

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

Самусева Дарья Максимовна

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

Психологическая коррекция тревожности детей старшего дошкольного  
возраста с задержкой психического развития

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

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой

д. психол. наук, профессор Черенева Е.А.

(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

01.06.24.

Е.А. Черенева

(дата, подпись)

Научный руководитель

канд. психол. наук, доцент Иванова Н.Г.

(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

01.06.2024

Иванова

(дата, подпись)

Обучающийся Самусева Д.М.

01.06.24.

Самусева

(дата, подпись)

Красноярск 2024

## СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА I. ТЕОРИТИЧЕСКИЙ ОБЗОР ЛИТЕРАТУРЫ ПО ПРОБЛЕМЕ ИССЛЕДОВАНИЯ.....	8
1.1. Проблема изучения тревожности в психологии.....	8
1.2. Особенности проявления тревожности детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития.....	12
1.3. Современное состояние изучения проблемы тревожности детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития.....	15
Выводы по первой главе.....	17
ГЛАВА II. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ТРЕВОЖНОСТИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ.....	19
2.1. Организация и методики исследования тревожности детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития.....	19
2.2. Анализ результатов констатирующего этапа эксперимента.....	23
Выводы по второй главе.....	38
ГЛАВА III. РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОГРАММЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ ТРЕВОЖНОСТИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ.....	39
3.1. Теоретические основы формирующего этапа эксперимента.....	39
3.2. Содержание программы психологической коррекции тревожности детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития.....	55
3.3. Контрольный эксперимент и его анализ.....	60
Выводы по третьей главе.....	67
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	70
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	73
ПРИЛОЖЕНИЕ.....	80

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность исследования.** Изучение тревожности как свойства личности особенно важно, так как это свойство во многом обуславливает поведение ребенка на разных возрастных этапах. Актуальность изучения тревожности у детей с задержкой психического развития во многом определяется тем, что эта индивидуальная психологическая особенность, по данным наиболее авторитетных исследователей (Борякова Н.Ю., Васильева Е.Н., Защиринская О.В., Лубовский В.И., Лебедева О.В., Ульенкова У.В. и др.), является наиболее распространенной в детской популяции.

Тревожность – это склонность индивида к переживанию тревоги, характеризующаяся низким порогом возникновения реакции тревоги: один из основных параметров индивидуальных различий. Определенный уровень тревожности – естественная и обязательная особенность активной деятельности личности.

Весомый вклад в изучение проявления тревожности у старших дошкольников внесли исследования таких ученых, как Прихожан А.М., Захаров А.И., Кочубей Б.И., Новикова Е.С., Немов Р.С., Ханин Ю.Л., Мусина И.А., Астапов В.М.

Взгляд Прихожан А. М. на причины возникновения тревожности разделяется на несколько аспектов: свойства личности - как внутренние, так и внешние. Среди внутренних факторов тревожности выделяется внутренний конфликт и эмоциональный опыт. Особое внимание уделяется внутреннему конфликту, особенно тем, что связан с отношением к себе, самооценкой и концепцией себя.

Одним из главных источников тревожности считается влияние семейного воспитания и отношений со сверстниками. Большинство ученых согласны, что особую значимость имеет взаимодействие матери с ребенком в

формировании тревожности. Важно обучать детей преодолевать тревогу уже в дошкольном возрасте, когда начинается активное развитие их психики. Необходимо передавать им опыт общения с внешним миром, учитывая их возрастные особенности. Развитие базового доверия к окружающему миру играет ключевую роль в преодолении детской тревожности. В настоящее время диагностика и коррекция тревожности у детей должны стать приоритетными задачами для педагогов и родителей, поскольку иначе она может препятствовать нормальному развитию детей и стать причиной психосоматических заболеваний. Взрослея, такие дети могут испытывать трудности в самореализации из-за недостатка самостоятельности и креативности, которые ценит современное общество.

**Цель исследования:** Разработать и апробировать программу психологической коррекции тревожности детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития.

**Объект исследования:** Тревожность детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития.

**Предмет исследования:** Психологическая коррекция тревожности детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития.

**Гипотеза исследования:** мы полагаем, что дети старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития имеют высокий уровень тревожности. Использование разработанной нами программы психологической коррекции тревожности окажет положительное влияние на ее снижение у данной категории испытуемых.

**Задачи исследования:**

1. Изучить психолого-педагогическую литературу по теме исследования;
2. Провести эмпирическое исследование и выявить особенности тревожности детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития;

3. Разработать и апробировать программу психологической коррекции тревожности детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития, оценить ее эффективность.

**Теоретической основой** исследования являются положения отечественных и зарубежных ученых: по определению понятия тревожности (Абрамова Г.С., Захаров А.И., Лютова Е.К.) по характеристике свойств тревожности (Немов Р.С., Самыгин С.И.), по особенностям проявления тревожности у детей старшего дошкольного возраста (Хухлаева О.В., Маклаков А.Г., Захаров А.И.) и по проблеме формирования тревожности у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития (Волковская Т.Н., Гуревич П.С., Костина Л.М.).

В рамках исследования были использованы такие **методы**, как анализ психолого-педагогической литературы, психологический эксперимент и наблюдение.

**Методики исследования:**

1. Методика «Паровозик» Валиева С.В.
2. «Тест тревожности» (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен).
3. Проективная методика «Рисунок несуществующего животного» А.Л. Венгера.

**База исследования:**

Эмпирическое исследование проводилось на базе МБДОУ «Детский сад № 231 комбинированного вида» г. Красноярск. Была сформирована группа из 20 человек. Возраст детей 6 – 7 лет. Характер дефекта (задержка психического развития психогенного происхождения).

**Теоретическая значимость:** заключается в том, что результаты данного исследования позволяют расширить и углубить научные представления об особенностях проявления тревожности детей дошкольного возраста с задержкой психического развития, что обогащает теоретические вопросы общей и специальной психологии.

**Практическая значимость:** разработанная программа может быть использована в работе психологов и воспитателей групп детского сада, реабилитационных центров для коррекции тревожности детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития.

**Этапы проведения исследования:**

1. Аналитический (сентябрь 2023 – октябрь 2023). Проводился поиск, выбор и анализ психологической и специальной литературы по проблеме исследования. Были выделены цели и задачи работы, ее теоретические и методологические основы, определены объект и предмет исследования. Написание первой главы работы.

2. Экспериментальный (ноябрь 2023 – март 2024). Был проведен констатирующий этап эксперимента, проанализированы и описаны его результаты, на основе которых была разработана и апробирована программа психологической коррекции тревожности детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития. Далее был проведен контрольный этап эксперимента. Была выполнена работа по определению эффективности проведенной программы психологической коррекции тревожности детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития.

3. Заключительно-обобщающий (апрель 2024 – май 2024). Систематизировались и обобщались результаты исследовательской работы. Оформление текста работы.

**Структура выпускной квалификационной работы:** Выпускная квалификационная работа состоит из введения, трех глав, выводов по каждой главе, заключения, списка использованной литературы в количестве 96 источников. Общий объем работы составляет 100 страниц.

# ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ ОБЗОР ЛИТЕРАТУРЫ ПО ПРОБЛЕМЕ ИССЛЕДОВАНИЯ

## 1.1. Проблема изучения тревожности в психологии

Современная наука уделяет большое внимание изучению тревожности и ее влиянию на человека. Исследования проводятся на всех возрастных этапах, чтобы выявить причины тревожности и проследить, как она формируется и проявляется в разном возрасте.

Тревожность играет ключевую роль в развитии ряда психических проблем и нарушений развития. Во взрослом возрасте эти проблемы могут привести к необходимости обращения за психологической помощью.

«Рассматривая тревогу как эмоциональное состояние, а тревожность – как устойчивое личностное образование, мы опираемся на то, что некоторый уровень тревожности в норме характерен всем людям и является неотъемлемой частью для оптимального приспособления человека к условиям жизни. Наличие тревожности как устойчивого образования – показание нарушений в личностном развитии, которое мешает обычному развитию, деятельности, общению» [12].

Исследование основано на следующих идеях Л. И. Божович:

1. Развитие эмоциональной сферы человека тесно связано с формированием чувственной и мотивационно-потребностной сфер личности.
2. Развитие личности в процессе онтогенеза характеризуется появлением новых системных образований психики.

Особенностью процесса онтогенетического формирования личности является способность вызывать действие и описывать свою собственную логику развития. Как известно, Л.И. Божович изучала проблему образований, которые позволяют осознанно управлять и контролировать свое поведение.

Проявление тревожности у детей может различаться в зависимости от обстоятельств. У детей тревожность может быть постоянной или возникать только иногда, в зависимости от ситуации. Тревожность, которая возникает только иногда, называется личностной тревожностью. Такая устойчивая индивидуальная характеристика может отражать предрасположенность субъекта к тревоге и предполагать наличие тенденций воспринимать достаточно обширный спектр ситуаций как угрожающие, отвечая определенной реакцией на каждую из них. Как предрасположенность, при определенных стимулах активизируется личностная тревожность, расцениваемая ребенком как опасная.

«Термин ситуативная тревожность употребляется для обозначения переменчивых проявлений тревожности, которые представляются спецификой личности, проявляющей подобное эмоциональное состояние. Эти проявления объединены с субъективными переживаниями, такими как напряжение, беспокойство, озабоченность и нервозность. Ситуативная тревожность появляется в ответ на напряженные условия и может изменяться по интенсивности со временем» [1, с. 46].

Существует две основные группы проявлений тревоги: внутренние соматические признаки и внешняя поведенческая реакция на тревожную ситуацию. Первая группа включает в себя внутренние ощущения, которые возникают у ребенка во время тревожного состояния. Такие ощущения могут проявляться через физические симптомы, такие как учащенное дыхание, повышенный пульс, потливость, дрожь и даже тошноту или головокружение. Вторая группа проявлений тревоги связана с внешним поведением ребенка в ответ на тревожную ситуацию. Это может проявляться в форме нервозности, беспокойства, повышенной раздражительности, слезливости или даже агрессивности. Все эти симптомы характерны не только для тревожного состояния, но и для чувства гнева, отчаяния или перевозбуждения от радостного события. В связи с этим, точное определение и интерпретация причин и проявлений тревоги у детей становятся сложной задачей.



«Вторая группа симптомов тревоги – это поведенческие признаки. Эта категория ещё более многообразна, запутана и неожиданна, чем соматическая. Например, ребёнок мнет и теребит свою одежду на занятии, и к концу дня его внешний вид становится несвежим. В некоторых случаях тревога настолько огромна, что ребёнок может, бессознательно, нанести себе боль. Поэтому мы замечаем обгрызенные ногти, поцарапанные руки, спонтанные удары или падения. Чтобы избежать неприятной ситуации, ребёнок может прибегать к лжи, фантазированию, становиться рассеянным и забывчивым» [12, с. 58-63].

На поведение ребенка тревожность может влиять как в какой-то конкретной ситуации, так и в ходе всей его жизни. Детская тревожность может проявляться в разных видах и формах, поэтому ее сложно диагностировать на раннем этапе. Также тревожность можно спутать с поведенческими особенностями личности.

Тревога может также быть скрытой, когда человек сам не может понять, в каком состоянии он находится. Он может считать себя слишком спокойным или буйным, когда на самом деле это будет признаком скрытой тревожности. Причин такого состояния может быть несколько: от полученной травмы, до обстановки в семье или коллективе.

Скрытая тревожность может проявляться в чрезмерном спокойствии, когда несмотря на наличии какой-либо проблемы, человек внешне спокоен, но внутри у него могут проявляться страхи. Может казаться, что такие люди отключили свои эмоции или не воспринимают проблемы всерьез. Но такое поведение может привести к проблемам с психическим здоровьем.

Когда человек не осознает степень своей тревоги и пытается уйти от ситуации, избегать ее, пытаться отвлечься от тревоги – тоже является признаком скрытой тревожности. Человек может отказываться от социальных событий, избегать ответственности, чтобы подавить свою тревогу и иметь иллюзию контроля над ситуацией.

Чрезмерное спокойствие также является признаком тревожности. Когда на стрессовую ситуацию человек реагирует слишком спокойным образом, без эмоций, что такое поведение кажется неестественным. Но внутри он может испытывать страхи, смятение мыслей.

Скрытая тревожность может сильно повлиять на качество жизни и психологическое состояние человека. Главное, понимать причины и проявления тревожности, помощь специалиста.

Тревожность, как психическое свойство, также имеет возрастные особенности. В каждом возрасте есть свои аспекты, которые могут вызывать тревогу у человека, независимо от реальной угрозы. Дети могут испытывать тревогу в связи с отделением от матери, новой социальной ситуацией в детском саду, домашние взаимоотношения в семье или страх темноты, громкий звуков.

У младших дошкольников посещение учебных заведений может стать причиной тревоги из-за сложной адаптации, привыкания к новому коллективу и обстановке. Также тревогу вызывают оценки по предметам, соревнования или выступления перед публикой.

У детей старшего дошкольного возраста вызывает тревожность предстоящее поступление в школу, нового графика и требований, нового социального статуса. Получение популярности среди сверстников или у учителей также может стать причиной напряжением и тревоги.

Подростковая тревога зависит от формирования их личности, социальной роли, поиском себя и мысли о дальнейшем обучении\карьере, отношений с противоположным полом. Более взрослые люди также могут испытывать тревогу в связи с такими же мыслями, но к ним добавляются более серьезные аспекты, такие как материальная составляющая, родительская ответственность, успех в карьере.

Таким образом, эти возрастные особенности тревожность называются «пиками». И такие возрастные пики характеризуются конкретными задачами, присущими каждому возрасту. Понимание этого позволяет педагогам и

психологам работать более эффективно с конкретной возрастной категорией, исходя из запроса и причины тревожности.

## **1.2. Особенности проявления тревожности детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития**

Особенное место в исследованиях тревожности занимает тема, где идет раскрытие сути тревожности детей с нарушениями в развитии. Социализация и приспособление в обществе которых зависит от специфики дефекта.

Е.Л. Винникова и Е.С. Слепович писали в своих исследованиях – «дети с задержкой психического развития испытывают негатив в свою сторону от сверстников и даже взрослых, отчего они могут испытывать чувство безысходности.» В следствии чего их поведение может стать девиантным в обществе, чтобы избавиться от чувства неполноценности.

И.Ю. Кулагина изучала психическое состояние дошкольников с задержкой психического развития, проявление тревоги по ситуации, которая проявляется в снижении результативности деятельности.

В жизни детей эмоции занимают огромное место, т.к. помогают им лучше понять окружающий мир и правильно на него реагировать. В процессе общения взрослые понимают положительную или негативную эмоцию испытал ребенок на конкретную ситуацию посредством его эмоций.

Уже в дошкольном возрасте дети учатся контролировать свои эмоции и выражать их словами или действиями. Используют взгляд, мимику, позы. Они уже понимают, что это лучше помогает им передать миру их эмоциональное отношение к ситуации. Важная часть развития ребенка заключается в распознавании эмоций других людей, они учатся поддерживать контакт и взаимодействовать с окружающей средой, адаптироваться в обществе [22, с. 115].

С течением дошкольного периода ребенок учится контролировать свои эмоции. Если младенец еще не может скрыть свой страх или слезы, то старший дошкольник уже понимает, что для проявления таких эмоций нужна причина. В этом возрасте ребенок может воздержаться от проявления эмоций в общественном месте или в ненужное время. Он осознает, как к нему относятся окружающие люди и тоже начинает выражать свои эмоции в ответ, становится более зрелым в эмоциональных переживаниях.

В дошкольном возрасте эти навыки готовят ребенка к дальнейшему поступлению в школу и адаптации в обществе. Постепенно ребенок учится контролировать свои эмоции – это важный этап развития, который помогает общаться и понимать других людей.

Психологи обращают особое внимание на дошкольный возраст, несмотря на свою несформированную эмоциональную зрелость. Определить психическое состояние ребенка для дальнейшего развития позволяет их способность выражать свои чувства и эмоции.

Эмоциональный фон ребенка является источником информации для психолога, который может быть положительным или отрицательным, в зависимости от его удовлетворенности жизнью и перспектив развития или отрицательных переживаний и проблем. Психологу необходимо провести анализ этих эмоциональных изменений, чтобы оказать эффективную помощь вовремя или предотвратить негативные последствия. Важно понять эмоциональное состояние ребенка, его состояние здоровья.

Повышенная чувствительность стоит в основе формирования повышенной тревожности. Но не у каждого ребенка так может произойти, все зависит от индивидуальных особенностей личности. В большей вероятности тревожность у ребенка зависит от отношений в семье или взрослыми в окружении. Гиперопека, контроль, педантичность родителей, множество запретов и осуждение со сторон взрослых также может привести к тревожности у ребенка. В таких случаях ребенок теряет уверенность в себе, беспокоится как его поступки будут оценены взрослыми. Со временем,

чувство тревоги закрепляется в его личности и становится стабильной составляющей – тревожностью.

В основном, такое отношение взрослых к ребенку, которые сами имеют психологические особенности, как тревожность или неуверенность. Если ребенок с таким родителем в близком контакте, ему могут передаваться его страхи, что приводит к развитию тревожности уже у ребенка.

Тревога и страх могут проявиться в следствии несчастного случая, сильных эмоций или опасной ситуации [13].

Повышенная тревожность может негативно сказаться на мышлении, т.к. тревога и страх могут подавлять процессы, ограничивать вариативность мышления, понижать готовность открыться чему-то новому [23].

У старших дошкольников тревожность не всегда является постоянным качеством личности и с помощью психолога может быть устранена или скорректирована. Т.к. в этот возрастной период активно развивается эмоциональная сфера ребенка, его психосоциальные навыки.

Снизит уровень тревожности у ребенка под силу родителям и педагогам, т.к. понимание и поддержка с их стороны способны положительно влиять на эмоции и переживания ребенка. Для снижения тревожности проводятся различные психолого-педагогические мероприятия, которые позволяют привести эмоции в порядок и укрепить эмоциональное состояние.

С эмоциональным развитием ребенка связаны также физическое и речевое, поэтому важно, чтобы развитие ребенка проходило комплексно, исходя из эмоциональных потребностей [8, с. 16].

Делая выводы, можно судить о том, что эмоциональное состояние старших дошкольников имеет влияние на их обучение и адаптацию в обществе. Тревожные дети боятся неудач и избегают занятий, в которых они могут потерпеть неудачу. Они также могут иметь вредные нервные привычки, такие как откусывание ногтей или сосание пальцев. Также часто жалуются на состояние здоровья и различные физические недомогания. Но

главным аспектом остается то, что тревожность у старших дошкольников еще не является устойчивой чертой личности, с помощью психолого-педагогических мероприятий и занятий есть вероятность с ней вовремя справиться или скорректировать уже имеющееся состояние.

### **1.3. Современное состояние изучения проблемы тревожности детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития**

В современной науке исследование тревожности у старших дошкольников с задержкой психического развития остается важной и актуальной.

В последнее время эта тема активнее подвергается исследованию и имеет больше внимания, но в сравнении с исследованиями по изучению тревожности у детей без задержек в развитии, тема остается не до конца исследованной. Все написанные исследования предоставляют информацию о том, что у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития сохраняется повышенная тревожность. Чувство тревоги, страха в обычной жизни для них более напряженные, чем для детей без особенностей развития.

«Одной из главных причин тревожности у детей с задержкой психического развития – это их ограниченные возможности, которые затрудняют адаптацию к новым условиям. Они испытывают тревогу перед всем новым и боятся перед неизвестностью. Взаимодействие и коммуникация в обществе и со сверстниками также бывают причиной повышенной тревожности. Такие дети не всегда словами могут сформулировать свою беспокойство и от этого переживают еще больше» [5].

Повышенная тревожность со временем может стать чертой личности ребенка и оказывать влияние на его жизнь во всех сферах. Тревожные дети с задержкой психического развития часто неуверенные, имеют заниженную

самооценку и не выступают лидерами в какой-либо деятельности, во избежание неудач.

Органические поражения головного мозга и незрелость нервной системы приводят к ряду нарушений развития ребенка, в последствии влияющих на взаимодействие дошкольника с окружающими. Из-за этого не формируются или формируются с задержкой психические функции память, воображение, внимание, мышление и речь [37].

Согласно Л. Шипицыной, старшие дошкольники с задержкой психического развития более уязвимы к негативным ситуациям, так как они неустойчивы в эмоциональной сфере и не обладают должным уровнем компенсаторных и защитных возможностей. В результате этого они чаще испытывают страхи, боязнь и тревожность.

«В своих исследованиях В. И. Лубовский обнаружил, что у детей дошкольного возраста с задержкой психического развития наблюдается недостаток положительных переживаний. Такие дети проявляют меньшую активность и жизнерадостность, а также страдают от постоянного появления негативных эмоций, вроде страха и гнева. В сравнении с развивающимися нормально детьми дошкольниками, дети с задержкой психического развития более склонны к пугливости. Это происходит из-за менее развитых возбуждающих и подвижных нервных процессов, которые напрямую влияют на их уровень выносливости и скорость реакции в тревожных ситуациях. В результате своего исследования автор приходит к выводу, что хотя дети дошкольного возраста с задержкой психического развития не всегда являются особо боязливыми, они редко испытывают эмоциональное благополучие». [9, с. 215].

«Согласно исследованиям Г.И. Колесниковой, для уменьшения тревожности у старших дошкольников с отклонениями в психическом развитии необходимы определенные коррекционно-психологические условия в процессе их обучения и воспитания. Очень важно создать комфортную эмоциональную среду, в которой дети будут чувствовать себя уверенно и

безопасно. Такие условия способствуют развитию навыков общения и умений создавать отношения в коллективе. Это в свою очередь помогает снизить уровень тревожности у детей и улучшить их социальную адаптацию» [21].

Таким образом, в настоящее время в психологии тревога рассматривается как временное психическое состояние, а тревожность - как постоянная черта личности. Тревожность может быть обусловлена как генетическими факторами, так и ситуационными причинами. Если рассматривать тревожность как постоянную черту личности, то она формируется только в подростковом возрасте.

Тревожность не всегда является негативным качеством. В некоторых случаях она может быть сигналом о том, что человек не адаптировался к текущей ситуации. У каждого человека есть свой оптимальный уровень тревожности, который необходим для личностного роста. Тревожность может повышать эффективность деятельности, но чрезмерная тревожность может иметь негативное влияние и снижать производительность.

### **Выводы по первой главе**

1. В исследованиях различных авторов описывается, что тревожность оказывает влияние на все аспекты когнитивных функций. Исходя из этого факта, исследование проблемы тревожности у старших дошкольников с задержкой психического развития имеет большой интерес для раскрытия данной проблемы. В разных ситуациях у всех тревога проявляется по-разному. У детей возможна хроническая тревога, вне зависимости от окружающих обстоятельств или проявлять в ответ на какое-либо событие или реакцию на человека, проявляться по ситуации.

2. Проведенный анализ литературы и исследований позволяет выделить множество предпосылок к возникновению тревожности. Психодинамический подход указывает на то, что тревожное поведение



является следствием слабости нервной системы и несформированных нервных процессов. Но в основном причиной проявления тревожности у старших дошкольников с задержкой психического развития считают неверно построенные отношения в семье с родителями, что соответствует социальному подходу.

3. Несмотря на это, исследование литературных источников показал недостаточное освещение данной проблемы в теории по специально психологии. Многие вопросы, касающиеся особенностей тревожности и возможностей своевременной коррекции исследуемой группы дошкольников, остаются недостаточно исследованными.

## **ГЛАВА II. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ТРЕВОЖНОСТИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ**

### **2.1. Организация и методики исследования тревожности детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития**

Целью эмпирического исследования являлась разработка, апробация и оценка эффективности программы психологической коррекции тревожности детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития.

Исследование проводилось на базе МБДОУ «Детский сад № 231 комбинированного вида» г. Красноярск. Для проведения констатирующего эксперимента была сформирована группа из 20 человек. Возраст детей 6 – 7 лет. Характер дефекта (задержка психического развития психогенного происхождения).

Экспериментальное изучение особенностей тревожности старших дошкольников с ЗПР осуществлялось через ряд последовательно сменяющихся этапов:

На подготовительном этапе исследования осуществлялся анализ психолого-медико-педагогической документации: личных дел, медицинских карт, дневников индивидуального сопровождения, историй развития, психологических характеристик, заключений и протоколов обследований на каждого дошкольника, принимавшего участие в обследовании.

Для проведения исследования дети были разделены на контрольную и экспериментальную группу. В каждой группе находилось по 10 человек. Исследование проводилось индивидуально с каждым ребенком.

Диагностический этап был направлен на изучение особенностей тревожности старших дошкольников с задержкой психического развития. С этой целью нами использовались следующие психодиагностические методики:

**Методика «Паровозик» 2007г. Велиева С.В., [8].**

Методика направлена на определение эмоционального состояния ребенка, уровень его настроения, состояние тревожности, адаптацию в окружающей действительности. Позволяет определить степень позитивного или негативного психического состояния.

Описание методики, стимульный материал, протокол диагностического исследования и расшифровка полученных данных изложены в приложении 1.

**«Тест тревожности» (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен) в Российской адаптации Астапова В.М. 2019г. [29].**

Методика позволяет определить уровень тревожности детей дошкольного возраста от 4 до 7 лет. От степени тревожности будет зависеть способность адаптации ребенка к различным ситуациям в социуме, его отношение к ней, даст информацию об отношениях ребенка в семье и в группе с ровесниками.

Описание методики, стимульный материал, протокол диагностического исследования и расшифровка полученных данных изложены в приложении 1.

**Проективная методика «Рисунок несуществующего животного» 2003г. Венгер А.Л. [36].**

Цель: Диагностика эмоциональных особенностей личности, тревожности, агрессивности.

Описание методики, стимульный материал, протокол диагностического исследования и расшифровка полученных данных изложены в приложении 3.

Таким образом, для достижения цели и решения поставленных практических задач в экспериментальном исследовании для диагностического обследования уровня тревожности у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития нами использованы были использованы: Методика «Паровозик» 2007г. Велиева С.В., Проективная методика «Рисунок несуществующего животного» 2003г. Венгер А.Л., «Тест тревожности» (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен) в Российской адаптации Астапова В.М. 2019г. Описание методики,

стимульный материал, протокол диагностического исследования и расшифровка полученных данных изложены в приложении 1.

## 2.2. Анализ результатов констатирующего этапа эксперимента

Для проведения исследования дети были разделены на контрольную и экспериментальную группу. В каждой группе находилось по 10 человек. Исследование проводилось индивидуально с каждым ребенком.

С помощью методики «Тест тревожности» (Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен) нам удалось выявить уровни тревожности детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития в контрольной группе.

**Таблица 1 - Результаты исследования тревожности детей контрольной группы по методике «Тест тревожности» (Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен)**

Уровень	Кол-во	Проценты
Высокий	2	20%
Средний	4	40%
Низкий	4	40%

В контрольной группе высокий уровень тревожности наблюдался у 20% (2 ребенка), средний уровень у 40%(4 ребенка) и низкий у 40%(4 ребенка). Рассматривались ситуации, вызывающие тревогу у ребенка, такие как:

1. Игра с младшими детьми
2. Ребенок и мать с младенцем
3. Объект агрессии
4. Одевание
5. Игра со старшими детьми

6. Укладывание спать в одиночестве
7. Умывание
8. Выговор
9. Игнорирование
10. Агрессивное нападение
11. Собираание игрушек
12. Изоляция
13. Ребенок с родителями
14. Еда в одиночестве

Соответственно, чем больше количество негативных выборов у ребенка, тем выше его процент тревожности.

Шифр ребенка	Индекс тревожности
	Количество негативных выборов
P1	15
P2	60
P3	15
P4	15
P5	30
P6	65
P7	30
P8	30
P9	40
P10	15

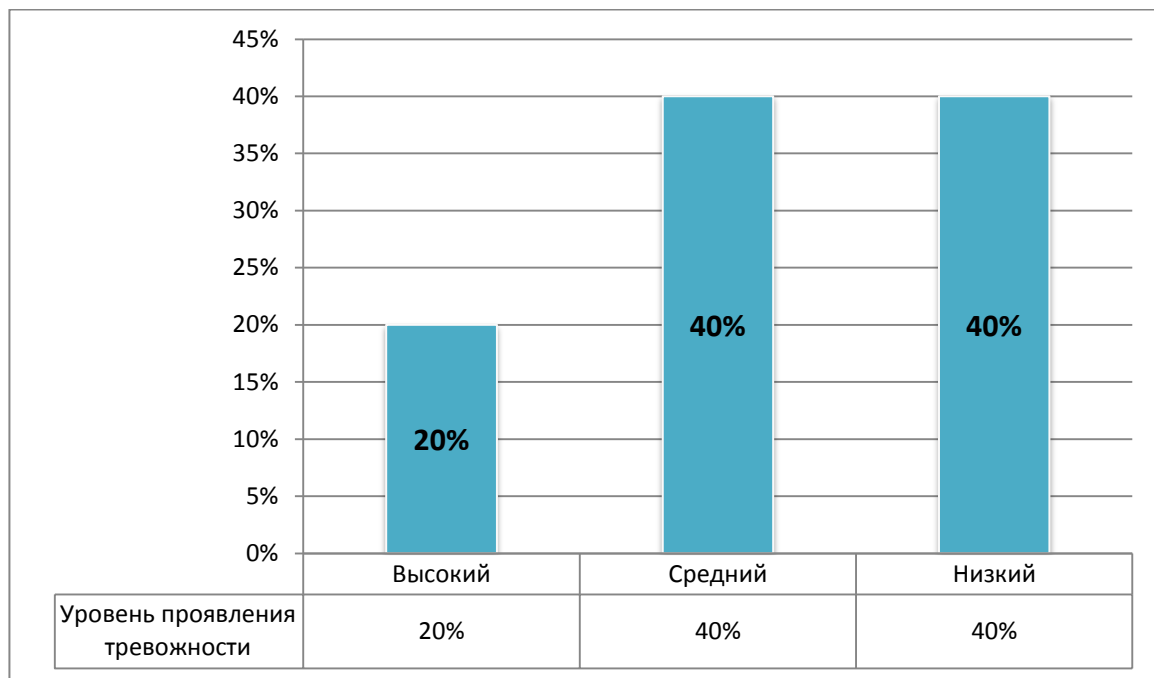
В зависимости от уровня индекса тревожности дети подразделяются на 3 группы:

- 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%).

Дети с высоким уровнем тревожности (20% от группы) выбирали в основном ситуации, связанные с одеванием, укладыванием спать в одиночестве, игра со старшими детьми, игнорирование.

У детей со средним уровнем тревожности (40% от группы) ситуации были выбраны такие же, но в меньшем количестве негативных выборов на одного ребенка.

У детей с низким уровнем тревожности (40% от группы) негативных выборов было немного и в основном связанные с отношениями ребенок-ребенок. В результате проведенного исследования было выявлено, что чаще всего дети испытывают тревожность в ситуациях ребенок – ребенок, ребенок – взрослый. Так, детьми было больше всего сделано отрицательных выборов в ситуациях, связанных с: объектом агрессии, укладыванием спать в одиночестве, выговором, игнорированием, агрессивным нападением, собиранием игрушек, изоляцией.



**Рисунок 1 - Результаты исследования тревожности детей контрольной группы по методике «Тест тревожности» (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен)**

Результат исследования в контрольной группе уровня тревожности старших дошкольников с ЗПР по методике «Тест тревожности» (Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен) представлен в приложении 4.

По результатам проведенного исследования было обнаружено, что у 20% детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития присутствует повышенный уровень тревожности. Этот факт указывает на несформированность эмоциональной приспособленности у детей, их недостаточную адаптацию к различным ситуациям, вызывающим беспокойство. В то же время, среди детей дошкольного возраста с задержкой психического развития, у 40% был обнаружен средний уровень тревожности. Вероятно, это связано с их повседневной жизнью и проявляется в разной степени, как высокая, так и низкая тревожность. Кроме того, низкий уровень тревожности был обнаружен у 40% старших дошкольников с задержкой психического развития.

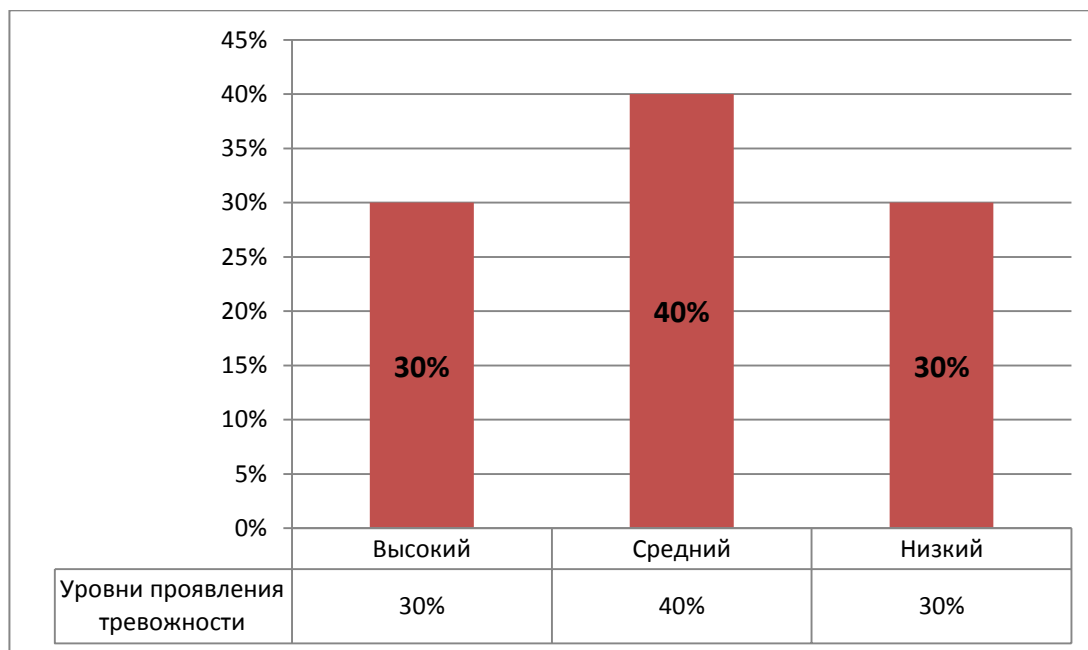
Далее рассмотрим и проведем анализ результатов исследования по данной методике в экспериментальной группе. Сравнительные результаты экспериментальной группы, полученные в ходе изучения уровня тревожности детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития данной методикой, представлены на таблице 2.

**Таблица 2 - Результаты исследования тревожности детей в экспериментальной группе по методике «Тест тревожности» (Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен)**

Уровень	Кол-во	Проценты
Высокий	3	30%
Средний	4	40%
Низкий	3	30%

По результатам проведенного исследования, в экспериментальной группе высокий уровень тревожности проявляется у 30%(3 ребенка), средний уровень выявлен у 40% группы и низкий 30%.

Выявленные результаты представлены на рисунке 2.



**Рисунок 2 - Результаты исследования тревожности детей в экспериментальной группе по методике «Тест тревожности» (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен)**

В ходе исследования мы обнаружили, что у большинства детей в обеих группах был средний уровень тревожности.

Однако дети с повышенным уровнем тревожности (30%) чаще выбирали картинки негативного характера, изображающие одевание, отношения матери и ребенка и сон в одиночестве. Это может указывать на то, что эти дети испытывают тревогу в подобных ситуациях в реальной жизни, например, дома или в детском саду.

Кроме того, у детей с повышенной тревожностью наблюдалась повышенная тревога в ситуациях, связанных с отношениями со сверстниками, групповыми играми и агрессией со стороны старших детей.



У 40% детей со средним уровнем тревожности также преобладают картинки негативного характера. Однако, ситуации, связанные с отношениями со сверстниками тревожность у них в наименьших показателях, и более проявляется в отношениях с родителями.

Во время диагностического обследования с использованием методики «Тест тревожности» показали, что 30% детей с высоким и 40% со средним уровнями тревожности проявляли видимое беспокойство и были излишне напряжены. Они часто делали поправки и перебирали в руках различные предметы.

Анализ данных показал, что дети по-разному реагируют на разные ситуации, изображенные на картинках. Дети с повышенным уровнем тревожности чаще выбирали картинки, изображающие негативные ситуации, такие как прием пищи или сон в одиночестве. Это может указывать на то, что эти дети испытывают недостаток эмоциональной зрелости и им трудно справляться с различными жизненными ситуациями.

Для исследования источника тревожности ребенка использовались картинки с разными сценами, моделирующими их жизнь, и классифицировались в зависимости от межличностных отношений. Особенно травмирующими оказались ситуации отношений ребенок – ребенок, ребенок – взрослый. Также модели ситуаций повседневной деятельности, которые ребенок проживает в одиночестве и не имеет поддержки со стороны.

На следующем уровне анализа исследование рассматривает интерпретацию выбора ребенка, в зависимости от ситуации с негативным опытом. Ребенок может избегать ситуаций, где когда-то получил агрессивную реакцию, ревность к сверстникам или братьям\сестрам, или когда-то получил неоправданное наказание или реакцию от близкого взрослого. Когда ребенку предлагается выбрать лицо на картинке из дополнительной методики, он может сравнивать себя с одним из героев, даже если этот персонаж отрицательный, таким образом, пытаясь защититься в будущем от подобных ситуаций. Чтобы исключить ошибки в анализе,

педагогу следует задать уточняющий вопрос, кем бы ребенок оказался на рисунке, если бы он был там (положительный или отрицательных герой, позиция нападения или защиты). Это поможет лучше понять и исследовать источник тревоги данного ребенка.

У дошкольников, у которых выявили средний уровень тревожности, причины ее проявления заключаются в неумении установить контакт и поддерживать общение с другими детьми.

Дети, показавшие низкий уровень тревожности, таких детей оказалось 30%, в основном выбирали картинки с положительным эмоциональным фоном. Положительные выборы значительно превышали негативные. Иногда дети проявляли негатив на сюжеты с агрессивными выпадами в сторону героя, т.к. часто дети представляют в его лице себя. Можно предположить, что так может проявляться ситуативная тревожность.

С помощью методики «Паровозик» Велиевой С.В. определяли степени позитивного и негативного психического состояния детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития. Результаты диагностики контрольной группы представлены в таблице 3.

**Таблица 3 - Результаты исследования тревожности детей контрольной группы по методике «Паровозик» Велиевой С.В.**

Уровень	Кол-во	Проценты
Высокий уровень негативного психического состояния	4	40%
Средний уровень негативного психического состояния	2	20%
Низкий уровень негативного психического состояния	2	20%
Позитивное психическое состояние	2	20%

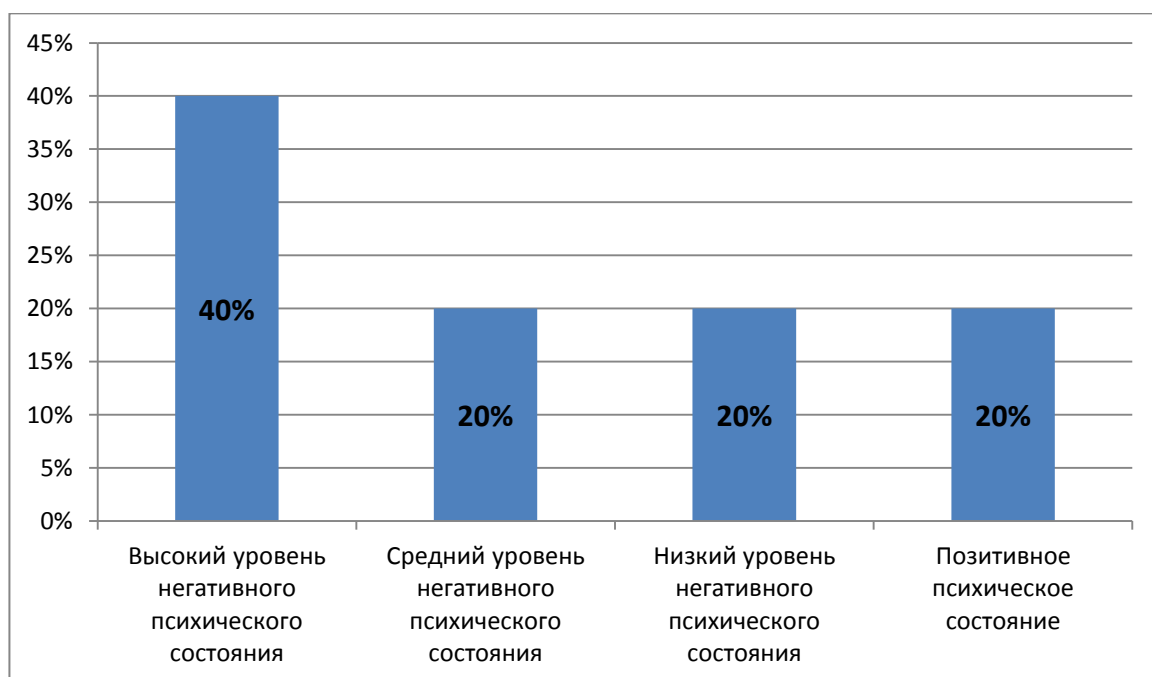
В контрольной группе 40% детей продемонстрировали высокий уровень негативного психического состояния, что проявлялось в плохом настроении, повышенной тревожности и страхе. Эти дети на первое место в методике ставили черный, серый или коричневый вагончик.

20% детей (2 человека) имели средний уровень негативного психического состояния, что выражалось в небольшом снижении настроения, ситуативной тревожности и страхе при общении со сверстниками. Эти дети ставили на первое место вагончик фиолетового цвета, а черный, серый и коричневый — на второе.

У 20% детей (2 дошкольников) был выявлен низкий уровень негативного психического состояния, что свидетельствовало о нормальном настроении, низкой тревожности и хорошей адаптации в социальной среде. Эти дети ставили на первое место красный, желтый или зеленый вагончик, а черный, серый и коричневый — на третье.

Только 20% детей (2 человека) продемонстрировали позитивное психическое состояние, что характеризовалось в основном позитивным настроением, энергичностью, активностью, легкой адаптацией к социальной обстановке и низким уровнем страхов и тревожности. В методике эти дети ставили вагончик фиолетового цвета на второе место, черный, серый и коричневый — на третье, а красный, желтый и зеленый — на шестое.

Результаты исследования представлены на рисунке 3.



**Рисунок 3 - Результаты исследования тревожности детей контрольной группы по методике «Паровозик» Велieвой С.В.**

Рассмотрим и проведем анализ результатов исследования по данной методике в экспериментальной группе. Сравнительные результаты, полученные в ходе изучения уровня психического состояния у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития представлены на таблице 4.

**Таблица 4 - Результаты исследования тревожности детей экспериментальной группы по методике «Паровозик» Велиевой С.В.**

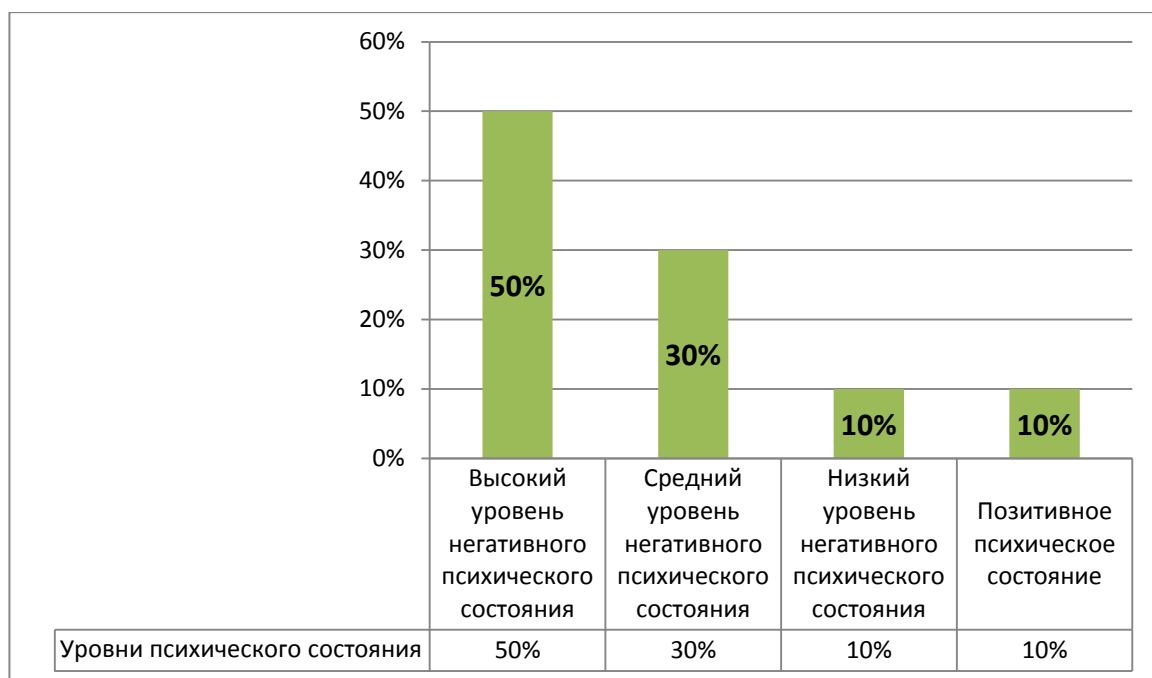
Уровень	Кол-во	Проценты
Высокий уровень негативного психического состояния	5	50%
Средний уровень негативного психического состояния	3	30%
Низкий уровень негативного психического состояния	1	10%
Позитивное психическое состояние	1	10%

Анализ результатов по методике С.В. Велиевой «Паровозик» в экспериментальной группе позволяет сделать вывод, что у 50% (5 человек) выявлен высокий уровень тревожности. Эти дети в ходе методики выбирали черный, серый или коричневый вагончик на первую позицию, что указывает на плохое настроение, повышенную тревожность, как реакцию на социальные ситуации, страхи перед сверстниками и взрослыми, низкую адаптацию к социальным ситуациям.

Средний уровень тревожности сохраняется у 30% детей (3 человека) и проявляется в состоянии страха и тревоги и пониженном фоне настроения, но эти состояния не так выражены, как у детей с высоким уровнем негативного психического состояния. Эти дети ставили вагончик фиолетового цвета на первую позицию; черный, серый, коричневый – на вторую.

Низкий уровень тревожности выявлен у 1 человека, это 10% от группы, что проявляется в нормальном настроении, низком уровне тревоги. Эти дети ставили на первую позицию красный, желтый, зеленый, а черный, серый, коричневый – на третью. Позитивное психическое состояние также

выявилось у 1 человека (10% от группы) – такие дети повышенное позитивное настроение, они активны и энергичны, нормально адаптируются в социальной среде, обладают низким уровнем страхов и тревожности. Ребенок ставил вагончик фиолетового цвета на вторую позицию; черный, коричневый – на третью. Выявленные результаты представлены на рисунке 4.



**Рисунок 4 - Результаты исследования тревожности детей экспериментальной группы по методике «Паровозик» Велиевой С.В.**

Анализ выбора цвета и последовательности его использования может дать представление об удовлетворении или неудовлетворении потребностей, которые этот цвет выражает. Кроме того, это может указывать на то, что эти потребности больше не актуальны, что приводит к нежеланию или невозможности их удовлетворить. Такая ситуация часто сопровождается негативным отношением.

На основе полученных данных делается вывод о степени благоприятности или не благоприятности психологического климата в группе.

0 - 3 – позитивное психическое состояние.

4-6 баллов – негативное психическое состояние низкой степени;

7-9 баллов - негативное психическое состояние средней степени;

Больше 9 баллов - негативное психическое состояние высокой степени.

**Таблица 5 - Уровни психического состояния и критерии их определения**

Уровень психического состояния	Определение психического состояния
Негативное психическое состояние низкой степени	нормальное настроение, низкий уровень тревоги, нормальная адаптация в социальной среде
Негативное психологическое состояние средней степени	состояние страха и тревоги и пониженный фон настроения, но эти состояния не так заострены, как у детей с высоким уровнем негативного психического состояния
Негативное психологическое состояние высокой степени	пониженное настроение, состояние тревоги, страхах, низкой адаптации в социальной среде и преобладание высокого уровня тревожности
Позитивное психологическое состояние	активны и энергичны, нормально адаптируются в социальной среде, обладают низким уровнем страхов и тревожности.

В результате проведенного исследования выяснилось, что большинство детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития испытывают неблагоприятное эмоциональное состояние средней и высокой интенсивности негативных психических состояний. У детей с высоким уровнем тревожности наблюдается пониженное настроение, состояние

тревоги, страха, низкая адаптация в социальной среде и преобладание высокого уровня тревожности. В ходе методики они выбирали черный, серый или коричневый вагончик на первую позицию. Такие дети склонны к агрессии, раздражительности и эмоциональной нестабильности, они постоянно чувствуют тревогу, даже в ситуациях, которые не представляют опасности. Кроме того, во время занятий они проявляют беспокойство и быстро утомляются.

Дети, показавшие средний уровень тревожности, способны контролировать свои эмоциональные реакции и выполнять задачи качественно, в независимости от внешних факторов. Они выбирали фиолетовый вагончик на первую позицию; черный, серый или коричневый – на вторую.

Однако, старшие дошкольники с низким уровнем тревожности были слишком пассивны и замкнуты, не всегда способны к самоконтролю в неблагоприятных для них ситуациях, что может указывать на скрытую тревожность. Эти дети ставили на первую позицию красный, желтый или зеленый; а черный, серый, коричневый – на третью.

**Таблица 6 - Результаты исследования тревожности детей контрольной группы по методике «Рисунок несуществующего животного» А.Л. Венгера**

Уровень	Кол-во	Проценты
Повышенный уровень тревожности	3	30%
Средний уровень	5	50%
Низкий уровень	2	20%

Из полученных данных мы видим, что повышенный уровень проявления тревожности имеют 30% детей из контрольной группы, средний

уровень тревожности выявлен у 50% детей и низкий уровень имеют 20% детей.

Результаты диагностики представлены на рисунке 5.



**Рисунок 5 - Результаты исследования тревожности детей контрольной группы по методике «Рисунок несуществующего животного» А.Л. Венгера**

Дети с повышенным уровнем тревожности (3 человека или 30% группы) демонстрируют характерные особенности в своих рисунках несуществующих животных. Эти рисунки обычно располагаются в нижней части листа, что указывает на неуверенность в себе, низкую самооценку, подавленность и нерешительность.

Признаки тревожности проявляются в виде множественных линий, исправлений и стираний, а также специфической штриховой линии и штриховки. Кроме того, рисунки часто увеличенного размера. В методике "Несуществующее животное" рисунок считается увеличенным, если он занимает всю поверхность листа бумаги. При особо сильной тревоге и высокой эмоциональной напряженности ребенка на рисунке часто появляются изображения, не помещающиеся на лист или буквально «втиснутые» в его пространство. Кроме того, такой рисунок характеризуется



очень большим размером животного, а тревога и эмоциональная напряженность проявляются в сильной штриховке и зачернении определенных частей рисунка.

50% детей (5 человек) проявляют средний уровень тревожности. На рисунках этих детей заметна интенсивная штриховка, заостренные детали и иногда преобладание серых или синих оттенков. Расположение рисунка ближе к верхнему краю листа трактуется как высокая самооценка, как недовольство своим положением в социуме, недостаточностью признания со стороны окружающих.

Дети с низким уровнем тревожности (2 человека, или 20% группы) создают рисунки, характеризующиеся: разнообразием цветов: использование различных цветов отражает эмоциональное благополучие. Округлыми элементами и тонкими линиями: округлые формы и мягкие линии указывают на отсутствие напряжения и внутреннего конфликта. Отсутствием штриховок и зачеркиваний: отсутствие этих элементов свидетельствует о спокойствии и уверенности.

Характеризовали милыми и добрыми названиями для рисунков: дети придумывают позитивные и оптимистичные названия, отражающие их положительное восприятие мира. Изображением животных как веселых и игривых: животные на рисунках изображены активными, счастливыми и безмятежными.

Центральное расположение одного животного на рисунках детей с низким уровнем тревожности свидетельствует о том, что они имеют четкое и сфокусированное восприятие себя. Они уверены в своих силах и способностях, что отражается в их рисунках.

Рассмотрим и проведем анализ результатов по данной методике в экспериментальной группе.

**Таблица 7 - Результаты исследования тревожности детей экспериментальной группы по методике «Рисунок несуществующего животного» А.Л. Венгера**

Уровень	Кол-во	Проценты
Повышенный уровень тревожности	4	40%
Средний уровень	4	40%
Низкий уровень	2	20%

Согласно данным, представленным в таблице 7, повышенный уровень тревожности имеют 40% детей экспериментальной группы, средний уровень – 40% и низкий уровень тревожности выявлен у 20% детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития.

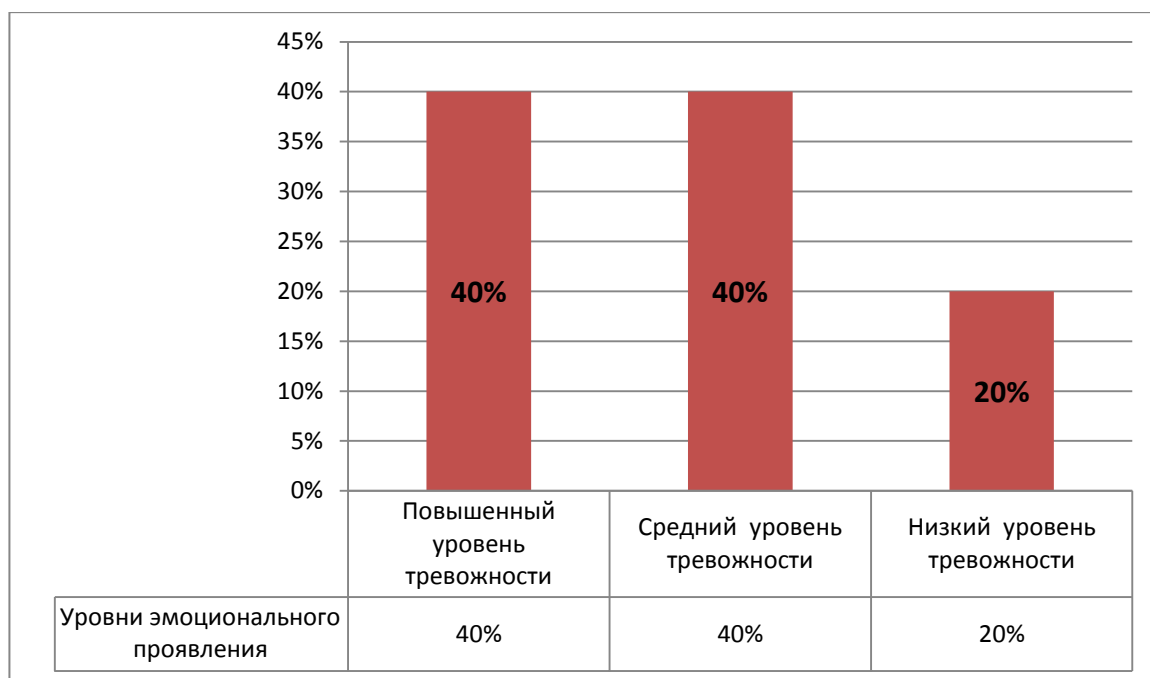
При повышенном уровне тревожности (4 человека, что составляет 40% от группы), наблюдаются характерные особенности рисунка несуществующего животного. К ним относятся множественные линии, исправления и стирания линий, присутствие специфической штриховой линии, штриховки на рисунке. Рисунки в основном расположены в нижней части листа, что говорит о неуверенности в себе, низкой самооценке, подавленности и нерешительности. Присутствует сильная штриховка и зачернение определенных частей рисунка.

Средний уровень тревожности имеют 40 % (4 человека). На рисунках заметна интенсивная штриховка, заостренные детали и иногда преобладание серых или синих оттенков. Рисунки в основном располагались ближе к верхнему краю листа, рассматривается как показатель высокой самооценки, но недовольство своим положением в обществе.

Низкий уровень тревожности (2 человека, что составляет 20% от группы) отображается на рисунках детей разнообразием цветов, присутствием округлых элементов и тонких линий, отсутствием штриховок и зачеркиваний. Дети дают своим рисункам добрые названия и в ходе

обсуждения рассказывают, что изображенные животные добрые, веселые, любят играть и дружить. Как правило, дети изображали только одно животное в центре листа. Часто на рисунках присутствовали добавочные детали (крылья, щупальца и др., украшающие детали, указывающие на демонстративность, склонность обращать на себя внимание окружающих.

Результаты диагностики представлены на рисунке 6.



**Рисунок 6 - Результаты исследования тревожности детей экспериментальной группы по методике «Рисунок несуществующего животного» А.Л. Венгера**

Анализируя изображения старших дошкольников с задержкой психического развития в экспериментальной группе по методике «Рисунок несуществующего животного», мы можем отметить, что большинство детей данной категории изображают реально существующих животных вместо несуществующих. Повышенный уровень тревожности показывают 40% от группы. Они не в состоянии придумать нестандартное название для вымышленного животного. Для данного возраста это показатель не сформированности воображения. При особо сильной тревоге на рисунке часто появляются изображения, не помещающиеся на лист бумаги.

Характеризуется большим размером животного, а тревога проявляется в сильной штриховке.

Средний уровень тревожности показали 40% детей. На их рисунках заметна интенсивная штриховка, заостренные детали и преобладание темных оттенков. Расположение рисунка ближе к краю листа трактуется как показатель высокой самооценки, но недовольством своим положением в обществе.

Рисунки детей с низким уровнем тревожности, что является 20% от группы, отличаются разнообразием цветов, присутствием округлых элементов и тонких линий, отсутствием штриховок и зачеркиваний. Дети дают своим рисункам добрые названия. Изображено, как правило, только одно животное в центре листа.

При анализе рисунков мы обнаружили такие особенности, как: линии, перекрывающие друг друга, что может указывать на повышенную напряженность; разрывы в чертах, размытость контуров и недорисованность конечностей, а также излишнее увеличение размеров кистей и остановок – все эти факторы свидетельствуют о возможном наличии невротических состояний; также можно наблюдать падающие линии без нажима, которые указывают на возможное наличие депрессивных состояний.

Подводя итоги исследования тревожности старших дошкольников с задержкой психического развития, можно сказать, что у данной группы испытуемых уровень тревожности имеет средние и высокие показатели.

Анализ диагностики позволяет выявить признаки напряженности, невротизма и депрессии у этих детей. Это свидетельствует о высоком уровне тревожности старших дошкольников с задержкой психического развития в возрасте 6-7 лет. При анализе рисунков тоже удалось выделить некоторые особенности: к ним относятся множественные линии, исправления и стирания линий, присутствие специфической штриховой линии, штриховки на рисунке, а также увеличение его размера.

Таким образом, можем вывести некоторые особенности тревожности, которые удалось выявить в ходе проведения диагностики:

1. В результате проведенного исследования было выявлено, что чаще всего дети испытывают тревожность в ситуациях ребенок – ребенок, ребенок – взрослый, что связано с межличностными отношениями дома и в группе.

2. В ходе проведения методик, дети с высоким уровнем тревожности ощущали видимое беспокойство и были излишне напряжены. Они часто делали поправки и перебирали в руках различные предметы. Выбранные ребенком ситуации тревожности, рассматриваются как получение негативного опыта из жизни.

3. Дети, показавшие средний уровень тревожности, способны контролировать свои эмоциональные реакции и выполнять задачи качественно, в независимости от внешних факторов.

4. При анализе рисунков тоже удалось выделить некоторые особенности: к ним относятся множественные линии, исправления и стирания линий, присутствие специфической штриховой линии, штриховки на рисунке, а также увеличение его размера. При особо сильной тревоге и высокой эмоциональной напряженности ребенка на рисунке часто появляются изображения, не помещающиеся на лист или буквально «втиснутые» в его пространство. Кроме того, такой рисунок характеризуется очень большим размером животного, а тревога и эмоциональная напряженность проявляются в сильной штриховке и зачернении определенных частей рисунка, свидетельствующие о состоянии повышенной тревожности.

5. Однако, рисунки детей с низким уровнем тревожности, отличаются разнообразием цветов, присутствием округлых элементов и тонких линий, отсутствием штриховок и зачеркиваний.

6. По анализу методики «Паровозик» можно сделать вывод, что дети с повышенным уровнем тревожности выбирали черный, серый,

коричневый вагон на первую позицию. Дети со средним уровнем тревожности на первую позицию ставили фиолетовый вагон, а черный, серый или коричневый – на вторую позицию. Дети с низким уровнем тревожности черный, серый, коричневый ставили на третью позицию и дальше. На первые позиции ставили синий или желтый.

### **Выводы по второй главе**

1. Исследование по изучению уровня тревожности детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития производилось на базе МБДОУ «Детский сад № 231 комбинированного вида» г. Красноярск. Была сформирована группа из 20 человек. Возраст детей 6 – 7 лет. Характер дефекта (задержка психического развития психогенного происхождения).

Для проведения исследования дети были разделены на контрольную и экспериментальную группу. В каждой группе находилось по 10 человек. Исследование проводилось индивидуально с каждым ребенком, при использовании методики «Тест тревожности» (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен), методики «Паровозик» Велиевой С.В. и методики «Рисунок несуществующего животного».

2. Результаты диагностики показали, что у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития преобладает повышенный уровень тревожности, что выражается в проблемах во взаимоотношениях ребенок – ребенок, ребенок – взрослый, из-за тревоги им тяжело адаптироваться к жизненным ситуациям. Из-за негативного опыта в некоторых жизненных ситуациях, например, как, одевание или прием пищи в одиночестве, также может проявляться ситуативная тревожность. У детей сохраняется пониженное настроение, состояние тревоги, страха и преобладание высокого уровня тревожности. В рисунках присутствуют множественные линии, исправления и стирания линий, присутствие специфической штриховой линии, штриховки на рисунке, а также

увеличение его размера. Дети с повышенным уровнем тревожности выбирали черный, серый, коричневый вагон на первую позицию. Дети со средним уровнем тревожности на первую позицию ставили фиолетовый вагон, а черный, серый или коричневый – на вторую позицию. Дети с низким уровнем тревожности черный, серый, коричневый ставили на третью позицию и дальше. На первые позиции ставили синий или желтый.

3. Таким образом, состояние повышенного уровня тревожности у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития требует особого внимания и своевременной коррекции.

## **ГЛАВА III. РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОГРАММЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ ТРЕВОЖНОСТИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ**

### **3.1. Теоретические основы формирующего этапа эксперимента**

При проведении исследования особо важно придерживаться особых принципов психологической коррекции. Так, одним из наиболее важных принципов, которые используются в исследовании, является принцип единства диагностики и коррекции. Данный принцип является основой для того, чтобы показать целостность процесса оказания психологической помощи как особого вида профессиональной деятельности психолога. Данный принцип позволяет внести необходимые правки в задачи самой коррекционно-развивающей программы, вовремя изменить методы и средства. Дает возможность контроля динамики процесса эффективности коррекционной работы, но при этом требует осуществления определённых диагностик с целью получения информации, которая и даст психологу возможность начать психо-коррекционный процесс.

Следующий принцип – деятельностный принцип коррекции. В качестве основного способа психокоррекции, по нашему мнению, является организация активной деятельности клиента, в процессе которой создаются условия для нахождения правильного решения в сложных и конфликтных ситуациях.

В многообразных исследованиях рассматриваются причины и формы проявления тревожности, приемы и способы преодоления тревожных состояний у детей без патологий развития. Исследования по коррекции тревожности у детей с задержкой психического развития ограничены. Оказалось, что эмоциональное и личностное развитие у таких детей не соответствует их реальному возрасту, что приводит к импульсивности,



неадекватным реакциям, утомляемости, раздражительности и другим негативным проявлениям.

Современные исследования в области специальной психологии подчеркивают важность диагностики по принципу дифференциации и разработку методов коррекции для детей с задержкой психического развития. Однако мало изучены особенности психологической коррекции тревожных нарушений у детей дошкольного возраста с такими проблемами. Решение проблемы подготовки к школе детей с задержкой психического развития и овладение ими новой социальной роли требует особого подхода и специальных психокоррекционных технологий.

Выявление особенностей тревожности у детей с задержкой психического развития позволяет индивидуализировать и эффективно организовать коррекционную и профилактическую работу. Целью такой работы является: обучение детей навыкам поведения в травмирующих или стрессовых ситуациях, развитие коммуникативных навыков для взаимодействия с взрослыми и сверстниками, подготовка детей к переходу в новую школьную среду, снижение тревожности, связанной с этим переходом.

Индивидуальный подход, основанный на выявлении специфики тревожности каждого ребенка, позволяет повысить эффективность коррекционной и профилактической работы, обеспечивая всестороннюю поддержку и развитие детей с задержкой психического развития.

Существует большое количество диагностических методов и методик эмоциональной сферы дошкольников. Для раскрытия индивидуальных особенностей детей старшего дошкольного возраста оказывает использование психодиагностики в процессах обучения и воспитания. Процесс диагностики эмоциональной сферы происходит с помощью основных диагностических методов, как наблюдение, тестирование, опрос, беседа, анкетирование, проективный метод.

Одной из важных задач является проведение коррекционной работы, поскольку развитие компенсаторных процессов в значительной степени зависит от качества реализации этой работы. Ее следует воспринимать в контексте процессов обучения и воспитания. Важна комплексная работа, охватывающая все сферы деятельности в учебной организации. Каждое мероприятие должно быть эффективным именно с точки зрения коррекционного и развивающего воздействия. [3; 6; 36; 45]

Комплексно проводимая работа влияет на различные факторы развития ребенка, поэтому проводятся коррекционные мероприятия с упором на удалении или уменьшении дефектов развития интеллекта, эмоциональной сферы, физических навыков, поведения и личности ребенка в целом.

В старшем дошкольном возрасте на занятиях ребенок с задержкой психического развития может чувствовать свою несостоятельность, которая проявляется в ситуациях неуспеха, при выполнении заданий. Это может проявиться в нескольких моментах. Во-первых, это чувство собственной неполноценности, во-вторых, попытки компенсации в других сферах деятельности. Однако такие попытки не всегда проходят в положительном ключе, могут проявляться в нарушении поведения и дисциплины образовательного учреждения.

При возникновении неудач у ребенка с задержкой психического развития может возникнуть отрицательное отношение к учебной деятельности. Для предотвращения этого необходимо для педагогов найти индивидуальный подход к такому ребенку, уделять внимание ситуациям успеха в других сферах деятельности и постепенно формировать позитивные реакции к обучению.

Также другие дети в коллективе оказывают значительное влияние на развитие личности ребенка с задержкой психического развития. Через взаимодействие с окружающими детьми и педагогами ребенок может приобрести социальный опыт, что впоследствии поможет сформировать более высокие психические функции, такие как память, мышление, эмоции,

речь. Личные отношения между детьми будут влиять на эмоциональную сферу ребенка. Продуманная коррекционная работа способствует развитию положительных эмоций и, в будущем, формированию социальных навыков, таких как уважение к себе, сплоченность в коллективе, дружелюбие и взаимопомощь.

Необходимо включать детей с ЗПР в такие виды деятельности, где можно практиковать привычки поведения, развивать понимание важности получения результата деятельности для формирования положительных мотивов поведения при выполнении заданий.

В рамках системы коррекционных мероприятий для снижения тревожности у детей с задержкой психического развития выделяются четыре основные направления:

1. Снижение эмоционального напряжения.
2. Формирование умения самостоятельно справляться с негативными переживаниями, которые препятствуют нормальному самочувствию ребенка.
3. Формирование адекватной самооценки.
4. Развитие коммуникативных навыков.

Существует множество методов и приемов для снижения уровня тревожности у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития.

При постепенном усложнении заданий, начиная с легкого, дети постепенно смогут успешно справляться с заданиями и не бояться плохого результата деятельности.

При работе над снижением тревожности детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития, основной задачей будет снижение эмоционального дискомфорта и повышение его активности. В ходе работы идет коррекция уровня самооценки и формирование эмоциональной устойчивости.

### **3.2. Содержание программы психологической коррекции тревожности детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития**

Разрабатывая нашу психокоррекционную программу для снижения тревожности детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития, мы учитывали результаты, полученные в ходе констатирующего этапа эксперимента.

#### **Пояснительная записка**

Актуальность: коррекция тревожности детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития является актуальной проблемой на сегодняшний день. Проблема повышенной тревожности детей очевидна, так как именно в дошкольном возрасте формируется психическое и физическое здоровье, происходит становление личности, закладываются основные стереотипы поведения. Поэтому важно, как можно раньше создать детям благоприятные условия для полноценного личностного развития, помочь справиться с эмоционально-личностными нарушениями: неуверенностью, тревожностью.

Тревожность развивается у детей тогда, когда у них имеется внутренний конфликт, провоцируемый завышенными требованиями взрослых, их желанием поставить ребёнка в зависимое от себя положение, отсутствие единой системы требований, наличием тревожности у самих взрослых.

Программа отличается дифференцированным подходом к ребёнку с учётом его личностных нарушений в эмоциональной сфере. Программа помогает достичь устойчивых положительных результатов в коррекции тревожности, повышении самооценки, что способствует нормальному развитию познавательной и эмоционально-личностной сферы детей.

Апробация материалов программы была проведена на базе МБДОУ «Детский сад № 231 комбинированного вида» г. Красноярска с детьми

старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития. В исследовании приняли участие 20 детей в возрасте 6-7 лет.

**Цель программы:** снизить уровень тревожности детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития.

**Задачи программы:**

1. Снижение эмоционального напряжения.
2. Формирование умения самостоятельно справляться с негативными переживаниями, которые препятствуют нормальному самочувствию ребенка.
3. Формирование адекватной самооценки.
4. Развитие коммуникативных навыков.

**Принципы коррекционной работы:**

1. Принцип безусловного принятия ребенка со стороны психолога.
2. Принцип демократизма в общении взрослого и ребенка, соблюдение равноправия на фоне общего безусловного принятия.
3. Принцип поощрения (и проявление этого психологического поощрения) достижений ребенка в плане обретения творческой самостоятельности и продуктивности.

**Категория участников:** дети старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития в возрасте 6-7 лет.

**Продолжительность занятия:** 25-30 минут

**Структура занятий:**

1. Ритуал приветствия: 1-2 минуты.
2. Разминка – 5 минут.
3. Коррекционно-развивающий этап: 20-25 минут.
4. Подведение итогов – 3 минуты.
5. Ритуал прощания: 1-2 минуты.

**Программа реализуется в три этапа:**

1. Подготовительно-ознакомительный.

Цель – проанализировать результаты диагностики, выявить направления работы, сформировать группу для занятий.

## 2. Основной.

Цель – снизить проявления тревожности детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития: постоянное беспокойство, невозможность сконцентрироваться, мышечное напряжение, раздражительность.

## 3. Диагностический

Цель – оценить эффективность психокоррекционной программы по снижению тревожности детей дошкольного возраста с задержкой психического развития.

**Таблица 8 - Направления психологической коррекции тревожности детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития**

Особенности ребенка	Задача (направления коррекционной работы)
Психологические: - озабоченность, беспокойство; - раздражительность; - неуверенность в собственных силах	Научить преодолевать опасности, мобилизовать свою волю, проявлять активность.  Стимулировать собственные ресурсы детей для преодоления стрессовых ситуаций
Физиологические: - мускульное напряжение; - постоянное беспокойство	Снять эмоциональное и мышечное напряжение.  Снизить скованность, боязливость в движениях.  Уменьшить суетливость, нервные движения, ненужные движения и мимику

## Продолжение таблицы 8

<p>Поведенческие:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- коммуникативные трудности в общении со взрослыми и детьми;</li> <li>- невозможность сконцентрироваться;</li> <li>- проявление различных негативных страхов;</li> <li>- эмоциональные вспышки; низкая самооценка</li> </ul>	<p>Научить сотрудничать со взрослыми и детьми, сформировать навыки взаимодействия друг с другом.</p> <p>Преодолеть негативные переживания и снять страхи.</p> <p>Научить активно слушать, задавать вопросы, выражать свое мнение.</p> <p>Повысить самооценку</p>
---	--

**Таблица 9 - Содержание психокоррекционной программы по снижению тревожности детей старшего дошкольного возраста с ЗПР**

Форма работы	Задачи, направления коррекции	Содержание
Занятие 1	Снижение эмоционального напряжения. Формирование умения самостоятельно справляться с негативными переживаниями.	Групповое упражнение «Давай поздороваемся». Игры: «Мост дружбы», «Звериные чувства», «Пчелки».
Занятие 2	Снижение эмоционального напряжения. Развитие коммуникативных навыков.	Игры: «Воздушный шарик», «Гусеница». Игровая ситуация «Пещера для знакомства». Групповое упражнение «Паровозик». Игры: «Дракончик», «Фотография»

Занятие 3	Снижение эмоционального напряжения. Формирование умения самостоятельно справляться с негативными переживаниями.	Игры «Воздушный шарик», «Корабль и ветер». Игровые ситуации «Пещера для знакомства», «Танец с рисованием». Упражнения: «Насос и надувная кукла», «Бездомный заяц», «Водопад»
Занятие 4	Снижение эмоционального напряжения. Формирование умения самостоятельно справляться с негативными переживаниями.	Игры: «Драка», «Подарок под елкой». Игра в переодевание. Игра «Старшая обезьяна», «Танцы противоположности», «Птенцы», «Комплимент»
Занятие 5	Снижение эмоционального напряжения. Развитие коммуникативных навыков.	Парное упражнение «Приветствие». Игра «Дудочка». Игровая ситуация «Фотоальбом». Игры: «Выключенный звук», «Рисунок в парах по очереди». «Упражнение на доверие». Игра «Зайки и слоники»
Занятие 6	Снижение эмоционального напряжения. Формирование умения самостоятельно справляться с негативными переживаниями.	Упражнение на расслабление мышц. Игры «Спрятанные проблемы», «Вылеплялки», «Смена ритмов». Игровая ситуация «Ладонь в ладонь». Игра «Сиамские близнецы». Кинезотерапия «В гостях у морского царя»
Занятие 7	Снижение эмоционального напряжения. Развитие коммуникативных навыков.	Игры: «Сосулька», «Попробуем еще раз», «Звериные чувства», «Бесилки». Упражнения: «Мост дружбы», «Танец пяти движений». Игра на расслабление «Танцующие руки»



## Продолжение таблицы 9

Форма работы	Задачи, направления коррекции	Содержание
Занятие 8	Снижение эмоционального напряжения. Формирование умения самостоятельно справляться с негативными переживаниями.	Игры: «Шалтай-Болтай», «Гусеница», «Рисование вдвоем». Групповое упражнение «Пчелки». Игры: «Дракончик», «Фотография», «Музыка — язык чувств» Игры: «Шалтай-Болтай», «Гусеница», «Рисование вдвоем».
Занятие 9	Формирование адекватной самооценки. Развитие коммуникативных навыков	Игра на релаксацию и дыхание «Винт». Игровая ситуация «Волшебный стул». Упражнения: «Зеркало», «Скала». Игры: «Путаница», «Совместный рисунок».
Занятие 10	Снижение эмоционального напряжения. Развитие коммуникативных навыков	Игра на релаксацию и дыхание «Насос и мяч» Игры: «Принц на цыпочках», «Дудочка», «Имя».

**Ожидаемые результаты:**

Оценку результативности программы мы предлагаем осуществлять через анализ следующих показателей:

1. Снижение эмоционального напряжения;
2. Формирование умения самостоятельно справляться с негативными переживаниями, которые препятствуют нормальному самочувствию ребенка;
3. Формирование адекватной самооценки;
4. Развитие коммуникативных навыков.

**3.3. Контрольный эксперимент и его анализ**

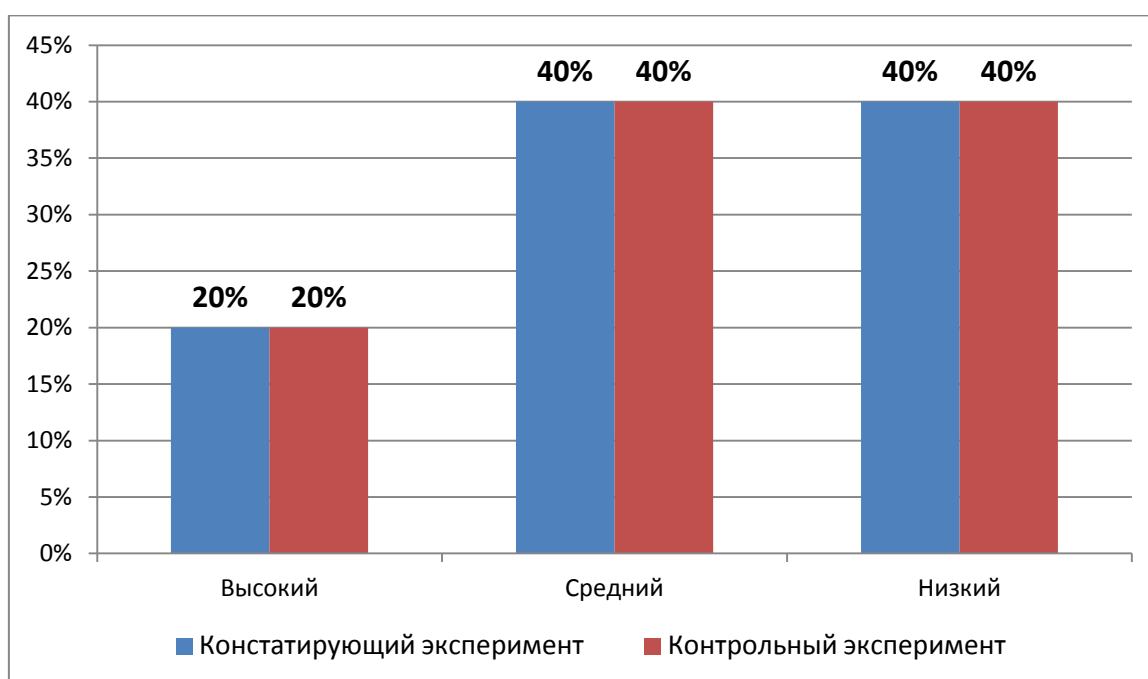
Целью контрольного этапа эксперимента является определение эффективности программы психологической коррекции тревожности детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития.

Для того, чтобы определить эффективность проведенной нами коррекционно-развивающей работы, была осуществлена повторная диагностика. На данном этапе исследования применялись те же методики диагностики, что и на констатирующем этапе работы. Нами был проведен анализ и сравнение результатов контрольного и констатирующего этапов диагностики уровня тревожности детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития.

Результаты повторной диагностики детей контрольной группы по методике «Тест уровня тревожности (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен)» наглядно представлены в таблице 10.

**Таблица 10 - Результаты исследования детей контрольной группы по методике «Тест уровня тревожности (Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен)», контрольный этап эксперимента**

Уровень	Констатирующий эксперимент		Контрольный эксперимент	
	Кол-во	Проценты	Кол-во	Проценты
Высокий	2	20	2	20
Средний	4	40	4	40
Низкий	4	40	4	40



**Рисунок 7 - Результаты исследования детей контрольной группы по методике «Тест уровня тревожности (Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен)», контрольный этап эксперимента**

По итогам проведенной повторной диагностики данной методикой на определение уровня тревожности детей контрольной группы выявлено, что высокий уровень тревожности сохраняется у 20% группы (2 человек), средний уровень развития тревожности имеют 40% от группы (4 человека), низкий уровень у 40% детей (4 человека). Показатели по уровням остались

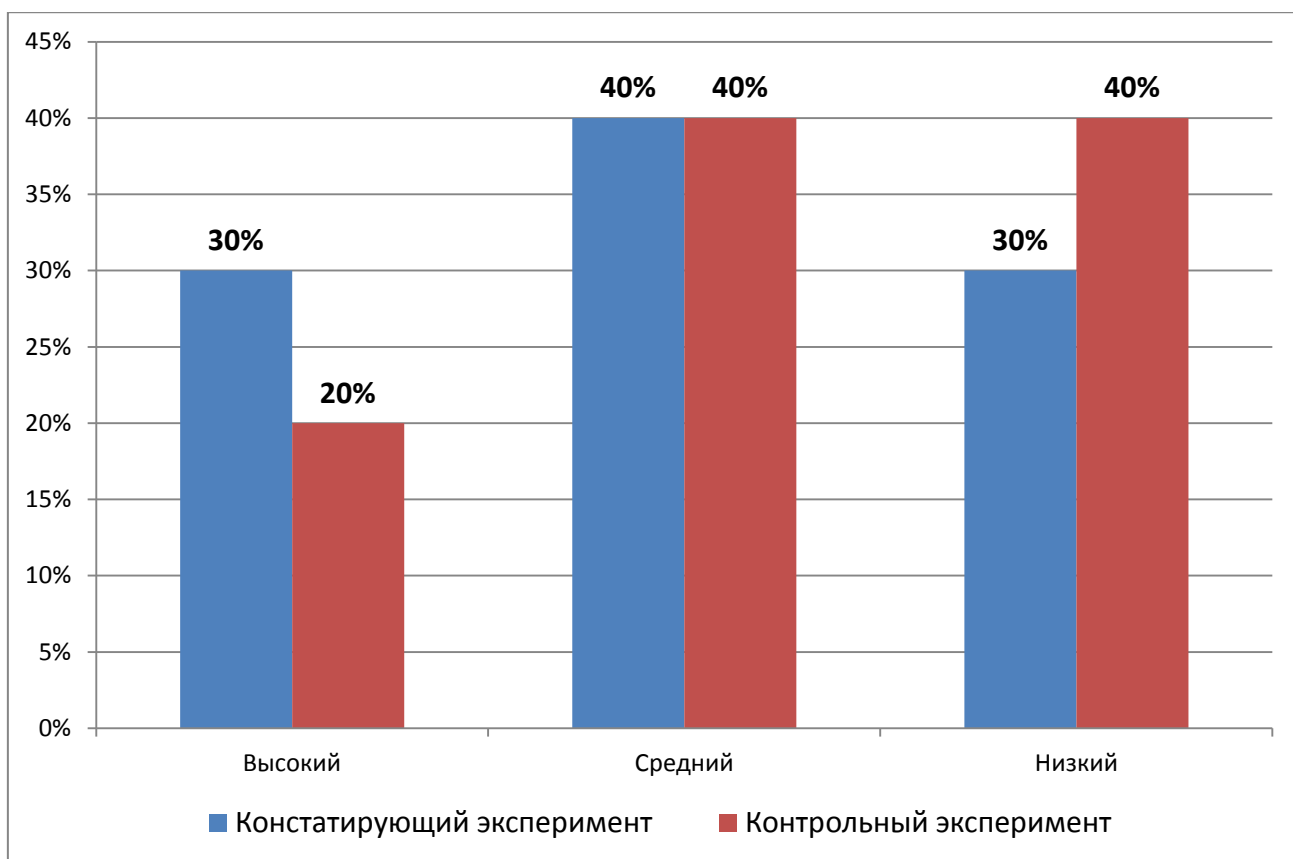
без изменений. У детей по-прежнему сохраняется пониженное настроение, состояние тревоги, страха и преобладание высокого уровня тревожности. Дети испытывают тревожность в ситуациях ребенок – ребенок, ребенок – взрослый, что связано с межличностными отношениями дома и в группе.

Таким образом, показатели уровня тревожности у детей контрольной группы на обоих этапах остались без изменения и находятся на преобладающем среднем уровне.

При проведении исследования на контрольном этапе эксперимента в экспериментальной группе по методике «Тест уровня тревожности (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен)» были получены следующие результаты, представленные в таблице 11.

**Таблица 11 - Результаты исследования детей экспериментальной группы по методике «Тест уровня тревожности (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен)», контрольный этап эксперимента**

Уровень	Констатирующий эксперимент		Контрольный эксперимент	
	Кол-во	Проценты	Кол-во	Проценты
Высокий	3	30	2	20
Средний	4	40	4	40
Низкий	3	30	4	40



**Рисунок 8 - Результаты исследования детей экспериментальной группы по методике «Тест уровня тревожности (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен)», контрольный этап эксперимента**

По результатам повторного исследования было выявлено, что высокий уровень тревожности снизился с 30% до 20%. Также увеличилось количество детей у кого выражается низким уровнем тревожности с 30% до 40%, средний уровень тревожности имеет 40% от всего количества исследуемой группы.

Дети, ранее показывающий высокий уровень тревожности, стали способны контролировать свои эмоциональные реакции и выполнять задачи качественно, в независимости от внешних факторов. Негативная выборка рисунков стала меньше, если ранее ситуации одевания, приема пищи в одиночестве, отношения ребенок – ребенок показывали преобладающее значение, то сейчас выбор негативных картинок стало меньше, некоторые дети перешли с высокого на средний уровень проявления тревожности, стали

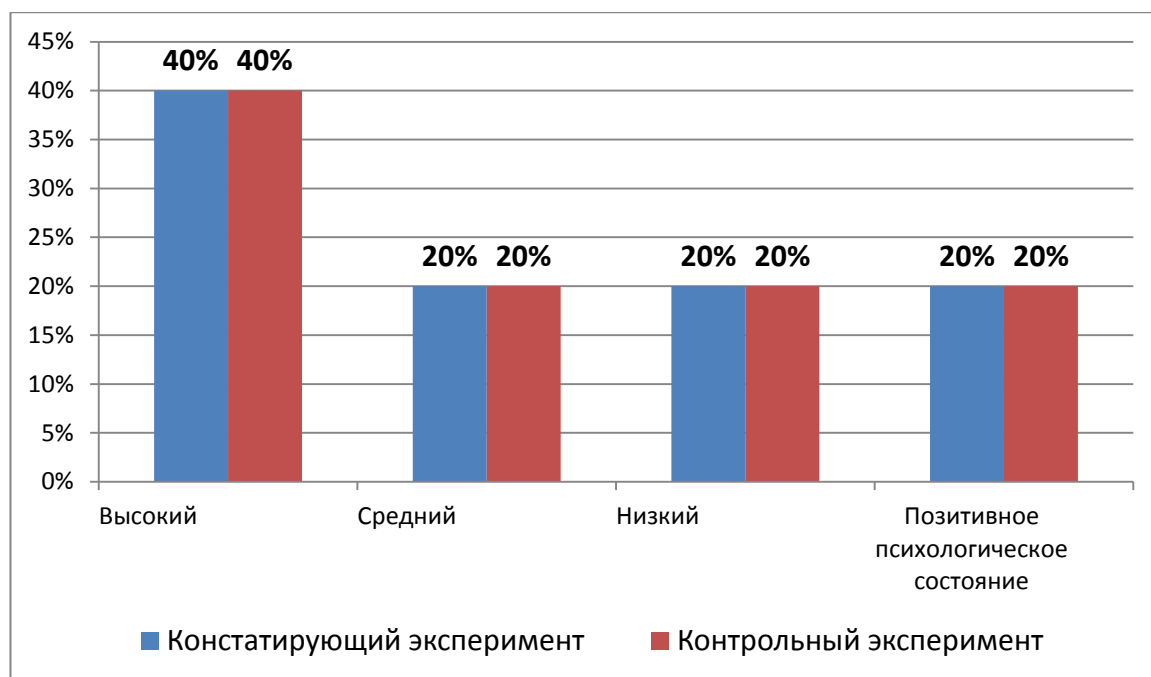
проявлять меньше беспокойства на занятиях, в ситуациях ребенок – взрослый уже проявляют не так много страха. Можно сделать вывод, что уровень проявления тревожности в экспериментальной группе снизился, высокие показатели уменьшились, некоторым удалось перейти с высоких показателей на средние и увеличить процент проявления низкого уровня тревожности.

Согласно рисунку, мы видим, что благодаря проведенному комплексу мероприятий, у детей изменились показатели в проявлении уровня тревожности. Данные методики говорят о том, что небольшие изменения есть, поэтому в дальнейшем для коррекции тревожности, возможно дальнейшее применение нашей программы.

С помощью методики «Паровозик» Велиевой С.В. нам удалось отследить негативное и позитивное психологическое состояние контрольной группы, данные которой представлены в таблице 12.

**Таблица 12 - Результаты исследования детей контрольной группы по методике «Паровозик» Велиевой С.В., контрольный этап эксперимента**

Уровень	Констатирующий эксперимент		Контрольный эксперимент	
	Кол-во	Процент	Кол-во	Процент
Высокий уровень негативного психического состояния	4	40	4	40
Средний	2	20	2	20
Низкий	2	20	2	20
Позитивное психическое состояние	2	20	2	20



**Рисунок 9 - Результаты исследования детей контрольной группы по методике «Паровозик» Велиевой С.В., контрольный этап эксперимента**

Анализируя результаты повторной диагностики контрольной группы на уровень развития негативного и позитивного психологического состояния, можно сделать вывод, что показатели проведенной методики не изменились. Высокий уровень проявления негативного психического состояния, как и прежде, выявлен у 40% детей, средний и низкий уровень по 20%, а показатель позитивного психологического состояния остался также 20%. Дети с повышенным уровнем тревожности, по-прежнему, выбирали черный, серый, коричневый вагон на первую позицию. Дети со средним уровнем тревожности на первую позицию ставили фиолетовый вагон, а черный, серый или коричневый – на вторую позицию. Дети с низким уровнем тревожности черный, серый, коричневый ставили на третью позицию и дальше. На первые позиции ставили синий или желтый.

Таким образом, мы видим, что результаты исследования детей контрольной группы по методике «Паровозик» Велиевой С.В. остались аналогичны результатам констатирующего этапа эксперимента.

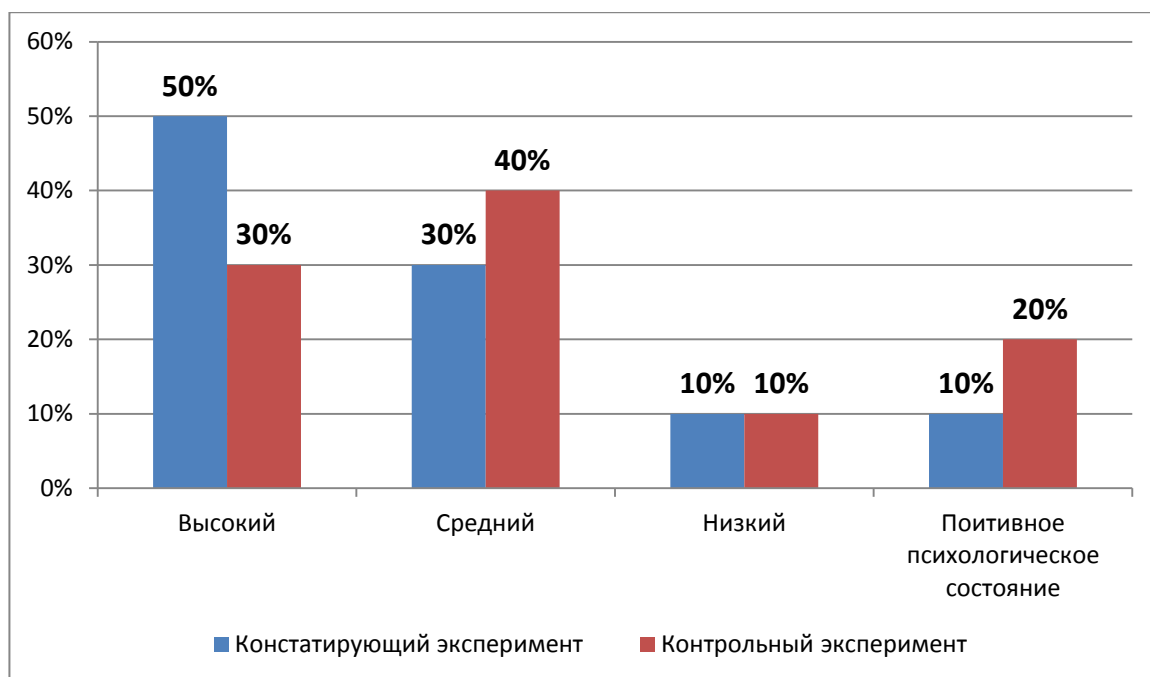
Результаты в экспериментальной группе позволяют нам сделать вывод о том, что дети данной группы после проведенной коррекционной работы стали менее тревожными.

Результаты диагностики по методике «Паровозик» на контрольном этапе нашего исследования в экспериментальной группе представлены в таблице 13.

**Таблица 13 - Результаты исследования детей экспериментальной группы по методике «Паровозик» Велиевой С.В., контрольный этап эксперимента**

Уровень	Констатирующий эксперимент		Контрольный эксперимент	
	Кол-во	Процент	Кол-во	Процент
Высокий уровень негативного психического состояния	5	50	3	30
Средний	3	30	4	40
Низкий	1	10	1	10
Позитивное психическое состояние	1	10	2	20





**Рисунок 10 - Результаты исследования детей экспериментальной группы по методике «Паровозик» Велиевой С.В., контрольный этап эксперимента**

Исходя из результатов диагностик, мы можем сделать вывод, что показатели негативного психического состояния данной группы значительно сократились. Так, данные изменились проявления у детей высокого уровня негативного психического состояния сократились на 20%, снизившись с 50% до 30%. Многим удалось с высокого уровня перейти на средний уровень проявления негативного психического состояния с 30% до 40% от группы детей, низкий уровень остался без изменений, но детям со среднего уровня негативного психического состояния удалось перейти на уровень позитивного психического состояния, подняв его с 10 до 20% от группы. Дети с повышенным уровнем тревожности выбирали черный, серый, коричневый вагон на первую позицию. Дети со средним уровнем тревожности на первую позицию ставили фиолетовый вагон, а черный, серый или коричневый – на вторую позицию. Дети с низким уровнем тревожности черный, серый, коричневый ставили на третью позицию и дальше. На первые позиции ставили синий или желтый. Но количество выборов темных цветов,

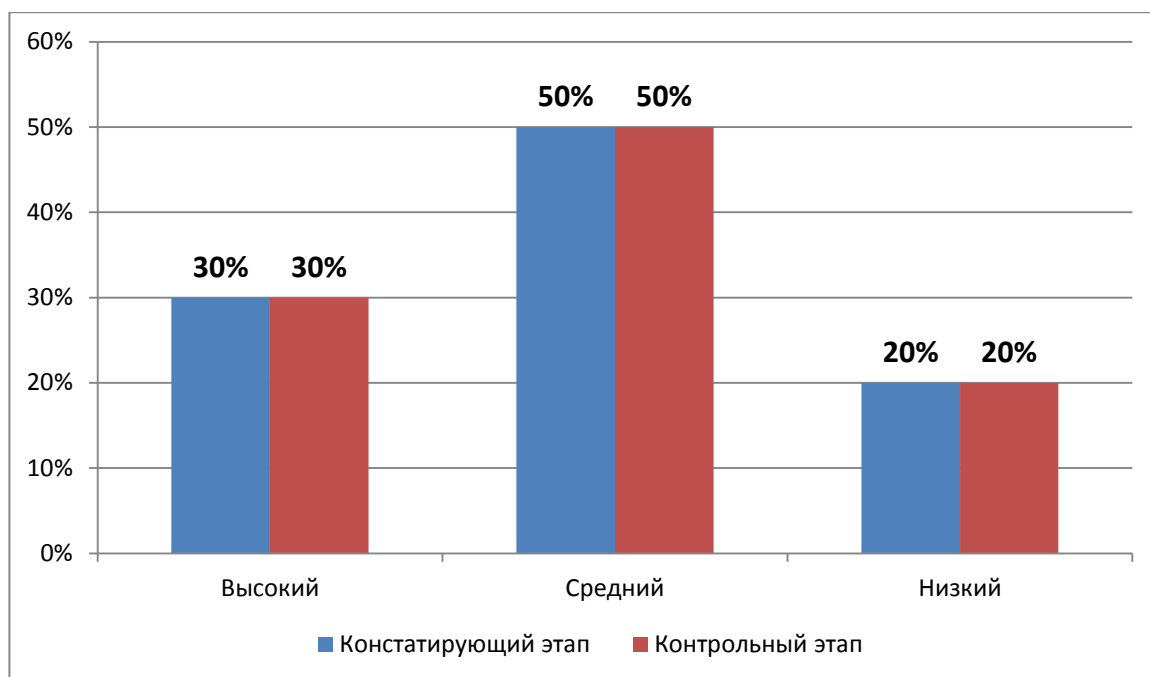
стало намного меньше, уменьшив показатели высокого уровня негативного психического состояния и увеличив процент проявления позитивного психического состояния.

Таким образом, уровень проявления негативных психических состояний на обоих этапах эксперимента сократился, а уровень позитивного психического состояния в группе увеличился.

На втором этапе исследования при повторной диагностике детей контрольной группы по методике «Рисунок несуществующего животного» А.Л. Венгера нами были получены следующие результаты, отраженные в таблице 14.

**Таблица 14 - Результаты исследования детей контрольной группы по методике «Рисунок несуществующего животного» А.Л. Венгера, контрольный этап эксперимента**

Уровень	Констатирующий эксперимент		Контрольный эксперимент	
	Кол-во	Процент	Кол-во	Процент
Высокий	3	30	3	30
Средний	5	50	5	50
Низкий	2	20	2	20



**Рисунок 11 - Результаты исследования детей контрольной группы по методике «Рисунок несуществующего животного» А.Л. Венгера, контрольный этап эксперимента**

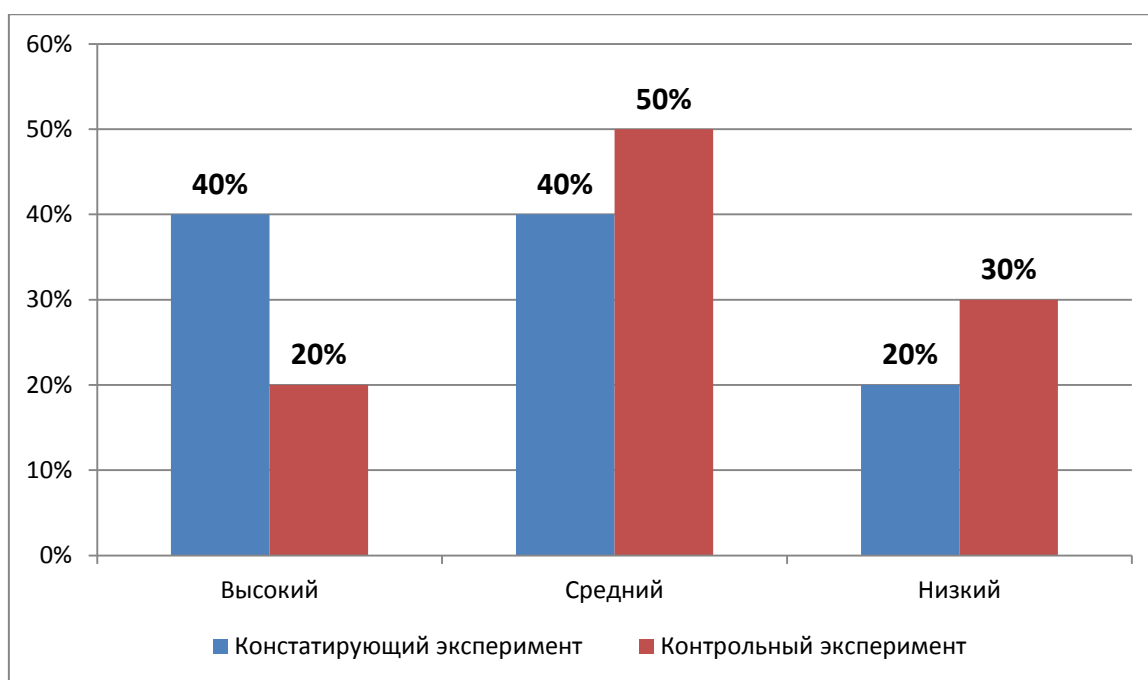
По результатам повторной диагностики данной методикой нами было выявлено, что показатели уровня тревожности у детей контрольной группы остались на прежнем уровне. Так, высокий уровень тревожности имеют 30%, средний уровень выявлен у 50% группы и низкий 20%. У детей сохраняется пониженное настроение, состояние тревоги, страха и преобладание высокого уровня тревожности. В рисунках присутствуют множественные линии, исправления и стирания линий, присутствие специфической штриховой линии, штриховки на рисунке, а также увеличение его размера.

Таким образом, можем сделать вывод, что уровень тревожности у детей контрольной группы остался неизменным и находится на преобладающем среднем уровне.

Результаты повторного исследования методикой «Рисунок несуществующего животного» экспериментальной группы представлены в таблице 15.

**Таблица 15 - Результаты исследования детей экспериментальной группы по методике «Рисунок несуществующего животного», контрольный этап эксперимента**

Уровень	Констатирующий эксперимент		Контрольный эксперимент	
	Кол-во	Процент	Кол-во	Процент
Высокий	4	40	2	20
Средний	4	40	5	50
Низкий	2	20	3	30



**Рисунок 12 - Результаты исследования детей экспериментальной группы по методике «Рисунок несуществующего животного», контрольный этап эксперимента**

Анализируя результаты повторной диагностики на контрольном этапе эксперимента в экспериментальной группе мы обнаружили, что показатели высокого уровня тревожности стали значительно ниже, изменились с 40 до

20%. Некоторым детям удалось перейти с высокого уровня тревожности на средний, тем самым увеличив процент данных, полученных по среднему уровню, где было 40%, а стало 50%. Также удалось увеличить количество детей, проявляющих низкий уровень тревожности в группе на 10%, подняв показатели с 20% до 30%. Дети стали меньше использовать негативные черты в своих рисунках, такие как клыки или шипы. Давали героям добрые имена. Перестали появляться изображения, не помещающиеся на лист или буквально «втиснутые» в его пространство, что показывает на снижение уровня тревожности детей. Меньше стали использовать штриховку, зачернение.

Таким образом, у детей контрольной группы уровни проявления тревожности на контрольном этапе эксперимента оставались практически аналогичны результатам констатирующего этапа эксперимента. В рисунках, как и прежде, присутствуют множественные линии, исправления и стирания линий, присутствие специфической штриховой линии, штриховки на рисунке, а также увеличение его размера. У детей экспериментальной группы снизился высокий уровень тревожности, многие дети перешли на средний уровень. Их рисунки стали отличаться разнообразием цветов, присутствием округлых элементов и тонких линий, отсутствием штриховок и зачеркиваний. Из рисунков исчезла сильная штриховка, зачернение рисунка, что раньше свидетельствовало о повышенном уровне тревожности. Также удалось после проведения коррекционной работы увеличить показатели по низкому уровню тревожности и позитивному психологическому состоянию детей.

Таким образом, по результатам контрольного этапа эксперимента мы видим, что апробация нашей психокоррекционной программы с детьми старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития, прошла успешно. Результаты контрольного этапа эксперимента позволяют констатировать снижение уровня тревожности детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития, что свидетельствует об

эффективности программы. Однако необходима дальнейшая работа по повышению эффективности навыков взаимодействия с тревожным ребенком родителям и педагогам.

### **Выводы по третьей главе**

1. На основе полученных результатов была составлена психокоррекционная программа по снижению уровня тревожности детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития. Критерии построения программы: снижение тревожности и страхов; снижение мышечного напряжения; повышение уверенности в себе. Программа была реализована в течение двух месяцев. Игротерапия выступала ключевым методом психокоррекции.

В завершении работы был проведен контрольный этап эксперимента, с целью выявления эффективности, разработанной нами программы психологической коррекции.

В ходе исследования, по результатам контрольного этапа диагностики мы определили, что в контрольной группе не было зафиксировано значительных изменений в показателях уровня тревожности. По итогам проведенной повторной диагностики по методике «Тест тревожности» (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен), Дети, по-прежнему, выбирали негативные выборки из предложенных рисунков, тревогу вызывают ситуации одевания, прием пищи в одиночестве, ситуации общения ребенок – ребенок и ребенок – взрослый. У детей сохраняется пониженное настроение, состояние тревоги, страха и преобладание высокого уровня тревожности.

В экспериментальной группе показатели проявления тревожности значительно снизились. Ситуации одевания, приема пищи в одиночестве не вызывали у детей тревогу. Снизился уровень проявления тревожности во взаимоотношениях со сверстниками и взрослыми. Дети были в состоянии качественно выполнять задания, не отвлекаться. Некоторые дети перестали

нервно перебирать в руках предметы, повысился в целом фон положительного настроения, не все выбранные ситуации указывали на получение негативного опыта в жизни, могли выбрать ту же картинку, но в этот раз не придавая ей негативный окрас.

2.Анализируя результаты повторной диагностики детей контрольной группы по методике «Паровозик» С.В. Велиевой видим, что показатели не изменились. Дети, как и прежде, преимущественно, выбирали темные цвета (черный, коричневый и др.), детям тяжело было сконцентрироваться на задаче, они были не способны контролировать свои эмоциональные реакции и выполнять задачи качественно, в независимости от внешних факторов.

В экспериментальной группе по методике «Паровозик» С.В. Велиевой многим детям удалось с высокого уровня перейти на средний уровень проявления негативного психического состояния. Дети перестали выбирать на первую позицию черный, серый и коричневый вагон, отодвигая их на третью позицию или дальше. Отдавали предпочтение в выборе более ярких цветов (синий, красный, желтый цвета), как более привлекательные для себя.

По результатам повторной диагностики контрольной группы по методике «Рисунок несуществующего животного» А.Л. Венгера нами было выявлено, что в рисунках, как и прежде, присутствуют множественные линии, исправления и стирания линий, присутствие специфической штриховой линии, штриховки на рисунке, а также увеличение его размера. У героев рисунков преобладали такие детали, как, шипы на хвостах, острые зубы или дети давали им грозные имена, стараясь их защитить от внешних воздействий.

3.В экспериментальной группе по методике «Рисунок несуществующего животного» А.Л. Венгера нами было выявлено, что рисунки детей стали более красочные, пропали штриховки и зачернение рисунка. Многие дети изменили имена своих героев на добрые, давая им позитивные качества. Перестали использовать такие детали, как острые зубы или клыки, шипы на хвосте. Перестали рисовать своих героев в нижней части

листа, что свидетельствует о повышении самооценки и заинтересованность в своем положении в социуме. Но у некоторых детей стали проявляться слабый нажим в рисунке или паутиная слабая линия, что может указывать на утомление или закрытость.

Результаты проведенного исследования свидетельствуют об эффективности программы.



## Заключение

В последнее десятилетие как зарубежные, так и российские психологи стали замечать растущий интерес к проблемам повышенной тревожности у детей. Состояние тревоги является первой эмоциональной реакцией на различные стрессовые ситуации и играет важную роль в эмоциональном состоянии индивида при занятии любыми значимыми видами деятельности, особенно в естественных условиях. Тревожность – это субъективное проявление неблагополучия личности, её неготовности и страха перед трудностями. Таким образом, основной причиной развития тревоги у детей в старшем дошкольном возрасте являются взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в семье.

Исследование по изучению уровня тревожности детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития производилось на базе МБДОУ «Детский сад № 231 комбинированного вида» г. Красноярск. Была сформирована группа из 20 человек. Возраст детей 6 – 7 лет. Характер дефекта (задержка психического развития психогенного происхождения).

При использовании использовались методики «Тест тревожности» (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен), методики «Паровозик» Велиевой С.В. и методики «Рисунок несуществующего животного».

Результаты констатирующего этапа эксперимента показали, что у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития в двух группах преобладает повышенный уровень тревожности, что выражается в проблемах во взаимоотношениях ребенок – ребенок, ребенок – взрослый, из-за тревоги им тяжело адаптироваться к жизненным ситуациям. У детей сохраняется пониженное настроение, состояние тревоги, страха. Дети с повышенным уровнем тревожности выбирали, преимущественно, темные цвета (черный, серый, коричневый вагон на первую позицию). В рисунках присутствовали множественные линии, исправления и стирания линий, отмечается присутствие специфической штриховой линии, штриховки на

рисунке, а также увеличение его размера. Таким образом, состояние повышенного уровня тревожности детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития требует особого внимания и своевременной коррекции.

В ходе исследования нами была составлена программа психологической коррекции тревожности детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития. программа была апробирована на базе ДООУ №231 с детьми экспериментальной группы.

Цель программы: снизить уровень тревожности детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития.

Задачи программы:

1. Снижение эмоционального напряжения.
2. Формирование умения самостоятельно справляться с негативными переживаниями, которые препятствуют нормальному самочувствию ребенка.
3. Формирование адекватной самооценки.
4. Развитие коммуникативных навыков.

По результатам контрольного этапа эксперимента мы определили, что в контрольной группе не было зафиксировано значительных изменений в показателях уровня тревожности. Дети, по-прежнему, выбирали негативные выборки из предложенных рисунков, тревогу вызывали ситуации одевания, приема пищи в одиночестве, ситуации общения ребенок – ребенок и ребенок – взрослый. При построении поезда дети ставили на первые позиции черные, серый или коричневые вагоны, фиолетовый на вторую или третью позицию. У детей сохраняется пониженное настроение, состояние тревоги, страха и преобладание высокого уровня тревожности. Рисунки детей несут негативный характер, присутствуют зачеркивания, яркие штриховки, негативные детали, такие как клыки или шипы.

В экспериментальной группе показатели проявления тревожности значительно снизились. Снизилось проявление ситуативной тревожности в ситуациях одевание, прием пищи в одиночестве. Снизился уровень

проявления тревожности во взаимоотношениях со сверстниками и взрослыми. Дети были в состоянии качественно выполнять задания, не отвлекаться. При построении поезда на первую позицию выбирались синий, красный или желтый цвета; черный, серый и коричневый ставили на четвертую позицию или дальше, фиолетовый – на третью. Многие дети изменили имена своих героев на добрые, давая им позитивные качества. Перестали использовать зачернение, штриховку, стирание деталей. Перестали рисовать своих героев в нижней части листа, что свидетельствует о повышении самооценки и заинтересованность в своем положении в социуме. Но у некоторых детей стали проявляться слабый нажим в рисунке или паутиная слабая линия, что может указывать на утомление или закрытость.

Программа психологической коррекции тревожности детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития способствовала снижению эмоционального напряжения, формированию адекватной самооценки, формированию умения самостоятельно справляться с переживаниями и развитию коммуникативных навыков, что свидетельствует об эффективности программы.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абрамова, Г.С. Практическая психология: учебное пособие / Г. С. Абрамова. - Москва : Прометей, 2018. - 538 с.
2. Абрамова, Г. С. Общая психология: учебное пособие / Г. С. Абрамова. – 2-е изд., стереотипное. – Москва: Инфра-М, 2020. – 495
3. Авдулова, Т. П. Возрастная психология: учебное пособие / [Т. П. Авдулова и др.]. – Москва: Академия, 2014. – 329 с.
4. Аминов, И. И. Юридическая психология: учебное пособие / И. И. Аминов. – Москва: Юнити-Дана, 2014. – 270 с.
5. Астапов, В.М. Тревожность у детей / Астапов В.М.. — Москва, Саратов : ПЕР СЭ, Ай Пи Эр Медиа, 2019. — 160 с.
6. Афтанас, Л.И. Эмоциональное пространство человека: психофизиологический анализ/ Новосибирск: Изд-во Сибирского отделения РАМН, 2000.
7. Батаршев, А.В. Темперамент и характер: психологическая диагностика. - М.: изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2001 г.- 336стр.
8. Белинская, Е.В. Сказочные тренинги для дошкольников и младших школьников.- СПб.: Речь; М.: Сфера, 2008.
9. Борякова, Н.Ю. Клиническая и психолого-педагогическая характеристика детей с ЗПР. [Электронный ресурс]: Режим доступа: <http://education.ssti.ru/ds6/stati1.html>
10. Болотова, А. К. Прикладная психология. Основы консультативной психологии. Учебник и практикум. — М.: Юрайт. 2019. 340 с.
11. Веракса, Н. Е. Детская психология: учебник / Н. Е. Веракса, А. Н. Веракса. – Москва: Юрайт, 2014. – 445 с.
12. Велиева, С.В. Диагностика психических состояний детей дошкольного возраста / С.В. Велиева. – Санкт-Петербург : Речь, 2007. – 240 с.

13. Виноградова, С. М. Психология массовой коммуникации: учебник / С. М. Виноградова, Г. С. Мельник. – Москва: Юрайт, 2014. – 512 с.
14. Винникова, Е.Л., Слепович Е.С. О психологических механизмах становления морального поведения у детей с задержкой развития. // Дефектология. -1999. -№1. - С.18-24.
15. Власова, Т.А., Певзнер М.С. О детях с отклонениями в развитии.- М.: Просвещение, 1973.
16. Волковская, Т.Н. Психологическая помощь дошкольникам с задержкой психического развития. Т.Н. Волковская, Г.Х. Юсупова. – М.: Книголюб, 2014 – 104с.
17. Волковская, Т.Н. Особенности работы с родителями в условиях коррекционного дошкольного учреждения для детей с нарушениями развития// Коррекционная педагогика. 2004, №2. 62-70 с.
18. Грибанова, Г.В. Психологическая характеристика личности подростка с задержкой психического развития. // Дефектология. 1986. №5. - С.13-20
19. Гиппенрейтер, Ю. Б. Введение в общую психологию: [курс лекций]: учебное пособие / Ю. Б. Гиппенрейтер. – Москва: АСТ, 2013 – 351 с.
20. Гуревич, П. С. Психология: учебник / П. С. Гуревич. – Москва: Инфра-М, 2015. – 330 с. Гуревич, П. С. Психология и педагогика: учебник / П. С. Гуревич. – Москва: Юрайт, 2014. – 478 с.
21. Дерманова, И.Б. Диагностика эмоционально-нравственного развития – СПб.: Речь, 2002.
22. Долгова, В.И. Шумакова О.А. Инновационные технологии взаимодействия педагога – психолога с дошкольниками. Челябинск.: Атоксо, 2010. 115 с.
23. Дружинин, В. Н. Экспериментальная психология. Учебное пособие для бакалавриата, специалитета и магистратуры. — М.: Юрайт. 2019. 386 с.

24. Епифанцева, Т.Б. Настольная книга педагога-дефектолога/ Под ред. Епифанцева Т.О.; 2-е изд.- Ростов н/Д: Феникс, 2007.
25. Захарова, Н.В. Снижение тревожности детей старшего дошкольного возраста средствами игровой коррекции. – СПб.: Речь, 2014. – 60с.
26. Захаров, А.И. Игра как способ преодоления неврозов у детей. -М.: Каро, 2006.
27. Захаров, А.И. Как предупредить отклонения в поведении ребенка. М.: Просвещение, 1986.
28. Захаров, А.И. Неврозы у детей и подростков: Анамнез, этиология и патогенез.- Л.: Медицина, 1988г.
29. Захаров, А.И. Психотерапия неврозов у детей и подростков.- М.: Медицина, 1982.
30. Заширинская, О.В. Психология детей с задержкой психического развития. Хрестоматия: Учебное пособие для студентов факультетов психологии.- СПб.: Речь, 2003.
31. Исаев, Д.Н., Елисеев П.Г. Опыт применения тестов тревожности и невротизма в изучении детей с задержкой психического развития. // Дефектология. 1999. №4. - С.27-31
32. Истратова, О.Н. Практикум по детской психокоррекции: игры, упражнения, техники.- Изд. 6-е.- Ростов н/Д: Феникс, 2013.
33. Ингерлейб, М.Б. Особенные дети. М.: Эксмо, 2010. 288 с.
34. Капитанец, Е. Г. Учителю и психологу коррекционного образования / Е. Г. Капитанец. – Челябинск: Б.И., 2012. 63 с.
35. Караванова, Л. Ж. Психология: учебное пособие / Л. Ж. Караванова. – Москва: Дашков и К°, 2014. – 263 с.
36. Коржова, Елена Психология личности. Учебное пособие. Стандарт третьего поколения. — СПб.: Питер. 2020. 544 с.
37. Корягина, Н. А. Социальная психология. Теория и практика: учебник / Н. А. Корягина, Е. В. Михайлова. – Москва: Юрайт, 2014. – 491 с.

38. Коленда, А. Н. Основы психологии и педагогики: учебно-методическое пособие / А. Н. Коленда. – Гомель: ГомГМУ, 2013. – 66 с.
39. Колесникова, Г.И. Специальная психология и педагогика / Г.И. Колесникова. Ростов.: Феникс, 2010. 252 с.
40. Коломинский, Я. Л. Основы психологии. М.: АСТ, ВКТ, 2010. 405 с.
41. Корнилова, Т. В. Методологические основы психологии: учебник для вузов / Т. В. Корнилова, С. Д. Смирнов. – Москва: Юрайт, 2013. – 490 с.
42. Костина, Л.М. Методы диагностики тревожности. СПб., 2005. 197 с.
43. Костина, Л.М. Игровая терапия с тревожными детьми.- СПб.: Речь, 2003.
44. Костина, Л.М. Методы диагностики тревожности.- СПб.: Речь-2006.
45. Костина, Л.М. Особенности эмоциональной сферы в учебном процессе детей младшего школьного возраста (с нормальным и задержанным психическим развитием): Автореф. дис. ... канд. психол. наук. - СПб., 1992.
46. Кравцова, М. Тревожные дети.[Электронный ресурс]: Школьный психолог.-2003г.-№19.- Режим доступа: <http://psy.1september.ru/article.php?ID=200301908>
47. Кузнецова, Л.В., Айзенберг Б.И. Разные формы психологической помощи в школе-интернате для детей с задержкой психического развития. // Дефектология. 1990. №2. - С.21-23.
48. Кулагина, И.Ю. Эмоциональные реакции детей с задержкой психического развития в оценочной ситуации. // Дефектология.-1987.- №3. - С.9-15
49. Кузмицкая, Ю. Л. Теоретические и методологические основы общей психологии: учебно-методическое пособие / Ю. Л. Кузмицкая, Е. Д. Мишина. – Гродно: ГрГМУ, 2013. – 149 с.
50. Лебединская, К.С. "Основные вопросы клиники и систематики задержки психического развития"// Дефектология. - 2006. - № 3. - С.15-27

51. Лебединский, В.В. Нарушения психического развития в детском возрасте: Учебное пособие для студ.психол.фак.высш.учеб.заведений.-2-е изд., испр.- М.: Издательский центр "Академия", 2004.
52. Левитов, Н.Д. Психологическое состояние беспокойства, тревоги / Н.Д. Левитов// Вопросы психологии. 205. С 131-137
53. Лютова, Е.К. Шпаргалка для взрослых: Психорекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми / Е.К. Лютова, Моница Г.Б. – М.: Генезис, 2005. 192 с.
54. Малахова, А.Н. Небесное путешествие. Программа игротерапии для дошкольников. Изд-во "Сфера", 2008.
55. Маклаков, А. Г. Общая психология: учебное пособие / А. Г. Маклаков. – Санкт–Петербург [и др.]: Питер, Прогресс книга, 2019. – 582 с.
56. Медведская, Е. И. Экспериментальная психология: учебно-методический комплекс / Е. И. Медведская. – Брест: БрГУ, 2020. – 209 с.
57. Микляева, А. В., Румянцева П. В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция.- СПб.: Речь, 2004.- 248 с.
58. Мухина, В.С. Возрастная психология. Феноменология развития / В.С. Мухина. – Изд.: Академия, 2012. 656 с.
59. Ножкина, Т.В. Общая психология: курс лекций / Т. В. Ножкина. - Москва : Т8RUGRAM, Научная книга, 2017. - 381 с.
60. Нартова-Бочавер, С. К. Дифференциальная психология: учебное пособие / С. К. Нартова-Бочавер. – Москва: Флинта: МПСУ, 2015. – 280 с.
61. Немов, Р. С. Психология: учебник / Р. С. Немов. – Москва: КноРус, 2014. – 718 с.
62. Немов, Р.С. Психологический словарь.- М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2007.- 560 с. : ил.
63. Никишина, В.Б. Практическая психология в работе с детьми с задержкой психического развития. Пособие для психологов и педагогов.- М.: Владос, 2003.



64. Образцова, Л. Самоучитель по психологии / Л. Образцова. – Москва: АСТ: Сова, 2013. – 319 с.
65. Овчарова, Р.В. Практическая психология в начальной школе.- М.: ТЦ «Сфера», 1996.
66. Осипова, А.А. Общая психокоррекция / Под ред. В.И. Селиверстова. – М.: Владос, 2015. 400 с.
67. Панфилова, М.А. Игротерапия общения: Тесты и коррекционные игры. Практическое пособие для психологов, педагогов и родителей.-М.: «Издательство ГНОМ и Д», 2001.
68. Панфилова, М.А. Клинический психолог в работе с детьми различных патологий (с задержкой психического развития и с хроническими соматическими заболеваниями). [Электронный ресурс]: Медицинская психология в России: электрон. науч. журн.-2011.- № 6.- Режим доступа: [http:// medpsy.ru](http://medpsy.ru)
69. Панфилова, М.А. Коррекция тревожности у старших дошкольников с задержкой психического развития: диссертация кандидата психологических наук : 19.00.10.- Москва, 2007.
70. Прихожан, А.М. Предвосхищающая эмоция. [Электронный ресурс]: Школьный психолог.- 2004 г.- №8.- Режим доступа: <http://psy.1september.ru/article.php?ID=200400807>
71. Прихожан, А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика.- М.: "...Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2000. - 304 с. (Серия «Библиотека педагога-практика»).
72. Прихожан, А.М.,. Психология тревожности: дошкольный и школьный возраст. 2-ое изд.-СПб: Питер, 2007.
73. Рамендик, Д. М. Общая психология и психологический практикум: учебник / Д. М. Рамендик. – Москва: Юрайт, 2016. – 303 с.
74. Расцевская, М.Ч. Особенности эмоционально-волевой сферы детей 6-10- летнего возраста с разным уровнем умственного развития. //

Сравнительная динамика развития детей: Сборник научных трудов. - Рига, 1986. С.49-61.

75. Рогов, Е.И. Настольная книга практического психолога: Учеб. пособие: В 2 кн.- 2-е изд., перераб. и доп.- М.: Гуманит.изд. центр ВЛАДОС, 1999.- Кн.1: Система работы психолога с детьми разного возраста.

76. Самоукина, Н.В. Игры в школе и дома: Психотерапевтические упражнения коррекционные программы.- М- Новая школа, 1995.

77. Самыгин, С. И., Кротов Д. В., Столяренко Л. Д. Психология. Учебное пособие. — М.: Феникс. 2020. 280 с.

78. Славина, Л.С. Дети с аффективным поведением.-М.:Просвещение, 1966.

79. Слепович, Е.С., Харин С.С. Становление сюжетно-ролевой игры как совместной деятельности у дошкольников с задержкой психического развития // Дефектология. - 1988. - № 6- с 41

80. Станиславская, И. Г. Психология: основные отрасли: учебное пособие / И. Г. Станиславская, И. Г. Малкина-Пых. – Москва: Человек, 2014. – 322 с.

81. Стишенок, И.В. Сказкотерапия для решения личных проблем.- СПб.: Речь; М.: Сфера, 2010.

82. Стребелева, Е.А. Коррекционно-развивающее обучение в процессе дидактических игр: пособие для учителя-дефектолога.-М.:Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2007.

83. Степанов, С. Беспокойство- его причины и следствия [Электронный ресурс]: Школьный психолог.- 2004г.- №8.- Режим доступа: [http://psy.1september.ru/article\\_ext.php?dir=2004/08/&file=2.htm](http://psy.1september.ru/article_ext.php?dir=2004/08/&file=2.htm)

84. Столяренко, Л. Д. Психология: учебник / Л. Д. Столяренко. – Санкт–Петербург [и др.]: Питер, Прогресс книга, 2019. – 591 с.

85. Сухов, А. Н. Социальная психология: учебное пособие / А. Н. Сухов, М. Г. Гераськина. – 8-е изд., переработанное и дополненное. – Москва: ЮНИТИ, 2020. – 367 с.

86. Фадина, Г.В. Диагностика и коррекция задержки психического развития детей старшего школьного возраста: Учебно-методическое пособие.- Балашов: "Николаев", 2004.

87. Хухлаева, О.В. «Коррекция нарушений психологического здоровья дошкольников и младших школьников»: Академия; Москва; 2003.

88. Хухлаева, О.В. Практические материалы для работы с детьми 3-9 лет. Психологические игры, упражнения, сказки.- М.: Генезис, 2006.- 176 с: илл.- (Психологическая работа с детьми.)

89. Хухлаева, О.В. «Тропинка к своему Я»: уроки психологии в начальной школе (1-4). – М.: «Генезис», 2006.

90. Царева, Ю.В. Коррекция поведенческих нарушений у детей: Сборник упражнений и игр. Изд-во: Книголюб, 2008.

91. Чиркова, Т. И. Методологические основы психологии: учебное пособие / Т. И. Чиркова. – Москва: Вузовский учебник: Инфра-М, 2013. – 404 с.

92. Чистякова, М. И. Психогимнастика/ Под ред. М.И.Буянова.- 2-е изд.- М.: Просвещение: ВЛАДОС, 1995.

93. Шабельников, В. К. Функциональная психология. Формирование психологических систем: психика как функциональная система. Формирование быстрой мысли. Социо-биосферная детерминация личности: учебник / В. К. Шабельников. – Москва: Культура: Академический проект, 2013. – 590 с.

94. Широкова, Г.А., Жадько Е.Г. Практикум для детского психолога. - Ростов н/Д.: "Феникс, 2004.

95. Шнейдер, Л. Б. Психология идентичности. Учебник и практикум для бакалавриата и магистратуры. — М.: Юрайт. 2019. 328 с.

96. Шумский, В. Б. Экзистенциальная психология и психотерапия. Учебное пособие для бакалавриата и магистратуры. — М.: Юрайт. 2019. 156 с.

## Методика «Паровозик» С.В. Велиева

### Описание методики

Цель методики – 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.

### 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.

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.

## Обработка результатов

Кол-во баллов	Совпадения
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.

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

$(а-б) / \text{количество детей} \times 100\% = \text{общ. психол. климат группы}$

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.

## **Тест тревожности «Выбери нужное лицо» (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен)**

Цель методики: Определить уровень тревожности ребенка. Методика предназначена для детей 4-7 лет. Степень тревожности свидетельствует об уровне эмоциональной 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 (8,5x11 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 ребенка: веселое или печальное?»
10. Агрессивное нападение «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое?»
11. Собираение 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).

Имя: Илья Возраст: 6 лет

Таблица 16 – Протокол обследования по методике Тест тревожности

«Выбери нужное лицо» (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен)

Рисунок	Высказывание	Выбор	
		Веселое лицо	Печальное лицо
1. Игра с младшими детьми	Ему надоело играть	+	
2. Ребенок и мать с младенцем	Гуляет с мамой, люблю гулять с мамой	+	
3. Объект агрессии	Хочется ударить его стулом. У него грустное лицо		+
4. Одевание	Он пойдет гулять. Надо одеваться	+	
5. Игра со старшими детьми	Потому что у него дети	+	
6. Укладывание спать в одиночестве	Я всегда беру спать игрушку		+
7. Умывание	Потому что он умывается	+	



## Продолжение таблицы 16

8. Выговор	Мама хочет уйти от него		+
9. Игнорирование	Потому что тут малыш	+	
10. Агрессивность	Потому что кто-то отбирает игрушку		+
11. Собираение игрушек	Мама заставляет его, а он не хочет		+
12. Изоляция	Они не хотят играть с ним		+
13. Ребенок с родителями	Мама и папа гуляют с ним	+	
14. Еда в одиночестве	Пьет молоко, и я люблю пить молоко	+	

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):

$$\text{ИТ} = \frac{\text{Число эмоциональных негативных выборов}}{14} \times 100\%$$

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»).

#### **Методика «Рисунок несуществующего животного»**

Методика «Рисунок несуществующего животного» (РНЖ) относится к разряду проективных.

Цель: РНЖ может быть включен либо в клиническое обследование, либо как вспомогательный диагностический прием в процесс групповой психокоррекции. Он может быть использован как материал для живого обсуждения в группе пациентов либо в диалоге исследователь - испытуемый с целью выяснения и уточнения черт личности, проблем и социальных установок. В плане индивидуального консультирования РНЖ может использоваться в качестве эвристической опоры для направления беседы.

РНЖ требует объединения с другими методами или тестами. Рекомендуется также проводить эту методику в одном сеансе с монотонными вербальными тестами-опросниками, используя ее как средство, повышающее живой интерес испытуемого к работе.

Использование РНЖ в ситуации принудительной экспертизы с целью отбора кадров значительно снижает, а в большинстве случаев полностью сводит на нет эффективность методики.

Чтобы взрослый захотел выполнять РНЖ, необходимо соблюдать два правила: 1) его рисование не должно оцениваться, тогда не будет стремления использовать стереотипы; 2) рисование для взрослого должно иметь смысл.

Материал: 1) простой карандаш средней твердости, неостро отточенный (ручкой, фломастером рисовать нельзя), т.к. только карандаш передает моторику руки (нажим, дрожание, прерывистость и т.д.), что очень важно при анализе; 2) лист бумаги стандартный, белый или кремовый, но не гляцевый. Бумага должна быть ориентирована вертикально.

Инструкция: «Придумайте и нарисуйте несуществующее животное и назовите его несуществующим названием». Далее можно уточнить, что нежелательно брать животное из мультфильмов, т.к. оно уже кем-то придумано; вымершие животные тоже не подходят.

Некоторые общие замечания к интерпретации РНЖ: важной характеристикой является связь рисунка с метафорами речи. Одним из опорных положений при интерпретации является семантический параллелизм образно-графического и вербально-метафорического рядов. В

самом общем виде процесс интерпретации состоит в следующем: то, что содержится в рисунке (местоположение, детали и их взаимоотношения), буквально переносится на личность рисовавшего в качестве его метафорического описания. Суждение о личности, как правило, формируется в результате перевода с языка метафорического описания на привычный профессиональный жаргон. Пример: шипы – «личность с шипами» - склонность к защитной агрессии; большие уши – «человек с большими ушами» - повышенная заинтересованность в информации о себе.

Основной трудностью при истолковании рисунка является многозначность отдельных деталей и признаков. Например, величина рисунка, в зависимости от характера контура, графики, эмоционального фона и т.д., может говорить либо о тенденциях к самораспространению, о преобладании эгоцентрических установок, либо о нарушении контроля над интенсивностью аффективных проявлений или гипертимии (гипомании) и т.д.

Кроме обязательного подчинения толкования отдельных деталей общему впечатлению, важным способом сузить значение символа является сознательный выбор надлежащего контекста интерпретации. Например, при наличии в рисунке панциря, шипов, чешуи и т.п. при интерпретации на первый план выступает контекст самозащиты, «уязвимость – защищенность», а, например, не характер уровня притязаний, связанный с расположением по вертикали.

Правильный выбор контекста является важным приемом в работе с рисунком, позволяющим расширить содержательно его интерпретацию. Количество возможных интерпретационных контекстов зависит от фантазии и внутренней подвижности экспериментатора. Однако здесь же кроется и опасность «обратной проекции» собственных личностных черт на материал рисунка.

#### АСПЕКТЫ АНАЛИЗА РИСУНКА

Разделяются на формальные и содержательные.

## Формальный анализ рисунка

К формальному аспекту относятся: 1) семантика расположения в пространстве; 2) графологические признаки.

### 1. Семантика пространства проективного рисунка.

Как свидетельствует практика и экспериментальные исследования, пространство рисунка семантически неоднородно. Оно связано с эмоциональной окраской переживаний и временным периодом - настоящим, прошлым и будущим, а также с действительным и идеальным. Пространство, расположенное сзади и слева от субъекта, связано с прошлым и бездеятельностью (т.е. с отсутствием активной связи между замыслом, планированием и его осуществлением), а пространство впереди и справа - с периодом будущего и активностью. Лист бумаги является двумерной проекцией этого пространства.

На листе левая сторона и низ рисунка связаны с отрицательно окрашенными эмоциями, депрессией, неуверенностью, пассивностью. Правая сторона (соответственно доминантной правой руке) и верх - с положительно окрашенными эмоциями, энергией, активностью, конкретностью действий.

В норме рисунок расположен по средней линии (или несколько левее) и чуть выше середины листа бумаги. Положение рисунка ближе к верхнему краю листа (чем больше, тем выраженнее) трактуется как высокая самооценка, неудовлетворенность собственным положением в обществе и недостаточным признанием окружающих, претензия на продвижение, тенденция к самоутверждению, потребность в признании. Повышение положения рисунка на листе бумаги коррелирует со стремлением к эмоциональному принятию со стороны окружения, со стремлением соответствовать высокому социальному стандарту. Повышение рисунка также связано с уменьшением фиксации на препятствиях к достижению ситуативных потребностей.

Положение в нижней части листа - обратный показатель: неуверенность в себе, низкая самооценка, подавленность, нерешительность, незаинтересованность в своем социальном положении, отсутствие стремления быть принятым окружением, склонность к фиксации на препятствиях к достижению ситуативных потребностей.

Правая и левая полуплоскость листа имеют противоположную коннотацию по оппозициям «пассивность – деятельность», «внутреннее – внешнее», «прошлое – будущее». Соответственно расценивается местоположение рисунка вправо и влево от средней линии листа, а также ориентация головы и тела животного вправо, влево, в фас. Местоположение скорее символизирует общую направленность в сторону достижения тех или иных состояний в рамках указанных оппозиций.

Голова, направленная вправо, - устойчивая тенденция к действию: почти все, что обдумывается и планируется, осуществляется или, по крайней мере, начинает осуществляться (если даже и не доводится до конца). Испытуемый настроен на реализацию своих намерений и установок.

Голова, направленная влево, - тенденция к рефлексии, к размышлению, «не человек действия». Лишь незначительная часть замыслов реализуется или хотя бы начинает реализовываться. Нередко это также - нерешительность, страх перед активными действиями (вариант: отсутствие ли тенденции к действию или боязнь активности - следует решить дополнительно). Это также может быть связано с отсутствием притязаний на самоутверждение в сфере внешне-преобразовательной деятельности, отсутствием склонности к доминированию, с фиксацией на какой-либо ситуации в прошлом.

Положение «анфас», т.е. голова, направленная на рисовавшего, может трактоваться как эгоцентризм. Такое положение часто бывает сходно по значению в отношении описанных параметров уровня притязаний с поворотом влево. Иногда оно трактуется как прямота, бескомпромиссность, сформировавшиеся как реакция на глубинное чувство незащищенности.

Сдвиг вправо рисунка может свидетельствовать об акцентировании будущего, мужских черт характера, стремлении к контролю над ситуацией, ориентации на окружающих, экстраверсии. Сильный сдвиг вправо наблюдается достаточно редко и может быть связан с «бунтарством», неподчинением. Исследования выявили значимую связь между сдвигом вправо и рядом показателей фрустрационного теста С.Розенцвейга. Соответственно, повышался удельный вес эстрапунитивных реакций с целью эгозащиты, общее количество направленных вовне реакций и уровень агрессивности. Связь активного отстаивания собственной правоты со сдвигом вправо хорошо иллюстрирует связь рисунка с языковой метафорой.

Сдвиг рисунка влево имеет противоположное значение. Это акцентирование прошлого, нежелание участвовать в ситуации, склонность к принятию вины и ответственности на себя, застенчивость, интроверсия. Преобладают интропунитивные реакции, снижается уровень внешне-направленной агрессивности и реактивности.

Необходимо также осторожно подходить к интерпретации рисунков, занимающих более 2/3 площади листа бумаги; а также к рисункам, выходящим за срез листа: они могут не подчиняться указанным семантическим закономерностям.

Особую категорию составляют также маленькие рисунки, расположенные в левом верхнем углу листа. Этот тип локализации часто свидетельствует о высокой тревожности, склонности к регрессивному поведению и эскапизму (желание выйти из ситуации, уход в прошлое либо в фантазию), избеганию новых переживаний. Возможна выраженная дисгармония между самооценкой и уровнем притязаний (актуальным и идеальным образом «Я»). Эти рисунки также могут не подчиняться общим семантическим закономерностям.

Обобщая, можно сказать, что проективное пространство рисунка является символом всех возможных пространств, с помощью которых могут быть метафорически охарактеризованы личность и характер индивида. Чаще

всего оно символизирует социальную среду в различных ее аспектах (ценностном, объектном, коммуникативном, временном, эмоциональном и т.д.). В плане интерпретации эти аспекты играют роль контекстных рамок, ограничивающих многозначность образа.

К ряду интерпретационных приемов работы с пространством относится обращение внимания на ощущения, вызванные рисунком (например, шаткость - устойчивость, что относится к ориентации в социуме, самооценке и пр.). Можно попытаться представить, куда двинется животное, если «открепить» его от плоскости (вправо, влево, вверх, вниз), или оно останется на месте. Можно попытаться определить, насколько однозначен или противоречив рисунок движения животного (например, одна часть фигуры движется в одном направлении, а другая этому препятствует, либо движется в противоположном направлении).

## 2. Графологические аспекты интерпретации рисунка (два аспекта).

### 2.1. Уровень наличных технических средств воплощения образа в графике (анализ характеристик идеомоторного акта). К этому аспекту относится анализ линии.

Для нормы характерна уверенная линия со средним равномерным нажимом и четкими соединениями.

Колеблющаяся, прерывающаяся линия, «островки» перекрывающих друг друга линий, несоединенные углы, «запачканные» рисунки говорят о легкой напряженности, повышенном уровне тревожности, что свойственно невротикам. Контуры рисунка здесь могут быть размытыми, «волосатыми», во всем исполнении может чувствоваться неуверенность, неловкость. (Рисункам невротиков также бывает свойственно отклонение от вертикали, «касающиеся рисунки», недорисованные конечности, незаконченность или непомерное увеличение кистей и стоп).

Характер линии служит одним из индикаторов общей энергии. Слабая паутинообразная линия («возит карандашом по бумаге<sup>2</sup>, не нажимая на него) является признаком экономии энергии, астенизации, снижения общего



тонуса. (При пониженном фоне настроения встречается достаточно редко и сочетается с экономией линии и деталей).

Обратный характер линии не является полярным: это не энергия, а следствие увеличения тонуса мускулатуры в связи с тревожностью. Особо следует обращать внимание на резко продавленные линии, видимые с обратной стороны листа (судорожный, высокий тонус рисующей руки) - резкая генерализованная тревожность. Необходимо обращать внимание на то, какая деталь, какой символ выполнен с увеличением нажима, т.е. к чему привязана тревога (например, верхний «шип»). О повышении тревожности также говорит наличие штриховки внутри контура фигуры и различных деталей.

2.2. Пространственно-символический аспект. В этом аспекте анализируется направление линии и характер контура.

«Падающие линии» и преимущественное направление сверху вниз влево свидетельствует о быстро истощаемом усилии, низком тонусе, возможной депрессии. «Поднимающиеся линии», преобладание движения снизу вверх направо говорят о хорошем энергетическом обеспечении движения, склонности к трате энергии, агрессивности.

Контур фигуры традиционно трактуется как граница Я и социума, символизируемого окружающим пространством. Фигура круга, особенно ничем не заполненного, символизирует тенденцию к сокрытию, замкнутость, закрытость своего внутреннего мира, нежелание сообщать о себе сведения окружающим, нежелание подвергаться тестированию. Такие рисунки дают очень ограниченное количество информации об испытуемом.

Контур фигуры анализируется по наличию или отсутствию выступов типа шипов, панцирей, игл, прорисовке или затемнению линии контура. Это - защита от окружающих: агрессия, если они выполнены в острых углах; страх и тревога, если имеет место затемнение, «запачкивание» линии контура; опасение и подозрительность, если поставлены «щиты», заслоны, линия удвоена.

Направленность такой защиты определяется соответственно пространственному положению. Верхний контур - против вышестоящих, против лиц, реально имеющих возможность наложить запрет, ограничение, осуществить принуждение, т.е. против старших по возрасту, родителей, учителей, начальников, руководителей. Нижний контур - защита против насмешек, отсутствия авторитета, т.е. против нижестоящих, младших, подчиненных, боязнь осуждения. Боковые контуры - недифференцированная опасливость, готовность к самозащите любого порядка и в разных ситуациях. О том же говорят элементы защиты, расположенные не по контуру, а внутри контура, на самом корпусе животного. Справа - больше защита в процессе реальной деятельности, слева - больше защита своих мыслей, убеждений, вкусов.

Степень агрессивности выражена количеством, расположением и характером острых углов в рисунке, независимо от их связи с той или иной деталью. Особенно весомыми в этом отношении являются прямые символы агрессии - когти, клювы, зубы.

Контур также может рассматриваться как «оболочка», символ контроля со стороны «Я» за собственной аффективностью, ее проявлением вовне.

Укрупненные рисунки могут свидетельствовать о повышении аффекта, эгоцентризме, придавании повышенного значения своей персоне. При этом следует учитывать, что дети рисуют крупнее взрослых, девочки - крупнее мальчиков. Мелкие рисунки - наличие депрессии, подавленность, угнетенность, повышенный самоконтроль.

Уверенные, хорошо стыкующиеся линии, упругая пластичность контура является показателем хорошего контроля аффективности. В случае повышенной возбудимости, плохой контролируемости аффективных проявлений по интенсивности появляются увеличенные рисунки с плохо пристыкованными, имеющими перерывы, но энергичными линиями контура, создающими впечатление «разрывания» оболочки изнутри наружу. Ощущение ригидности, хрупкости оболочки при отсутствии теплоты в

общем впечатлении от рисунка может являться признаком длительно подавляемой эмоциональности, либо нивелирования, уплощения эмоциональной сферы.

#### Содержательный анализ рисунка

1. Центральная смысловая часть фигуры (голова или ее заместители). Значение расположенных на голове деталей, соответствующих органам чувств.

Уши - заинтересованность в информации и значимость мнения окружающих о себе. Дополнительно по другим показателям можно определить: предпринимает ли испытуемый что-либо для завоевания положительной оценки или только дает на оценки окружающих соответствующие эмоциональные реакции - радость, обиду и пр.

Рот. Приоткрытый рот в сочетании с языком - при отсутствии прорисовки губ - трактуется как повышенная речевая активность (болтливость); в сочетании с прорисовкой губ - чувственность, иногда - и то, и другое вместе. Открытый рот без прорисовки языка и губ, особенно зачерченный, трактуется как облегченность возникновения опасений, страха, недоверия. Рот с зубами - вербальная агрессия, в большинстве случаев - защитная («огрызается», грубит в ответ на обращение к нему высказывания отрицательного содержания, осуждения или порицания). Для детей и подростков характерен рисунок зачерченного рта округлой формы (в случае боязливости, тревоги).

Особое значение придается глазам как символу присущего человеку переживания страха. Это значение особо подчеркивается резкой прорисовкой радужки.

Ресницы - истероидно-демонстративные манеры в поведении, для мужчин - женственные черты характера (с прорисовкой зрачков совпадает редко). Ресницы свидетельствуют также о заинтересованности в восхищении окружающими внешней красотой и манерой одеваться, придавании большого значения внешности.

На голове бывают также дополнительные детали:

- рога: защита или агрессия (определяется в сочетании с другими признаками агрессии - когтями, щетиной, иглами и пр.; характер этой агрессии - спонтанный или защитно-ответный);

- перья: тенденция к самоукрашению и самооправданию, демонстративность;

- грива, шерсть, подобие прически: чувственность, подчеркивание женщинами своего пола, иногда - ориентация на свою сексуальную роль.

2. Несущая, опорная часть фигуры (ноги, лапы и пр.). Рассматривается «основательность» этой части по отношению к размерам всей фигуры и по форме.

Основательность - обдуманность, рациональность в принятии решений, основательность в суждениях, опора на существенные положения. В обратном случае - поверхностность суждений, легкомыслие в выводах, неосновательность суждений; иногда - импульсивность в принятии решения, особенно при отсутствии или почти отсутствии ног. Следует обратить внимание на характер соединения ног (лап) с корпусом: соединены точно, тщательно, небрежно, слабо, не соединены вовсе - это характер контроля за своими рассуждениями, выводами, решениями.

Однотипность и однонаправленность, повторяемость формы ног, лап, любых элементов опорной части - конформность суждений и установок, их стандартность, банальность. Разнообразие в положении этих деталей - своеобразие установок, суждений, самостоятельность, небанальность, иногда (соответственно необычности формы) - творческое начало или инакомыслие.

3. Части, поднимающиеся над уровнем фигуры (могут быть функциональными или служить украшением).

Крылья, дополнительные ноги, щупальца, детали панциря или перья, бантики, завитушки, кудри и пр. Первые - энергия охвата разных областей человеческой деятельности, уверенность в себе, «самораспространение» с неделикатным, неразборчивым утеснением

окружающих, либо любознательность, соучастие как можно в большем количестве мероприятий, завоевание себе «места под солнцем», увлеченность своей деятельностью, смелость предприятий (соответственно значение детали-символа: крылья или щупальца). Второе - демонстративность, склонность к обращению на себя внимания, манерность.

Хвосты отражают отношение к собственным действиям и решениям, размышлениям, выводам, к своей вербальной продукции, судя по тому, повернуты ли эти хвосты вправо или влево. Вправо - по поводу своих действий и поступков (поведение), влево - по поводу мыслей, решений, пропущенного момента, собственной нерешительности. Положительная или отрицательная оценка этого отношения выражена в направлении хвоста: вверх (уверенно, положительно, бодро) или падающим движением вниз (недовольство собой, подавленность, сожаление, сомнение по собственному поводу, раскаяние и т.п.). Особенно следует обратить внимание на хвосты, состоящие из нескольких, иногда повторяющихся звеньев, особенно пышные, длинные, разветвленные.

4. Общая энергия. Оценивается количеством деталей рисунка:

- просто примитивный абрис;
- только необходимое количество деталей, чтобы дать представление о придуманном животном (тело, голова, конечности, хвост и т.д.);
- с заполненным контуром;
- имеет место изображение не только необходимых, но и усложняющих конструкцию дополнительных деталей.

Соответственно чем больше составных частей и деталей (помимо самых необходимых), тем выше энергия. Если наоборот - экономия энергии, астенизированность.

5. Тематический аспект.

Тематически животные делятся на угрожающих, угрожаемых и нейтральных. Это относится и к собственной персоне, к своему «Я», представлению о своем положении в мире. Сюда же относится

представление о защищенности - беззащитности, способности опекать - потребности в заботе, дружелюбии - агрессивности и т.д.

Об инфантилизме и эмоциональной незрелости свидетельствует уподобление рисуемого животного человеку, начиная с постановки животного в положение прямохождения (на две лапы вместо четырех), одевание в человеческую одежду и кончая похожестью морды на лицо, конечностей на ноги и руки. Механизм этого сходен с аллегорическим значением животных и их характеров в сказках и притчах. Но это не следует путать с наделением животного разумом и признаками человеческих взаимоотношений себе подобными, что, напротив, является одним из признаков неформального отношения к обследованию и, следовательно, хорошей проекцией.

Следует обратить внимание на акцентировку признаков пола - вымени, сосков груди (при человекоподобной фигуре). Это относится к полу, вплоть до фиксации на сексуальных проблемах. Рисунок одноименного с собой пола считается признаком хорошей идентификации со своей сексуальной ролью; в обратном случае - может сигнализировать об имеющихся здесь нарушениях.

6. Необычные детали. Резко и необычно обращает на себя внимание вмонтирование механических частей в ткань животного: постановка животного на постамент; тракторные гусеницы; прикрепление к голове пропеллера; вмонтирование в тело проводов, электроламп и т.п.

Это наблюдается главным образом у больных шизофренией и глубоких шизоидов (если не продиктовано установкой на особую оригинальность).

#### 7. Творческие возможности.

Выражены обычно характером сочетания элементов фигуры. Банальность, отсутствие творческого начала принимает форму существующего животного, к которому лишь приделываются также готовые детали - чтобы существующее животное стало несуществующим. Оригинальность выражается в форме построения фигуры из элементов, а не из заготовок.

## 8. Название.

Может выражать рациональное содержание смысловых частей (летающий заяц, бегакот, мухожор). Другой вариант - словообразование с книжно-научным, иногда с латинским суффиксом или окончанием (реталетус, наплиолярия). Первое - рациональность, конкретная установка при ориентировке и адаптации. Второе - демонстративность, направленная, главным образом, на подчеркивание своего разума, эрудиции. Встречаются названия поверхностно-звуковые, без всякого осмысления (грягэкр, лалио), знаменующие легкомысленность отношения к окружающему, неумение учитывать сигналы опасности, наличие аффективных критериев в основе мышления, перевес эстетических элементов над рациональными. Иронически-юмористические названия (риночурка, пельмеш) встречаются при соответственно иронически-снисходительном отношении к окружающим. Инфантильные названия обычно имеют повторяющиеся элементы (тру-тру, кус-кус). Склонность к фантазированию (чаще защитного порядка) выражена непомерно удлиненными названиями.

## Беседа.

Рисование животного завершается беседой-опросом. Выясняется происхождение, пол, возраст, габариты животного, уточняется предназначение необычных органов, а также органов, носящих агрессивный характер. Выясняется способ добывания пищи (плотоядное или нет), взаимоотношение с сородичами и само наличие таковых, способ обзаведения потомством (брачные отношения), наличие и характер поведения в опасных ситуациях, борьба с врагами или жертвами.

Если испытуемый не готов к ответам на эти вопросы, можно попросить его описать один день из жизни животного, задавая по ходу нужные вопросы.

Как показали исследования, одним из индикаторов силы неосознанной идентификации с образом животного является его принятие либо отвержение испытуемым. Это особенно проявляется в ситуации затрудненного контакта (например, при экспертизе). Испытуемый тем теснее идентифицирует себя с

образом, чем выше его оценивает. Однако степень идентификации и наличие проекции не тождественные явления. Так, во время интерпретирующей беседы (подачи психологической обратной связи испытуемому) можно столкнуться с отвержением в рисунке ряда черт собственной личности (агрессивность, подозрительность, враждебность). Таким образом, прицельное выяснение степени принятия или отвержения испытуемым различных особенностей или всего образа в целом создает возможность выяснить степень идентификации, а также предположить наличие и определить характер отвергаемых (вытесненных из сознания) черт личности.

Общее впечатление.

Существует разделяемое большинством специалистов по проективному рисунку мнение, что интерпретация должна начинаться с осознания общего впечатления от рисунка: переживания эмоционального тона и целостности содержащегося в нем сообщения. Это интуитивный эмпатический процесс, приходящий только с опытом. Психотехника вживания состоит в том, чтобы позволить свободно войти в сознание первому впечатлению, не зашумляя его какими-либо предпосылками со стороны интеллекта. Первое впечатление является той целостностью, из которой экспериментатор исходит, приступая к интерпретации, и к которой обязан вернуться, пройдя этап анализа деталей изображения. Любые отклонения и противоречия в толковании частного признака с целостным впечатлением должны быть специально проанализированы, помня, что приоритет всегда за общим впечатлением. Важным правилом интерпретации можно считать положение: все приведенные в данном руководстве толкования частных признаков имеют ценность только как одна из более доступных форм осознания и конкретизации общего целостного впечатления, как форма его вербализации. Устойчивость общего впечатления демонстрируется его контактностью при рассмотрении рисунка человека и РНЖ одного и того же испытуемого. Например, при рассмотрении обоих рисунков может сложиться общее ощущение ригидности, неподвижности, тяжести изображения, будто скорее



изображены статуи, а не живые существа. Такие рисунки могут принадлежать личности, характеризующейся ригидностью эмоциональных установок, аффектов, либо с признаком эмоциональной отчужденности, трудностями контактов, либо личности с сильной склонностью к вытеснению глубинного аффективного комплекса. То, что в общем впечатлении присутствуют скорее отрицательные, нежели положительные эмоции, свидетельствует о некотором снижении фона настроения испытуемого.

Опора на общее впечатление часто помогает устранить многозначность отдельного признака. Например, рисунок по вертикали листа расположен в соответствии с нормой и в то же время создается общее впечатление снижения фона настроения испытуемого, т.е. возникает противоречие, т.к. депрессивные рисунки тяготеют к нижнему срезу листа. В данном случае противоречие было отнесено за счет собственно внутриличностных противоречий испытуемого, т.к. имела место борьба сильных ригидных установок на достижение успеха с ситуативно обусловленным снижением настроения, сочетающимся с фрустрацией временной перспективы в связи с грозящим уголовным наказанием. С временной осью связан поворот рисунка влево и заметный наклон передней части корпуса вниз.

Для использования общего впечатления необходимо не только развитие чувствительности к нему, но и внимание к тому, как сам испытуемый относится к рисунку.

Конспект индивидуального коррекционного занятия с ребенком старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития по коррекции уровня тревожности

Тема: "Я могу справиться со своими страхами"

Цель: Коррекция уровня тревожности у ребенка старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития.

Задачи:

1. Снизить уровень тревожности и страхов у ребенка.
2. Развить навыки саморегуляции и управления эмоциями.
3. Повысить самооценку и уверенность в себе.
4. Создать положительную и поддерживающую атмосферу.

Материалы:

1. Мягкая игрушка или кукла
2. Цветные карандаши или фломастеры
3. Бумага
4. Песочница с песком
5. Маленькие игрушки или фигурки

Таблица 17 - Конспект индивидуального коррекционного занятия с ребенком старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития по коррекции уровня тревожности

Структура занятия	Содержание занятия
1. Приветствие (5 минут)	Психолог приветствует ребенка и предлагает ему поздороваться, назвав свое имя и любимое животное. Психолог создает доверительную и поддерживающую атмосферу, подчеркивая, что все дети разные и каждый из них особенный.

## Продолжение таблицы 17

<p>2. Упражнение "Волшебный мешочек" (10 минут)</p>	<p>Психолог предлагает ребенку опустить руку в волшебный мешочек и выбрать игрушку или фигурку.</p> <p>Ребенок достает игрушку и рассказывает, чего он боится.</p> <p>Психолог помогает ребенку выразить свои страхи и тревоги, используя простые и понятные слова.</p>
<p>3. Рисование "Мой страх" (15 минут)</p>	<p>Психолог просит ребенка нарисовать свой страх на листе бумаги.</p> <p>Ребенок рисует, используя темные и яркие цвета, чтобы выразить свои эмоции.</p> <p>Психолог поощряет ребенка изображать свой страх в разных ситуациях (например, в темноте, в незнакомом месте, при общении с незнакомыми людьми).</p>
<p>4. Упражнение "Песочная терапия" (15 минут)</p>	<p>Психолог предлагает ребенку поиграть в песочнице с песком.</p> <p>Ребенок может строить замки, лепить фигурки или просто пересыпать песок из одной емкости в другую.</p> <p>Психолог наблюдает за игрой ребенка и помогает ему выразить свои эмоции и переживания через песочную терапию.</p>

5. Упражнение "Храбрый герой" (10 минут)	<p>Психолог предлагает ребенку выбрать мягкую игрушку или куклу, которая будет его "храбрым героем".</p> <p>Ребенок придумывает имя своему герою и рассказывает, что он умеет делать и как помогает ему быть смелее.</p> <p>Ребенок может разыграть сценки, в которых его герой помогает ему преодолевать страхи и тревоги.</p>
6. Рефлексия (5 минут)	<p>Психолог спрашивает ребенка, что ему понравилось на занятии и что он узнал о себе.</p> <p>Ребенок делится своими впечатлениями и рассказывает, как он будет использовать полученные навыки в своей жизни.</p> <p>Психолог хвалит ребенка за его участие и усилия и желает ему быть смелым и уверенным в себе.</p>