

Аналитическая справка по результатам проведенного психодиагностического исследования

Дата – 03.03-20.03.2023 года.

Цель исследования: **Определить уровень эмоционально-психической напряженности подростков.**

План исследования: анкетирование проводится во время тренинга, посвящённого теме «Моя жизнь-это ценность».

Внешний вид и поведение в ситуации обследования: адекватное поведение обучающихся.

Примененные методики (автор): Методика определения уровня эмоциональной напряженности, составленная на основе методики Н.М.Пейсаховой и Г.Ш.Габлреевой.

Оценочные шкалы, значимые в данном исследовании: низкий, средний, высокий и очень высокий уровни эмоционального напряжения.

В исследовании приняли участие обучающиеся групп из 1 и 2 курсов.

Результаты исследования:

Обобщенная интерпретация данных: из 240 обучающихся у 82 получился низкий уровень эмоционального напряжения, это 35%, 120 человек показали средний уровень, 50%, и у 38 обучающихся – высокий уровень, 15%.

Выводы и рекомендации:

У 85% обучающихся в техникуме, которые приняли участие в психодиагностике и анкетировании выявлен низкий и средний уровни эмоционального напряжения. Это говорит о стабильном эмоциональном состоянии подростков, умении справляться в трудных ситуациях, как в умственных, так и в физических, быстро принимать необходимые решения, ответственно подходить к их выполнению. У 15% - высокий уровень. Может быть снижен объем внимания и памяти, проявления нарушений со стороны восприятия и мышления, возможна рассеянность. С этими обучающимися проведена индивидуальная психоконсультация для уточнения причин эмоциональной напряженности, даны адресные рекомендации всем, кто попал в группу с высоким уровнем эмоционального напряжения, проведена просветительская беседа о причинах возникновения напряжения и их последствиях на подрастающий организм.

Эмоциональное перенапряжение — это такое состояние организма, которое возникает от переизбытка эмоций и переживаний с ними связанных. Напряжение вызывает усталость, ощущение ненужности, грусти, отсутствие интереса и всяких желаний. Помимо этого, у человека может пропасть аппетит и сон, появиться нервозность, беспокойность, мнительность.

Нервно-эмоциональное напряжение нарастает как «снежный ком» — сначала затрагивает какую-то одну область, например, учебу, а затем переходит на личные отношения, портит мир в семье, человек теряет интерес и желание самореализовываться, ухудшаются физиологические показатели здоровья и умственная деятельность.