

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

**Вакуленко Юлия Олеговна**

**МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ**

**ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА КОРРЕКЦИИ ТРЕВОЖНОСТИ  
И СТРАХОВ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С  
РАЗНЫМ ТИПОМ ПРИВЯЗАННОСТИ К МАТЕРИ**

Направление подготовки: 37.04.01 Психология  
Направленность (профиль) образовательной программы  
Психологическое консультирование и психотерапия

**ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ:**

и.о. заведующего кафедрой

канд. пед. наук, доцент Е.А. Черенева

(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

\_\_\_\_\_  
(дата, подпись)

Руководитель магистерской программы

канд. психол. наук, доцент Н. Ю. Верхотурова

(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

\_\_\_\_\_  
(дата, подпись)

Научный руководитель

канд. психол. наук, доцент Н. Ю. Верхотурова

(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

\_\_\_\_\_  
(дата, подпись)

Обучающийся Вакуленко Ю.О.

(фамилия, инициалы)

\_\_\_\_\_  
(дата, подпись)

Красноярск, 2022

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	3
Глава I. Анализ литературы по проблеме исследования тревожности и страхов детей старшего дошкольного возраста с разным типом привязанности к матери .....	9
§ 1.1. Проблема изучения тревожности и страхов в психологии .....	9
§1.2. Особенности проявления тревожности и страхов в старшем дошкольном возрасте .....	15
§1.3. Современные подходы к изучению привязанности детей к матери в дошкольном возрасте .....	22
Выводы по первой главе.....	27
Глава II. Экспериментальное изучение особенностей тревожности и страхов у детей старшего дошкольного возраста с разным типом привязанности к матери.....	30
§2.1. Организация, методы и методики исследования тревожности и страхов детей старшего дошкольного возраста с разным типом привязанности к матери.....	30
§2.2. Особенности проявления тревожности и страхов детей старшего дошкольного возраста с разным типом привязанности к матери.....	
Выводы по второй главе.....	36
Глава III. Психологическая программа коррекции тревожности и страхов детей старшего дошкольного возраста с разным типом привязанности к матери.....	53
§3.1. Теоретико-методологические основы коррекции тревожности и страхов детей старшего дошкольного возраста с разным типом привязанности к матери.....	53
§3.2. Основные направления ,формы и методы психологической коррекции тревожности и страхов детей дошкольного возраста.....	58
§3.3. Анализ эффективности реализации психологической программы	

коррекции тревожности и страхов детей старшего дошкольного возраста с разным типом привязанности к матери.....	71
Выводы по третьей главе.....	77
Заключение.....	80
Список литературы .....	84
Приложение.....	91

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность исследования.** Современная наука демонстрирует возрастающий интерес к проблеме тревожности личности. Этот интерес отражается в научных исследованиях, где данная проблема занимает практически центральное положение и анализируется в психологическом, педагогическом, социальном и других аспектах.

Тревожность – широко распространенный психологический феномен современного общества. Она является частым симптомом неврозов и психозов, а также пусковым механизмом расстройства эмоциональной сферы личности. По мнению ряда авторов (Л.И. Божович, А.А. Бодалёв, В.С. Мухина, и других) ребёнок, как самая чувствительная часть социума, подвержен разнообразным отрицательным воздействиям.

А.М. Прихожан рассматривала тревожность как устойчиво-личностное образование, сохраняющееся на протяжении достаточно длительного периода времени. Она имеет свою побудительную силу и константные формы реализации поведение с преобладанием в последних компенсаторных и защитных проявлениях. А.И. Захаров полагал, что страх заложен в каждого генетически. Испытывая страх, можно наблюдать, что над произвольным поведением начинает преобладать произвольное, которым в первую очередь руководствует инстинкт самосохранения. В зарубежной психологии наиболее распространены теории страха: Э. Изарда (1972), Р. Хеллэм (2001), З. Фрейда (1927).

Проблемой изучения детских страхов и тревожности занимались А.М. Адлер (2017), В.М. Астапова (2008), В.К. Вилюнас (1984), А.М. Василенко (2011), Л.С. Выготский (1930), А.И. Захаров (1992), Д.В. Ковпак (2012), А.М. Прихожан (2000), А.Д. Кашелева (2015), Ч.Д. Спилберг и др. Они отмечают, что при многократных провоцирующих тревогу и страх условий, создается постоянное ожидание и готовность к переживанию. Постоянное состояние

тревоги и переживание страхов, становятся личностными новообразованиями – тревожностью.

Причин возникновения детских страхов и тревожности огромное множество. В данной работе мы рассмотрим особенности проявления страхов и тревожности у детей дошкольного возраста с разным типом привязанности к матери.

Проблемой привязанности ребенка к матери в отечественной и зарубежной психологии занимались Н.Н Авдеева (2006), М. А. Василенко (2009), М. И. Лисина (2009), Р. А. Смирнова (2000), Дж. Боулби (1969), М.Энсуорт (1980) и др. Дж. Боулби полагал, что привязанность ребенка формируется к матери или к значимому взрослому. По его мнению, привязанность к матери необходима не только для удовлетворения базовых потребностей, а также для овладения социальными навыками.

Актуальность исследования определяется необходимостью своевременного выявления, коррекции тревожности и страхов у детей старшего дошкольного возраста разным типом привязанности к матери, как одного из необходимых условий формирования эмоциональных и личностных компонентов дошкольника для дальнейшей адаптации и социализации, продуктивного обучения и воспитания.

**Проблема исследования** заключается в выявлении связи между разным типом привязанности к матери и наличием тревоги и страхов детей старшего дошкольного возраста; разработке психологической программы коррекции

разработке психологической программы коррекции тревожности и страхов детей старшего дошкольного возраста с разным типом привязанности к матери.

**Объект исследования.** Тревожность, страхи и привязанность к матери в старшем дошкольном возрасте.

**Предмет исследования.** Психологическая программа коррекции тревожности и страхов детей старшего дошкольного возраста с разным типом привязанности к матери.

**Гипотезой исследования** послужило предположение о том, что у детей, обладающих тревожно-избегающим, амбивалентным и дисгармоничным типом привязанности, высокая тревожность по отношению к себе и окружающим, подвержена страхами, связанными с социальными взаимодействиями, необоснованными страхами «сказочных персонажей», пространственный страх, страх одиночества и изоляции. Разработанная нами психологическая программа позволит снизить тревожность и страхи детей дошкольного возраста с разным типом привязанности к матери.

**Цель исследования.** Теоритически обосновать, разработать и экспериментально проверить эффективность психологической программы, направленной на снижение тревожности и страхов детей старшего дошкольного возраста, с разным типом привязанности к матери.

В соответствии с целью и выдвинутой гипотезой в проводимом нами исследовании были поставлены следующие **задачи**:

1. На основании анализа современных психологических представлений обосновать теоретическое положение об особенностях тревожности и страхов у детей старшего дошкольного возраста.

2. Изучить особенности тревожности и страхов в старшем дошкольном возрасте у детей с разным типом привязанности к матери.

3. Разработать программу психологической коррекции, для снижения проявлений тревожности и страхов у детей старшего дошкольного возраста и проверить её эффективность.

**Теоретической и методологической основой исследования являются положения отечественной и зарубежной психологии:**

– ключевые положения теории изучения тревожности и страхов в дошкольном возрасте (В.М. Астапова, 2008; А.М. Василенко, 2011; Л.С.

Выготский, 1930; А.И. Захаров, 1992; А.Д. Кашелева, 2015; А.М. Прихожан, 2000; Р.В. Овчарова (2003).

– теоретико – методологические подходы к изучению привязанности ребенка к матери в дошкольном возрасте (Н.Н Авдеева, 2006; М. А. Василенко, 2009; М. И. Лисина, 2009; Р. А. Смирнова, 2000; Дж. Боулби, 1969; М.Энсуорт 1980).

**Методы исследования** определялись на основе целей, гипотез и задач исследования в изучении тревожности, страхов и привязанности детей старшего дошкольного возраста. В процессе исследования использовались теоретические методы (анализ психологической литературы по проблеме исследования); эмпирические (изучение особенности проявления тревожности и страхов в старшем дошкольном возрасте детей с разным типом привязанности к матери). В исследование были включены экспериментальные методы: констатирующий, формирующий и контрольный эксперименты.

Результаты исследования анализировались с использованием методов количественной и качественной обработки материала, интерпретационных методов исследования.

С целью реализации исследования нами были отобраны следующие **психодиагностические методики**: «Рисунок птичьего гнезда» Д.Кайзер (2004)., «Рисуночный рассказ» Н. Каплан (2001) [26, с.17], методика «Незаконченные предложения» Д.Сакса и С.Леви (Модифицированный вариант) (1999) [26, с.12], проективная методика для диагностики тревожности «Выбери нужное лицо» Р.Тэммл, М.Дорки, В. Амен (1998) [26, с.34], методика диагностики детских страхов А.И.Захарова (2000) [26, с.56].

**Организация исследования.** Базой для реализации исследования явилось МБОУ детский сад «Ягодка» в г. Черногорске. Общий объем экспериментальной выборки составил 30 детей старшего дошкольного возраста в возрасте от 5 до 6 лет.

**Этапы проведения исследования.** Исследование проводилось в период с 2020 г. по 2022 г. и осуществлялось в пять этапов:

*Первый этап* (октябрь 2020г. – январь 2021 г.) – анализ литературы по проблеме исследования, определение его современного состояния. Составление плана исследовательской работы; подборка и осуществление анализа научной литературы по проблеме тревожности.

*Второй этап* (февраль 2021 г. – март 2021 г.) – разработка структуры работы, определение гипотезы, выделение объекта, предмета и цели исследования. Подбор методик для проведения практической части исследования. Определение целевой группы для проведения эмпирической части исследования.

*Третий этап* (апрель 2021г. – ноябрь 2021 г.) – проведение эмпирической части изучения тревожности и страхов детей старшего дошкольного возраста с разным типом привязанности к матери, через применение подобранных методик. Анализ результатов.

*Четвертый этап* (декабрь 2021г. – сентябрь 2022г.) – подбор корректирующих упражнений, направленных на снижение уровня тревожности и страхов детей старшего дошкольного возраста с разным типом привязанности к матери, составление графика занятий, проведение занятий в соответствии с графиком,

*Пятый этап* (октябрь 2022 г. – ноябрь 2022 г.) – обработка результатов реализуемой работы, направленной на коррекцию уровня тревожности, страхов и оценка её эффективности по снижению уровня тревожности и страхов у детей старшего дошкольного возраста с разным типом привязанности к матери. Формулирование выводов и заключения.

#### **Научная новизна исследования.**

– Отобраны психодиагностические методы исследования.

— Разработана психологическая программа, направленная на снижение тревожности и страхов детей старшего дошкольного возраста с разным типом привязанности к матери.

— Собраны и систематизированы фактические данные, иллюстрирующие особенности проявления тревожности и страхов детей старшего дошкольного возраста с разным типом привязанности к матери.

**Теоретическая значимость исследования** определяется тем, что его результаты позволяют расширить и углубить научные представления об особенностях проявления тревожности и страхов у детей старшего дошкольного возраста с разным типом привязанности к матери.

**Практическая значимость исследования.** Разработана и реализована в исследовании программа психологической коррекции тревожности и страхов детей старшего дошкольного возраста с разным типом привязанности к матери. Представленные в эмпирической части исследования количественные данные, раскрывающие особенности проявления тревожности и страхов детей старшего дошкольного возраста с разным типом привязанности к матери, могут быть использованы психологами, педагогами и другими специалистами, работающими с данной категорией дошкольников.

**Структура выпускной квалификационной работы.** Работа состоит из введения, трех глав, заключения, списка литературы (в количестве 72 источника). Включает 4 приложений. Работа проиллюстрирована 12 таблицами, 2 диаграммами и 5 гистограммами.

# ГЛАВА I. АНАЛИЗ ЛИТЕРАТУРЫ ПО ПРОБЛЕМЕ ИССЛЕДОВАНИЯ ТРЕВОЖНОСТИ И СТРАХОВ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С РАЗНЫМ ТИПОМ ПРИВЯЗАННОСТИ К МАТЕРИ

## 1.1. Проблема изучения тревожности и страхов в психологии.

Состояние тревоги сопровождает человечество с древних времен. Важность этого явления и влияния на жизнь человека в самом начале изучали ученые специалисты разных направлений.

Изучая это состояние тревоги первым, кто первым ввел понятие «тревога» и «тревожность» был З.Фрейд (1901), оказав важное значение для изучения этих явлений в будущем. Изучение тревоги в психологии рассматривали и исследовали такие ученые как С.Л. Рубинштейн (1957), А.М. Прихожан (2000), Л. И. Божович (1954), Р. С. Немова (1995), Ф. Б. Березина (1996), В. В. Давыдов (1987), В. В. Суворова (1975), А. В. Петровского (1991), К. Хорни и Г. С. Салливан (1910), А.И. Захаров, А.В. Петровский, К.К. Платонов, М.Г. Ярошевский (1992).

Стоит отметить, что существующие в психологии понятия «тревожность» и «тревога» очень похожи, но не одинаковы.

Тревога – это «эмоциональное состояние, возникающее в ситуациях неопределенной опасности и проявляемое в ожидании неблагоприятного развития событий» [9, с. 553].

В отечественной психологической литературе встречаются различные определения понятия тревожности, и мы рассмотрим некоторые из них.

В. К. Вилюнас (1984) рассматривает тревожность как предрасположенность индивида к переживанию тревоги, характеризующаяся низким порогом возникновения реакции тревоги (один из основных параметров индивидуальных различий) [8, с.223].

Тревожность является однозначным понятием в отечественной психологической традиции изучения данного феномена. Обращаясь к литературе, мы не находим разночтений определения тревожности. Например, С.Л. Рубинштейном тревожность определялась как настроенность личности в ситуации неопределенности, ожидать негативного сценария развития последующих событий [36, с.123].

В свою очередь, А. М. Прихожан (2000) определял тревожность иначе: как испытываемый человеком дискомфорт в эмоциональной сфере, вызванный предчувствием грозящей беды, ожиданием опасных последствий [29, с. 5].

В своих научных трудах А. М. Прихожан пишет: «Проведенная работа подтвердила наличие двух основных категорий тревожности:

1) открытая – сознательно переживаемая и проявляющаяся в поведении и деятельности в виде состояния тревоги;

2) скрытая – в разной степени не осознаваемая, проявляющаяся либо чрезмерным спокойствием, нечувствительностью к реальному неблагополучию и даже отрицанием его, либо косвенным путем через специфические способы поведения» [29, с. 63].

Обратившись к научным трудам Л.И. Божович (1954), мы встретим скорее не определение, а констатацию автора, заключающуюся в том, что тревожность является следствием неудовлетворенности ведущих потребностей личности. Автором выделяются адекватная и неадекватная разновидности тревожности. Признаком адекватной тревожности Л.И. Божович считала ту ситуацию индивида, когда все 15 условий удовлетворения потребности, возникшей у человека отсутствуют. Проявлением же неадекватной тревожности, по её мнению, являлась тревожность, возникшая в ситуации наличия условий удовлетворения потребности [5, с. 65].

Условиями удовлетворения потребностей индивида является актуальность и востребованность. Отсутствие получения удовольствия и комфорта от выполнения требований к потребностям способствует возникновению необоснованной проявлению тревожности [25, с. 290].

Под базовыми удовлетворениями потребностей понимается удовлетворения в любви, принятии, заботы, чувства безопасности чувства уверенности.

Таким ученым как Р.С. Немов (1995) тревожность понималась как свойство индивида испытывать повышенное беспокойство, испытывать страх и тревогу в определенных социальных ситуациях, проявляющуюся ситуативно, либо постоянно [25, с. 265].

Необычный ракурс в изучении тревожности мы обнаружили при анализе научных трудов Ф.Б. Березина (1996). Тревожность определялась ученым не только как свойство личности, проявляющееся в конкретных жизненных ситуациях, но и как составляющая темперамента человека, единица структуры его личности, вызванная устройством его нервной системы. Автор относил проявление повышенной тревожности к негативным показателям врожденной этиологии силы нервных процессов, как свидетельство слабости нервной системы [42, с.76].

Определение тревожности данное В.В. Давыдовым (1987) созвучно определениям тревожности Л.С. Рубинштейна и А.М. Прихожан. Автор считал тревожность психологической особенностью индивида, выражающуюся в тенденции к повышенной степени беспокойства, в том числе в социальных ситуациях не располагающим к подобным эмоциональным реакциям [42, с.7].

В. В. Суворова (1975) тревожность определяет как совокупность негативных эмоций, характеризующихся нервозностью, неуравновешенностью. По ее мнению тревожность полностью отличается от страха своей субъективностью. Тогда как страх имеет объект и

направленность, тревожность не имеет определенного направления и причины [40, с.23].

По мнению А. В. Петровского (1991): «Тревожность – склонность индивида к переживанию тревоги, характеризующаяся низким порогом возникновения реакции тревоги». А. В. Петровский (1991) считает, что к тревожности склонны люди, ранее пережившие негативный опыт или были подвержены психологической травме. Рассматривая, тревожность он полагал, что явление тревоги является признаком неблагополучия личности [15, с. 54].

Среди зарубежных психологов тревогу рассматривали К. Хорни и Г. С. Салливан (1910).

К. Хорни и Г. С. Салливан (1910), рассматривали тревогу как врожденное свойство психи обособленное инстинктом сохранения [22, с. 214].

Теория К. Хорни близка к теории Г.С. Салливана (1910), их теории базируются на врожденном свойстве тревожности, возникающие в процессе интеграции индивида в социум и является результатом межличностных отношений человека [22, с. 163].

Для Г. С. Салливана и К. Хорни (1910) тревожность рассматривается как фактор, определяющий развития человека в раннем детстве и на протяжении всей жизни личности. Причиной и интенсивностью проявления тревожности является процесс социализации и окружающей среды личности [32, с. 129].

Э. Фромм полагал, что тревожность является продуктом жизнедеятельности человека и отражает его внутренние процессы реагирования на стрессовую ситуацию. Рассматривая тревожность индивида, он полагал, о том что тревожность обуславливается неконтролируемой ситуацией для человека. Обладая достаточной высокой личностной или ситуативной тревожностью, личность человека претерпевает негативные

изменения, влияющие на процесс взаимодействия с окружающим и в первую очередь отношение к самому себе [41, с. 275].

Рассматривая чувство тревоги как продукт жизнедеятельности, следует обратить внимание в первую очередь на результаты взаимодействия человека с окружающей его действительностью. Личность претерпевающая неудачи в коммуникативной сфере всегда будет испытывать чувства тревоги при попытке вступить в контакт [25, с. 165].

Представитель и основатель психоанализа З. Фрейд, рассматривал тревожность как противостояние потребностей и их удовлетворение. Запрет или невозможность удовлетворения потребностей человека вызывают тревожность и неврозы [41, с. 87-88].

Опираясь на теорию удовлетворения базовых потребностей по психосексуальной теории З. Фрейда, можно предположить что, на этапе взросления, человек чьи потребности носили запрещающий характер в раннем детстве, постоянно будет испытывать необоснованную тревожность в зрелом возрасте, независимо от того имеет ли он возможность удовлетворить их в настоящий момент [41, с. 87-88].

Страх и тревожность рассматривали как в отечественной, так и зарубежной психологии.

Отечественные психологи, такие как А.И. Захаров, А.В. Петровский, К.К. Платонов, М.Г. Ярошевский (1992), отмечают, что страх в первую очередь определен инстинктом самосохранения и носит генетический характер проявления.

Многие авторы, такие как С.С. Степанов (1981), Р.В. Овчарова, А.О. Прохоров полагают, о том, что страх является эмоциональным реагированием на угрожающий стимул. Постоянное подверженность страхам способно вызывать чувство беспокойство, опасения, тревожности и соматические отклонения. Патологическое состояние страха дисгармонизирует

личность и его деятельность, препятствуя жизнедеятельности и социального взаимодействия [46, с.654].

И.П. Павлов (1910) в своей теории условных и безусловных рефлексов, отмечает страх как естественный рефлекс, связанный с оборонительными и защитными свойствами организма [30, с.87].

Под постоянной боязнью чего либо, подразумевается интенсивность эмоционального и физиологической реакцией. Испытывая страх, появляется неконтролируемое тревожность, беспокойство, отсутствие сосредоточенности, в физиологическом плане выступает учащенное сердцебиение, сбитое дыхание, также тремор и повышенная работа потовых желез[24, с.187] .

С точки зрения А.И. Захарова, эмоции страха рассматриваются, как ответная реакции на какой-то определяющий угрожающий внешний стимул. Важно отметить, что внешний стимул, на который у индивида проявляется реакция тревоги и страха в прошлом был подкреплён негативным опытом [26, с.87] .

По своей направленности А.И. Захарова определяет страхи как реальные и нереальные не связанные с окружающей действительностью [26, с.99]

В зарубежной психологии наиболее распространены теории страха: З. Фрейда, Г. Эбермин, Э. Изарда.

В своей теории страха, З. Фрейд разделил страх на два вида, это страх реальный и невротический. Под реальным страхом понимается нормальное состояние и поведение любого живого существа в целях сохранения собственной жизни, этот страх обусловлен генетически и не имеет затяжную продолжительную форму, то есть данный страх появляется на какую-то реакцию или стимул [55, с.34].

Г. Эбермин придерживается точки зрения, проявления феномена страха: нарушение работоспособности и умения концентрировать внимание,

нервность, расстройство сна, агрессивность, депрессивные состояния. [5, с.90].

Э. Изард трактует понятие страха, как специфическую эмоцию, выделяемую в отдельную категорию. Он предполагает, что страх основывается на внутренних проживаниях и ранее полученного опыта. Безусловно, страх определяется как негативная эмоция, способствующая к дезорганизации деятельности человека. [27, с.87].

Рассмотрев мнение различных ученых, мы убедились, что всех их объединяет понимание тревожности и страхов как важнейший фактор в формировании личности. Тревожность и страх изучается и как психическое явление, и как индивидуальное свойство личности обусловленное особенностями полученного опыта взаимодействия с окружающей действительностью.

## **1.2. Особенности проявления тревожности и страхов в старшем дошкольном возрасте**

К проблеме проявления тревожности и страхов у детей дошкольного в своих работах обращались многие психологи: А.М. Прихожан (2000), Л. И. Божович (1954), Р. С. Немова (1995), Ф. Б. Березина (1996), В. В. Давыдов (1987), В. В. Суворова (1975), А. В. Петровского (1991), К. Хорни и Г. С. Салливан (1910), А.И. Захаров, А.В. Петровский, К.К. Платонов, М.Г. Ярошевский (1992), Н.Д. Левитов (1944), Г. Эмберлейн (1925), Р.В. Овчарова (2003), Н.В.Имедадзе (2013).

А.М. Прихожан (2000) рассматривал тревожность как ожидание опасности и неблагоприятных событий отражающих эмоциональный дискомфорт индивида [20, с. 65].

А.М. Прихожан (2000), определил два вида проявления тревожности:

1. «Открытую тревожность – осознаваемое проявление чувство тревоги. Открытое переживания тревожности характеризуется остротой переживаемого состояния, которое не регулируется или слабо регулируется индивидом». Нерегулированное чувство тревожности способно дезорганизовывать деятельность человека. Компенсирующие состояние тревоги может использоваться как стимул для выполнения определенных действий. Культивируемая тревожность, связанная с поиском вторичной выгоды от собственной тревожности относится к характеристике более зрелой и взрослой психики личности [20, с. 95].

2. «Скрытую тревожность – характеризуется компенсаторной попыткой уходом от ситуации. Неосознавание и избегания состояние тревоги способно вызывать различные соматические отклонения и неврозы». Скрытая тревожность проявляется неадекватной формой поведения и спокойствия, отсутствием чувствительности [20, с. 64].

Р.С. Немова (1995) под тревожностью понимает постоянное или ситуативное состояние эмоциональной сферы человека в виде беспокойства, страха в определенных ситуациях социального взаимодействия [17, с. 50].

На каждом из этапов своего развития дети испытывают страхи, которые различны для разных возрастов. Дети с 3 до 7 лет начинают бояться темноты, одиночества и замкнутого пространства, очень ярко проявляется страх смерти, характерный для данного возрастного периода. Именно в этом возрасте у ребенка формируется чувство времени и пространства, появляется концепция жизни, он понимает, что жизнь не бесконечна, что люди рождаются и умирают, и это касается и его семьи [49 с.76].

Состояние страха отличается от состояния тревоги. По мнению А.М. Прихожан (2000) «Тревога – переживание отдаленной, неясной, возможной опасности. Неопределенность характеризует ощущение тревожности». Эмоционально ребенок может испытывать как тревогу, так и страх, в зависимости от психической структуры личности, жизненного опыта,

взаимоотношений с родителями и сверстниками. Страх и тревога в основе своей имеют общий эмоциональный компонент в виде чувства волнения, беспокойства [39 с. 118].

Исследователи Д. Селли, Г.С. Салливен, А.И. Захаров (1992) большое внимание особое внимание обращают на общение ребенка и его взаимоотношения с окружающим миром. Подход к изучению эмоциональной сферы дошкольников у данных ученых можно характеризовать их социальными связями. Содержания и проявление особенностей страха у детей является продуктом их социального взаимодействия с окружающей действительностью. Причинами подверженности детей страху, способствует негармоничные отношения с людьми [51, с.78].

Н.Д. Левитовым (1944) определяет под причинами высокой тревожности, недостаточно зрелую эмоциональную сферу ребенка, а также слабую нервную систему [9, с. 135].

Период дошкольного детства характеризуется различными страхами и тревожностью. Причинами страхов и тревожности у детей этого возраста крайне разнообразны. Это может быть следствием воспитания, например, гиперопека со стороны взрослых, чаще матери, которая постоянно переживает за своего ребенка и хочет обезопасить его от каких-то опасных объектов, постоянно и неосознанно запугивает ребенка, передавая эмоциональную яркость своим рассказам. Также чтение различной литературы, просмотр каких-либо передач, откладывают у ребенка яркие эмоциональные отпечатки и могут вызывать определенные устойчивые страхи и тревогу [48, с. 117].

Формирование эмоций человека важнейшее условие развития его как личности. Чрезвычайное разнообразие эмоций человека объясняется сложностью отношений между предметами его потребностей, конкретными условиями возникновения и деятельностью, направленными на их достижение. К классу эмоций относятся: настроения, чувства, аффекты, страсти, стрессы.

Все стороны жизни детей наполнены различными чувствами и эмоциями, придавая им яркость и выразительностью [43, с. 98].

Проблема изучения страхов и тревожности, является одной из наиболее актуальных проблем в современной психологии. Среди негативных переживаний тревожность занимает особое место, часто она приводит к снижению работоспособности, продуктивности деятельности, к трудностям в общении [35 с.111].

Н.Д. Левитов (1944) выделяет детерминанта тревожности чрезмерное ожидание и неизвестность. Даже ожидая приятные события, или подарок дети склонны проявлять тревожность и беспокойство в ожидании этого события. Неизвестность и долговременность способствуют повышенной тревожности и нервозности у детей. Даже подкрепления в виде похвалы не позволяют тревоги снижаться [9, с. 133].

Тревожность суть эмоциональное состояние, устойчивая черта, индивидуальная психологическая особенность, проявляющаяся в склонности к постоянным интенсивным переживаниям состояния тревоги Тревожность, как неотъемлемая часть комплекса эмоционально психологических настроек, занимает значимое место в детской психологии. Тревожному ребенку в значительной мере будет трудно проходить возрастные кризисные этапы, создавать взаимоотношения со сверстниками и взрослыми людьми. Тревожность обуславливает формирование таких личностных компонентов, как восприятие, самооценка, устойчивость к стрессам и многих других. Это в свою очередь на современном этапе развития психологической науки отражает актуальность большинства исследований, связанных с дошкольным детством, объектом которых является выявления, как страхов, так и тревожностей [19 с.265].

К. Хорни (1910) полагает, что повышенная детская тревожность является следствием неудовлетворения ведущих и базовых потребностей детей дошкольного возраста. Не обращая внимания на желания ребенка на

безусловном принятии доверия и безопасности, у детей формируется неуверенность в себе, базисное недоверие к миру, подверженность к необоснованным страхам и тревожности [21, с. 216].

Состояние страха отличается от состояния тревоги. Тревога – переживание отдаленной, неясной, возможной опасности. Неопределенность характеризует ощущение тревожности. Тревога имеет как отрицательный так и положительный эффект [48, с.110].

Н.В. Имедадзе (2013) выделяет ряд причин тревожности, возникающей у дошкольников, которую вызывает характер внутрисемейных отношений.

1. Проявление излишнего протекционизма родителей, опеки.

2. Условия, которые создаются в семье, когда появляется второй ребёнок.

3. Наличие у ребёнка плохой приспособленности: неумение самостоятельно одеваться, есть, ложиться спать, ведет к возникновению тревожности [6, с. 52].

По мнению Г.Эберлейна (1925) наличие устойчивых страхов у детей говорит о неспособности их справиться со своими чувствами, контролировать их, когда дети пугаются, вместо того, чтобы действовать, и не могут остановить «разгулявшиеся» чувства [28, с.29].

А.И. Захаровым (1922) описывает четкое проявление страхов и тревоги в дошкольном возрасте. Имея слабые регулярные способности, дети с трудом способны противостоять изменениям в нервной системе. Дети, имеющие устойчивую нервную системы, способны долго удерживать внимание при игре, эффективно выходить из ситуации детских конфликтов, обладают хорошей ориентацией в пространстве. Имея слабую нервную систему, дети обладают повышенной пассивностью, плаксивостью, им тяжело удерживать внимание в игре, переключение с одного вида деятельности на другое вызывает трудности долгое переключение и восстановление [26, с.165].

А.И. Захарова (1922), определяет страх как одну из фундаментальных эмоций ребенка и человека. Страх является защитными механизмами и базируется на основе условных рефлексов. Испытывая страх человек испытывает множество негативных эмоций и ощущений. Со давних времен страх помогал людям выживать в сложных жизненных ситуациях. Боязнь темноты, природных явлений, огня отражает генетические аспекты любого человека [26, с.110].

Поэтому А.И. Захаров считает, что страх можно рассматривать как естественное сопровождение человеческого развития [26, с.187].

Овчарова Р.В. (2013) выделяли квалификацию страхов среди детей дошкольного возраста:

1) *Возрастные страхи* – присутствуют у детей склонных к повышенной эмоциональной чувствительности и восприимчивых различного рода отражениям реальной действительности. Причиной возникновения этих страхов, является отражение отношения к факторам страха со стороны значимых взрослых, а также желания взрослого контролировать и оберегать ребенка. Важным фактором отмечается и сам уровень подверженности страхов у родителей. Чрезмерная опека со стороны референтного взрослого, обусловленная страхом будет постоянно вызывать новые страхи и тревогу. Запреты и боязнь также будут побуждать эмоциональную сферу ребенка к оборонительной позиции и подверженности огромному количеству страхов.

2) *невротические страхи* – характеризуются своей необоснованностью и яркостью, напряженностью и длительностью выражения. Длительные переживания и неразрешенные ситуации могут стать причиной невротических страхов. Дети с невротическими страхами не испытывают чувство безопасности, любви и авторитета. Дошкольники, у которых искажено представление о себе и окружающей действительности склонны поддаваться нереалистичным страхам, что способствует нарушению их

эмоциональной стабильности и развитию. Трудности в общении с родителями, способны вызывать необоснованные страхи в общении со сверстниками, другими взрослыми, что впоследствии может выражаться в неадаптивных формах поведения [53, с.87].

Непосредственно детские страхи можно разделить на такие виды, как:

1. «Медицинские – боль, уколы, врачи, болезни».
2. Страхи, связанные с причинением физического ущерба, неожиданные звуки, транспорт, огонь, пожар, стихия, война.
3. Страхи смерти.
4. «Страхи животных и сказочных персонажей».
5. «Страхи кошмарных снов и темноты».
6. «Социально-опосредованные страхи (людей, детей, наказания, опоздания, одиночества)».
7. «Пространственные страхи» – высоты, воды, замкнутых пространств.

Склонность ребенка к необоснованным страхам и не соответствующим их возрастной норме постоянно будет вызывать невротические реакции. Возрастными страхами детей дошкольного возраста являются страхи связанные с потерей значимых близких – страх смерти, а также страхи связанные с причинением любого вида ущерба, это боязнь катастроф, стихийных бедствия и другие [46, с.123].

Таким образом, проанализировав научную литературу изучения особенностей тревожности и страхов у детей дошкольного возраста. Отмечается что тревожности и страх являются ответными реакция детей на раздражающий внешний стимул. Тревога и страх у детей может проявляться как ситуативная, так и невротическая.

### **1.3. Современные подходы к изучению привязанности детей к матери в дошкольном возрасте**

Привязанность к матери в дошкольном возрасте проявляется в виде потребности в любви и уважении. Проблемой изучения привязанности в отечественной и зарубежной психологии занимались Н.Н Авдеева (2006), М. А. Василенко (2009), М. И. Лисина (2009), Р. А. Смирнова (2000), Дж. Боулби (1969), М. Энсуорт (1980), Д. Кайзер (2004), Н. Каплан (2001).

Дошкольное детство – это важнейший этап в жизни каждого человека. Данный возрастной промежуток характеризуется новообразованиями и возрастными кризисами. С помощью ведущих видов деятельности, ребенок обучается эффективным навыкам взаимодействия с социальной средой окружения [2, с.76].

Р. А. Смирнова (2000) рассматривала привязанность как сложившиеся взаимоотношения ребенка к взрослому, в основе которых лежали удовлетворения не только физиологических потребностей, а также эмоциональных. Испытывая страх и необходимость защиты и утешения, ребенок обращается к объекту привязанности, а не к другим людям. Состояние тревоги, страха и беспокойства снижалось за счет присутствия рядом с ребенком взрослого, с которым сформировалась привязанность. Привязанность, по мнению Р. А. Смирнова (2000), базируется на инстинктах самосохранения. Сформировавшись, привязанность ребенка к значимому взрослому помогает проходить адаптацию, выстраивать социальные межличностные отношения. Дошкольники с легкостью идут на контакт с незнакомыми людьми и в незнакомой обстановке. В случае тревоги или страха обращается к объекту привязанности за помощью, поддержкой и любви [7, с.67].

М. И. Лисина (2009) определяет, определяет привязанность как социально значимое общение между ребенком и взрослым. По ее мнению, взрослый выступает для ребенка проводником в мир межличностных коммуникаций, который владеет всеми орудиями и знаками для общения и взаимодействия [4, с.12].

По мнению М. И. Лисиной (2009) ребенок идентифицирует себя с мамой и отражает весь накопленный эмоциональный опыт матери в их взаимоотношения. Тревожная мама, постоянно требующая, от ребенка выполнения различного рода задач всегда будет подкреплять чувство неуверенности ребенка, и повышать уровень его тревожности. Мама, находящаяся в подавленном состоянии и стрессе может не замечать и не откликаться на потребность ребенка в любви, заботе и внимании что может быть причиной нарушения взаимоотношений между матерью и ребенком [35, с.86].

С 4-5 летнего возраста, когда у ребенка сформирована внутренняя позиция и определенные знания о самом себе, он освобождается от автономности матери и способен испытывать тревожность, беспокойства и страх когда объекта привязанности нет рядом [44, с.45].

Н.Н Авдеева (2006) утверждает, что необходимостью формирование привязанности ребенка к матери в дошкольном возрасте является важность общения ребенка с взрослым. Рассматривая объект привязанности, дети копируют их поведение и эмоциональный мир взрослого. Авторитет взрослого подкрепляется полной авторитарностью и независимостью ребенка [22, с.76].

Активность ребенка в общении, также как и познавательная активность, приобретает у детей управляемый, произвольный характер [24, с.98].

М. А. Василенко (2009) рассматривая особенности проявления привязанности ребенка к матери в дошкольном возрасте, полагает, что к

концу дошкольного возраста дошкольник накапливает опыт общения с взрослым и интегрирует его в свои межличностные отношения. Для построения отношений со сверстниками и выражения своего отношения к ним, ребенок использует оценочный опыт накопленный им в первую очередь через взаимоотношения с значимым взрослым. Базируясь на нравственных отношениях, основой которых являются отношения к нему со стороны взрослых, оформляются детские коммуникации к окружающим [5, с.23].

Дж. Боулби (1969) как и Р. А. Смирнова (2000), утверждает, о том, что привязанность ребенка к матери базируется на инстинкте самосохранения. Привязанность начинается формироваться с момента рождения на основе потребностей ребенка в любви и заботе о нем. Яркие проявления привязанности у ребенка можно наблюдать в моменты опасности, страха и тревоги. Овладевая, опытом общения с незнакомыми ему людьми и в незнакомой ситуации ребенок с легкостью будет проявлять, интерес в том случае если объект его привязанности находится вблизи. По мере взросления, у ребенка накапливается базисное доверие к миру и для дальнейшей коммуникации ребенку не всегда требуется присутствие матери, а лишь в моменты тревоги и страхи [36, с.78].

Для развития эмоциональной сферы, ребенку необходимым значимый взрослый через которого будет проходить вся оценочная система окружающей его действительности. Через привязанность, дошкольник оценивает степень опасности и степень комфорта в незнакомой для него ситуации. Например, ребенок увидел незнакомы для него предмет и прежде чем к нему приблизится он посмотрит на мать и на ее реакцию. Если на лице у взрослого появится тревога, следовательно, и ребенок проявится страх и тревогу. Если значимый взрослый одобряет не вербально или вербально незнакомую ситуацию или объект, то дошкольник с интересом примется познавать ситуацию или предмет [4, с.87].

По мнению М.Энсуорт (1980) основной этап привязанности приходится на первый год его жизни. Продолжая научные труды Дж. Боулби (1969), она классифицировала привязанность на надежный и дисгармоничную. Надежная привязанность формируется когда мать откликается на все просьбы ребенка, удовлетворяет его потребности [45, с.98].

В своих трудах М.Энсуорт (1980), продемонстрировала, что такие характеристики отношения матери к ребенку как любовь, забота, чувствительность и восприимчивость к потребностям способствуют формированию надежной и безопасной привязанности [45, с.116].

Игнорирование потребностей, отстранённость матери от ребенка, нестабильное проявление заботы и любви, влекут за собой формирование тревожной, амбивалентной и дезорганизованной привязанности ребенка к матери. Таким детям тяжело интегрироваться в социуме, выстраивать отношения с сверстниками и проходить этапы адаптации и возрастные кризисы [4, с.34].

После прохождения кризиса трех лет, по мнению М.Энсуорт (1980) происходит множество изменений в эмоциональной сфере ребенка. Дошкольник меньше ориентируется на внешние признаки вещи и обращает все большее внимание на ее внутренние качества и характеристики, возрастает роль общения со сверстниками [43, с.45].

Д. Кайзер (2004) полагает, что к проявлению привязанности ребенка к матери относится реакция на появление мамы, реакция на уход и внезапное появление мамы, отношения к неизвестным ситуациям и предметам рядом с мамой и в момент ее отсутствия [43, с.87].

Внешними критериями сформированной привязанности является отношения ребенка к определенному человеку, его желанием находится рядом и вступать в близкий контакт. Для формирования привязанности ребенка к матери необходимо не только удовлетворение физиологических потребностей, а также частота близких контактов. Проявление любви в виде

заботы, поглаживаний, утешения ласки способствует критериям для надежной привязанности. Критическим периодом для становления привязанности к значимому взрослому является первые три года жизни ребенка [56, с.76].

Н. Каплан (2001) утверждает, что заботливая и внимательная мама формирует у ребенка не только надежную и крепкую эмоциональную связь с ребенком, а также формирует базисное доверия его к окружающему миру. По мнению Н. Каплан (2001) «дети, у которых сложилась позитивная модель себя и других людей, формируют надежную привязанность к близким людям, обладают достаточной уверенностью, позволяющей им справляться с новыми ситуациями. В дальнейшей жизни они способны устанавливать надежные, доверительные взаимоотношения с друзьями, супругами и своими собственными детьми» [49, с.98].

В случае, когда мама удовлетворяет физиологические потребности ребенка, но частично или полностью игнорирует, эмоциональные потребности ребенка в любви, тогда формируется негативная отношение к себе и другим людям. В будущем такой взрослый с трудом будет устанавливать социальные и межличностные связи, будет испытывать трудности в построении супружеских и детско родительских отношений [59, с.87].

Дж. Боулби (1969) писал, «что негативная модель «Я» и позитивная модель «других» формируется вследствие того, что ребенок способен, но чаще не имеет возможности привлечь к себе необходимое ему внимание матери. Мать то проявляет по отношению к малышу любовь и нежность, то игнорирует его. В результате у ребенка формируется привязанность сопротивляющегося типа. В дальнейшем у него возникнут трудности с установлением надежных эмоциональных отношений с другими людьми. Поведение таких детей отличается неустойчивостью, зависимостью от

взрослых, требованием постоянного внимания к себе, неуверенностью в своих возможностях» [52, с.87].

Негативная «рабочая модель» себя и других людей соответствует привязанности дезорганизованного типа. Такие дети испытывают страх при установлении взаимоотношений с другими людьми, боятся, что их могут обидеть [15, с.98].

Рассмотрев подходы к изучению привязанности ребенка к матери следует отметить, что этот процесс происходит в раннем детстве и является важнейшим этапом в формировании эмоционально-личностной сфере ребенка.

### **Выводы по первой главе:**

1. Проанализировав научную литературу по изучению тревожности, было отмечено, что тревога и тревожность определяется предрасположенностью индивида к переживанию негативного состояния, связанного с ожиданием негативного влияния, а также с неудовлетворением потребностей. Изучение тревожности индивида всегда является актуальным и необходимым. Постоянное ощущение тревожности дезорганизует человека и его деятельность.

2. Проявление страхов, обуславливается накопленным негативным опытом по отношению к ситуации и действием. Страхи делятся на реальные и невротические. Под страхом подразумевают эмоцию, выделяемую в отдельную категорию. Страх заложен в каждого генетически, испытывая страх, можно наблюдать что над произвольным поведением начинает преобладать произвольное которым в первую очередь руководствует инстинкт самосохранения.

3. В дошкольном возрасте тревожность у детей является прямым отражением накопленного опыта общения со взрослыми и сверстниками.

Нарушенный климат внутрисемейных отношений, неудовлетворение потребностей ребенка, гиперопека и не приспособленность дошкольника могут стать причиной постоянной тревоги. Постоянное возникновение чувства тревоги и проявление тревожности способствует нарушению адаптации дошкольника и различным трудностям в взаимодействии с окружающей его средой.

4. Проявления страхов в дошкольном возрасте обуславливается негативной эмоциональной реакцией на внешние стимулы. Дети подвержены, испытывать реальные страхи, имеющие обоснование и нереальные, подкрепленные воображением и фантазией. Испытывая постоянные страхи, детям сложно воспринимать реалистичную картину мира. Под страхом понимают негативную эмоцию, направленную на какой либо предмет, действие или мысль. В силу недостаточно сформированной психики, дошкольники с трудом способны контролировать свои реакции, мысли и чувства.

5. Причинами возникновения тревожности и страхов в дошкольном возрасте в первую очередь выделяется отношения ребенка с матерью. Привязанность ребенка к матери формируется в раннем детстве и продолжается весь период дошкольного возраста. Под материнской привязанностью ребенка к матери, понимается отношения между ребенком и матерью. Отношения между ребенком и значимым взрослым, должны формироваться на любви, принятии друг друга, доверии. Выстраивая доверительные, наполненные любви и уважения отношения между мамой и ребенком, у дошкольника формируются важнейшие личностные качества, такие как базисное доверие, что позволяет ему ощущать себя частью мира, в котором он чувствует себя в безопасности, умеет просить помощь окружающих. Обладая надежными отношениями с матерью дошкольник, способен выражать свои потребности в любви, заботе, нужде и приятии.

б. Формирование привязанности ребенка к матери происходит в раннем детстве и влияет на личность человека на протяжении всей его жизни. Под привязанностью понимаются устойчивые взаимоотношения матери и ребенка. Привязанность как сложившиеся взаимоотношения ребенка к взрослому, в основе которых лежали удовлетворения не только физиологических потребностей, а также эмоциональных. Испытывая страх и необходимость защиты и утешения, ребенок обращается к объекту привязанности, а не к другим людям. Состояние тревоги, страха и беспокойства снижалось за счет присутствия рядом с ребенком взрослого, с которым сформировалась привязанность. Привязанность, базируется на инстинктах самосохранения. Сформировавшись привязанность ребенка к значимому взрослому помогает проходить адаптацию, выстраивать социальные межличностные отношения. Дошкольники с легкостью идут на контакт с незнакомыми людьми и в незнакомой обстановке. В случае тревоги или страха обращается к объекту привязанности за помощью, поддержкой и любви. Если отношения с близким взрослым у детей дошкольного возраста идут по дисгармоничному пути развития, у ребенка возникает ощущение ненужности, формируется недоверие, отчужденность, беспокойство, повышенная тревожность и страхи.

## **ГЛАВА II. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ ТРЕВОЖНОСТИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С РАЗНЫМ ТИПОМ ПРИВЯЗАННОСТИ К МАТЕРИ**

### **2.1. Организация, методы и методики исследования тревожности и страхов детей старшего дошкольного возраста с разным типом привязанности к матери**

Цель проведения констатирующего эксперимента заключалась в выявлении начального уровня тревожности детей старшего дошкольного возраста с разным типом привязанности к матери.

Базой для проведения эксперимента в нашем исследовании явились образовательное учреждение: Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад «Ягодка» Республике Хакасия, г. Черногорска.

Исследованиям подверглись 30 воспитанников в возрасте от 5 до 6 лет, старшего дошкольного возраста.

Экспериментальное изучение особенностей тревожности в исследуемых группах проводилось нами в три этапа:

1. Подготовительный – подбор методик для изучения тревожности и привязанности к матери детей старшего дошкольного возраста, анализ методической литературы по названной тематике.

2. Диагностический – проведение экспериментального изучения уровня тревожности и привязанности к матери детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития в соответствии с выбранным на предыдущем этапе работы диагностическим инструментарием.

3. Аналитический – завершающий этап констатирующего эксперимента в рамках которого мы проводили анализ и интерпретацию полученных на диагностическом этапе данных.

При проведении исследования мы применяли следующие методы сбора и обработки эмпирических данных:

- Анализ и обобщение научно-методической литературы по проблеме привязанности ребенка к матери и тревожности детей старшего дошкольного возраста
- Наблюдение;
- Тестирование;
- Математико-статистическая обработка данных эмпирического исследования;
- Качественный анализ (обобщение, интерпретация, сопоставление).

В рамках подготовительного этапа констатирующего эксперимента нами были отобраны методики, соответствующие возрастному развитию наших экспериментальных групп. В число этих методик вошли:

1. Проективная методика Д. Кайзер «Рисунок птичьего гнезда» (2004) [26, с.193].
2. Проективная методика «Рисуночный рассказ» Н.Каплан (2001) [26, с.204].
3. Методика «Незаконченные предложения» Д.Сакса и С.Леви (Модифицированный вариант) (1999) [26, с.226].
4. Проективная методика для диагностики тревожности «Выбери нужное лицо» Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен. (1998) [26, с.198].
5. Методика диагностики детских страхов А.И. Захарова (2000) [26, с.289].

**Методика «Рисунок гнезда» (2004) [26, с.193]**

Даная методика была разработана на основных положениях о привязанности ребенка к матери Дж. Боулби [2, с.87]. Согласно положению в данной теории, привязанность у ребенка формируется в первые три года жизни ребенка и способствует формированию чувства безопасности через надежно сложившиеся взаимоотношения с авторитетным взрослым.

Д. Кайзер занимающиеся изучением особенностей привязанности ребенка к матери, разработала проективный метод изучения внутрисемейных отношений ребенка с помощью рисования птичьего гнезда.

Рисование птичьего гнезда косвенно способно отразить внутренние представления и внутрисемейную ситуацию дошкольника.

Во время проведения диагностики ребенок проговаривает изображаемые объекты и их род занятий на рисунке.

В дополнение к процедуре был ряд вопросов для беседы с ребенком по рисунку, позволяющих более четко составить представление о месте отношений с матерью в жизни ребенка дошкольного и младшего школьного возраста.

**Проективная методика «Рисуночный рассказ» Н.Каплан (2001) [26, с.204]**

Цель: Возможность оценивать привязанность ребенка, опираясь на особенности его восприятия и описания изображения ситуации долговременной разлуки с матерью. Возрастной критерий проведения проективной методики 5-10 лет.

Процедура проведения: Для проведения диагностики, детям предлагается серия из 8 картинок, изображающих самолет, разлуку с мамой,

подарок и другие. Дошкольникам предлагается описать каждую ситуацию, заранее обозначив, что на первой картинке изображена его разлука с мамой улетающей на самолете.

Данная проективная методика проводится в индивидуальной форме и подкрепляется дополнительными вопросами к ребенку. Вопросы необходимо задавать четко, хвалить ребенка за ответы. Стимулировать наполненность его рассказа эмоциональными реакциями, к ситуации, изображенной на предлагаемой картинке.

Результатом данной диагностики, является анализ рассказа ребенка, его содержание и наполненность эмоциональными реакциями.

### **Методика «Незаконченные предложения» Д.Сакса и С.Леви (Модифицированный вариант) (1999) [26, с.226]**

Данная методика, направлена на изучение внешних факторов способствующих, вызывать у детей чувства тревоги.

Возрастных критериев данная методика не имеет. Может проводиться с появлением вербальных средств общения и письменной речи.

Методика представляет собой, ряд предложений, которые испытуемому необходимо закончить. При помощи данной методики устанавливаются семантические связи, позволяющие в свободной форме определить основные представления и эмоциональные реакции согласно заданным критериям методики. При помощи данной методик возможно определить ряд внешних факторов способных вызывать чувство тревоги и ощущения опасности.

Данная методика позволяет проводить ее как в индивидуальной, так и в групповой форме. Показателями для индивидуальной формы проведения является дошкольный возраст и недостаточно развитый навык письма у ребенка.

В начале проведения диагностических мероприятий, необходимо объяснить участникам или участнику о том что, все ответы верны и неправильных ответов на данный тест не существует. Отвечать необходимо честно и первое что пришло в голову.

При групповой форме проведения, каждое предложение читается дважды, при необходимости количество раз прочтения инструкции и предложений можно увеличить.

При обработке результатов, полученных в ходе проведения данной методики, учитываются эмоционально благополучные и эмоционально неблагополучные ответы. Под эмоционально неблагополучными ответами подразумевается, ответы детей в которых содержали в себе эмоциональные переживания, страх, обиду, злость и другие отрицательные эмоции.

**Проективная методика для диагностики тревожности Р. Тэмпл, М.  
Дорки, В. Амен. (1998) [26, с.198]**

Данная методика проводится в индивидуальной форме. Имеет возрастные ограничения 4-9 лет. Диагностика позволяет получить информацию от испытуемого в независимости от развития его умения рефлексировать, замечать и устанавливать рациональные взаимосвязи. Тест имеет гендерные различия в картинках. Разработан диагностический пакет для мальчиков и девочек.

Испытуемый перед началом проведения методики должен получить инструкцию к выполнению теста.

Инструкция к выполнению теста:

« Сейчас тебе будет предложен ряд картинок на которых будут изображены взрослые и дети, находящиеся в заданных ситуациях, тебе предлагается самая главная роль выбрать настроение взрослых и детей в зависимости от ситуации, в которой они находятся. Настроение может быть

веселым и грустным. Всего будет представлено двенадцать картинок. Это сделано специально, для того чтобы интереснее было придумывать.

При обработке результатов подсчитывается количество «неблагополучных» ответов (максимальное количество – 10). При интерпретации результатов общий уровень тревожности мы вычисляли по «неблагополучным» ответам ребенка, характеризующим настроение персонажа рисунка как грустное, печальное, сердитое, скучное, испуганное. Тревожным мы признавали ребенка, давшего 7 и более подобных ответов из 10.

### **Диагностика детских страхов А.И. Захарова (2000) [26, с.289]**

Данная методика ориентирована на выявление особенностей страхов у детей дошкольного возраста с 4-7 лет. Цель методики выявление особенностей страхов.

Перед началом проведения диагностики психолог должен объяснить что правильных и неправильных ответов на данные вопросы не существует и ребенок должен отвечать честно, не вдумываясь в ответы.

При проведении диагностики, экспериментатор должен сидеть рядом, а не напротив, периодически подбадривать ребенка за его ответы отмечая его успехи.

Во время беседы, вопросы читаются неторопливо. Экспериментатор, зачитывая вопросы, отмечает ответы детей «да» или «нет». Вопросы время от времени необходимо повторить в развернутом виде, чтобы избежать их стереотипного отрицания ребенком.

Подсчитывается количество указанных ребенком страхов: 0-12 – низкий уровень подверженности страхам; 13–15 – средний уровень подверженности страхам; 16–29 – высокий уровень подверженности страхам.

Так, высокий уровень подверженности страхам предполагает наличие у ребенка таких особенностей, как неадекватная самооценка, тревожность, напряженность, пугливость, низкая общительность, подозрительность и недоверчивость к окружающим.

Средний уровень подверженности страхам предполагает достаточную общительность, не напряжённость, быстроту ответов на вопросы.

Низкий уровень подверженности страхам характеризуется наименьшей тревожностью, уверенностью в себе, общительностью, налаженностью отношений с окружающими, преобладанием повышенного настроения, быстротой ответов на вопросы.

При выявлении преобладающих страхов и того, что с ними связано, интенсивности переживания проводится следующая беседа – глубокое интервью в рамках рассматриваемой методики (для выяснения того, почему ребенок боится).

## **2.2. Особенности проявления тревожности и страхов детей старшего дошкольного возраста с разным типом привязанности к матери**

Для изучения влияния привязанности ребенка к матери на особенности проявления тревожности и страхов детей старшего дошкольного возраста, необходимо выявить тип привязанности дошкольника к матери. Для диагностики эмоционального отношения к матери была использована проективная методика «Рисунок птичьего гнезда» Д. Кайзер (2004). Результаты проведенной диагностики отражены в таблице 1.

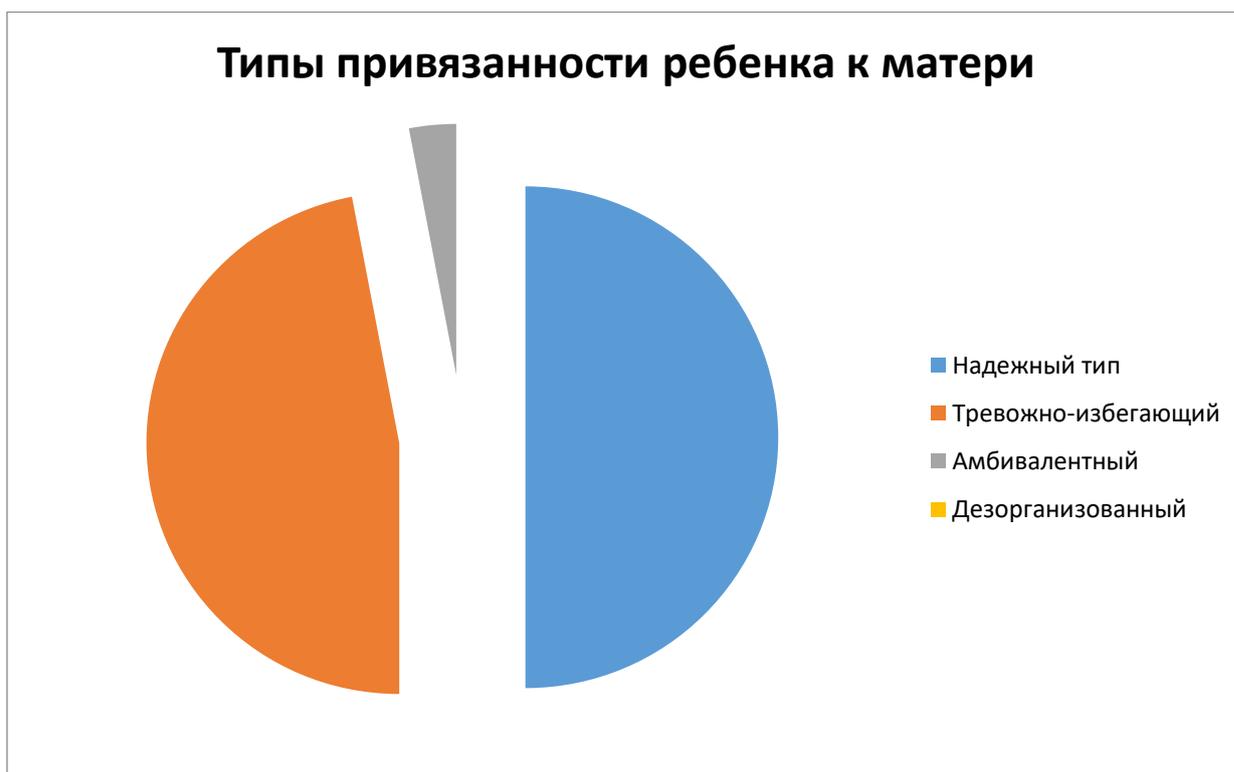
**Таблица 1. Результаты изучения эмоционального отношения к членам семьи по методике «Рисунок птичьего гнезда» Д. Кайзер**

<b>Возрастная группа</b>  <b>Параметры</b>	<b>Изучения эмоционального отношения к членам семьи</b>	
	<b>Абс. значения (n = 30)</b>	<b>% (n = 30)</b>
Надежный тип	15	50
Тревожно-избегающий	14	47
Амбивалентный	1	3
Дезорганизованный	0	0

Надежный тип привязанности дошкольника к матери выявлен у (15) 50% испытуемых. На рисунках детей с данным типом привязанности к маме располагалась рядом с ребенком, рисунок выполнен в тёплых красках. На вопросы, касающихся комфорта и безопасности дети отвечали спокойно, чувствовали себя под защитой.

Дети с тревожно-избегающим типом привязанности к матери (14) 47%, дети не всегда рисовали маму, предпочтение отдавалось отцу, бабушкам и дедушкам, а также брату или сестре. При проведении беседы дети много говорили о папе и других членах семьи. Отсутствие мамы поясняли тем, что маме пришлось отлучиться.

Стоит обратить внимание, что с амбивалентным выявлен всего 1 ребенок (7%), дезорганизованным типом привязанности выявлены не были.



**Рисунок 1.** Диаграмма 1. Результаты изучения типов привязанности к матери по методике «Рисунок птичьего гнезда» Д. Кайзер

На представленной, гистограмме мы видим, что у большинства детей сформирован надежный тип привязанности, а также преобладает в яркой выраженности тревожно-избегающий тип. Амбивалентный и дезорганизованные виды определены не были.

Для выявления типа привязанности ребенка к матери и эмоционального отношения, была выбрана методика «Рисуночный рассказ» Н. Каплан (2001). Методика была заимствована из исследования М. Чандлера, занимающегося изучением эгоцентризма детей дошкольного возраста и адаптирована Н. Каплан. Качественный анализ результатов производился по трем критериям : эгоцентрические ответы, ответы направленные на отношения с мамой, отношения направленные на другого значимого взрослого. Из анализа беседы и интерпретации ответов детей, связанных с разлукой матери определены типы привязанности к матери.

**Таблица 2. Результаты изучения типов привязанности ребенка к матери по методике «Рисуночный рассказ» Н. Каплан (2001)**

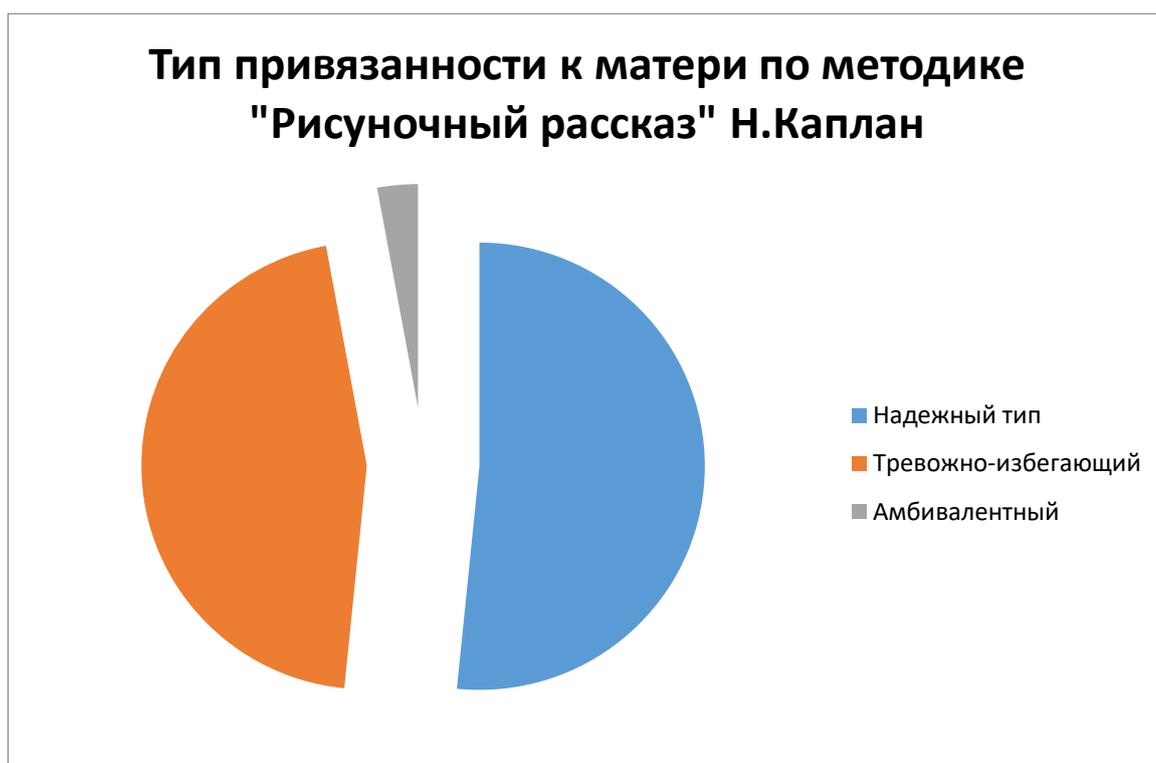
Возрастная группа  Параметры	Изучения типов привязанности ребенка к матери	
	Абс. (n=30)	% (n=30)
Надежный тип	15	50
Тревожно-избегающий	14	47
Амбивалентный	1	3
Дезорганизованный	0	0

При рассказе о том, что мама отправилась на самолете в поездку, сроки которой детям предлагалась обозначить исходя из их опыта. Мама уехала на короткий промежуток времени у (15) 50 % испытуемых. Дошкольники испытали тоску и печаль связанные с расставанием с мамой. Они ожидали подарка и письма только от мамы, не переключая свое внимание. Мысль о разлуки с мамой оставалась доминирующей. Отмечалась повышенная тревожность. Все эти признаки разлуки доказывают, что у детей сформирован надежный тип привязанности к материю.

Тревожно – избегающий тип выявлен у (14) 47 %, дети представляли разлуку долгой, испытывали тоску, но легко отвлекались на подарки. Разлука с мамой для них носила негативный характер, но внешние предметы не связались в единую картину, связанную с разлукой с мамой.

Амбивалентный (1) 3% характеризуется игнорированием разлуки с мамой. На вопросы, про чувства о разлуке дети отвечали, что с удовольствием проведут время с другими родственниками, поясняя, что мама часто их ругает и все равно не обращает внимания, хотя разлука их и печалит. Внешние предметы с образом мамы связаны не были.

Дезорганизованного типа привязанности выявлено не было.



**Рисунок 2.** Диаграмма 2. Результаты изучения типов привязанности к матери по методике «Рисуночный рассказ» Н. Каплан

Гистограмма 2 отражает данные полученные с помощью проективной методики «Рисуночный рассказ» Н.Каплан. На гистограмме отмечается ярко выраженной и в большей степени преобладающая надежная привязанность ребёнка к матери. Следует также обратить на достаточно высокие значения по выявленному тревожно-избегающему типу привязанности.

Амбивалентный тип привязанности выявлен в незначительных количествах.

На основе проведенного анализа полученных данных исследования изучая типы привязанности детей старшего дошкольного возраста, необходимо разделить всех испытуемых на 4 группы по типу привязанности к матери и выявить особенности проявления тревожности. Анализ данных по двум методикам представлен в таблице 3.

**Таблица 3. Результаты выявления типов привязанности ребенка к матери в старшем дошкольном возрасте, при проведении анализа.**

Возрастная группа  Параметры	Типы привязанности ребенка к матери	
	Абс. (n=30)	% (n=30)
Надежный тип	15	50
Тревожно-избегающий тип	14	47
Амбивалентный	1	3
Дезорганизованный	0	4

Из результата обобщающей таблицы изучения типов привязанности к матери, видно что (15) 50% имеют безопасную привязанность к матери, (14) 47% обладают тревожным типом привязанности к матери, (1) 3% амбивалентная привязанность к матери. Дезорганизованного типа привязанности ребенка к матери не выявлено.

Для удобства проведения и составление результативных таблиц, обозначим типы привязанности:

Н– надежный тип привязанности ребенка к матери

Т– тревожно–избегающий тип привязанности ребенка к матери

А–амбивалентный тип привязанности ребенка к матери

Д–дезорганизованный тип привязанности ребенка к матери

Перейдем к анализу результатов исследования особенностей тревожности учащихся старшего дошкольного возраста с разным типом привязанности к матери. Результаты методики «Незаконченные предложения» Д.Сакса и С.Леви.

**Таблица 4. Результаты методики «Незаконченные предложения» Д.Сакса и С.Леви (1999).**

Ситуации вызывающие тревогу	Типы привязанности к матери							
	Н		Т		А		Д	
	Абс. (n=15)	% (n=15)	Абс. (n=14)	% (n=15)	Абс. (n=1)	% (n=1)	Абс. (n=0).	% (n=0)
Отношение к отцу	8	26	18	64	1	50	0	0
Отношение к матери	1	3	20	71	2	100	0	0
Отношение к семье	10	16	29	51	2	50	0	0
Отношение к себе	1	3	9	32	1	50	0	0
Отношение к сверстникам	9	20	30	71	2	70	0	0
Отношение к дет. саду	7	15	37	66	4	100	0	0

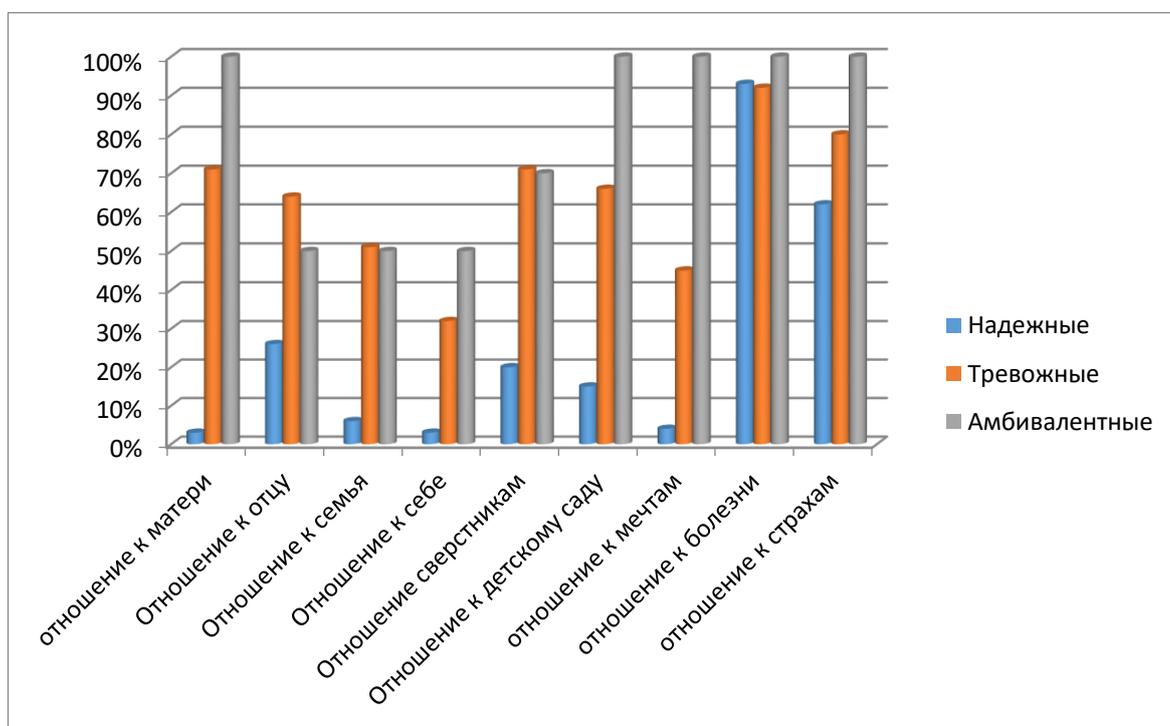
Отношение к мечтам	к	2	4	19	45	3	100	0	0
Отношение к болезни	к	14	93	13	92	1	100	0	0
Отношение к страхам и опасениям	к и	28	62	34	80	3	100	0	0

Как видно из таблицы, наиболее у детей с надежным типом привязанности тревожности в отношении к отцу (8) 26 % – низкий уровень, отношение к матери (1) 3 % – низкий уровень, к семье (10) 6 % – низкий уровень, отношения к себе (1) 3 % – низкий уровень, к сверстникам (9) 20% – низкий уровень, к детскому саду (7) 15% – низкий уровень проявления тревожности, отношения к опасениям (28) 62% высокий уровень, отношение к мечтам (2) 4% – низкий уровень, к болезни (14) 93% – высокий уровень.

Отвечая на вопросы, дети с надежным типом отвечали быстро, не вдумывались в свои ответы, во многих была положительная окраска. Следует сделать вывод, что высокие показатели проявления тревожности связаны с ситуациями отношения к болезни и ситуативным страхам являются показателями возрастной нормы.

Перейдем к анализу проявления тревожности детей с тревожно-избегающим типом привязанности к матери: в отношении к отцу (18) 64% – средний уровень, к матери (20) 71% – высокий уровень, к семье (29) 51% – средний уровень, к себе (9) 32% – средний уровень, к сверстникам (30) 71% – высокий уровень, к детскому саду (37) 66% – средний уровень, к мечтам (19) 45% - средний уровень, отношение к болезни (13) 92% – высокий уровень, к страхам и опасениям (34) 80 % – высокий уровень. Высокая тревожность отмечается в отношении к матери, к сверстникам, к детскому саду, к мечтам, к болезни, к страхам и опасениям. Их ответы были опосредованы

проявлением ситуативной тревожностью, с трудом шли на контакт. Со сверстниками в коллективе не общаются, постоянных друзей не имеют.



**Рисунок 3.** Гистограмма 3. Результаты изучения уровня проявления тревожности по методике «Незаконченные предложения» Д.Сакса и С.Леви (1999)

Из графического анализа, изображенных результатов, мы видим преобладающую тревожность у детей дисгармоничного типа привязанности не являющиеся их возрастной особенностью по отношению к сверстникам, к себе, детскому саду и необоснованным страхам.

**Таблица 5. Результаты методики Тест тревожности Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен (1998).**

Ситуации вызывающ ие тревогу	Типы привязанности к матери							
	Отрицательные ответы детей							
	Надежный тип		Тревожно- избегающий		Амбивалентный		Дезорганиз ованный	
	Абс. (n=15)	% (n=15)	Абс. (n=14)	% (n=14)	Абс. (n=1)	% (n=1)	Абс. (n=0)	% (n=0)
Ребенок– взрослый	4	6	39	69	3	75	0	0
Ребенок– ребенок	9	12	57	81	4	80	0	0
Повседневн ые действия	16	21	53	75	3	60	0	0

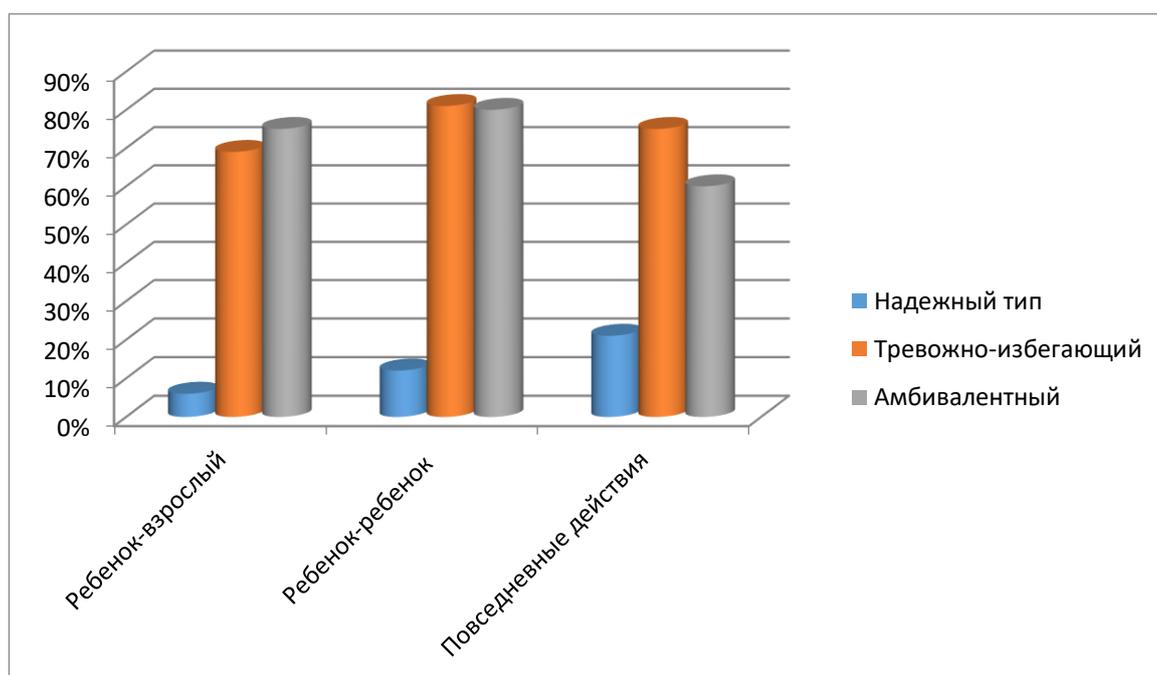
Интерпретируя полученные данные по методике теста тревожности Р. Тэммл, М. Дорки направленного на изучение тревожности детей, мы выявили следующие данные, относительно каждого типа привязанности к матери:

Дети с надежным типом привязанности к матери показали низкий уровень проявления тревожности к таким ситуациям как «Ребенок – ребенок» (9) 12 % , «Ребенок – взрослый» (4) 6%, «Повседневные действия» (16) 21 %.

Высокий уровень тревожности к ситуациям «Ребенок – ребенок» (57) 81% , «Ребенок – взрослый» (39) 69% , «Повседневные действия» (53) 75% были выявлены у детей с тревожно– избегающим типом привязанности к матери.

Дошкольники с амбивалентным типом испытывают высокий уровень тревожности к таким ситуациям как «Ребенок – ребенок» (4) 80% , «Ребенок – взрослый» (3) 75% , «Повседневные действия» (3) 60%.

Негативные ответы детей, были связаны с одиночеством, игнорирование, разлукой с мамой и взаимодействием с детьми. Все эти показатели в совокупности интерпретируются как высокий уровень тревоги у детей старшего дошкольного возраста.



**Рисунок 4.** Гистограмма 4. Результаты изучения уровня проявления тревожности по методике Тест тревожности Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен (1998)

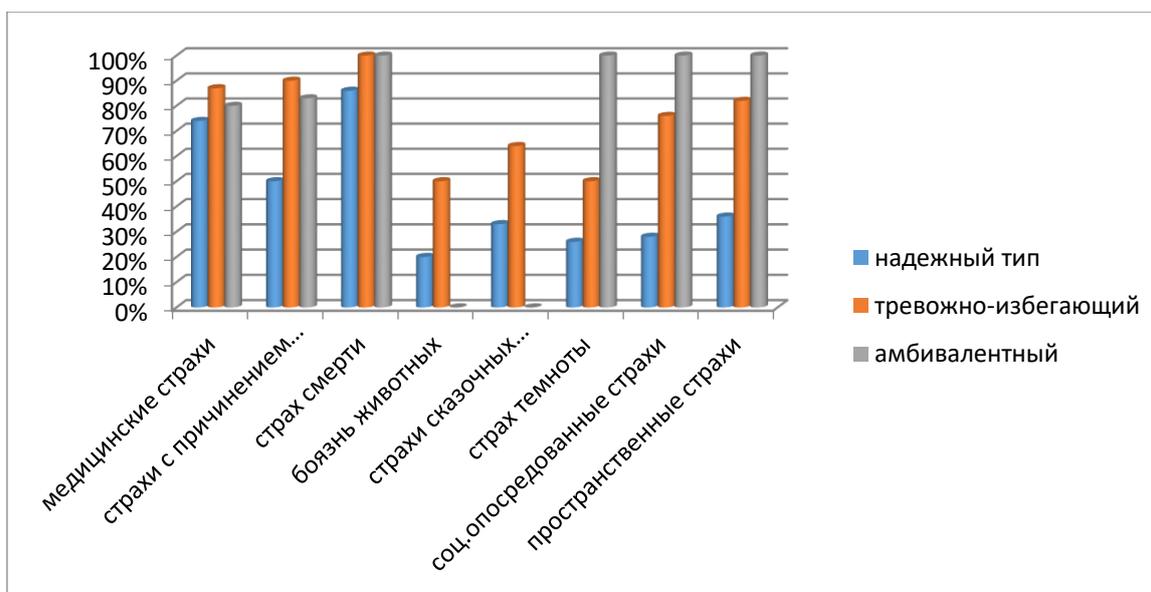
Из графически представленных, результатов, мы видим высокие проявление тревожности по ситуациям «Ребенок – ребенок», «Ребенок – взрослый», «Повседневные действия» у тревожно–избегающего типа и амбивалентного типа привязанность ребенка к матери.

**Таблица 6. Результаты диагностики детских страхов А.И. Захарова  
(2000)**

Виды страхов	Типы привязанности к матери							
	Отрицательные ответы детей							
	Надежный тип (n=15)		Тревожно- избегающий (n=14)		Амбиваленты й		Дезорганизов анный	
	Абс. (n=14)	% (n=14)	Абс. (n=14)	% (n=14)	Абс. (n=1)	% (n=1)	Абс. (n=0)	% (n=0)
медицинские страхи	56	74	61	87	4	80	0	0
страхи, с причинением физического ущерба	45	50	76	90	5	83	0	0
страх смерти	13	86	14	100	1	100	0	0
боязнь животных	3	20	7	50	0	0	0	0
страхи сказочных персонажей	5	33	9	64	0	0	0	0
страх темноты	4	26	7	50	1	100	0	0
социально- опосредованные страхи	17	28	43	76	4	100	0	0
пространственн ые страхи	11	36	23	82	2	100	0	0

У детей с тревожно – избегающим типом привязанности высокое преобладание таких страхов, не являющиеся возрастной нормой, как: «страхи с причинением физического ущерба» – (76) 90%, «страх сказочных персонажей» – (9) 64%, «социально – опосредованные страхи» – (43) 76%, «пространственные страхи» – (23) 82%.

У дошкольников с амбивалентным типом привязанности к матери высокий уровень страхов, не являющихся возрастной нормой страхи с причинением физического ущерба» – (5) 83%, «страх темноты» – (1) 100 %, «социально – опосредованные страхи» – (4) 100%, «пространственные страхи» – (2) 100%.



**Рисунок 5.** Гистограмма 5. Результаты изучения страхов детей старшего дошкольного возраста с разным типом привязанности к матери по методики «Незаконченные предложения» А.И. Захарова (2000).

Как видно из рисунка высокие показатели проявления страхов не являющиеся возрастной нормой отмечаются детей с тревожно–избегающим и амбивалентным типом привязанности к матери.

**Таблица 7. Результаты расчета по U-критерию Манна-Уитни**

	Страхи	Индекс тревожности
Статистика U Манна-Уитни	61,000	134,000
Асимпт. знч. (двухсторонняя)	,000	,009

В критерии асимптотическая значимость выше величины 0,05 ( $p > 0,05$ ), что подтверждает существенными особенностями.

### **Выводы по второй главе:**

1. Эмпирическое исследование уровня тревожности и страхов детей дошкольного возраста разным типом привязанности к матери проводилось на базе: МАДОУ «д/с Ягодка» г. Черногорск. В исследовании участвовали 30 детей старшего дошкольного возраста.

2. В основу комплектования выборки испытуемых нами были определены следующие критерии: возрастная категория – старший дошкольный возраст (5–6 лет).

С целью изучения особенностей тревожности и страхов с разным типом привязанности к матери, были отобраны следующие методики:

1. Проективная методика Д. Кайзер «Рисунок птичьего гнезда» (2004)
2. Проективная методика «Рисуночный рассказ» Н.Каплан (2001)
3. Методика «Незаконченные предложения» Д.Сакса и С.Леви (Модифицированный вариант) (1999)
4. Проективная методика для диагностики тревожности «Выбери нужное лицо» Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен. (1998)
5. Методика диагностики детских страхов А.И. Захарова

3. Анализируя полученные данные по методикам Д. Кайзер «Рисунок птичьего гнезда» (2004) и «Рисуночный рассказ» Н.Каплан (2001) для диагностики типов привязанности ребенка к матери были выявлены следующие типы привязанности : надежный тип привязанности к матери у детей старшего дошкольного возраста сформирован у 15(50%) детей, тревожно–избегающий тип выявлен у 14 дошкольников. Стоит обратить внимание, что с амбивалентным выявлен всего 1 ребенок (7%), дезорганизованным типом привязанности выявлены не были.

4. При анализе проявления тревожности у детей старшего дошкольного возраста по методике «Незаконченные предложения» Д.Сакса и С.Леви

(1999) были выявлены особенности преобладающей тревожности у детей с надежным типом привязанности к матери пределах возрастной нормы. Особенности проявления тревожности у детей с тревожно-избегающим типом привязанности к матери: в отношении к отцу 64% – средний уровень, к матери 71% – высокий уровень, к семье 51% – средний уровень, к себе 32% – средний уровень, к сверстникам 71% – высокий уровень, к детскому саду 66% – средний уровень, к мечтам 45% - средний уровень, отношение к болезни 92% – высокий уровень, к страхам и опасениям 80 % – высокий уровень. У детей с амбивалентным типом привязанности к матери средний уровень проявления тревожности отмечается в отношении к отцу, к семье, к себе.

5. Проанализировав количественные и качественные данные, полученные во время проведения методики для диагностики тревожности Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен. (1998), мы выявили, эти с надежным типом привязанности к матери показали низкий уровень проявление тревожности к таким ситуациям как «Ребенок – ребенок» 12 % , «Ребенок – взрослый» 6%, «Повседневные действия» 21 %.

Высокий уровень тревожности к ситуациям «Ребенок – ребенок», «Ребенок – взрослый», «Повседневные действия» были выявлены у детей с тревожно– избегающим и амбивалентным типом привязанности к матери.

6. При анализе полученных данных, по методике детских страхов А.И. Захарова, мы установили, у детей с тревожно – избегающим типом привязанности высокое преобладание таких страхов, не являющиеся возрастной нормой, как: «страхи с причинением физического ущерба» – 90%, «страх сказочных персонажей» –64%, «социально – опосредованные страхи» – 76%, «пространственные страхи» – 82%.

У дошкольников с амбивалентным типом привязанности к матери высокий уровень страхов, не являющихся возрастной нормой страхи с причинением физического ущерба» – 83%, «страх темноты» – 100 %,

«социально – опосредованные страхи» – 100%, «пространственные страхи» – 100%.

7. Имеющиеся данные свидетельствуют о необходимости реализации специальной программы по коррекции тревожности и страхов дошкольников с тревожно-избегающим, амбивалентным типом привязанности к матери. На основе полученных данных, для проведения формирующего эксперимента, мы разделили учащиеся на 2 экспериментальные группы:

1 – Экспериментальную группу составили 15 детей старшего дошкольного возраста с надежным типом привязанности к матери

2 – Контрольную группу составили 15 дошкольников имеющую дисгармоничную привязанность к матери

### **ГЛАВА III. ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ ТРЕВОЖНОСТИ И СТРАХОВ ДЕТЕЙ СТРАШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С РАЗНЫМ ТИПОМ ПРИВЯЗАННОСТИ К МАТЕРИ**

#### **3.1. Теоретико-методологические основы коррекции тревожности и страхов детей старшего дошкольного возраста с разным типом привязанности к матери**

Тревожность и страхи в настоящее время является распространенным качеством эмоционально-волевой сферы детей дошкольного возраста. Увеличение числа детей с нарушением привязанности к матери, нуждающихся в коррекции эмоционально-волевой сферы, и необходимость единого подхода к оценке тревожности и страхов, со всей очевидностью выдвигают как проблему исследования изучение тревожности и страхов детей с разным типом привязанности к матери . Своевременная коррекция тревожности в дошкольном возрасте позволит в будущем избежать возможных проблем, как в плане обучения, так и в плане коммуникации детей между собой и в отношениях «ребенок -родитель». В дошкольном возрасте еще возможно вовремя воздействовать на формирование эмоционально-волевых паттернов в поведении детей с разным типом привязанности к матери.

Анализ результатов констатирующего эксперимента, показал потребность в разработке психологической программы по коррекции особенностей тревожности и страхов детей дошкольного возраста с разным типом привязанности к матери.

Методологическую основу коррекционно-развивающей программы составили фундаментальные научно-теоретические принципы и подходы А. И. Захарова о том, что страхи определены инстинктом самосохранения,

испытывая страх, у человека изменяется поведение, артериальное давление, пульс, частота дыхания, положение А.М. Прихожан о том, что тревожность, как устойчивое личностное образование, сохраняющегося на протяжении достаточно длительного периода времени. Она имеет свою побудительную силу, и константные формы реализации поведение с преобладанием в последних компенсаторных и защитных проявлениях, положение М. И. Лисиной о том, что избирательная привязанность ребенка к взрослому рассматривается как продукт общения в зависимости от его содержания, и фактор развития личности ребенка в первые годы жизни.

При составлении коррекционно-развивающей программы мы ориентировались на следующие требования:

- четко сформулировать цели работы; определить круг задач, которые конкретизируют цели коррекционной работы;
- определить формы работы (индивидуальная, групповая или смешанная);
- отобрать методики и техники для коррекционно-развивающей работы;
- определить длительность реализации всей психологической программы;
- определить частоту занятий
- установить длительность каждого занятия;
- разработать коррекционно-развивающую программу и определить содержание занятий;
- реализовать коррекционно-развивающую программу;
- подготовить необходимые материалы и оборудование.

Первый этап – диагностический.

Цель: изучение нарушений психологического здоровья у детей, в нашем случае – диагностика тревожности и страхов с помощью методик констатирующего эксперимента:

- Проективная методика «Рисунок птичьего гнезда» Д.Кайзер.
- Проективная методика «Рисуночный рассказ» Н. Каплан.
- Проективная методика «Незаконченные предложения» А.И. Захаров и М. Панфилова.
- Проективная методика «Выбери нужное лицо» Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен.

Второй этап – информационный.

Цель: информирование и консультация родителей и педагогов образовательных учреждений об имеющихся нарушениях в развитии детей и необходимости проведения коррекционно-развивающей работы.

Третий этап – практический.

Цель: профилактика и коррекция тревожности и страхов детей дошкольного возраста с разным типом привязанности к матери.

Четвертый этап – контрольный.

Цель его проведения: определение эффективности коррекционно-развивающей работы.

Психологическая программа, направленная на коррекцию тревожности и страхов у детей дошкольного возраста с нарушением привязанности к матери реализуется психологом совместно с детьми и их родителями и состоит из блоков:

### **1. Диагностический блок.**

Работе по коррекцию тревожности предшествовало тщательное изучение психологом особенностей тревожности и страхов, типов привязанности к матери каждого ребенка. По результатам проведенной диагностики планировалось содержание коррекционной работы.

### **2. Коррекционно-развивающий блок.**

Основная задача коррекционно-развивающих мероприятий состоит в том, чтобы обеспечить снижение уровня тревожности, страхов, привязанности к матери воспитанники и научить некоторым навыкам противостояния стрессовым воздействиям. Коррекционно-развивающая программа проводилась психологом.

1) Игровые формы работы:

– ролевая игра – это интерактивный метод, который позволяет обучаться на собственном опыте путем специально организованного и регулируемого «проживания» жизненной ситуации. Ролевая игра служит важным источником формирования социального сознания ребенка, ибо в ней отождествляет себя с взрослым, воспроизводит функции, копирует отношения в специально создаваемых им самим же условиях.

– имитационные игры – воспроизведение действий или ситуаций, которые ребенок наблюдает в настоящий момент. Характерной чертой этой технологии является моделирование жизненно важных затруднений учащихся и поиск путей их решения через разнообразную организованную психологом игровую деятельность.

2) Психогимнастика относится к невербальным методам групповой психотерапии, в основе которой лежит использование двигательной экспрессии. Их основная цель — преодоление барьеров в общении, развитие лучшего понимания себя и других, снятие психического напряжения, создание возможностей для самовыражения.

3) Дыхательная гимнастика является одним из способов профилактики и укрепления здоровья детей и взрослых. Основу многих известных гимнастических комплексов составляют упражнения, компонентами которых являются: глубокое дыхание искусственное затруднение дыхания задержка дыхания замедление дыхания поверхностное дыхание.

4) Методы арт-терапии. Их основная цель состоит в гармонизации развития личности через развитие способности самовыражения и

самопознания. Арттерапевтические занятия способствуют более ясному, тонкому выражению своих переживаний, проблем, внутренних противоречий, с одной стороны, а также творческому самовыражению – с другой. В процессе творчества ребенок гораздо ярче и нагляднее может проявить себя, чем в письме или в речи. Арттерапевтические произведения способствуют прорыву содержания комплексов в сознание и переживанию сопутствующих им отрицательных эмоций

### **3. Блок психологического консультирования.**

Роль психолога заключалась в организации помощи родителям и воспитателю. Для этого проводятся индивидуальные и групповые консультации, на которых рассматриваются конкретные примеры тревожащих ситуаций и пути борьбы с имеющимися страхами; демонстрируются различные приемы конструктивного общения с ребенком, направленные на улучшение эмоционального состояния.

### **4. Блок психологического просвещения и профилактики.**

Для родителей в рамках просветительского направления работы должны организовываться стенды с размещенной актуальной информацией о важности нормального уровня тревожности, страхов их детей, а также о способах снижения тревожности в дошкольном возрасте. После тренингов с родителями выдача информационных буклетов и памяток.

Коррекционно-развивающая программа, направленная на снижение тревожности и страхов в дошкольном возрасте реализовывалась в групповой форме, что позволило ребятам и их родителям проецировать реальные жизненные ситуации, случающиеся с ними. Группа, с которой проводились занятия, подвержена социально-опосредованным страхам и тревожности, то есть страхам в общении.

### **3.2. Основные направления ,формы и методы психологической коррекции тревожности и страхов детей дошкольного возраста**

**Цель программы** – способствовать снижению тревожности и страхов у детей дошкольного возраста. Способствовать установлению доверительных взаимоотношению с матерью, через информирование и повышение компетентности взрослых об индивидуальных и возрастных особенностях детей дошкольного возраста.

#### **Задачи программы:**

1. Уменьшить склонность к проявлению тревожности.
2. Проговорить и проанализировать чувство страха
3. Научить контролировать чувства страха
4. Гармонизировать взаимоотношения ребенка с матерью

#### **Критерии эффективности программы:**

- Понизить уровень тревожности;
- Уменьшить количества страхов;
- Установка доверительных отношений;

#### **Методы и техники, используемые в программе:**

1. Релаксация.
2. Концентрация.
3. Функциональная музыка.
4. Игротерапия.
5. Телесная терапия.
6. Арт-терапия.

Программа состоит из 8 занятий с детьми и 8 занятий с родителями и детьми. Занятия проводятся четыре раза в неделю, с детьми старшего дошкольного возраста и их родителями в форме группового обучающего тренинга.

**Условия проведения занятий:**

- 1) принятие ребёнка таким, какой он есть;
- 2) игровой процесс коррекционных мероприятий нельзя замедлять и торопить;
- 3) сохранять принципы поэтапного погружения в травмирующий опыт
- 4) для ощущения целостности занятия учитывать начало и конец занятия с его ритуальными составляющими;
- 5) при проведении игр, взрослые позволяют ребёнку полностью реализовывать потенциал ребёнка;
- б) приветствуется индивидуальный подход и импровизация;

Занятие в психологической программе, должны обладать гибкостью и быть наполнены разнообразным содержанием. Участники располагаются по кругу, что даёт ощущение целостности группы, облегчает взаимопонимание и способствует выстраиванию доверительных отношений в группе.

В содержании программы занятий выделяются три блока, которые обеспечивают решение поставленных задач.

1 блок – подразумевает доброжелательный контакт и положительный настрой на выполнение дальнейших заданий.

2 блок – коррекционно-направленные, обучение.

3 блок – контрольные:

**Структура занятия.**

Ритуал приветствия – 2 минуты.

Разминка - 10 минут.

Коррекционно-развивающий этап- 20 минут

Подведение итогов- 6 минут.

Ритуал прощания – 2 минуты.

**Таблица 8. Тематическое планирование занятий с детьми  
дошкольного возраста.**

№	Тема занятия	Цель занятия	Длительность
<b>Коррекционно–развивающая работа с детьми старшего дошкольного возраста</b>			
1	Занятие 1 «Здравствуйте, это Я!»	Вводное занятие, закрепление знаний детей друг о друге. Улучшение психологического климата в коллективе.	40 мин.
2	Занятие 2 «Моё имя»	Ориентировка на сплочение детского коллектива	40 мин
3	Занятие 3 «Настроение»	Обучением эмоциональной компетенции детей	40 мин.
4	Занятие 4 «Наши страхи»	стимулирование аффективной сферы ребёнка, повышение психического тонуса ребёнка.	40 мин.
5	Занятие 5 «Моя семья»	развитие положительного отношения к членам семьи, снятие эмоционального напряжение и тревожности	50 мин
6	Занятие 6 «Волшебный лес»	развитие умения передавать своё эмоциональное состояние через художественный образ, снижение психоэмоционального напряжения, повышение уверенности в себе.	40 мин
7	Занятие 7 «Волшебники»	снижение психологического и мышечного напряжения, закрепление адекватных форм проявления эмоций, развитие социального доверия	40 мин.
8	Занятие 8 «Солнце в ладошке»	освобождение от отрицательных эмоций, развитие социального доверия, повышение уверенности в	50 мин

		своих силах повышение значимости в глазах окружающих.	
<b>Коррекционно–развивающая работа с родителями дошкольников</b>			
1	Занятие 1 «Поприветствуем друг друга»	знакомство участников друг с другом, повышение позитивного настроения и сплочения родителей	30 мин.
2	Занятие 2 «В мире детства»	Ознакомление родителей с возрастными особенностями развития детей старшего дошкольного возраста.	30 мин
3	Занятие 3 «Портрет»	Повышение эмоциональной близости с ребенком, принятие его таким какой он есть	30 мин.
4	Занятие 4 «Радуга»	Развитие навыка эмпатии и умение распознавать эмоциональный мир ребенка	30 мин.
5	Занятие 5 «В огромном мире»	Повышение компетентности родителей в коммуникациях с ребенком	30 мин.
6	Занятие 6 «Семейные традиции»	Укрепление семейных традиций способствование повышению дружеских и доверительных отношений с ребенком	30 мин.
7	Занятие 7 «Живой дом»	Повышение дружеских семейных отношений между членами семьи	30 мин.
8	Занятие 8 «Прежде всего, мы родители»	Повышение родительской компетенции в воспитании, осознание значимости и разумности меры родительской заботы	30 мин.

Структура занятий по коррекционно-развивающей программе включает в себя следующие этапы:

1. *Приветствие* (1–2 мин) – выполняет функцию установления эмоционально-позитивного контакта ведущего с ребенком, а также между участниками программы.

2. *Разминка* – упражнения, способствующие выработке настроения на работу, повышающие активность участников, а также формирующие сплоченность в группе.

3. *Основная часть* (20 минут) – психотехнические упражнения, направленные на решение основной проблемы – снижение уровня тревожности учащихся младшего школьного возраста с задержкой психического развития.

4. *Релаксация* – содержит в себе эмоциональный отклик на проведенное занятие и то, что было пережито в нем.

5. *Ритуал прощания* (2 мин) – является завершающим при проведении занятий, способствует сплочению группы и созданию атмосферы доверия.

Оценка результатов исследования эффективности нашей программы определялась с помощью повторного психодиагностического обследования с использованием психодиагностических методов и методик, которые мы отбирали для реализации констатирующего эксперимента.

Анализ полученных результатов диагностики учащихся младшего школьного возраста с задержкой психического развития проводился в виде соотнесения данных, полученных в ее ходе, с уровнями результативности констатирующего эксперимента.

Основные методы, используемые в ходе реализации коррекционно-развивающей программы: ролевая игра, имитационная игра, психогимнастика, дыхательная гимнастика, арт-терапия, дискуссия, наблюдение.

В качестве основных ожидаемых результатов работы по коррекционно-развивающей программе, направленной на снижение тревожности у детей старшего дошкольного возраста с разным типом привязанности к матери является овладением учащимися следующих социально-значимых компетенций:

***Знания:***

1. Элементарные знания о видах страхов и понимания того, что с ними можно эффективно бороться.
2. Элементарные знания о способах релаксации в ситуации стресса.
3. Элементарные знания о собственных чувствах и различных способах их выражения, а также чувствах других людей.

***Умения:***

1. Элементарные умения различать страх и состояние тревоги и успешно с ними бороться.
2. Элементарные умения конструктивного управления собой в стрессовой ситуации различного характера.
3. Элементарные умения успешной реализации себя в поведении и взаимодействии с окружающими людьми.

Разрабатывая план мероприятий по коррекции тревожности, мы ориентировались на поставленные задачи, в соответствии с этим, составили календарно-тематическое планирование занятий

Таблица 9. Система коррекционно-развивающей работы

Тема	Цель	Методы и приемы	Примеры и примечания
<b>Этап 1. Предварительный – объединение в группы</b>			
	Формирование оптимального состава группы	Анализ диагностических материалов	
<b>Этап 2. Основной – формирующий</b>			
Занятие 1 «Здравствуйте, это Я»	Проведение процедуры знакомства с группой учащихся, начать сплочение сформированного коллектива, установить правила, принятые в группе при проведении занятий.	Ролевая игра. Беседа Проигрывание ситуации Метод группового обсуждения Психогимнастика	1. Упражнение «Здравствуйте, я рад(а) познакомиться». 2. Выработка правил поведения на занятиях 3. Разминка: «Смена ритмов» 4. Упражнение «Мой личный герб» 5. Упражнение «Я есть, я буду» 6. Упражнение «Аплодисменты по кругу»
Занятие 2 «Мое имя»	Формировать позитивное отношение к своему имени. снижение уровня	Психогимнастика Ролевая игра Беседа Проигрывание ситуации	1. Упражнение «Давайте поздороваемся» 2. Упражнение «Соседи»

	тревожности; повышение самооценки Помогать ребенку осознавать свои характерные особенности, предпочтения; способствовать пониманию того, что он, как каждый человек уникален и неповторим.	Метод группового обсуждения	3. Игра «Ласковое имя» 4. Игра «Имя растет» 5. Упражнение «Что лишнее» 6. Игра «Жил-был один мальчик» 7. Упражнение «Звездные имена».
Занятие 3 «Настроение»	Учить детей внимательно относиться к себе, уважать и принимать себя. Формировать позитивное отношение к другим людям	Ролевая игра Беседа Проигрывание ситуации Метод группового обсуждения Психогимнастика Арт-терапия	1. Упражнение «Рукопожатие по кругу» 2. Упражнение «Похвали себя и других» 3. Упражнение «Превращения» 4. Упражнение «Такие разные эмоций» - знакомство с переживаемыми эмоциями, их изображение. 5. Рисование «Мое настроение» 6. Упражнение «Аплодисменты по кругу».

Занятие 4 «Наши страхи»	Преодоление негативных переживаний. Развитие коммуникативных способностей, умение понимать себя и окружающих	Игра Беседа Метод группового обсуждения Арт-терапия	1. Упражнение «Комплимент» 2. Игра «Доброе животное» 3. Беседа «Рыцарь» 4. Рисование «Страшный страх» 5. Рефлексия
Занятие 5 «Моя семья»	Развитие компонента самосознания, через формирование чувства принадлежности к своей семье. Воспитывать любовь и уважение к своей семье	Ролевая игра Беседа Проигрывание ситуации Сказка терапия Психогимнастика	1. Упражнение «Рукопожатие по кругу» 2. Упражнение «В теплом месте» 3. Беседа «Наши предки» 4. Сказка «Два брата», обсуждение 5. Игра «Звериные чувства» 6. Упражнение «Семейный праздник»
Занятие 6 «Волшебный лес»	Обучение детей различать и понимать характер эмоционального состояния людей; снижение уровня тревожности; обучение передаче своего эмоционального	Ролевая игра Игра-инсценировка Беседа Проигрывание ситуации Метод группового обсуждения Психогимнастика Арт-терапия	1. Упражнение «Рукопожатие по кругу» 2. Упражнение «Волшебный клубочек» 3. Игра-инсценировка «Зайчики и волк» 4. Игра «Попугай» 5. Игра «Закончи предложение»

	состояния с помощью мимики и жестов; повышение самооценки ребенка.		6. Игра «Баба-Яга» 7. Рисование «Добрая Баба-Яга» 8. Упражнение «Аплодисменты по кругу».
Занятие 7 «Волшебники»	Повышение активности детей; снижение уровня тревожности; повышение самооценки ребенка.	Ролевая игра Беседа Проигрывание ситуации Метод группового обсуждения психогимнастика Арт-терапия	1. Упражнение «Пожелания» 2. Упражнение «Сюрприз» 3. Игра «Паровозик с именем» 4. Игра «Кенгуру» 5. Рисование «Мой любимый сказочный герой» 6. Упражнение «Аплодисменты по кругу».
Занятие 8 «Солнце в ладошке»	Развивать навыки борьбы со стрессовыми ситуациями возникающих у детей.	Ролевая игра Беседа Проигрывание ситуации Дыхательная гимнастика Метод группового обсуждения Психогимнастика	Упражнение «Приветствие» 2. Обучающая игра «Видю говорю» 3. Упражнение «У страха глаза велики» 4. Ролевая игра «Зайка трусишка» 5. Упражнение «Шарик» Работа со стихотворением «Я один остался дома»

			Подведение итогов работы Ритуал прощания.
Занятие 1 «Поприветствуем друг друга»	знакомство участников друг с другом, повышение позитивного настроения и сплочения родителей. Актуализация чувства объединения во взаимоотношения родителей и детей	Тренинг группового обсуждения Беседа Рефлексия	1. Упражнение «Будем знакомиться» 2. Упражнение «Ассоциации» 3. Упражнение «Цветок» 4. Беседа «Чего хотят дети» 5. Рефлексия
Занятие 2 «В мире детства»	Ознакомление родителей с возрастными особенностями развития детей старшего дошкольного возраста.	Тренинг с элементами обучения Сказкотерапия Психогимнастика Метод группового обсуждения Рефлексия	1. Упражнение «Рукопожатие по кругу» 2. Ролевая игра «Детские шалости» 3. Сказка «Мама плохого сына» 4. Упражнение «Понимаю–говорю» 5. Рефлексия
Занятие 3 «Портрет»	Повышение эмоциональной близости с ребенком, принятие его таким какой он есть	Беседа Арт–терапия Проигрывание ситуации Рефлексия	1. Упражнение «Фотография» 2. Упражнение «Берег надежды» 3. Рисование «Какими вырастут наши дети» 4. Рефлексия

Занятие 4 «Радуга»	Развитие навыка эмпатии и умение распознавать эмоциональный мир ребенка	Тренинг Групповая игра Метод группового обсуждения Рефлексия	1. Упражнение «Подари улыбку» 2. Упражнение «Пирог воспитания» 3. Упражнение «Сложи пазл» Рефлексия
Занятие 5 «В огромном мире»	Повышение компетентности родителей в коммуникациях с ребенком	Проигрывание ситуаций Метод группового обсуждения Рефлексия	1. Упражнение «Я - сообщения» 2. Упражнение «Волшебная шкатулка советов» 3. Рефлексия «Берег реализованных планов»
Занятие 6 «Семейные традиции»	Укрепление семейных традиций способствование повышению дружеских и доверительных отношений с ребенком	Ролевая игра Проигрывание ситуаций Релаксация	1. Упражнение «Подари улыбку» 2. Игра «семейный праздник» 3. Релаксация «Разговор с собой»
Занятие 7 «Живой дом»	Повышение дружеских семейных отношений между членами семьи	Ролевая игра Беседа Рефлексия	1. Упражнение «Кувшин чувств» 2. Упражнение «Взрослые и дети» 3. Игра «Живой уголок» Рефлексия
Занятие 8 «Прежде всего мы родители»	Повышение родительской компетенции в воспитании, осознание	Тренинг группового обсуждения Дыхательная гимнастика Психогимнастика	1. Упражнение «Пожелания» 2. Упражнение «Морской воздух» 3. Упражнение «Счастье»

	значимости и разумности меры родительской заботы	Рефлексия по итогам проведенных занятий	внутри нас» 4. Упражнение «Аплодисменты» 5. Рефлексия
--	---	---	--

Таким образом, нами были определены цели и задачи для проведения коррекционно-развивающей работы, направленной на снижение уровня тревожности и страхов у детей старшего дошкольного возраста с разным типом привязанности к матери; установлен режим занятий, а также определены методы, формы и система работы.

### **Психолого– педагогические рекомендации для родителей**

1. Создавать «ситуацию успеха» – ситуации, когда ребенок сможет справиться с заданием, обязательно отметить, что именно было выполнено хорошо, а над чем еще поработать;
2. Применять упреждающий прием, заранее проговаривать, что будет и как нужно правильно себя вести в той или иной ситуации;
3. В течении дня обязательно снижать психоэмоциональное состояние через рисование, активную активность (поиграли- порисовали- посмотрели мультфильм- поиграли- почитали); прогулки в парке, за городом; эмоциональные игры («куча- мала»), телесные игры и игры с колючим мячом;
4. Научайте ребенка «говорить с вами по душам»: обнялись, поделились своими секретами (просите проговорить сначала хорошие события, потом- какие неприятности произошли), но не забывают- разговор должен быть на равных. И еще: Вы не только должны будите поделиться своими чувствами, событиями, но и, выслушав ребенка и опираясь на свой житейский опыт, подсказать, как ему справиться со своими неприятностями.

### **3.3. Анализ эффективности реализации психологической программы, коррекции тревожности и страхов детей старшего дошкольного возраста с равным типом привязанности к матери**

Завершающий этап исследования – контрольный эксперимент, проводился после реализованной нами коррекционно-развивающей программы, направленной на коррекцию тревожности детей младшего школьного возраста с разным типом привязанности к матери. Для проверки эффективности коррекционно-развивающей работы с детьми экспериментальной группы, нами было проведено вторичное психодиагностическое исследование.

На этапе контрольного эксперимента нами использовались те же методики, которые применялись на первом этапе работы, а именно:

1. Методика «Незаконченные предложения» Д.Сакса и С.Леви (модифицированный вариант) (1999)
2. Проективная методика для диагностики тревожности «Выбери нужное лицо» Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен.
3. Методика диагностики детских страхов А.И. Захарова (2000)

Полученные результаты были проанализированы и сравнены.

Полученные результаты были проанализированы и сравнены с результатами, полученными до проведения развивающей работы.

Сравнительные результаты изучения тревожности у детей старшего дошкольного возраста до и после формирующего эксперимента у дошкольников с разным типом привязанности к матери отражены в таблице 10, по методики «Незаконченные предложения» Д.Сакса и С.Леви (модифицированный вариант) (1999).

На эффективность проводимых занятий указывает уменьшение числа детей в экспериментальной группе с высоким показателем тревожности,

полученными на материале методики «Незаконченные предложения» Д.Сакса и С.Леви (модифицированный вариант) (1999).

Анализ результатов контрольного эксперимента, позволяет нам утверждать, что снизилось число высоко тревожных детей по всем показателям, снизилась тревожность по отношению к отцу (уменьшение с 65% до 40), к матери (с 93% до 30%), отношение к сверстникам (с 73% до 31%), отношение к детскому саду (с 67% до 26%).

Результат проведенного формирующего эксперимента по методике «Незаконченные предложения» Д.Сакса и С.Леви представлен в таблице 10.

**Таблица 10. Сравнительны результаты изучения эмоционального отношения к членам семьи по методике «Незаконченные предложения» Д.Сакса и С.Леви (модифицированный вариант) (1999)**

Ситуации, вызывающие тревогу	Испытуемые							
	Констатирующий эксперимент				Формирующий эксперимент			
	ЭГ (n = 15)		КГ (n = 15)		ЭГ (n = 15)		КГ (n = 15)	
	Абс.	%	Абс.	%	Абс.	%	Абс.	%
Отношение к отцу	8	26	19	65	6	20	12	40
Отношение к матери	1	3	22	73	3	10	9	30
Отношение к семье	10	16	31	52	12	20	28	46
Отношение к себе	1	3	10	33	4	13	6	20
Отношение к сверстникам	9	20	32	73	9	20	14	31

Отношение к детскому саду	7	15	41	67	5	8	16	26
Отношение к мечтам	2	4	22	46	3	6	11	24
Отношение к болезни	14	93	14	94	12	80	12	80
Отношение к страхам и опасениям	28	62	37	83	24	53	19	42

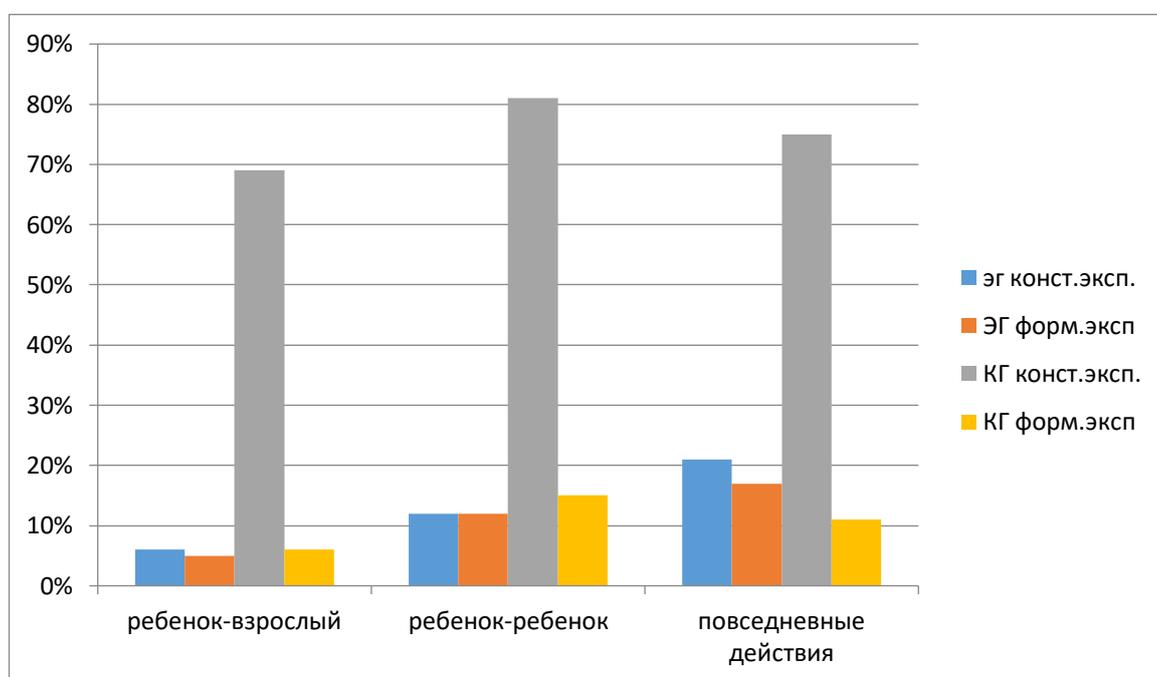
В контрольной группе выявлены незначительные изменения, занятия не проводились, и степень выражения вербальных и невербальных признаков тревожности в этой группе осталась на том же уровне.

**Таблица 11. Сравнительны результаты изучения тревожности «Выбери нужное лицо» Р. Тэммл, М. Дорки, В. А. Амен (1998)**

Ситуации, вызывающие тревогу	Испытуемые							
	Констатирующий эксперимент				Формирующий эксперимент			
	ЭГ (n = 15)		КГ (n = 15)		ЭГ (n = 15)		КГ (n = 15)	
	Абс.	%	Абс.	%	Абс.	%	Абс.	%
Ребенок–взрослый	4	6	39	69	3	5	4	6
Ребенок–ребенок	9	12	57	81	9	12	11	15
Повседневные действия	16	21	53	75	12	17	8	11

По результату проведенного формирующего эксперимента, к контрольной группе, которую составили дети с дисгармоничным ненадежным типом привязанности снизилось проявление тревожности в ситуации «ребенок–ребенок» с 69% до 9% , «ребенок–взрослый» с 81% до 15%, повседневный действия с 75% до 11 %.

В экспериментальной группе коррекционная деятельность не осуществлялась, показатели имеют незначительные изменения. признаков снижения или повышения тревожности не отмечается.



**Рисунок 6. Гистограмма 6. Результаты изучения уровня проявления тревожности по методике Тест тревожности Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен. После проведения формирующего эксперимента.**

Исходя из графических данных, изображенных на гистограмме 6, следует отметить положительную динамику снижения тревожности у детей

старшего дошкольного возраста, что доказывает эффективность разработанной нами программы.

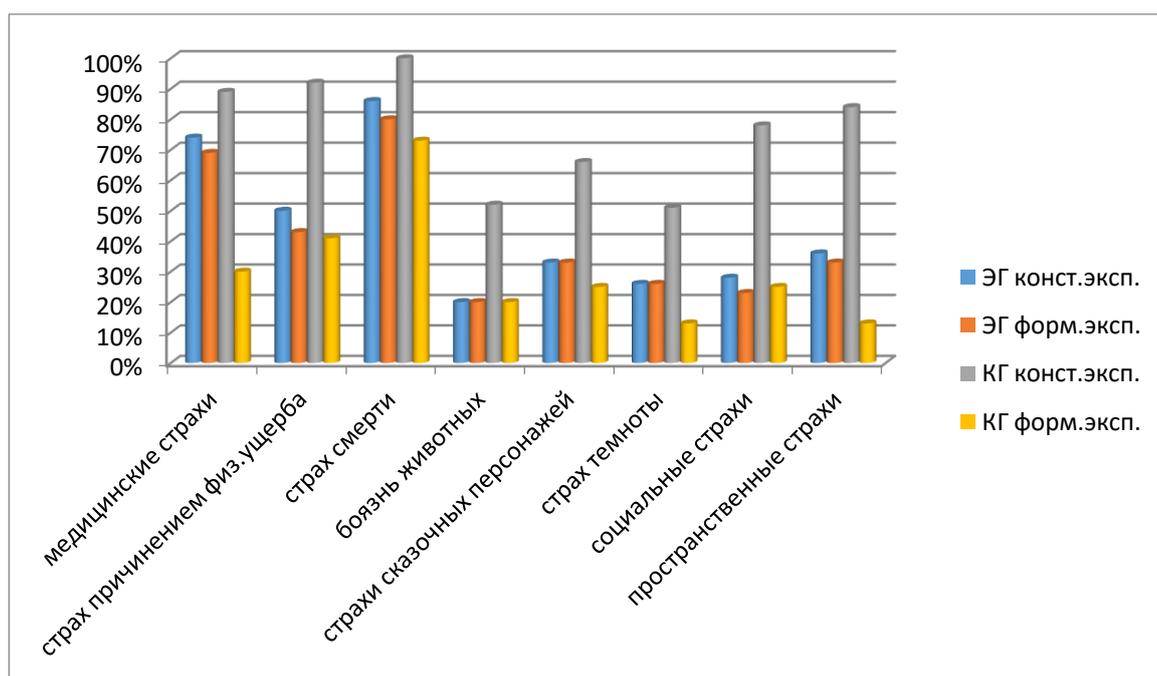
**Таблица 12. Сравнительны результаты изучения детских страхов по методике А.И. Захаровой.**

Виды страхов	Испытуемые							
	Констатирующий эксперимент				Формирующий эксперимент			
	ЭГ (n = 15)		КГ (n = 15)		ЭГ (n = 15)		КГ (n = 15)	
	<u>Абс.</u>	%	<u>Абс.</u>	%	<u>Абс.</u>	%	<u>Абс.</u>	%
Медицинские страхи	56	74	62	89	52	69	27	30
Страхи, с причинением физ. ущерба	45	50	77	92	39	43	37	41
Страх смерти	13	86	15	100	12	80	11	73
Боязнь животных	3	20	8	52	3	20	3	20
Страхи сказочных персонажей	5	33	10	66	5	33	4	25
Страх темноты	4	26	8	51	4	26	2	13
Соц. опосредованные страхи	17	28	44	78	14	23	15	25
Пространственные страхи	11	36	24	84	10	33	4	13

После проведения формирующего эксперимента, результаты экспериментальной группы изменились незначительно, так как

коррекционная деятельность с ними не проводилась. В контрольной группе по результатам констатирующего эксперимента были высокие показатели проявления страхов, не являющихся их возрастной особенностью. После проведённой нами коррекционной деятельности подверженность дошкольников страхам не являющихся возрастной особенностью снизились до средних и низких значений, что таким образом доказывает эффективность проведённых мероприятий.

Так страхи с причинением физического ущерба снизились с 92% до 41%, страх перед животными снизился с 52% до 20%, боязнь сказочных персонажей снизилась с 66% до 25%, страх темноты уменьшился с 51% до 13%, социально-опосредованные страхи снизились с 78% до 25%, пространственные страхи снились с 84% до 13%.



**Рисунок 7.** Гистограмма 7. Результаты изучения особенностей проявления страхов у детей старшего дошкольного возраста по методике выявления страхов А.И. Захарова (1999)

Результатов повторной диагностики страхов по методике А.И. Захарова и М., подтверждает эффективность проведения коррекционно-развивающей программы, направленной на снижение уровня страхов детей старшего дошкольного возраста.

Анализ полученных результатов исследования позволяет говорить о необходимости реализации своевременной целенаправленной психокоррекционной работы в целях снижения уровня тревожности у учащихся младшего школьного возраста с задержкой психического развития. Адекватный уровень тревожности в этом возрасте способствует развитию здоровой «Я-концепции» учащихся, а также улучшает коммуникативные навыки, что способствует эффективному межличностному общению и повышает общий познавательный интерес.

### **Выводы по третьей главе:**

1. В третьей главе диссертационного исследования нами была разработана психологическая программа по коррекции тревожности и страхов детей старшего дошкольного возраста, которая проводилась по средствам специально организованных занятий. С целью снижения уровня тревожности и страхов, нами были сформулированы ряд упражнений и заданий, направленных на проведение коррекционных мероприятий с дошкольниками и их родителями.

2. По завершении формирующего эксперимента был проведен контрольный эксперимент, в процессе которого были использованы следующие методики:

1. Методика «Незаконченные предложения» Д.Сакса и С.Леви (модифицированный вариант) (1999)
2. Проективная методика для диагностики тревожности «Выбери нужное лицо» Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен. (1998)

### 3. Методика диагностики детских страхов А.И. Захарова (1999)

3. Эффективность реализации коррекционно-развивающей программы для учащихся старшего дошкольного возраста с разным типом привязанности к матери просматривается через анализ повторной диагностики с помощью вышеуказанных методик.

4. Анализ результатов контрольного эксперимента, по методике «Незаконченные предложения» Д.Сакса С.Леви (1999) позволяет нам утверждать, что снизилось число высоко тревожных детей по всем показателям, снизилась тревожность по отношению к отцу (уменьшение с 65% до 40%), к матери (с 93% до 30%), отношению к сверстникам (с 73% до 31%), отношению к детскому саду (с 67% до 26%).

5. По результату проведенного формирующего эксперимента, по методике «Выбери нужное лицо» Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен. (1998) к контрольной группе, которую составили дети с дисгармоничным ненадежным типом привязанности снизилось проявление тревожности в ситуации ребенок–ребенок с 69% до 9% , ребенок–взрослый с 81% до 15%, повседневный действия с 75% до 11 %. В экспериментальной группе коррекционная деятельность не осуществлялась, показатели имеют незначительные изменения. признаков снижения или повышения тревожности не отмечается.

6. Проведение повторной диагностики по методике диагностики страхов А.И.Захарова (1999). После проведения формирующего эксперимента, результаты экспериментальной группы изменились незначительно, так как коррекционная деятельность с ними не проводилась. В контрольной группе по результатам констатирующего эксперимента были высокие показатели проявления страхов, не являющихся их возрастной особенностью. После проведенной нами коррекционной деятельности подверженность дошкольников страхам не являющихся возрастной особенностью снизились до средних и низких значений, что таким образом

доказывает эффективность проведённых мероприятий. Так страхи с причинением физического ущерба снизились с 92% до 41%, страх перед животными снизился с 52% до 20%, боязнь сказочных персонажей снизилась с 66% до 25%, страх темноты уменьшился с 51% до 13%, социально-опосредованные страхи снизились с 78% до 25%, пространственные страхи снились с 84% до 13%.

7. Таким образом, проанализировав результаты формирующего эксперимента, необходимо отметить положительную тенденцию по снижению тревожности и страхов у детей дошкольного возраста с разным типом привязанности к матери. Отмечена эффективность разработанной нами психологической программы.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В соответствии с выдвинутой гипотезой и поставленной целью нами было проведено эмпирическое изучение особенностей тревожности учащихся старшего дошкольного возраста с разным типом привязанности к матери. Результаты, полученные нами в процессе констатирующего этапа исследования, легли в основу разработки психологической программы по коррекции имеющихся недостатков у изучаемого контингента школьников.

1. На основе анализа современных психологических представлений обосновано теоретическое положение о необходимости разработки и последующей реализации психологической программы по коррекции тревожности и страхов детей старшего дошкольного возраста с дисгармоничным типом привязанности к матери. Проанализировав научные теоретические подходы изучения тревожности и страхов в дошкольном возрасте, особенности проявления и формирование привязанности ребенка к матери в отечественной и зарубежной литературе. Определены особенности проявления тревожности и страхов в дошкольном возрасте. Проанализированы теории привязанности ребенка к матери и роль привязанности в формировании личности ребенка.

2. Изучены показатели тревожности у детей старшего дошкольного возраста с разным типом привязанности к матери с помощью методик:

1. Проективная методика Д. Кайзер «Рисунок птичьего гнезда» (2004)
2. Проективная методика «Рисуночный рассказ» Н.Каплан (2001)
3. Методика «Незаконченные предложения» Д.Сакса и С.Леви (Модифицированный вариант) (1999)
4. Проективная методика для диагностики тревожности «Выбери нужное лицо» Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен. (1998)
5. Методика диагностики детских страхов А.И. Захарова

– Для определения типов привязанности детей старшего дошкольного возраста Кайзер «Рисунок птичьего гнезда» (2004) и «Рисуночный рассказ» Н.Каплан (2001) были выявлены следующие типы привязанности: надежный тип привязанности к матери у детей старшего дошкольного возраста сформирован у 15(50%) детей, тревожно–избегающий тип выявлен у 14 дошкольников. Стоит обратить внимание, что с амбивалентным выявлен всего 1 ребенок (7%), дезорганизованным типом привязанности выявлены не были.

– При анализе проявления тревожности у детей старшего дошкольного возраста по методике «Незаконченные предложения» Д.Сакса и С.Леви (1999) были выявлены особенности преобладающей тревожности у детей с надежным типом привязанности к матери пределах возрастной нормы. Особенности проявления тревожности у детей с тревожно-избегающим типом привязанности к матери: в отношении к отцу 64% – средний уровень, к матери 71% – высокий уровень, к семье 51% – средний уровень, к себе 32% – средний уровень, к сверстникам 71% – высокий уровень, к детскому саду 66% – средний уровень, к мечтам 45% - средний уровень, отношение к болезни 92% – высокий уровень, к страхам и опасениям 80 % – высокий уровень.

–Проанализировав количественные и качественные данные, полученные во время проведения методики для диагностики тревожности Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен. (1998), мы выявили, дети с надежным типом привязанности к матери показали низкий уровень проявления тревожности к таким ситуациям как «Ребенок – ребенок» 12 % , «Ребенок – взрослый» 6%, «Повседневные действия» 21 %. Высокий уровень тревожности к ситуациям «Ребенок – ребенок», «Ребенок – взрослый», «Повседневные действия» были выявлены у детей с тревожно– избегающим и амбивалентным типом привязанности к матери. Негативные ответы детей, были связаны с одиночеством, игнорирование, разлукой с мамой и взаимодействием с

детьми. Все эти показатели в совокупности интерпретируются как высокий уровень тревоги у детей старшего дошкольного возраста.

– При анализе полученных данных, по методике детских страхов А.И. Захарова, мы установили, Исходя из результатов проведенной диагностики направленной на выявление особенностей проявления детских было установлено, что в у детей обладающих безопасным типом привязанности к матери высокий показатель страхов по типу – медицинские страхи и страх смерти является возрастной особенностью, не требующей корректировки.

У детей с тревожно – избегающим типом привязанности высокое преобладание таких страхов, не являющиеся возрастной нормой, как: «страхи с причинением физического ущерба» – 90%, «страх сказочных персонажей» – 64%, «социально – опосредованные страхи» – 76%, «пространственные страхи» – 82%. У дошкольников с амбивалентным типом привязанности к матери высокий уровень страхов, не являющихся возрастной нормой страхи с причинением физического ущерба» – 83%, «страх темноты» – 100 %, «социально – опосредованные страхи» – 100%, «пространственные страхи» – 100%.

3. На основе полученных результатов констатирующего эксперимента нами был организован и проведен формирующий эксперимент, направленный на снижение тревожности и страхов у детей старшего дошкольного возраста с дисгармоничным типом привязанности к матери. В процессе формирующего эксперимента мы обозначили следующие направления коррекционно-развивающей работы:

1. Снизить уровень тревожности.
2. Актуализировать чувство страха и поговорить о нем.
3. Осуществить контроль над объектом страха.
4. Улучшить взаимоотношения ребенка с мамой.

4. Эффективность внедрения и реализации коррекционно-развивающих мероприятий, направленных коррекцию особенностей тревожности и страхов

детей старшего дошкольного возраста с дисгармоничным типом привязанности к матери, показали результаты психодиагностического обследования в динамике. Сравнительный анализ результатов исследования по всем диагностическим методикам, показал значительное снижение уровня их выраженности у представителей экспериментальной группы. Методика диагностики страхов А.И. Захарова, «Незаконченные предложения» Д.Сакса и С.Леви, «Выбери нужное лицо» Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен. (1998) также подтверждает снижение тревожности и количества страхов, вызывающих беспокойство в экспериментальной группе учащихся.

4. Выдвинутая в начале реализации нашего исследования гипотеза о том, что у детей, обладающих тревожно-избегающим, амбивалентным и дисгармоничным типом привязанности, высокая тревожность по отношению к себе и окружающим, подвержена страхам, связанными с социальными взаимодействиями, необоснованными страхами «сказочных персонажей», пространственный страх, страх одиночества и изоляции. Разработанная нами психологическая программа позволит снизить тревожность и страхи детей дошкольного возраста с разным типом привязанности к матери нашла своё подтверждение. Цель обосновать, разработать и экспериментально проверить эффективность психологической программы, направленной на снижение тревожности и страхов детей старшего дошкольного возраста, с разным типом привязанности к матери реализована. Поставленные задачи достигнуты.

**БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК**

1. Аверина, В.А. Психология личности, учебное пособие [Текст]: /Аверина В.А.- СПб.: 2009. – 89 с.
2. Авдеева, Н.Н. Теория привязанности: современные исследования и перспективы [Текст] / Авдеева Н.Н. // Современная зарубежная психология. - 2017. - № 2. - С. 7-14.
3. Авдеева, Н.Н. Привязанность ребенка к матери и образ себя в раннем детстве [Текст] / Авдеева Н.Н. // Психологическая наука и образование - 2006. - №2. - С. 82-92.
4. Ананьев, Б.Г. К постановке проблемы развития детского самосознания . Избр. психол. Труды [Текст] / Б. Г. Ананьев. - М. : 2009. – 119 с.
5. Андерсон, С.В. Изучение страхов и тревожности у детей старшего дошкольного возраста [Текст] / Андерсон С. В. // Молодой ученый- 2016. - № 5.- С. 6.
6. Анисимова, Т. П. Причины нарушений материнско-младенческой привязанности. [Текст]: Т. И. Анисимова // Сборник научных работ по материалам международной конференции - СПб.: 2009.- С. 76-78.
7. Андреева, Т.В. Психология современной семьи [Текст]: Андреева Т.В. // Монография - СПб.: Речь, 2005. - 436 с.
8. Асанова, Н.К. Интервью для взрослых о привязанностях. [Текст]: методическое пособие / Н. К. Асанова - М.: Институт детской психотерапии и психоанализа: 1997.-87 с.
9. Божович, Л.И. Этапы формирования личности в онтогенезе [Текст]: Вопросы психологии / Л.И. Божович. – М.: 2009. - №2. - 56 с.
10. Большой психологический словарь [Текст] - М.: Прайм - Еврознак.- 2009. - 816с

11. Большой психологический словарь [Текст] / под ред. Мещерякова Б. Г., Зинченко В. П. - 2009 - 672 с.
12. Боулби, Д. Привязанность [Текст]: / Боулби Д. // пер. с англ.- М.: Гардарики. – 2003.- 477с.
13. Боулби, Д. Создание и разрушение эмоциональных связей [Текст]: / Боулби Д. // пер. с англ. В. В. Старовойтова 2-е изд. – М.: Академический проект. – 2006. - 323с.
14. Василенко, М.А. Влияние типа привязанности в диаде «мать-ребенок» на уровень психического развития детей 2-3 лет [Текст] : Аспирантские тетради. № 121. / Василенко М.А. // Известия Российского государственного университета имени А.И. Герцена. – СПб.- 2010 - С. 38 - 43.
15. Василенко, М.А. Привязанность ребенка к матери как фактор ранней социализации [Текст]: Аспирантские тетради. № 129. / Василенко М.А. // Известия Российского государственного университета имени А.И. Герцена. - СПб.- 2011. - С 34 - 47.
16. Василенко, М.А. Влияние типа привязанности в диаде «мать-ребенок» на уровень психического развития детей младшего дошкольного возраста [Текст]: Клинико – психологические проблемы современного общества / Василенко М.А., И.А. Симоненко.- 2009. - С. 195 - 205.
17. Василенко, М.А. Особенности развития личности детей дошкольного и младшего школьного возраста с различными типами привязанности [Текст]: Сборник материалов Всероссийской научно – практической интернет конференции (25 декабря 2010) / Василенко М.А.- 2010. – С. 158 – 161.
18. Василенко, М.А. Влияние индивидуально – личностных особенностей матери на формирование привязанности у детей 2 – 3 лет [Текст]: Материалы научно - практической конференции (30 января 2011г.) /

Василенко М.А. // Личность, семья, общество: вопросы современной психологии. – Новосибирск: Изд. «ЭНСКЕ».: - 2011. - С. 147 - 152.

19. Василенко, М.А. Особенности развития личности детей дошкольного возраста с различными типами привязанности к матери [Текст]: Всероссийской заочной научно-практической конференции с международным участием. (28 февраля 2011 г.) / Василенко М.А. // Современная педагога и психология: проблемы и тенденции развития: материалы. – Чебоксары: Учебно-методический центр.: - 2011. – С. 40 – 45.

20. Василенко, М.А. Адаптация к новым социальным средам у детей с различными типами привязанности к матери [Текст]: материалы международной научно-практической конференции, 21 – 22 апреля 2011г./ Василенко М.А. // Психолого-социальная работа в современном обществе: проблемы и решения. - СПб.: - 2011. - С. 43 - 47.

21. Выготский, Л.С. Психология развития ребенка. [Текст]: /Выготский Л. С. М.: Эксмо. - 2005.- 512 с.

22. Выготский, Л.С. Вопросы детской психологии. [Текст]: / Выготский Л. С. М.: Эксмо. - 2007. - 134 с.

23. Волков, Б.С. Психология общения в детском возрасте [Текст]: / Волков Б.С. - М.: Говорящая книга. - 2016. - 418 с

24. Галигузова, Л.Н. Психологический анализ феномена застенчивости [Текст]: / Галигузова Л.Н.// Вопросы психологии. - 2010. - №5. - С. 14 - 16.

25. Гаспарова, Е. Застенчивый ребёнок [Текст]: Дошкольное воспитание / Гаспарова Е. - Издательство « Просвещение». - 2011. -№ 3. -С. 11-12.

26. Денисова Н.Д. - Диагностика эмоционально-личностного развития дошкольников Анкеты, опросники. Тесты, методики. Карты наблюдения. ФГОС ДО. - Москва: ИЛ, 2016. - 193–298 с.

27. Дружинин, В.Н. Психология семьи [Текст]:/ Дружинин, В.Н. – Пб.: Питер.- 2006. - 176с.
28. Захаров, А.И. Дневные и ночные страхи у детей. [Текст]: / Захаров А.И. – СПб.: Речь.- 2005. - 320 с.
29. Захаров, А.И. Дневные и ночные страхи у детей [Текст]: Серия «Психология ребенка» / Захаров А. И. - СПб.: «Издательство СОЮЗ».-2000.- 448 с.
30. Заширинская О.В. Психология детей с задержкой психического развития: Учебное пособие: Хрестоматия. — СПб., 2007. — 168 с.
31. Зейгарник, Б.В. Общая психопатология. [Текст]: / Зейгарник Б.В. – М.: Воронеж: МСПИ, НПО "МОДЭК".- 1999. - 111 с.
32. Иванова, Н.Ф. Преодоление тревожности и страхов у детей 5-7 лет: диагностика, занятия, рекомендации[Текст]: / Иванова Н.Ф. -2009. - 191 с.
33. Катygин Ю.А. Связь тревожности как свойства личности с некоторыми психофизиологическими характеристиками // Психофизиология: сб. науч. тр. ЛПИ им. Герцена. / ред. Ю.А. Катygин, В.П. Умнов, А.А. Чунаев. – Л., 1979. – 196с., с.23-28.
34. Кленкина, В.Ю. Застенчивость, как проблема детского возраста[Текст]: / Кленкина . В.Ю., Халявина .О.В. - 2012. - 214 с.
35. Ковпак, Д.В. Страхи, тревоги, фобии. Как от них избавиться? [Текст]: / Ковпак Д. В. - СПб.: Наука и техника. - 2012. - 288 с.
36. Кочубей Б., Новикова Е. Ярлыки для тревоги //Семья и школа.- 1988.-№9.- С. 27-29.
37. Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей. Ярославль: Академия развития, 1996.- С. 208.
38. Кошелева, А.Д. Эмоциональное развитие дошкольников [Текст]: Учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений/ Кошелева, А.Д.-М.: - 2015. - 294 с.

39. Куртышева, М.А. Как сохранить психологическое здоровье детей [Текст]: / Куртышева М.А.. - СПб. : Питер. - 2005. - 252 с.
40. Лисина, М.И. Формирование личности ребенка в общении [Текст]: / Лисина М.И. - Издат.: Питер. - 2009. - 320 с.
41. Лисина, М.И. Общение, личность и психика ребенка [Текст]: / Лисина М.И. - М.: МПСИ. - 2011. - 384 с.
42. Липунова, О.В. Эмоции, поведение и личность как психологическая проблема [Текст]: Современные проблемы науки и образования / Липунова О.В.-2014.-№ 6.;URL: <http://science-education.ru/ru/article/view?id=15507> (дата обращения: 23.05.2019)
43. Маврина, И.В. Развитие взаимодействия младших дошкольников со сверстниками в условиях образовательного процесса [Текст]: Психологическая наука и образование / Маврина И.В.- 2005.- № 2.
44. Малер, М. Психологическое рождение человеческого младенца. Симбиоз и индивидуация [Текст]: / Малер М.С., Пайн Ф., Бергман А. – М.: Когито-Центр.- 2011. - 413с
45. Махмутова, Р.К. Материнство как психологический феномен [Текст]: / Махмутова Р.К. // Вестник Удмуртского университета. – 2007. - №9.- С.159-166.
46. Михеева, Ю.В. Страх как психологическое состояние [Текст] / Ю.В. Михеева // Научное мнение: научный журнал. - 2011. - № 4.
47. Мухина, В. С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество [Текст]: / Мухина В. С. - М.: - 2002. - 456с.
48. Мухина, В.С. Возрастная психология [Текст]: Учебник для студентов / Мухина В.С. - М: Академия.-2010. - 456 с.
49. Мэй Р. Краткое изложение и синтез теорий тревожности // Тревога и тревожность / Сост. и общ. ред. Астапов В.М. - СПб.: Питер, 2001. - С.215-224.

50. Обухова, Л. Возрастная психология [Текст]: учебник / Обухова Л. — М.: Юрайт.- 2014.
51. Осипова А.А. Общая психокоррекция. Учебное пособие. - М.: Сфера, 2002. – 510 с.
52. Тараканов, А.В. О важности психологии и психологической помощи в нашей жизни [Текст]: / Тараканов А. В., Мазуренко Я. А., Асанова Н. В., Осинцева А. А.- 2016. - С. 19-21.
53. Педагогика, педагогические теории, системы, технологии [Электронный ресурс]. – URL: <http://www.pedlib.ru>
54. Петровский, А.В. Общая психология [Текст]: Учебник для студентов педагогических институтов / Петровский А.В., Брушлинский А.В., Зинченко В.П.: под редакцией А. В. Петровского.- М.: Просвещение.- 2010. - 464 с.
55. Прихожан, А.М. Психология тревожности: дошкольный и школьный возраст [Текст]: / Прихожан А.М.- 2 - е изд. - СПб.: Питер.-2007. - 192 с.
56. Прихожан, А.М. Психологическая природа и возрастная динамика тревожности[Текст]: / Прихожан А.М. – Воронеж: Изд-во ИПО «МОДЭК».- 2009. – 119 с.
57. Прихожан, А. М. Психология тревожности. Дошкольный и школьный возраст [Текст]: / Прихожан А.М. - М.: Питер.- 2013. - 192 с.
58. Психология. Словарь/Под ред. А.В.Петровского, М.Г.Ярошевского. – М.: Академия, 1990. – 178 с.
59. Рогов Е. И. Настольная книга практического психолога в образовании: Учебное пособие / Е. И. Рогов. – М.: Просвещение, 1996. – 435с.
60. Неймана, Ю.Л [Текст]: / Неймана Ю. Л. // Психологический словарь под редакцией. - Ростов - на-Дону: Феникс.- 2003.- 640с

61. Смирнова, Е.О. Особенности общения с дошкольниками [Текст]: Учебное пособие / Смирнова Е.О. М.: - 2000. - С. 165.
62. Собчик Л. Н. Введение в психологию индивидуальности. – М.: ИПП, 1997г. – 469с.
63. Смирнова, Е.О. Развитие теории привязанности (по материалам работ П. Криттенден) [Текст]: / Смирнова Е.О., Радева Р. // Вопросы психологии - 1999. - № 1. - С. 105-117.
64. Владимирский, М.Г. Тревога и беспокойство, их место в феноменологии [Текст]: Научно-практический электронный журнал Аллея Науки/ Владимирский М.Г. -№8. -2017.
65. Урунтаева, Г.А. Психология дошкольного возраста[Текст]: учебник / Урунтаева Г. А. — М.: Академия.- 2014
66. Фрейд, З. Страх [Текст]: / Фрейд З. - М.: Книжн. Изд-во "Современные проблемы".- 1927.
67. Шайхлисламова А.Ф. Программа групповой психологической коррекции тревожности младших школьников средствами игротерапии. Уфа.: МГГУ, 2013. – 19с.
68. Шапарь, В.Б. Новейший психологический словарь[Текст]: / Шапарь В.Б., Россоха В.Е., Шапарь О.В. – Издание 4-е. – Ростов-на-Дону : Феникс.- 2009. – 806 с.
69. Хеллэм, Р. Консультирование по проблемам тревожности[Текст]: / Хеллэм Р. - М.: -2016.- 191 с.
70. Шэффер, Д. Дети и подростки [Текст]: Психология развития/ Шэффер Д. Питер.-2003.
71. Эйнсворт, М. Д. Детско-материнская привязанность [Текст]: / Эйнсворт М. Д. - М. : - 2011. - 300 с.
72. Sroufe L.A., Fox N., Pancake V. Child Dev 1981; 52: 857–865.
73. Manassis K., Bradley S.J. The development of childhood anxiety disorders: towards an integrated model. J Applied Dev Psychol 1994; 15: 345–366.

## ПРИЛОЖЕНИЕ

### Приложение А

#### Методика «Незаконченные предложения» Д.Сакса и С.Леви

Бланк ответов:

1. Я думаю, что людей больше...
2. Ребенок в семье...
3. Мы любим маму, а...
4. Бываем среди детей, но...
5. Мой брат (сестра)...
6. Я достаточно ловкий, чтобы...
7. Отцы иногда...
8. Дети, с которыми я играю...
9. Чтобы наш папа...
10. Мои близкие думают обо мне, что я...
11. Если мой брат (сестра)...
12. Мои друзья меня часто...
13. Я хочу, чтобы у меня не было...
14. Больной ребенок...
15. Я думал, что мама чаще всего...
16. Если бы не было школы...
17. Я весь трясусь, когда...
18. Когда думаю о школе, то...
19. Если бы все ребята знали, как я боюсь.
20. Был бы очень счастлив, если бы я...
21. Я самый слабый...

Для интерпретации отдельных предложений они сгруппированы по следующим категориям:

- а) отношение к матери — 3,15;
- б) отношение к отцу — 7, 9;
- в) отношение к братьям, сестрам — 5, 11;
- г) отношение к семье — 2, 10;
- д) отношение к ровесникам — 4, 8, 12;
- е) отношение к учителям и школе — 16, 18, 23;
- ж) отношение к людям в целом — 1;
- з) отношение к собственным способностям — 6, 21;
- и) негативные переживания, страхи — 13, 17, 19;
- к) отношение к болезни — 14; ^
- л) мечты и планы на будущее — 20, 22, 24.

## Приложение Б

Выбор ребенком соответствующего лица и словесные высказывания ребенка фиксируются в специальном протоколе:

Рисунок	Высказывание ребенка	Выбор	
		Веселое лицо	Грустное лицо
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. Агрессивность			
11. Собираание игрушек			
12. Изоляция			
13. Ребенок с родителями			
14. Еда в одиночестве			

Протоколы, полученные от каждого ребенка, далее подвергаются анализу, который имеет две формы: количественную и качественную.

## Приложение В

Для определения критерия, выявляющего достоверность различий между тремя группами, проверим выборку на нормальность распределения.

Критерии Шапиро – Уилка и Колмогорова – Смирнова применяется для проверки распределения и является одним наиболее эффективных критериев проверки нормальности. Если  $p > 0,05$ , распределение не отличается от нормального.

Он предназначен для проверки простых гипотез о принадлежности анализируемой выборки некоторому полностью известному закону распределения.

Мы его используем для проверки нормальности распределения. А именно критерий, используется для проверки гипотезы о принадлежности наблюдаемой выборки нормальному закону, параметры которого оцениваются по этой самой выборке методом максимального правдоподобия. То есть, проверяется сложная гипотеза и в качестве оценок параметров нормального закона используются выборочные оценки среднего и дисперсии.

		С	Индекс
		трахи	тревожности
Разности экстремумов	Модуль	, 716	,596
	Положительные	, 716	,596
	Отрицательные	, 000	-,030
Статистика Z	Колмогорова-Смирнова	2, 146	1,785
Асимпт. знч. (двухсторонняя)		, 000	,003

Асимптотическая значимость, основанная на асимптотическом

распределении статистики критерия. Обычно значение, меньшее, чем 0,05, рассматривается как значимое.

Асимптотическая значимость основана на предположении, что объем данных велик. Когда данных мало, они разбросаны, содержат много совпадений, не сбалансированы, распределены несимметрично и т.п., уровень значимости предпочтительнее вычислять на основании точного распределения.

У нас меньше величины 0,05 ( $p < 0,05$ ), значит необходимо сделать вывод о наличии достоверных различий между полученным в эксперименте распределением и нормальным распределением данных. Иными словами, полученное распределение не достаточно близко к нормальному распределению.

В этом случае для соответствующих переменных следует применять непараметрические тесты.

Непараметрические методы разработаны для тех ситуаций, когда исследователь ничего не знает о параметрах исследуемой популяции (отсюда и название методов - непараметрические). Говоря более специальным языком, непараметрические методы не основываются на оценке параметров (таких как среднее или стандартное отклонение) при описании выборочного распределения интересующей величины.

Поэтому эти методы иногда также называются свободными от параметров или свободно распределенными.

Непараметрические методы позволяют обрабатывать данные "низкого качества" из выборок малого объема с переменными, про распределение которых мало что или вообще ничего не известно.

**Приложение Г****Конспект занятий коррекционных мероприятий.****ЗАНЯТИЕ 1: «ЗДРАВСТВУЙТЕ, ЭТО Я!»**

**Цель:** способствовать созданию благоприятных условий для работы в группе, настрою и сплочения детей, эмоциональное и мышечное расслабление.

**Материалы для занятия:** музыка

**1. Упражнение : Упражнение «Здравствуйте, я рад(а)».**

Дети сидят в кругу, лицом к друг другу, высказывают свое положительное отношение к каждому участнику группы. Озвучиваются правила поведения на занятиях.

**2. Разминка «Смена ритмов»**

Дети вместе с психологом выполняют простые ритмичные движения по часовой стрелки пытаясь поторить движения соседа.

**3. Упражнение «Мой личный герб»**

Дети в кругу, каждый говорит по очереди, что какой именно бы герб для себя и своей семьи бы придумал, что бы на нем присутствовало.

**4. Упражнение «Я есть, я буду»**

Дети по очереди рассказывают, психологу о том кем они себя представляют себя и в будущем

**5. Упражнение «Аплодисменты по кругу»**

Подводятся результаты занятия, и выражается ритмичная радость в виде аплодисментов

**ЗАНЯТИЕ 2: «МОЁ ИМЯ»**

**Цель:** раскрытие своего «Я», формирование чувства близости с другими людьми, достижение взаимопонимания и сплочённости.

**Материалы к занятию:** магнитофон

**1. Упражнение «Давайте поздороваемся» (см. 1 занятие).**

## 2. Упражнение «Соседи»

Дети встают в круг, выбирают водящего. Он встаёт в центр круга и старается узнать детей по голосу.

## 3. Игра «Ласковое имя»

Психолог задаёт вопросы; дети по кругу отвечают.

- Тебе нравится твоё имя?
- Хотел бы ты, чтобы тебя звали по-другому? Как?

При затруднении в ответах психолог называет ласкательные производные от имени ребёнка, а тот выбирает понравившееся.

## 4. Игра «Имя растёт»

Психолог говорит: «Известно ли вам, что имена растут вместе с людьми? Сегодня вы маленькие и имя у вас маленькое. Когда вы подрастаете, и имя подрастёт вместе с вами и станет полным, например, Маша – Мария; Дима – Дмитрий и т.д.

## 5. Упражнение «Что лишнее?»

Дети выстраиваются змейкой друг за другом. В зале на столе раскладываются предметы хорошо известные детям, детей просят отвернуться и по очередности добавляют незнакомые предметы.

## 6. Игра «Жил был один мальчик»

Дети сидят в кругу, ведущий начинает рассказ и предлагает детям по очереди его проложить.

## 7. Упражнение «Звездные имена»

Дети сравнивают свои имена с имена известных людей, подводятся итоги занятия.

## 8. Упражнение «Горячие ладошки»

### ЗАНЯТИЕ 3: «НАСТРОЕНИЕ»

**Цель:** осознание своего эмоционального состояния, снижение психоэмоционального напряжения, развитие умения чувствовать настроение и сопереживать окружающим.

**Материалы для занятия:** магнитофон, спокойная музыка, краски, альбомные листы

**1. Упражнение «Рукопожатие по кругу»**

Дети сидя в кругу здороваются со своим соседом справа.

**2. Упражнение «Похвали себя и других»**

Дети встают в круг, берутся за руки, смотрят друг другу в глаза и мимикой передают радостное настроение, добрую улыбку.

**3. Упражнение «Превращение»**

Дети воображают себя героями положительных мультфильмов

**4. Упражнение «Такие разные эмоции»**

Психолог предлагает детям:

- нахмуриться как... осенняя туча; рассерженный человек;
- позлиться как... злая волшебница; два барана на мосту; голодный волк; ребёнок, у которого отняли мяч;
- испугаться как ... заяц, увидевший волка; птенец, упавший из гнезда;
- улыбнуться как ... кот на солнышке; само солнышко; хитрая лиса;

**5. Рисование на тему «Моё настроение»**

После выполнения рисунков дети рассказывают, какое настроение они изобразили.

**6. Упражнение «Аплодисменты по кругу»(см.з анятие 1,упр.5)**

**ЗАНЯТИЕ 4: «НАШИ СТРАХИ»**

**Цель:** осознание своего самочувствия, снижение эмоционального напряжения, уменьшение тревожности, снижение мышечных зажимов.

**Материал к занятию:** магнитофон, спокойная музыка; краски, ватман; песочница; мел.

**1. Упражнение «Комплимент»**

Дети приветствуют себя приятными словами в адрес друг другу.

## **2. Игра «Доброе животное»**

Дети выбирают для себя роль-животного и рассказывают о том, какие добрые дела совершает их животное.

## **3. Беседа «Рыцарь»**

Дети по кругу при помощи сравнения говорят, кто такие рыцари и какие подвиги они совершают

## **4. Рисование «Страшный страх»**

Детям предлагается изобразить свой самый главный страх и победить его в своем воображении.

## **5. Рефлексия**

## **6. Упражнение «Горячие ладошки»**

### **ЗАНЯТИЕ 5: «МОЯ СЕМЬЯ»**

**Цель:** стимулирование положительного отношения к членам своей семьи, формирование доверительных отношений в семье. Осознание себя членом своей семьи

**Материалы к занятию:** магнитофон, спокойная музыка подушка.

#### **1. Упражнение «Рукопожатие по кругу»**

См. 1 занятие.

#### **2. Упражнение «В теплом месте»**

Имитировать семейную ситуацию радости и печали. Научить детей понимать свои эмоции и эмоции членов семьи.

#### **3. Беседа «Наши предки»**

Психолог рассказывает детям о важности уважения своих предков, бабушек и дедушек. Дети делятся своими историями семьи.

#### **4. Сказка «Два брата»**

Дети совместно с психологом осуждают сюжет сказки и ее смысл.

#### **5. Игра «Звериные чувства»**

Детям по очереди показывают эмоции домашних животных ,вследствие общения с людьми.

#### **6. Упражнение «Семейный праздник»**

Детям предлагается импровизировать ситуацию семейного праздника, с учетом семейных традиций.

#### **7. Упражнение «Горячие ладошки»**

### **ЗАНЯТИЕ 6: «ВОЛШЕБНЫЙ ЛЕС»**

**Цель:** преодоление негативных переживаний, символическое уничтожение страха, снижение эмоционального напряжения.

**Материалы к занятию:** магнитофон, спокойная музыка, краски, альбомные листы, подушка, задорная музыка.

#### **1. Упражнение «Рукопожатие по кругу» (см. 1 занятие).**

#### **2. Упражнение «Волшебный клубочек»**

Детям предлагается по кругу назвать сначала свои самые страшные страхи, а потом также по кругу повторить их с частицей «не»

#### **3. Игра «Зайчики и волк»**

Среди детей выбирается волка ,который будет стараться напугать детей которые в роли зайчика. Создавать ситуацию успеха для зайчиков, обратить внимание на то, что волк один а их много. Менять роль волк, дать каждому возможность кто желает им побыть.

#### **4. Игра «Попугай»**

Дети и взрослый сочиняют вместе страшную сказку. Они говорят по очереди, по 1-2 предложения каждый. Сказка должна нагромоздить так много страшного, чтобы это страшное превратилось в смешное.

#### **5. Игра «Закончи предложение»**

Психолог предлагает детям закончить предложения связанные с различными страхами их возрастной нормы. После предложение пере формулируется на положительный результат и влияние страха уменьшается.

## **6. Игра «Баба – Яга»**

Ребёнка просят представить, что в подушку залезла Баба – Яга, её необходимо прогнать громкими криками. Можно громко стучать по подушке палкой.

## **7. Рисование «Добрая баба–Яга»**

Детям предлагается нарисовать бабу–ягу в доброжелательной атмосфере, где она обладает приятным видом и добрые дела

## **8. Упражнение «Аплодисменты по кругу»**

### **ЗАНЯТИЕ 7: «ВОЛШЕБНИКИ»**

**Цель:** развитие умения передавать своё эмоциональное состояние через художественный образ, снижение психоэмоционального напряжения, повышение уверенности в себе.

**Материалы к занятию:** магнитофон, спокойная музыка, краски, ватман или кусок обоев, макеты кочек.

#### **1. Упражнение «Пожелание» (см. 1 занятие).**

#### **2. Упражнение «Сюрприз.»**

Детям предлагается сказать или сделать приятное друг другу, так чтобы это выглядело как «сюрприз»

#### **3.Игра «Паровозик с именем»**

Дети выстраиваются друг за другом, согласно алфавиту.

#### **4. Игра «Кенгуру»**

Дети в танцевальной форме прыгают и танцуют, позволяя выплескиваться положительной энергетике

#### **5. Рисование «Мой любимый сказочный герой»**

Детям предлагается нарисовать своего любимого сказочного героя, главным условием рисунка должно быть, чтобы герой был положительный. Далее обсуждаем, что получилось, что удалось нарисовать

#### **6. Упражнение «Аплодисменты по кругу»**

## **ЗАНЯТИЕ 8: «СОЛНЦЕ В ЛАДОШКАХ»**

**Цель:** Формирование положительной «Я-концепции», самопринятия, уверенности в себе, снижение тревожности, выявление положительных черт личности.

**Материалы к занятию:** магнитофон, спокойная музыка, шкатулка, мяч

**1. Упражнение «Приветствие»** (см. 1 занятие).

**2. Игра «Вижу – говорю»**

Психолог в роли ведущего показывает детям различные эмоции, дети должны угадать что он показывает. Далее ситуация усложняется тем, что психолог спрашивает как с ними бороться.

**3. Упражнение «У страха глаза велики»**

Дети по кругу передают мяч. Получивший должен назвать тот или иной страх, произнося при этом громко и уверенно «Я..... этого не боюсь!»

**4. Игра «Зайка трусишка»**

Дети по очереди примеряют роль зайца – трусишки, наюлюдают за тем что бояться иногда бывает нечего. После обсуждают

**5. Упражнение «Шарик»**

Артикуляционная гимнастика, обучить детей навыкам глубокого дыхания

**6. Упражнение «Горячие ладошки»**

**Программа коррекционных занятий с родителями детей  
старшего дошкольного возраста.**

## **ЗАНЯТИЕ 1: «ПРИВЕТСТВУЕМ ДРУГ ДРУГА»**

**Цель:** Цель: способствовать созданию благоприятных условий для работы в группе. настроя и сплочения родителей , эмоциональное и

мышечное расслабление.

**Материалы для занятия:** музыка

**1. Упражнение «Будем знакомиться»**

Родителям предлагается назвать свое имя и свое хобби.

Участники представляются и друг другу.

**2. Упражнение «Ассоциации»**

Психолог предлагает родителям привести ассоциации плохого и хорошего. Обсуждение

**3. Упражнение «Цветок»**

Подобно цветку, родителям раздаются чистые листы бумаги на которых они напишут свои положительные качества.

**4. Беседа «Чего хотят дети»**

Психолог предлагает родителям, окунуться в мир детства и вспомнить свои детские истории и истинные желания

**5. Упражнение «Аплодисменты по кругу»**

Подводятся результаты занятия, и выражается ритмичная радость в виде аплодисментов

**ЗАНЯТИЕ 2: «В МИРЕ ДЕТСТВА»**

**Цель:** Ознакомить родителей с возрастными особенностями детей старшего дошкольного возраста.

**Материалы к занятию:** магнитофон

**1. . Упражнение «Давайте поздороваемся»**

Родители приветствуют друг друга, называя друг друга по имени

**2. Игра «Детские шалости»**

Родители разбиваются на пары ребенок и родитель, имитируется детская шалость и ее решение.

**3. Сказка «Мама плохого сына»**

Психолог читает психологическую сказку о маме и ее с точки зрения плохого сына. Сюжет сказки обсуждается с родителями.

#### **4. Упражнение «Понимаю, говорю»**

Родителям предлагаются ситуативные задачи с детьми и их проступками, необходимо их решить.

#### **5. Рефлексия**

Анализ занятия

#### **ЗАНЯТИЕ 3: «ПОРТРЕТ»**

**Цель:** Повышение эмоциональной близости с ребенком, принятие его таким какой он есть.

**Материалы для занятия:** магнитофон, спокойная музыка, краски, альбомные листы

##### **1. Упражнение «Рукопожатие по кругу»**

Родители сидя в кругу здороваются со своим соседом справа.

##### **2. Упражнение «Фотографии»**

Родители вспоминают, их самую лучшую фотографию, место и обстоятельства, обсуждение в группе

##### **3. Упражнение «Берег надежды»**

Родители с помощью психолога погружаются в мир фантазии, представляя для себя остров счастья.

##### **4. Рисование «Какими вырастут наши дети»**

Родителям предлагают нарисовать их взрослого ребенка.

#### **5. Рефлексия**

#### **ЗАНЯТИЕ 4: «РАДУГА»**

**Цель:** Развитие навыка эмпатии и умение распознавать эмоциональный мир ребенка

**Материал к занятию:** магнитофон, пазлы

##### **1. Упражнение «Подари улыбку»**

Участники тренинга приветствуют друг друга

##### **2. Упражнение «Пирог воспитания»**

Родителям предлагается всем вместе образно испечь пирог

воспитания, обсуждая его ингредиенты

### **3. Упражнение «Сложи пазл»**

Психолог раздает родителям пазлы с изображением семьи

### **4. Рисование «Страшный страх»**

### **5. Рефлексия**

## **ЗАНЯТИЕ 5: «МОЯ СЕМЬЯ»**

**Цель:** Повышение родительской компетентности в вопросах воспитания

**Материалы к занятию:** магнитофон, спокойная музыка подушка, шкатулка

### **1. Упражнение «Рукопожатие по кругу»**

См. 1 занятие.

### **2. Упражнение «Я упражнение»**

Имитировать семейную ситуацию радости и печали. Научить детей понимать свои эмоции и эмоции членов семьи.

### **3. Упражнение «Волшебная шкатулка советов»**

Психолог рассказывает детям родителям методы и приемы воспитания дошкольников, после каждый из родителей напишет друг другу советы в воспитании детей, положит в шкатулку советов представленную психологом. Все совету читаются и обсуждаются группой.

### **4. Рефлексия «Берег реализованных планов»**

Обсуждение группой родителей поставленных и достигнутых целей в воспитании ребенка.

### **5. Упражнение «Горячие ладошки»**

## **ЗАНЯТИЕ 6: «СЕМЕЙНЫЕ ТРАДИЦИИ»**

**Цель:** Способствованию повышению дружеских семейных отношений

**Материалы к занятию:** магнитофон, спокойная музыка,

**1. Упражнение «Подари улыбку»** (см. 4 занятие).

**2. Упражнение «Семейный праздник»**

Родители подключаются к ролевой игре «семейный праздник», каждый получают определённую роль члена семьи и наделяется обязанностями

**3. Релаксация «Разговор с собой»**

**8. Упражнение «Аплодисменты по кругу»**

### **ЗАНЯТИЕ 7: «ЖИВОЙ ДОМ»**

**Цель:** Способствованию повышению дружеских семейных отношений

**Материалы к занятию:** магнитофон, спокойная музыка

**1. Упражнение «Пожелание»** (см. 1 занятие).

**2. Упражнение «Кувшин чувств»**

Участники делятся своими переживаниями с членами группами

**3. Игра «Взрослые и дети »**

В ходе ролевой игры, родители превращаются в воспитателя детского сада ,а остальные участники группы в своих детей

**4. Игра «Живой уголок»**

Психолог в ходе игры знакомит родителей с живым уголком который образно существует в любой квартире, определенное место силы ,куда каждый раз человек отправляется отдохнуть .Обозначается значимость такого место и его необходимость. Проигрывание в форме игры.

**5. Упражнение «Аплодисменты по кругу»**

### **ЗАНЯТИЕ 8: «ПРЕЖДЕ ВСЕГО МЫ РОДИТЕЛИ»**

**Цель:** Повышение родительской компетенции, важность родительской заботы

**Материалы к занятию:** магнитофон, спокойная музыка, шкатулка, мяч

**1. Упражнение «Приветствие» (см. 1 занятие).****2. Упражнение «Морской воздух»**

Психолог проводит дыхательную гимнастику ,для снятия негативного напряжения. Закрепляется навык и объясняется необходимость его в применении

**3.Упражнение « Счастье внутри нас»**

Психолог предлагает в форме групповой дискуссии обозначить друг другу важность материнской заботы и ее проявления.

**4. Рефлексия, подведения итогов серии занятий**