

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. Астафьева»
(КГПУ им. В.П. Астафьева)
Институт социально-гуманитарных технологий
Кафедра специальной психологии

Гува Лариса Александровна
ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

**Психологическая коррекция школьной тревожности младших школьников с
задержкой психического развития**

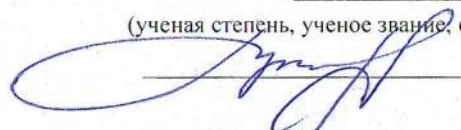
Направление: 44.03.03 Специальное (дефектологическое) образование
направленность (профиль) образовательной программы
Специальная психология в образовательной и медицинской практике

Допускаю к защите:

и.о. заведующего кафедрой

к.п.н., доцент Е.А. Черенёва


(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

 15.06.21.
(дата, подпись)

Научный руководитель


к.псих.н., доцент Иванова Н.Г.

(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

15.06.2021 
(дата, подпись)

Обучающийся Гува Л.А.

(фамилия, инициалы)

 15.06.21
(дата, подпись)

Красноярск, 2021

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение.....	3
Глава 1. Теоретический анализ изучения проблемы школьной тревожности..	7
1.1. Анализ проблемы изучения школьной тревожности в психологии	7
1.2. Особенности проявления школьной тревожности детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития	10
1.3. Современное состояние изучения проблемы школьной тревожности младших школьников с задержкой психического развития.....	14
Выводы по первой главе.....	18
Глава 2. Эмпирическое исследование школьной тревожности младших школьников с задержкой психического развития	19
2.1 Организация и методика проведения исследования	19
2.2 Констатирующий эксперимент и его анализ.....	21
Выводы по второй главе.....	31
Глава 3. Реализация комплекса занятий по психологической коррекции школьной тревожности детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития	34
3.1 Теоретические основы формирующего эксперимента	34
3.2 Содержание программы психологической коррекции школьной тревожности детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития.....	35
3.3 Контрольный эксперимент и его анализ.....	41
Выводы по третьей главе.....	50
Заключение	52
Список литературы	54
Приложение.....	61

Введение

Актуальность исследования.

Эмоции – это психический процесс, в виде реакции человека на определенную ситуацию, происходящую с ним. Эмоции могут проявляться в различных состояниях. Играют большую роль в структуре личности человека, принимают участие в регуляции деятельности; дают возможность человеку оценивать происходящее вокруг и внутри него. Эмоциональная сфера является значимой составляющей в процессе развития человека, так как благополучное эмоциональное состояние неразрывно связано с совершенствованием интеллектуальной, социальной и других сфер деятельности.

В настоящее время большинство детей имеют проблемы, связанные с тревожным состоянием. Проблема тревожности рассматривается в работах Ч. Спилбергера, З. Фрейда, К. Хорни, А. М. Прихожан и др.

В трудах исследователей, тревога рассматривается как отрицательное эмоциональное переживание, которое является предчувствием опасности, но в этом состоянии можно оставаться рациональным. В отличие от тревоги, тревожность является личностной чертой человека, означающей уменьшение порога чувствительности к различным стрессовым факторам. По мнению, З.Фрейда, тревожность выявляется в длительном ощущении угрозы собственному «Я» в любых ситуациях. Как отмечает автор, отмечает, что тревожность – это склонность индивида к переживанию тревоги, характеризующаяся низким порогом возникновения ответной реакции на опасность. Тревожность является важным фактором сопровождения развития личности, активности ее поведения и деятельности.

В возрастной психологии младший школьный возраст рассматривается как один из сложных периодов становления личности, что объясняется наступлением у детей кризиса семи лет (Л. И. Божович, В. С. Мухина и др.). Однако, при этом, психологи считают данный период наиболее «эмоционально насыщенным».

С каждым годом число детей с тревогой растет. Особенно тревога усиливается при поступлении ребенка в школу. Много факторов способствуют появлению тревоги у школьника. Это, и, новая обстановка, и, новая деятельность, и, новые отношения со взрослыми и сверстниками. Для детей с задержкой психического развития эта проблема наиболее актуальна в силу особенностей эмоционально-волевой сферы.

Эмоциональное развитие младших школьников с задержкой психического развития характеризуется особенностями, которые зависят от возраста, этиологии, а также от социальной среды. Все это свидетельствует о необходимости изучения особенностей проявлений школьной тревожности у данной категории детей. В этом и заключается актуальность проблемы исследования.

Цель исследования: выявить особенности проявления школьной тревожности младших школьников с задержкой психического развития и провести психокоррекционную работу, направленную на ее снижение.

Объект исследования: школьная тревожность детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития.

Предмет: психологическая коррекция школьной тревожности детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития.

Гипотеза исследования: младшие школьники с задержкой психического развития имеют повышенный уровень школьной тревожности. Использование разработанной нами программы психологической коррекции школьной тревожности окажет положительное влияние на ее снижение у данной категории испытуемых.

Задачи исследования:

1. Проанализировать психологическую литературу по проблеме исследования и определить её современное состояние;
2. Выявить особенности проявления школьной тревожности младших школьников с задержкой психического развития;

3. Разработать, апробировать программу психологической коррекции школьной тревожности детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития, проверить ее эффективность.

Для реализации комплекса поставленных задач были использованы следующие **методы исследования**: в ходе исследования применялись теоретические методы, которые включали в себя: аналитический обзор литературы, систематизация научных представлений по проблеме исследования, а также эмпирические методы, которые включают в себя подбор валидных методик для проведения исследования, количественный и качественный анализ полученных данных.

Так же в работе были представлены следующие психодиагностические методики:

1. Проективная методика для диагностики школьной тревожности А.М. Прихожан (1982);
2. Проективная методика «Рисунок школы»;
3. Методика «Метод незаконченных предложений» Петренко В.Ф.;
4. Метод экспертных опросов педагогов и родителей учащихся.

Базой исследования явилась МОБУ «СШ №65» г. Красноярск. Выборку исследования составили дети 2 класса в количестве 30 человек. Возраст детей 8 – 9 лет. Все дети с задержкой психического развития (по результатам заключений ПМПК).

Этапы реализации исследования:

1 этап (сентябрь 2020г.) – анализ литературы по проблеме исследования. Обоснование современного состояния проблемы исследования, определение объекта и предмета исследования, формулировка проблемы.

2 этап (октябрь 2020г.) – осуществлялся подбор диагностического инструментария. Проведение констатирующего эксперимента с количественным и качественным анализом полученных результатов исследования.

3 этап (ноябрь 2020г. – январь 2021г.) – теоретическое обоснование, разработка и реализация программы психологической коррекции школьной тревожности детей младшего школьного возраста задержкой психического развития.

4 этап (февраль 2021г. – март 2021г.). Сравнительный количественный и качественный анализ полученных результатов исследования. Определение эффективности реализации программы психологической коррекции школьной тревожности детей младшего школьного возраста задержкой психического развития.

5 этап (апрель 2021г. – май 2021г.). Формулирование выводов. Оформление текста выпускной квалификационной работы.

Теоретическая значимость исследования: заключается в том, что результаты данного исследования позволяют расширить научные представления об особенностях проявления школьной тревожности младших школьников с задержкой психического развития, что обогащает теоретические вопросы общей и специальной психологии.

Практическая значимость: полученные результаты исследования могут быть полезны педагогам и психологам при организации психологической коррекции школьной тревожности младших школьников с задержкой психического развития.

Структура работы: работа включает в себя введение, три главы, заключение, список используемых источников и приложение. Общий объем составляет 67 страниц.

Глава 1. Теоретический анализ изучения проблемы школьной тревожности

1.1 Анализ проблемы изучения школьной тревожности в психологии

Проблема школьной тревожности всегда была объектом изучения многих ученых. Гуткина Н. И. рассматривала школьную тревожность как психическое свойство. По мнению автора, школьная тревожность характеризуется низким порогом её возникновения и проявляется в личностной особенности ребенка к переживанию возникшей тревоги [17].

Другой психолог, Й. Швайцара, говорил, что тревога определяется как негативное эмоциональное состояние. Это состояние может возникать в ситуации опасности. Она приводит человека в состояние эмоционального напряжения, беспокойства и др. Как правило, тревога является следствием определенного раздражителя или ситуации, представляющей собой опасность. Первопричина тревоги для человека остается неосознанной. Тревога связана с преобладающими мотивами и потребностями личности, предназначенными для регулирования поведения опасной ситуации [18].

Астапов В. М. рассматривал тревогу как сочетание познавательных, эмоциональных и поведенческих реакций. Эти реакции возникают вследствие воздействия на человека неблагоприятных факторов. Факторами могут выступать как внешние раздражители (ситуация, конкретный человек и др.), так и внутренние (актуальное эмоциональное состояние и др.) [2, с.28].

Традиционно, тревожность рассматривается как эмоциональное состояние. Это эмоциональное состояние может выражаться в поведении человека, поскольку появляется состояние тревоги, которое и определяет действия и поступки человека. Человек может иметь высокий или низкий уровень тревожности. Так, если он имеет высокий уровень тревожности, то он в большей степени подвержен воздействиям окружающей среды. При этом весь окружающий мир воспринимается им как источник опасности.

Люди с низким уровнем тревоги в меньшей степени подвержены влиянию негативных факторов [5, с.135].

Тревожность можно рассматривать как индивидуальную особенность личности. Дерманова И. Б. говорит о том, что тревожность можно с одной стороны считать, как индивидное свойство человека, с другой, как личностное [19, с. 98].

В. С. Мерлин рассматривал тревожность как обобщенную характеристику психической деятельности, которая связана с нервными процессами и может рассматриваться как изменяющееся психическое свойство темперамента [6, с. 156].

В трудах К. Хорни, Г. Салливана и др. тревожность рассматривалась как результат фрустрации межличностной надежности со стороны ближайшего окружения [59].

В своих трудах А. М. Прихожан выделила типы тревожности:

– тревожность, как склонность к ожиданию неблагоприятного развития событий в различных видах деятельности и общения;

– беспредметная тревожность (врожденная), как переживание, не связанное с конкретными ситуациями или объектами. Данный вид тревожности связан с особенностями нервной системы.

Таким образом, Прихожан А.М. пришла к выводу, что одна часть людей генетически предрасположены к формированию тревожности, а у других тревожность приобретает в связи с особенностями формирования личности в индивидуальном жизненном опыте [64, с.234].

Кроме этого, А. М. Прихожан выделила формы открытой тревожности:

– острая, неконтролируемая или слабо контролируемая тревожность.

По мнению автора, такая форма тревоги может привести к дезорганизации деятельности человека, проявляется в импульсивных действиях и поступках;

– контролируемая (компенсируемая) тревожность. Данная тревожность может выступать в качестве стимула к деятельности;

– культивируемая тревожность, связана с поиском вторичной выгоды с помощью тревожности. Следует отметить, что данная форма тревожности проявляется лишь в подростковом возрасте, поскольку требует осознанности и личностной зрелости [64, с. 222].

Кроме этого Прихожан А.М. выделяла скрытую тревожность. Как правило, данный вид тревожности не осознается и проявляется в излишнем спокойствии, отрицании ее через специфические формы поведения (раскачивание касание волос, постукивание пальцами, и т.д.) [39, с.222].

Кочубей Б. И. рассматривал тревожность совместно с базовыми личностными потребностями, которые противостоят друг другу. Неудовлетворение актуальных потребностей человека, приводит к появлению тревожности, что влечет за собой снижение эффективности деятельности. Это приводит к отрицательным самооценкам и неодобрительным оценкам со стороны окружающих, что объясняется появлением тревоги в подобных ситуациях. Чаще всего возникшая тревожная проявляется в таких формах поведения, как агрессивность, лживость, склонность к подчинению и др. [38, с.115].

Причинами возникновения тревожности у детей выступают:

– внутриличностные конфликты, прежде всего, связанные с оценкой собственной успешности в различных сферах деятельности (Б. И. Кочубей, Е. В. Новикова и др.);

– нарушения внутрисемейного или внутришкольного взаимодействия, а также взаимодействия со сверстниками (А. И. Захаров, А. М. Прихожан, А. С. Спиваковская и др.);

– соматические нарушения (Ю. В. Щербатых, П. И. Ивлева и др.) [23,с.67].

Таким образом, в результате анализа литературы мы выяснили, что источником тревоги у ребенка выступает все то, что нарушает его взаимоотношения с окружающими людьми. Это может быть чувство неуверенности в себе по отношению к окружающим взрослым и

сверстникам, внутриличностные и семейные конфликты, страх школы, соматические заболевания и др. влияющие на появление данных фактов и определяющие появление тревожности у детей.

1.2. Особенности проявления школьной тревожности детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития

В возрастной психологии общепринято возраст семи лет знаменовать началом периода младшего школьного возраста. Младший школьный возраст становится одним из трудных периодов в жизнедеятельности ребенка, что связано с множеством изменений, происходящих в его жизни, и, прежде всего, связано с поступлением ребенка в школу. Поступление в школу, важный и ответственный момент, требующий от ребенка эмоциональных затрат. Соответственно, новый уклад жизни, новый режим дня школьника отражается на его эмоциональном состоянии и психологическом самочувствии [50, с.34].

Захаров А.И. рассматривал тревожность как эмоциональное состояние. В описании особенностей эмоциональной сферы младших школьников с задержкой психического развития автор опирался на классификацию К.С. Лебединской, где подробно были охарактеризованы четыре основных типа задержки психического развития [25, с.133].

Первый тип детей с задержкой психического развития конституционального генеза. Данный тип характеризует эмоциональную сферу таких детей в большей степени, как схожую с эмоциональной сферой нормально развивающихся сверстников данного возраста. Однако, автор выделяет некоторые личностные особенности данного типа, такие как, преобладание эмоций в поведении, приоритет игры над учебной деятельностью, меняющийся фон настроения, повышенная внушаемость, низкий уровень самостоятельности. Все вышеперечисленные особенности эмоциональной сферы затрудняют детям нормально адаптироваться в

школьных условиях. Большинство ученых, занимающихся исследованием детей с задержкой психического развития (В.В. Ковалев, Т.Е. Сухарева, К.С. Лебединская), отмечают влияние негативных факторов на формирование патологического становления личности по неустойчивому типу [24, с.110].

Второй тип детей с задержкой психического развития соматогенного происхождения, вызванный продолжительной астенией, вследствие длительных хронических заболеваний или пороков развития позволяет выделить следующие особенности эмоциональной сферы: замедленный рост развития активных форм деятельности, проявление невротических признаков (дети неуверенны в себе, боязливы и капризны). Эти признаки являются основой для формирования школьной тревожности [40, с.208].

Следующий тип задержки психического развития психогенного происхождения. При данном типе задержки психического развития дети находятся длительное время в психотравмирующих условиях, вследствие чего страдает нервнопсихическая сфера ребенка и происходит патологическое формирование личности. При условиях безнадзорности и отсутствии надлежащего внимания со стороны родителей, у детей могут проявляться некоторые личностные особенности: они импульсивны, безответственны, неспособны контролировать собственные желания. В условиях же сильной опеки и повышенного внимания, стремление родителей ограничить ребенка от действий и жестокий и грубый авторитаризм, порождает такие черты в личности ребенка как: робость, несамостоятельность, тревожность и боязливость [13, с.145].

Последний тип задержки психического развития церебрально-органического генеза, первопричиной которого является органическое поражение центральной нервной системы, корковых областей и незрелости функциональных систем мозга. Характерные особенности детей данного типа: малая эмоциональная насыщенность, незаинтересованность в оценке своей деятельности, частые перепады настроения. Также есть дети с преобладанием повышенной эйфории, импульсивности и расторможенности.

Кроме этого, у детей отмечается пониженный фон настроения, боязливость и большое количество страхов, влекущих за собой формирование тревожности [41, с.89].

В исследовании Л. Н. Костиной, описываются особенности эмоциональной сферы младших школьников с задержкой психического развития и в норме в учебном процессе. В результате таких исследований автором был сделан вывод о том, что школьники с задержкой психического развития имеют большую тревожность по отношению к учебной деятельности по сравнению с их сверстниками в норме. Л.Н. Костина полагала, что дети с задержкой психического развития имеют большую подверженность страхам и тревожности исходя из особенностей эмоциональной сферы, а также их компенсаторных процессов [37, с.123].

Дети с задержкой психического развития имеют следующие особенности эмоциональной сферы: менее жизнерадостны, преобладают страх и гнев, пугливы из-за слабой подвижности нервных процессов, обращают большое внимание на отношение других к себе и свою позицию среди класса, имеют установку на зависимые формы поведения, как способ избавления от ощущения своей неполноценности. Они тяжело реагируют на непринятие их ближайшим окружением, что может привести к внутриличностному конфликту в процессе принятия себя. Данные качества могут сопровождаться у детей с задержкой психического развития высоким уровнем школьной тревожности [13, с.177].

Дети с высоким уровнем тревожности чьи родители ставят перед ним непосильные для выполнения задачи, а в случае неудачи наказывают, имеют низкую самооценку и ожидание негативной реакции от окружающих с повышенной тревожностью часто наблюдается низкая самооценка, вследствие чего они ожидают негатив со стороны окружения. Такие дети очень остро относятся к своим неудачам, если работы вызывает у них трудности, то они отказываются от неё и не доводят до конца. Поведение детей на занятиях и вне их отличается и имеет некоторые особенности,

которые вызывают у них дискомфорт. На занятиях можно наблюдать у младших школьников с задержкой некоторую зажатость, боязнь и напряженность, дрожащий голос, а также заикание. Речевая деятельность характеризуется быстрым темпом, замедленностью и затруднениями в произношении. Чтобы снять эмоциональное напряжение дети используют различные манипуляции с вещами и телом [11, с. 22].

Школьная тревожность у младших школьников может является признаком дезадаптации и оказывать негативное влияние на жизнедеятельность ребенка во всех сферах [10, с.45].

Под школьной тревожностью, понимается вид тревожности, который проявляется в процессе взаимодействия ребенка со школой. На появление тревожности у ребенка влияют учебные условия, в которых он находится, а также его личностные особенности. Такой вид тревожности может превратится в психическое свойство личности. Её высокий уровень не позволяет ребенку полноценно проявлять себя в учебной деятельности.

Факторы, которые влияют на появление школьной тревожности:

- повышенная учебная нагрузка;
- трудности в усвоении школьной программы;
- завышенные ожидания родителей;
- недоброжелательные взаимоотношения с учителями;
- частые проверки знаний с помощью оценок;
- трудности в принятии ребенка коллективом, смена школьного коллектива [11, с.32].

Таким образом, мы установили, что дети с задержкой психического развития имеют особенности эмоциональной – волевой сферы, которые выступают следствием формирования школьной тревожности и проявляются в особенностях поведения, взаимодействия ребенка с окружающими.

1.3. Современное состояние изучения проблемы школьной тревожности младших школьников с задержкой психического развития

Проблема изучения тревожности детей с задержкой психического развития на данный момент времени ещё не полностью рассмотрена, хоть и особенностям развития таких детей уделяется большое количество исследований в научной литературе. Число ученых, занимающихся исследованиями тревожности детей с нормой и с задержкой развития, значительно увеличивается с каждым годом. Но, несмотря на это, специфика проявления тревожности в данной категории детей ещё не стала предметом пристального изучения. Растущее число детей с задержкой психического развития, нуждающихся в коррекции эмоционально-волевой сферы, а также необходимость оценки тревожности с помощью единого подхода, выделяют проблему изучения тревожности детей с задержкой психического развития на первый план. Современные исследования требуют выявления адекватных способов коррекции тревожности детей с задержкой психического развития как в учебной, так и повседневной жизнедеятельности, поскольку решение проблемы школьной тревожности позволит преодолеть вопросы, связанные с успеваемостью детей, с повышением самооценки, формирования эффективных навыков общения с окружающими [23, с. 112].

Обобщая выше изложенные результаты исследований, можно выделить обобщенную характеристику младших школьников с задержкой психического развития. Так, к особенностям эмоциональной сферы этих детей следует отнести изменчивость настроения, слабовольность, несамостоятельность, повышенную внушаемость, а также личностную незрелость. Кроме этого отмечается частое возникновение состояний беспокойства и возбудимости. В связи с чем, эти дети характеризуются как подвижные и шумные. Они нарушают дисциплину, трудно адаптируются в коллективе. В общении со взрослыми могут быть, с одной стороны, ласковы, а порой, даже, назойливы, а с другой стороны, конфликтны и грубы. Чувства

раскаяния и обиды у них неглубоки и кратковременны. При психической «тормозимости» наряду с личностной незрелостью особенно проявляется несамостоятельность, нерешительность, робость, медлительность. Такие дети в учебной деятельности стесняются выступить у доски, не поднимают руку, часто не отвечают, даже зная правильный ответ. Низкие оценки и замечания могут вызвать у них слезы и другие эмоциональные аномалии.

Для всех младших школьников с задержкой психического развития характерны частые проявления беспокойства и тревоги. Чаще всего эти состояния возникают, когда родители ставят перед ними непосильные задачи. В случае неудачи их, как правило, наказывают, унижают, вследствие чего тревожные дети чувствительны к своим неудачам и остро реагируют на них. У таких детей можно заметить заметную разницу в поведении на занятиях и вне занятий. Вне занятий они общительные и непосредственные дети, на занятиях – зажатые и напряжены. Отвечают на вопросы взрослого тихим голосом, могут даже начать заикаться.

Речевой процесс характеризуется как быстрый и активный, так и может быть замедленный. Могут встречаться заикание, трудности звукопроизношения. Кроме этого, у детей с задержкой психического развития, психологи отмечают манипуляции с предметами или даже с телом. Дети, имеющие тревожность имеют склонность к вредным привычкам, носящим невротический характер. Они могут грызть ногти, сосать пальцы и др. Совершая манипуляции с собственным телом, дети успокаивают себя и снимают эмоциональное напряжение. Одним из способов распознавания тревожности у детей является рисование. Рассматривая их рисунки можно выделить некоторые признаки, которые отражают наличие тревожности у детей: обилие штриховки, сильный нажим, размер изображений маленький, застревание на деталях.

Движения и поведение тревожных детей имеет свои специфические черты. Лицо, как правило, серьезное, сдержанное. Глаза опущены. Дети стараются не совершать лишних движений, сидят аккуратно, предпочитают

не быть в центре внимания. Они обычно стеснительны, скромны и застенчивы даже при знакомых людях [21].

Школьники с задержкой психического развития более успешно справляются с определением внешних выражений эмоций у других людей, однако при этом имеют существенные трудности в описании собственного эмоционального состояния в какой-либо ситуации [55].

Приведенные данные свидетельствуют о том, что у младших школьников с задержкой психического развития отмечается недоразвитие эмоциональной сферы. С большей вероятностью, чем у сверстников в норме, у них встречается импульсивность в поведении, уровень регуляции произвольности зависит от сложности выполняемой ими деятельности. Большое значение имеет звено программирования и наличие конфликтной ситуации (когда нужно действовать согласно намеченному плану, несмотря на условия). Развитие личности характеризуется низкой самооценкой, неуверенностью в себе и своих действиях [88].

В исследованиях С.Н. Троценко и Т.Н. Филютина отмечается, что почти у всех учащихся начальной школы, имеющих задержку психического развития, выявляется высокий уровень школьной тревожности. При этом, некоторые из школьников выражают ситуативную тревожность, а у большей половины прослеживается устойчивая личностная тревожность [37, с.121].

Вдобавок, авторы выявили периодичность присутствия факторов школьной тревожности у младших школьников с задержкой психического развития: преимущественно часто встречающимися факторами стали страхи и проблемы в отношениях с педагогами; боязнь оценивания знаний; общая тревожность при нахождении в школе; тревожность в ощущении потребности достижения успеха; переживание социального стресса; низкая самооценка; беспокойство; боязнь самовыражения; межличностное напряжение, а также страх несоответствия ожиданиям окружающих людей и

вегетативные реакции, низкая физиологическая сопротивляемость стрессу [91, с.270].

С.Н. Троценко и Т.Н. Филютина пришли к выводу, что школьникам с задержкой психического развития необходимо своевременное получение психологической коррекционной помощи, так как нескорректированная тревожность несет отрицательное влияние на все стороны жизни ребенка: касающихся как учебной, так и вне учебной деятельности [33].

Таким образом, в результате анализа литературы мы пришли к выводу, что особенностями тревожности младших школьников с задержкой психического развития является то, что у них это относительно устойчивое образование; при этом тревожность таких учеников во многом связана с внешней системой оценивания. Работу по преодолению школьной тревожности необходимо ориентировать на формирование внутренней системы оценивания, что будет способствовать предупреждению возникновения и закрепления тревожных состояний у младших школьников с задержкой психического развития.

Что же касается непосредственно школьной тревожности, то в отличие от нормально развивающихся школьников, у детей с задержкой психического развития отмечается более широкий спектр проявлений данного состояния. На вербальном уровне признаками школьной тревожности являются высказывания по типу «Я боюсь» (и смысловые эквиваленты), «Я не знаю» (и смысловые эквиваленты) и «Я не буду отвечать» (и смысловые эквиваленты) [90, с.45].

При выражении невербальных признаков школьной тревожности фиксируется покраснение лица; взгляд направленный в сторону; трясущиеся руки, покусывание ручки или карандаша, прерывистый голос, вопросительная интонация в утвердительных предложениях и др.

Выводы по первой главе

Данная глава посвящена теоретическому обзору проблемы изучения тревожности младших школьников с задержкой психического развития.

В ходе теоретического анализа психологической и специальной литературы, мы пришли к следующим выводам: тревожность – это устойчивая индивидуальная характеристика, отражающая предрасположенность субъекта к тревоге и предполагающая наличие у человека склонности к восприятию достаточно широкого спектра ситуаций в качестве угрожающих, требующих ответа в виде определенной реакции.

В младшем школьном возрасте распространенными причинами тревожности выступают проверка знаний, ответ учащегося перед классом и боязнь ошибки, что может вызвать критику учителя и смех одноклассников, получение плохой отметки, неудовлетворенность родителей успеваемостью ребенка и др.

Тревожность у младших школьников проявляется на психологическом и физиологическом уровне. На психологическом уровне ощущается как напряжение, беспокойство, нервозность и др. Может появляться в ухудшении соматического здоровья; нежелании ходить в школу или опоздать; противоположная форма проявления школьной тревожности – излишняя старательность детей при выполнении заданий, которая характеризуется многократным переписыванием классных и домашних работ, проведением большого количества времени за домашним заданием и др.

Школьная тревожность младших школьников с задержкой психического развития в отличие от нормально развивающихся сверстников характеризуется более широким спектром и частотой проявлений данного состояния. Тревожность в младшем школьном возрасте не является устойчивой чертой характера и относительно обратима при проведении психолого-педагогических мероприятий.

Глава 2. Эмпирическое исследование школьной тревожности младших школьников с задержкой психического развития

2.1 . Организация и методика проведения исследования

Проведенный анализ литературы по поставленной проблеме показал, что:

1. дети с задержкой психического развития часто проявляют страх и боязнь;
2. для детей с задержанным психическим развитием характерна личностная и ситуативная тревожность;

На основании данных выводов нами был организован констатирующий эксперимент, целью которого явилось выявление уровня школьной тревожности, а также особенностей ее проявления в поведении у детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития.

На основании цели нами были определены задачи констатирующего эксперимента:

1. Подобрать диагностические методики для изучения особенностей проявления тревожности детей с задержкой психического развития;
2. Выявить и описать особенности проявления школьной тревожности младших школьников с задержкой психического развития;
3. Сделать обобщающие выводы.

Исследование проводилось на базе МБОУ «Средняя школа № 65» г. Красноярск. В эксперименте принимали участие 30 учеников 2-х классов. Все дети с задержкой психического развития на основании заключения ПМПК. Были сформированы 2 группы: экспериментальная (15 человек 2 «а» класса) и контрольная (15 человек 2 «б» класса). Приложение 1

Возраст участников 8 – 9 лет.

Для реализации поставленных целей и задач использовался комплекс методов:

- беседа, направленная на установление позитивных отношений с испытуемыми и на получение первичной информации о них;
- метод наблюдения с целью оценки эмоционально-личностных особенностей испытуемых;
- тестовые методики.

Работа включала следующие этапы исследования:

1. Подготовительный этап;
2. Психодиагностический этап;
3. Аналитический этап.

1. Подготовительный этап. На этом этапе нами были изучены анамнестические сведения на каждого ребенка (15 учеников 2 «а» класса, и 15 учеников 2 «б» класса с задержкой психического развития). Проведены ознакомительные беседы с классными руководителями и учащимися, которые позволили установить доверительные отношения с выше обозначенными группами испытуемых. Кроме того, большое значение имел для нашего исследования метод наблюдения, который дал возможность пронаблюдать за учащимися во время учебных занятий, а также во время внеурочных занятий. Данная информация играла важную роль при оценке уровня школьной тревожности у детей.

2. Психодиагностический этап. С целью определения уровня школьной тревожности учащихся младшего школьного возраста с задержкой психического развития нами были отобраны следующие методики:

Проективная методика для диагностики школьной тревожности

А.М. Прихожан [63].

Цель методики: выявить уровень школьной тревожности учащихся начальной школы.

Эта методика позволяет выявить уровень школьной тревожности учащихся. Ребенку предлагался набор из 12 рисунков (для мальчиков и для девочек наборы рисунков разные). На каждой картинке нарисованы люди, но без лиц, и ребенку предлагалось придумать настроение для каждого лица.

При выполнении этого задания обращалось особое внимание на тех ребят, ответы которых считались «неблагополучными» и их количество было 6 и более [63].

Проективная методика «Рисунок школы» [35].

Методика позволяет определить отношения ребенка к школе и уровень школьной тревожности. Приложение 2

Методика «Метод незаконченных предложений» Петренко В.Ф[56].

Методика позволяет выявить особенности эмоционального отношения школьников к различным компонентам образовательной среды. Приложение 3

«Метод экспертных опросов педагогов и родителей учащихся» [82].

Метод экспертных опросов позволяет получить информацию о симптомах тревожности, проявляющихся во взаимодействии с учителями и родителями.

Цель методики: диагностика школьной тревожности с помощью анализа ее поведенческих проявлений.

Интерпретация: при обработке результатов нами учитывалось количество «неблагоприятных» оценок, данных родителями или педагогами. Приложение 4

Данные методики позволили нам выявить особенности проявления школьной тревожности учащихся.

2.2. Констатирующий эксперимент и его анализ

Целью констатирующего эксперимента выявление уровня школьной тревожности, а также особенностей ее проявления у младших школьников с задержкой психического развития.

В эксперименте выделялись следующие задачи:

1. Изучить и определить методы исследования.
2. Сформировать контрольную и экспериментальную группы.

3. Провести констатирующий эксперимент.
4. Выявить уровень школьной тревожности и особенности ее проявления у детей контрольной и экспериментальной групп.
5. Проанализировать и оформить результаты исследования.

Результаты исследования школьной тревожности у младших школьников с помощью проективной методики А.М. Прихожан представлены в гистограмме 1.

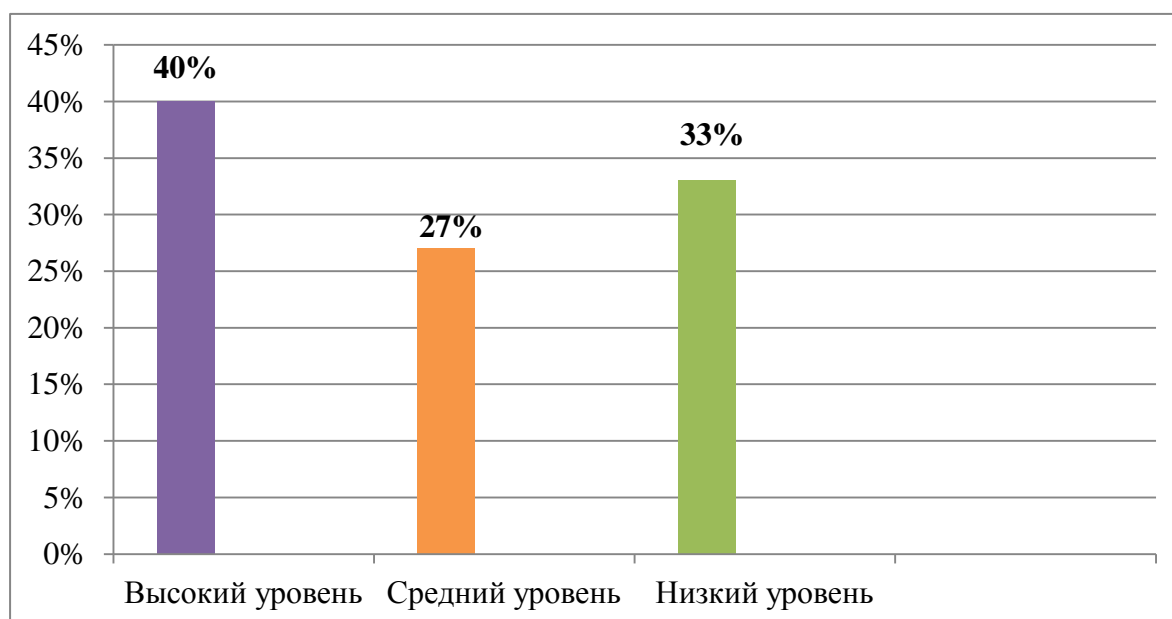


Рисунок 1. Гистограмма 1. Результаты исследования детей контрольной группы, по методике «Диагностика школьной тревожности А.М. Прихожан», констатирующий этап эксперимента

В результате исследования контрольной группы испытуемых мы получили следующие данные: у 40% (6 человек), наблюдается высокий уровень тревожности, 27% (4 человек) продемонстрировали средний уровень тревожности, у 33% (5 человек) тревожность отсутствует.

Результаты исследования экспериментальной группы показали, что 53% (8 человек) имеют высокую тревожность, средний уровень выявлен у 33% (5 человек), у 14% (2 человека) тревожность отсутствует.

Выявленные результаты представлены в гистограмме 2.

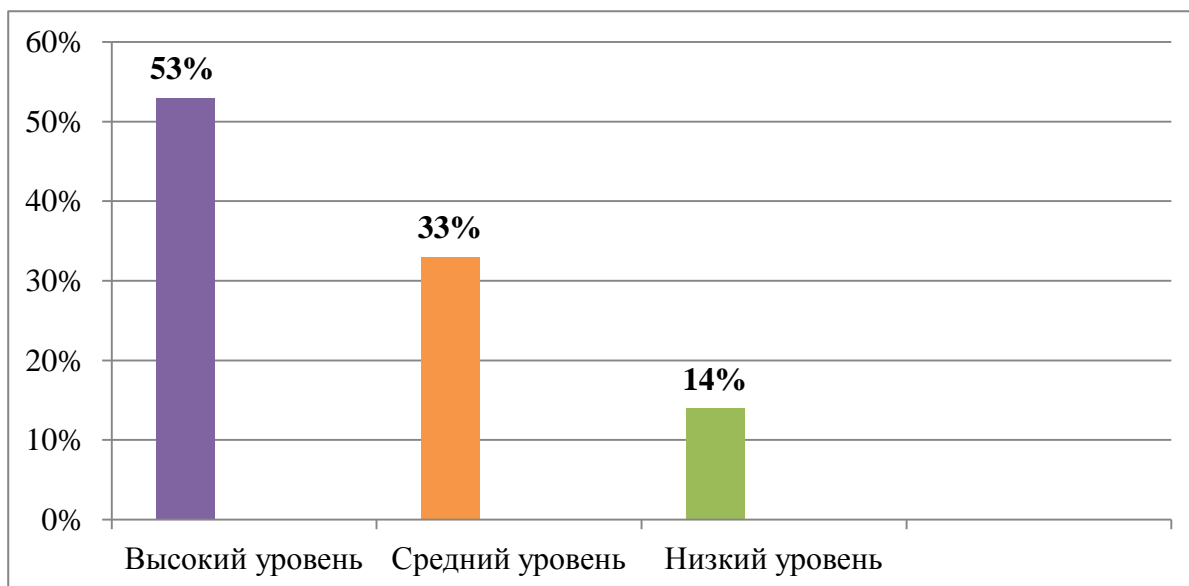


Рисунок 2. Гистограмма 2. Результаты исследования детей экспериментальной группы по методике «Диагностика школьной тревожности А.М. Прихожан», констатирующий этап эксперимента

Из результатов исследования можно сделать вывод о том, что у детей из контрольной и экспериментальной групп преобладают высокий и средний уровень тревожности.

Как правило, высокий уровень школьной тревожности связан с теми ситуациями, где обучающийся находится в контакте с педагогом, сверстниками и родителями, а именно в ситуациях под номером 1,3,4,5,7,8. На вопрос «Почему ты выбрал грустное лицо?» дети давали следующие ответы:

- «Мама ругается на него (нее)»;
- «Потому что, другие ребята не разговаривают/не играют с ним (ней);
- Учитель проверяет его домашнюю работу, и может поставить «2»;
- Потому что у него нет друзей;
- Потому что ругается учительница;
- Потому что мама злая и ругается;
- Он (она) получил(а) «2» и его(ее) ругает учитель;
- Потому что она одна, с ней никто не общается;

Эти ответы мы можем перенести также на реальные жизненные ситуации, когда ребенок испытывает эмоциональный дискомфорт в этих ситуациях.

Дети, показавшие высокую тревожность в своем поведении, были очень сильно напряжены, их действия в процессе выполнения задания методики носили невротический характер: отмечалось перебирание пальцев рук, подергивание ногами, некоторые дети грызли ногти, не смотрели в глаза. Как правило, их взгляд был направлен вниз, либо они уводили взгляд в сторону, долго выстраивали ответ на вопрос, боясь ответить неправильно.

Дети со средним уровнем школьной тревожности характеризовались небольшим волнением, скованностью в движениях. Они, как правило, были застенчивы, смущены, но при знакомстве расслаблялись. Учащалось дыхание, потели ладони. Наблюдалось почесывание затылка.

Таким образом, мы видим, у детей обеих групп, на основании их ответов, выявлены проблемы и страхи в отношениях с учителями, страх ситуации проверки знаний, эмоционального дискомфорта в отношениях со сверстниками, а также страх неприятия и наказания со стороны родителей.

Результаты методики «Рисунок школы» Л. Паньковой представлены далее. При рисовании школы мы задавали ребенку вопросы по рисунку, ответы детей фиксировались в протоколе. По данной методике исследуется эмоциональное отношение к школе и к процессу учения.

В результате проведения исследования контрольной группы по методике «Рисунок школы» Л. Паньковой, были получены следующие данные: для 46% (7 человек) респондентов контрольной группы характерен высокий уровень школьной тревожности, у 21% детей (3 человек) средний уровень школьной тревожности, низкий уровень отмечен у 33% (5 детей) Выявленные результаты представлены в гистограмме 3.

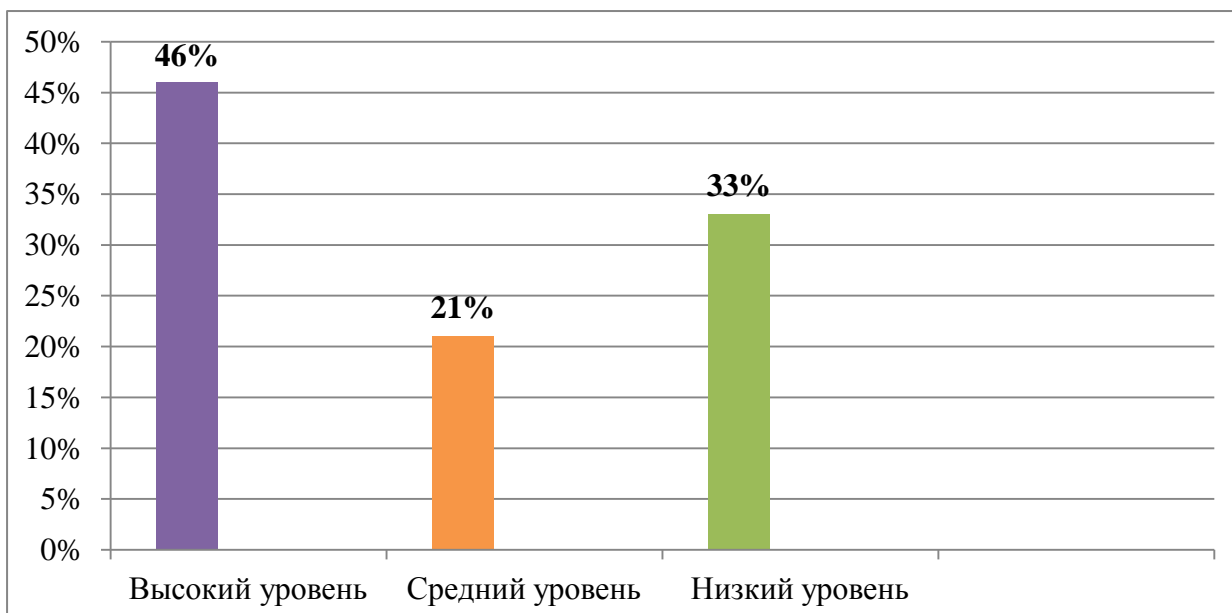


Рисунок 3. Гистограмма 3. «Результаты исследования детей контрольной группы по методике «Рисунок школы Л. Паньковой, констатирующий этап эксперимента»

В результате диагностики экспериментальной группы по методике «Рисунок школы» Л. Паньковой, были получены следующие данные: для 53% (8 человек) испытуемых контрольной группы характерен высокий уровень школьной тревожности, 33% детей (5 человека) продемонстрировали средний уровень школьной тревожности, низкий уровень отмечен у 14% (2 детей) Выявленные результаты представлены в гистограмме 4.

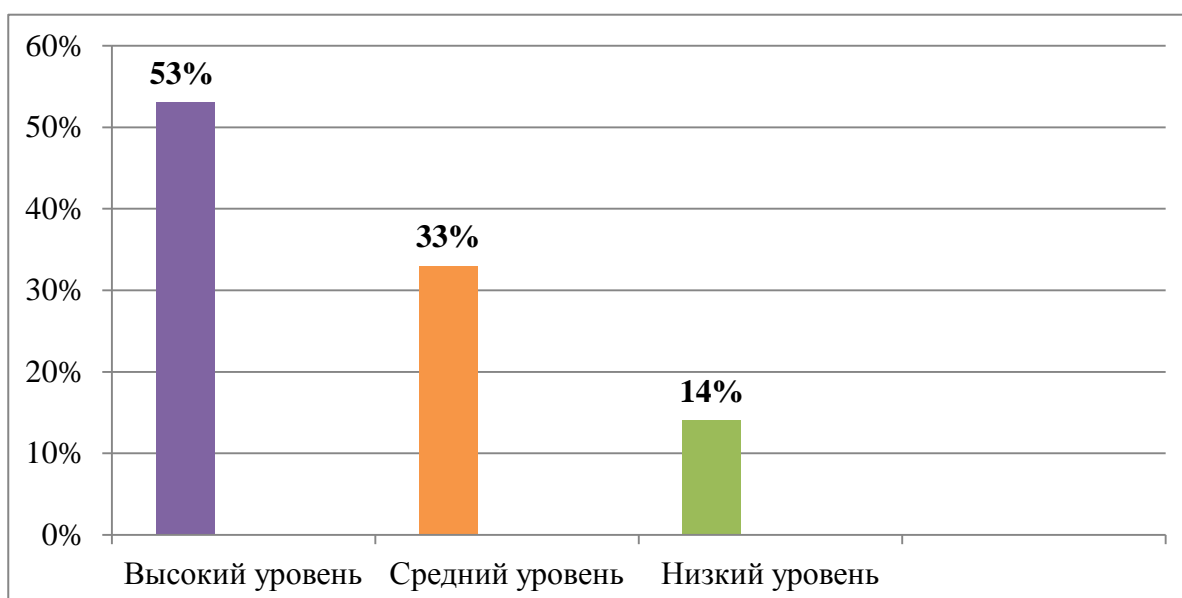


Рисунок 4. Гистограмма 4. Результаты исследования детей экспериментальной группы по методике «Рисунок школы Л. Паньковой», констатирующий этап эксперимента.

Как видим на гистограммах 3 и 4 у детей как контрольной, так и экспериментальной групп преобладает высокий уровень тревожности. Рисунки тревожных детей имели следующие особенности: рисунок находился в нижней части листа, в равной степени в рисунке преобладали тёмные тона. Объекты на рисунке изображены небрежно, в основном схематично. Отмечается сильная штриховка контурной линии. Сюжет рисунка беден. Дети с высоким уровнем тревожности на рисунках не изображали других участников образовательного процесса и себя. Педагог и одноклассники отсутствовали в рисунках.

Признаки среднего уровня школьной тревожности проявлялись в следующих характеристиках: по сюжету рисунка изображены солнце, присутствуют другие участники, причастные к процессу обучения – педагог и одноклассники. Были дети, кто рисовал цветы на столе у учителя подоконниках, деревья на территории школы.

Детей с низким уровнем тревожности демонстрировали следующие характеристики: в рисунках присутствовали светлые тона, свидетельствующие о нормальном эмоциональном состоянии. Линии рисунка прорисованы аккуратно, четко, однако объекты рисунка изображены схематично. Рисунки содержали много деталей, таких как цветы, деревья, шторы на окнах. Положительным моментом выступает факт, что дети в рисунках изображали учащихся, идущих в школу или находящихся в ней, педагогов.

При наблюдении за детьми мы отмечали следующие особенности их поведения в момент выполнения задания. Выполняя рисунок, дети вели себя достаточно скованно, были дети, кто закрывал рисунки рукой. На вопросы отвечали тихо, порой даже не хотели вступать в контакт и отвечать на вопросы, особенно когда вопросы касались взаимодействия с педагогом. Так вели себя дети, рисунки которых содержали характеристики высокого уровня тревожности.

Дети со средним уровнем тревожности в поведении были застенчивы, вели себя спокойно, старательно рисовали – прорисовывали детали, цветы, листики, солнце, траву, деревья, что по интерпретации методики свидетельствует о благополучном отношении детей к школе. В процессе рисования дети интересовались, для чего они рисуют картины, отмечались даже реплики, типа: «Это я рисую на конкурс?»

Таким образом, в результате диагностики мы установили, что у учеников с высоким и средним уровнем школьной тревожности присутствует некая тревога по поводу школьного обучения и представлений о незнакомой для них ситуации, отмечаются трудности в общении с учителем и одноклассниками.

В результате проведения методики «Метод незаконченных предложений» Петренко В.Ф» были проанализированы следующие данные: по данным на гистограмме 5, можно увидеть, что 53% детей (8 человек) из контрольной группы показали высокий уровень школьной тревожности, 33% детей (5 человек) присущ средний уровень школьной тревожности. И у 14 % (2 человека) тревожность отсутствует. Выявленные результаты представлены в гистограмме 5.

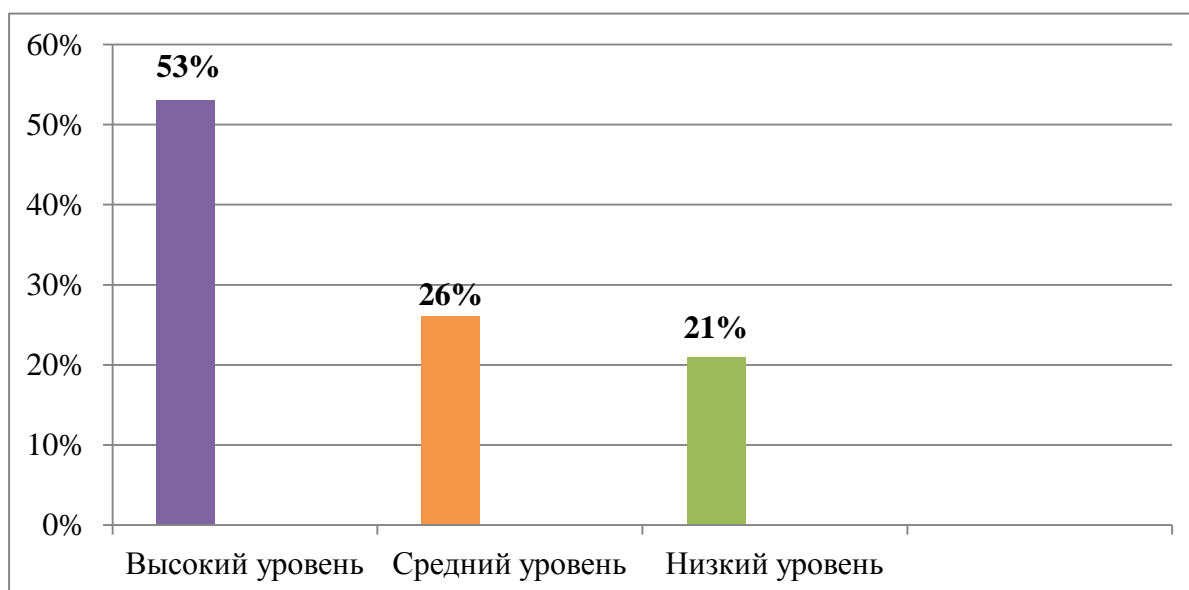


Рисунок 5. Гистограмма 5. Результаты исследования детей контрольной группы по методике «Незаконченные предложения» Петренко В.Ф, констатирующий этап эксперимента

Что касается экспериментальной группы, то 53% детей (8 человек) имеет высокую школьную тревожность. Средний уровень школьной тревожности выявлен у 26% детей (4 человек). У 21% детей (3 человек) тревожность отсутствует. Выявленные результаты представлены в гистограмме 6.

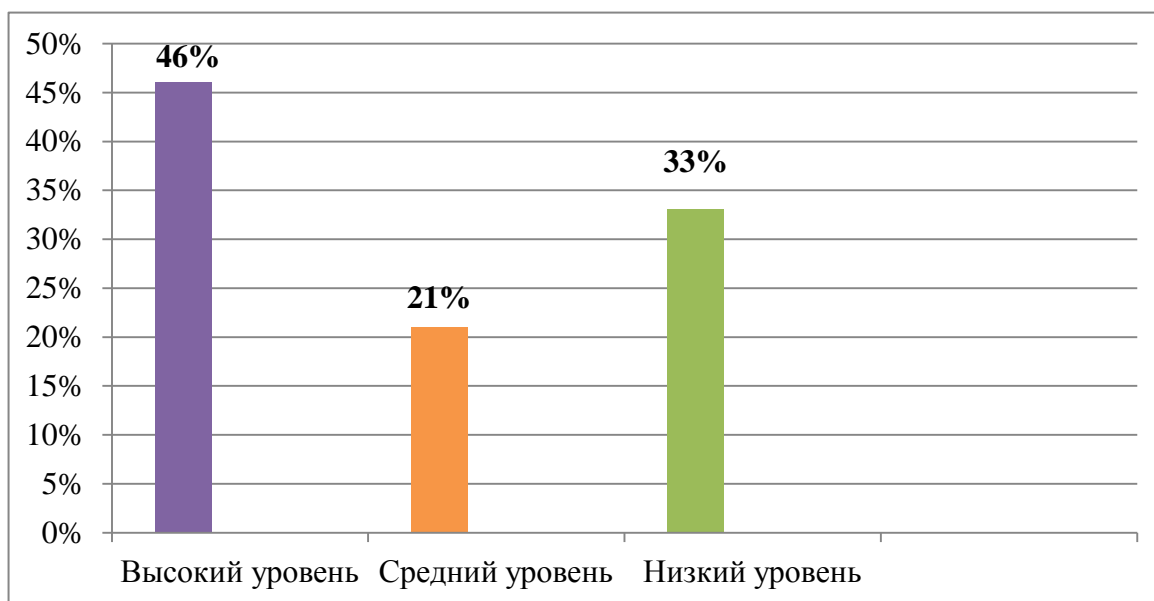


Рисунок 6. Гистограмма 6. Результаты исследования детей экспериментальной группы по методике «Незаконченные предложения» Петренко В.Ф, констатирующий этап эксперимента

Таким образом, у детей экспериментальной группы также, как и у детей контрольной группы преобладает высокий и средний уровни тревожности.

По результатам исследования, дети, показавшие высокий уровень школьной тревожности, давали неблагоприятные ответы в ситуациях, касающихся эмоционального реагирования в отношении школы, образовательного процесса, учителя и родителей. В целом, тревожные дети вели себя достаточно напряженно, быстро уставали в ходе обследования. Многие вопросы, касающиеся школы вызывали у них страх. Дети долго отвечали на вопросы методики, стараясь «придумать» правильный ответ. Кроме этого отмечались такие особенности поведения, как почёсывание головы, потение ладоней и др.

Так, например, дети с высокой тревожностью завершали предложение «Когда я на контрольной....» ответом «.....я волнуюсь», «.....я переживаю», «.....я боюсь получить «2»», «.....у меня болит живот» и др.

Предложение «Если я получу двойку....» завершали следующими высказываниями: «.... меня будут ругать родители», «..... я расстроюсь», «..... наверное, я буду плакать».

Некоторые дети отвечали «отказом» отвечать на вопрос, что свидетельствует о психологических защитах или сознательному стремлению испытуемых к защите личностных границ.

Дети со средним уровнем школьной тревожности были скромны в поведении, сидели ровно за партой, были слегка напряжены, наблюдалась незначительная дрожь в руках. Были дети, кто «застревали» на вопросах относительно взаимоотношений с учителем.

Результаты контрольной группы по методике «Метод экспертных оценок» для педагогов и родителей представлены следующим образом: высокий уровень школьной тревожности выявлен у 40% детей (6 человека), Средний уровень школьной тревожности присущ 27% испытуемых (4 человека). Низкий уровень у 33% (5 человек). Выявленные результаты представлены в гистограмме 7.

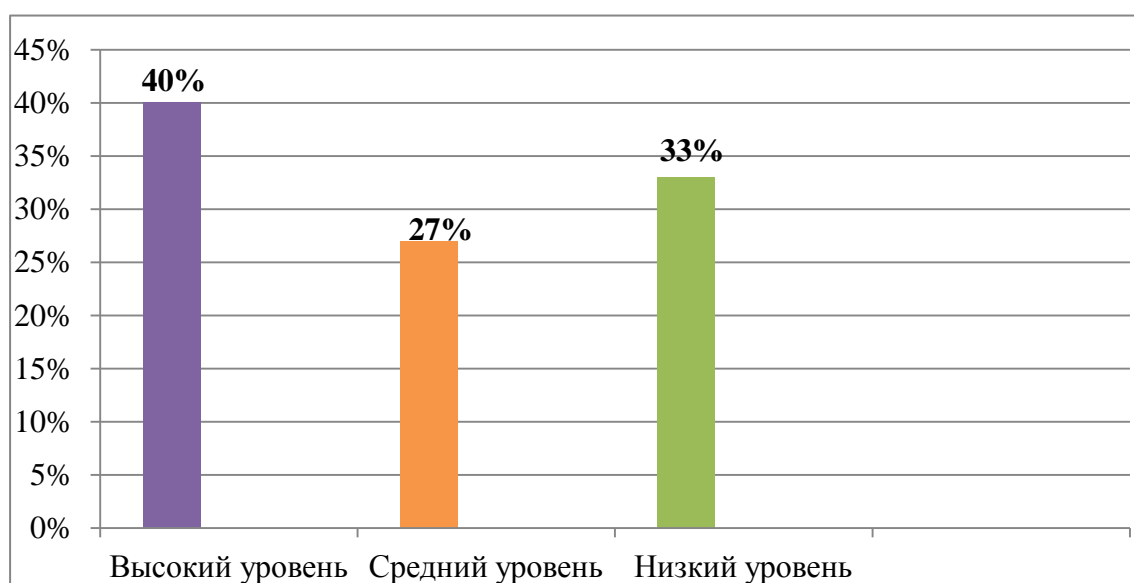


Рисунок 7. Гистограмма 7. Результаты исследования детей контрольной группы по методике «Метод экспертных оценок», констатирующий этап эксперимента

В экспериментальной группе результаты исследования представлены следующим образом: у детей из экспериментальной группы высокий уровень школьной тревожности выявлен у 46% детей (7 человек). 33% респондентов (5 человек) имеют средний уровень школьной тревожности. Низкий уровень тревожности присущ 21% детей (3 человека).

Выявленные результаты представлены в гистограмме 8.

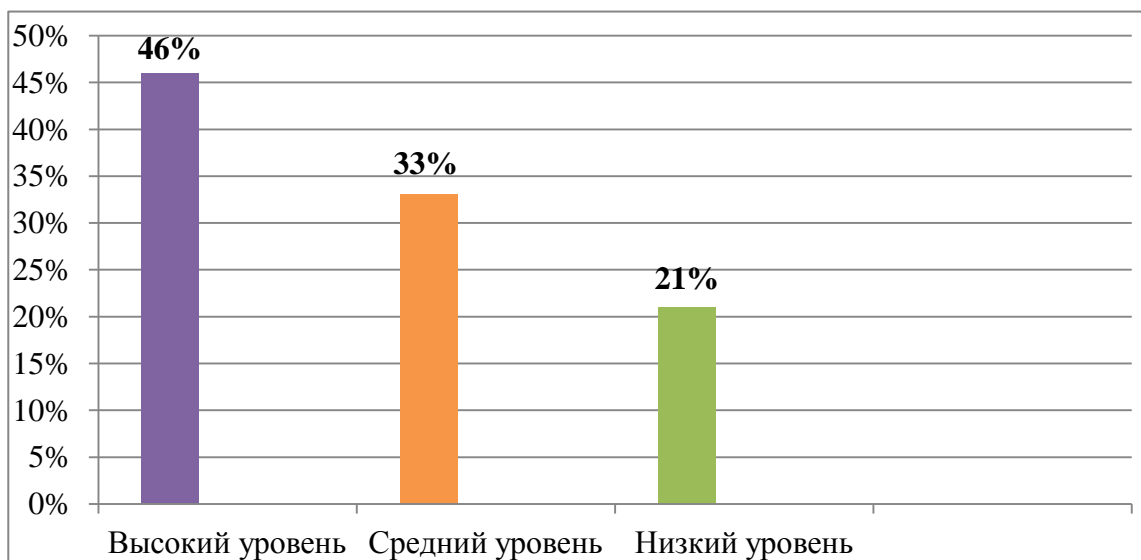


Рисунок 8. Гистограмма 8. «Результаты исследования детей экспериментальной группы по методике «Метод экспертных оценок», констатирующий этап эксперимента

В целом, в результате экспертных оценок мы установили, что родители отмечают, что у детей отмечаются капризы в ситуациях, когда нужно идти в школу, выраженные в предчувствии детей получить плохие оценки и замечания со стороны учителя. Дети не уверены в своих силах, не верят в свой успех, выражают протесты по поводу школьного обучения. Однако, при этом, и родители и педагоги учащихся с задержкой психического развития отмечают, что эти дети спокойно переносят все негативные моменты жизни, связанные с ситуацией школьного обучения.

Таким образом, в результате проведенного исследования мы выявили, что большинство детей с задержкой психического развития имеют высокий уровень школьной тревожности, проявляющийся в напряженности. Взгляд детей чаще всего опущен вниз, либо отведен в сторону. Тембр голоса – тихий.

Действия носят невротический характер – перебирание пальцев рук, подергивание ноги, почесывание затылка, тремор в конечностях и др. Все эти характеристики характеризуют особенности эмоционально-волевой сферы детей с задержкой психического развития, а также обоснованы эмоционально-негативным состоянием, проявляющимся в процессе непосредственного взаимодействия этих детей с педагогом, одноклассниками и родителями.

Выводы по второй главе

С целью изучения школьной тревожности учащихся младшего школьного возраста с задержкой психического развития был представлен следующий диагностический инструментарий:

1. «Диагностика школьной тревожности» А. Прихожан [63]
2. «Рисунок школы» Л. Паньковой [35]
3. «Метод незаконченных предложений» Петренко В.Ф [56]
4. «Метод экспертных оценок» для педагогов и родителей [82]

Результаты исследования по методике «Диагностика школьной тревожности» А. Прихожан представлены следующим образом: Так, в результате методики «Диагностика школьной тревожности» А. Прихожан, мы выявили, что в контрольной группе 40% детей показывают высокий уровень школьной тревожности, а в экспериментальной группе количество детей с высоким уровнем школьной тревожности значительно больше и составляет уже 53%. Дети обеих групп, показавшие высокую тревожность в своем поведении были очень сильно напряжены, их действия в процессе выполнения заданий методики носили невротический характер.

В результате методики «Рисунок школы» Л. Паньковой мы выявили, что у детей как контрольной, так и экспериментальной групп имеет место высокий уровень школьной тревожности. Число тревожных детей экспериментальной группы отмечено у 53% испытуемых, в то время как в контрольной группе число тревожных таких детей было 46%. В рисунках

детей обеих групп рисунки были расположены в нижней части листа, преобладали тёмные тона, объекты на рисунке были изображены небрежно. Присутствовала сильная штриховка контурной линии. Сюжет рисунка беден.

Результаты по методике «Метод незаконченных предложений» Петренко В.Ф» свидетельствуют о высоком уровне школьной тревожности детей контрольной и экспериментальной групп. Так, высокий уровень школьной тревожности в экспериментальной группе был выявлен у 53% детей, в контрольной группем – у 46%. Тревожные дети вели себя достаточно напряженно, быстро уставали в ходе обследования. Многие вопросы, касающиеся школы вызывали у них страх. Дети остро реагировали на вопросы, касающихся их отношения к школе и образовательному процессу в целом. Сложности и эмоциональные реакции вызывали вопросы в отношении учителя и родителей.

По результатам методики «Метод экспертных оценок», проводимых с педагогами и родителями, мы также установили большое количество детей с высоким уровнем тревожности (в экспериментальной группе 46% учащихся, в контрольной группе 40%). Родители и учителя характеризовали этих детей как капризных, причем их капризы были связаны именно с ситуациями, связанными с нежеланием детей идти в школу, выполнять задания, получить плохую оценку и др.

В результате проведенного исследования мы пришли к выводу, что у младших школьников с задержкой психического развития преобладает высокий уровень школьной тревожности, причем у детей экспериментальной группы, эти показатели выше, что требует своевременной психологической коррекции, поскольку она негативно влияет как на успеваемость тревожного ребенка, так и на его личность.

Таким образом, для снижения школьной тревожности у детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития нами была разработана программа психологической коррекции по снижению школьной

тревожности, представленная в следующем параграфе нашей выпускной квалификационной работы.

Глава 3. Реализация комплекса занятий по психологической коррекции школьной тревожности у детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития

3.1. Теоретические основы формирующего эксперимента

Цель формирующего эксперимента – апробация программы психологической коррекции школьной тревожности младших школьников с задержкой психического развития.

Формирующий эксперимент проводился с детьми экспериментальной группы, т.к. эта группа имела более высокие показатели школьной тревожности.

Психологическая коррекция – это направленное и психологическое воздействие на определенные структуры с целью обеспечения полноценного развития и функционирования личности. А.А. Осипова определяет психокоррекцию как систему мероприятий, которые направлены на исправление недостатков психологии и поведения человека с помощью специальных средств воздействия. Целью психологической коррекции является устранение недостатков в развитии личности [50].

Известно, что отечественная и зарубежная психология используют различные методы, позволяющие корректировать развитие тревожности у детей. Условно они разделены на два основных комплекса: групповые и индивидуальные методы.

Основным методом, который был использован нами в психокоррекционной программе – метод игротерапии. Игровая терапия – это психологический способ воздействия на детей и взрослых с использованием игры. Игровая терапия представляет собой взаимодействие взрослого с ребенком на собственных условиях последнего, когда ему предоставляется возможность свободного самовыражения с одновременным принятием его чувств взрослыми.

Характерная особенность игры – ее двуплановость, присущая также драматическому искусству, элементы которого сохраняются в любой коллективной игре:

1. Играющий выполняет реальную деятельность, осуществление которой требует действий, связанных с решением вполне конкретных, часто нестандартных задач.

2. Ряд моментов этой деятельности носит условный характер, что позволяет отвлечься от реальной ситуации с ее ответственностью и многочисленными привходящими обстоятельствами.

Двуплановость игры обуславливает ее развивающий эффект. Психокоррекционный эффект игровых занятий у детей достигается благодаря установлению положительного эмоционального контакта между детьми и взрослыми. Игра корригирует подавляемые негативные эмоции, страхи, неуверенность в себе, расширяет способности детей к общению, увеличивает диапазон доступных ребенку действий с предметами.

Таким образом, игра в психокоррекции рассматривается как символическая деятельность, в которой ребенок, будучи свободен от давления и запретов со стороны социального окружения с помощью игрушек, игровых действий с ними и ролей, выражает в особой символической форме бессознательные импульсы и влечения.

3.2. Содержание программы психологической коррекции школьной тревожности детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития

В результате изучения методической и специальной литературы по проблеме исследования и результатам констатирующего эксперимента, нами была составлена «Программа психологической коррекции по снижению уровня школьной тревожности младших школьников с задержкой психического развития».

Пояснительная записка

Актуальность: Тревога как состояние влияет на результаты деятельности детей младшего школьного возраста негативно и дезорганизует ее. Влияние на деятельность тревожности как свойства личности усиливается с возрастом. Поэтому важно проводить как психокоррекционную работу по преодолению школьной тревожности, так и психопрофилактическую работу, которая препятствует возникновению школьной тревожности.

Цель психокоррекционной программы – снижение и преодоление школьной тревожности детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития посредством игр и упражнений.

Задачи психокоррекционной программы:

1. снятие психоэмоционального напряжения;
2. коррекция школьной тревожности;
3. решение частных проблем (страхи, тревожность, агрессивность, гиперактивность, плаксивость, низкая самооценка);
4. обучение способам управления собственным поведением.

Основополагающими принципами коррекционной программы стали:

1. принцип единства диагностики и коррекции: коррекционная работа с младшими школьниками осуществлялась на основе проведенной диагностики эмоциональной сферы младших школьников, с учетом выявленных нарушений;
2. принцип учета возрастно-психологических и индивидуальных особенностей детей;
3. принцип системности коррекционных, профилактических и развивающих задач;
4. принцип комплексности методов психологического воздействия;
5. принцип поощрения (и проявление этого психологического поощрения) достижений ребенка в плане обретения творческой самостоятельности и продуктивности;

6. принцип символического отреагирования детских страхов, агрессивности, тревожности и превращение их в объект творческой проработки.

Условия и формы организации реализации программы:

Данная программа рассчитана на 20 занятий, продолжительностью 40 минут. Периодичность проведения занятий – два раза в неделю. Срок проведения программы – 2,5 месяца. Форма проведения занятий – групповая.

Методы и техники:

В программе были использованы игровые техники, дыхательные техники и метод арт-терапии. Использование перечисленных техник и методов позволит снизить уровень агрессии младших школьников с задержкой психического развития.

Структура занятия:

Каждое занятие имело следующую структуру проведения:

1. Ритуалы приветствия/прощания – важные моменты работы с группой, которые создают атмосферу группового доверия и принятия, что благоприятно влияет на работу.

2. Разминка – настраивает на плодотворную групповую деятельность, влияет на их активность, создает положительное эмоциональное состояние.

3. Основное содержание занятий включает в себя игровые упражнения, которые позволяют достичь не только цели данной психокоррекционной программы, но и сформировать социальные навыки. В основную часть занятий также включены психогимнастические упражнения, способствующие снятию мышечных зажимов, эмоционального напряжения.

4. Рефлексия – формулируется в выводах – эмоциональном (понравилось/не понравилось, было хорошо/плохо и почему), смысловом (почему это важно, зачем мы это делали).

В таблице 1 представлено тематическое планирование программы психологической коррекции по снижению школьной тревожности младших школьников с задержкой психического развития

Таблица 1

Тематический план занятий

№ занятия	Цель занятия	Содержание занятия	Время занятия
1. «Знакомство, установление правил»	Знакомство с детьми; Установление комфортной, доверительной атмосферы в группе; Сплочение группы.	Вводная часть Гимнастика Представление Игра «Путаница» Хоровод	40 минут
2.«Сплочение группы. Закрепление правил»	Развитие эмпатических способностей и внимания к окружающим.	Упражнение «Шалтай-Болтай» Музыкальная мозаика Упражнение «Перечисли правила» Игра «Геометрические фигуры» Игра «Коллективный счет»	40 минут
3. «Школьная тревожность»	Закрепление мотивации групповой работы; осознание ребятами личностного смысла понятия «тревожность»; развитие уверенности в себе.	Гимнастика «Зоопарк» Игра «Один стул» Упражнение «Я справлюсь!» Упражнение «Дерево настроения»	40 минут
4. «Школьные страхи»	Осознание понятия «страх», повышение мотивации в работе с собственными чувствами, страхами, обучение навыкам расслабления и саморегуляции.	Упражнение «Зеркала» Обсуждение понятия «Страх» Рассказ о школьном страхе	40 минут

		Игра «Паровозик» Упражнение «Нарисуй свой страх»	
5. «Снятие школьной тревожности»	Снятие тревожности, напряжения, развитие уверенности в себе, формирование навыков расслабления, саморегуляции.	Гимнастика «Гномики» Игра «Мальчик (девочка) по имени Наоборот» Упражнение «Страшилка» Упражнение «Мысли и настроение»	40 минут
6. «Снятие напряжённости»	Снятие напряжённости, тревожности; развитие умения выражать свои чувства невербальным методом; формирование навыков расслабления, саморегуляции.	Упражнение «Подари улыбку другу» Игра «Передай по кругу» Написание «страшилок» Упражнение «Я тебя больше не боюсь!» Упражнение «Насос и мяч»	40 минут
7. «Школьные страхи»	Снятие напряжения, тревожности; развитие умения выражать свои чувства невербальным методом; формирование навыков расслабления, саморегуляции.	Игра «Угадай, где я» Игра «Школа для животных» Упражнение «Полет на ковре-самолете»	40 минут
8. «Закрепление позитивного отношения к школе»	Формирование положительного отношения к школе; снятие тревожности; создание атмосферы сплоченности в группе, овладение невербальными	Игра-разминка «Ласковое имя» Игра «Прогулка по сказочному лесу» Упражнение	40 минут

	средствами общения.	««Кошмарный»» учитель» Игра «Я хочу в школу, потому что...» Упражнение «Урок и перемена»	
9. «Уверенность в себе»	Снятие напряженности, тревожности; развитие уверенности в себе; формирование умения поддерживать другого в трудной ситуации.	Игра «Кораблик» Упражнение «Я сильный – я слабый» Упражнение-тренинг «Я смогу»	40 минут
10. «Принятие себя»	формирование позитивного отношения к самому себе.	Упражнение «Новое, хорошее» Игра «Изобрази чувство» Игра «Передача чувств прикосновением» Упражнение «Что мне нравится в себе?»	40 минут
11. «Самооценка»	Повышение самооценки; формирование позитивного отношения к самому себе; развитие уверенности в себе.	Игра «Открытые вопросы» Упражнение «Комплименты» Упражнение «Маяк»	40 минут

12. «Принятие себя»	Повышение самооценки; формирование позитивного отношения к самому себе; развитие уверенности в себе.	Игра «Хвалилки» Круг «Что я могу делать хорошо?» Круг «Что я люблю делать?» Круг «Что мне нравится, что я люблю в самом себе?» Упражнение «Золотой шар»	40 минут
---------------------	--	---	----------

Ожидаемый результат:

1. снижение уровня школьной тревожности;
2. повышение степени школьной мотивации;
3. снижение психоэмоционального напряжения;
4. улучшение общего эмоционального состояния ребенка;
5. устранение страхов, негативных эмоций и переживаний;
6. развитие самооценки и уверенности в себе.

3.3. Контрольный эксперимент и его анализ

Цель контрольного этапа исследования – определение эффективности программы психологической коррекции школьной тревожности младших школьников с задержкой психического развития.

Для проверки эффективности проведенной психокоррекционной работы нами было проведено повторное психодиагностическое обследование детей. На этапе контрольного этапа эксперимента нами использовались те же методики, которые применялось на первом этапе работы. Полученные результаты были проанализированы и даны нами в сравнении с целью определения эффективности психокоррекционной программы.

Так, в результате контрольного этапа эксперимента нами получены следующие результаты:

В результате проведения диагностики по методике «Диагностика школьной тревожности по методике А. Прихожан» мы видим, что результаты контрольного этапа эксперимента представлены аналогично результатам констатирующего этапа. Все также 40% детей имеют высокий уровень школьной тревожности (6 учеников), 27% (4 детей) - средний и у 33% (5 детей) респондентов школьная тревожность отсутствует.

Выявленные результаты представлены в гистограмме 9.

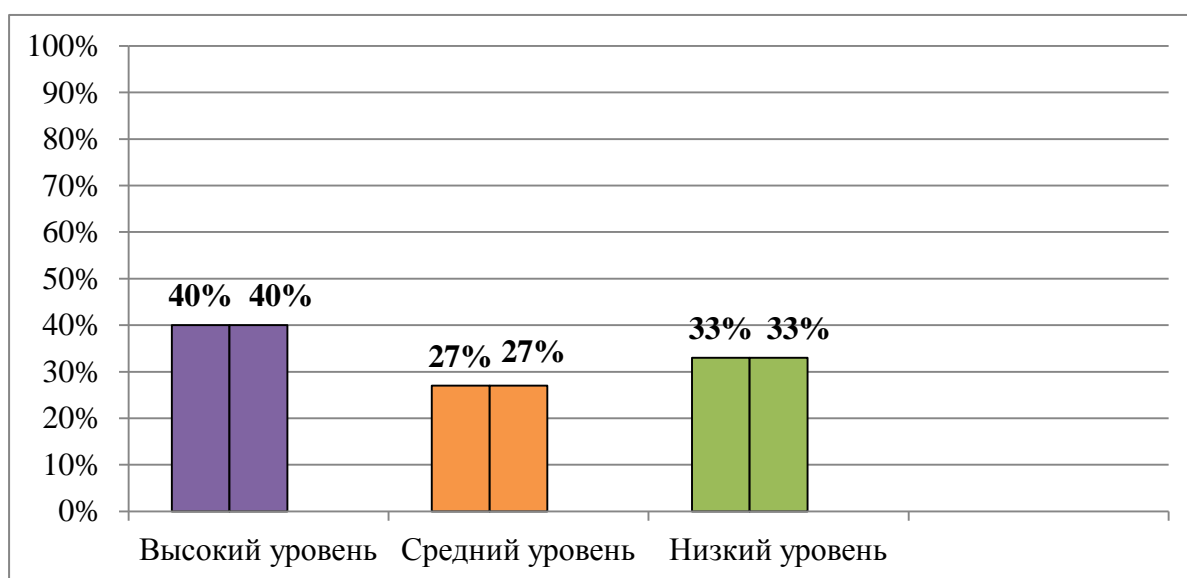


Рисунок 9. Гистограмма 9. Результаты исследования детей контрольной группы по методике «Диагностика школьной тревожности по А.М. Прихожан», контрольный этап эксперимента

Таким образом, по данной методике в контрольной группе преобладает количество детей с высоким уровнем школьной тревожности. Значительных изменений в контрольной группе по показателям школьной тревожности не зафиксировано.

Результаты исследования детей экспериментальной группы по методике «Диагностика школьной тревожности по А.М. Прихожан» представлены следующим образом:

По результатам констатирующего эксперимента было выявлено, что у 53% (8 учеников) был выявлен высокий уровень школьной тревожности, 33% (5 учащихся), имеют средний уровень школьной тревожности, тревожность отсутствует у 14% (2 ученика). На контрольном этапе эксперимента (Гистограмма 10) показатели диагностического обследования значительно улучшились. Количество детей, показавших высокий уровень школьной тревожности сократилось до 33% (5 учеников), соответственно, увеличилось число детей со средним уровнем школьной тревожности (стало 40%, было у 33% испытуемых) и низким уровнем тревожности (стало 27%, ранее было отмечено у 14% детей)

Выявленные результаты представлены в гистограмме 10.

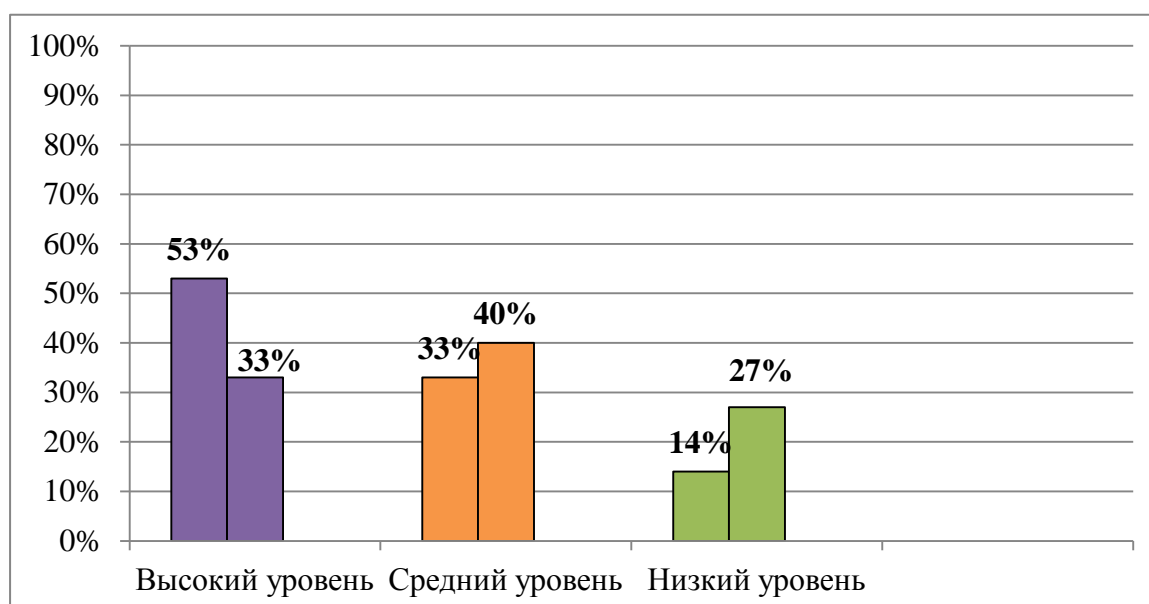


Рисунок 10. Гистограмма 10. Результаты исследования детей экспериментальной группы по методике «Диагностика школьной тревожности по А.М. Прихожан», контрольный этап эксперимента

Таким образом, в результатах экспериментальной группы детей наблюдается положительная динамика в показателях школьной тревожности. Наблюдается увеличение количества детей с низким уровнем школьной тревожности.

Результаты исследования детей контрольной группы по методике «Рисунок школы Л.Паньковой» представлены следующим образом:

По результатам констатирующего этапа эксперимента было выявлено, что у школьников преобладают показатели высокого уровня школьной тревожности 46% (7 учеников), средний уровень у 21% (3 учеников), а низкий уровень присутствует у 33% детей (5 учеников). На этапе контрольного эксперимента (Гистограмма 10) было выявлены следующие данные: показатель высокого уровня школьной тревожности остался прежним – 46% (7 учеников), средний уровень у 27% (4 учеников) и низкий уровень у 27% (4 учеников). Таким образом, в контрольной группе мы наблюдаем незначительное изменение в показателях среднего и низкого уровней.

Выявленные результаты представлены в гистограмме 11.

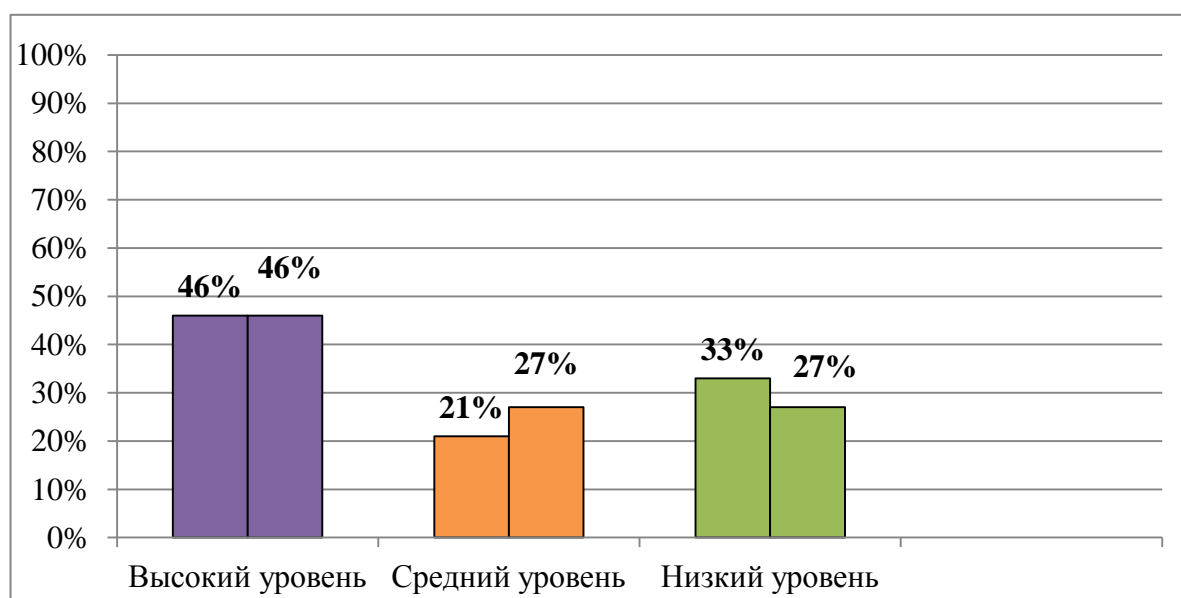


Рисунок 11. Гистограмма 11. Результаты исследования детей контрольной группы по методике «Рисунок школы», контрольный этап эксперимента

Таким образом, в контрольной группе значительных изменений по показателю школьной тревожности нами не зафиксировано. Преобладает количество детей с высоким уровнем тревожности.

Результаты исследования детей экспериментальной группы по методике «Рисунок школы Л.Паньковой» представлены следующим образом:

По результатам констатирующего эксперимента было установлено, что 53% (8 учеников) показали высокий уровень школьной тревожности, 33% (5

учеников) показали наличие среднего уровня школьной тревожности, а у 14% (2 учеников) был определен низкий уровень школьной тревожности. На контрольном этапе эксперимента показатели группы изменились: сократилось число детей с высоким уровнем тревожности до 33% учащихся (5 учеников), увеличилось количество детей со средним уровнем до 40% (6 учеников), низкий уровень отмечен уже в ответах 27% (4 ученика) испытуемых.

Выявленные результаты представлены в гистограмме 12.

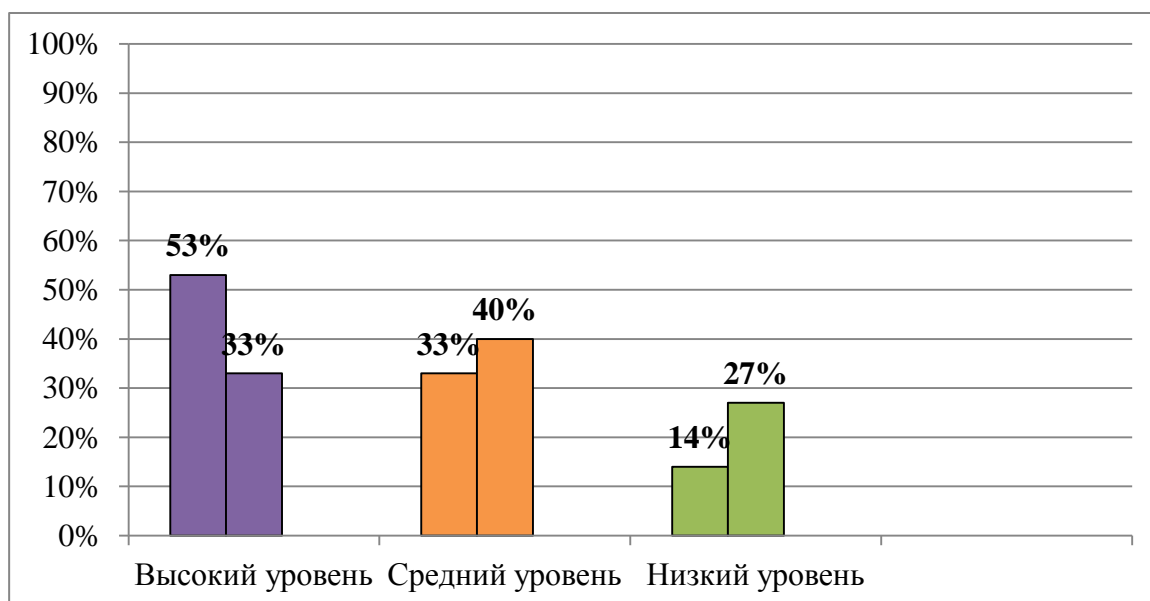


Рисунок 12. Гистограмма 12. Результаты исследования детей экспериментальной группы по методике «Рисунок школы», контрольный этап эксперимента

Данные результаты свидетельствуют о том, что у детей стабилизировалось эмоциональное состояние. Отмечается большее количество детей менее скованных. Дети стали отвечать быстро, чётко. Рисунки стали более яркими, насыщенными, стали преобладать светлые тона. Дети старались изобразить все аккуратно, прорисовывать детали. В рисунках появились фигуры одноклассников и педагогов.

Результаты исследования детей контрольной группы по методике «Незаконченные предложения» Петренко В.Ф представлены следующим образом:

По результатам констатирующего эксперимента было установлено, что 46% (7 учеников) показали высокий уровень школьной тревожности, 21% (3 ученика) показали наличие среднего уровня школьной тревожности, а у 33% (5 учеников) был определен низкий уровень школьной тревожности. На контрольном этапе эксперимента показатели группы ухудшились. (Гистограмма 6). Высокий уровень школьной тревожности увеличился до 53% (8 учеников), детей со средним уровнем тревожности увеличилось до 27% (4 ученика). Низкий уровень школьной тревожности выявлен у 20% (3 учеников).

Выявленные результаты представлены в гистограмме 13.

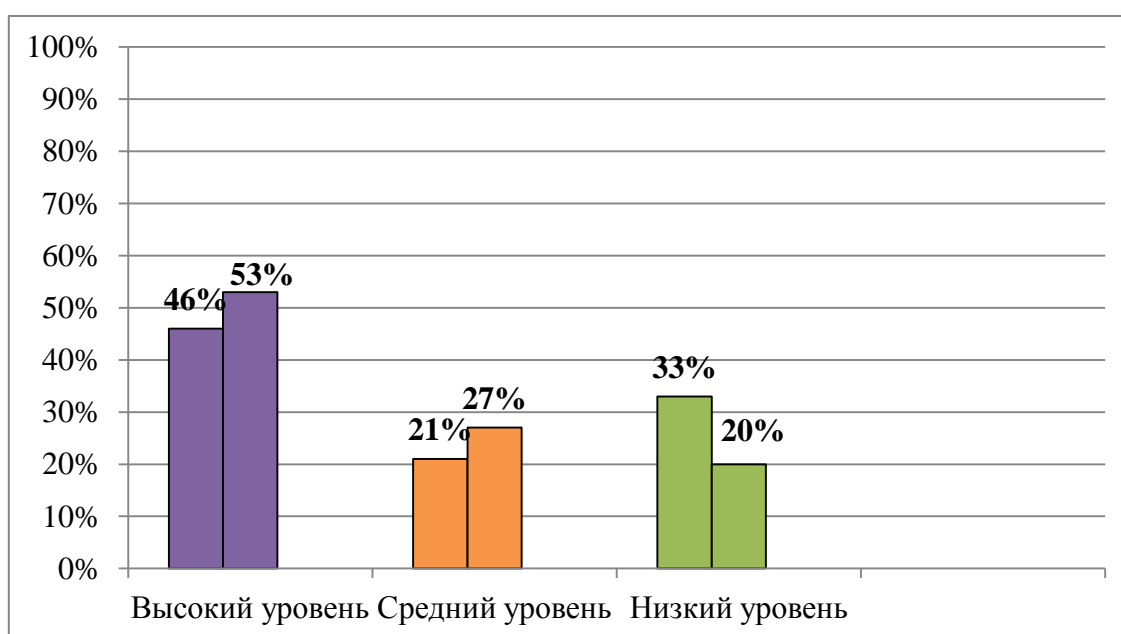


Рисунок 13. Гистограмма 13. Результаты исследования детей контрольной группы по методике «Незаконченные предложения» Петренко В.Ф., контрольный этап эксперимента

Таким образом, мы видим, что на контрольном этапе эксперимента количество детей с высоким уровнем тревожности возросло.

Результаты экспериментальной группе по методике «Незаконченные предложения» Петренко В.Ф. представлены следующим образом:

Из гистограммы 14 видно, что по результатам констатирующего эксперимента в экспериментальной группе учеников у 53% (8 учеников) преобладают показатели высокого уровня школьной тревожности, средним

уровнем тревожности обладают 27% (4 ученика), а низким уровнем школьной тревожности обладают 21% (3 ученика). По результатам контрольного эксперимента установлено, что количество детей с высоким и средним уровнем школьной тревожности увеличилось. Высокий уровень свойственен уже 40% (6 учеников), средний преобладает у 20% (3 учеников). Низкий уровень школьной тревожности выявлен у 40% (6 учеников). Ранее выявленные признаки, такие как боязливость, напряженность, скованность, дрожь в руках, покусывание губы, почесывание головы во время проведения диагностики, отсутствовали по сравнению с первичной диагностикой.

Выявленные результаты представлены в гистограмме 14.

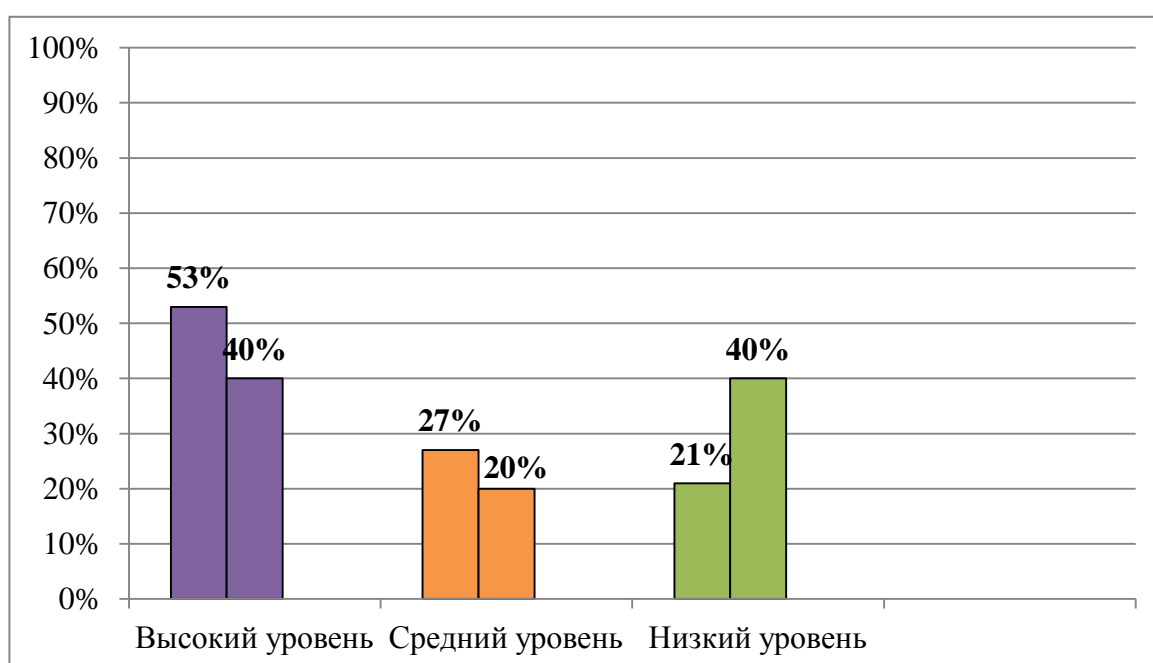


Рисунок 14. Гистограмма 14. Результаты исследования экспериментальной группы по методике «Незаконченные предложения» Петренко В.Ф.), контрольный этап эксперимента

Из гистограммы 14 видно, что количество детей с низким уровнем школьной тревожности увеличилось, что свидетельствует о положительной динамике школьной тревожности у детей.

Результаты методики «Метод экспертных оценок» для педагогов и родителей в контрольной группе представлены следующим образом:

Контрольная группа на этапе констатирующего эксперимента показала следующие результаты: для 40% (6 учеников) по мнению родителей и

педагогов свойственен высокий уровень школьной тревожности, для 27% (4 учеников) характерен средний уровень тревожности, а для 33% (5 учеников) присущ низкий уровень школьной тревожности. По результатам контрольного эксперимента мы видим, что в группе было выявлено 46% (7 ученика) с высоким уровнем, на одного больше по сравнению с констатирующим этапом эксперимента. Количество детей со средним уровнем также увеличилось и выявлено у 33% (5 учеников) испытуемых. И, количество детей с низким уровнем, соответственно, снизилось и выявлено у 21% (3 ученика) респондентов.

Выявленные результаты представлены в гистограмме 15.

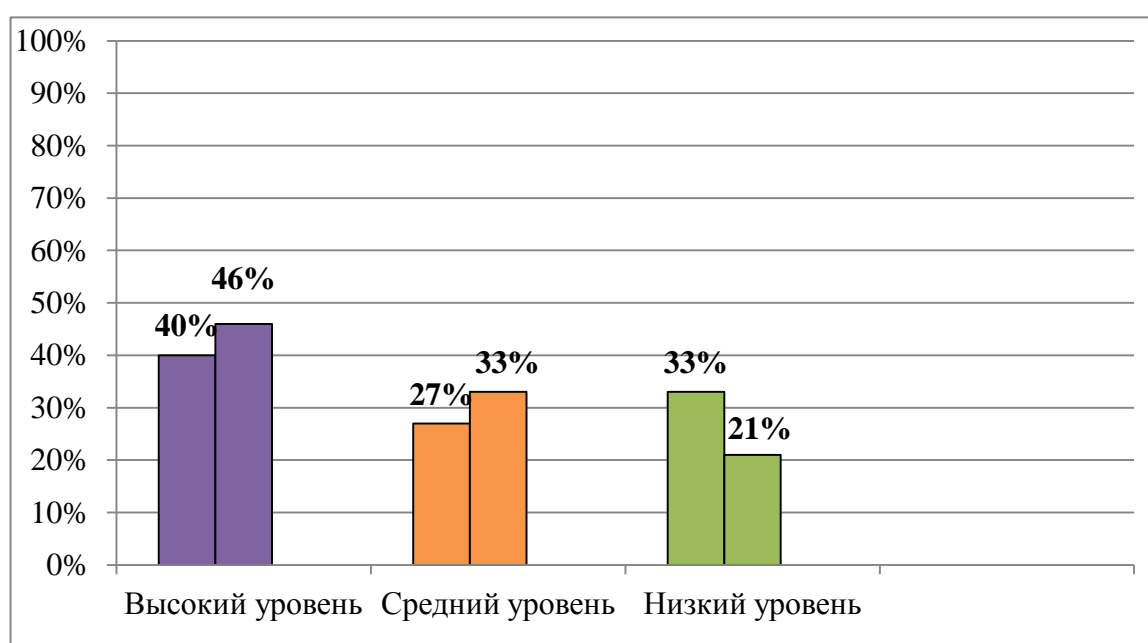


Рисунок 15. Гистограмма 15. Результаты исследования детей контрольной группы по методике «Метод экспертных оценок», контрольный этап эксперимента

Таким образом, мы установили, что в контрольной группе количество детей с высоким уровнем тревожности, по мнению родителей и педагогов увеличилось.

Результаты детей экспериментальной группе по методике «Метод экспертных оценок» для педагогов и родителей следующие:

По результатам констатирующего эксперимента было установлено, что 46% (7 учеников) показали высокий уровень школьной тревожности, 33% (5

учеников) показали наличие среднего уровня школьной тревожности, а у 21% (3 учеников) был определен низкий уровень школьной тревожности. На контрольном этапе эксперимента показатели экспериментальной группы изменились. (Гистограмма 16). Количество детей с высоким уровнем школьной тревожности сократилось с 46% (7 учеников) до 33% (5 учеников). со средним уровнем тревожности, соответственно, возросло до 40% (6 учеников). Низкий уровень школьной тревожности выявлен у 27% (4 учеников), что аналогично результатам констатирующего этапа эксперимента.

Выявленные результаты представлены в гистограмме 16.

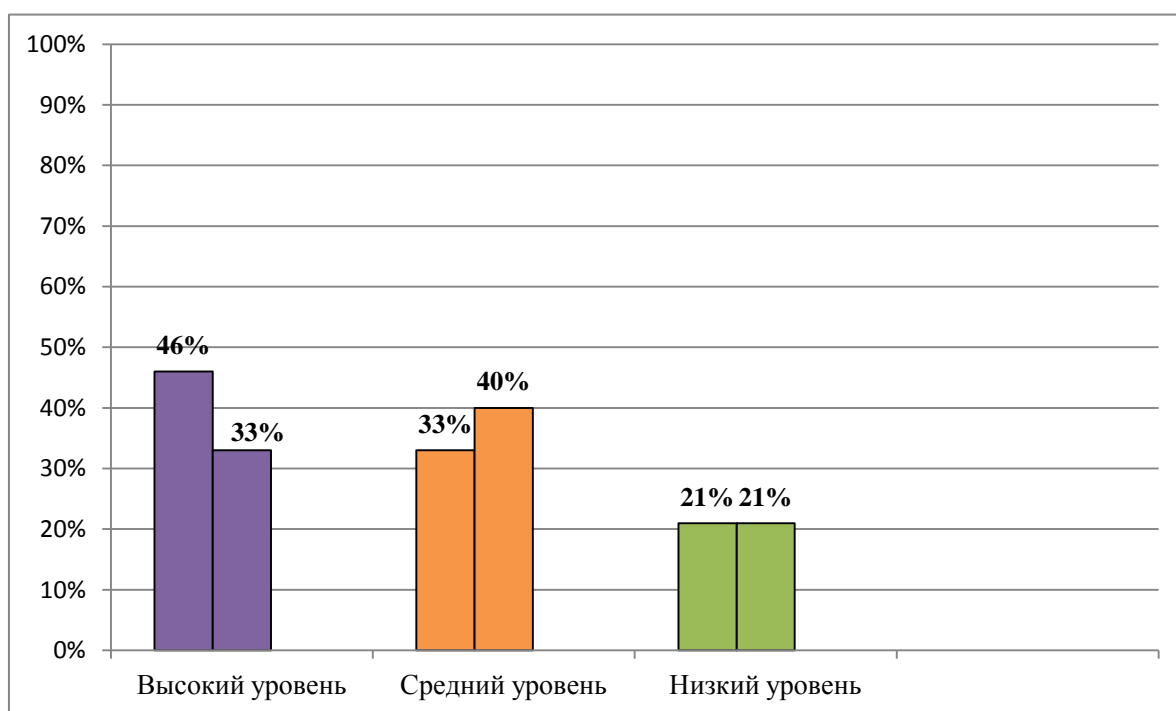


Рисунок 16. Гистограмма 16. Результаты исследования детей экспериментальной группы по методике «Метод экспертных оценок», контрольный этап эксперимента

Данные результаты свидетельствуют о том, что дети стали менее тревожны, капризны в отношении школы. Они не боятся идти в школу. Страх получения плохой оценки прошел, ученики стали с уверенностью выходить к доске отвечать.

Таким образом, в результате проведенного исследования мы установили, что в контрольной группе значительных изменений по

показателям школьной тревожности мы не зафиксировали. В контрольной группе также преобладали дети, преимущественно, с высоким уровнем тревожности.

В экспериментальной группе наблюдается положительная динамика по показателям школьной тревожности. Дети стали менее тревожны, скованны, напряжены, боязливы в школьных ситуациях, в общении со сверстниками и педагогами. Количество детей, у кого улучшилось эмоциональное состояние, нормализовались отношения с одноклассниками, педагогом и родителями – увеличилось. Родители и педагоги стали отмечать, что у детей прошли такие физиологические особенности как потение рук, грызение пальцев, потрясывания ногами, почесывание головы и др.

Родители отмечают, что дети стали охотнее идти в школу. Педагоги отмечают, что прошла боязнь выходить к доске, стеснение выступать публично (рассказ стихотворения, пересказ). В целом, у детей улучшилась успеваемость, они стали более общительны со сверстниками.

Таким образом, исходя из результатов повторного обследования, можно сделать вывод о том, что разработанная нами программа психологической коррекции школьной тревожности младших школьников с задержкой психического развития эффективна. Поставленные цели и задачи были достигнуты.

Выводы по третьей главе

В третьей главе выпускной квалификационной работы нами была разработана и апробирована программа психологической коррекции школьной тревожности детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития.

Программа была рассчитана на 2 месяца и включала в себя 12 тематических занятий. Занятия проходили в виде игр и упражнений, так как для детей с задержкой психического развития игровые упражнения – самый

оптимальный вариант психокоррекционной работы, в силу особенностей дефекта и имеющихся нарушений.

В комплекс психокоррекционных мероприятий по снижению и преодолению школьной тревожности для обучающихся с задержкой психического развития входят направления:

1. Обучение детей навыкам управления собой в определенных ситуациях, которые в наибольшей степени способны вызвать волнение.
2. Снятие эмоционального и мышечного напряжения [30; 32].

После формирующего этапа эксперимента, заключающегося в апробации программы, нами был проведен контрольный этап эксперимента.

По результатам контрольного этапа эксперимента мы установили, что в контрольной группе у детей значительных изменений в показателях школьной тревожности нами не было зафиксировано. У детей все так же преобладает высокий и средний уровень школьной тревожности.

В экспериментальной группе наблюдается положительная динамика в увеличении количества детей с низким и средним уровнем тревожности. Результаты диагностики показали, что уровень школьной тревожности у детей стал значительно ниже. В поведении детей не прослеживалось волнение, тревожность, скованность и стеснение. Грызение ногтей, почёсывание затылка, дрожь в ногах и руках также не замечались в поведении школьников.

Полученные результаты свидетельствуют о том, что разработанная нами программа психологической коррекции школьной тревожности детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития оказалась эффективной.

Заключение

Изучив литературу, мы определили, что тревожность представляет собой индивидуальную характеристику личности, проявляющуюся в возникновении у человека тревоги на любую психотравмирующую ситуацию.

Также, мы выяснили, что в младшем школьном возрасте распространенными причинами тревожности являются: проверка знаний во время контрольных и других письменных работ, ответ учащегося перед классом и боязнь ошибки, что может вызвать критику учителя и смех одноклассников, получение плохой отметки, неудовлетворенность родителей успеваемостью ребенка, личностно-значимое общение.

У учащихся с задержкой психического развития тревожность проявляется на психологическом и физиологическом уровне.

В результате констатирующего этапа эксперимента мы установили, что у детей контрольной и экспериментальной групп преобладает количество детей с высоким уровнем школьной тревожности.

Для коррекции школьной тревожности учащихся младшего школьного возраста с задержкой психического развития нами была разработана программа психологической коррекции школьной тревожности.

Программа включает в себя следующие направления работы: снижение уровня школьной тревожности; повышение школьной мотивации; снижение психоэмоционального напряжения; развитие самооценки и уверенности в себе.

По результатам контрольного этапа эксперимента было установлено, что у учащихся контрольной группы по уровню школьной тревожности значительных изменений не зафиксировано. Все также преобладало количество детей с высоким уровнем школьной тревожности.

В экспериментальной группе на этапе контрольного эксперимента наблюдается положительная динамика в показателях школьной тревожности.

Увеличилось количество детей с низким и средним уровнем школьной тревожности, что свидетельствует о том, что у большей части школьников улучшилось эмоциональное состояние, отношения с одноклассниками, педагогом и родителями стали доброжелательнее. Родители отмечали, что дети стали охотнее идти в школу, исчезли капризы и непослушание. Педагоги отмечают, что прошла боязнь выходить к доске, стеснение выступать публично. В целом, у детей улучшилась успеваемость, они стали более общительны со сверстниками.

Полученные результаты свидетельствуют о том, что разработанная программа психологической коррекции снижения школьной тревожности у детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития оказалась эффективной. Исходя из полученных результатов, можно сделать вывод о том, что поставленная гипотеза подтвердилась. Поставленные задачи были выполнены в полной мере.

Список литературы

1. Абрамова, Г. С. Возрастная психология / Г. С. Абрамова. – М. : Издательский центр «Академия», 1999. – 672 с.
2. Астапов, В. М. Функциональный подход к изучению состояния тревоги / В. М. Астапов // Психологический журнал. – 1992. – № 5. – С. 111–117.
3. Бардышевская, М. К. Диагностика эмоциональных нарушений у детей / М.К. Бардышевская, В.В. Лебединский. – Психология, 2003
4. Белопольская, Н. Л. Психологическая диагностика личности детей с задержкой психического развития / Н. Л. Белопольская. – М. : Изд-во «УРАО», 1999. – 146 с.
5. Блинов, О. А. Процесс музыкальной психотерапии: Систематизация и описание основных форм работы / О. А. Блинов // Психол. журнал. – 1998. – № 3.
6. Бобрик, Ю.В. Медицинские и педагогические аспекты школьной тревожности у детей с задержкой психического развития [Электронный ресурс] / Ю.В. Бобрик, Д.Э. Науменко // Таврический журнал психиатрии. – 2015. №2 (71). – С.31-35.
7. Божович, Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте / сост. И. В. Дубровина, Н. И. Гуткина, А. М. Прихожан, Н. Н. Толстых. – СПб. : Питер, 2008. – 398 с.
8. Бреслав, Г. М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве: Норма и отклонения / Г. М. Бреслав. – М. : Педагогика, 1990. – 71 с.
9. Бреслав, Г.М. Психология эмоций / Г.М. Бреслав. – М.: Смысл; Академия, 2004. – 306 с.
10. Вилюнас, В. К. Психология эмоциональных явлений / В. К. Вилюнас. – М. : Изд-во МГУ, 1976. – 27 с.

11. Винницкий, И. Заговор чувств, или русская история на «эмоциональном повороте». Обзор работ по истории эмоций / И. Винницкий // НЛЮ, 2012. – С.117.
12. Власова, Т. А. О детях с отклонениями в развитии / Т. А. Власова, М. С. Певзнер. – М. : Просвещение, 1973. – 176 с.
13. Вострокнутов, Н. В. Школьная дезадаптация: ключевые проблемы диагностики и реабилитации / Н. В. Вострокнутов // Школьная дезадаптация: эмоциональные и стрессовые расстройства у детей и подростков. – М., 1995. – С. 8-11.
14. Выготский, Л. С. Собрание сочинений: в 6 т. / Л. С. Выготский ; гл. ред. А. В. Запорожец. – М.: Педагогика, 1983. Т. 3: Проблемы развития психики / под ред. А. М. Матюшкина. 1983. – 368 с. 65
15. Гарбузов, В.И. Нервные и трудные дети / М. В. Депенчук. – Москва: АСТ; СПб: Астрель. – СПб, 2006. – 351 с.
16. Герасимова, А. Школьная тревожность / А. Герасимова // Мурзилка. – 2001. – № 9. 1
17. Гуткина, Н. И. Психологическая готовность к школе / Н. И. Гуткина. – М. : Академический проект, 2000. – 184 с.
18. Дагностика психического развития / Йозеф Шванцара. – Прага : Авиценум, 1978. – 388 с.
19. Дерманова, И. Б. Диагностика эмоционально-нравственного развития [Текст] / И. Б. Дерманова. – СПб. : Речь, 2002. – 171 с.
20. Дети с задержкой психического развития / под ред. Г. А. Власовой, В. И. Лубовского, Н. А. Цыпиной. – М. : Педагогика, 1984. – 256 с.
21. Детская практическая психология: учебник для студентов высших учебных заведений, обучающихся по педагогическим специальностям / под ред. профессора Т. Д. Марцинковской. – М. : Гардарики, 2000. – 255.
22. Джерри Уайлд. Терапия гнева, тревоги и депрессии у детей и подростков. Когнитивно - бихевиоральный подход / У. Джерри. – МОДЭК, 2013. – 192 с.

23. Дмитриева, Н. Ю. Общая психология. Конспект лекций / Н. Ю. Дмитриева. – М. : Эксмо, 2007. – 128 с.
24. Залесский, М.Л. Состояние проблемы здоровья школьников [электронный ресурс] / М.Л. Залесский. – URL: Режим доступа: http://superinf.ru/view_helpstud.php?id=331252
25. Захаров А.И. Происхождение и психотерапия детских неврозов / А.И. Захаров. – КАРО, 2006. – 672 с. 1
26. Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д. Путь к волшебству. Теория и практика сказкотерапии / Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева. – СПб.: «Златоуст», 1998. – 352 с.
27. Изард, К. Психология эмоций / К. Изард. – СПб.: Питер, 1999. – 464 с.
28. Изотова, Е. И. Эмоциональная сфера ребенка: теория и практика / Е. И. Изотова, Е. В. Никифорова. – М. : Академия. – 2004. – 288 с.
29. Изотова, Е.И. Эмоциональная сфера ребенка: Теория и практика / Е.И. Изотова, Е.В. Никифорова. – Москва: Издательский центр «Академия», 2004. – 288 с.
30. Ильин, Е. П. Эмоции и чувства / Е. П. Ильин. – СанктПетербург : Питер, 2001. – 752 с.
31. Имамбекова, Г.С. Типология эмоциональных нарушений [электронный ресурс] / Г.С. Имамбекова, А.Х. Ивченко.
32. Истратова, О.Н. Практикум по детской психокоррекции: игры, упражнения, техники / О.Н. Истратова. — Ростов н/Д: Феникс, 2007. — 349 с.
33. Капрара Д., Сервон Д. Психология личности [электронный ресурс]. Режим доступа: http://bookap.info/genpsy/kaprara_psihologiya_lichnosti/gl26.shtm
34. Карелин, А. Большая энциклопедия психологических тестов [Текст] / А. Карелин. – М. : Эксмо, 2007. – 416 с.
35. Коротовских Т.В. Основные направления коррекции тревожности младших школьников с задержкой психического развития / Т.В. Коротовских // Обучение и воспитание: методики и практика. – 2015. – №18. – С. 75-80.

36. Коррекция нарушений в развитии эмоционально-личностной сферы младшего школьника: методические рекомендации для специалистов образовательных учреждений / сост. С. А. Лобина. – Новокуйбышевск, 2008. – 105 с.
37. Костина, Л. М. Методы диагностики тревожности / Л. М. Костина. – СПб. : Речь, 2007. – 198 с.
38. Кочубей, Б. И. Эмоциональная устойчивость школьника / Б. И. Кочубей, Е. В. Новикова. – М. : Знание, 1988. – 80 с.
39. Кочубей, Б.И. Эмоциональная устойчивость школьника / Б.И. Кочубей, Е.В.Новикова. – Москва: Знание, 1988. — 80 с.
40. Кошелева, А.Д. Проблема эмоционального мироощущения ребенка / А.Д. Кошелева // Психолог в детском саду. – 2000. № 2-3. – С. 25-38.
41. Кузнецова, О. В. Взаимосвязь уровней тревожности и механизмов адаптации личности в период юности: автореф. дис. ... кан-та психол. наук / О. В. Кузнецова. – М., 2009. – 22 с.
42. Лебединская, К. С. Основные вопросы клиники и систематики задержки психического развития / К. С. Лебединская // Дефектология. – 2006. – № 3. – С. 15-27.
43. Лебединский, В. В. Нарушения психического развития в детском возрасте / В. В. Лебединский. – М. : Издательский центр «Академия», 2003. – 144 с.
44. Левитов, Н. Д. Психологическое состояние беспокойства, тревоги / Н. Д. Летвинов // Вопросы психологии. – 1969.
45. Лубовский, В. И. Дети с задержкой психического развития / В. И. Лубовский, Л. И. Переслени. – М. : Просвещение, 2003. – 164 с.
46. Лубовский, В. И. Специальная психология / В. И. Лубовский. – М. : Знание, 2003. – 356 с.
47. Мартиенко, О. Б. Оптимизация деятельности школьного психолога по коррекции эмоциональных нарушений младших школьников: автореф. дис. канд. психологических наук. – Москва, 2005. – 42 с.

48. Методы исследования детей с трудностями в обучении: учебнометодическое пособие / Н.Г. Лусканова – Москва : Фолиум, 1999. – 32 с. – ISBN5-900536-08-
49. Микляева, А. В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция / А. В. Микляева, П. В. Румянцева. – СПб. : Речь, 2006. – 248 с.
50. Молова, Ф.А. Эмоциональные нарушения у младших школьников и их коррекция / Ф.А. Молова, Ж.Д. Башиева // Обучение и воспитание: методики и практика. – Выпуск № 19 / 2015. – С. 17-22
51. Науменко, Д.Э. Школьная тревожность и пути ее коррекции у детей с задержкой психического развития, связанной с соматическими заболеваниями / Д.Э. Науменко // Проблемы современного педагогического образования. – № 50-4. – 2016. – С. 335-341.
52. Немов, Р. С. Психология: в 3 кн. / Р. С. Немов. – М.: ВЛАДОС, 2003. Кн. 1 : Общие основы психологии. – 2003. – 688 с.
53. Никашина, Н. А. Педагогическая характеристика детей с задержкой психического развития. Основные направления коррекционной работы / Н. А. Никашина // Обучение детей с задержкой психического развития. – М. : Просвещение, 1981. – 119 с.
54. Никитина, Н. Б. Влияние эмоционального опыта на становление личности младшего школьника / Н. Б. Никитина // Гуманитарный вектор. Серия: Педагогика, психология. – Выпуск № 2 – 2009. – С. 59-63
55. Никольская, И. М. Психологическая диагностика, коррекция и профилактика патогенных эмоциональных состояний у младших школьников. Дис. докт. псих. наук. Санкт-Петербург, 2001 [электронный ресурс]. –
56. Овчарова, Р. В. Практическая психология в начальной школе / Р. В. Овчарова. – М., 1996. – 240 с.
57. Петровский А.В. Общая психология / А.В. Петровский. – Москва, 1976. – 315 с.

58. Практическая психология в работе с детьми с задержкой психического развития: пособие для психологов и педагогов / под ред. В. Б. Никишина. – М.: Владос, 2004. – 128 с.
59. Прихожан, А. М. Психология тревожности: дошкольный и школьный возраст / А. М. Прихожан. – 2-е изд. – Москва [др.]: Питер, 2007. – 191 с.
60. Прихожан, А. М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика / А. М. Прихожан. – М. : Московский психолого-социальный институт ; Воронеж : «Модэк», 2000. – 304 с.
61. Психология детей с задержкой психического развития: уч. пособие / сост. О. В. Заширинская. – СПб. : Речь, 2007. – 168 с.
62. Психология детей с задержкой психического развития: Изучение, социализация, психокоррекция / сост. О. В. Заширинская. – СПб.: Речь, 2003. – 432 с.
63. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – СПб.: Издательство «Питер», 2000 - 712 с.
64. Ульенкова, У.В., Кондратьева, Н.П. Особенности личной тревожности младших подростков с задержкой психического развития, обучающихся в разных педагогических условиях // Дефектология. 2004. - №1. - С. 29-35.
65. Филютина Т. Н., Троценко С. Н. Особенности школьной тревожности обучающихся начальной школы с задержкой психического развития // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2012. №4. – С. 56-59.
66. Фопель, К. Энергия паузы. Психологические игры и упражнения: практическое пособие / К. Фопель. – М.: Генезис, 2007.
67. Харизова, Л.В. Диагностика и коррекция тревожности у учащихся младших классов/ Л.В. Харизова // Психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса: теория и практика. – 1 выпуск. Тезисы докладов региональной научно-практической конференции, 2009.

68. Харламова Т.М., Тухфятуллова К.А. Специфика тревожности детей школьного возраста с задержкой психического развития // Международный журнал экспериментального образования. – 2016. – № 5- 3. – С. 389-390
69. Хотина Л. А. Психолого-педагогическая коррекция школьной тревожности младших подростков // Научно-методический электронный журнал «Концепт». - 2015. - Т. 10. - С. 146-150.
- 70.Шальнова А.А. Арт-терапия как приём психолого-педагогической, воспитательной работы в образовательных учреждениях // Сборники конференций НИЦ Социосфера. - Выпуск № 7 / 2012. - С. 88-90
71. Шевкун А.В. Понятие школьная тревожность в России и за рубежом [электронный ресурс] // Гуманитарный научный журнал. 2017. №1. – 80- 85. 4
72. Шельшакова Н. Н. Эмоциональные состояния младших школьников со сложным психическим дефектом [электронный ресурс] // Вестник СПбГУ. Серия 12. Социология. 2009. №3-2. – С. 223-227.
- 73.Экслайн В. Игровая терапия / В. Экслайн. – Изд-во Института Психотерапии, 2007. – 416 с.

Приложение 1**Таблица 2.****Контрольная группа детей, принявших участие в исследовании (2 Б класс).**

№	Учащийся	Класс	Возраст	Вид дизонтогенеза
1	Егор Ш.	2 А	9	ЗПР
2	Егор Г.	2 А	9	ЗПР
3	Богдан Д.	2 А	9	ЗПР
4	Костя У.	2 А	8	ЗПР
5	Женя М.	2 А	8	ЗПР
6	Самира М.	2 А	9	ЗПР
7	Алисия Р.	2 А	9	ЗПР
8	Маша Ф.	2 А	8	ЗПР
9	Соня А.	2 А	8	ЗПР
10	Стас К.	2 А	9	ЗПР
11	Валя П.	2 А	9	ЗПР
12	Коля В.	2 А	9	ЗПР
13	Дима Т.	2 А	9	ЗПР
14	Оля К.	2 А	9	ЗПР
15	Олег Г.	2 А	8	ЗПР

Приложение 2**Таблица 3.**

Экспериментальная группа детей, принявших участие в исследовании (2 В класс).

№	Учащийся	Класс	Возраст	Вид дизонтогенеза
1	Рустам Е.	2 Б	8	ЗПР
2	Полина Г.	2 Б	9	ЗПР
3	Никита А.	2 Б	9	ЗПР
4	Рома М.	2 Б	9	ЗПР
5	Данил Г.	2 Б	8	ЗПР
6	Катя А.	2 Б	8	ЗПР
7	Саша К.	2 Б	9	ЗПР
8	Ира О.	2 Б	9	ЗПР
9	Артем Н.	2 Б	9	ЗПР
10	Рома Л.	2 Б	9	ЗПР
11	Настя Г.	2 Б	8	ЗПР
12	Лера Д.	2 Б	9	ЗПР
13	Никита М.	2 Б	8	ЗПР
14	Лена Ш.	2 Б	8	ЗПР
15	Оксана Ш.	2 Б	9	ЗПР

Проективная методика для диагностики школьной тревожности

А.М.Прихожан

Цель методики - выявить уровень школьной тревожности учащихся начальной школы.

Назначение теста. Методика была разработана в 1980-1982 гг. *А.М.Прихожан* на основании методики Amen E.W., Renison N. (1954). Методика предназначена для диагностики школьной тревожности у учащихся 6-9 лет.

Описание теста. Для проведения теста необходимо 2 набора по 12 рисунков размером 18 x 13 см в каждом. *Набор А* предназначен для девочек, *Набор Б* – для мальчиков. Номера картинок ставятся на обороте рисунка.

Методика проводится с каждым испытуемым индивидуально. Требования к проведению стандартны для проективных методик. Перед началом работы дается общая инструкция. Кроме того, перед показом некоторых рисунков даются дополнительные инструкции.

Инструкция к тесту- Сейчас ты будешь придумывать рассказы по картинкам. Картинки у меня не совсем обычные. Посмотри, все – и взрослые, и дети – нарисованы без лиц. (Предъявляется картинка № 1.) Это сделано специально, для того чтобы интереснее было придумывать. Я буду показывать тебе картинки, их всего 12, а ты должен придумать, какое у мальчика (девочки) на каждой картинке настроение и почему у него такое настроение. Ты знаешь, что настроение отражается у нас на лице. Когда у нас хорошее настроение, лицо у нас веселое, радостное, счастливое, а когда плохое – грустное, печальное. Я покажу тебе картинку, а ты мне расскажешь, какое у мальчика (девочки) лицо – веселое, грустное или какое-нибудь еще, и объяснишь, почему у него или нее такое лицо.

Выполнение задания по картинке №1 рассматривается как тренировочное. В ходе его можно повторять инструкцию, добиваясь того, чтобы ребенок ее усвоил.

Затем последовательно предъявляются картинки №2-12. Перед предъявлением каждой повторяются вопросы: Какое у девочки (мальчика) лицо? Почему у него такое лицо?

Перед предъявлением картинок №2, 3, 5, 6, 10 ребенку предварительно предлагается выбрать одного из персонажей-детей и рассказывать о нем.

Обработка результатов теста. Оцениваются ответы на 10 картинок (№2-11). Картинка №1 – тренировочная, №12 выполняет «буферную» функцию и предназначена для того, чтобы ребенок закончил выполнение задания позитивным ответом. Вместе с тем следует обратить внимание на редкие случаи (по данным *А.М.Прихожан*, не более 5-7%), когда ребенок на картинку №12 дает отрицательный ответ. Такие случаи требуют дополнительного анализа и должны быть рассмотрены отдельно.

Общий уровень тревожности вычисляется по «неблагополучным» ответам испытуемых, характеризующим настроение ребенка на картинке как грустное, печальное, сердитое, скучное. Тревожным можно считать ребенка, давшего 7 и более подобных ответов из 10.

Сопоставляя ответы испытуемого с его интерпретацией картинки, а также анализируя выбор героя на картинках с несколькими детьми (например, на картинке № 6 – выбирает ли он ученика на первой парте, решившего задачу, или ученика на второй парте, не решившего ее), можно получить богатый материал для качественного анализа данных.

Тестовый материал.

Проективная методика «Рисунок школы»

Цель методики - определение отношения ребенка к школе и уровня школьной тревожности.

Процедура диагностики: ребенку дают лист формата А4, цветные карандаши.

Беседа, уточняющие вопросы о нарисованном, комментарии записываются на обратной стороне рисунка.

Интерпретация данных:

6-5 баллов – у ребенка сложилось эмоционально благополучное отношение к школе и учению, он готов к принятию учебных задач и взаимодействию с учителем.

4-2 балла – у ребенка есть некоторая тревога по поводу школьного обучения как незнакомой для него ситуации, необходимо расширить круг его знаний и представлений о школьно-учебной деятельности, формировать положительное отношение к учителю и одноклассникам; причинами тревог может быть нервозность и необдуманные высказывания взрослых, негативный опыт обучения в школе старших детей.

1-0 баллов – у ребенка явно выраженный страх перед школой, часто это приводит к неприятию учебных задач и отказу от учебной деятельности, трудностям в общении с учителем и одноклассниками.

Методика «Метод незаконченных предложений» Петренко В.Ф

Цель методики - методика позволяет выявить особенности эмоционального отношения школьников к различным компонентам образовательной среды.

Процедура диагностики. Методика может проводиться как индивидуально, так и в групповой форме. В первом классе, пока ребенок еще не овладел в достаточной степени навыками письма, методика проводится только в индивидуальном режиме, в форме беседы. На последующих этапах школьного обучения возможно применение групповой формы психодиагностики.

Необходимые материалы. Диагностический бланк содержит инструкцию и задания - предложения, которые испытуемому необходимо закончить. В нем также указываются фамилия и имя учащегося, его возраст и дата диагностики. Для индивидуальной (устной диагностики) необходимо заготовить средства регистрации ответов ребенка (возможно использование диктофона).

Инструкция.

-Для устной формы диагностики: «Сейчас мы будем играть в такую игру: я называю начало предложения, а ты придумываешь, чем оно заканчивается».

-Для письменной формы диагностики: «Закончи, пожалуйста, следующие предложения. В этом задании нет «правильных» и «неправильных» ответов, поэтому пиши первое, что приходит в голову».

Текст методики. Незаконченные предложения могут быть модифицированы для конкретных диагностических целей. В нашей работе мы используем приведенную ниже модификацию.

1. Когда я иду в школу...
2. На контрольной ...
3. Наверно, на экзамене ...
4. Когда я отвечаю у доски...
5. Если я получу «двойку»...
6. Когда учитель задает вопрос, я...

7. Когда после каникул я встречаюсь с одноклассниками...

8. Когда я жду родителей с родительского собрания...

Когда я думаю о школе