревожности Филлипса»

Текст опросника

1. Трудно ли тебе держаться на одном уровне со всем классом, быть как все?
2. Волнуешься ли ты, когда учитель говорит, что собирается проверить, насколько ты знаешь материал?
3. Трудно ли тебе работать в классе так, как этого хочет учитель?
4. Снится ли тебе временами, что учитель в ярости оттого, что ты не знаешь урок?
5. Случалось ли, что кто-нибудь из твоего класса бил или ударял тебя?
6. Часто ли тебе хочется, чтобы учитель не торопился при объяснении нового материала, пока ты не поймешь, что он говорит?
7. Сильно ли ты волнуешься при ответе или выполнении задания?
8. Случается ли с тобой, что ты боишься высказываться на уроке, потому что боишься сделать глупую ошибку?
9. Дрожат ли у тебя колени, когда тебя вызывают отвечать?
10. Часто ли твои одноклассники смеются над тобой, когда вы играете в разные игры?
11. Случается ли, что тебе ставят более низкую оценку, чем ты ожидал?
12. Волнует ли тебя вопрос о том, не оставят ли тебя на второй год?
13. Стараешься ли ты избегать игр, в которых делается выбор, потому что тебя, как правило, не выбирают?
14. Бывает ли временами, что весь дрожишь, когда тебя вызывают отвечать?
15. Часто ли у тебя возникает ощущение, что никто из твоих одноклассников не хочет делать то, что хочешь ты?
16. Сильно ли ты волнуешься перед тем, как начать выполнять задание?
17. Трудно ли тебе получать такие отметки, каких ждут от тебя родители?
18. Боишься ли ты временами, что тебе станет дурно в классе?
19. Будут ли твои одноклассники смеяться над тобой, если ты сделаешь ошибку при ответе?
20. Похож ли ты на своих одноклассников?
21. Выполнив задание, беспокоишься ли ты о том, хорошо ли с ним справился?
22. Когда ты работаешь в классе, уверен ли ты в том, что все хорошо запомнишь?
23. Снится ли тебе иногда, что ты в школе не можешь ответить на вопрос учителя?
24. Верно ли, что большинство ребят относятся к тебе по-дружески?
25. Работаешь ли ты более усердно, если знаешь, что результаты твоей работы будут сравниваться в классе с результатами твоих одноклассников?
26. Часто ли ты мечтаешь о том, чтобы поменьше волноваться, когда тебя спрашивают?
27. Боишься ли ты временами вступать в спор?
28. Чувствуешь ли ты, что твое сердце начинает сильно биться, когда учитель говорит, что собирается проверить твою готовность к уроку?
29. Когда ты получаешь хорошие отметки, думает ли кто-нибудь из твоих друзей, что ты хочешь выслужиться?
30. Хорошо ли ты себя чувствуешь с теми из твоих одноклассников, к которым ребята относятся с особым вниманием?
31. Бывает ли, что некоторые ребята в классе говорят что-то, что тебя задевает?
32. Как ты думаешь, теряют ли расположение те из учеников, которые не справляются с учебной работой?
33. Похоже ли на то, что большинство твоих одноклассников не обращают на тебя внимания?

34. Часто ли ты боишься выглядеть нелепо?
35. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся учителя?
36. Помогает ли твоя мама в организации вечеров, как другие мамы твоих одноклассников?
37. Волновало ли тебя когда-нибудь, что думают о тебе окружающие?
38. Надеешься ли ты в будущем учиться лучше, чем сейчас?
39. Считаешь ли ты, что одеваешься в школе так же хорошо, как и твои одноклассники?
40. Часто ли ты задумываешься, отвечая на уроке, что думают о тебе в это время другие?
41. Обладают ли способные ученики какими-то особыми правами, которых нет у других ребят в классе?
42. Злятся ли некоторые из твоих одноклассников, когда тебе удастся быть лучше их?
43. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся одноклассники?
44. Хорошо ли ты себя чувствуешь, когда остаешься один на один с учителем?
45. Высмеивают ли временами одноклассники твою внешность и поведение?
46. Думаешь ли ты, что беспокоишься о своих школьных делах больше, чем другие ребята?
47. Если ты не можешь ответить, когда тебя спрашивают, чувствуешь ли ты, что вот-вот расплачешься?
48. Когда вечером ты лежишь в постели, думаешь ли ты временами с беспокойством о том, что будет завтра в школе?
49. Работая над трудным заданием, чувствуешь ли ты порой, что совершенно забыл вещи, которые хорошо знал раньше?
50. Дрожит ли слегка твоя рука, когда ты работаешь над заданием?
51. Чувствуешь ли ты, что начинаешь нервничать, когда учитель говорит, что собирается дать классу задание?
52. Пугает ли тебя проверка твоих заданий в школе?
53. Когда учитель говорит, что собирается дать классу задание, чувствуешь ли ты страх, что не справишься с ним?
54. Снилось ли тебе временами, что твои одноклассники могут сделать то, что не можешь ты?
55. Когда учитель объясняет материал, кажется ли тебе, что твои одноклассники понимают его лучше, чем ты?
56. Беспокоишься ли ты по дороге в школу, что учитель может дать классу проверочную работу?
57. Когда ты выполняешь задание, чувствуешь ли ты обычно, что делаешь это плохо?
58. Дрожит ли слегка твоя рука, когда учитель просит сделать задание на доске перед всем классом?

Подробная информация по использованию данных методик в работе, а также обработки и интерпретации результатов размещена на сайте (<http://psylab.info>).

Для проведения групповой диагностики рекомендуется использовать электронный вариант методик:

- Методика многомерной оценки детской тревожности (МОДТ) Е.Е. Ромицына <http://psyttests.org/psystate/modt.html>;

- Тест школьной тревожности Филлипса <http://psyttests.org/psystate/phillips.html>.

Приложение 4 к приказу
Департамента здравоохранения
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры и
Департамента образования и молодежной политики
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры

№ 201 / от 3.03.2017
388

Алгоритм взаимодействия специалистов медицинских и образовательных организаций при проведении мероприятий, направленных на повышение стрессоустойчивости участников государственной итоговой аттестации обучающихся и работников образовательных организаций

1. При наличии высокого уровня тревожности у обучающегося(-ихся) педагог-психолог и (или) классный руководитель образовательной организации информируют медицинского работника образовательной организации;

2. Медицинский работник образовательной организации совместно с педагогом-психологом информирует родителей (законных представителей) несовершеннолетнего о необходимости дополнительных мер профилактики стрессоустойчивости выпускника на базе медицинских организаций (приложение 2);

3. Медицинский работник образовательной организации вносит информацию о результатах тестирования в медицинскую карту ребенка – форма № 026/у и в историю развития ребенка – форма № 112/у.

4. Медицинский работник (врач-психиатр) при проведении профилактических медицинских осмотров изучает результаты тестирования, указанные в медицинской карте ребенка – форма № 026/у и в истории развития ребенка – форма № 112/у;

5. Врач-психиатр с учетом оценки результатов тестирования и состояния ребенка планирует комплекс профилактических мероприятий направленных на повышение стрессоустойчивости выпускника 9-х и 11(12)-х классов.