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

Александрова Дарья Александровна

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

Психологическая коррекция тревожности детей старшего дошкольного возраста с общим недоразвитием речи

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

канд.пед.н, доцент Е.А.Черенева

(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы

23.05.2023

(дата, подпись)

Научный руководитель

канд.психол.н., доцент Н.Г.Иванова

(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

23.05.2023

(дата, подпись)

Обучающийся Александрова Д.А.

(фамилия, инициалы)

23.05.2023

(дата, подпись)

Красноярск, 2023г.

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....3
ГЛАВА I. АНАЛИЗ ЛИТЕРАТУРЫ ПО ПРОБЛЕМЕ ИССЛЕДОВАНИЯ.....7
1.1. Проблема изучения тревожности в психологической литературе.....7
1.2. Особенности проявления тревожности детей старшего дошкольного возраста.....11
1.3. Современное состояние изучения тревожности детей старшего дошкольного возраста с общим недоразвитием речи.....15
Выводы по первой главе 17
ГЛАВА II. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ТРЕВОЖНОСТИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ОБЩИМ НЕДОРАЗВИТИЕМ РЕЧИ 19
2.1. Организация и методика проведения исследования.....19
2.2. Констатирующий эксперимент и его анализ 21
ГЛАВА III. РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОГРАММЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ ТРЕВОЖНОСТИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ОБЩИМ НЕДОРАЗВИТИЕМ РЕЧИ 30
3.1. Теоретические основы формирующего этапа эксперемента.....30
3.2. Содержание программы психологической коррекции тревожности детей старшего дошкольного возраста с общим недоразвитием речи.....30
3.3. Контрольный эксперимент и его анализ.....46
Выводы по третьей главе 53
ЗАКЛЮЧЕНИЕ 55
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....58
ПРИЛОЖЕНИЕ 64

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. В психологической литературе можно встретить разные определения понятия тревожности. В большом психологическом словаре дается следующее понятие: «Тревожность – индивидуальная психологическая особенность, проявляющаяся в склонности человека к частым и интенсивным переживаниям состояния тревоги, а также в низком пороге его возникновения. Рассматривается как личностное образование и как свойство темперамента, обусловленное слабостью нервных процессов» (Астапов В. М., 2008).

А.М. Прихожан указывает, что тревожность – это переживание эмоционального дискомфорта, связанное с ожиданием неблагополучия, с предчувствием грозящей опасности. Различают тревожность как эмоциональное состояние и как устойчивое свойство, черту личности или темперамента (Волковская Т. Н., 2004). Е. Н. Савина считает, что тревожность определяется как устойчивое отрицательное переживание беспокойства и ожидания неблагополучия со стороны окружающих. Таким образом, понятием «тревожность» психологи обозначают состояние человека, которое характеризуется повышенной склонностью к переживаниям, опасениям и беспокойству, имеющей отрицательную эмоциональную окраску.

Высокий уровень тревожности негативно сказывается на психическом здоровье ребенка, а в последствие может закрепляться и становиться чертой личности. Тревожность откладывает отпечаток на все сферы жизнедеятельности ребенка. Тревожные дети – это неуверенные в себе дети, с неустойчивой самооценкой, которые редко выступают инициаторами деятельности во избежание неудачи (Астапов В. М., 2008).

Речевые нарушения, бесспорно, влияют на формирование личности ребенка. В исследованиях В.А. Калягина и Т.С. Овчинниковой отмечается, что у детей с речевыми нарушениями зачастую наблюдаются реакции

невротического круга: замкнутость, негативизм, неуверенность в себе, напряженное состояние, повышенная раздражительность, обидчивость, слезливость. Это препятствует нормальному развитию личности ребенка (Аракелов Н. Е., Лысенко Е. Е., 1997).

Тревожные дети с речевыми нарушениями очень болезненно реагируют на свои неудачи, они часто отказываются от той деятельности, в которой испытывают затруднения. Тревожные дети нередко имеют вредные привычки невротического характера.

Дошкольный возраст – особый период в жизни ребенка. Именно в этом возрасте формируется устойчивый внутренний мир, который дает основание назвать ребенка личностью. Это период, когда дети усваивают нормы и правила поведения, принятые в обществе, устанавливают отношения с взрослыми и сверстниками. Процесс социализации у многих протекает нелегко. Особенно это касается детей, имеющих нарушения в развитии. Среди таких детей самую многочисленную группу составляют дошкольники с недостатками речевого развития, изучением которых занимались такие авторы как Р. Е. Левина (1936), Л. С. Волкова (1993), Т. Б. Филичева (2001), Г. В. Чиркина (1991), Е. М. Мастюкова (1997) и др.

Нервно – психические нарушения детского возраста выражаются в эмоционально – аффективной сфере по – разному. Однако наиболее яркими проявлениями служат эмоциональные состояния тревожности, страха, и несформированность коммуникативной деятельности.

Цель исследования: выявить особенности тревожности детей старшего дошкольного возраста с общим недоразвитием речи и провести психокоррекционную работу, направленную на ее снижение.

Объект исследования: тревожность детей старшего дошкольного возраста с задержкой общим недоразвитием речи.

Предмет исследования: Психологическая коррекция тревожности детей старшего дошкольного возраста с общим недоразвитием речи.

В соответствии с поставленной целью предстояло решить следующие

задачи исследования:

1. Изучить литературу по проблеме исследования;

2. Выявить особенности тревожности детей старшего дошкольного возраста с общим недоразвитием речи;

3. Составить и апробировать программу по снижению тревожности детей старшего дошкольного возраста с общим недоразвитием речи, проверить ее эффективность.

Гипотезой исследования является предположение о том, что старшие дошкольники с общим недоразвитием речи имеют высокий уровень тревожности. Использование разработанной нами программы психологической коррекции тревожности окажет положительное влияние на ее снижение у данной категории испытуемых.

Методы исследования. Для реализации цели и поставленных задач был использован теоретический метод исследования: анализ психолого – медико – педагогической литературы по проблеме исследования. Эмпирические методы исследования: тестирование, беседа, количественный и качественный метод. В психологическое исследование нами были включены следующие **психодиагностические методики:** проективная методика «Несуществующее животное» (Г.Ф. Музыченко), Проективный тест тревожности «Выбери нужное лицо» (Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен, Методика «Паровозик» (С.В. Велиева).

Организация исследования. Базой для исследования послужило муниципальное бюджетное образовательное учреждение МБОУ СШ № 207 «Волшебники». г. Красноярска. Для диагностики были выбраны 20 детей старшего дошкольного возраста с общим недоразвитием речи. Возраст детей 5-6 лет.

Теоретическая значимость исследования определяется тем, что его результаты позволяют расширить и углубить научные представления об особенностях тревожности детей старшего дошкольного возраста с общим недоразвитием речи.

Этапы проведения исследования.

1 этап (сентябрь 2022 – ноябрь 2022). Анализ литературы по проблеме изучения тревожности детей старшего дошкольного возраста с общим недоразвитием речи. Обоснование современного состояния проблемы исследования, определение объекта и предмета исследования, формулировка проблемы.

2 этап (ноябрь 2022 – декабрь 2022). Подбор диагностического инструментария. Проведение констатирующего эксперимента с количественным и качественным анализом полученных результатов исследования по выявлению тревожности детей старшего дошкольного возраста с общим недоразвитием речи.

3 этап (январь 2023 – март 2023). Теоретическое обоснование, разработка и реализация программы психологической коррекциии тревожности детей старшего дошкольного возраста с общим недоразвитием речи.

4 этап (март 2023 – апрель 2023). Определение эффективности реализации программы психологической коррекциии тревожности детей старшего дошкольного возраста с общим недоразвитием речи.

5 этап (май 2023). Формулирование выводов. Оформление текста выпускной квалификационной работы.

Структура курсовой работы. Работа состоит из введения, трех глав, заключения, списка литературы в количестве 70 источников. Обший обьем работы составляет 84 страницы.

ГЛАВА I. АНАЛИЗ ЛИТЕРАТУРЫ ПО ПРОБЛЕМЕ ИССЛЕДОВАНИЯ

1.1. Проблема изучения тревоги в психологической литературе

Актуальность проблемы тревожности широко изучается исследователями в области психологии, психиатрии и других наук, социологии, физиологии и даже философии. Более того, количество публикаций по тревожности в зарубежных научных журналах неуклонно растет во многих областях. Несмотря на большое количество работ, посвященных проблеме страха в отечественной науке (В.Н. Астапов, Л.Н. Захарова, Н.В. Наменадзе, М.П. Кузьминова, И.А. Мусина, А.М. Прихожан, П.И. Сергиюк), выделены различные виды тревожности.

В современной научной литературе существует множество различных подходов к определению тревоги. В словаре психологии эта черта описывается как повышенная тревожность, проявляющаяся в стрессовых ситуациях [15, с.363], а в Словаре практической психологии она определяется как склонность к состоянию тревожности, проявляющемуся в экстремальных ситуациях [16, с. 633]. В энциклопедии философии страх определяется как эмоция, возникающая в связи с опасностью [12].

В представленных определениях прослеживается связь между тревожностью и страхом. По-разному подходят к этой проблеме отечественные и зарубежные ученые. Зарубежные ученые П. Купер и Л. Мюррей. и Д. Пайн считают понятие тревоги очень широким, а страх - его составной частью, а отечественные ученые (В.М. Астапов, А.М. Прихожан) пришли к выводу, что связь между этими понятиями линейная. Так что, страх – это характеристика человека, характеризующая его эмоциональное состояние, которое является не только негативной окраской эмоций, но также

и физиологическим изменением в организме в связи с раздражителем, угрозой [44].

В психологической литературе существуют различные подходы, которые определяют тревожность как расстройство функций психики человека.

Для того, чтобы подойти к основам философским понятиям о тревожности, необходимо углубиться в историю. Это античный, средневековый и современный периоды.

Расцвет философии пришелся на античность. Поэтому первое упоминание о страхе относится к этому времени. Ранние взгляды Лукреции (99-55 до н.э.), Эпикура (341-270 до н.э.), с общими суждениями о тревоге, очень тесно связаны со страхом.

В античной философии особое внимание уделялось страху смерти, который определялся мировоззрением философа. Так, Платон считал, что всепоглощающая тревожность заставит людей мыслить в негативных констатациях и приведет к искажениям реальности представлений о жизни после смерти. Вера людей в бессмертие души может, поистине, освободить их от тревожных мыслей [4, с. 82].

Тит Лукреций Карон был последователем Эпикура. Лукреций считал, что источником страха смерти является не только быстротечность жизни, неизбежность конца и бессмертие человеческой души, но и социальные факторы. Философы считают низкий уровень экономического благополучия «порогом смерти» [4, с. 84], что делает человека тревожным его мысли, тем самым истощает его жизненные силы и искажает реальность.

Первый античный философ Марк Туллий Цицерон использовал термин «страх» в своей работе. Разделяя термины «страх» и «тревожность», он писал, что беспокойство – это черта личности, то есть человек может испытывать нервозность, и о страхе можно говорить только в том случае, если речь идет о ситуативном возникновении страха или тревоги [43].

Философы древности были первыми, кто ввел термин «страх».

Теоретические взгляды и мировоззрения на эту тему были предложены философами, страх тесно связан со страхом смерти. Следует отметить, что древние философы рассматривали преодоление страха как рациональное мышление, и термин «тревожность» был введен в этот период Марком Туллием Цицероном.

В средние века мировоззрение основывалось на идеологии церкви. По этой причине отношение к неопределенности сформировалось в этот период под влиянием религии.

Более поздняя историческая эпоха, когда страх и боязнь также находились под влиянием философов, – это новая эпоха. Особенностью исторического периода был отказ от веры Церкви и переход к рациональным идеям.

Философы нашего времени придерживаются разных взглядов на страх и тревожность. Итак, согласно Ф. Бэкон, страх – это чувство, необходимое человеку для поддержания жизненных сил.

По словам Т. Гоббса, страх играет двойную роль. С одной стороны, это фактор, который вдохновляет когнитивную деятельность человека. С другой стороны, страх перед невежеством дает людям повод предлагать свои идеи [43].

Б. Спиноза очень близко подошел к проблеме страха в своих работах. Он считал, что ситуация, в которой человек испытывает два противоположных чувства – страх и надежду – приводит к внутреннему конфликту, известному как тревожность [28].

Философия Канта о «страхе и тревоге» значительно отличалась от философии его современников. Он понимал, что страх был неотъемлемой частью человеческой жизни, но, в отличие от своих современных философов, он рассматривал освобождение не через разум, а через доверие эмоциям, которые были ему недоступны [4].

Взгляд современного психоаналитика на страх С. Кьеркегор. Он приписывал страх внутреннему конфликту и проводил четкую грань между

тревожностью и страхом. Согласно С. Кьеркегору, разница в том, что когда боящийся человек пытается избежать столкновения с чем-то опасным и пугающим в этой ситуации возникает внутренний конфликт, приводящий к переживанию этого конфликта.

Важным представителем психологического метода, например, является Фрейд, который описал механизм возникновения тревожности, в результате чего пришел к следующему выводу: болезненные переживания создают состояние тревоги вне бессознательного, а механизмы, помогающие устранить тревожность, выводят негативное состояние из сознания и затрудняют ее функционирование. Как только появляется тревога, беспокойство возвращается [37].

З. Фрейд определил вытеснение событий из памяти как «фундаментальный защитный механизм, который выводит человека из состояния тревоги» [37, с. 89]. Когда переживание возвращается в сознание и приближается к страху, психика человека активирует защитные механизмы организма, такие как сублимация, проекция. Следует отметить, что тревожность - это эмоциональное состояние, связанное с деятельностью эго, которое конкретно отражает угрожающую ситуацию, которой необходимо избегать или устранять [27].

В исследовании К. Изарда и Н. Д. Левитова тревога рассматривается как первая эмоция, которая вызывает страх и более сложную умственную подготовку к другим, более глубоким эмоциям [23]. По мнению другого зарубежного исследователя И. Салазона, это понятие зависит от концентрации внимания. Этот исследователь считает, что в случае человека, страдающего тревогой, внимание сосредоточено на окружающей среде, то есть на внешнем мире, а в случае тревоги внимание сосредоточено на внутреннем состоянии человека [20]; то есть, внимание сосредоточено на внешнем мире, а в случае тревоги внимание сосредоточено на внутреннем состоянии человека.[20]; т.е. Д. А. Грей утверждает, основываясь на физиологических исследованиях, что страх присущ «механизму защиты от

нагрузки» [20, стр. 32], и эта тревога является подготовкой к этой нагрузке.

В этом отношении тревожность как психологический механизм представляет собой сложное явление, характеризующееся сложной структурой, возникающей в результате сложного взаимодействия биологических, психологических, психофизиологических, личностных и социальных факторов. Писатели различаются по стилю и ориентации. Например, разница между «страхом» и «тревогой», соотношение слов «страх» и «тревога», функция страха как явления, вид тревожности, механизм его развития, причина тревожности психики человека. Взятые вместе, эти факторы подтверждают низкую осведомленность о тревоге как психологическом явлении и, что наиболее важно, важность научной разработки этой темы.

1.2. Особенности проявления тревожности детей старшего дошкольного возраста

Исследователи (В. М. Бехтелев, В. С. Мухина, Л. Ф. Обухова, Н. П. Сакрина, Г. Г. Филиппов и др.) считают, что дошкольный возраст является базовым этапом развития личности. В этот период все психические функции формируются наиболее активно. Согласно экспериментальным исследованиям В. И. Гарбузова, И. В. Дубровина, А. И. Захарова, так как в детской психике много новых явлений, дети дошкольного возраста более чувствительны к близко окружающему их миру.

По мнению авторов Е. К. Лютова и Г. Б. Мониной, тревожность формируется при возникновении конфликтных ситуаций в семье. В случаях, когда взрослые предъявляют к ребенку чрезмерные требования, когда взрослые беспокоятся только о себе, забывая о переживаниях ребенка. По этой и другим причинам у детей может развиться внутренняя тревожность [38].

Исследователь Е. К. Лютова в своей работе делает портрет испуганного

ребенка. Она считает, что нетерпеливый ребенок, посещающий группу дневного ухода, выделяется из общей массы детей. Этот ребенок робок, ждет опасности, подозрителен, не доверяет окружающему миру. Некоторые ситуации без видимой угрозы характеризуются у детей старшего дошкольного возраста чрезмерной тревожностью и страхом. Он боится новых вещей, новых игрушек и сомневается в доверии своих сверстников. Такая же ситуация возникает и с новыми видами деятельности и у таких тревожных детей низкая самооценка. У тревожных детей завышенные требования к себе, оценивают себя как неуклюжие, глупые, уродливые, неспособные и нуждающиеся в одобрении, похвале и поощрении взрослых [38].

Я.Л. Коломенский, как отечественный педагог, считает, что неуверенность в себе является неизбежным следствием страха ребенка. Согласно наблюдениям, тревожные, нерешительные и беспокойные дети более склонны к зависимости и внушению. Все эти качества детей дошкольного возраста в ситуациях длительного беспокойства со временем превращаются в неуверенность. Они ошибочно думают, что над ними смеются, и возникает обида. По этим причинам дети избегают совместных игр [40].

У этих детей недостаточно развита игровая деятельность, для которой существуют нерешенные потребности, такие как: невозможность играть с друзьями или брать игрушки [29].

Испуганные дети испытывают тревожное эмоциональное состояние, которое направлено вовне, закрыто и, таким образом, неспособно выразить эмоции, которые они испытывают. Тревожные дети часто используют негативную энергию, которую они не могут вытеснить, что приводит к агрессивным и неврологическим расстройствам: тикам, подергиванию ног [29].

Многие эксперты считают, что причиной детского беспокойства является семейное воспитание. По их мнению, это основа формирования

личности дошкольника. Стратегически воспитание играет важную роль в определении личных качеств.

От этого способа воспитания зависит, какие черты сформируются у ребенка или приобретут невропатологический признак.

По данным психолого-педагогической литературы, выделяют несколько типов семейного воспитания, способствующих повышению тревожности: гиперопека, жесткое воспитание и другие [47, с. 23].

Ребенок старшего дошкольного возраста, выросший в семье со стилем воспитания «ежовые рукавицы», будет чувствовать себя очень плохо психологически, и это повлияет на здоровье ребенка. Благодаря такому воспитательному подходу ребенок будет постоянно испытывать страх и тревожность. При выборе такой стратегии воспитания родители используют такие средства, как запугивание и лишение обещанного. У ребенка, выросшего в неблагополучной семейной среде, неизбежно разовьются невротические черты.

В семье, где ребенок воспитывается с такой «гипербезопасность», невозможно действовать в одиночку. У него нет стремления к независимости. Ребенок при авторитарном стиле воспитания строго должен следовать указаниям родителей. Поэтому, ребенок замыкается, неуверен в себе и своих возможностях, боится делать то, что не нравится его родителям [31, с. 34]. По этой причине испытывает внутреннюю тревожность, которая обостряется и плохо влияет на него [31].

Вот и получается, что одним из источников беспокойства дошкольников является неблагоприятный психологический микроклимат семьи. Как и Э.К. Лютова и Г.Б. Монина, тревожность развивается у детей при наличии у них внутренних конфликтов. Из-за неспособности ребенка высказать свое мнение в условиях завышенных претензий со стороны взрослых. Взрослые хотят, чтобы ребенок был послушен во всем и зависел от них, без собственных желаний. В то же время повышенная тревожность обнаруживается даже у самих взрослых и влияет на детей.

Исходя из вышесказанного, можно сделать вывод, что тревожность дошкольников является плохой семейный климат, некорректный подход к воспитанию ребенка, адаптация к организации дошкольного образования и повышенное беспокойство самих родителей. Поэтому проявляется тревожность, снижение когнитивных и речевых функций. Ребенок стремится к одиночеству и не общается со сверстниками. Тревожность осложняет регуляцию и личностное психическое развитие детей старшего дошкольного возраста.

1.3. Современное состояние изучения тревожности детей старшего дошкольного возраста с общим недоразвитием речи

В логопедической литературе детей дошкольного возраста с задержкой речевого развития называют остаточным проявлением поражения центральной нервной системы, поэтому речевые расстройства часто носят стойкий характер и имеют разные психические функции; По мнению Л. С. Выготского, язык и когнитивные способности тесно связаны между собой. Следует отметить, что у детей с нарушениями речи почти всегда приводит к вторичным когнитивным нарушениям [44].

Речевые ошибки являются одной из основных причин, приводящих к формированию у детей ряда негативных личностных черт: склонность к импульсивным поступкам, зависимости от окружающих (Л. С. Волков, Л. М. Шипицин).

Исследователи психологических особенностей детей с общим недоразвитием речи (Л. С. Арутюнян, В. А. Калягин, С. В. Лауткина, И. В. Селиверстов) отмечают, что у этой группы детей появляются симптомы тревоги. Ученный В. А. Калягин сообщил, что эти показатели выше, чем у детей с нормальным развитием, благодаря результатам проективных методик, изучающих тревогу у дошкольников старшего возраста с недоразвитием речи.

В результате, дети с недоразвитием речи склонны к повышенной тревожности: преобладают нервозность, ригидность, негативные переживания, инвалидность [24].

Как следствие, дети при тревожности с недоразвитием речи, как правило, испытывают повышенное беспокойство: нервозность, скованность, преобладание негативных и изнурительных переживаний [24].

Автор С. В. Лазуткин, проведя многочисленные исследования в области психологии речи, утверждает, что наиболее частым последствием является дезадаптация организма [34]. Исследователи отмечают тревожные явления у детей с нарушениями речи, такие как гиперчувствительность и беспокойство, болезненные переживания по поводу собственной неспособности. Из-за этого они часто бросают занятия или переходят на более быстрый метод.

Автор С. В. Лауткина после долгих исследований в области психологии утверждает, что наиболее частым последствием является деформация организма [34]. Исследователи указывают на такие тревожные явления у детей с речевыми нарушениями, как повышенная чувствительность и тревожность, болезненные переживания по поводу собственной беспомощности. По этой причине они часто отказываются от упражнений или переходят на более легкую форму.

Исследователь А. Н. Корнеев отмечает, что у детей с задержкой речи довольно рано возникает состояние тревожности, проявляющееся в боязни логофобии. Дошкольники с задержкой речи негативно реагируют на просьбы взрослых. Дети, осознающие свою неспособность правильно произносить слова, избегают этого диалога и предпочитают игнорировать вопросы учителя [29]. В самых серьезных случаях может развиться чувство неполноценности, что еще больше затрудняет работу по исправлению ситуации. В результате процесс исправления языковых трудностей становится длительным.

Автор книги по психологии речи В. А. Калягин на основании своих исследований пришел к выводу, что среди дошкольников старшего возраста с недоразвитием речи больше людей с ярко выраженным проявлением низкой самооценки по сравнению со здоровыми детьми. С большим волнением в себе появляются страх и сомнение, нерешительность [24].

Другими словами, все дети, независимо от наличия или отсутствия недоразвития речи, чувствуют тревожность или ложную тревожность ситуации. Отмечается более высокая степень чувствительности и выраженный страх, мучительный страх перед собственной ошибкой. Дети с задержкой речевого развития проявляют повышенную тревожность как в «младенческих», так и в «детских» ситуациях, так как дошкольники, у которых развита высокая речь, чувствуют себя более тревожными в ситуациях бытовых и «взросло-детских».

Выводы по первой главе:

1. Недоразвитие речи у дошкольников является одной из важнейших проблем психологии и специальной педагогики. Следствием этого, тревожность негативно влияет на развитие личности дошкольников с общим недоразвитием речи.

Тревожность – это черта личности, которая испытывает страх при взаимодействии с внешним миром. Она может затруднить адаптацию детей к окружающей среде и дальнейшее общение.

Причинами тревожности у данной категорий детей могут стать индивидуальные особенности ребенка, различные заболевания, невозможность удовлетворения базовых потребностей, неправильный подход в воспитании.

2. В психологической литературе, рассматривающей дошкольное образование как проблему в состоянии тревоги с недоразвитием речи, важно понимать, что в состоянии тревожности ребенок воспринимает множество

эмоций, каждая из которых влияет на межличностные социальные отношения, соматические состояния, восприятие, мысли и поведение. В большей степени это влияние связано с семейным климатом. У ребенка возникает ощущение пустоты в теле. По этой причине работа необходима, прежде всего, с родителями, а также с воспитателями в дошкольном учреждении.

Тревожность у детей старшего дошкольного возраста может принимать различные виды. Ребенок может быть импульсивным, нервным, эмоционально неустойчивым, уязвимым и т.д.

На данный момент проблема тревожности детей с общим недоразвитием речи изучена не полностью, поскольку современные исследования в большей степени нацелены на изучение интеллектуальной и эмоциональной сфер у детей.

ГЛАВА II. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ТРЕВОЖНОСТИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ОБЩИМ НЕДОРАЗВИТИЕМ РЕЧИ

2.1 Организация и методика проведения исследования

Исследование тревожности проводилось на базе муниципального бюджетного образовательного учреждения «Детский сад № 207» города Красноярска. В исследовании приняли участие 20 человек старшего дошкольного. Средний возраст учащихся: 5 – 6 лет. Для проведения исследования дети были разделены на контрольную и экспериментальную группы. Каждая группа состояла из 10 человек.

Работа по выявлению уровня тревожности детей старшего дошкольного возраста с общим недоразвитием речи проводилась в несколько этапов:

1 этап – подготовительный. На данном этапе нами были отобраны методики для обследования старших дошкольников с общим недоразвитием речи. Выбор методик происходил по нескольким критериям: вид дизонтогенеза и возраст.

2 этап – диагностический. На диагностическом этапе было проведено обследование детей контрольной и экспериментальной групп с целью выявления тревожности. Был определен уровень тревожности детей, способы и формы ее выражения.

3 этап – практический. На практическом этапе нами была разработана и апробирована программа психологической коррекции тревожности детей старшего дошкольного возраста с общим недоразвитием речи.

4 этап – заключительный. На данном этапе проводилась повторная диагностика контрольной и экспериментальной групп с целью проверки эффективности разработанной программы. Был проведен анализ результатов повторной диагностики детей. Далее происходило обобщение и

систематизация результатов исследований, подведение итогов, подтверждение гипотез.

Чтобы определить уровень тревожности дошкольников старшего возраста с общим недоразвитием речи мы использовали следующие методы:

Проективный тест тревожности «Выбери нужное лицо» (Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен, 2012 г) [15]

С помощью проективного «Тест тревожности» Р. Тэммл, М. Дорки, выявляется уровень тревожности детей старшего дошкольного возраста при общем недоразвитии речи. Методика оценивает внутреннее отношение этого ребенка к определенным социальным ситуациям, что позволяет выявить полезную информацию о характере отношений с другими людьми, в семье, в детском саду [21, с. 229].

Методика «Несуществующее животное» (Г. Ф. Музыченко) [30]

Методика впервые была опубликована в 1990 году М.З. Дукаревич. В последствии Г.Ф. Музыченко было предложено расширить диагностические возможности методики путем изменения процедуры поведения.

Данная методика предназначена для общей диагностики личности, через создание ситуации с неопределенными стимулами, которые включают воображение и фантазию ребенка, его личный опыт. Это дает возможность проанализировать субъективные переживания ребенка, его личностные установки и ожидания, его внутренний мир, психоэмоциональное состояние и уровень агрессии.

Данная проективная методика подходит для детей от 3 до 10 лет.

Испытуемому предлагают придумать и нарисовать животное, которое нигде ранее не существовало и не существует, а также дать ему ранее не существующее имя. Ребенку предоставляются цветные карандаши, ручки и простой карандаш. После того, как ребенок закончит рисовать, нужно задать ему наводящие вопросы, чтобы он больше рассказал о своем животном. Следующие вопросы: «Где живет это животное?», «Чем оно питается?», «Есть ли у животного друзья?», «Чем любит заниматься это животное?».

Методика «Паровозик» (С.В. Велиева) [5]

С помощью этой методики можно выявить эмоциональное состояние ребенка. Нормальное или депрессивное настроение, тревога, страх или плохая адаптация к новой или знакомой социальной среде (обнаружение тревоги у дошкольников).

Таким образом, выбранные нами проективные методики позволяют выявить тревожность детей старшего дошкольного возраста с общим недоразвитием речи.

2.2 Констатирующий эксперимент и его анализ

В результате проведенной диагностики в контрольной группе по методике «Несуществующее животное» (Г.Ф. Музыченко) высокий уровень тревожности выявлен у 40% (4 ребенка) исследуемых детей. Показателями высокого уровня тревожности являются отрывистые, резкие линии, сильный нажим карандаша, закрашивание фигуры черным цветом, грубое изображение животного с клыками, глазами, затемнение контурной линии, это говорит о том, что ребенок чувствует себя тревожно. Признаки тревожности среднего уровня у 40% (4 дошкольника) детей, менее выражены на рисунках острые линии, либо слабо, животное выглядит адекватным, без проявленных злых зарисовок, фигур, клыков.

У 20% (2 ребенка) выявлен низкий уровень тревожности. Прослеживается очень слабая тревожность, либо ее нет. Животное на рисунке выглядит спокойным, безобидным, без агрессивных тревожных красок. Присутствуют местами нажимы, но стоит обратить во внимание.

После окончания рисования каждому ребенку задавался ряд вопросов, касающихся их несуществующего животного. Так, на вопрос «Чем питается животное?» 20% (2 человека) детей ответили, что животное питается людьми. Данный факт можно расценивать как признаки невротической

тревожности или запущенности тревожности. Выявленные результаты представлены на гистограмме 1.

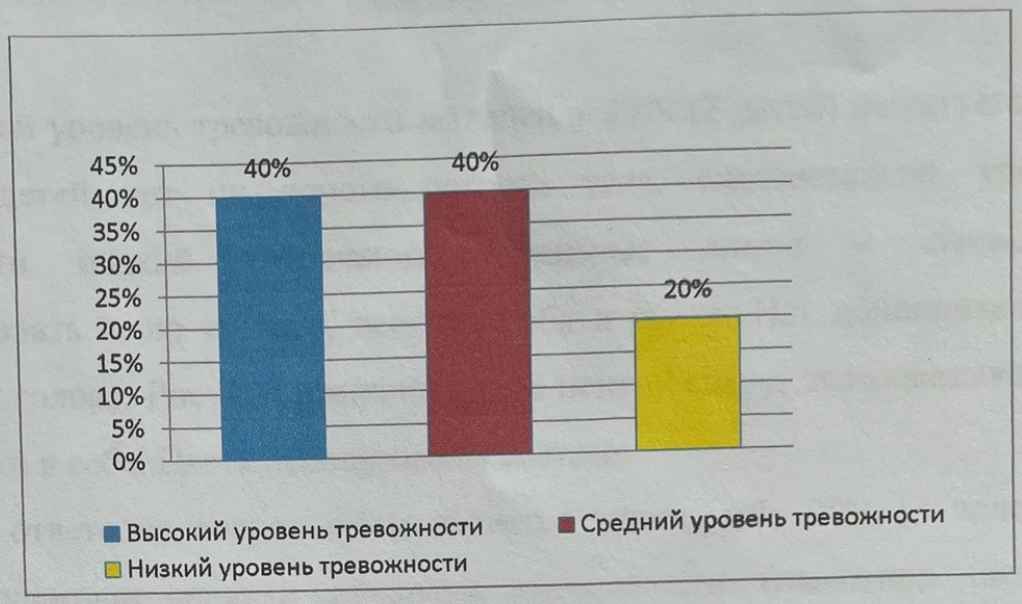


Рисунок 1. Гистограмма 1. Результаты исследования детей контрольной группы по методике «Несуществующее животное» (Г.Ф. Музыченко)

По результатам исследования экспериментальной группы высокий уровень тревожности можно констатировать у 50% (5 человек) испытуемых. На рисунке ярко выражена сильная тревожность в прорисовке и много раз обведённых дополнительных деталей, линии, контр фигур прорисован в острых углах. Острые зубы, когти – стремление защититься, от чего появляется тревожное состояние. Крупное изображение – проявление демонстративности, желание быть заметным, характеризуются высокой самооценкой. Использовано больше темных, чем цветных цветов, это говорит об тревожности, эмоциональном негативном состоянии.

30% (3 ребенка) выявили средний уровень тревожности. Прорисованные, отрывистые линии наблюдались в рисунках. Намного меньше заштрихованных частей туловища животного. Средний уровень тревожности выражается в меньшем проявлении на рисунке линий,

штриховок, изображение рисунка небольшого размера. Средний нажим говорит об уверенности в себе, но и одновременно присутствует нерешительность, это показана по прерывающимся линиям и незаконченным фигурам.

Низкий уровень тревожности выявлен у 20% (2 детей) испытуемых. В рисунках детей нет ни одного острого угла, следовательно, уровень тревожности низкий. Отмечаются эскизные линии – стремление контролировать свою тревогу, держать себя в руках. Нет дополнительных деталей на голове. Рисунок расположен по центру снизу, это показывает об уверенности в себе. Цвета использованы светлые.

При ответе на вопрос «Чем питается животное?» 20% (2 человека) детей продемонстрировали признаки тревожности (животное питается людьми).

Выявленные результаты представлены на гистограмме 2.

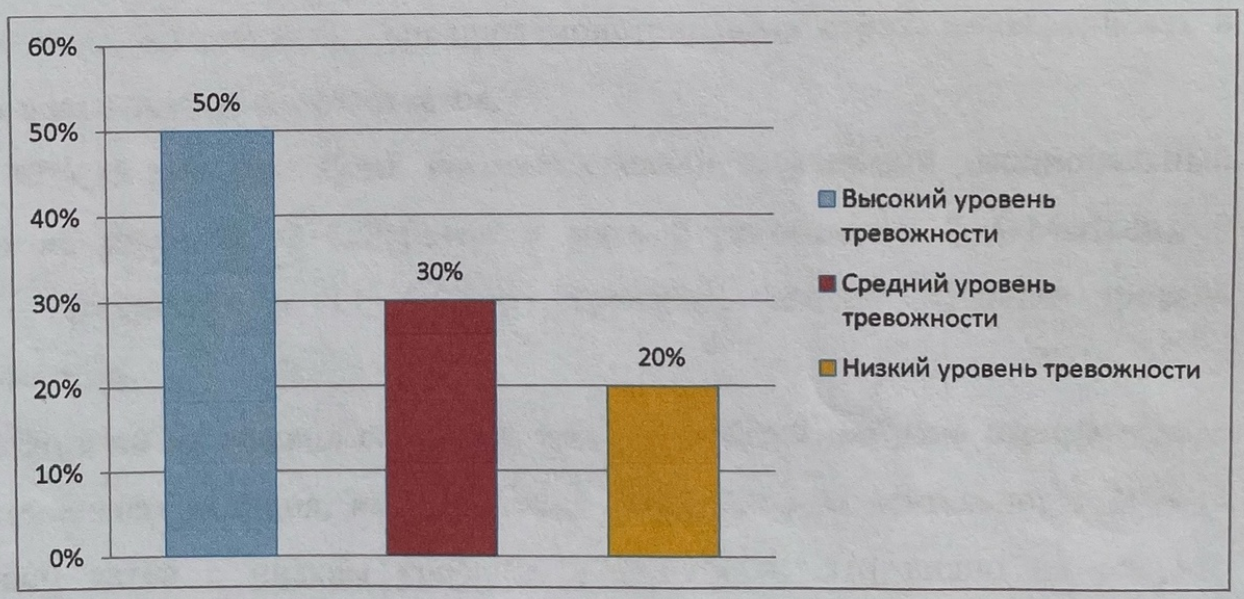


Рисунок 2. Гистограмма 2. Результаты исследования детей экспериментальной группы по методике «Несуществующее животное» (Г.Ф. Музыченко)

В результате исследования по методике «Несуществующее животное» можно констатировать преобладание высокого уровня тревожности как в контрольной, так и экспериментальной группах. Рисунки таких детей имеют темные цвета, закрашенные фигуры, зигзагообразные линии и сильный нажим. Также отмечается наличие острых деталей и их закрашивание. В поведении детей отмечается злость, нерешимость, давление со стороны окружающих. Дети выглядят тревожными, замкнутыми, недоверчивыми.

Результаты исследования детей контрольной группы с использованием метода «Проективного теста на тревожность» Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен представлены следующим образом: высокий уровень тревожности выявлен у 60% (6 человек) детей старшего дошкольного возраста контрольной группы. На рисунках 4 («Одеваться»), 6 («Ложиться спать в одиночестве»), 14 («Есть в одиночестве») был отмечен самый высокий уровень тревожности. В ситуациях, имитирующих отношения между детьми («Игра с младшими детьми», «Объект агрессии», «Игра со старшими детьми», «Агрессивное нападение», «Изоляция»). Они продемонстрировали страх, неуверенность в себе и правильность своих ответов.

30% (3 ребенка) Дети, которые сделали негативный эмоциональный выбор на рисунках 2 («Ребенок и мать с ребенком»), 7 («Мытье»), 9 («Игнорирование») и 11 («Сбор игрушек»), имеют средний уровень тревожности.

Этот метод выявил ситуации, в которых была выбрана отрицательная эмоциональная реакция, имитирующая повседневную деятельность 10% (1 ребенка) детей с низким уровнем тревожности. Это видно на рисунке («Одеваться», «Ложиться спать в одиночестве», «умываться», «Собирать игрушки», «Есть в одиночестве»).

Результаты, полученные в ходе «Проективного теста на тревожность» по методике Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен. В контрольной группе, представленной графически на гистограмме 3.

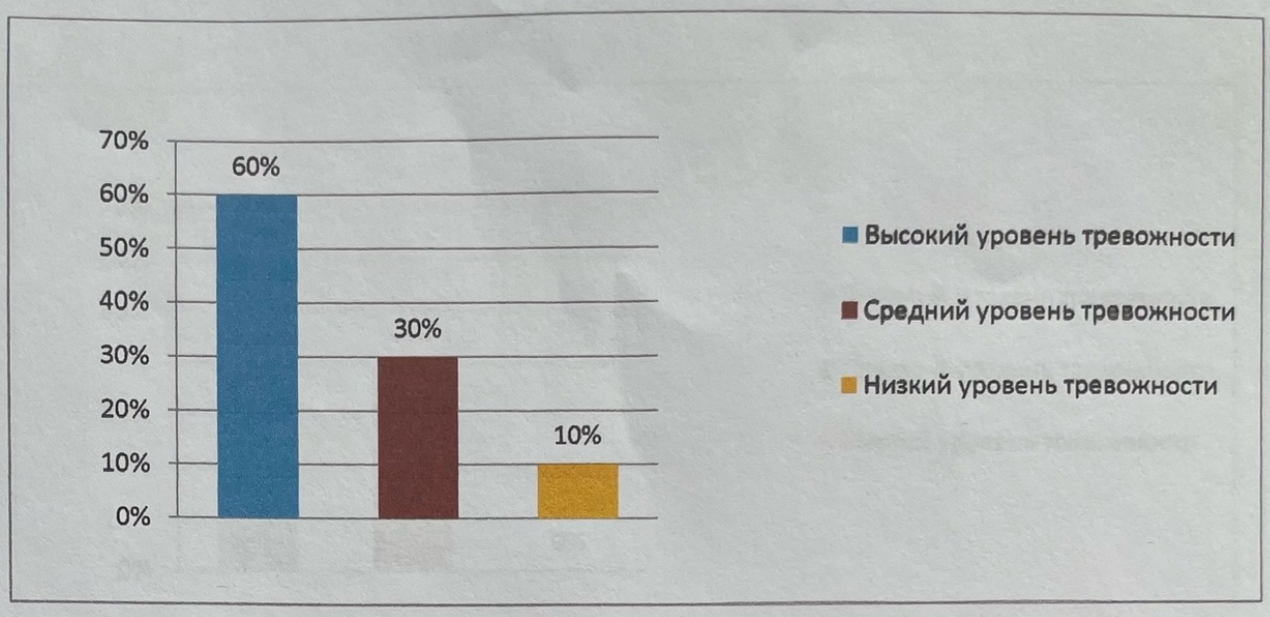


Рисунок 3. Гистограмма 3. Результаты исследования детей контрольной группы по методике «Проективный тест тревожности» Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен 60высокий, 30 средний, 10 низкий сделать

При проведении исследования в экспериментальной группе по методике «Проективный тест тревожности» были получены следующие результаты: 60% (6 человек) детей старшего дошкольного возраста имеют высокий уровень тревожности (использование «веселые» или «печальные» реакции на определенные ситуации. Уровень тревожности проявляется в ситуациях, имитирующих ребенок – ребенок отношения («Игра с младшими детьми», «Объект агрессии», «Игра со старшими детьми», «Агрессивное нападение», «изоляция»

40% (4 ребенка) дети со средним уровнем тревожности принимали негативные эмоциональные решения в ситуациях, изображенных на иллюстрациях: 2 («Ребенок и мать с ребенком»), 7 («Мытье»), 9 («Игнорирование») и 11 («Собирание игрушек»).

Низкий уровень тревожности выявлен не был.

Результаты, полученные при проведении методики «Проективный тест на тревожность» Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен. в экспериментальной группе, представлены графически на гистограмме 4.

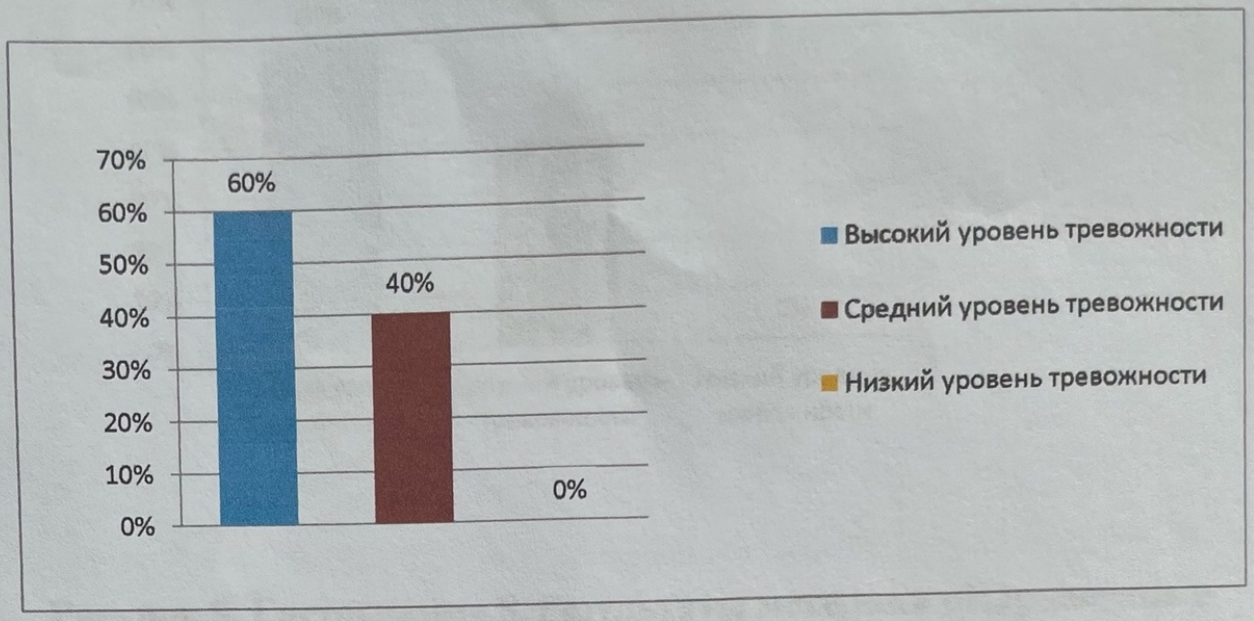


Рисунок 4. Гистограмма 4. Результаты исследования детей экспериментальной группы по методике «Проективный тест на тревожность» Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен

Таким образом, по методике «Проективный тест на тревожность» Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен, свидетельствует о преобладании высокого уровня тревожности в ответах детей.

Как видим на рисунке 5, высокий уровень тревожности выявлен у 60% (6 человек) детей. Дети выбрали вагончики темных цветов, исходя из этого, дети находятся в тревожном состоянии, в страхе, с низкой адаптацией в социальной среде.

Средний уровень тревожности составляет 40% (4 ребенка) детей. Дети выбирали вагончики по цвету: сначала желтый, зеленый, красный, затем серый и черный. Такие дети находятся в подавленном настроении, удовлетворительно адаптируются в социальной среде.

Низкий уровень тревожности не был выявлен.

Результаты методики «Паровозик» в контрольной группе представлены на гистограмме 5.

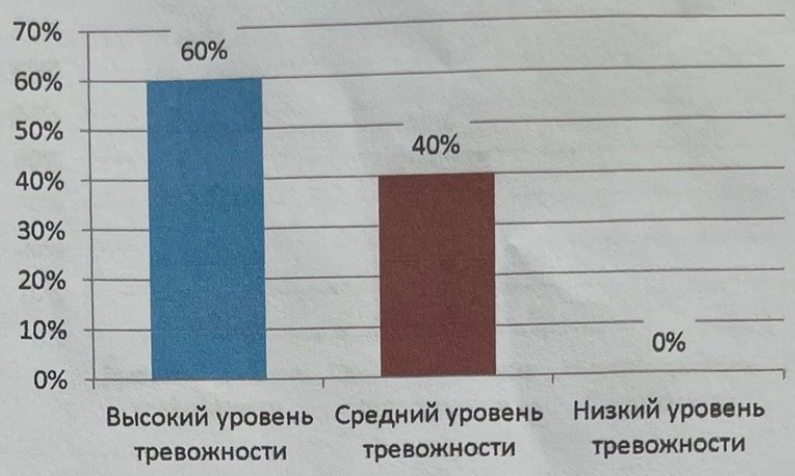


Рисунок 5. Гистограмма 5. Результаты методики «Паровозик» в контрольной группе

При проведении исследования, мы видим на рисунку 6 высокий уровень тревожности выявлен у 60% (6 человек) детей. Дети выбрали вагончики по цвету следующим образом: поставил вагончик фиолетового цвета на вторую позицию; черный, серый, коричневый – на третью; красный, желтый, зеленый – на шестую, что указывает на то, что детям свойственна тревожность, страх, низкая адаптация в социальной среде.

Средний уровень тревожности 40% (4 ребенка) детей. Дети выбрали вагончики по цвету так: поставили вагончик фиолетового цвета на первую позицию; черный, серый, коричневый – на вторую; красный, желтый, зеленый – на седьмую, синий – на восьмую, что свидетельствует о том, что дети находятся в пониженном настроении, удовлетворительной адаптации в социальной среде.

Низкий уровень тревожности не был выявлен.

Результаты методики «Паровозик» в экспериментальной группе представлены на Гистограмма 6.

Рисунок 6. Гистограмма 6. Результаты методики «Паровозик» в экспериментальной группе

Методика «Паровозик» позволила нам выявить, что у детей преобладает высокий уровень тревожности. Это прослеживается по выбору темных цветов вагончиков, которые дети поставили на первые места. Так же были зафиксированы комментарии детей, что любимый цвет черный, темно-синий и темные цвета.

В целом, результате исследования среди дошкольников с общим недоразвитием речи преобладает высокий уровень тревожности.

Выводы по второй главе:

1. Для диагностики нами были выбраны методики «Несуществующее животное» (Г.Ф. Музыченко), тест тревожности «Проективный тест тревожности» (Р. Тэммпл, В. Амен, М. Дорки), а также методика «Паровозик» (Велиева С.В.). Рисуночные методики позволяют определить психоэмоциональное состояние ребенка, уровень его тревожности, личностные особенности.

Результаты исследования по методике «Несуществующее животное» (Г.Ф. Музыченко) показали, что как в контрольной, так и экспериментальной группах наличие высокого уровня тревожности характерно для большинства

детей. Рисунки этих детей содержали такие детали, как рога, острые зубы, грубые резкие зигзагообразные штрихи. Животное выглядело страшным, пугающим. Рисунок имел сильный нажим, обводился несколько раз.

Исследование детей по тесту «Проективный тест на тревожность» (Р. Темпл, В. Амен, М. Дорки) также показало высокий уровень тревожности у детей в контрольной и экспериментальной группах. Это было указано на рисунках 4 («Одеваться»), 6 («Ложиться спать в одиночестве») и 14 («Есть в одиночестве»). В ситуациях, имитирующих отношения между детьми («Игра с младшими детьми», «Объект агрессии», «Игра со старшими детьми», «Агрессивное нападение», «Изоляция»). Они продемонстрировали страх, неуверенность в себе и правильность своих ответов.

По результатам методики «Паровозик» (Велиева С.В.), как в контрольной, так и экспериментальной группах преобладал высокий уровень тревожности. Он проявился в выборе и построении цветных вагончиков. Дети выбрали вагончики темных цветов, что указывало на тревожность, страх, низкую адаптацию в социальной среде.

2. По результатам проведенного нами исследования, мы можем констатировать преобладание высокого уровня тревожности как в контрольной, так и в экспериментальной группах. У детей обеих групп в поведении детей отмечается недоверие к миру, беспокойство, закрытость, замкнутость. Также почти у некоторых детей отмечается чувство одиночества и страхи.

Высокий уровень тревожности в старшем дошкольном возрасте с общим недоразвитием речи требует своевременного психологического вмешательства, поскольку тревожность в целом негативно влияет на развитие личности ребенка.

Чтобы снизить уровень тревожности у детей старшего дошкольного возраста с недоразвитием в целом, мы разработали программу психологической коррекции тревожности, которая представлена в следующей главе.

ГЛАВА III. СОДЕРЖАНИЕ И РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОГРАММЫ КОРРЕКЦИИ ТРЕВОЖНОСТИ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ОБЩИМ НЕДОРАЗВИТИЕМ РЕЧИ

3.1. Теоретические основы формирующего этапа эксперемента

Психокоррекция – направленное психологическое воздействие на определениые психические структуры в целях оптимсизации развития и функционирования индивида в конкретных условиях жизнедеятельности.

Е.К. Лютова, Г.Б. Монина выделяют следующие области корректирующей работы с тревожностью перед старшими дошкольниками [19, с. 41]:

В работе с тревожностью важным направлением работы становится работа над повышением самооценки ребенка. Ребенка следует называть по имени и поощрять за успехи и усилия.

Важно научить ребенка умению самостоятельно справляться со своим поведением в определенных, самых захватывающих ситуациях.

Для снятия мышечного напряжения используются игры с телесным контактом, упражнения на расслабление, техники глубокого дыхания, йога, массаж, элементы самомассажа.

Авторы, ссылаясь на С.А. Хазову и Д.Б. Корнилову, утверждают, что психофизические упражнения, направленные на эмоционально-личностное развитие детей, а также групповое взаимодействие, являются эффективным, продуктивным и доступным способом коррекции тревожности при общем недоразвитии речи в дошкольном возрасте. Взяв под контроль свое тело, дети могут научиться управлять своими эмоциями, общаться с другими людьми, уравновешивать собственные эмоции с эмоциями других, а также справляться со страхом и тревогой [38, с. 54].

Важно отметить, что психофизические упражнения положительно влияют на тревожных детей и многие методы работают. Это также способствует более успешному развитию этих детей. Невербальные упражнения на ранних стадиях родов помогают младенцам привыкнуть к группе и справиться с беспокойством, поскольку многие дети с нарушениями речи испытывают трудности с языковым общением или вообще не общаются. Через деятельность дошкольники начинают обращать внимание на чувства, эмоции и переживания, их причины и следствия, учатся управлять ими. [9, с. 1148].

В исследованиях Д. И. Бойкова, О. В. Вольская, Т. О. Журавлева, О. В. Защиринская рассматривались как основные характеристики развития коммуникативной – эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста с общим недоразвитием речи, у которых отсутствует потребность в общении, слабое неустойчивый уровень развития языка. К тому же, они демонстрируют ряд характеристик: нечастые взаимодействия со сверстниками и взрослыми, непониманием эмоционального состояния другого человека и плохую способность контролировать собственные эмоциональные реакции [17, с. 115].

В работе с тревожными детьми наиболее целесообразно применять следующие методы психокоррекции:

Арт – терапию, в ней вы можете изобразить свои страхи и рассказать о них. Сказкотерапию, позволяющую снять эмоциональное напряжение внутреннего переживания и в какой-то степени успокоить ребенка [25, с. 49]. Сказкотерапия - эффективный метод коррекции тревожности. Вачков И.В. в книге «Сказкотерапия: развитие личности через психологическую сказку», с помощью которой ребенок научиться прислушиваться к себе и взаимодействовать со сверстниками. Выбор метода, формы, методики психокоррекционной деятельности основывается на знании возрастных, специфических или индивидуальных особенностей детей, связанных с тем или иным вариантом отклоняющегося развития. Эффективность

корректирующих процедур зависит от правильности формирования синдрома и симптомов заболевания [38].

Творческий процесс – это терапевтический механизм, который позволяет определенным символическим образом изменить конфликтную ситуацию и найти новый тип решения. Арт-терапия с помощью игр, рисования, сказок избавляет от сильных эмоций, контроля, внутренних конфликтов, помогает человеку осознать собственные чувства, уверенность в себе, снижает стресс, расслабляет организм и, конечно же, может способствовать формированию творческих способностей. Арт-терапия способствует устранению страха ребенка [19].

В психологической и академической литературе описаны различные методы борьбы с тревогой с помощью арт-терапии.

Сказки являются одним из доступных средств передачи собственных переживаний другим и наоборот, реализации собственных эмоций через других. Таким образом, через сказки дети сначала сравнивают себя со сказочным героем, что позволяет им почувствовать и понять, что трудности и переживания испытывают не только они [12].

Кроме того, благодаря неброским сказочным образам детям подсказываются пути выхода из разных сложных ситуаций, способы разрешения возникающих конфликтов, активная поддержка детских способностей и уверенности в себе.

Ролевая игра как ведущая деятельность способствует развитию личности ребенка с общим недоразвитием речи, способствует формированию интеллектуальных способностей, мотивационно-потребностной сферы, произвольного поведения, помогает преодолеть когнитивный и эмоциональный эгоцентризм, а с помощью выразительных действий формируется эмоциональная сфера. Итак, из вышесказанного можно сделать вывод, что к педагогическим занятиям с детьми в возрасте 5 – 6 лет необходимо добавить упражнения и игры, направленные на формирование эмоциональной сферы и коммуникативных навыков [36, с. 267].

По мнению А.С. Спиваковской, основной принцип коррекционной игры заключается в воздействии на ребенка с учетом специфики ситуации и экспозиции. Суть принципа: чтобы позволить механизму реконструировать поведение детей, необходимо изменить условия, т.е. выйти из среды, в которой у них развилось нежелательное поведение [40].

По мнению Б. Д. Карвасарского и А. И. Захаровой, игровая коррекция направлена на то, чтобы передать негативные эмоции и качества ребенка в игровой образ. Дети привносят в персонажей негативные эмоции и черты характера.

Игра как способ справиться с тревогой оказывает сильное влияние на развитие личности ребенка. Это помогает улучшить и сформировать тесные отношения между членами команды, снижает стресс, беспокойство, становится более уверенным в себе и разрешает различные коммуникативные ситуации. В игре измененное психическое состояние, возникающее в результате определенных условий жизни, переживается в условной форме, то есть в абстрактной форме.

При подходе к психокоррекционной игре детям дается задание описать поведение знакомых сказочных персонажей. Дети учатся не только изменять интонацию своего голоса, но и прививать индивидуальность с помощью мимики, движений животных и привычек [15, с. 59].

Не каждый ребенок может самостоятельно выбраться из стрессовой ситуации. В этом вы можете помочь своему ребенку почувствовать себя более уверенным и смелым, играя в различные ситуации с помощью персонажей.

Таким образом, игра – это способ помочь детям укрепить уверенность и преодолеть тревогу, это способ укрепить их уверенность и преодолеть тревогу.

Мнения С. Б. Смирнова, О. А. Тиханова, Н. А. Полетаева о том, что пение играет особую роль у дошкольников с общим недоразвитием речи. Установлено, что музыкальные упражнения способствуют улучшению

дыхания и развитие речи. И. И. Мамайчук, работая с дошкольниками с общим недоразвитием речи, проводит тренинги по психорегуляторному настрою, помогает устранить неприятные эмоции, развивает техники релаксации, навыки самоконтроля [34, с. 117].

Кроме того, логоритмика у детей с общим недоразвитием речи занимает особое место в психокоррекционной работе. В то же время было показано, что следующие музыкальные занятия, направленные на устранение тревожности, оказывают положительное влияние на детей старшего дошкольного возраста с недоразвитием речи: пение, слушание, музыка. Их использование может помочь улучшить интонацию и чувство ритма [35, с. 91].

Для детей старшего дошкольного возраста с общим недоразвитием речи в корректирующей работе используются простые и доступные инструкции, сопровождаемые воспитателем, для исправления ошибок. Задания должны быть не только разнообразными для ребенка, но и интересными, выполнимыми и с учетом особенностей и умственных способностей ребенка с недоразвитием речи, что позволит ребенку увидеть положительные результаты. На первых этапах обучения необходимо помочь дошкольнику старшего возраста преодолеть страх перед новым заданием и тем самым создание уверенности в себе. Важно, чтобы дети были уверены, что все возможно, настроены оптимистично и нет ничего невозможного [19, с. 55].

По программе психологической коррекции тревожности дошкольников с общей недоразвитостью речи следует использовать прием расслабления. Данный прием успокаивает, восстанавливает и помогает уменьшить эмоциональное напряжение, вызванное переключением внимания на музыку. Прием используется, как правило, в начале занятий.

При работе с тревожным ребенком следует иметь в виду, что полная психологическая адаптация окружающей среды – длительный и сложный процесс, на который влияют не только темперамент и особенности личности

ребенка, но и особенности самого ребенка. непосредственное поведение детей [22,с.238].

Как показано ниже, пример программы включает в себя три блока:

1 блок: работа с детьми.

На занятиях со старшими дошкольниками с общим недоразвитием речи используются следующие методы релаксации:

1. «Настройтесь на определенное эмоциональное состояние». Необходимо мысленно связать свое состояние с мелодией, цветом, жестом.

2. «Чудесная память». Вы должны представить себе ситуацию, в которой вы чувствовали себя совершенно спокойно, и представить эту ситуацию как можно более ярко, когда попытаетесь вспомнить все ощущения.

4. «Голосовое управление и управление жестами». Ведущий определяет эмоциональное состояние с помощью голоса и жестов. При необходимости потренируйтесь перед зеркалом.

6. «Ментальная тренировка». Тревожная ситуация заранее представлена во всех подробностях, продуманы трудные моменты, продумано поведение.

7. «Тест». Складывается тревожная ситуация.

8. «Это абсурд». Во время беседы в «спокойных ситуациях» предлагается разыграть очень сильный страх, опасность.

9. «Страна эмоций» – это психологическая методика, направленная на диагностику и коррекцию эмоционально – волевой сферы ребенка.

Техники релаксации помогут построить приятные и дружеские отношения с детьми, приняв их такими, какие они есть: не осуждайте их и поощряйте их как можно чаще.

2 Блок. Работа с родителями.

Работа с родителями тревожного ребенка часто предъявляет требования, которые ребенок не может удовлетворить. Ребенок, который не может угодить своим родителям, в случае ошибок понимает, что не

удовлетворяет требования своих родителей, и его уверенность в себе снижается. Для ребенка важно, чтобы родители ежедневно отмечали его успехи, сообщая об этом другим членам семьи в его присутствии [30].

С семьей ребенка старшего дошкольного возраста с общим недоразвитием речи в условиях эффективного функционирования, обычно, устанавливается полное взаимопонимание между родителями и педагогами дошкольного учреждения; обучение и консультирование родителей; Родители готовы работать над преодолением детских страхов; происходит налаживание продуктивного сотрудничества с учебными заведениями.

В этом блоке выполняется следующее:

1. Совет на тему «Как помочь тревожному ребенку». Тревога и создание условий для позитивного отношения к нему не только со стороны родителей и учителей, даже со стороны сверстников.

Выбор метода, формы и метода психокоррекционной деятельности основан на знании возрастных или индивидуальных особенностей детей по отношению к тому или иному варианту отклонения в развитии. Эффективность этих средств зависит от точного типа синдрома и симптомов расстройства.

Детский возраст считается более благоприятным и чувствительным к психотерапевтическим и психомодулирующим воздействиям.

В настоящее время существуют различные образовательные программы, в которые входят разные сказки. Поэтому возникает необходимость написания индивидуализированных сказок для конкретных детей, с учетом их психологических особенностей. Здесь специалистам могут помочь рекомендации и правила психокоррекционного рассказывания сказок Д. Бретта [6] и др. Зинкевич-Евстигнева [12] и др.

Следующую группу методов психологической коррекции составляют методы коррекции поведения. Эти методы были разработаны как часть подхода в форме поведенческой терапии. Модификация поведения использует принципы и модели теории обучения и науки о поведении для

определения целей и процессов психологической адаптации и объективной оценки ее результатов [38].

К методам регуляции тревожного поведения относятся методы обучения, уверенное общение и тренинг поведения. Например, «Игры теней» используются, чтобы избавиться от страха темноты и беспокойства человека. Используя эти методы коррекции, ребенок преодолевает страх и тревогу, приобретая опыт преодоления стрессовых ситуаций.

Социальная терапия – это метод психологического воздействия, основанный на социальном принятии, одобрении и положительной оценке ребенка.

Это особенно актуально для управления тревожностью в связи с тем, что она основана на неуверенности в себе, негативных стилях воспитания, опыте взаимоотношений со сверстниками [38].

Данный метод социальной терапии позволяет решать проблемы профилактики и коррекции отклонений в личностном развитии ребенка, вызванных депривацией и потребностью в социальном принятии и признании со стороны общества. Также предлагает:

1) удовлетворение потребности личности в социальном признании;

2) развитие формы социального общения.

Метод социальной терапии включает в себя следующие приемы:

1) систематическое поощрение всех без исключения самых незначительных достижений детей, исключая право взрослых на социальное признание;

2) не так просто ставить перед ним задачи, которые он успешно выполнил и добился высоких результатов (искусство выбора этих задач - не такая простая задача, но в то же время она вполне выполнима для ребенка, т.е. игровые и рабочие задания составляются с учетом индивидуальных особенностей ситуации, в котором находится ребенок);

3) использование эффективных методов открытости, отказа от негативных суждений о характере ребенка и неадекватных поступков;

4) сочувствие, сопереживание, поддержка проблемному взрослому ребенку, систематически переживающему неудачи, выражает желание помочь, взаимодействует с ним. «Поддерживающее» поведение властного взрослого служит образцом того, как другие дети относятся к «неудачникам», и является образцом для подражания [38].

Низкой самооценкой характеризуются тревожные дети и поэтому они всегда ожидают проблем от других. Это характерно для детей, которым родители ставят невыполнимые задачи. Они пытаются через детей воплотить свои детские мечты. Предъявляя ребенку завышенные требования, а в случае неудачи их наказывают и принижают («Ты ничего не можешь сделать!»).

Тревожные дети очень чувствительны к своим неудачам, остро реагируют на них, склонны сбегать со школы.

Эти дети могут заметно отличаться в поведении в классе и за его пределами. Вне класса они живые, общительные и непосредственные дети, в классе они испытывают стресс. На вопросы учителя отвечают низким и глухим голосом, могут начать заикаться. Его речь может быть очень быстрой и торопливой или медленной и трудной. Как правило, наблюдается длительное возбуждение: ребенок руками вытягивает платок, играет во что-то.

У тревожных детей чаще развиваются вредные привычки невротического характера (грызение ногтей, сосание пальцев, бритье волос, мастурбация). Самоманипуляция уменьшает стресс, успокаивает эмоции [6, с.38].

Тревожные дети имеют серьезное, спокойное выражение лица, стараются не делать лишних движений, не шумят, не хотят привлекать внимание к себе. Таких детей называют скромными, застенчивыми.

Ребенок с тревогой может протестовать, проявлять агрессию, отвергать все предъявляемые к нему требования. Такое поведение смягчает его тревогу, потому что он ограждает себя от своих капризов, боится остаться наедине со своей тревогой, подкрепляет свою форму социальной защиты. Эта

модель поведения может сформироваться в раннем возрасте, а затем пройти, и мы наблюдаем, как ведет себя подросток: он резок, груб, дерзок, шалит с другими, безумно боится ответственности [14].

Поведение тревожных детей характеризуется частыми проявлениями беспокойства и страха, эти дети живут в состоянии стресса, часто чувствуют угрозу, чувствуют, что могут справиться с неудачей в любой момент.

3.2. Содержание программы психологической коррекции тревожности детей старшего дошкольного возраста с общим недоразвитием речи

Актуальность: проблема детской тревожности является актуальной проблемой психологии на сегодняшний день. Тревожность у детей влечет появление множества проблем, таких как, школьная неуспеваемость, нарушенная коммуникация со сверстниками и взрослыми и т.д. Тревожное поведение ребенка является проблемой не только для самого, но и для окружающих его людей.

Цель: снижение уровня тревожности детей старшего дошкольного возраста с общим недоразвитием речи.

Задачи:

1. Научение ребёнка открыть собственные резервы для преодоления и устранения тревожности;
2. Снятие мышечного напряжения;
3. Развитие коммуникативные навыки;
4. Формирование положительной самооценки.
5. Развитие саморегуляции.

Данная программа разработана для детей старшего дошкольного возраста с общим недоразвитием речи, имеющих повышенный или высокий уровень тревожности.

Условия и формы организации реализации программы:

Программа рассчитана на 16 занятий с детьми продолжительностью 40 минут. Частота занятий – два раза в неделю. Программа рассчитана на 2 месяца. Способ проведения занятий – групповой.

Методы и техники:

В программе были использованы методы арт – терапии, дыхательные техники, метод прогрессивной мышечной релаксации.

Использование данных методов и техник позволит снизить уровень тревожности у старшего дошкольного возраста с общим недоразвитием речи.

Направления работы с тревожными детьми:

1. Работа с тревожностью. Обучение ребенка безопасным способам выражения с тревожностью.
2. Обучение ребенка навыкам выражения, распознавания и контроля своих эмоций.
3. Снятие мышечного напряжения.
4. Формирование у ребенка уверенности в себе.
5. Развитие коммуникативных навыков.

Структура занятия:

1. Вводная часть: ритуал начала занятия.
2. Основная часть: групповые беседы с элементами игры, групповые игры, психокинетическая разминка, проблемные ситуации, дискуссии, придумывание историй, арт-терапия, сказкотерапия.
3. Заключительная часть: подведение итогов, ритуал прощания.

Целью формирующего эксперимента является разработка и апробация программы психологической коррекции тревожности старших школьников с общим недоразвитием речи.

Проведение формирующего эксперимента было осуществлено с детьми экспериментальной группы, так как эта группа имела высокие показатели тревожности. Данный факт требовал оказание комплексной своевременной психокоррекционной помощи, направленной на снижение тревожности детей старшего дошкольного возраста с общмм недоразвитием речи.

Таблица 1 – тематическое планирование психокоррекционных занятий

№ Занятие	Цель занятия	Содержание	Время занятия
1	Развивающие методы знакомств, развитие наблюдательности, развитие пластики тела, снятие стресса в незнакомой обстановке, тренировка эмоциональной чувствительности, развитие доброжелательности	"Знакомимся друг с другом и с кошкой". Упражнение "Давайте познакомимся!" Упражнение "Затачивание когтей". Упражнение "Кошачье имя". Упражнение "Мышка, мышка... кошка". Упражнение "Кошачье настроение". Прощание.	30 минут
2	Эмоциональное сближение детей, обучение навыкам саморегуляции, снятие телесных зажимов, отреагирование страхов.	"Командообразование". Упражнение "Клубок". Упражнение "Кошачьи игры". Упражнение "Привет, собака!" Упражнение " Кличка собаки". Мобильная игра "Чуткий сторож". Прощание.	30 минут
3	Реагирование на тревогу и поиск социально приемлемых форм выражения тревожных переживаний, работа со страхами.	"Избавление от негативного опыта и реагирование на агрессивные тенденции". Упражнение "Черная метка". Релаксационная программа "Встреча".	30 минут

Продолжение таблицы 1

№ Занятие	Цель занятия	Содержание	Время занятия
		Упражнение - обсуждение "Почему котенок грустный?" Упражнение– обсуждение "Как мой друг стал храбрым?" Техника медитации "Тигр на охоте". Прощание. "Все танцуют!"	
4	Снижения тревожности, развитие способности самостоятельно разрешать проблемные ситуации.	Упражнение "Подари подарок другу", беседа "Как ты справляешься с трудностями", игра "Волны", рефлексия "Ладошки", расслабление "Ручей", рефлексия "Подари улыбку другу".	30 минут
5	Снижение уровня тревожности, развитие способности самостоятельно решать проблемные ситуации, стрессоустойчивость.	Упражнение "Подари подарок другу", упражнение "Шалтай-Балти", игра "Гусеница", совместное рисование, упражнение "Пчелки", игра "Фото", рефлексия "Подари улыбку другу".	30 минут
6	Работа со страхами, развитие умений самостоятельно решать	Упражнение "Сделай подарок другу", упражнение "Винт", упражнение "Волшебный стул",	30 минут

Продолжение таблицы 1

№ Занятие	Цель занятия	Содержание	Время занятия
	проблемные ситуации, развивать чувство собственного достоинства и умение расслабляться.	игра "Зеркало", игра "Камень", упражнение "Замешательство", игра "Танец вслепую", отражение "Подари улыбку другу". Рисуем свой страх.	
7	Работа со страхами, преодоления стрессовых ситуаций и развития самооценки.	Упражнение "Подари подарок другу", упражнение "Дудочка", игра "Фотоальбом", "Упражнение-размышление "Подари улыбку другу". Сочинение сказки «Мой страх»	30 минут
8	Работа со страхами, взаимодействия друг с другом, преодоления стрессовых ситуаций	Игра "Скрытые задачи", игра "Лепка", игра "Смена ритма", игра "Ладонь к ладони", рефлексия "Подари улыбку другу". Сочинение сказки «Мой страх»	30 мин
9	Снижение тревожности, развитие навыков самостоятельного принятия решений.	Упражнение "Волшебное имя", рисование себя, игра "Превращения", упражнение "Закончи предложение", рисование "Мое настроение", размышление "Подари улыбку другу".	30 минут

Продолжение таблицы 1

10	Снижение уровня тревожности и обретения уверенности в себе.	Упражнение "Сделать подарок другу", упражнение "Строительство", упражнение "У моря", психогимнастика "Игра с песком", рисование "Я и море", рефлексия "Подарить улыбку другу".	30 минут
11	Снижение тревожности и напряжения у детей, снятия чрезмерного мышечного напряжения.	Упражнение "Подари подарок другу", беседа "Будь смелым", сказка "Два брата", рисование, релаксация "Мяч", размышление "Подари улыбку другу".	30 минут
12	Снижение тревожности и напряжения у детей, развитие воображения	Упражнение "Подари подарок другу", беседа "Поверь в себя", дыхательное упражнение "Музыка ветра", размышление "Подари улыбку другу".	30 минут
13	Снижение тревожности и напряжения у детей, расслабить мышцы рук.	Упражнение "Подари подарок другу", упражнение "Цветок дружбы", упражнение "Сосулька", сказкотерапия "Дедушка и внучки", рефлексия "Подари улыбку другу".	30 минут
14	Снижение тревожности	Упражнение "Ласковое имя",	30 минут

	с помощью театральных мероприятий.	упражнение "Я есть, я буду", упражнение "Театр масок"	
15	Снижение тревожности с помощью игровой терапии.	Упражнение "Сделай подарок другу", упражнение "Шишки", упражнение "Солнечный зайчик"	30 мин
16	Снижение тревожности, развития волеизъявления и эмоциональной сферы ребенка.	Упражнение "Подарок под елкой", игра "Комплимент", размышление "Подари улыбку другу".	30 мин
Блок 2. работа с родителями			
№ Занятия	Цель занятия	Содержание	Время занятия
1	Знакомство с родителями; ознакомление родителей с понятием тревожности, ее проявлениями, причинами и способами коррекции	Знакомство участников группы Лекция на тему: «Тревожность у детей с ОНР: проявления и способы коррекции» Рефлексия	40 минут
2	Обучение родителей навыкам конструктивного взаимодействия с детьми	Лекция на тему: «Способы эффективного общения» Упражнение «Мне в тебе нравится», Упражнение «Копилка достижений», Упражнение «Наши чувства», Упражнение «Игровая терапия»,	40 минут

Окончание таблицы 1

		Рефлексия	
3	Ознакомление родителей со способами коррекции тревожного поведения	Коррекционно-просветительский мастер класс с элементами песочной терапии Рефлексия	40 минут
4	Ознакомление с техниками и методами снятия эмоционального и физического напряжения	Лекция на тему: «Снятие тревожности» Упражнение «Подарок под елкой», Упражнение «Сосулька», Упражнение «Винт», Упражнение «Насос и мяч», Упражнение «Водопад», Упражнение «Слепой танец», Рефлексия	40 минут

Ожидаемые результаты:

1. Снятие тревожности, избавление от страхов.
2. Снятие мышечного напряжения.
3. Развитие положительной самооценки, формирование у ребенка уверенности в себе.
4. Развитие саморегуляции.

3.3 Контрольный эксперимент и его анализ

Целью контрольного этапа исследования является определение эффективности программы психологической коррекции тревожности старшего дошкольного возраста с общим недоразвитием речи.

Для проверки эффективности проведенной психокоррекционной деятельности нами было проведено повторное психодиагностическое исследование. На этапе контрольного этапа эксперимента нами были использованы те же диагностические методики, которые применялись на первом этапе работы. Полученные результаты были проанализированы и представлены нами в сравнении с целью определения эффективности программы психологической коррекции.

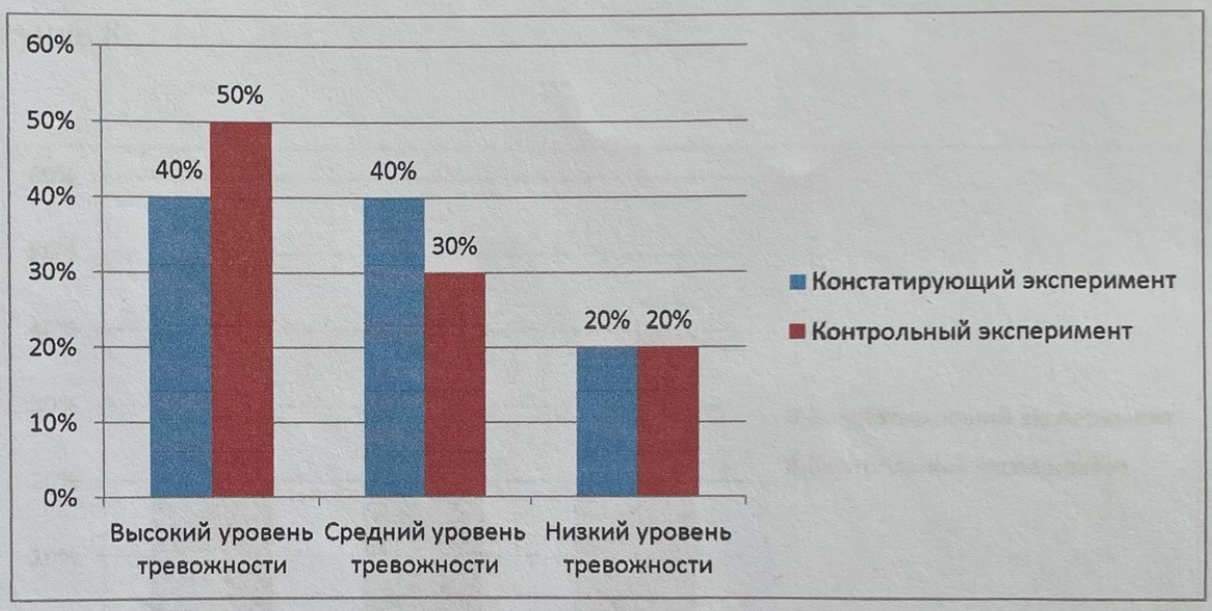


Рисунок 7. Гистограмма 7. Результаты исследования детей контрольной группы по методике «Несуществующее животное» (Г.Ф. Музыченко), контрольный этап эксперимента

Как видно из гистограммы 7, высокий уровень тревожности на контрольном этапе эксперимента был обнаружен у 50% (5 человек) испытуемых, что немного больше, чем у 40% (4 человека), выявленные ранее. Средний уровень был отмечен у 30% (3 человека) детей контрольной группы, в то время, как на констатирующем этапе эксперимента был у 40% (4 человека). Низкий уровень тревожности в констатирующей группе – 20% (2 человека) и в контрольной группе 20% (2 человек). Дети все также рисуют рога, зубы, указывающие на защитную агрессию. Отмечается наличие

прорисовки и обведённых дополнительных деталей. Линии, контр фигур прорисован в острых углах. Использовано больше темных, чем цветных цветов, это свидетельствует о тревожности.

Таким образом, показатели уровня тревожности и ее проявления у детей контрольной группы почти не изменились на контрольном этапе эксперимента и остаются на высоком уровне.

Результаты повторного исследовании детей экспериментальной группы по методике «Несуществующее животное» (Г.Ф. Музыченко) представлены на рисунке 8.

Рисунок 8. Гистограмма 8. Результаты исследования детей экспериментальной группы по методике «Несуществующее животное» (Г.Ф. Музыченко), контрольный этап эксперимента

Высокий уровень тревожности выявлен у 50% (5 человек) детей экспериментальной группы на начало эксперимента, в то время, как на контрольном этапе эксперимента лишь у 20% (2 человека) испытуемых. Средний уровень тревожности составляет 30% (3 человека) от числа исследованных, на контрольном этапе выявлен уже у 40% (4 человека). увеличилось количество детей с низким уровнем тревожности с 20% (2

человек) до 40% (4 человек).

Данные результаты свидетельствуют о том, что уровень тревожности детей экспериментальной группы значительно снизился. Психическое и эмоциональное состояние немного стабилизировалось, показатели тревожности уменьшились. В рисунках детей уже отсутствовали острые углы, темные цвета.

Результаты, полученные при проведении методики «Проективный тест тревожности» Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен, в контрольной группе, представлены графически на гистограмме 9.

Рисунок 9. Гистограмма 9. Результаты исследования детей контрольной группы по методике «Проективный тест тревожности» Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен, контрольный этап эксперимента

Как видно на гистограмме 9, высокий уровень тревожности выявлен у 60% (6 человек) испытуемых. Результаты констатирующего этап эксперимента аналогичны результатам контрольного этапа эксперимента. Средний уровень увеличился с 30% (4 человек) до 40% (4 человек). На констатирующем этапе у 10% (1 человек) зафиксирован низкий уровень

тревожности, в то время, как на контрольном этапе низкий уровень не выявлен.

Таким образом, высокий уровень тревожности, выявленный с помощью методики «Проективный тест тревожности», сохраняется у 60% (6 человек) детей контрольной группы на контрольном этапе эксперимента. Все те же ситуации «Игра с младшими детьми», «Объект агрессии», «Игра со старшими детьми», «Агрессивное нападение», «Изоляция» вызывали у детей тревогу.

Результаты повторного детей экспериментальной группы исследования по методике «Проективный тест тревожности» Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен, представлены на рисунке 10.

Рисунок 10. Гистограмма 10. Результаты исследования детей экспериментальной группы по методике «Проективный тест тревожности» Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен, контрольный этап эксперимента

Таким образом, наличие высокого уровня тревожности можно констатировать у 60% (6 человек) детей экспериментальной группы. На

контрольном этапе эксперимента данный показатель выявлен уже у 40% (6 человек), что свидетельствует о снижении высокого уровня тревожности детей экспериментальной группы. Снизилось показатели среднего уровня с 40% (4 человек) до 30% (3 человек). На констатирующем этапе эксперимента низкий уровень у детей экспериментальной группы не был зафиксирован (0% детей), в то время, как на контрольном этапе эксперимента уже у 30% (3 человек) детей отмечен низкий уровень.

Данные результаты свидетельствуют о том, что уровень тревожности детей экспериментальной группы стал значительно ниже. О гармонизации психического состояния, повышении уровня доверия к окружающему миру свидетельствует снижение уровня тревожного состояния и уменьшение количества детей, испытывающих отрицательные эмоции, тревожность.

Результаты, полученные по методике «Паровозик» Велиева С.В., в контрольной группе, представлены графически на гистограмме 11.

Рисунок 11. Гистограмма 11. Результаты диагностики детей контрольной группы по методике «Паровозик» Велиева С.В., контрольный этап эксперимента

В контрольной группе при проведении повторного анкетирования «Паровозик» (Велиева С.В.) были получены следующие результаты:

повысился показатель высокого уровня тревожности 60% (6 человека) до 70% (7 человека). Средний уровень тревожности можно констатировать у 30% (3 человека). На констатирующем этапе эксперимента средний уровень тревожности был присущ 40% (4 человека) детей. Низкий уровень тревожности не выявлен. Дети все также выбирали темные цвета.

Полученные результаты свидетельствуют о повышение у детей контрольной группы тревожности за счет увеличения количества детей с высоким уровнем тревожности.

Результаты, полученные при проведении диагностики детей по методике «Паровозик» в экспериментальной группе представлены графически на рисунке 12.

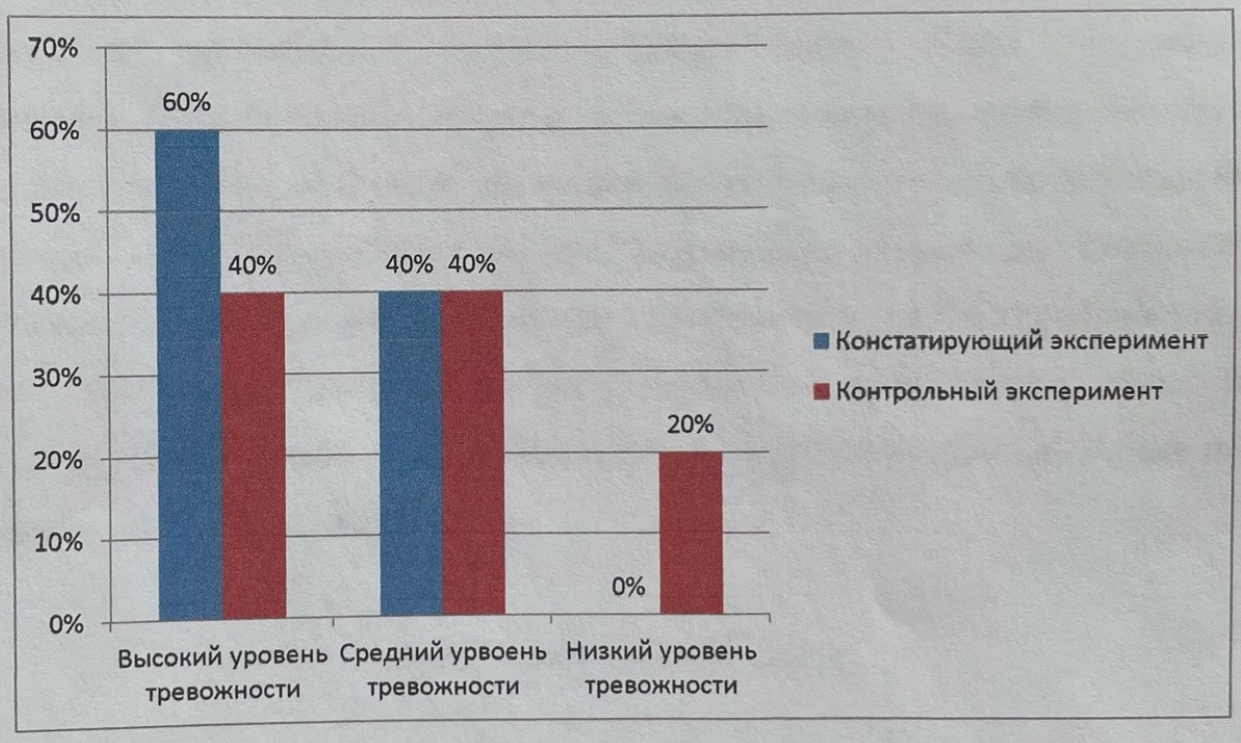


Рисунок 12. Гистограмма 12. Результаты диагностики детей экспериментальной группы по методике «Паровозик» контрольный Этап эксперимента

В экспериментальной группе наблюдается положительная динамика снижения уровня тревожности за счет увеличения числа детей с низким

уровнем тревожности и снижения высокого уровня. Высокий уровень тревожности экспериментальной группы констатирующего этапа 60% (6 человек) снизился до 40% (4 человек) на контрольной этапе эксперимента. Средний уровень тревожности остался неизменным и выявлен все также у 40% (4 человек) детей. Показатели низкого уровня тревожности на констатирующем этапе не выявлены, на контрольном этапе повысились до 20% (2 человек). Дети стали использовать светлый цвета.

В результате проведенного исследования нами было установлено отсутствие значительных изменений в контрольной группе, за исключением увеличения количества детей с высоким уровнем тревожности детей с общим недоразвитием речи.

В экспериментальной группе отмечается положительная динамика в снижении тревожности детей. Также дети стали открытыми, раскрепощёнными, начала уходить внутренняя зажатость, начали проявлять инициативу в той или иной деятельности. В рисунках стали использовать светлые цвета. Отсутствует нажим, штриховка. Исходя из результатов повторного исследования, можно сделать вывод о том, что разработанная нами программа психологической коррекции тревожности поведения старшего дошкольного возраста достаточно 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 агрессивного поведения детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития.

Программа была рассчитана на 2 месяца и включала в себя 16 тематических занятий для детей и 4 занятия для родителей. Занятия проходили в виде игры, так как для дошкольников игровые упражнения

являются наиболее оптимальным и приемлемым вариантом психокоррекционной работы.

Программа включает в себя следующие направления работы: снятие уровня тревожности; научение ребёнка открыть собственные резервы для преодоления и устранения тревожности; снятие мышечного напряжения; развитие коммуникативные навыки; формирование положительной самооценки, развитие саморегуляции.

По результатам контрольного этапа эксперимента мы установили, что в контрольной группе у детей не наблюдается значительных изменений. У детей данной группы все так же преобладает высокий уровень тревожности.

В экспериментальной группе отмечается положительная динамика в снижении тревожности детей. В рисунках детей стало меньше острых углов, многократных обведений рисунка. Дети стали меньше использовать темных тонов. Преобладали светлые цвета. Ситуации «Игра с младшими детьми», «Объект агрессии», «Агрессивное нападение» не вызывали у детей тревогу. Исходя из результатов повторного исследования, можно сделать вывод о том, что разработанная нами программа психологической коррекции тревожности поведения старшего дошкольного возраста достаточно эффективна. Поставленные цели и задачи были достигнуты.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В ходе изучения психолого – педагогической литературы было установлено, что тревожность проявляется в устойчивом негативном переживании тревоги и ожидании проблем от других. К особенностям проявления тревоги у дошкольников с общим недоразвитием речи, как правило, относятся наличие неуверенности в себе, склонность к сомнениям и нерешительность. Детям свойственны особые эмоциональные состояния во время речи, а также беспокойства и тревожности, связанные с их недоразвитием речи.

В исследовании, которое проводилось в детском саду №207, приняли участие 20 человек, средний возраст которых составлял 5-6 лет. Было проведено исследование особенностей тревожности детей старшего дошкольного возраста с общим недоразвитием речи.

Для проведения диагностики мы использовали следующие методы: проективная методика «Несуществующее животное» (Г.Ф. Музыченко), тест на тревожность (Р. Темпл, В. Амен, М. Дорки), методика «Паровозик» (С.В. Велев).

Результаты исследования с использованием методики «Несуществующее животное» (Г.Ф. Музыченко) показали, что как в контрольной, так и экспериментальной группах наличие высокого уровня тревожности характерно для большинства детей. Рисунки этих детей содержали такие детали, как рога, острые зубы, грубые резкие зигзагообразные штрихи. Животное выглядело злым, пугающим. Рисунок имел сильный нажим, обводился по несколько раз.

Исследование детей по тесту тревожности «Проективный тест тревожности» (Р. Тэммпл, В. Амен, М. Дорки) показало, что ситуации, моделирующие отношения ребенок-ребенок «Игра с младшими детьми», «Игра со старшими детьми», «Агрессивное нападение» и др. вызывали у

детей тревожность и страх, о чем свидетельствует высокий уровень тревожности.

По результатам методики «Паровозик» (Велиева С.В.), дети выбрали вагончики темных цветов, что указывало на тревожность, страх, низкую адаптацию в социальной среде.

По результатам проведенного нами исследования, мы можем констатировать преобладание высокого уровня тревожности как в контрольной, так и в экспериментальной группах, что требует своевременной психологической коррекции.

Для снижения тревожности детей старшего дошкольного возраста с общим недоразвитием речи нами была разработана программа психологической коррекции тревожности, которая включает в себя следующие направления работы: снятие уровня тревожности; обучение ребенка навыкам выражения, распознавания и контроля своих эмоций; снятие мышечного напряжения; формирование положительной самооценки; развитие навыков общения, саморегуляции.

По результатам контрольного этапа эксперимента мы установили, что в контрольной группе у детей не наблюдается значимых изменений. У детей данной группы все так же преобладает высокий уровень тревожности. В рисунках дети использовали темные тона, штриховку, сильный нажим. Ситуации взаимодействия, моделирующие отношения ребенок-ребенок все также вызывали страх и тревогу.

В экспериментальной группе отмечается положительная динамика в снижении тревожности детей. В рисунках детей стало меньше острых углов, многократных обведений рисунка. Дети стали меньше использовать темных тонов. Преобладали светлые цвета. Ситуации, моделирующие отношения со сверстниками не вызывали у детей тревогу. Исходя из результатов повторного исследования, можно сделать вывод о том, что разработанная нами программа психологической коррекции тревожности поведения старшего дошкольного возраста достаточно эффективна. Поставленные цели

и задачи были достигнуты.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Астапов В.М. Функциональный подход к изучению состояния тревоги // Психологический журнал. №5. С. 111-117.
2. Астапов В.М. Тревожность у детей. М.: ПЭР СЕ, 2008. 159 с.
3. Аракелов Н.Е., Лысенко Е.Е. «Психофизиологический метод оценки тревожности». Психологический журнал, 1997. №2.
4. Бурлачук Л.Ф., Морозов С.М. Словарь справочник по психодиагностике. - Спб.: Издательство «Питер». 528 с.
5. Бодалев А.А., Столин В.В. Общая психодиагностика. СПБ., 2000. С.292-313.
6. Волковская, Т.Н. Психологическая помощь дошкольникам с общим недоразвитием речи Т.Н. Волковская, Г.Х. Юсупова. – М.: Книголюб, 2014 – 104 с.
7. Волковская Т. Н. Юсупова Г.Х. Психологическая помощь дошкольникам с общим недоразвитием речи. М.: Изд-во «Книголюб», 2004. 104 с.
8. Волковская Т.Н. Особенности работы с родителями в условиях коррекционного дошкольного учреждения для детей с нарушениями развития // Коррекционная педагогика. 2004, №2. 62-70 с.
9. Верещагина Н.В. «Особый ребенок» в детском саду: практ. рекомендации по организации коррекционно-развивающей работы с детьми с множественными нарушениями в развитии / Н.В. Верещагина. - СПб.: ДетствоПресс, 2009. - 156 с.
10. Выготский, Л.С. Детская психология Л.С. / Выготский // Собр. Соч. – М., 2014 – Т.4 – 336 с.
11. Гуревич П.С. Психология: учебник для бакалавров / П.С. Гуревич. - М.: Юрайт, 2013. - 608 с.
12. Долгова В.И. Шумакова О.А. Инновационные технологии взаимодействия педагога-психолога с дошкольниками. Челябинск.: Атоксо,

2010. 115 с.
13. Ингерлейб М.Б. Особенные дети. М.: Эксмо, 2010. 288 с.
14. Специальная педагогика: учеб. пособие для пед.вузов / Л.И. Аксенова, Б.А. Архипов, Л.И. Белякова и др.; ред. Н.М. Назарова. - 9-е изд. - М.: Академия, 2009. - 400 с.
15. Карабанова О.А. Игра в коррекции психического развития ребенка. М.: РПА. 147 с. [Электронный ресурс]. URL:http://www.koob.ru.
16. Костина Л.М. Игровая терапия с тревожными детьми. СПб, «Речь», 2003. 205 с.
17. Костина Л.М. Коррекция тревожности методом интегративной игровой терапии// Дошкольное воспитание, 2003. № 10. С.54-61.
18. Костина Л.М. Методы диагностики тревожности. СПб., 2005. 197 с.
19. Ковалева Е.Б. Способы психологической защиты детей старшего дошкольного возраста с повышенной тревожности и их коррекции. - Иркутск.: Иркутский Государственный Университет 1998. - 257 с.
20. Коломинский Я.Л. Основы психологии. М.: АСТ, ВКТ, 2010. 405 с.
21. Коррекционно-развивающее и специальное образование: инновации, перспективы, проблемы / ред. Н.Г. Калашникова и др. - Барнаул: АЗБУКА, 2012. - 571 с.
22. Капитанец Е.Г. Учителю и психологу коррекционного образования / Е.Г. Капитанец. - Челябинск: Б.И., 2012. - 63 с.
23. Колесникова Г.И. Психокоррекция нарушений развития: учеб. пособие для вузов / Г.И. Колесникова Г.И. - Ростов н/Д.: Феникс, 2009. - 346 с.
24. Колесникова Г.И. Специальная психология и педагогика / Г.И. Колесникова. - Ростов н/Д: Феникс, 2010. - 252 с.
25. Костина Л.М. Игровая терапия с тревожными детьми. Спб.: Речь, 2007. 160 с.
26. Костина Л.П. Методы диагностики тревожности. СПб., 2009. 198 с.
27. Лубовский В.И. Специальная психология / под ред. В.И. Лубовского. М.: Знание, 2003. - 356 с. [Электронный ресурс]. URL: http://www.koob.ru.

28. Лютова Е.К., Монина Г.Б. Шпаргалка для взрослых: Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми. - М.: Изд-во «Речь», 2005. 144 с.

29. Марцинковская Т.Д. Диагностика психологического развития детей. - М.: Линка-пресс, 1997. - 287 с. URL: http://www.koob.ru.

30. Пасечник Л. Тревожный ребёнок//Дошкольное воспитание. 2007. №9. С. 89-95.

31. Большой психологический словарь. Под ред. Мещерякова Б.Г., Зинченко В.П. М.: 2003 - 672 с.

32. Захарова Н. В., Першина Т. В. Снижение тревожности детей старшего дошкольного возраста средствами игровой коррекции // Концепт. - 2015. - Современные научные исследования. Выпуск 3. - ART 85355..«Цветик-семицветик». Программа психолого-педагогических занятий для дошкольников 5-6 лет/Под ред. Н.Ю. Куражевой. – СПб.: Речь, 2014. – 160 с

33. Эмоциональное развитие дошкольника/ Под редакцией А.Д. Кошелевой. – М.: Просвещение, 1985. – 176 с

34. Ярушина И. Программа социально-психологической коррекционно-развивающей работы с детьми старшего дошкольного возраста// Школьный психолог. - 2000. - № 22.

35. Левина, Р. Е. Разграничение аномалий речевого развития у детей / Р. Е. Левина // Дефектология. – 2005. – №2, С.12-15

36. Левитов, Н.Д. Психологическое состояние беспокойства, тревоги / Н. Д. Левитов// Вопросы психологии. – 1969. – №1, с 131-137

37. Лэндрет, Г. Л. Игоровая терапия: искусство отношений / Г. Л. Лэндрет. М. : Международная педагогическая академия, 1998. – 368 с.

38. Лютова, Е.К. Шпаргалка для взрослых: Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми / Е. К. Лютова, Монина Г. Б. – М.: Генезис, 2000 — 192 с.

39. Макшанцева, Л. В. Тревожность и возможности ее снижения у детей, начинающих посещать детский сад / Л. В. Макшанцева// Психологическая

наука и образование. – 1998. – № 2, с. 39-47
40. Малкова, Е. Е. Тревожность и развитие личности в норме и при патологии: автореф. дис. …д-ра псих. наук / Е. Е. Малкова: Российский государственный педагогический ун-т им. А. И. Герцена. – СПб, 2014. – 41с.
41. Мардер, Л. Д. Цветной мир. Групповая арт-терапевтическая работа с детьми дошкольного и младшего школьного возраста / Л. Д. Мардер – М.: Генезис, 2007. – 143 с.
42. Мухина, В. С. Возрастная психология. Феноменология развития / В. С. Мухина. – Изд.: Академия, 2012. – 656 с.
43. Мэй, Р. Смысл тревоги / Р. Мэй. М.: Класс, 2001. – 258 с.
44. Нехорошкова, А. Н. Проблема тревожности как сложного психофизиологического явления //Экология человека / А. Н. Нехорошкова, А. В. Грибанов, Ю. С. Джоюс – 2014. – №6, с. 46-54
45. Нищева, Н. В. Картотека подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковой гимнастики / Н. В. Нищева. – М.: Детство-Пресс, 2014. – 80 с. 78
46 .Новые направления в игровой терапии: Проблемы, процесс и особые популяции / под ред. Г. Л. Лэндрета. – М.: Когнито-центр, 2007. – 479 с.
47. Обухова, Л. Ф. Возрастная психология / Л. Ф. Обухова – Изд.: Юрайт, 2016. – 460 с.
48. Осипова, А. А. Общая психокоррекция / А. А. Осипова. М.: Сфера, 2002. – 510 с. 49. Понятийно-терминологический словарь логопеда / Под ред. В. И.Селиверстова. — М. :Владос, 2015. — 400с.
50. Приказ Министерства Образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 17 октября 2013 № 1155 г. Москва «Об утверждении федерального государственного стандарта дошкольного образования» (Зарегистрирован в Минюсте РФ 14 ноября 2013 г.) // «Российская газета», № 6441, от 25.11.2013 г.
51. Прихожан, А. М. Психокоррекционная работа с тревожными детьми / А. М. Прихожан - М., 1990 . – 231с.

52. Прихожан, А. М. Психология тревожности: дошкольный и школьный возраст / А.М. Прихожан – СПб: Изд.: Питер, 2009. – 192 с.

53. Программа дошкольного образования детей с тяжелыми нарушениями речи / Л. Б. Баряева, О. П. Гаврилушкина, Г. Г. Голубева – СПб.: ЦДК проф. Л. Б. Баряевой, 2012. – 415 с. 54. Психология общения. Энциклопедический словарь. / Под ред. А. А. Бодалева — М.: Когито-Центр, 2011. – 509 с.

55. Психология. Иллюстрированный словарь / Под ред. И. М. Кондакова. – Изд.: Прайм-Еврознак, 2003. – 512 с.

56. Роджерс, К. Р. Клиент-центрированная терапия / К. Р. Роджерс. – Изд.: Рефл-бук, 2003. – 318 с.

57. Сидоров, К.Р. Тревожность как психологический феномен /К. Р. Сидоров - Вестник Удмуртского университета. – 2003. – № 3, с.42-52 79

58. Слюсарева, Е. С. Методы психологической коррекции / Е. С. Слюсарева, Г. Ю. Козловская. – Ставрополь, 2008. – 240 с.

59. Спилбергер, Ч.Д. Концептуальные и методологические проблемы исследования тревоги / Ч. Д. Спилбергер . – М., 1983 – 217с.

60. Степанов, С. С. Беспокойство, его причины и следствия / С. С. Степанов. – М.: Эксмо, 2012. – 251 с.

61. Тихонова, Е. И. Высокая тревожность детей как следствие неправильного воспитания [Электронный ресурс] // Социальная сеть работников образования. Методические разработки. URL: http://hghltd.yandex.net/yandbtm?fmode=inject&url=http%3A%2F%2Fnsportal.ru (дата обращения 01. 09. 2015)

62. Философский энциклопедический словарь / Под ред. Е. Ф. Губского, Г. В. Кораблевой, В. А. Лутченко. – М.: Инфра-М, 2003. – 576 с.

63. Фрейд, З. По ту сторону принципа удовольствия / З. Фрейд. – Изд.: Фолио, 2009. – 158 с.

64. Хекхаузен, Х. Мотивация и деятельность / Х. Хейкхаузен – М., 1986. – 800 с.

65. Хорни, К. Невротическая личность нашего времени. Самоанализ / К.

Хорни – М., 1993. – 265с. 66. Хорни, К. Тревожность / К. Хорни - СПб.Питер, 2001. – 180 с.

67. Шарохина, В. Л. Коррекционно-развивающие занятия. Старшая и подготовительная группы / В. Л. Шарохина, Л. И. Катаева. – М.: Национальный книжный центр, 2014. – 115 с.

68. Шевченко М., Психологические рисуночные тесты для детей и взрослых / М. Шевченко – Екатеринбург: Изд.: У-Фактория, М. АСТ. Москва, 2009. – 152 с.

69. Широкова, Г.А. Справочник дошкольного психолога / Г. А. Широкова — Ростов: Изд.: Феникс, 2004. — 384 с.

70. Экслайн, В. Игровая терапия в действии / В. Экслайн. М.: Апрель- пресс, Изд.: Эксмо, 2003. – 384 с.

71. Эльконин, Д .Б. Психология игры / Д. Б. Эльконин. – М.: Владос, 2012. – 228 с.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Приложение 1

Методика «Несуществующее животное» (Г.Ф. Музыченко)

Для изучения личности ребенка от 7 лет и старше можно использовать проективный тест «Несуществующее животное», предложенный М.З. Дукаревич, который был дополнен и адаптирован Г.Ф. Музыченко.

Материалы: лист бумаги, простой мягкий карандаш и ластик. Лист бумаги лучше брать белый.

Инструкция: «Придумайте и нарисуйте несуществующее животное и назовите его несуществующим именем».

Показатели и интерпретация:

1. Положение рисунка на листе.

Положение рисунка ближе к верхнему краю листа трактуется как высокая самооценка, недовольство собственным положением в социуме и недостаточность признания со стороны окружающих; претензия на продвижение, тенденция к самоутверждению, претензия на признание.

Положение рисунка в нижней части – обратные показатели: неуверенность в себе, низкая самооценка, подавленность, нерешительность, неуверенность, незаинтересованность в своем социальном положении, признании, отсутствие тенденции к самоутверждению.

2. Центральная смысловая часть фигуры (голова или заменяющие ее детали).

Голова, повернутая вправо, свидетельствует о тенденции к деятельности – почти все, что задумывается или планируется, осуществляется или по крайней мере начинает осуществляться, если даже не доводится до конца.

Голова, повернутая влево, интерпретируется как тенденция к рефлексии, размышлению. Для него характерны нерешительность, страх, боязнь перед активным действием.

Положение в фас, т. е. голова, направленная на рисующего, трактуется как эгоцентризм.

На голове располагаются детали, соответствующие органам чувств, – уши, рот, глаза.

Детали глаза придается особое значение. Они символизируют присущий человеку страх. Это значение особенно подчеркивается резкой подрисовкой радужки. Следует обратить внимание на наличие или отсутствие ресниц. Ресницы – показатель истероидно-демонстративных манер. Для мужчин – женственные черты характера с подрисовкой радужки или зрачка совпадают редко. Ресницы могут свидетельствовать о заинтересованности в восхищении окружающих внешней красотой и манерой одеваться, придании этому большого значения. Значение детали ушей прямое – заинтересованность в информации, значимость мнения окружающих для себя (дополнительно по другим показателям, по их сочетанию определяется, предпринимает ли испытуемый что-либо для положительной оценки или только выражает соответствующие реакции на окружающих: радость, гордость, обиду, огорчение, не изменяя при этом своего положения).

Рот можно интерпретировать следующим образом. Приоткрытый рот в сочетании с языком символизирует болтливость, в сочетании с подрисовкой губ трактуется как чувственность. Иногда и то, и другое вместе. Открытый рот без подрисовки губ и языка, особенно зачерченный, трактуется как легкость возникновения страхов и опасений, недоверия.

Рот с зубами – вербальная агрессия, в большинстве случаев защитная: огрызается, защищается, грубит в ответ на осуждение или порицание. Для детей и подростков рот округлой формы означает боязливость и тревогу. Увеличенный (по отношению к фигуре в целом) размер головы говорит о том, что испытуемый ценит рациональное начало, а возможно, эрудицию в себе и в окружающих.

На голове могут быть расположены дополнительные детали: рога трактуются как защита, агрессия (точно это можно определить в сочетании с другими признаками агрессии – ногтями, щетиной, иглами). Характер этой агрессии – спонтанный или защитно-ответный.

Перья свидетельствуют о тенденции к самоукрашению или к самооправданию и демонстративности.

Грива, шерсть, подобие притески символизируют чувственность, подчеркивание своего пола, иногда ориентировку на свою сексуальную роль.

3. Несущая часть фигуры (опорная – ноги, лапы, постаменты).

Рассматриваются соразмерность этой части фигуры по отношению ко всей фигуре и соотнесенность с нею по форме, которые трактуются как основательность, обдуманность, рациональность принятия решений, опора на существенную и значимую информацию. В противном случае – поверхностность и неосновательность суждений, легкомысленность выводов, иногда импульсивность принятия решений, особенно при полном или частичном отсутствии ног. Следует обратить внимание на характер соединения ног с корпусом: соединены точно, тщательно или небрежно, слабо или не соединены совсем. Это свидетельство контроля за своими рассуждениями, выводами, решениями.

Однотипность и однонаправленность, повторяемость формы ног – любых элементов в одной части – конформность суждений и установок в принятии решений, стационарность, банальность. Разнообразие в положении деталей говорит о своеобразии установок и суждений, самостоятельности, небанальности и, соответственно, – о творческом начале в норме или инакомыслии испытуемого.

4. Части, возвышающиеся над уровнем фигуры.

Эти части могут быть функциональные или украшающие: крылья, дополнительные ноги, щупальца, детали панциря; перья, бантик, что-то вроде завитушек, кудрей, цветков. Первые говорят об энергии, охвате разных областей человеческой действительности, уверенности в себе,

самораспространении либо свидетельствуют о любознательности, готовности участвовать как можно в большем количестве мероприятий, о стремлении завоевать себе место под солнцем, об увлеченности своей деятельностью, смелостью мероприятий – соответственно значению символа (щупальца, крылья ит. д.). Вторые – о стремлении демонстративности, о склонности к привлечению к себе внимания, о манерности.

5. Хвосты.

Эта деталь символизирует отношение к собственным действиям, поступкам или решениям, размышлениям, вербальной продукции. По направлению вправо (+) на листе или влево (-) можно судить об окраске этого отношения. Хвост, направленный наверх, – уверенность в себе, положительный настрой, бодрость; хвост же, падающий вниз, трактуется как недовольство собой, подавленность, сожаление, раскаяние и т. д. Особое внимание следует обратить на хвосты, состоящие из нескольких, иногда повторяющихся звеньев, особенно на пышные, длинные, разветвленные. Их направленность также имеет значение: вправо – символизирует оценку своих

действий или поведения, влево – своих мыслей, решений, пропущенного момента, собственной нерешительности.

6. Контур фигуры.

Важно наличие или отсутствие на ней выступов (типа шипов, панциря, игл, прорисовки или затемнения линий контура). Это символы защиты от окружающих. Агрессивной защиты, если контур выполнен в острых углах; страха или тревоги. То же самое – элементы защиты, расположенные не по контуру, внутри контура, на самом корпусе животного. Справа – больше в процессе деятельности (реальной), а слева – защита своих мнений, убеждений.

7. Общая энергия.

Оценивается количеством изображенных деталей у животного: только ли необходимое, чтобы дать представление о животном (тело, голова, конечности и т. д.), с заполнением контуров без штриховки и

дополнительных линий или же имеет место щедрое изображение не только необходимых, но и усложняющих конструкцию деталей (дополнительных). Соответственно, чем выше энергия, тем больше деталей, и, наоборот, отсутствие таковых – экономия энергии, астеничность, органика, хроническое соматическое заболевание. То же подтверждается характером линии: при астении она слабая, паутинообразная. Жирная с нажимом свидетельствует не об энергии, а о тревожности. Особенно следует обратить внимание на резко продавленные линии, видимые даже с обратной стороны (судорожный, высокий тонус мышц рисующей руки может трактоваться как резкая тревожность). Необходимо обратить внимание также на то, какая деталь, какой символ выполнен подобным образом, т. е. к чему привязана тревожность.

8. Тема.

Тематически животные делятся на угрожающих, угрожаемых и нейтральных. Выбор типа животного – это отношение испытуемого к своему «Я», представление о своем положении в мире.

9. Уподобление животного человеку.

Такой тип изображения, начиная с постановки животного в положение прямохождения (две лапы, вместо четырех ит. д.), кончая одеванием животного в человеческую одежду, включая похожесть морды на лицо, ног и лап на руки, свидетельствует об инфантилизме, эмоциональной незрелости испытуемого. Механизм уподобления сходен с аллегорическим значением животных и их характеров в сказках, притчах.

Фигура круга, особенно ничем не заполненного, символизирует тенденцию к сокрытию, замкнутости своего внутреннего мира, нежелание давать сведения о себе окружающим, наконец, нежелание подвергаться тестированию. Необходимо обратить внимание на акцент сексуальных признаков у животного (вымя, соски, груди при человеческой фигуре). Такое изображение свидетельствует об отношении к полу.

10. Название.

Название может выражать рациональное соединение смысловых частей (например, «Летающий заяц»). Другие варианты – словообразования с книжно-научным, иногда латинским суффиксом или окончанием (например, «Реболетиус», «Воплиолярис»). Первое может трактоваться как рациональность, направленная установка на определенную ориентацию. Второе – как демонстративность (разума, эрудиции). Встречаются названия поверхностно-звуковые без всякого осмысления (например, «Гряктер», «Лелые»), свидетельствующие о легкомыслии.

Наблюдаются и ироническо-юмористические названия (например, «Рипочурка», «Давашпор», «Пузыриес»), характеризующие соответствующее отношение к окружающему. 0б инфантилизме испытуемого свидетельствуют названия, которые имеют повторяющиеся элементы (например, «Трутру»). Склонность к фантазированию (чаще всего защитного порядка) выражается непомерно длинным названием.

«Проективный тест тревожности» (Р. Тэммпл, В. Амен, М. Дорки)

Методика предназначена для детей 4-7 лет. Степень тревожности свидетельствует об уровне эмоциальной приспособленности ребенка к социальным ситуациям, показывает отношение ребенка к определенной ситуации, дает косвенную информацию о характере взаимоотношений ребенка со сверстниками и взрослыми в семье и в коллективе.

Экспериментальный материал:

14 рисунков (8,5х11 см) выполнен в двух вариантах: для девочки (на рисунке изображена девочка) и для мальчика (на рисунке изображен мальчик). Каждый рисунок представляет собой некоторую типичную для жизни ребенка ситуацию. Лицо ребенка на рисунке не прорисовано, дан лишь контур головы. Каждый рисунок снабжен двумя дополнительными рисунками детской головы, по размерам точно соответствующими контуру лица на рисунке. На одном из дополнительных рисунков изображено

улыбающееся лицо ребенка, на другом - печальное. Проведение исследования:

Рисунки показывают ребенку в строго перечисленном порядке один за другим. Беседа проходит в отдельной комнате. Предъявив ребенку рисунок, исследователь дает инструкцию.

Инструкция:

1. Игра с младшими детьми. «Как ты думаешь, какое лицо будет у ребенка: веселое или печальное? Он (она) играет с малышами»

2. Ребенок и мать с младенцем. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое? Он (она) гуляет со своей мамой и малышом»

3. Объект агрессии. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное?»

4. Одевание. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка печальное или веселое? Он (она) одевается»

5. Игра со старшими детьми. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) играет со старшими детьми»

6. Укладывание спать в одиночестве. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое? Он (она) идет спать»

7. Умывание. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) в ванной»

8. Выговор. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое?»

9. Игнорирование. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого бенка: веселое или печальное?»

10. Агрессивное нападение «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое?»

11. Собирание игрушек. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) убирает игрушки»

12. Изоляция. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое?»

13. Ребенок с родителями. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) со своими мамой и папой»

14. Еда в одиночестве. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое? Он (она) ест». Во избежание навязывания выборов у ребенка в инструкции чередуется название лица. Дополнительные вопросы ребенку не задаются. Выбор ребенком соответствующего лица и словесные высказывания ребенка можно зафиксировать в специальном протоколе (бланки должны быть подготовлены заранее).

Анализ результатов: Протоколы каждого ребенка подвергаются количественному и качественному анализу.

Количественный анализ На основании данных протокола вычисляется индекс тревожности ребенка (ИТ), который равен процентному отношению числа эмоционально негативных выборов (печальное лицо) к общему числу рисунков (14):

ИТ = Число эмоциональных негативных выборов х100% 14

В зависимости от уровня индекса тревожности дети подразделяются на 3 группы:

а) высокий уровень тревожности (ИТ выше 50%);

б) средний уровень тревожности (ИТ от 20 до 50%);

в) низкий уровень тревожности (ИТ от 0 до 20%).

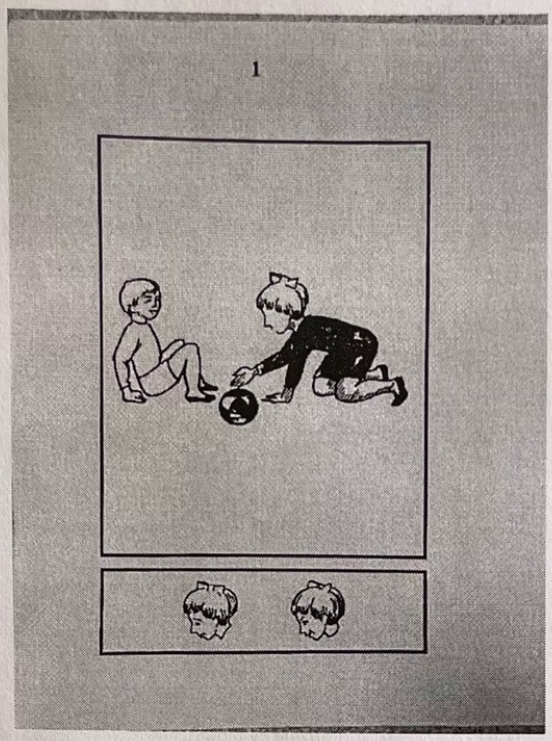
Качественный анализ

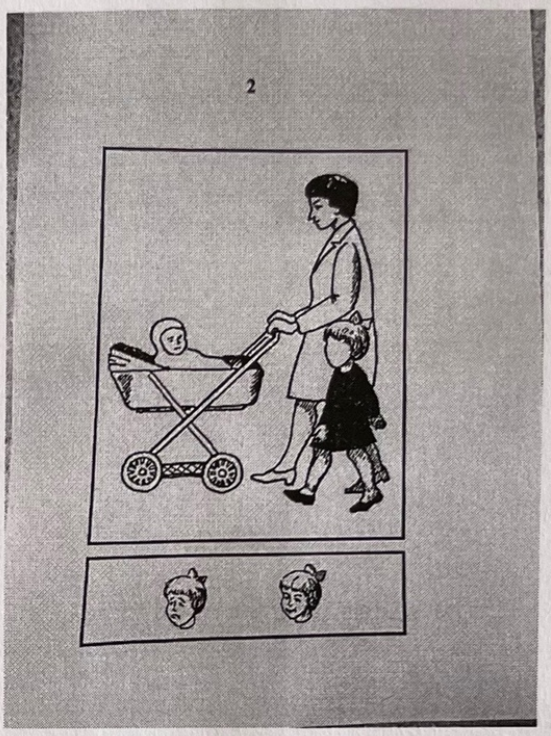
Каждый ответ ребенка анализируется отдельно. Делаются выводы относительно возможного характера эмоционального опыта ребенка в данной (и подобной ей) ситуации. Особенно высоким проективным значением обладают рис. 4 («Одевание»), 6 («Укладывание спать в одиночестве»), 14 («Еда в одиночестве»). Дети, делающие в этих ситуациях отрицательный эмоциональный выбор, вероятнее всего, будут обладать высоким ИТ; дети, делающие отрицательные эмоциональные выборы в ситуациях,

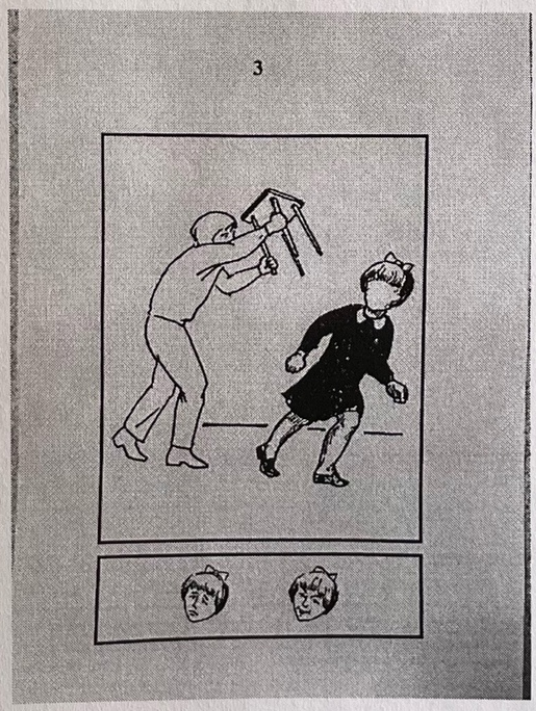
изображенных на рис. 2 («Ребенок и мать с младенцем»), 7 («Умывание»), 9 («Игнорирование») и 11 («Собирание игрушек»), с большей вероятностью будут обладать высоким или средним ИТ.

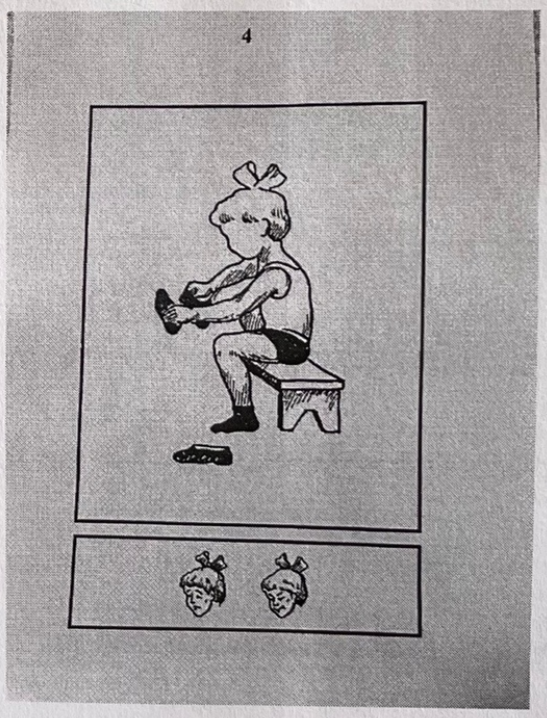
Как правило, наибольший уровень тревожности проявляется в ситуациях, моделирующих отношения ребенок-ребенок («Игра с младшими детьми», «Объект агрессии», «Игра со старшими детьми», «Агрессивное нападение», «Изоляция»). Значительно ниже уровень тревожности в рисунках, моделирующих отношения ребенок - взрослый («Ребенок и мать с младенцем», «Выговор», «Игнорирование», «Ребенок с родителями»), и в ситуациях, моделирующих повседневные действия («Одевание», «Укладывание спать в одиночестве», «Умывание», «Собирание игрушек», «Еда в одиночестве»). Стимульный материал к тесту тревожности (Р. Тэммпл, В. Амен, М. Дорки)

Картинки к тесту для девочек:

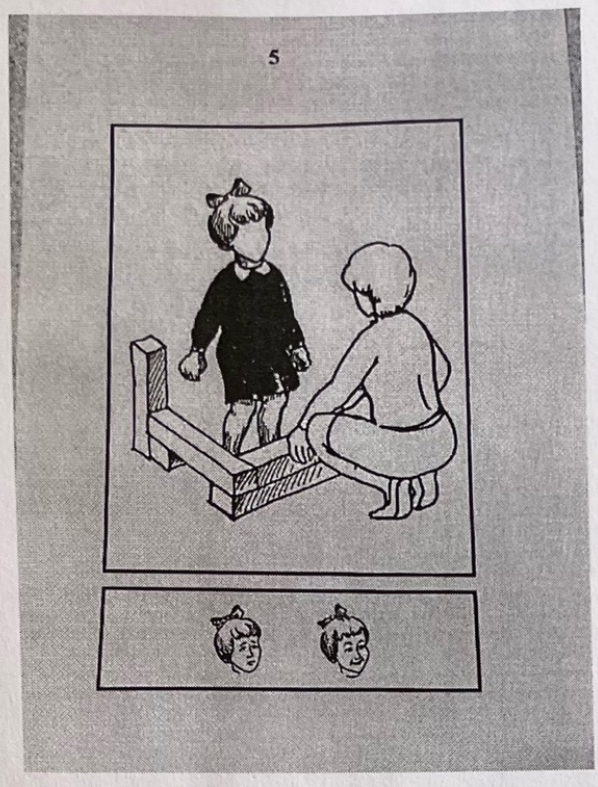




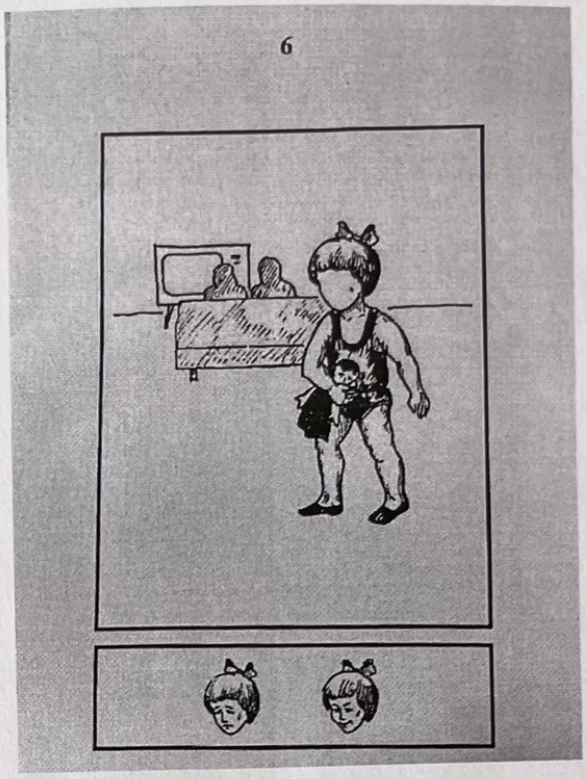




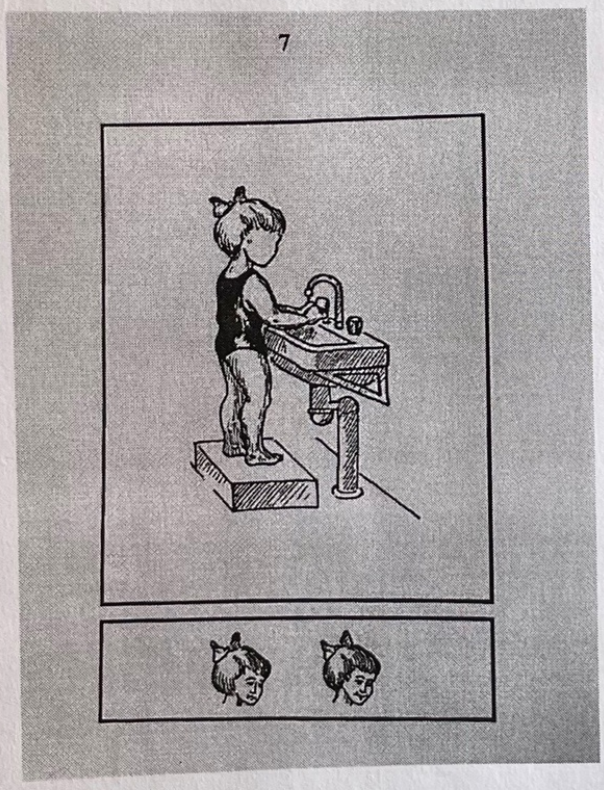
5



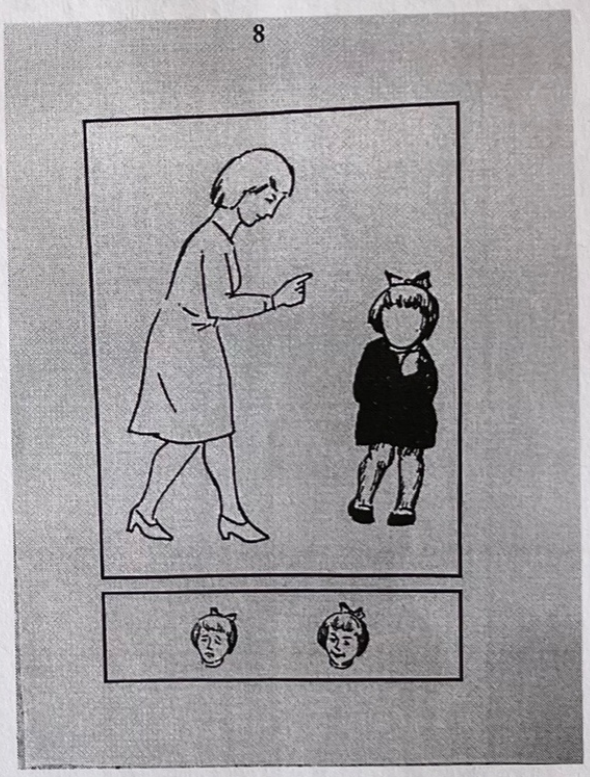
6

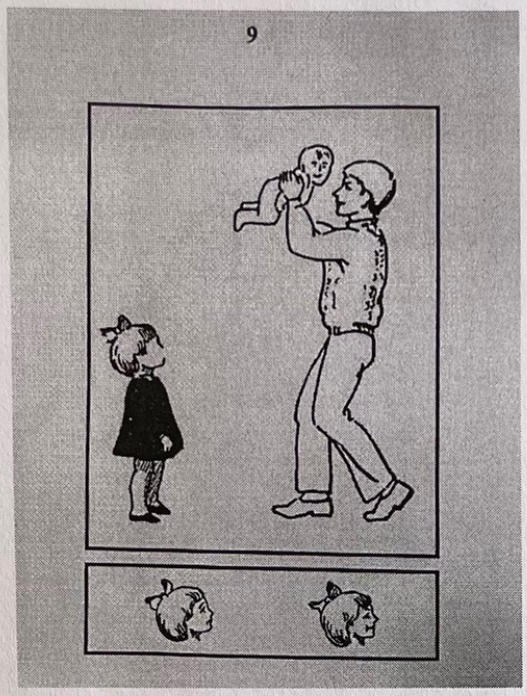


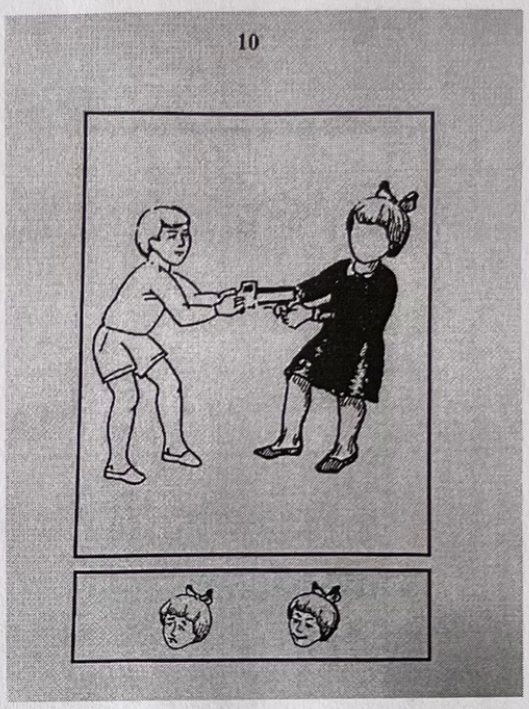
7



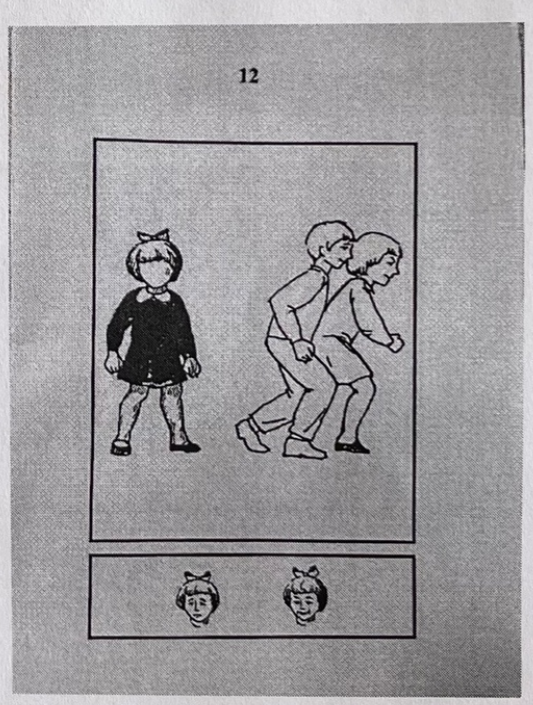
8



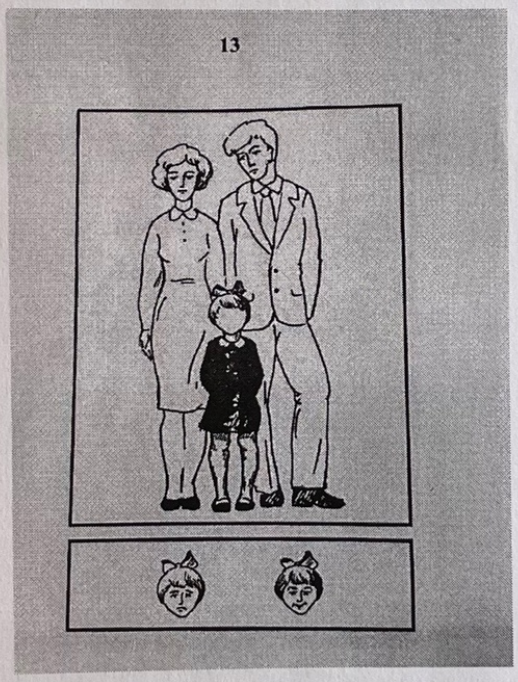

9


10

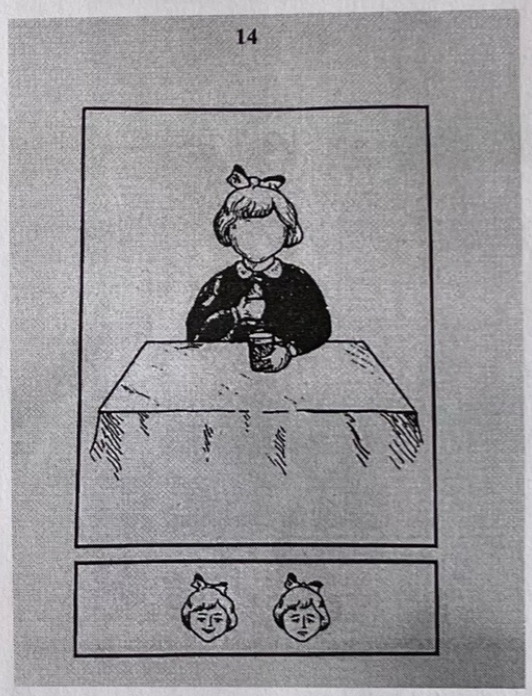
11


12

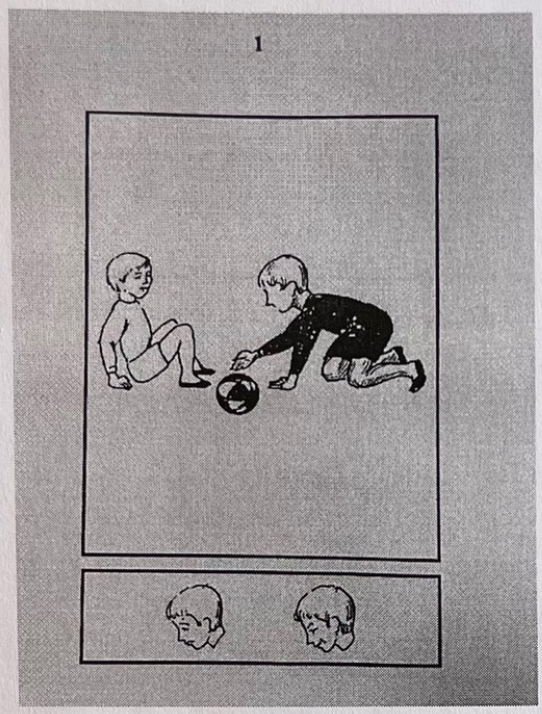
13

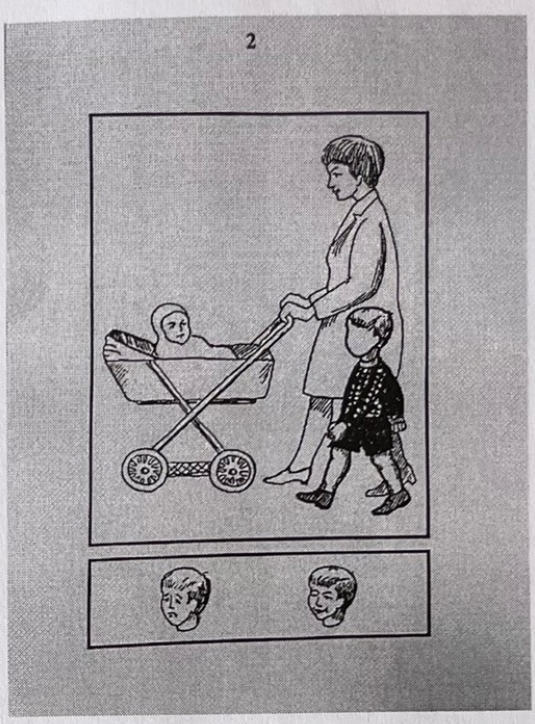


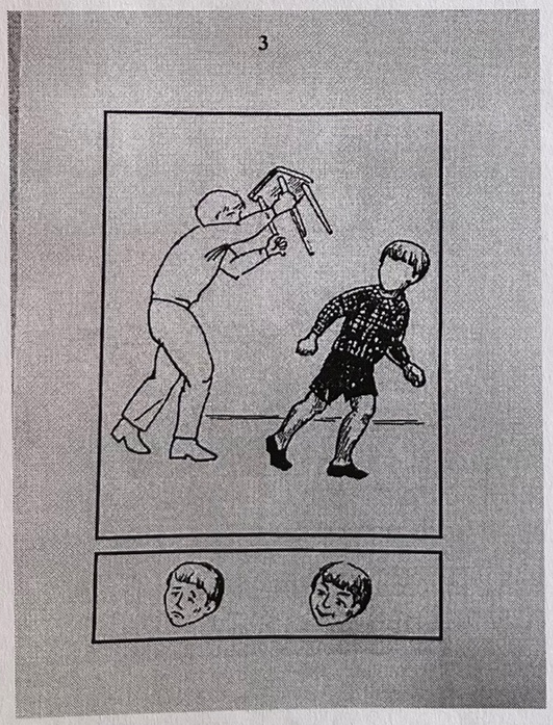
14

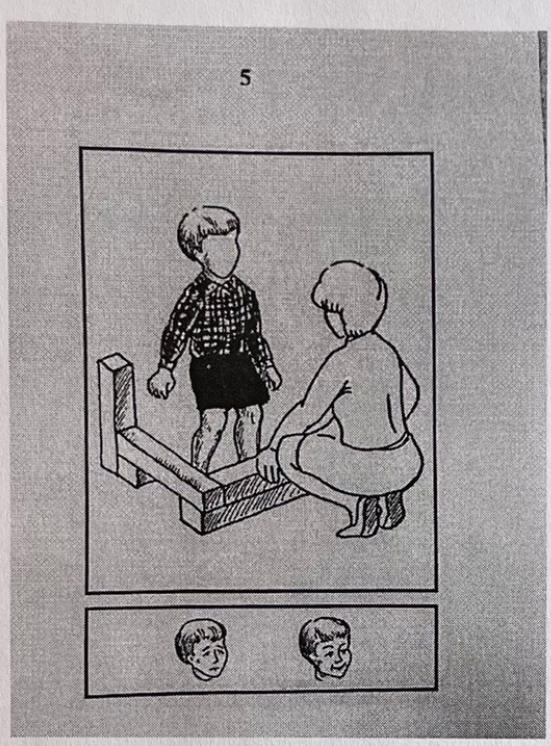


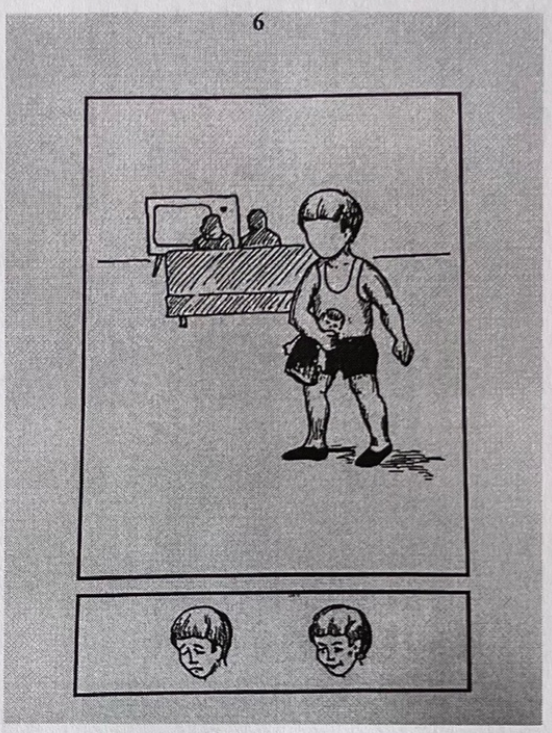
«Выбери нужное лицо» для мальчиков.

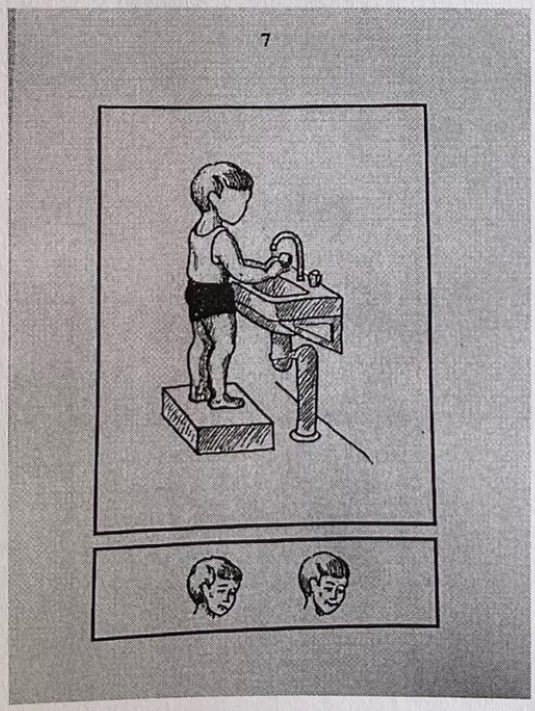


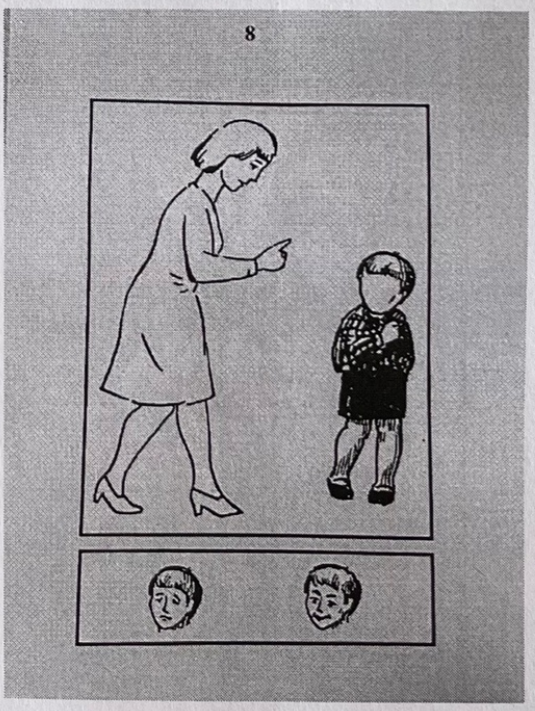


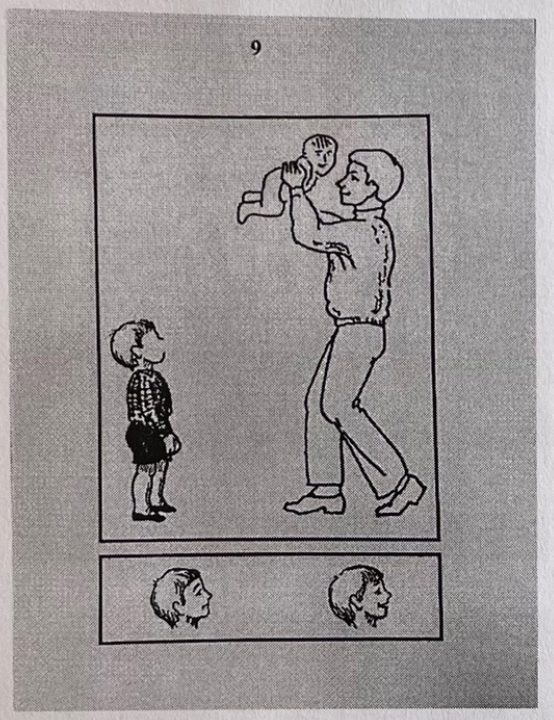


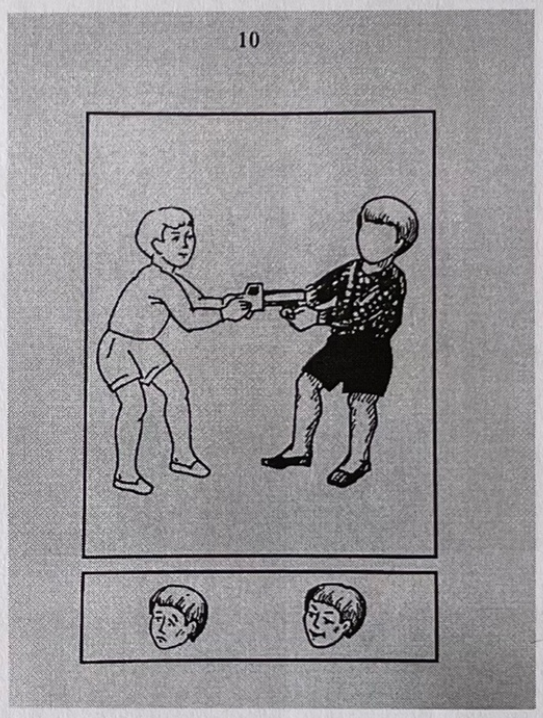

5


6

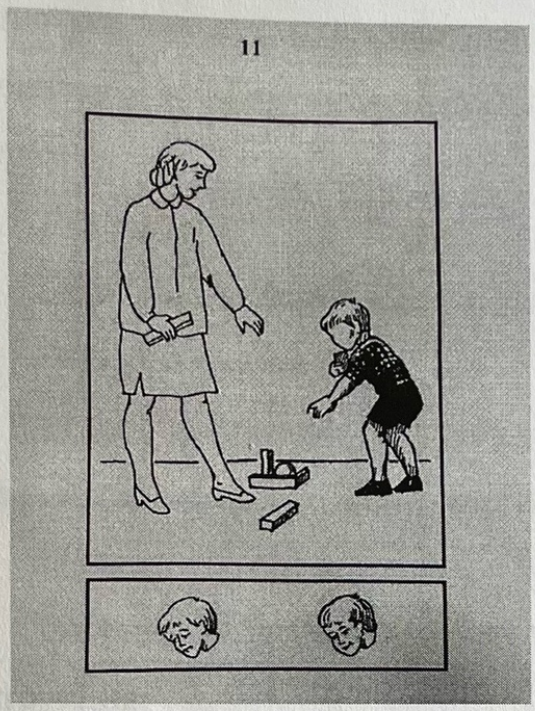

7


8

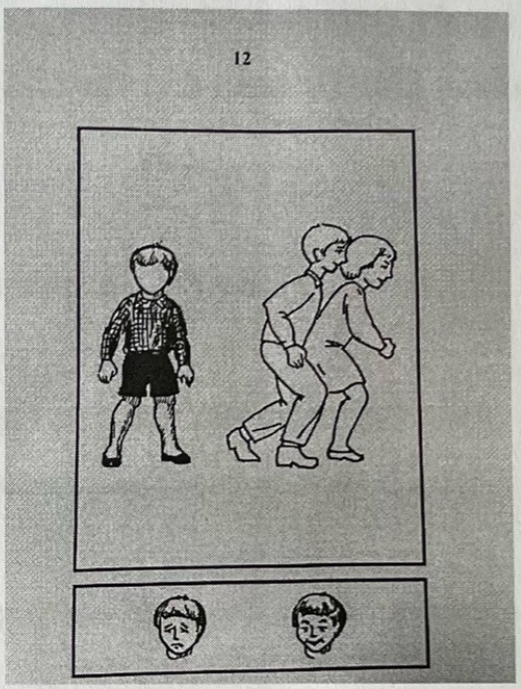

9


10

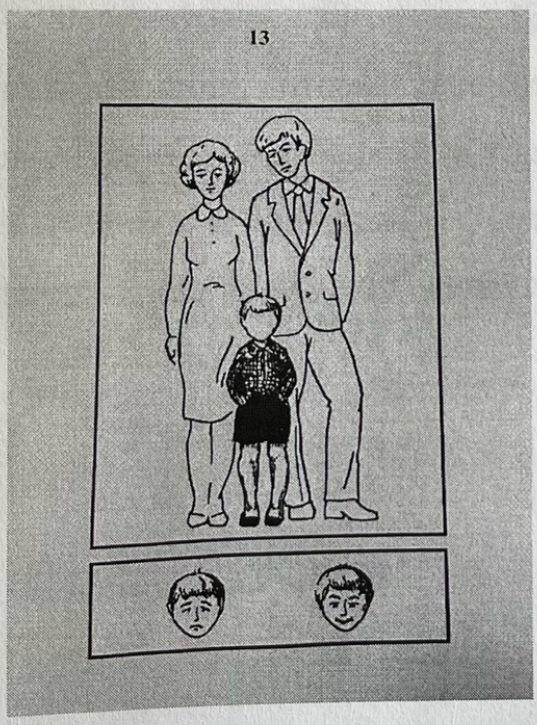
11



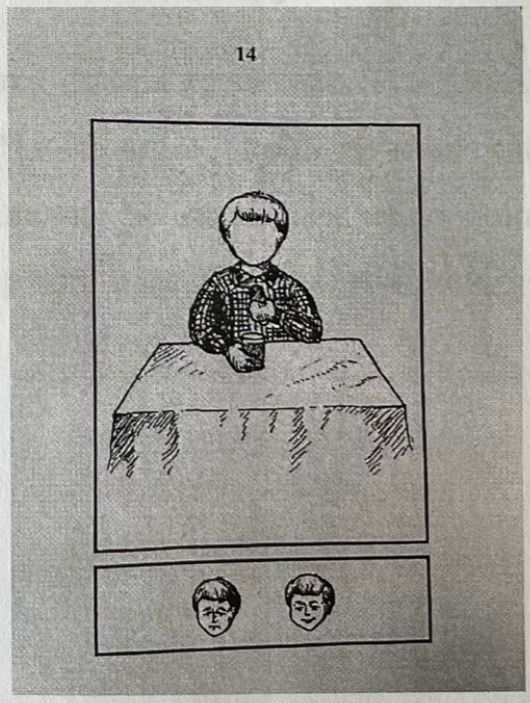
12



13



14



Методика «Паровозик» (С.В. Велиева)

определение особенности эмоционального состояния ребёнка: нормальное или пониженное настроение, состояния тревоги, страха, удовлетворительную или низкую адаптацию в новой или привычной, социальной среде (выявление тревожности у дошкольников). Направлена на определение степени позитивного (ППС) и негативного (НПС) психического состояния.

Возраст:

Методика применяется индивидуально с детьми от 2,5 лет.

Оборудование:

Белый паровозик и 8 разноцветных вагончиков (красный, желтый, зеленый, синий, фиолетовый, серый, коричневый, черный).

Процедура проведения:

Вагончики беспорядочно размещаются на белом фоне и ребёнку даётся инструкция:

“Рассмотри все вагончики. Давай построим необычный поезд. Первым поставь вагончик, который тебе кажется самым красивым. Теперь выбери из оставшихся самый красивый, и т.д.”. Необходимо, чтобы ребенок удерживал все вагончики в поле зрения. Чем младше ребенок, тем чаще повторяется инструкция, одновременно обводятся рукой оставшиеся вагончики.

Обработка результатов:

	Кол-во баллов	Совпадения
	2	3
	1 балл	Фиолетовый вагончик – 2 позиция Чёрный, серый, коричневый – 3 позиция Красный, жёлтый, зелёный – 6 позиция
	2 балла	Фиолетовый вагончик – 1 позиция. Чёрный, серый, коричневый – 2 позиция. Красный, жёлтый, зелёный – 7 позиция. Синий вагончик – 8 позиция.
	3 балла	Чёрный, серый, коричневый – 1 позиция. Синий вагончик – 7 позиция. Красный, жёлтый, зелёный – 8 позиция.

Если в результате суммирования полученных данных, баллов оказывается:

- **менее 3-х**, то психическое состояние оценивается как позитивное;
- **4-6 баллах** – как негативное психическое состояние низкой степени (НПС нс);
- **при 7 – 9 баллах** – как НПС средней степени;
- **больше 9 баллов** – НПС высокой степени.

Наряду с полученными данными можно определить и общий психологический климат группы детского сада. Сумма всех ППС (а) и НПС (б), разница между ними делиться на количество детей и умножается на 100%.

(а-б) / количество детей х 100% = общ. психол. климат группы

70% и выше – высокая степень благоприятности психологического климата (с БПК).

42 – 69% - средняя сБПК.

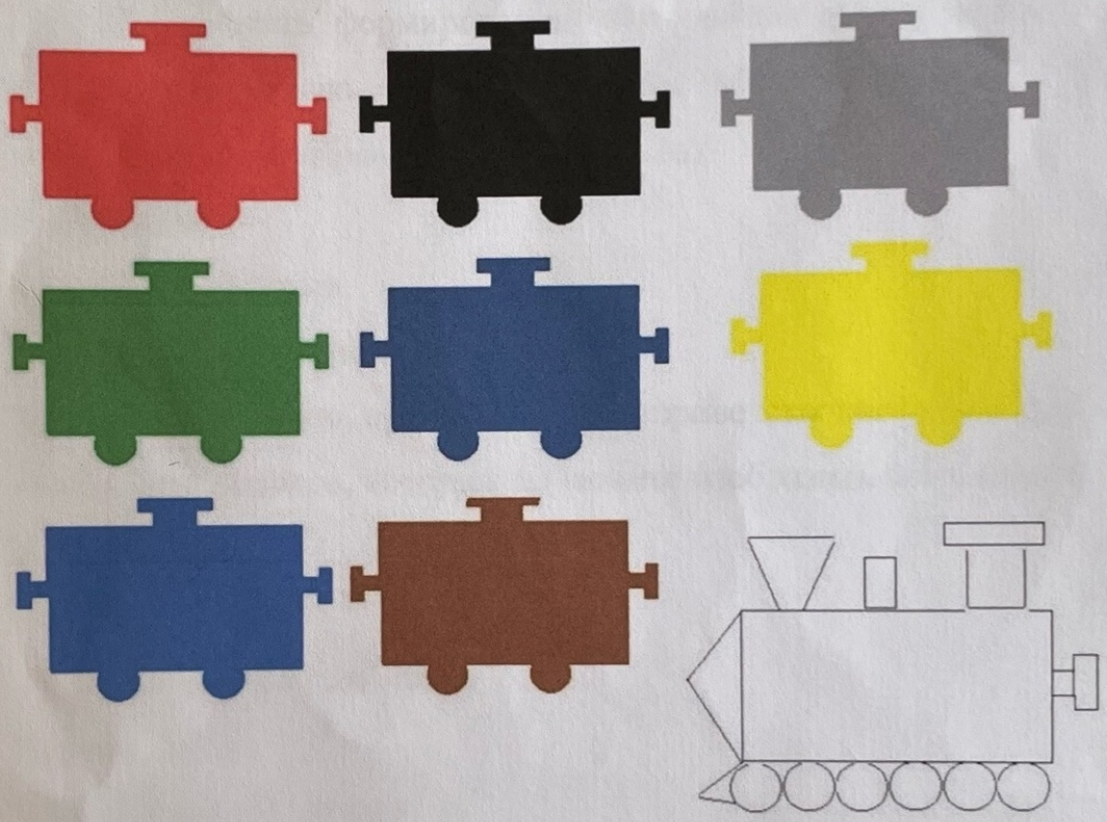
26 – 41,9 – незначительная сБПК.

0-25% - незначительная степень неблагоприятного психологического климата (с НПК).

– 1 до-25% - средняя с НПК.

– 26 и ниже – сильная с НПК.

Стимульный материал к методике «Паровозик»



Приложение 2

Конспекты занятий

Конспект занятия № 10.

Цель: создание условий для снижения тревожности, и обретение уверенности в себе.

Задачи:

1) создавать условия для снижения напряжения у детей;

2) способствовать формированию веры детей в свои силы, умению вести себя конструктивно в новой ситуации. Материалы: бумага, краски, карандаши, набор геометрических фигур, песок.

Ход занятия:

I. Организационный.

Упражнение «Подари подарок другу»

Добрый день ребята, предлагаю вам поприветствовать друг друга.

Изобразите подарок, который вы можете изобразить пантомимой.

II. Основной.

Беседа:

«Что значит верить в себя?»

Ответы детей.

Упражнение «Стройка»

Любое здание – модульная композиция. Подобные элементы различного масштаба образуют неповторимый рисунок сооружения, их ритм организует пространство вокруг здания и внутри. В упражнении дети придумывают различные сквозные ажурные конструкции и используют их в качестве модулей для создания своих домов. Дома получаются не законченные – а рождающиеся, растущие на глазах.

Порядок работы: выбираем элементы, из которых будем составлять конструкцию дома (прямоугольники, трапеции, треугольники, дуги, сегменты окружностей). Но для каждого рисунка – не более трёх элементов.

Внизу ставим большие фигуры, вверху – меньшие по размеру. Чередование фигур – произвольное. Внутри подобных фигур рисуем и одинаковый геометрический орнамент. Рисуя орнамент, оставляем многочисленные незакрашенные просветы. В результате конструкция получится «сквозной», ажурной. Для нижних фигур используем тяжёлые цвета, выше используем лёгкие цвета (более светлые и более бледные).

Упражнение «На берегу моря» Дети ложатся на ковер. Психолог включает музыку «Шум моря» и спокойным ровным голосом говорит: «Закройте глаза, представьте, что мы лежим на берегу моря. Светит теплое солнышко, мы греемся на нем. Ручки и ножки расслаблены. По телу разливается тепло. Дует ласковый ветерок (в этот момент можно погладить каждого ребенка). Дышим спокойно и глубоко. Набираем полные легкие воздуха и выдыхаем весь воздух. Нам хорошо и спокойно. Море спокойное, а под водой плавают разноцветные сказочные рыбки. Представьте, какие они красивые: голубые, желтые, зеленые – они блестят и переливаются. А мы лежим на берегу, и все заботы и тревоги покидают нас, уплывают как рыбки. Потихоньку открываем глаза, можно потянуться, возвращаемся в нашу комнату».

Психогимнастика «Игра с песком»

Представьте себе, что вы сидите на берегу моря. Наберите в руки песок (на вдохе). Сильно сжав пальцы в кулак, удержать песок в руках (задержкадыхания). Посыпать колени песком, постепенно раскрывая кисти и пальцы. Уронить бессильно руки вдоль тела, лень двигать тяжелыми руками (повторить 2-3 раза).

III этап. Рефлексия

Рисование «Я и море»

Ритуал прощания «Подари улыбку другу».

Конспект занятия № 11.

Цель: создание условий для снижения тревожности и напряжения у детей.

Задачи:

1) создавать условия для снижения напряжения у детей;

2) способствовать формированию веры детей в свои силы, умению вести себя конструктивно в новой ситуации.

Материалы: бумага, краски.

I. Организационный.

Упражнение «Подари подарок другу»

Добрый день ребята, предлагаю вам поприветствовать друг друга.

Изобразите подарок, который вы можете изобразить пантомимой.

Беседа на тему: «Что значит быть смелым?»

Разговор с детьми, ответы детей.

II. Основной.

Сказкотерапия

Продолжи сказку:

Сейчас мы разыграем с вами сказку. Кто из вас какую роль хотел бы играть?

Дети выбирают. Психолог читает, дети показывают.

«Жили, были два брата — Бом и Минь. Бом был сильный, смелый и никогда не унывал (психолог показывает смелого, веселого; просит ребенка повторить), а Минь всего боялся, плакал и часто не знал, что делать (психолог показывает боязливого, плаксивого брата; просит ребенка повторить). Братья очень дружили и всегда были вместе (психолог берет ребенка за руку и показывает, как дружили Бом и Минь). Но вот однажды на их страну напал 15 злой дракон. Он отнял у людей всю еду (психолог показывает злого дракона, «летает» по комнате; просит ребенка повторить). Тогда, Бом решил прогнать этого дракона. Собрался он, попрощался с родителями, братом и друзьями, сел на коня и уехал, (психолог показывает,

как. Бом простился со всеми и поскакал на коне; просит ребенка повторить). Минь хотел поехать с братом, но очень боялся, поэтому остался дома (психолог показывает, как Минь боялся; просит ребенка повторить). Прошло много времени, и от Бома не было никаких известий. Тогда родители послали Миня выручать брата и прогонять дракона. Минь долго плакал, но делать нечего - собрался он, сел на коня и отправился в путь (психолог показывает, как Минь поплакал, сел на коня и медленно поехал; просит ребенка повторить). Приехал Минь к пещере дракона. Смотрит, а дракон превратил Бома в камень (психолог изображает камень; просит ребенка повторить). Испугался Минь, хотел уже убежать (психолог показывает, как Минь испугался; просит ребенка повторить), но тут появился Добрый волшебник...»

Детям предлагается проблемная ситуация. Вопросы:

1) Что произошло дальше?

2) Что сделал Минь?

Рисование

Нарисуйте того героя, который вам понравился.

Обсуждение.

Релаксация «Шарик»

Представьте себе, что сейчас мы будем с тобой надувать шарики. Вдохните воздух, поднимите воображаемый шарик к губам и, раздувая щеки, медленно через приоткрытые губы надувайте его. Следите глазами за тем, как ваш шарик становится все больше и больше, как растут узоры на нем. Дуйте осторожно. А теперь покажите их друг другу. III этап. Рефлексия. Ритуал прощания «Подари улыбку другу».

Ритуал прощания «Подари улыбку другу».