

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

**Аниканова Ирина Сергеевна**

МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ

**ПРОГРАММА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ ТРЕВОЖНОСТИ  
ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА,  
ВОСПИТЫВАЮЩИХСЯ В НЕПОЛНЫХ СЕМЬЯХ**

Направление подготовки: 37.04.01 Психология

Направленность (профиль) образовательной программы:

Психологическое консультирование и психотерапия

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ:

заведующий кафедрой

канд. пед. наук, доцент Е.А. Черенева

(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

01.12.2023

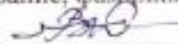
  
(дата, подпись)

Руководитель магистерской программы

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

(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

04.12.23



(дата, подпись)

Научный руководитель

канд. мед. наук, доцент В.Ю. Потылицина

(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

04.12.2023



(дата, подпись)

Обучающийся И.С. Аниканова.

(фамилия, инициалы)

04.12.2023



(дата, подпись)

Красноярск, 2023

## Реферат магистерской диссертации

Работа состоит из введения, трех глав, заключения, списка использованной литературы в количестве 110 источников, 1 приложения. Текст работы изложен на 115 страницах и проиллюстрирован 8 рисунками.

**Целью исследования:** является разработка и апробация программы психологической коррекции тревожности детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполной семье.

**Объектом** является – тревожность детей старшего дошкольного возраста, воспитываемых в неполной семье.

**Методы исследования** были определены в соответствии с целью, гипотезой и задачами исследования в изучении тревожности детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполных семьях.

В ходе исследования применялись:

- Теоретические методы: анализ психологической, психолого-педагогической и научно-методической литературы по проблеме исследования;
- Организационные методы: метод поперечных срезов, комплексный метод;
- Эмпирические методы: беседа, наблюдение, тестирование детей и их родителей;
- Экспериментальные методы: констатирующий, формирующий и контрольный эксперимент.

В исследование включены методы количественной и качественной обработки данных, интерпретационные методы обработки результатов исследования.

**Теоретическая значимость исследования:** Работа позволяет внести вклад в изучение проблемы тревожности старших дошкольников, воспитывающихся в неполных семьях: особенности проявления тревожности у данной категории детей, анализ отношений в неполных семьях, влияние

нарушенных отношений в семье на формирование и развитие тревожности, а также применение методов психокоррекционной работы с тревожностью у старших дошкольников обозначенной категории.

Научная новизна состоит в том, что на сегодняшний день программ коррекции тревожности детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполных семьях, недостаточное количество. Разработка такой программы позволит внести вклад в развитие вопроса психологической коррекции тревожности, обозначенной категории детей.

**Практическая значимость исследования:** Разработанная нами программа коррекции тревожности детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполных семьях, может быть использована в работе психологов, педагогов-психологов и других специалистами, работающими с данной категорией детей.

**Сведения об апробации результатов исследования (статьи):**

1. Аниканова И.С., Потылицина В.Ю. Тревожность у детей старшего дошкольного возраста, в аспекте нарушенных детско-родительских отношений //scientific revolutions: essence and role in the development of science and technology: Collection of articles following the results of the International Scientific and Practical Conference (Kazan, November 21, 2023) – Sterlitamak: AIR, 2023. – С. 28–33, <https://ami.im/sbornik/MNPK-544-IN.pdf> (доступ свободный).

2. Аниканова И.С., Потылицина В.Ю. Особенности влияния детско - родительских отношений на развитие тревожности у детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполных семьях. // Кооперация науки и общества как инструмент модернизации и инновационного развития: Сборник статей по итогам Международной научно–практической конференции ( Екатеринбург, 15 декабря 2023г.). – Стерлитамак: АМИ, 2023. с. 77-80, <https://ami.im/sbornik/MNPK-553.pdf> (доступ свободный).

## Abstract

The work consists of an introduction, three chapters, a conclusion, a list of references in the amount of 110 sources, 1 appendices. The text of the work is presented on 115 pages and illustrated with 8 figures.

**The purpose of the study** is to develop and test a program for psychological correction of anxiety in older preschool children raised in a single-parent family.

The object is the anxiety of older preschool children raised in a single-parent family.

**The research methods** were determined in accordance with the purpose, hypothesis and objectives of the study in studying the anxiety of older preschool children raised in single-parent families.

During the study, the following methods were used:

Theoretical methods: analysis of psychological, psychological-pedagogical and scientific-methodological literature on the problem of research;

Organizational methods: cross-sectional method, complex method;

Empirical methods: conversation, observation, testing of children and their parents;

Experimental methods: ascertaining, forming and control experiment.

The research includes methods of quantitative and qualitative data processing, interpretative methods of processing research results.

**The theoretical basis** of the research was the work of both foreign authors: A. Adler, Z. Freud, E. Fromm, K. Horney. The same applies to domestic authors: A.M. Prihozhan, A.I. Zakharov, A.N. Leontiev, A.R. Luria, D.B. Elkonin.

**The theoretical significance of the study:** The work allows us to contribute to the study of the problem of anxiety of older preschoolers raised in single-parent families: the features of anxiety in this category of children, the analysis of relationships in single-parent families, the influence of disturbed family relationships on the formation and development of anxiety, as well as the use of methods of psychocorrective work with anxiety in older preschoolers of the

designated category.

**The scientific novelty** lies in the fact that there are currently insufficient programs for correcting anxiety in older preschool children raised in single-parent families. The development of such a program will make it possible to contribute to the development of the issue of psychological correction of anxiety, a designated category of children.

**The practical significance of the study:** The program developed by us for correcting the anxiety of older preschool children raised in single-parent families can be used in the work of psychologists, educational psychologists and other specialists working with this category of children.

**Information about the approbation of the research results (articles):**

1. Anikanova I.S., Potylitsina V.Yu. Anxiety in older preschool children, in the aspect of disturbed child-parent relations //scientific revolutions: essence and role in the development of science and technology: Collection of artic

**СОДЕРЖАНИЕ**

ВВЕДЕНИЕ .....	3
ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ И ПРЕОДОЛЕНИЯ ТРЕВОЖНОСТИ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В СИСТЕМЕ ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЙ.....	9
1.1. Детская тревожность: понятие, виды, особенности, характеристика .....	9
1.2. Влияние детско-родительских отношений на развитие тревожности у детей старшего дошкольного возраста .....	19
1.3. Подходы к коррекции тревожности у детей старшего дошкольного возраста в системе детско-родительских отношений .....	29
Выводы по первой главе .....	34
ГЛАВА II. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ТРЕВОЖНОСТИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА, ВОСПИТЫВАЮЩИХСЯ В НЕПОЛНОЙ СЕМЬЕ .....	37
2.1. Организация, методы и методики проведения исследования.....	37
2.2. Констатирующий эксперимент и его анализ .....	46
Выводы по второй главе .....	56
ГЛАВА III. ПРОГРАММА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ ТРЕВОЖНОСТИ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В СИСТЕМЕ ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЙ .....	59
3.1. Основные направления, формы и методы работы по снижению тревожности у детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполных семьях .....	59
3.2. Содержание программы психологической коррекции тревожности детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполной семье .....	63
3.3. Анализ результатов контрольного эксперимента.....	78
Выводы по третьей главе .....	87
ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....	90
БИБЛИОГРАФИЯ.....	93
ПРИЛОЖЕНИЕ .....	103

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность исследования.** Проблема психологического здоровья детей в современном мире становится все более актуальной из-за социальной нестабильности, большой психологической и физической нагрузкой, напряженным ритмом жизни. В таких условиях современного мира ребенок является наиболее уязвимым и незащищенным. В своих трудах Д.И. Фельдштейн отмечал факт резкого роста количества детей с эмоциональными проблемами, находящихся в состоянии эмоционального дискомфорта и напряжения из-за постоянного чувства незащищенности, отсутствия опоры во взрослом ближайшем окружении. Постоянно находясь в таких условиях, ребенок становится тревожным, ранимым, а также начинает обостренно реагировать на отношение к нему со стороны окружающих. Проблема данного характера стоит на контроле психологов в связи с повышенной невротизацией взрослых, увеличением числа взрослых с внутриличностными конфликтами, следствием чего становится нарушение детско-родительских отношений.

Дошкольный возраст является важным периодом развития в жизни человека. В этот период происходит развитие психических процессов и свойств личности. Именно в этот момент влияние семьи или значимых взрослых на ребенка является наиболее важным и влияет на развитие его как личности.

На сегодняшний день статистика отражает увеличение числа неполных семей в России. Это приводит не только к социально-экономическим проблемам, но и психолого-педагогическим, которые связаны с сопровождением со стороны психологов детей из таких семей. Неполная семья является наиболее уязвимой в вопросе воспитания и психологического развития детей. Первое, на что оказывает влияние неполный состав семьи – это детско-родительские отношения. Неполная семья чаще остальных

сталкивается с рядом проблем, которые вызваны материальными, педагогическими и морально-психологическими причинами.

Семья в современном обществе включена в огромное количество сфер деятельности общества, из-за чего на климат внутри семьи влияет множество факторов: психологические, политические, социально-экономические. У взрослых становится все меньше времени на исполнение своих родительских функций в связи с необходимостью поиска дополнительных источников доходов, постоянных психологических перегрузках, стрессах. Также все вышеперечисленные факторы являются причиной развития у родителей раздражимости, агрессивности, синдрома хронической усталости, которые также приводят к нарушению детско-родительских отношений. Находясь под бесконечным давлением проблем, многие родители могут выплескивать свои эмоции на ребенка, который не может противостоять психологической или физической агрессии. В такой ситуации ребенок становится полностью зависимым от настроения, эмоций родителей. Все это в дальнейшем имеет влияние на психологическое здоровье детей, в частности на развитие тревожности. В целом обстановка во многих семьях достаточно неблагоприятная. Все чаще наблюдается тенденция к пренебрежению родительскими функциями, проявлениям жестокости со стороны взрослых. Данный факт не может не повлиять на отношения между детьми и родителями. Все больше ученых различных отраслей науки говорят растущей тенденции к снижению медицинской, правовой, психологической культуре взрослых. Необходимо проводить просветительскую работу в этих направлениях, а также разъяснять родителям этапы возрастного развития и их особенности, причин своей агрессии по отношению к ребенку.

Стоит отметить, что дети старшего дошкольного возраста являются наиболее уязвимыми для тревожных состояний. Это связано, прежде всего, с когнитивным развитием в этот период, то есть, ребенок начинает понимать опасность окружающего мира, а также больше узнает об ответственности и перенимает ее на себя. Также в данном возрасте начинается подготовка



ребенка к школе, которая предполагает смену ведущего вида деятельности, что требует умения концентрировать внимание, усидчивости, а также навыка общения с людьми. Всему этому может препятствовать тревожность.

В связи с этим, остро встает вопрос о методах коррекции тревожности у детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполной семье.

**Целью исследования** является разработка программы психологической коррекции тревожности детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполной семье.

**Проблема исследования** заключается в разработке программы психологической коррекции тревожности детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполной семье.

**Объектом** является – тревожность детей старшего дошкольного возраста, воспитываемых в неполной семье.

**Предмет** исследования – программа психологической коррекции тревожности детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполной семье.

**Гипотезой исследования** послужило предположение о том, что у детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполной семье, повышен уровень тревожности. Эффективность снижения уровня тревожности старших дошкольников может быть повышена при условии реализации разработанной нами психологической программы коррекции тревожности детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполной семье.

**Задачи:**

1. Провести теоретический анализ научной литературы по проблеме исследования;
2. Определить влияние нарушенных детско-родительских отношений на формирование и развитие тревожности у детей старшего дошкольного возраста;

3. Исследовать уровень тревожности детей старшего дошкольного возраста;

4. Разработать и апробировать психологическую программу коррекции тревожности детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполной семье.

**Методы исследования** были определены в соответствии с целью, гипотезой и задачами исследования в изучении тревожности детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполных семьях.

В ходе исследования применялись:

– Теоретические методы: анализ психологической, психолого-педагогической и научно-методической литературы по проблеме исследования;

– Организационные методы: метод поперечных срезов, комплексный метод;

– Эмпирические методы: беседа, наблюдение, тестирование детей и их родителей;

– Экспериментальные методы: констатирующий, формирующий и контрольный эксперимент.

В исследование включены методы количественной и качественной обработки данных, интерпретационные методы обработки результатов исследования.

В процессе исследования мы использовали такие **психодиагностические методики** как: Тест тревожности «Выбери нужное лицо» (Р. Тэмпл, В. Амен, М. Дорки); Анкета «Уровень тревожности ребенка» (Г.П. Лавретьев, Т.М. Титаренко). А также методики диагностики детско-родительских отношений: Тест–опросник родительского отношения (А.Я. Варга, В.В. Столин), «Анализ семейных взаимоотношений» (Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкис).

**Организация исследования:** экспериментальное исследование проведено на базе МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида с

приоритетным осуществлением деятельности по социально–личностному развитию детей № 6 «Страна детства». В эксперименте приняли участие 20 воспитанников детского сада старшего дошкольного возраста, а также их родители, воспитывающие детей в неполной семье.

**Этапы проведения исследования:** исследование проводилось в несколько этапов в период с 2021 по 2023 год:

*Подготовительный этап* (октябрь 2021 – май 2021): На данном этапе проходило изучение и анализ общей и психолого-педагогической литературы по проблеме исследования, определение ее современного состояния. Формулирование проблемы, гипотезы, объекта, предмета, цели и задач исследования. Также нами было проведено знакомство с деятельностью базы исследования образовательного учреждения. Подбор психологических методов диагностики детей и родителей.

*Констатирующий этап* (сентябрь 2022 – ноябрь 2022): Реализация констатирующего эксперимента с последующим количественным и качественным анализом полученных результатов исследования по изученным особенностям тревожности детей старшего дошкольного возраста воспитывающихся в неполных семьях.

*Формирующий этап* (декабрь 2022 – май 2023): Разработка и реализация программы психологической коррекции тревожности детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполных семьях.

*Контрольный этап* (сентябрь 2023 – октябрь 2023): Обработка результатов формирующего эксперимента, анализ полученных данных, а также проверка эффективности программы психологической коррекции тревожности детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполных семьях. На данном этапе исследования осуществлялись обобщение и сравнение полученных результатов.

**Научная новизна и теоретическая значимость исследования:** Работа позволяет внести вклад в изучение проблемы тревожности старших дошкольников, воспитывающихся в неполных семьях: особенности

проявления тревожности у данной категории детей, анализ отношений в неполных семьях, влияние нарушенных отношений в семье на формирование и развитие тревожности, а также применение методов психокоррекционной работы с тревожностью у старших дошкольников обозначенной категории.

Научная новизна состоит в том, что на сегодняшний день программ коррекции тревожности детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполных семьях, недостаточное количество. Разработка такой программы позволит внести вклад в развитие вопроса психологической коррекции тревожности, обозначенной категории детей.

**Практическая значимость исследования:** Разработанная нами программа коррекции тревожности детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполных семьях, может быть использована в работе психологов, педагогов–психологов и других специалистами, работающими с данной категорией детей.

**Сведения об апробации результатов исследования (статьи):**

1. Аниканова И.С., Потылицина В.Ю. Тревожность у детей старшего дошкольного возраста, в аспекте нарушенных детско-родительских отношений //scientific revolutions: essence and role in the development of science and technology: Collection of articles following the results of the International Scientific and Practical Conference (Kazan, November 21, 2023) – Sterlitamak: AIR, 2023. – С. 28–33, <https://ami.im/sbornik/MNPK-544-IN.pdf> (доступ свободный).

2. Аниканова И.С., Потылицина В.Ю. Особенности влияния детско-родительских отношений на развитие тревожности у детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполных семьях. // Кооперация науки и общества как инструмент модернизации и инновационного развития: Сборник статей по итогам Международной научно–практической конференции (Екатеринбург, 15 декабря 2023г.). – Стерлитамак: АМИ, 2023. с. 77-80, <https://ami.im/sbornik/MNPK-553.pdf> (доступ свободный).

**Структура и объем магистерской диссертации:** Работа состоит из введения, трех глав, заключения, библиографии (110 источников). Включает 1 приложение. Работа проиллюстрирована 8 рисунками.

## **ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ И ПРЕОДОЛЕНИЯ ТРЕВОЖНОСТИ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В СИСТЕМЕ ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЙ**

### **1.1. Детская тревожность: понятие, виды, особенности, характеристика**

Обращаясь к проблеме тревожности в психологии, первое, с чем сталкивается исследователь, становится неясность и неопределенность понятия «тревожность». Что наблюдается не только в отечественной науке, но и за рубежом. Отмечается, что под определение данного термина приводятся разнородные явления. Также стоит отметить, что расхождения в определении тревожности наблюдаются не только среди различных школ, но и между представителями одного направления, что многократно усложняет понимание термина. Между тем, ряд ученых выделили некоторые общие моменты в определении тревожности, которые позволяют понимать «общие контуры» тревожности. Сюда относят понимание функций состояния тревоги, ее устойчивость, рассмотрения с позиции «состояние–свойство».

Изучение тревожности на разных возрастных этапах важно не только для раскрытия сути самого понятия, но также для понимания закономерностей развития эмоциональной сферы, его становления, закрепления и развития эмоционально-личностных образований. Это связано

с тем, что именно тревожность закладывает основу большинства психологических трудностей, которые являются причинами многих нарушений развития. Тревожность играет огромную роль в формировании нарушений поведения, что повышает значение ее коррекции, а также профилактики.

Приведем несколько примеров определения тревожности, которые были обозначены разными авторами.

В своей работе А.М. Прихожан определял тревожность следующим образом: «Тревожность – переживание эмоционального дискомфорта, связанное с ожиданием неблагополучия, с предчувствием грозящей опасности» [77].

Р.С. Немовписал о тревожности следующее: «Тревожность – постоянное или ситуативно проявляемое свойство человека находиться в состоянии повышенного беспокойства, испытывать страх и тревогу в специфических социальных ситуациях» [66].

В свою очередь В.М. Астапов писал: «Тревожность – неприятное эмоционально состояние, которое характеризуется субъективными ощущениями напряжения, ожиданием неблагоприятного развития событий» [5].

З. Фрейд характеризовал тревожность как «Соматическое проявление внутреннего конфликта, причиной которого является бессознательное подавление ощущений, чувств, импульсов, которые являются для человека раздражающими» [100].

Э. Фромм считал, что: «Тревожность – проблема психологического дискомфорта, реакция организма на конкретные ситуации, которые связаны с инстинктом самосохранения» [101].

В то время как К. Роджерс писал: «Тревожность – это переживаемое человеком состояние скованности, напряженности, причину которого он осознать не может» [80].

Исходя из приведенных примеров определений, мы можем увидеть, что все они сильно отличаются друг от друга. Разные авторы интерпретируют данный термин с различных позиций, между тем, ряд общих характеристик, все же присутствует. Что позволяет выделить «общие контуры» тревожности.

Тревога, так же как страх, является превосходящей эмоцией, благодаря чему занимает особое положение среди других эмоциональных явлений. Тем не менее, понятия тревожности и страха необходимо различать. Что является актуальной проблемой в психологии. На сегодняшний день наиболее распространенный взгляд на проблему разграничения этих двух понятий заключается в следующем: страх – реакция на конкретную, реально угрожающую опасность, в то время как тревожность – переживание по поводу неопределенной угрозы, как правило, имеющую надуманный характер.

В то же время существует мнение, что страх – реакция человека на угрозу, способную нанести вред целостности или существованию человека как живого организма. Но тревожность человек испытывает, когда угроза имеет социальный, личностный характер.

Тревожность рассматривают как ситуативное эмоциональное состояние, а также как устойчивую индивидуальную психологическую особенность, которая проявляется частыми и глубокими переживаниями тревоги.

Здесь также необходимо разграничить понятия тревоги и тревожности. Тревога – психологическое состояние человека, которое выражается в переживаниях, нарушениях покоя и опасения, которое вызвано какими-либо неприятными событиями. В то время как, тревожность – склонность индивида к переживаниям данного эмоционального состояния, имеет устойчивый характер, становится личностной чертой.

Также, психологи рассматривают тревогу как процесс. В этом контексте изучаются и анализируются проявления вегетативной нервной

системы, закономерности состояния человека в периоды возникновения и спада тревожного состояния. Немаловажным фактором изучения является восприятие и интерпретация индивидом физиологического возбуждения, на что впервые обратил внимание Зигмунд Фрейд [100].

Тревога проявляется на двух уровнях: психологическом и физиологическом. Психологический уровень тревоги характеризуется как озабоченность, беспокойство и напряженность, появление чувства неопределенности, уязвимости и незащищенности. Может обостряться чувство одиночества, грозящей опасности и невозможности принятия решения.

На физиологическом уровне тревожность рассматривается с точки зрения проявлений вегетативной нервной системы, сюда относят усиление артериального давления, учащение сердцебиения, дыхания, возрастание общей возбудимости организма.

Для более детального рассмотрения проблемы тревожности, проанализируем особенности проявления и причины ее возникновения.

Для детей старшего дошкольного возраста характерными проявлениями тревожности являются: беспокойство, сложности концентрации внимания, мышечное напряжение, скованность движений и поведения, беспричинная раздражительность, нарушения сна, беспричинные слезы и истерики, неадекватные реакции ребенка на различные повседневные ситуации, устойчивое пониженное настроение, снижение интересов, общая слабость, быстрая утомляемость, резкие перепады настроения.

На сегодняшний день об истинных причинах возникновения тревожности ученые спорят, данная проблема является одной из центральных в психологии. Многие ученые в качестве главной причины выделяют влияние внешней среды на человека, а именно: быстро меняющиеся условия, социальную нестабильность, частые ситуации, вызывающие стрессовое состояние. При этом степень тревожности связывают с частотой длительностью негативного воздействия. Также



выделяют, так называемые, «внутренние» причины. К ним относят наследственный характер тревожности, которая передается от родителей к детям в 45% случаев. Дело в том, что ребенку от родителей, в таком случае, достается слабая нервная система. Это обусловлено особенностями нейробиологических и психофизиологических процессов, которые наследуются от родителей.

Также возникновение и частое повторение психотравмирующих ситуаций является еще одной причиной возникновения тревожности. Неумение преодолевать кризисные ситуации усугубляет течение тревожных состояний.

Неудовлетворенность собой, внутренние конфликты и низкая самооценка также способствуют появлению тревожности. Так же как и взрослые, дети конкурируют между собой и сравнивают себя с другими, что неизбежно влияет на самовосприятие и самооценку. Если личные амбиции ребенка не удовлетворены, то это увеличивает вероятность появления тревожности, особенно в условиях высокой конкуренции внутри группы, в которой находится ребенок. Дети с завышенной самооценкой также в зоне риска возникновения тревожности, поскольку как правило завышенная самооценка ребенка не находит подтверждения в реальности, в чем винит окружающих, считая, что они по отношению к нему несправедливы. Такие обиды считываются обществом как необоснованные и неадекватные, из-за чего возникают постоянные конфликты. Неспособность и нежелание признавать собственные слабости, страх показаться неуверенным в себе приводит к агрессии и раздражению, которые со временем перерастают в тревожность. По мере взросления может развиваться чувство неудовлетворенности и нежелание стремиться к достижениям, поскольку ребенок заранее настраивает себя на неудачу. Это свидетельствует об искаженном восприятии действительности, которая также неизбежно ведет к развитию тревожных состояний.

Пожалуй, самой главной причиной тревожности является преобладающая атмосфера в семье, где воспитывается ребенок, а также стиль и особенности воспитания.

Швец И.Г. в своих научных трудах писала, что тревожность детей имеет устойчивый характер. Наблюдается и проявляется тревожное поведение в различных видах деятельности ребенка: в общении, игре, а также в самоотношении [97, с. 498].

В экспериментах, проводимых и описываемых Н.В. Мазуровой и Ю.А. Трофимовой дети с тревожностью характеризовались как легко возбудимые, что проявляется в манипуляциях с собственным телом, имеют склонность к невротическим привычкам (грызут ногти, выдергивают волосы, сосут пальцы, занимаются онанизмом). Также для них характерна повышенная эмоциональная чувствительность, зачастую не уверены в новых видах деятельности по причине ожидания неудачи. Такие дети имеют неадекватную самооценку. Она может быть заниженной, завышенной, часто противоречивой, конфликтной. Окружающие таких детей характеризуют как скромных и застенчивых, имеют трудности в общении, очень редко проявляют инициативу. Часто наблюдается поведение дизадаптивного характера. Интерес к учебной деятельности снижен. Они отличаются организованностью, опрятностью, их часто ставят в пример. Но все это является не более чем защитной реакцией на тревогу. Главным мотивом такого поведения служит избегание неудач. Им свойственна боязливость, минимальная самореализация[59].

Дети с высокой тревожностью избегают конфликтов, потому как боятся враждебности, одиночества и авторитарного отношения. Они опасаются обособленности от группы сверстников, поэтому чаще всего действуют не в своих интересах, а в интересах группы. Отрицательные ожидания могут наблюдаться даже в условиях нейтральных ситуаций. Характерно большое количество необоснованных страхов, которые очень часто возникают в условиях, когда ребенку ничего не угрожает (например,

ребенок, находясь в детском саду все время переживает, что родители не придут).

Дети с тревожными состояниями чувствительны к собственным неудачам, на них они эмоционально и остро реагируют. Часто отказываются от деятельности, в которой ранее испытали неудачный опыт или затруднения.

Интересно, что поведение детей вне учебных занятий значительно отличается от поведения на занятиях. Вне занятий это живые и общительные дети, в то время как на занятиях они напряжены и зажаты.

Во время разговора голос детей тихий и глухой, возможны проявления заиканий. Чаще всего речь быстрая и торопливая, но бывает и замедленной и затрудненной.

Поведение тревожных детей также имеет особенности. Они серьезны и сдержаны, глаза чаще всего опущены, на стуле сидят аккуратно, не делая лишних движений, как бы затаившись, не шумит. Такой ребенок старается не обращать на себя внимание со стороны окружающих.

Сама по себе тревожность у старших дошкольников развивается в несколько стадий. Первая стадия это зарождение тревоги. С точки зрения анатомии, тревога зарождается в последствие работы гипоталамуса. В исследованиях Ф.Б. Березина о работе гипоталамуса сказано, что тревожность у человека представляет собой функциональное явление, которое, в свою очередь, отражает переход эмоциональных состояний от менее интенсивных по нарастанию[6, с. 65].

Ф.Б. Берензин разделял тревоги на следующие стадии:

1. Нарастание внутренней напряженности;
2. Гиперстезические реакции, к которым относят повышение уровня чувствительности к различным раздражителям, действующим из окружающей среды.

3. Тревога. Во время тревоги, как было, обозначено выше, у субъекта возникает ощущение беспредметной, непреодолимой угрозы.

4. Возникновение страха.

5. Ощущение неизбежности катастрофы

6. Тревожно-боязливое возбуждение. Данная стадия характеризуется тем, что субъект остро нуждается в разрядке. Это может вести к активности, которая не будет организованной.

Другими словами, тревожность развивается согласно стадиям. Сначала тревога просто зарождается, что связано с возникновением динамического опорного ядра, которое представляет собой психические процессы, где проявляется тревожность. По мере течения времени и развития ситуации, которая вызвала возникновение тревожности, постепенно происходит нарастание тревожного состояния и его закрепления. Как итог, тревожные состояния перерастают в личностную тревожность.

Важно отметить, что характеристика тревожности может отличаться в зависимости от гендерной принадлежности дошкольника. Так, например, уровень тревожности у мальчиков дошкольного возраста выше, чем у девочек. Связано это с преобладающим у девочек данного возраста инстинктом самосохранения. Также влияние имеют и ситуации, вызывающие тревогу. Как правило, они различны у мальчиков и девочек. Тревога у девочек ассоциируется с окружающими людьми (родители, родственники, воспитатели, друзья) или с угрозой нанесения физического ущерба. В свою очередь, тревожность у мальчиков дошкольного возраста связана с получением травм, а также наказаниями со стороны взрослых.

Тревожные состояния могут быть различных видов. Разные авторы предлагают различные классификации. Рассмотрим некоторые из них.

Как уже было обозначено ранее, существует ситуативная тревожность и личностная тревожность. Ситуативная тревожность порождается какой-либо конкретной ситуацией, вызывающей беспокойство человека. Ситуативная тревожность возникает у каждого человека в периоды ожидания возможных неприятностей и сложностей. Такой механизм необходим для

мобилизации организма и готовности к действиям, является абсолютно нормальным явлением.

В тоже время существует личностная тревожность, которая характеризуется постоянными проявлениями тревоги без объективных оснований. Человек с личностной тревожностью постоянно ощущает угрозу без объективных причин, любое событие вызывает страх и чувство опасности.

Ребёнок, находящийся в условиях, при которых он постоянно испытывает чувство тревоги, находится в настороженном состоянии, его контакты с окружающими людьми, потому как от них ребенок ожидает исключительно негативный опыт. В процессе взросления и становления личности, при условиях постоянной тревожности, идёт формирование низкой самооценки.

А.И. Захаров отмечал, что у детей дошкольного возраста чаще всего преобладает ситуативная тревожность, она не является устойчивой чертой характера, поскольку именно в период дошкольного возраста идёт активное становление личности [22].

В свою очередь, А.М. Прихожан предложил другую классификацию видов тревожности. Он разделял тревожность на следующие виды:

1. Учебная тревожность, связанная с процессом обучения.
2. Самооценочная тревожность, связанная с представлениями о себе.
3. Межличностная тревожность, связанная с межличностными отношениями и общением [77].

Также, виды тревожности разделяют согласно уровням. Согласно классификации И.В. Имедадзе тревожность бывает двух уровней: низкая и высокая. Низкая тревожность необходима для мобилизации и приспособления субъекта к окружающему миру. Высокая тревожность негативно влияет на состояние человека и, наоборот, мешает приспособлению и адаптации человека в социуме. Также автор связывал

возникновение тревоги с предугадывание ситуации, которая содержит опасность фрустрационный актуализированной потребности [29, с. 61].

Существует классификация видов тревоги, связанных с деятельностью. Б.И. Кочубей и Е.В.Новикова [46] выделяют следующие виды: деструктивный, недостаточный и конструктивный. Деструктивный негативно влияет на психологическое состояние человека, ухудшает общую продуктивность при выполнении какой-либо деятельности. Недостаточный вид проявляется в низком уровне тревоги и не способствует мобилизации сил для выполнения деятельности. Конструктивный вид тревоги является оптимальным, он положительно влияет на эффективность выполняемой деятельности [83].

А.М. Прихожан выделял некоторые формы тревожности. Под формами он понимал особое сочетание характера переживания, характеристика поведения, общения и деятельности. Автор выделяла открытые и закрытые формы тревожности.

Открытая тревога сознательно переживается субъектом, она открыто проявляется в поведении и деятельности.

К открытым относят: острую, нерегулируемую тревожность; регулируемую и компенсирующую тревожность, а также культивируемую тревожность.

Закрытые формы характеризуются агрессивностью, лживостью, ленью, чрезмерной мечтательностью, апатией, зависимостью.

Согласно исследованиям В.В. Лебединского, дети с высоким уровнем тревоги относятся к группе риска по неврозам, девиантному поведению, а также эмоциональным нарушениям личности.

Подводя итог, хотелось бы сказать о том, что детская тревожность является одной из самых актуальных проблем в психологии. Сама по себе тревожность в общем виде определяется как склонность индивида к переживаниям данного эмоционального состояния, имеет устойчивый характер, становится личностной чертой.

Для детей старшего дошкольного возраста характерными проявлениями тревожности являются: беспокойство, сложности концентрации внимания, мышечное напряжение, скованность движений и поведения, беспричинная раздражительность, нарушения сна, беспричинные слезы и истерики, неадекватные реакции ребенка на различные повседневные ситуации, появление заикания, тиков, покраснения покровов кожи, устойчивое пониженное настроение, снижение интересов, общая слабость, быстрая утомляемость, резкие перепады настроения. На сегодняшний день ученые выделяют большое количество классификаций видов тревожности, что также указывает на актуальность данной темы.

## **1.2. Влияние детско-родительских отношений на развитие тревожности у детей старшего дошкольного возраста**

Детско-родительские отношения играют огромную роль в формировании личности, психического развития и психики человека. По мнению психологов отношения детей и родителей закладывают фундамент личности и имеют решающее значение для его развития. На сегодняшний день проблема взаимоотношений детей и родителей стоит очень остро. Семья, в которой растет ребенок удовлетворяет его первичные и вторичные потребности. В частности, семья удовлетворяет его потребности в принятии, признании, уважении, эмоциональной поддержке. Именно в семье ребенок учится контактировать с другими людьми и получает свой первый эмоциональный опыт. Семья формирует мировосприятие ребенка, учит его определенным паттернам поведения. Ребенок в неполной семье с одним родителем сталкивается с большим количеством проблем. Как уже было обозначено нами ранее, неполный состав семьи, обязывает родителя брать на себя сразу все роли и функции в семье, которые касаются материального обеспечения, воспитательного, хозяйственно-бытового процесса, что

оказывает большое давление и накладывание ответственности на родителя. Первое, на что влияет данный факт – детско-родительские отношения.

Само по себе отсутствие одного из родителей создает условия для эмоциональной депривации, вследствие которой у детей старшего дошкольного возраста формируется тревожность.

Также ребенок может испытывать тревожность на фоне того, что его семья отличается от семей сверстников в его окружении. Детям старшего дошкольного возраста свойственно сравнение себя с другими, что также является причиной зарождения тревожности, они испытывают потребность в схожем со сверстниками социальном статусе, желают иметь обоих родителей.

Отсутствие одного из родителей приводит к тому, что у ребенка развивается ряд комплексов, которые связаны с неполноценностью, отсутствием внутренней гармонии, в будущем искаженное представление о создании собственной семьи. Дети, выросшие в неполной семье, очень часто испытывают чувство несправедливости и обделенности, одиночества, потери и эмоциональной пустоты.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что отсутствие одного родителя в значительной мере сказывается на формировании личности и является основанием для формирования тревожности.

Стоит также обозначить, что дети из неполной семьи растут в условиях неклассической модели воспитания, что уже является основанием формирования и развития тревожности, поскольку ребенок может считать лишь один сценарий поведения, с одного родителя.

Обозначим определение термина семья. Л.Д. Столяренко и С.И. Самыгина давали следующее определение: «семья социально-педагогическая группа людей, предназначенная для оптимального удовлетворения потребностей в сохранении и продолжении рода, а также самоуважении каждого ее члена».

Социологи описывают семью по следующим критериям:



- Семья является первым и основным фактор социализации ребенка;
- Социальная группа, являющаяся первой ступенью социального развития, в которой протекает вся социальная жизнь человека;
- Социальная система, члены которой имеют свои роли и статусы;
- Социальный институт, который регулирует разные сферы жизни индивида, основываясь на общественных принципах и правилах;

Л.Д. Столяренко и С.И. Самыгина определяли семейное воспитание как: «система воспитания и образования, складывающаяся в условиях конкретной семьи и силами родителей и родственников».

В качестве главных принципов семейного воспитания выделяют:

- Гуманность и милосердие к ребенку;
- Вовлеченность ребенка в жизнь и деятельность семьи;
- Открытые и доверительные отношения между членами семьи;
- Последовательность в действиях и требованиях по отношению к ребенку;
- Оказание помощи ребенку от взрослых.

Реализация данных принципов при воспитании детей, способствует выстраиванию благоприятной атмосферы в семье.

Также, по мнению А.С. Макаренко, А.В. Петровского, А.И. Захаровой основой, закладывающей семейный микроклимат в семье, является межличностные отношения. То есть, именно отношение родителей к ребенку влияет на его самооценку, уверенность, успешность и другие качества ребенка. От всего этого зависит его будущее и кем он станет в дальнейшем.

А.Я. Варга и В.В. Столин писали: «родительские отношения – система разнообразных чувств к ребенку, поведенческих стереотипов, практикуемых в общении с ним, особенностей восприятия и понимание характера и личности ребенка, его поступков».

С. Соловейчик выделял несколько типов отношений родителей к ребенку, наиболее распространенными из которых являются: внимательный,

боязливый, тщеславный, сердитый, раздражительный, приспособливающийся, общительный, сенсационный, настойчивый, постоянный, уверенный и обнадеживающий. Автор был уверен в том, что отношение родителей к ребенку всего отличаются высокой степенью психологической напряженности.

Также П.Ф. Лесгафт выделял позиции родителей в отношениях с ребенком:

1. Игнорирование и унижение детей. При таком поведении родителей дети становятся лицемерными, постоянно врут, очень часто наблюдаются задержки развития или проблемы с интеллектуальной сферой.

2. Восхищение. Когда родители постоянно превозносят своего ребенка и многократно преувеличивают их способности, возводя их в образец совершенства, дети вырастают очень зазнавшимися, поверхностными и эгоистичными.

3. Гармоничные отношения. В данной позиции взрослый дает достаточно любви и уважения своему ребенку, поэтому дети вырастают добрыми, честными, удовлетворенными, мыслящими людьми.

4. Критика. Если родители постоянно подвергают критике своего ребенка, не бывают им довольны, то он растет легко раздражительным и эмоционально лабильным.

5. Чрезмерное оберегание. Если родители постоянно оберегают ребенка, находятся в позиции гиперопеки, а также балуют его, то дети растут ленивыми и незрелыми.

6. Влияние материального достатка. Если в семье на отношение к детям влияют финансовые проблемы, то скорее всего у детей выработается пессимистический настрой к жизни и окружающему миру, а также возможно развитие тревожности. В то время как отсутствие влияния финансовых вопросов на отношение к детям способствует воспитанию скромных и спокойных детей.

Изучая литературные источники по данной проблеме, нами была замечена обширная феноменология типов семейного воспитания, способствующих развитию тревожности. Рассмотрим классификацию типов семейного воспитания Е.В. Кучеровой.

1) Первый тип семейного воспитания детей с устойчивой тревожностью характерен для семей, в которых один родитель женского пола. В таких семьях отца либо нет совсем, либо он мало контактирует с ребёнком. Тревожность передаётся от матери к ребёнку через эмоциональное состояние. Как правило, мамы, воспитывающие ребёнка в одиночку слишком сильноопасаются за жизнь, здоровье и поведение ребёнка и очень часто эти опасения не имеют оснований. Родитель начинает ограничивать ребёнка в свободе действий, ссылаясь на безопасность. Они предугадывают негативные последствия детского поведения и начинают ограничивать самостоятельность и активность ребёнка. Все это объясняется тем, что роль главы семьи принадлежит матери, соответственно, и ответственность также на ней.

2) Второй тип семейного воспитания характеризуется тем, что родители навязывают ребёнку роль «послушного». По сути общение между родителями и ребёнком сводится исключительно к приучению его решения педагогических и воспитательных задач. Как правило, в таких семьях нет единства мнений. То есть родители с каждой стороны предъявляют разные требования к ребёнку, из-за чего возникают проблемы с уверенностью в себе и самооценкой. Родители при таком типе воспитания не дают ребёнку должной заботы и эмоционального тепла, а лишь выполняют функции воспитателей.

3) Третий тип такой же, как и второй, но его особенность состоит в том, что лидерами в семье являются представители старшего поколения, а именно Бабушка или дедушка. Между родителями и представителями старшего поколения ребёнка появляются разногласия и скрытая борьба за лидерство. Родители находятся в зависимости от дедушки и бабушки и сами

занимают детскую позицию, из-за чего конечно, случаются постоянные конфликты. Безусловно, такая напряженная атмосфера в семье влияет на эмоциональное состояние ребенка, которое в дальнейшем перерастает в тревожность.

4) Четвёртый тип воспитания характеризуется тем, что родители почти не общаются с ребёнком, осуществляя только уход за ним. Чаще всего такое поведение родителей наблюдается в тех семьях, где ребёнок нежеланный и нелюбимый, может являться внебрачным ребёнком или от предыдущего брака, в семье его не принимают. Безусловно, такое отношение чувствуется ребёнком, недоверие, отсутствие поддержки и любви со стороны родителей отражается на эмоциональном состоянии ребенка. Дети из таких семей постоянно пытаются «заслужить» внимание и любовь родителей. На этом фоне активно развивается тревожность, подавленность, низкая самооценка и пессимистические настроения.

Также Е.В. Кучерова выделяет общие черты типов семейного воспитания детей с тревожностью. Обозначим некоторые из них: взрослые игнорируют или обесценивают любую деятельность ребенка, чаще всего полностью отсутствует совместная деятельность или случается крайне редко, без эмоциональной насыщенности. Проявление инициативы ребенка помочь взрослому или провести с ним время не поощряется, также как и его активность. Чаще всего ребёнок в таких семьях является подчинённым лицом, выполняющим поручения взрослых.

В своих работах А.С. Макаренко классифицирует отношения в семье как сосуществование, конфронтация и содружество.

А.Я. Варга и В.В. Столин выделяют такие типы родительских отношений как:

1. «Принятие–отвержение». Принятие характеризуется тем, что родитель уважает ребенка, он нравится ему такой, какой есть. В то время как родители, находящиеся в позиции отвержения постоянно критикуют ребенка, считают его недостаточно приспособленным к жизни, они ему не доверяют и

испытывают негативные эмоции по отношению к ребенку. Родители в такой позиции постоянно срываются на детей, испытывая злость и раздражение.

2. «Кооперация». При такой позиции родитель заинтересован жизнью ребенка, постоянно в ней участвуя в качестве поддержки и помощника, но при этом, давая ребенку возможность действовать самостоятельно. Такой родитель гордится своим ребенком.

3. «Симбиоз». Для родителей, находящихся в симбиозе со своим ребенком характерно постоянное беспокойство. При таком формате взаимоотношений родитель не дает ребенку действовать самостоятельно, будучи уверенным в том, что он маленький и не сможет справиться с чем-либо.

4. «Авторитарная гиперсоциализация». Данный тип взаимоотношений характеризуется тем, что родитель требует от ребенка безоговорочного послушания и жесткой дисциплины. В таком случае, родитель навязывает ребенку свою позицию и мнение, если ребенок проявляет самостоятельность и своеволие, то жестоко наказывает его. Также для родителей характерно требование от ребенка успеха во всех сферах жизни.

5. «Маленький неудачник». При таком типе взаимодействия родитель считает своего ребенка несостоятельным и инфантильным. Отсюда возникает тотальный контроль за деятельностью ребенка и постоянное ограждение от трудностей [82].

Дошкольный возраст, как уже было сказано ранее, характеризуется потребностью в признании и уважении со стороны значимых людей в жизни ребенка. На базе отношений внутри семьи формируется самооценка, устойчивое чувство «Я», формирование новообразований также напрямую зависит от стилей семейного воспитания. На сегодняшний день существует большое количество классификаций стилей семейного воспитания выделяют авторитарный, демократический, либеральный (попустительский), хаотичный, гиперопека, отчуждённый стили. Охарактеризуем каждый из них.

1. Авторитарный стиль воспитания также называют диктаторским или доминирующим. В такой семье родители строго контролируют всю жизнь ребенка, не давая ему свободы действий и права выбора. Родители, придерживающиеся данного типа воспитания, считают, что ребенка необходимо держать в строгости, для полного подчинения. К сожалению, такие взаимоотношения исключают близкие отношения между родителями и ребёнком. Для таких отношений характерно отсутствие привязанности. У детей формируется механизм внешнего контроля, который основан на чувстве вины. Авторитарные отношения приводят к тому, что ребёнок становится безынициативным, подавленным, пассивным, а также возможно проявления агрессии.

2. Демократичный стиль воспитания является наиболее оптимальным для воспитания. Придерживаясь данного стиля родители предоставляют ребенку самостоятельность действий и понимание ответственности за свои действия. Дети в такой семье подчиняются правилам, установленным в семье, выполняют поручения родителей, сохраняя за собой право на собственное мнение. Родители прислушиваются к детям и стремятся их понять. При общении с ребёнком родители доходчиво объясняют свою позицию и включаются в обсуждение с ребёнком. Поощряется принятие собственных решений. Демократичный стиль воспитания в семье положительно влияет на самооценку, умение взаимодействия с другими членами общества и главное, что при таком стиле тревожность у детей не развивается.

3. Либеральный (попустительский) стиль воспитания предполагает полное отсутствие контроля со стороны родителей. Ребёнок не приучен к выполнению указаний родителей, не знает своих обязанностей. Как правило, в семьях, где практикуется такой тип стиль воспитания, родители не занимаются детьми по причине нежелания, неумения или неспособности выстраивать какие-либо детско-родительские отношения.

4. Хаотичный стиль воспитания ребенка внутри семьи представляет собой неспособность родителей придерживаться одного подхода к воспитанию. В таких семьях нет четко выраженных и конкретных требований или эти требования противоречат друг другу. Дети при таком стиле воспитания не понимают какой концепции поведения придерживаться. Из-за постоянно меняющихся оценок поведения, требований со стороны родителей и обязательств, ребёнок чувствует фрустрацию и отсутствие стабильности и отпоры. Это, безусловно, приводит к тревожным состояниям.

5. Гиперопека – характеризуется чрезмерной опекой ребенка со стороны родителей. При таком стиле родители не способны увидеть границу между адекватной заботой и чрезмерной. При таком стиле воспитания родители не обучают ребенка брать на себя какие-либо обязанности. Все дела, даже касающиеся самообслуживания они берут на себя. Родители отчаянно оберегают ребенка от труда, проблем и опасностей, накладывая массу ограничений, не понимая, что для полноценного гармоничного развития ребёнку необходима свобода действий и самостоятельность.

6. Невмешательство – стиль воспитания в семье, который характеризуется независимым существованием взрослых и детей. Родители, придерживающиеся такого стиля воспитания, уверены, что их невмешательство в жизнь ребенка благотворно влияет на развитие последнего. Считается, что таким образом, у ребенка вырабатывается самостоятельность и ответственность. На самом же деле родители просто проявляют безразличие к судьбе ребенка, что негативно сказывается на его эмоциональном состоянии. Ребёнок в таком случае чувствует себя ненужным и брошенным. Он постоянно, но безуспешно будет пытаться заслужить любовь родителей. Безусловно, при таком стиле воспитания у ребенка развивается низкая самооценка и огромное количество комплексов. Стараясь обратить на себя внимание, ребёнок нередко берет на себя ответственность за родителей, меняясь с ними ролями.

Рассматривая стили семейного воспитания, как зарубежные, так и отечественные учёные пришли к единому мнению о том, что стиль воспитания влияет на уровень тревожности детей. Так, было установлено, что демократичный стиль воспитания не располагает к появлению тревожности у детей. В то время, как авторитарный стиль способствует ее резкому увеличению.

Также было установлено, что попустительский стиль воспитания, при котором родители ведут себя безразлично по отношению к ребёнку, также способствует увеличению тревожного состояния.

В своих научных трудах Н.В. Мазурова отмечает взаимосвязь между типом воспитания внутри семьи и повышением уровня тревожности у детей, воспитываемых в этих семьях. Психолог обращает внимание на то, что возникновение тревоги базируется на нарушении чувства защищённости ребенка. Что позволяет сделать вывод о том, что снижение уровня тревоги у ребенка невозможно без перестройки отношений внутри семьи, смены родительских установок и гармонизации общей обстановки в семье [59].

Взаимосвязь возникновения тревожности и неудовлетворенной потребности в надежности межличностных отношений прослеживалась также в работах К. Хорни. Автор отмечал, что тревожность препятствует главной цели развития человека – стремлению к самореализации. К. Хорни также считает, что окружающая среда играет основную роль в возникновении тревожности у ребенка. Стоит заметить, что потребности ребенка дошкольного возраста удовлетворяют окружающие его взрослые. Помимо основных потребностей у ребенка также есть межличностные, такие как потребность в признании, любви, заботе, одобрении со стороны окружающих (особенно значимых взрослых). Таким образом, если межличностные потребности удовлетворяются систематически и с раннего детства, то это способствует повышению самооценки, уверенности в себе, а также появлению чувства безопасности. К сожалению, такая благоприятная атмосфера царит не во всех семьях. Большинство родителей не в силах



удовлетворить межличностные потребности ребенка, поскольку сами имеют искаженное представление о воспитании истереотипы поведения, неудовлетворенные потребности и ложные ожидания по отношению к собственному ребенку.

Подводя итог, хотелось бы сказать о том, что разные авторы используют разные подходы в изучении вопроса детско-родительских отношений и из каждого подхода видно, что родительские отношения очень противоречивы. Из чего можно сделать вывод, что отношения и атмосфера в семье может носить как благоприятный, так и негативный характер. Безусловно, на атмосферу в семье оказывает влияние тип семейного воспитания, позицию родителей по отношению к своим детям, а так же роль ребенка в семье. Все эти факторы имеют сильное влияние на формирование личности ребенка, в частности, на формирование и развитие тревожности. В своих научных трудах А.Н. Леонтьев, А.Р. Лурия, Д.Б. Эльконин писали о том, что психическое развитие и благополучие определяется его эмоциональным контактом внутри семьи.

### **1.3. Подходы к коррекции тревожности у детей старшего дошкольного возраста в системе детско-родительских отношений**

Проанализировав механизм появления тревожности у детей старшего дошкольного возраста, а также его влияние на личность ребенка, нами был сделан вывод о том, что одной из главных задач психолога, работающего в данном направлении, является осуществление своевременной коррекции.

На сегодняшний день термин психологической коррекции с позиции разных авторов рассматривается по-разному. Например, А.С. Спиваковская считала, что психологическая коррекция представляет собой способ профилактики нервно-психических нарушений у детей.

Г.Б. Бурменская, О.А. Карабанова, А.Г. Лидере в своей работе «Возрастно-психологическое консультирование» писали: «психокоррекция –

метод психологического воздействия, который направлен на создание оптимальных возможностей и условий развития личного и интеллектуального потенциала ребенка» [35].

В свою очередь Р.С. Немов считал: «психологическая коррекция – это совокупность методов, используемых психологом для исправления психики поведения психически здорового человека» [66].

В своих работах А.А. Осипова определяет термин психологической коррекции как: «система мер, направленных на исправление недостатков психологии или поведения человека с помощью специальных способов психологического влияния».

В более общем смысле, коррекция понимается как вид психологической деятельности, направленный на исправление особенностей психологического развития с помощью психологических методов воздействия. Коррекция также определяется как деятельность, формирующая у субъекта психологические качества для социализации и адаптации к жизни в социуме.

Стоит уточнить, что психологическая коррекция направлена исключительно на проблемные зоны, не имеющие органической основы, а также не являются стойкими и закрепившимися.

Существует большое количество классификаций видов психокоррекции. По форме организации коррекции выделяют: индивидуальную и групповую. При индивидуальной коррекции работа происходит непосредственно с конкретным ребенком. В то время как, групповая психокоррекция осуществляется с группой детей. Дети распределяются по группам согласно критериям возраста и проблем. При такой форме работы коррекция достигается посредством взаимодействия участников внутри группы.

По характеру направленности выделяют каузальную и симптоматическую коррекцию. Каузальная направлена на источник и

причины отклонения. В то время как симптоматическая предполагает снятие острых симптомов и имеет кратковременное воздействие.

Рассматривая вопрос тревожности у детей старшего дошкольного возраста в аспекте детско-родительских отношений, Р.В. Овчарова считала, что проблемы детско-родительских отношений, порождающих тревожность, основываются на педагогической и психологической неграмотности родителей, устоявшиеся стереотипы поведения внутри семьи, перенимаемых из родительских семей, личностные проблемы. В качестве основного метода коррекции автор предлагает использовать когнитивно-поведенческий тренинг[69]. В качестве основных техник тренинг включает:

1. Демонстрацию образцов, которые должны быть заучены;
2. Разъяснение клиенту в доступной форме, что представляет поведенческая реакция для заучивания;
3. Отработка упражнений. Направленных на заучивания новых реакций;
4. Контроль, основанный на обратной связи о достигнутых результатах.

А.А. Осипова выделяет как средство коррекции детско-родительских отношений – социально-психологический тренинг.

Под социально–психологическим тренингом понимается практика психологического воздействия, основанная на активных методах групповой работы. При этом подразумевается использование своеобразных форм обучения знаниям, умениям, техникам в сфере общения, деятельности и коррекции.

Социально–психологический тренинг – один из методов активного обучения и психологического воздействия, осуществляемого в процессе интенсивного группового взаимодействия и направленного на повышение компетентности в сфере общения, в котором общий принцип активности обучаемого дополняется принципом рефлексии над собственным поведением других участников группы

В процессе социально-психологического тренинга применяются различные методические приёмы: групповая дискуссия (базовый методический приём), ролевая игра, невербальные упражнения и так далее.

Е.Б. Ковалёва, исследуя тревожность детей, обратила внимание, что на рост тревожности дошкольника оказывает определённое влияние эмоциональных детско-родительских отношений. В результате ребёнок находится под давлением родителей. В качестве коррекции тревожности у детей предлагала воздействие на его самосознание через уровень его развития [40].

Методы коррекции органического уровня: упражнения на релаксацию и сосредоточения, обратить внимание на режим дня, питание, прогулки, соблюдение режима сна и бодрствования.

Методы коррекции индивидуального уровня самосознания направлены на стабилизацию эмоционального состояния, на развитие эмпатии и адекватных защитных проявлений (игровая терапия, деятельная терапия и т.д.).

Методы коррекции личностного уровня: терапевтическое общение, а также эффективные проективные методики: рисование страхов, составление рассказов по специальным картинкам.

По мнению А.Г. Харчева, семья для дошкольника – «социальный микроскоп», в котором он постепенно приобщается к социальной жизни. Нередко в воспитании детей допускаются ошибки, которые связаны с неправильным представлением родителей о воспитании ребёнка, незнания его психологических, возрастных и индивидуальных особенностей, что приводит к нарушениям в системе детско-родительских отношений.

Для того чтобы складывался позитивный тип детско-родительских отношений, как считают Т.А. Маркова, Г. Кравцов, Т.Н. Доронов, С.И. Мушенко, надо формировать педагогическую грамотность у родителей. На современном этапе сложилась система работы с родителями или формы сотрудничества, которые способствуют повышению педагогической

культуры родителей. В работе с родителями используется как коллективная, так и индивидуальная форма работы. К коллективным формам работы относятся: собрания для родителей, практикумы, семинары. К индивидуальным: консультации, беседы, посещение на дому.

В свете инновационных подходов к воспитанию и обучению дошкольников широкое распространение получили такие формы как: семейные клубы, конкурсы семейных газет, создание домашней видеотеки, участие родителей в спортивных детских мероприятиях, культпоходы (в театр, музей, кино, на выставки), посещение природы и т.д.

Анализируя подходы авторов коррекции детско-родительских отношений, наиболее значимым, на наш взгляд, являются формы работы по обогащению знаний родителей (собрания, индивидуальные консультации, разнообразные клубы, изучение родителями психолого-педагогической литературы по воспитанию детей) а также внедрение совместной деятельности родителей и детей. Безусловно, нельзя упускать из внимания и коррекционную работу непосредственно с ребенком.

Исследователи обращают внимание, что для коррекции детско-родительских отношений можно использовать тренинг (когнитивно-поведенческий, социально-психологический).

Проблема детско-родительских отношений, как видно из многочисленных исследований психологов и педагогов, действительно актуальна.

Влиянию родительского отношения на ребёнка посвящено много исследований зарубежных и отечественных психологов и педагогов (А.В. Петровский, А.И.Захаров, А.Я.Варга, В.В.Столин, С.Соловейчик, П.Ф.Лесгафт и другие).

Родительские отношения – это система разнообразных чувств к ребёнку, поведенческих стереотипов, практикуемых в общении с ним, особенностей восприятия и понимания характера и личности ребёнка, его поступков.

Таким образом, подводя итог, необходимо сказать о том, что исследователи выделяют типы родительских отношений, некоторые из которых негативно влияют на формирующуюся личность ребенка и нарушают детско-родительские отношения. Использование неэффективного типа родительского отношения ведет к возникновению тревожности у ребенка. Тревожность ребёнка на начальной стадии проявляется ситуативно, но впоследствии может перерасти в личностную. Чтобы тревожность не приобрела личностный характер, необходимо просвещать родителей знаниями о психологических особенностях возраста их ребенка, о задачах, формах, методах и способах воспитания. Для того, чтобы выявить влияние родительских отношений на ребёнка, нами проведен констатирующий этап исследования.

### **Выводы по первой главе**

Подводя итог первой главы, хотелось бы сказать о том, что на сегодняшний день существует большое количество определений тревожности, но в общем смысле тревожность является эмоциональным переживанием о будущих событиях, как правило имеет прогностический характер с неблагоприятными прогнозами. Отличительной чертой тревожности является отсутствие конкретного предмета, вызывающего негативные переживания.

Исследователи выделяют такие структурные компоненты тревожности как: когнитивный, эмоциональный, физиологический, поведенческий.

Существует большое разнообразие классификаций тревожности, но наиболее важными являются следующие: ситуативная, личностная, адаптивная и дезадаптивная. Ситуативная характеризуется проявлением в определенных ситуациях, личностная тревожность является свойством личности. Адаптивная тревожность способствует адаптации человека к окружающим условиям. Дезадаптивная тревожность ухудшает состояние

человека, особенно при долговременном воздействии, негативно влияет на психологическое и соматическое здоровье.

В данной главе также рассматривается вопрос психофизического проявления тревожности у детей старшего дошкольного возраста. Для них характерными проявлениями тревожности являются: беспокойство, сложности концентрации внимания, мышечное напряжение, скованность движений и поведения, беспричинная раздражительность, нарушения сна, беспричинные слезы и истерики, неадекватные реакции ребенка на различные повседневные ситуации, появление заикания, тиков, покраснения покровов кожи, устойчивое пониженное настроение, снижение интересов, общая слабость, быстрая утомляемость, резкие перепады настроения. На сегодняшний день ученые выделяют большое количество классификаций видов тревожности, что указывает на актуальность данной темы.

Кроме того, в данной главе рассмотрен вопрос детско-родительских отношений и их влияние на развитие тревожности детей старшего дошкольного возраста. Было выяснено, что разные авторы используют разные подходы в изучении вопроса детско-родительских отношений и из каждого подхода видно, что родительские отношения очень противоречивы. Из чего можно сделать вывод, что отношения и атмосфера в семье может носить как благоприятный, так и негативный характер. Безусловно, на атмосферу в семье оказывает влияние тип семейного воспитания, позицию родителей по отношению к своим детям, а так же роль ребенка в семье. Все эти факторы имеют сильное влияние на формирование личности ребенка, в частности, на формирование и развитие тревожности. В своих научных трудах А.Н. Леотьев, А.Р. Лурия, Д.Б. Эльконин писали о том, что психическое развитие и благополучие определяется его эмоциональным контактом внутри семьи. Исследователи выделяют типы родительских отношений, некоторые из которых негативно влияют на формирующуюся личность ребенка и нарушают детско-родительские отношения. Использование неэффективного типа родительского отношения ведет к

возникновению тревожности у ребенка. Тревожность ребёнка на начальной стадии проявляется ситуативно, но впоследствии может перерасти в личностную. Чтобы тревожность не приобрела личностный характер, необходимо просвещать родителей знаниями о психологических особенностях возраста их ребенка, о задачах, формах, методах и способах воспитания.

В качестве методов решения вопроса гармонизации детско-родительских отношений, используется следующее: коллективная и индивидуальная форма работы. К коллективным формам работы относятся: собрания для родителей, практикумы, семинары. К индивидуальным: консультации, беседы, посещение на дому.

В свете инновационных подходов к воспитанию и обучению дошкольников широкое распространение получили такие формы как: семейные клубы, конкурсы семейных газет, создание домашней видеотеки, участие родителей в спортивных детских мероприятиях, культпоходы (в театр, музей, кино, на выставки), посещение природы и т.д.

Анализируя подходы авторов коррекции детско-родительских отношений, наиболее значимым, на наш взгляд, являются формы работы по обогащению знаний родителей (лекционные занятия, направленные на психологическое просвещение, собрания, индивидуальные консультации, разнообразные клубы, изучение родителями психолого-педагогической литературы по воспитанию детей) а также внедрение совместной деятельности родителей и детей.



## **ГЛАВА II. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ТРЕВОЖНОСТИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА, ВОСПИТЫВАЮЩИХСЯ В НЕПОЛНОЙ СЕМЬЕ**

### **2.1. Организация, методы и методики проведения исследования**

Целью экспериментального исследования является изучение влияния нарушенных детско-родительских отношений на развитие тревожности детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполной семье.

В качестве задач исследования мы выделили следующие:

1. Выявление распространенности тревожности разного уровня (высокой, средней, низкой) у детей старшего дошкольного возраста из неполных семей.

2. Выявление влияния нарушенных детско-родительских отношений на развитие тревожности у детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполной семье.

Гипотеза исследования: Дети старшего дошкольного возраста, воспитывающиеся в неполной семье, имеют повышенную тревожность.

Эмпирическое исследование тревожности детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполной семье, проводилось на базе Муниципального бюджетного дошкольного общеобразовательного учреждения «Детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по социально-личностному развитию детей №6 «Страна детства» в городе Зеленогорске.

Всего в исследовании принимали участие 70 человек: 35 детей старшего дошкольного возраста и 35 родителей, воспитывающие детей в неполной семье. Перед проведением исследования, участники заполняли согласие на обработку персональных данных.

При формировании экспериментальной выборки мы придерживались следующих критериев:

– Возраст испытуемых. В исследовании принимали участие дети старшего дошкольного возраста (5–7 лет).

– Схожесть социально–психологической ситуации в семье. В исследовании принимали участие испытуемые из неполных семей.

Во время проведения исследования работа осуществлялась в индивидуальной форме. Обследование детей проводилось в первой половине дня. Обследование родителей проводилось в виде группового тестирования. Испытуемым были разъяснены инструкции, правила и порядок выполнения тестирования, а также выданы бланки для заполнения ответов.

В соответствии с целью и задачами исследовательской работы, нами были выбраны методики диагностики. Для обследования уровня тревожности детей старшего дошкольного возраста мы использовали методики:

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

б) Анкета «Уровень тревожности ребенка» (Г.П. Лавретьев, Т.М. Титаренко).

А также методики диагностики детско-родительских отношений:

а) Тест-опросник родительского отношения (А.Я. Варга, В.В. Столин).

б) «Анализ семейных взаимоотношений» (Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкис).

Рассмотрим подробнее первую методику – тест тревожности «Выбери нужное лицо» (Р. Тэмпл, В. Амен, М. Дорки): она направлена на определение уровня тревожности ребенка, методика предназначена для диагностики детей 4–7 лет. Степень тревожности, выявленной при диагностике с использованием данного теста, свидетельствует об уровне эмоциональной приспособленности ребенка к социальным ситуациям, показывает отношение к некоторым социальным ситуациям, а также предоставляет информацию о характере взаимоотношений со взрослыми внутри семьи и сверстниками.

Методика представлена 14 рисунками (8,5 x 11 см), выполненными в двух вариантах с изображением девочки и изображением мальчика. На каждом рисунке изображена определенная ситуация, с которой ребенок сталкивался. Лицо ребенка на изображении не прорисовано. Каждый рисунок дополнен двумя изображениями головы, на первом изображено улыбающееся лицо, на втором печальное. Для каждой ситуации ребенок должен выбрать лицо. Психолог, при предъявлении каждой последующего рисунка, дает ребенку инструкцию с вопросами о выборе эмоции. Во избежание навязывания выборов инструкции чередуются названия лиц. Необходимо избегать дополнительных вопросов при диагностике. Выбор эмоционального выбора, а также ответы на вопросы фиксируются в специальном протоколе. Рисунки предъявляются ребенку в строго перечисленном порядке. Диагностика проводится в индивидуальном формате. Протоколы каждого ребенка подвергаются количественному и качественному анализу.

Количественный анализ представляет собой подсчет индекса тревожности (ИТ), который равен процентному соотношению числа негативных выборов к общему количеству рисунков и возведенное в процентное соотношение. Формула подсчета выглядит следующим образом:

$$\text{ИТ} = (\text{число эмоциональных негативных выборов} / 14) * 100\%.$$

Авторы выделяют три уровня тревожности:

1. Высокий уровень тревожности (ИТ более 50%);
2. Средний уровень тревожности (ИТ от 20 до 50%);
3. Низкий уровень тревожности (ИТ от 0 до 20%).

Качественный анализ представляет собой интерпретации высказываний ребенка. Поскольку каждый рисунок отражает ситуацию, по высказываниям ребенка можно сделать косвенные выводы относительно возможного эмоционального опыта ребенка в данной или подобной ситуации. Наиболее показательными являются рисунки 4 («Одевание»), 6 («Укладывание спать в одиночестве»), 14 («Еда в одиночестве»). Дети, дающие отрицательные

высказывания и выбирающие отрицательный эмоциональный выбор на данные ситуации, вероятнее всего будут иметь высокий индекс тревожности. Дети, которые делают отрицательный эмоциональный выбор на рисунках 2 («Ребенок и мать с младенцем»), 7 («Умывание»), 9 («игнорирование») и 11 («Собирание игрушек»), с высокой вероятностью будут иметь высокий или средний индекс тревожности.

При анализе результатов диагностики, необходимо обращать внимание на то, в каких ситуациях обозначенных на картинках, ребенок выбирает негативную эмоцию. Например, тревожность может быть связана с определенной ситуацией: страх агрессии, страх игнорирования родителем, ревность к брату/сестре, страх наказания. Ребенок может идентифицировать себя с изображенным на рисунке ребенком.

Следующая методика, Анкета «Уровень тревожности ребенка» (Г.П. Лавретьев, Т.М. Титаренко), направленная на диагностику тревожности у детей старшего дошкольного возраста, Анкета «Уровень тревожности ребенка» под авторством Г.П. Лавретьева и Т.М. Титаренко.

Данная методика предназначена для определения уровня тревожности детей дошкольного возраста на основе сопоставления результатов наблюдения, проведенного исследователем и опроса взрослого ближнего окружения ребенка. Участниками опроса являются родители.

Опросник состоит из 20 вопросов–утверждений. Каждый положительный ответ оценивается в 1 балл. При проведении анализа результатов диагностики подсчитывается итоговая сумма баллов.

Авторы методики выделяют три уровня тревожности:

- Высокий – от 15 до 20 баллов;
- Средний – 7–14 баллов;
- Низкий – 1–6 баллов.

В качестве одной из методик диагностики детско-родительских отношений, нами был выбран тест-опросник родительского отношения (А.Я. Варга, В.В. Столин). Целью данной методики является выявление

родительского отношения в семье. Опросник содержит 61 вопрос, на которые следует отвечать положительно или отрицательно. Методика предназначена для родителей детей 3–10 лет.

За каждый положительный ответ, испытуемый получает 1 балл, за каждый отрицательный – 0 баллов. Большое количество набранных баллов свидетельствует о развитости каких-либо видов родительского отношения. Низкие баллы, наоборот, свидетельствуют о слабом развитии представленного вида.

Распределение баллов по шкалам теста происходит следующим образом:

1. Принятие–отвержение: 3,4,8,10,12,14,16,18,20, 24,26,27,38,39,40, 42, 43,44,45,46,47,49,52,53,55,56,60.
2. Кооперация: 21,25,31,33,34,35,36.
3. Симбиоз: 1,4,7,28,32,41,58.
4. Авторитарная гиперсоциализация: 2,19,30,48,50,57,59.
5. «Маленький неудачник»: 9,11,13,17,22,54,61.

Высокий тестовый балл по данным шкалам интерпретируется следующим образом:

1. Отвержение;
2. Социальная желательность;
3. Симбиоз;
4. Авторитарная гиперсоциализация;
5. Инфантилизация (инвалидизация).

Обозначим шкалы теста:

1. Шкала «принятие–отвержение». Данная шкалы выражает положительное или отрицательное отношение к своему ребенку. Высокие баллы по шкале свидетельствуют о положительном отношении к ребенку. Взрослый принимает, поддерживает ребенка, интересуется его жизнью, признает его индивидуальность и поддерживает его интересы. Низкие баллы по шкале отражают негативное отношение к ребенку со стороны взрослого.

Может испытывать злость, досаду, разочарование и другие негативные чувства. (высокие баллы от 24 до 33, низкие баллы от 0 до 8).

2. Кооперация. Данная шкала отражает стремление взрослого к сотрудничеству с ребенком, проявление искреннего интереса к его жизни и делам (высокие баллы от 7–8, низкие баллы 1–2 балла)

3. Симбиоз. Шкала показывает степень стремления взрослого к «слиянию» с ребенком, если балл низкий, это указывает на стремление к сохранению психологической дистанции (высокие баллы 6–7, низкие баллы 1–2).

4. Авторитарная гиперсоциализация. Шкала характеризует строгий контроль поведения ребенка со стороны взрослых, авторитарность отношений к ребенку. Если испытуемый получил высокий балл, значит, его отношения с ребенком носят авторитарный характер, если полученный балл оказался низким это свидетельствует об отсутствии дисциплинарных рамок и контроле за действиями ребенка. Лучшим вариантом полученных баллов по шкале является средний результат от 3 до 5 баллов (высокие баллы 6–7, низкие баллы 1–2).

5. Маленький неудачник. Шкала указывающая на отношения взрослого к способностям, успехам и неудачам ребенка. Высокие баллы по шкале свидетельствуют о том, что родитель считает своего ребенка маленьким неудачником, считает его несостоятельным. Низкие баллы говорят об адекватном отношении родителя к неудачам ребенка (высокие баллы 7–8, низкие баллы 1–2).

Следующая методика, направленная на диагностику детско-родительских отношений, которая была задействована нами в исследовании: «Анализ семейных взаимоотношений» Э.Г. Эйдемиллера, В.В. Юстицкис.

Данная методика представлена в виде опросника для родителей. Он позволяет определить различные нарушения процесса воспитания, выявить типы неправильного, патологического воспитания, нарушения в структурно-

ролевым аспекте семьи, а также, понять некоторые причины такого выбора типа воспитания.

Всего опросник представлен 130 утверждениями, которые позволяют выявить виды патологического воспитания. В него входит 20 шкал, из которых 11 шкал относятся к нарушениям процесса воспитания, 4 шкалы (12,13,17,18) демонстрируют структурно-ролевой аспект жизнедеятельности семьи, 2 шкалы (14,15) позволяют получить представление о системе взаимных влияний внутри семьи. И оставшиеся 3 шкалы (16,19,20) отражают механизмы семейной интеграции. Если рассматривать шкалы в более общем виде, то первые 11 шкал направлены на выявление нарушений процесса воспитания, а остальные 9 демонстрируют личностные проблемы родителей, отражающиеся во взаимоотношениях с ребенком.

Перейдем к описанию шкал опросника:

Уровень протекции в процессе воспитания:

1. Гиперпротекция (шкала Г+). Для гиперпротекции характерно то, что родители слишком много времени и сил уделяют ребенку, возводя вопрос его воспитания на центральное место в своей жизни.

2. Гипопротекция (шкала Г-). Интерпретация данной шкалы является полной противоположностью гиперпротекции. В данном случае, ребенок предоставлен сам себе, родителю некогда и неинтересно заниматься его воспитанием и участвовать в его жизни.

Степень удовлетворения потребностей ребенка:

3. Потворствование (шкала У+). Потворствование характеризуется тем, что родители относятся к потребностям и желаниям ребенка не критично, стараясь максимально удовлетворить их.

4. Игнорирование (У-). Шкала характеризует недостаточное стремление родителей к удовлетворению потребностей ребенка, чаще всего в таких случаях страдают сфера эмоциональных контактов с ребенком.

Количество и качество требований к ребенку в семье:

Требования–обязанности:

5. Чрезмерность требований–обязанностей (Т+). Требования к ребенку при таком стиле воспитания слишком завышены, часто имеют несоответствие возможностям, что может привести к травматичным последствиям.

6. Недостаточность требований–обязанностей (Т–). При таком стиле воспитания ребенок имеет очень маленький круг обязанностей.

Требования–запреты:

7. Чрезмерность требований–запретов (З+). Данная шкала характеризует стиль воспитания, при котором к ребенку предъявляется большое количество и требований, и ограничений.

8. Недостаточность требований–запретов (З–). Данная шкала указывает на такой стиль взаимоотношений детей и родителей, при котором свойственна вседозволенность и отсутствие каких-либо запретов. Если запреты все-таки есть, ребенок может легко их нарушить, зная, что наказания не последует. В таких семьях родители либо не интересуются жизнью ребенка, либо не имеют авторитет.

Строгость санкций (наказаний) за нарушение требований ребенком:

9. Чрезмерность санкций (Шкала С+). Данный тип воспитания носит название «жестокое обращение». Характерно применение строгих мер наказания. Даже на незначительные нарушения родители реагируют очень остро, применяя достаточно жестокие меры. При таком типе воспитания родители уверены, что детей необходимо держать в абсолютной строгости и контроле.

10. Минимальность санкций (шкала С–). Противоположный стиль воспитания, при котором наказания и санкции либо отсутствуют вовсе, либо являются минимальными.

11. Неустойчивость стиля воспитания (шкала Н). Здесь понимается постоянная резкая смена стилей воспитания. Осуществляется резкий переход от строгого к либеральному, через какое-то время происходит обратный



переход. Или, переход от проявления большого количества внимания по отношению к ребенку к полному эмоциональному отвержению.

12. Расширение сферы родительских чувств (шкала РРЧ). Обуславливаемое нарушение – повышенная противоборствующая или доминирующая протекция. Первопричиной нарушения такого типа является нарушенные взаимоотношения между родителями, либо отсутствие второго родителя. В таком случае родитель взаимодействует с ребенком, перекладывая на него роль супруга/супруги, требует удовлетворения потребностей, которые могут быть удовлетворены в психологических отношениях супругов.

13. Предпочтение в подростке детских качеств (шкала ПДК). Обуславливаемое нарушение воспитания – потворствующая гиперпротекция. Характеризуется страхом или нежеланием со стороны родителей взросления ребенка. В таком случае родительская сторона игнорирует факт взросления. Уровень требований к ребенку значительно снижен, что ведет инфантилизации.

14. Воспитательная неуверенность родителя (шкала ВН). Обуславливаемое нарушение – потворствующая гиперпротекция или сниженный уровень требований. Характерно перераспределение ролей между родителем и ребенком в пользу ребенка.

15. Фобия утраты ребенка (шкала ФУ). Обуславливаемое нарушение – потворствующая или доминирующая гиперпротекция. Для данного типа воспитания характерна неуверенность родителя, страх ошибки, чрезмерный страх за ребенка, уверенность в его «болезненности».

16. Незрелость родительских чувств (шкала НРЧ). Обуславливаемые нарушения – гипопротекция, эмоциональное отвержение, жестокое обращение. Отсутствие желания взаимодействия с ребенком по причине незрелости, стереотипа отношений, взятых из родительской семьи, шизоидность.

17. Проекция на ребенка собственных нежелательных качеств (шкала ПНК). Обуславливаемые нарушения воспитания – эмоциональное отвержение, жестокое обращение. При таком типе воспитания родитель видит в ребенке негативные черты характера, которые он не принимает и не признает в себе, соответственно происходит отвержение ребенка и нежелание выстраивать с ним нормальные взаимоотношения.

18. Вынесение конфликта между супругами в сферу воспитания (шкала ВК). Противоречивый тип воспитания, соединение потворствующей гиперпротекции одного из родителей с отвержением или доминирующей гиперпротекцией другого.

19. Предпочтение мужских качеств

20. Предпочтение женских качеств.

21. Эмоциональное отвержение (Г–, У–, С–)

22. Повышенная моральная ответственность (Г+, У–, Т+)

23. Гипопротекция (Г–, У–, С–).

Стоит обратить внимание на то, что данная методика позволяет выявлять только патологические виды семейного воспитания.

Нормативные критерии каждой диагностической методики являлись опорными инструментами при интерпретации, качественном и количественном анализе полученных данных.

Подводя итог, хотелось бы сказать о том, что подобранные и представленные нами методики позволят в полной мере обследовать как уровень тревожности детей старшего дошкольного возраста, так и взаимоотношения внутри семьи. Выбор методик обусловлен их надежностью и валидностью.

## **2.2.Констатирующий эксперимент и его анализ**

На этапе констатирующего эксперимента нами была проведена выборка испытуемых с использованием методик диагностики, представленных в параграфе 2.1. В исследовании принимали участие 70

человек, из которых 35 детей и 35 родителей. На этапе обработки результатов нами проведен анализ и сопоставление результатов диагностик, что позволило выявить группу детей с тревожностью, воспитывающихся в неполной семье.

Исследование детей старшего дошкольного возраста проводилось в индивидуальном порядке по методике «Тест тревожности «Выбери нужное лицо» (Р. Тэмпл, В. Амен, М. Дорки), согласно правилам проведения диагностики в описании теста. Полученные результаты диагностики были занесены в протоколы. Анализ результатов показал, что 15 детей из 35 имеют высокий уровень тревожности, что соответствует 43%, детей со средним уровнем тревожности – 11 человек (31%), количество детей с низким уровнем тревожности – 9 человек (26%).

Далее хотелось бы рассмотреть результаты диагностики уровня тревожности детей старшего дошкольного возраста, проведенного с помощью Анкеты «Уровень тревожности ребенка» (Г.П. Лавретьев, Т.М. Титаренко). Данная анкета заполнялась родителями детей. Ответы родители вносили в протокол.

По результатам диагностики данной методики было выяснено, что количество детей с высоким уровнем тревожности выросло до 16 человек, что составляет 46% от общего числа участников. Количество детей со средним уровнем тревожности – 10 человек (28%). Количество детей с низким уровнем тревожности не изменилось – 9 человек, что составляет 26% от общего числа участников.

Сводные результаты диагностики тревожности у детей по двум методикам представлены в таблице 1.

**Таблица 1. Результаты диагностики тревожности детей старшего дошкольного возраста по двум методикам**

Уровень тревожности	Тест тревожности «Выбери нужное лицо» (Р. Тэмпл, В. Амен, М. Дорки)		Анкета «Уровень тревожности ребенка» (Г.П. Лавретьев, Т.М. Титаренко)	
	Общее количество, чел	Процентное соотношение, %	Общее количество, чел	Процентное соотношение, %
Высокий	15	43%	16	46%
Средний	11	31%	10	28%
Низкий	9	26%	9	26%
Всего	35	100%	35	100%

Согласно полученным результатам, высокий уровень тревожности определялся, если у детей сразу по двум методикам был выявлен высокий уровень тревожности или по одной из методик были показатели высокого уровня тревожности, а по второй методике показатели среднего уровня. Средний уровень тревожности определялся, если по двум методикам были выявлены показатели среднего уровня. Если у участника по двум методикам были выявлены низкие показатели тревожности, то уровень тревожности определялся как низкий.

По результатам полученных данных, у 16 человек из 35 был выявлен высокий уровень тревожности, что составляет 45% от общего числа участников. Средний уровень тревожности был выявлен у 10 человек из 35, что соответствует 29% от общего числа респондентов. Соответственно, низкий уровень тревожности был выявлен у 9 человек из 35, что составляет 26% от общего числа участников. В общем соотношении, средний и высокий уровень тревожности выявлен у 74% детей, а низкий уровень тревожности лишь у 26% детей. Исходя из приведенных данных, можно заметить, что высокий уровень тревожности, оказывающий дезадаптивное влияние, выявлен у наибольшего количества опрошенных. Это достаточно большой показатель, требующий коррекции со стороны психолога. Что касается детей

со средним уровнем тревожности, то стоит отметить, у некоторых респондентов наблюдались пограничные показатели тревожности, которые были близки к высоким. Из этого стоит сделать вывод о том, что данная группа детей входит в группу риска по повышению уровня тревожности. Необходимо наблюдать динамику изменения уровня тревожности у детей, не допуская ее перехода в дезадаптивную тревожность и, безусловно, проводить коррекционные мероприятия по снижению уровня тревожности до более низких показателей. Общее процентное соотношение детей с высоким и средним уровнем тревожности превышает процент детей с низким уровнем тревожности на 48%. Таким образом, детям с высоким и средним уровнем тревожности необходимо оказать психокоррекционную помощь по снижению уровня тревожности, поскольку данные уровни тревожности могут негативно сказаться на дальнейшем психологическом развитии ребенка и качестве жизни в целом.

Для дальнейшего осуществления формирующего эксперимента и расчета процентного соотношения динамики уровня тревожности детей, нам необходимо разделить участников исследования на 2 группы: экспериментальную и контрольную. В состав экспериментальной группы вошли 20 детей старшего дошкольного возраста, из которых 10 детей с высоким уровнем тревожности, 4 ребенка со средним уровнем и 6 детей с низким уровнем тревожности. А в состав контрольной группы вошли 15 детей старшего дошкольного возраста, из которых 6 детей с высоким уровнем тревожности, 6 детей со средним уровнем тревожности и 3 ребенка с низким уровнем тревожности. Представим процентное соотношение уровней тревожности детей в двух группах в на рисунке 1.



**Рисунок 1. Процентное соотношение детей с разными уровнями тревожности в экспериментальной и контрольной группах**

Также хотелось бы подробно рассмотреть результаты диагностики детско-родительских отношений. Данная диагностика проводилась с использованием методики анализа семейных взаимоотношений Э.Г. Эйдемиллер и В.В. Юстицкис. Цель проведения данной диагностики заключалась в выявлении негармоничного стиля воспитания в семье. Диагностика проводилась в групповой форме. Для определения негармоничного стиля воспитания нами использовались параметры, описанные в методике «Анализ семейных взаимоотношений», данные представлены в приложении 4.

По результатам анализа ответов родителей на вопросы теста, нами было выявлено, что самым распространенным негармоничным стилем является доминирующая гиперпротекция – 7 родителей. Такого типа воспитания как эмоциональное отвержение придерживаются – 6 родителей, гипопротекция характерна для 6 родителей, жестокое обращение выявлено у 1 родителя, повышенная моральная ответственность характерна для 4

родителей. У 9 опрошенных родителей преобладали отдельные показатели по различным шкалам, их дети имели низкий уровень тревожности.

Таким образом, в процентном соотношении результаты можно обозначить следующим образом: для 31% опрошенных родителей детей, имеющих высокий уровень тревожности характерно эмоциональное отвержение. В свою очередь, 19% родителей придерживаются такого типа воспитания как гипопротекция. Также 19% детей с высоким уровнем тревожности в семье преобладает доминирующая гиперпротекция. У 6% детей с высоким уровнем тревожности в семье преобладает такой стиль семейных отношений как жестокое обращение. И у 25% старших дошкольников с высоким уровнем тревожности в семье придерживаются такого стиля воспитания как повышенная моральная ответственность.

В свою очередь, процентное соотношение детей среднего уровня тревожности и типа воспитания представляется следующим: у 40% детей старшего дошкольного возраста со средним уровнем тревожности в семье преобладает такой стиль семейного воспитания как доминирующая гиперпротекция. У 30% старших дошкольников со средним уровнем тревожности в семье преобладает гипопротекция. У 10% детей старшего дошкольного возраста со средним уровнем тревожности преобладает в семье стиль воспитания – эмоциональное отвержение. Потворствующая гиперпротекция наблюдается у 20% семей, воспитывающих детей со средним уровнем тревожности. У детей с низким уровнем тревожности в семейном воспитании преобладают некоторые шкалы.

Также для обследования детско-родительских отношений нами была выбрана методика «Тест-опросник родительского отношения» А.Я Варга, В.В. Столин. Целью проведения диагностики являлось выявление отношения родителей к ребенку. Диагностика проводилась в групповом формате.

Полученные результаты демонстрируют, что преобладающим типом родительского отношения является инфантилизация, его придерживаются 9

родителей детей с тревожностью, что составляет 26%. Симбиоз представлен в 2 семьях, что составляет 6%. Авторитарная гиперсоциализация наблюдается в 8 семьях, что в процентном соотношении составляет 23%. Такого типа как отвержение придерживаются 7 родителей или 20%. Позиции принятия придерживаются 5 родителя (14%), а кооперация характерна лишь для 4 родителей (11%).

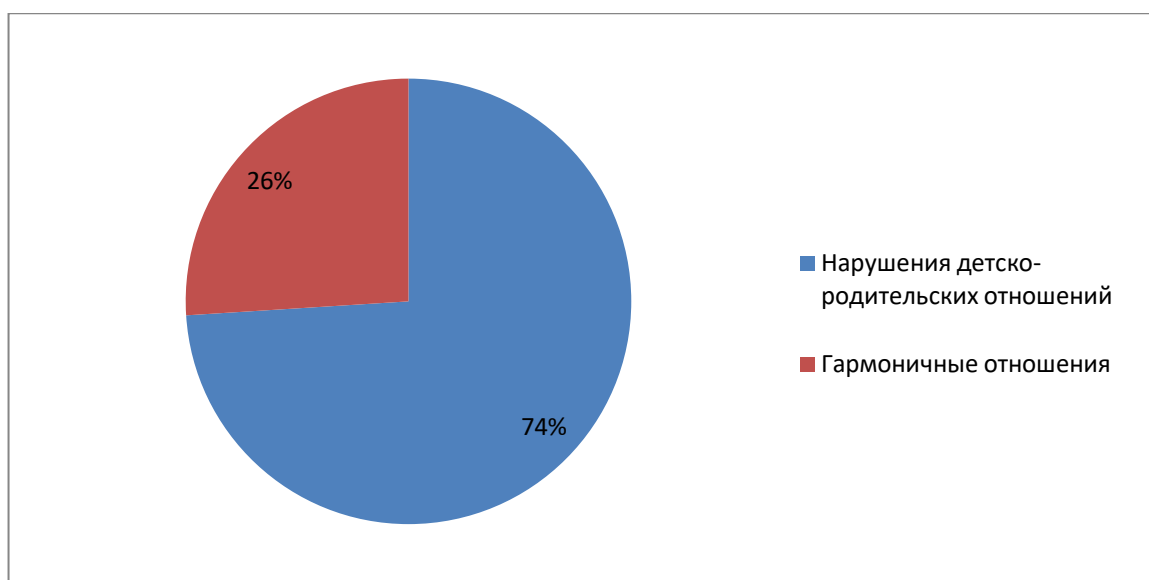
Согласно результатам диагностики, можно сделать вывод о том, что у 38% детей с высоким уровнем тревожности в семье преобладает такой тип семейного отношения как отвержение. В условиях контроля воспитываются 31% детей старшего дошкольного возраста с высоким уровнем тревожности. Так же 31% старших дошкольников с высоким уровнем тревожности подвержены инфантилизации со стороны родителя.

Рассмотрим процентное соотношение детей среднего уровня тревожности и типа родительского отношения. Для 40 % детей со средним уровнем тревожности характерна инфантилизация со стороны взрослых. У 20% старших дошкольников со средним уровнем тревожности наблюдаются симбиотические отношения внутри семьи. В таком типе семейных отношений как отвержение состоят 10% старших дошкольников со средним уровнем тревожности. У 30% детей со средним уровнем тревожности в семье наблюдается контролирующая позиция родителя.

Процентное соотношение детей с низким уровнем тревожности характеризуется следующими типами родительского отношения: 56% детей с низким уровнем тревожности состоят в таком типе отношений в семье как принятие, 44% детей старшего дошкольного возраста с низким уровнем тревожности состоят в таком типе семейных отношений как кооперация.

Результаты диагностики по двум методикам можно представить в виде процентного соотношения на рисунке 2.





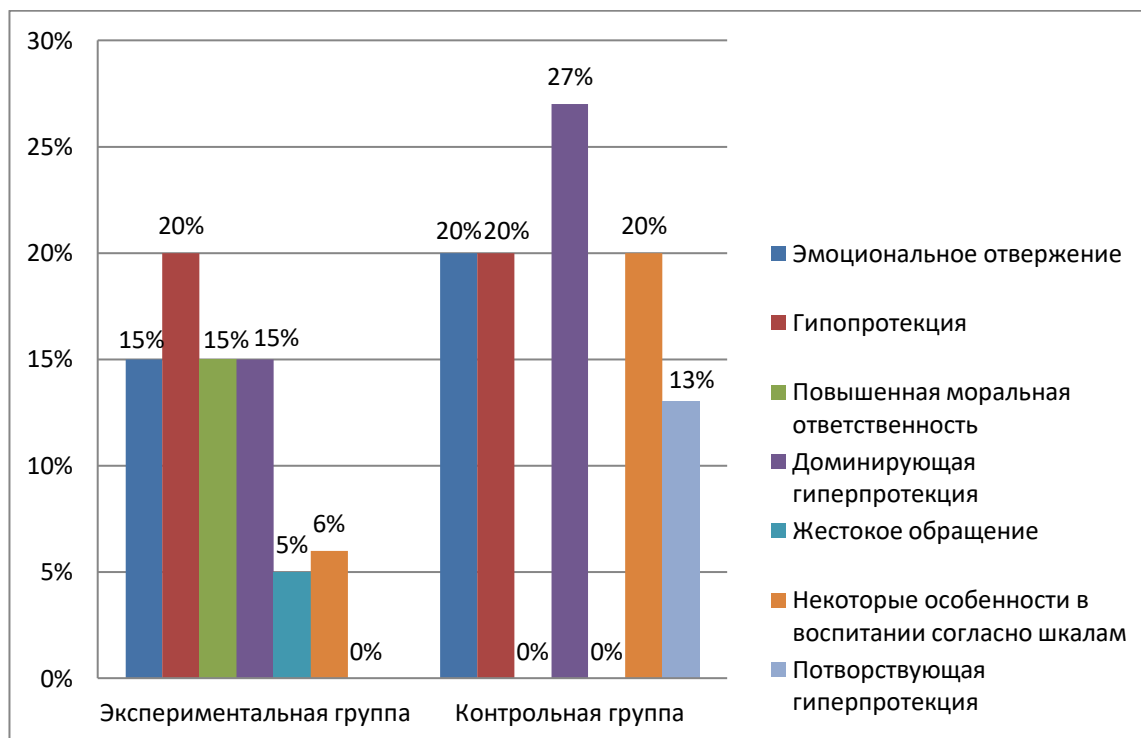
**Рисунок 2. Процентное соотношение семей с нарушенными детско-родительскими отношениями**

Можно заметить, что доля семей с нарушенными детско-родительскими отношениями составляет 74% от числа всех опрошенных родителей. В таких семьях родители склонны подвергать детей строгому контролю, считают их несостоятельными и несамостоятельными и даже испытывают такие отрицательные чувства по отношению к собственному ребенку, как злость, раздражение, обиду. В то время как доля семей с гармоничными детско-родительскими отношениями равна 26% от общего числа респондентов. Согласно результатам по методике «Анализ семейных взаимоотношений» Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкис, который направлен на выявление исключительно дисгармоничных взаимоотношений в семье, у 9 родителей из 35 не выявлено преобладающего типа воспитания, а лишь преобладают некоторые шкалы, по второй методике «Тест–опросник родительского отношения» А.Я. Варга, В.В. Столин, у этих же родителей выявлен такой стиль воспитания, как «Кооперация» и «Принятие», которые характеризуют эмоциональное отношение к ребенку и заинтересованность в нем и его жизни. Такие родители любят и принимают своих детей такими, какие они есть. Родители таких детей стремятся помогать ребенку, поддерживать в его начинаниях, проводить с ним время. Такое родительское отношение благоприятно влияет на эмоциональный фон и психологическое

здоровье ребенка. Рассматривая соотношения родительского отношения и уровень тревожности детей, нами было замечено, что у детей, воспитывающихся в семьях с гармоничными детско-родительскими отношениями наблюдается низкий уровень тревожности, в то время как в семьях с нарушенными детско-родительскими отношениями у детей наблюдается высокий или средний уровень тревожности.

Для проведения дальнейшего формирующего эксперимента, сравним результаты, полученные при диагностике детско-родительских отношений по двум методикам, с учетом разделения на экспериментальную и контрольную группы.

Представим результаты диагностики детско-родительских отношений по методике «Анализ семейных взаимоотношений» Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкисна рисунке 3.

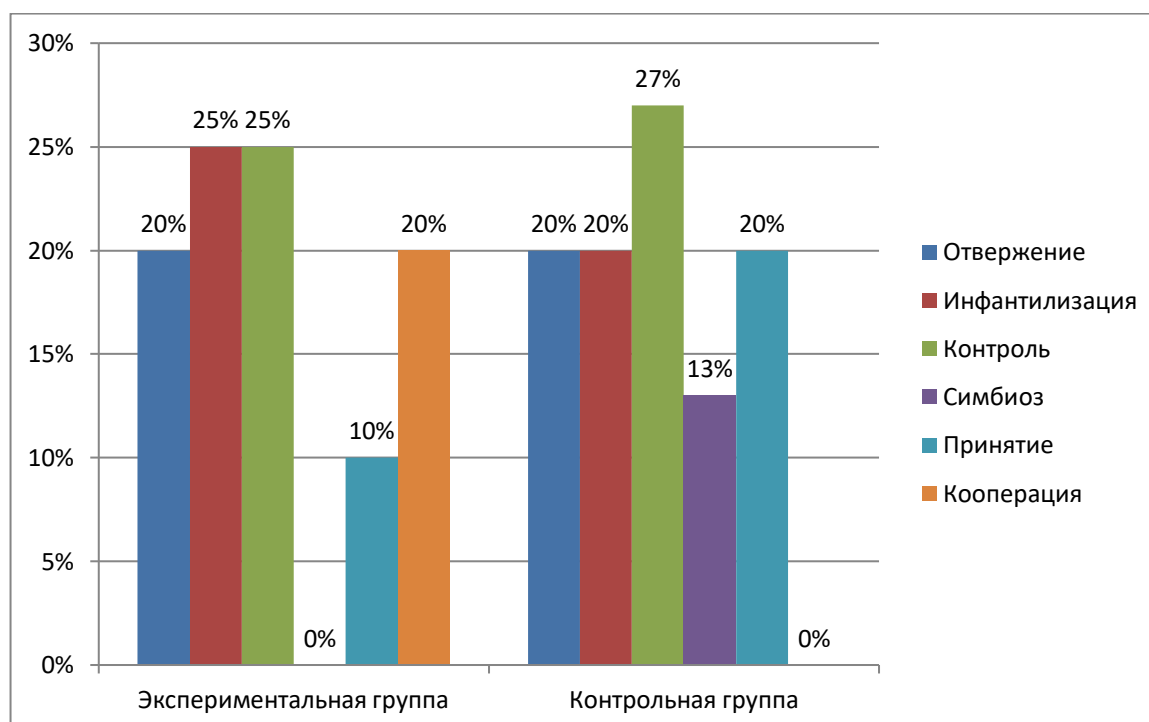


**Рисунок 3. Процентное соотношение стилей семейного воспитания по методике «Анализ семейных взаимоотношений Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкис»**

Исходя из данных, указанных на рисунке 3 можно сделать выводы о том, что в экспериментальной группе 15% родителей придерживаются

позиции эмоционального отвержения, в контрольной группе таких родителей 20%. Процент родителей, придерживающихся гипопротекции во взаимоотношениях с детьми в экспериментальной и контрольной группах одинаковый и равен 20%. Повышенная моральная ответственность наблюдается только в экспериментальной группе, ее придерживаются 15% родителей. Доминирующая гиперпротекция в экспериментальной группе характерна для 15%, а в контрольной для 27% родителей. Жестокое обращение наблюдается только в экспериментальной группе (5%). Потворствующая гиперпротекция характерна также только для одной группы– контрольной (13%). Некоторые особенности в воспитании наблюдаются в двух группах– экспериментальной и контрольной, 6% и 20% соответственно.

Также представим результаты диагностики детско-родительских отношений по двум группам по методике «Тест-опросник родительского отношения» А.Я. Варга, В.В. Столин на рисунке 4.



**Рисунок 4. Процентное соотношение результатов диагностики детско-родительских отношений по двум методикам в экспериментальной и контрольной группе по методике «Тест-опросник родительского отношения» А. Я. Варга, В.В. Столин**

По результатам, приведенным на рисунке 4 можно заметить, что отвержение характерно для равного процентного соотношения в двух группах – 20%. Инфантилизация характерна для 25% – в экспериментальной группе и 20% в контрольной группе. Контроль наблюдается у 25% семей в экспериментальной группе и 27% в контрольной группе. В экспериментальной группе симбиотических отношений не наблюдается, в то время как в контрольной группе такого типа воспитания придерживается 13% родителей. Принятие наблюдается и в экспериментальной, и в контрольной группе – 10% и 20% соответственно. Кооперация характерна только для родителей из экспериментальной группы – 20%.

Подводя итог, хотелось бы сказать о том, что результаты проведенной нами диагностики подтверждают утверждения ученых о влиянии детско-родительских отношений на формирование и развитие тревожности у детей. Для коррекции тревожности детей, воспитывающихся в неполных семьях, необходимо, прежде всего, гармонизировать отношения внутри семьи.

Таким образом, дальнейшая работа в рамках нашего исследования будет направлена на разработку программы психологической коррекции тревожности детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполных семьях.

### **Выводы по второй главе**

Вторая глава магистерской диссертации посвящена описанию используемых в работе методик диагностики, а также анализ результатов исследования тревожности детей старшего дошкольного возраста и ее взаимосвязь с детско-родительскими отношениями. Всего в исследовании участвовало 70 человек: 35 детей и 35 родителей.

В соответствии с целью и задачами исследовательской работы, нами были выбраны методики диагностики. Для диагностики уровня тревожности детей старшего дошкольного возраста мы использовали методики:

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

2. Анкета «Уровень тревожности ребенка» (Г.П. Лавретьев, Т.М. Титаренко).

А также методики диагностики детско-родительских отношений:

3. Тест-опросник родительского отношения (А.Я. Варга, В.В. Столин).

4. «Анализ семейных взаимоотношений» (Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкис).

Методика Тест тревожности «Выбери нужное лицо» (Р. Тэмпл, В. Амен, М. Дорки) направлена на определение уровня тревожности ребенка, методика предназначена для диагностики детей 4–7 лет. Степень тревожности, выявленной при диагностике с использованием данного теста, свидетельствует об уровне эмоциональной приспособленности ребенка к социальным ситуациям, показывает отношением к некоторым социальным ситуациям, а также предоставляет некоторую информацию о характере взаимоотношений со взрослыми внутри семьи и сверстниками.

Еще одна методика, используемая нами в работе, «Анкета «Уровень тревожности ребенка»» (Г.П. Лавретьев, Т.М. Титаренко), предназначена для определения уровня тревожности детей старшего дошкольного возраста с помощью опроса взрослого окружения ребенка. Участниками опроса являются родители и воспитатели. В качестве одной из методик диагностики детско-родительских отношений, нами был выбран тест-опросник родительского отношения (А.Я. Варга, В.В. Столин). Целью данной методики является выявление родительского отношения в семье. Методика «Анализ семейных взаимоотношений» (Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкис) представлена в виде опросника для родителей. Он позволяет определить различные нарушения процесса воспитания, выявить типы неправильного, патологического воспитания, нарушения в структурно–ролевом аспекте семьи, а также, понять некоторые причины такого выбора типа воспитания.

Таким образом, выбранные для исследования методики позволили провести полный анализ тревожности у детей старшего дошкольного возраста, а также детско-родительских отношений.

Таким образом, выдвинутая нами гипотеза о том, что дети старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполных семьях, имеют повышенную тревожность, нашла свое подтверждение.

### **ГЛАВА III. ПРОГРАММА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ ТРЕВОЖНОСТИ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В СИСТЕМЕ ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЙ**

#### **3.1. Основные направления, формы и методы работы по снижению тревожности у детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполных семьях**

Тревожность детей старшего дошкольного возраста представляет собой негативные эмоциональные переживания, возникающие вследствие неудовлетворения потребности в защищенности и надежности со стороны ближайшего взрослого окружения. Анализ результатов проведенного нами исследования показал, что дети старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполных семьях, имеют высокий или средний уровень тревожности. Как ранее обозначалось нами, тревожность оказывает неблагоприятное влияние на развитие ребенка.

В исследованиях вопроса тревожности детей старшего дошкольного возраста учеными отмечается, что основной причиной является нарушения детско-родительских отношений. Исследователи сходятся во мнении, что нарушения детско-родительских отношений основываются на педагогической и психологической неграмотности родителей, устоявшихся стереотипов поведения внутри семьи, которые были переняты из родительских семей, личностные проблемы родителей. Исходя из этого, в структуре психокоррекционной работы важное место занимает именно коррекция детско-родительских отношений внутри семьи.

Организация коррекционной работы базируется на основе ряда фундаментальных психологических принципов:

– Принцип единства диагностики и коррекции (Д.Б. Эльконин, 1989; И.В. Дубровина, 1998). Данный принцип является основой коррекционной работы. Любая коррекционная работа всегда должна

начинаться с комплексного диагностического обследования. Именно результаты диагностики определяют цель и задачи дальнейшей коррекционной работы. Комплексная и глубокая диагностическая работа определяет эффективность дальнейшей коррекционной работы. Промежуточная диагностика в процессе коррекционной работы также помогает при необходимости корректировать задачи, методы и средства коррекционной работы.

– Принцип нормативности развития. Принцип предполагает, что суть нормативности состоит в последовательности сменяющихся возрастных стадий, которые отличаются содержанием и динамикой. Предполагается учет социальной ситуации развития, ведущего вида деятельности и личностных новообразований психического развития ребенка. Индивидуальная норма выступает в качестве основы при составлении программы психологической коррекции.

– Принцип личностного подхода (К. Роджерс, 1931). Подход к клиенту необходимо осуществлять как к целостной личности с учетом всех индивидуальных особенностей.

– Принцип системности коррекции указывает на взаимосвязь личностных структур и неравномерности их развития. Реализация направлена на устранение причин и источников отклонения в психическом развитии, предполагает поиск причинно–следственных связей между симптомами и причинами.

– Принцип деятельностного подхода (А.Н. Леонтьев, Д.Б. Эльконин, 1974). Данный принцип предполагает, что формирование личности проходит в процессе жизнедеятельности. Таким образом, коррекционную работу необходимо выстраивать через организацию активной ведущей деятельности.

– Каузальный принцип. Суть принципа состоит в устранении причин отклонений в психическом развитии.



– Принцип эмоциональной сложности материала направлен на корректный подбор наглядного материала, упражнений, игр и методов коррекционной работы. Необходимо создание благоприятного эмоционального фона и вовлеченности при подборе предъявляемого материала.

Психологическая коррекция тревожности детей старшего дошкольного возраста детей, воспитываемых в семье с нарушенными детско-родительскими отношениями с одним родителем, предполагает три направления.

При работе с детьми:

1. Повышение уверенности ребенка в себе, воспитание позитивного отношения к себе. В это направление входит снятие страхов, зажимов, развитие коммуникативных навыков с окружающими людьми. Важно также устранить внутренний конфликт ребенка, расширить его эмоциональный опыт.

2. Устранение страхов. В данное направление входит снятие эмоционального и мышечного напряжения ребенка, устранение или уменьшение страхов, формирование умения преодолевать сложности и ситуации стресса.

3. Развитие коммуникативных навыков. Снижение скованности, страха контакта с окружающими, развитие навыков сотрудничества с окружающими, слушания и выражения собственного мнения.

При работе с родителями:

1. Повышение компетентности родителей в вопросах воспитания и взаимоотношений с ребенком;

2. Формирование рефлексии и эмпатии;

3. Развитие коммуникативных навыков.

В качестве методов коррекции тревожности детей старшего дошкольного возраста в аспекте детско-родительских отношений Р.В. Овчарова, предлагает придерживаться когнитивно-поведенческого

тренинга, который включает в себя такие техники как демонстрация образцов поведения для заучивания, разъяснение поведенческих реакций для заучивания, отработка упражнений для заучивания новых реакция и контроль основанный на обратной связи о результатах работы.

Е.Б. Ковалева в качестве пути коррекции предлагала воздействие на самосознание через уровень развития. В качестве методов работы автор предлагала следующее: упражнения на релаксацию и сосредоточение, коррекция или организация (при его отсутствии) режима дня. Методы коррекции индивидуального уровня самосознания, направленные на стабилизацию эмоционального состояния, развитие эмпатии и адекватных защитных проявлений: игровая терапия, деятельная терапия и другое. Коррекция личностного уровня предполагает терапевтическое общение и использование проективных методик.

Для работы в направлении коррекции детско-родительских отношений Т.А. Макрова, Г.Г. Кравцов, Т.Н. Доронов, С.И. Мушенко считают важным аспектом – формирование педагогической грамотности у родителей, используя как индивидуальную форму работы, так и групповую.

Структура психологической коррекционной работы включает три модуля:

- Диагностический модуль;
- Коррекционно-развивающий;
- Аналитический.

Диагностический модуль предполагает исследование наличия у детей тревожности и ее уровня. А также диагностику детско-родительских отношений в семье, установок и типа отношения родителей к ребенку. Данный этап является основой для построения программы психологической коррекции. Его результаты учитываются на всех этапах исследовательской работы.

Коррекционно-развивающий модуль включает в себя разработку и реализацию программы психологической коррекции, основываясь на

результатах диагностического этапа. Работа делится на 3 этапа: лекционные занятия с родителями детей, занятия с детьми, имеющими высокий или средний уровень тревожности, направленные на снижение уровня тревожности. Занятия с детьми предполагают использование игр и психотехнических упражнений. Рекомендуется проведение занятий 1 раз в неделю, продолжительностью 20–25 минут (для детей) и 40 минут (для родителей). Для родителей занятия проводились в формате лекций. Также программа предполагает проведение совместных занятий детей и родителей, продолжительность занятий 20–25 минут.

Аналитический модуль предполагает анализ динамики проведенной коррекционной работы с детьми с тревожностью старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполной семье.

Таким образом, основываясь на изложенную нами информацию о направлениях, методах и методиках работы, а также структуру и особенности психокоррекционной работы с детьми старшего дошкольного возраста с тревожностью, перейдем к описанию содержания программы психологической коррекции тревожности детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполной семье.

### **3.2. Содержание программы психологической коррекции тревожности детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполной семье**

Полученные в ходе исследовательской работы результаты диагностики показали, что в семьях с дисгармоничными детско-родительскими отношениями дети имеют высокий или средний уровень тревожности. Дети родителей, с гармоничными отношениями в семье, имеют низкий уровень тревожности. На основании полученных результатов, нами был сделан вывод о влиянии детско-родительских отношений на формирование и развитие тревожности. Таким образом, при коррекции тревожности детей старшего

дошкольного возраста, необходимо не только проводить коррекцию состояния тревожности, но также работать в направлении гармонизации детско-родительских отношений.

Цель программы коррекции состоит в снижении уровня тревожности детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполных семьях и гармонизации детско-родительских отношений.

Исходя, из полученных результатов эмпирического исследования в отношении тревожности детей и стилей семейного воспитания в семьях детей определили задачи формирующей части.

Задачи:

1. Снизить уровень тревожности детей старшего дошкольного возраста;
2. Формировать позитивное отношение к себе, повысить самооценку;
3. Обучать детей методам произвольной саморегуляции.
4. Повышать воспитательную компетенцию родителей путем просвещения и обучения;
5. Развивать коммуникативные навыки у детей старшего дошкольного возраста и их родителей.

Состав участников программы: смешанная группа, занятия проводятся по подгруппам, наполняемость группы равна 7 детей. Работа с родителями ведется в групповом формате.

Коррекционная работа имеет три направления. Первое направление – психологическая поддержка тревожных детей с целью коррекции личностной тревожности и гармонизации отношений с окружающими. Второе направление: социально–психологическая работа с родителями тревожных детей. Работа в данном направлении ведется непосредственно психологом. Цель работы – психологическое просвещение родителей в вопросе тревожности детей старшего дошкольного возраста и стилях гармоничного взаимодействия с ребенком. Повышения сензитивности родителей к

чувствам детей. Третье направление – организация совместных групповых занятий с детьми и их родителями. Цель данного направления состоит в закреплении в совместной деятельности полученных знаний, умений и навыков.

Обозначим этапы реализации программы психологической коррекции тревожности детей, воспитывающихся в неполной семье.

1. Подготовительный этап. Данный этап предполагает психологическое просвещение родителей о выявленной проблеме, объяснение причин тревожности у ребенка, а также информирование о способах взаимодействия с ним. В качестве формы проведения занятия нами была выбрана групповая консультация родителей.

2. Основной этап работы представлен работой с родителями, работой с детьми, а также совместными занятиями с детьми и родителями. Данный этап направлен на непосредственную работу с детьми, имеющими высокий или средний уровень тревожности. Занятия проходили в форме групповой работы. В работе были использованы следующие методы: психогимнастика, релаксация, игротерапия. Данный этап направлен на отреагирование негативных эмоций, снятие эмоционального и физического напряжения, преодоление тревожности, развитие коммуникативных навыков. Работа с родителями заключалась в проведении информационных встреч о причинах тревожности детей и адекватных способов взаимодействия и воспитания ребенка, ознакомление со стилями воспитания в семье и его влияния на формирование тревожности у детей. Совместная работа с детьми и родителями предполагала закрепление полученных навыков взаимодействия с детьми, проведение совместной деятельности, направленной на оптимизацию и гармонизацию детско-родительских отношений.

3. Заключительный этап. Проведение повторной диагностики для определения эффективности реализации программы коррекции.

Занятия по коррекции тревожности с детьми старшего дошкольного возраста реализовывались согласно следующей структуре:

1. Вводная часть занятия предполагает создание у детей положительного эмоционального фона и настроения, для более эффективной работы. Содержание данной части занятия обычно предполагают упражнения и игры на приветствие участниками друг друга.

2. Основная часть занятия. Упражнения и игры для коррекции тревожности подбираются с учетом специфики коррекции и поставленных задач. На данном этапе работы необходимо обеспечить разнообразие заданий и игр для поддержания интереса детей к занятиям. При этом важно сохранить единство направленности предъявляемого материала.

3. Рефлексия. Заключительная часть. Данный этап характеризуется оценкой собственной деятельности детей на занятиях и эмоциональными аспектами занятия.

**Форма работы:** индивидуальная, групповая.

Программа психологической коррекции тревожности детей старшего дошкольного возраста включает в себя три раздела работы.

Раздел 1. Работа с родителями.

Коррекционная программа предполагает 3 групповые встречи с родителями, направленные на психологическое просвещение родителей по теме тревожности, ее причин и влияние на психологическое здоровье ребенка. А также ознакомление родителей со стилями воспитания ребенка.

Программа психологической коррекции предполагает 3 лекционные встречи с родителями по 40 минут.

План проведения лекционных встреч представим в таблице 2:

**Таблица 2. План проведения работы с родителями**

№ встречи	Форма работы	Цель занятия	Краткое содержание работы
Работа с родителями			

Встреча № 1	Групповое занятие	Психологическое просвещение родителей по теме тревожности, ее проявление у детей старшего дошкольного возраста и причины ее возникновения	Встреча направлена на ознакомление родителей с понятием тревожности, причинами проявления у детей тревожности, а также особенности проявления тревожности у детей старшего дошкольного возраста.
Встреча № 2	Групповое занятие	Психологическое просвещение родителей по теме стилей воспитания детей в семье	Встреча направлена на ознакомление родителей с существованием различных стилей воспитания внутри семьи (гармоничные и дисгармоничные), а также их влияние на

			психологическое состояние детей. Ознакомление родителей с результатами проведенного раннее тестирования.
Встреча №3	Групповое занятие	Психологическое просвещение родителей по теме дисгармоничных отношений в семье.	Встреча предполагает подробное просвещение родителей по теме дисгармоничных стилей воспитания в семье, а также обучение родителей гармоничным способам взаимодействия с ребенком.

Раздел 2. Работа с детьми старшего дошкольного возраста с высоким или средним уровнем тревожности, воспитывающихся в неполной семье.

Программа психологической коррекции рассчитана на 15 занятий с детьми старшего дошкольного возраста, у которых выявлен высокий или средний уровень тревожности.



Предполагается проведение занятий 1 раз в неделю, продолжительностью 25 минут в формате групповой работы.

Схема занятий представляет из себя:

1. Вводная часть. Приветствие. Данная часть занятия предполагает приветствие детей друг друга, использование психогимнастики в качестве инструмента сокращения психологической дистанции между участниками группы и психологом, формирование благоприятного фона настроения для дальнейшей работы.

2. Основная часть. Групповая работа с детьми, направленная на коррекцию тревожности с использованием средств и методов психологической коррекции (игры, упражнения).

3. Заключительная часть предполагает подведение итогов занятия, содержит в себе релаксационные упражнения, ритуал прощания.

План проведения коррекционной работы представим в таблице 3:

**Таблица 3. План психологической коррекционной работы с детьми с высоким и средним уровнем тревожности**

№ занятия, встречи	Структура занятия(упражнения)	Форма занятия	Время проведения
Работа с детьми			
Занятия 1	1. Упражнение на приветствие «Дружные ребята» 2. Игра «Гусеница» 3. Игра «Зайки и слоники» 4. Рефлексия и ритуал прощания	Групповая работа	25 минут

Занятие 2	1. Упражнение на приветствие «Улыбка». 2. «Спрятанные проблемы» 3. «Волшебный стул» 4. Рефлексия и ритуал прощания	Групповая работа	25 минут
Занятие 3	1. Упражнение на приветствие «Дружные ребята» 2. «Бесилки» 3. Игра «Зайки и слоники» 4. Рефлексия и ритуал прощания.	Групповая работа	25 минут
Занятие 4	1. Упражнение на приветствие «Улыбка» 2. Игра «Комплименты» 3. Релаксационная игра «Муравей» 4 Рефлексия и ритуал прощания.	Групповая работа	25 минут
Занятие 5	1. Упражнение на приветствие «Мой дружочек»	Групповая работа	25 минут

	<p>2. Игра «Пастух»</p> <p>3. Релаксационная игра «Смена ритмов»</p> <p>4. Рефлексия и ритуал прощания</p>		
Занятие 6	<p>1. Упражнение на приветствие «Дружные ребята»</p> <p>2. «Бесилки»</p> <p>3. Игра «Зайки и слоники»</p> <p>4. Рефлексия и ритуал прощания.</p>	Групповая работа	25 минут
Занятие 7	<p>1. Упражнение на приветствие «Дружные ребята»</p> <p>2. Игра «Гусеница»</p> <p>3. Игра «Зайки и слоники»</p> <p>4. Рефлексия и ритуал прощания.</p>	Групповая работа	25 минут
Занятие 8	<p>1. Упражнение на приветствие «Мой дружочек»</p> <p>2. Игра «Пастух»</p> <p>3. Релаксационная игра «Смена ритмов»</p>	Групповая работа	25 минут

	4. Игра «Что я умею делать хорошего?» 4. Рефлексия и ритуал прощания		
Занятие 9	1. Упражнение на приветствие «Улыбка» 2. Игра «Комплименты» 3. Релаксационная игра «Муравей» 4 Рефлексия и ритуал прощания	Групповая работа	25 минут
Занятие 10	1. Упражнение на приветствие «Мой дружочек» 2. Игра «Ладочки» 3. Игра «Ромашка» 4. Релаксационная игра «Смена ритмов» 5. Рефлексия и ритуал прощания.	Групповая работа	25 минут
Занятие 11	1. Упражнение на приветствие «Улыбка» 2. Игра «пиктограммы» 3. Игра	Групповая работа	25 минут

## Продолжение таблицы 3

	<p>«Волшебный стул»</p> <p>4. Релаксационная игра «Шалтай-Балтай»</p> <p>5. Рефлексия и ритуал прощания</p>		
Занятие 12	<p>1. Упражнение на приветствие «Улыбка»</p> <p>2. Игра «Комплименты»</p> <p>3. Релаксационная игра «Муравей»</p> <p>4 Рефлексия и ритуал прощания</p>	Групповая работа	25 минут
Занятие 13	<p>1. Упражнение на приветствие «Улыбка»</p> <p>2. Игра «пиктограммы»</p> <p>3. Игра «Волшебный стул»</p> <p>4. Релаксационная игра «Шалтай-Балтай»</p> <p>5. Рефлексия и ритуал прощания</p>	Групповая работа	25 минут

Занятие 14	1. Упражнение на приветствие «Мой дружочек» 2. Игра «Пастух» 3. Релаксационная игра «Смена ритмов» 4. Игра «Что мне нравится в тебе?» 5. Рефлексия и ритуал прощания.	Групповая работа	25 минут
Занятие 15	1. Упражнение на приветствие «Дружные ребята» 2. Игра «Гусеница» 3. Игра «Зайки и слоники» 4. Рефлексия и ритуал прощания	Групповая работа	25 минут

Раздел 3. Совместная работа с детьми старшего дошкольного возраста с высоким или средним уровнем тревожности, воспитываемых в семье с нарушенными детско-родительскими отношениями и их родителями.

Данная часть психологической коррекционной работы направлена на совместную работу детей с родителями, в целях гармонизации детско-родительских отношений.

Программа психологической коррекции предполагает 5 занятий с детьми старшего дошкольного возраста, у которых выявлен высокий и средний уровень тревожности, проводимых совместно с родителями.

Предполагается проведение занятий 1 раз в неделю, продолжительностью 20–25 минут в формате групповой работы.

Схема занятий представляет из себя:

1. Вводная часть. Приветствие. Данная часть занятия предполагает приветствие детей друг друга, использование психогимнастики в качестве инструмента сокращения психологической дистанции между участниками группы и психологом, формирование благоприятного фона настроения для дальнейшей работы.

2. Основная часть. Групповая работа с детьми и родителями, направленная на коррекцию тревожности с использованием средств и методов психологической коррекции (игры, упражнения, элементы арт-терапии).

3. Заключительная часть предполагает подведение итогов занятия, содержит в себе релаксационные упражнения, ритуал прощания.

План совместных психокоррекционных занятий детей и родителей представим в таблице 4.

**Таблица 4. План совместных психокоррекционных занятий детей и родителей**

№ занятия, встречи	Структура занятия(упражнения)	Форма занятия	Время проведения
Совместные занятия с детьми и родителями			
Занятия 1	1. Игра «знакомство» 2. Игра «Семейный альбом» 3. Игра «Упражнение на доверие» 4. Рефлексия и	Групповая работа	25 минут

	ритуал прощания		
Занятие 2	1. Упражнение на приветствие «Улыбка» 2. Игра «Кони и всадники» 3. Игра «Комплименты» 4. Рефлексия и ритуал прощания.	Групповая работа	25 минут
Занятие 3	1. Упражнение на приветствие «Мой дружок» 2. Упражнение «Совместный рисунок» 3. Игра «Имена» 4. Рефлексия и ритуал прощания	Групповая работа	25 минут
Занятие 4	1. Упражнение на приветствие «Улыбка» 2. Игра «Мышеловка» 3. Игра «Наоборот» 4. Рефлексия и ритуал прощания	Групповая работа	25 минут



Занятие 5	1. Упражнение на приветствие «Мой дружок» 2. Игра «Тень» 3. Игра «Взрослые–дети» 4. Рефлексия и ритуал прощания	Групповая работа	25 минут
-----------	--	------------------	----------

Полное описание программы психологической коррекции представлено в приложении.

Из приведенного плана занятий можно заметить, что в занятиях есть повторяющиеся элементы, такие как игры, упражнения и ритуалы. Эта особенность составления программы психологической коррекции связана с необходимостью создать предсказуемость занятий. Таким образом, создается безопасная атмосфера, что очень важно для тревожных детей, которые часто испытывают страх перед чем-то новым и незнакомым. Данный страх может сковывать детей, что влияет на эффективность занятий. Несмотря на это, специалист, использующий данную программу коррекции, может варьировать методические приемы и игры, в зависимости от интересов детей, их запросов, а также эффективности коррекционного процесса.

Все используемые в программе психологической коррекции упражнения и игры способствуют снижению уровня тревожности детей старшего дошкольного уровня, а раздел совместных занятий детей и родителей предусматривает гармонизацию детско-родительских отношений.

Таким образом, основываясь на результатах проведенного обследования нами была разработана и апробирована программа психологической коррекции тревожности детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполных семьях. Реализация данной программы позволит своевременно провести коррекцию тревожности детей.

### 3.3. Анализ результатов контрольного эксперимента

С целью реализации разработанной нами программы психологической коррекции тревожности детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполных семьях, нами был проведен формирующий эксперимент.

В качестве исследования эффективности программы психологической коррекции, все участники исследования (35 детей) были разделены на 2 группы: экспериментальная, в состав которой вошли 20 детей, 10 из которых имели высокий уровень тревожности, 4 ребенка со средним уровнем и 6 детей с низким уровнем. Также нами была определена контрольная группа из 15 человек, в составе которой были 6 детей с высоким уровнем тревожности, 6 детей со средним уровнем и 3 ребенка с низким уровнем тревожности. Психологическая коррекционная работа проводилась с экспериментальной группой, в то время как контрольная группа в коррекционной работе участия не принимала.

Для проверки эффективности реализации программы психологической коррекции, а также выявления динамических изменений уровня тревожности детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполных семьях, нами было проведено повторное диагностическое обследование. Повторная диагностика проводилась с использованием методик, задействованных на констатирующем этапе исследования:

Для диагностики уровня тревожности детей старшего дошкольного возраста мы использовали методики:

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

д) Анкета «Уровень тревожности ребенка» (Г.П. Лавретьев, Т.М. Титаренко).

А также методики диагностики детско-родительских отношений:

с) Тест–опросник родительского отношения (А.Я. Варга, В.В. Столин).

д) «Анализ семейных взаимоотношений» (Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкис).

Результаты, полученные нами в ходе проведения повторной диагностики были описаны согласно качественному и количественному анализу. Также результаты повторной диагностики были подвергнуты сравнению с результатами, полученными до реализации программы психологической коррекции.

Повторная диагностика была направлена на изучение определенных ранее параметров: уровня тревожности детей старшего дошкольного возраста, а также состояния детско-родительских отношений в семье. Оценка полученных результатов проводилась согласно тем же условиям, что и при первичном обследовании параметров.

При диагностике по методике «Тест тревожности «Выбери нужное лицо»» (Р. Тэмпл, В. Амен, М. Дорки), у участников экспериментальной группы была выявлена положительная динамика по снижению уровня тревожности детей старшего дошкольного возраста. В то время как у участников контрольной группы результаты диагностики либо оставались неизменными, либо показатели тревожности были выше, чем при первичной диагностике.

Результаты проведенной повторной диагностики демонстрируют положительную динамику снижения уровня тревожности детей старшего дошкольного возраста в экспериментальной группе. Изменения можно заметить не только по индексу, но и по уровню тревожности. У большинства детей уровень тревожности был снижен в значительном значении по индексу, что позволило перейти им на более низкий уровень тревожности. Следует отметить, что у некоторых участников исследования уровень тревожности не изменился, однако, индекс тревожности был снижен, по сравнению с результатами первичной диагностики.

Таким образом, количество детей с высоким уровнем тревожности после проведенной программы коррекции в экспериментальной группе составляет 4 человека, что соответствует 20%. Количество детей со средним уровнем тревожности в экспериментальной группе соответствует 7 человекам (35%), а количество детей с низким уровнем тревожности в экспериментальной группе выросло до 9 детей, что соответствует 45%.

Далее хотелось бы представить результаты после повторной диагностики участников контрольной группы.

Анализ результатов показывает, что уровень тревожности участников контрольной группы, с которыми коррекционная работа не проводилась, единично повысился по показателям индекса, без изменения уровня тревожности. Это свидетельствует о том, что снижение уровня тревожности детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполной семье, возможно лишь при условии проведения коррекционных мероприятий.

Перейдем к описанию полученных данных повторного диагностического обследования уровня тревожности детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполной семье по методике «Анкета «Уровень тревожности ребенка»» (Г.П. Лавретьев, Т.М. Титаренко).

Исходя из полученных результатов обследования, нами было замечено, что уровень тревожности участников экспериментальной группы после проведения коррекционных занятий также значительно снизился. Изменения касаются не только количества набранных баллов по анкете, но также и уровня тревожности детей. Замечены единичные случаи, где уровень тревожности не изменился, однако, количество набранных по анкете баллов было снижено, что свидетельствует о положительной динамике коррекционной работы.

Таким образом, по результатам повторной диагностики количество детей с высоким уровнем снизилось до 4 человек, что составляет 20% от общего числа детей в группе. Количество детей со средним уровнем тревожности выросло до 7 человек за счет перехода детей с высоким уровнем

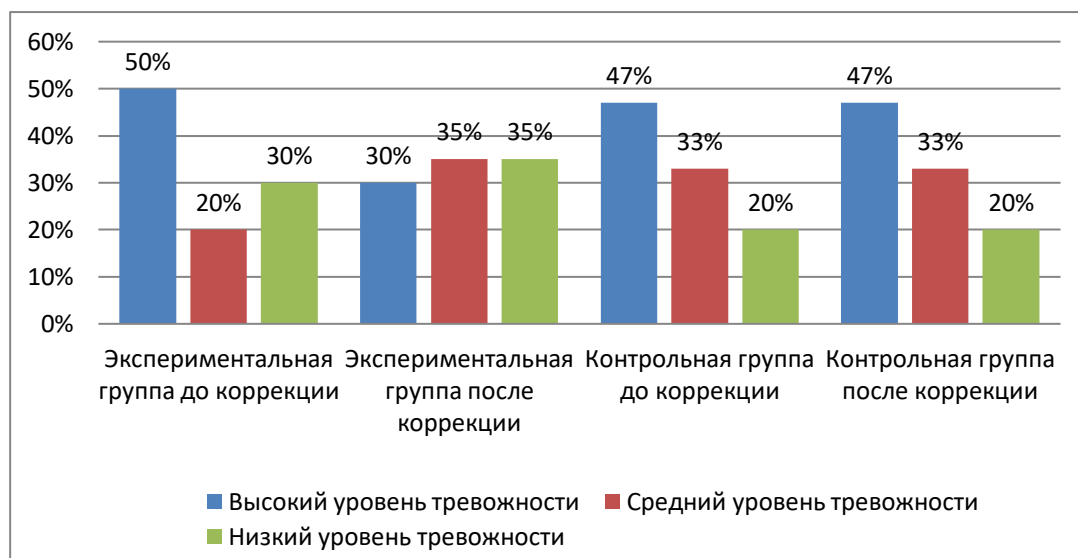
тревожности на средний уровень тревожности, что составляет 35% от общего числа. В свою очередь, низкий уровень тревожности после проведенной коррекционной работы наблюдается у 9 старших дошкольников, что составляет 45%.

Проведенная повторная диагностика представителей контрольной группы показала, что количество детей с высоким уровнем тревожности выросло с 6 детей до 7, что в процентном соотношении составляет 47%. Вместе с тем, количество детей со средним уровнем тревожности сократилось с 6 человек до 5 из-за повышения уровня тревожности у одного ребенка. Таким образом, процент детей со средним уровнем тревожности равен 33%. Низкий уровень тревожности был выявлен у 3 детей, что составляет 20% от общего количества детей контрольной группы.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что в условиях отсутствия психологической коррекционной работы, уровень тревожности остается неизменным, а в некоторых случаях даже повышается.

Хотелось бы представить общие результаты сравнения уровней тревожности двух групп, полученные в ходе первичной и вторичной диагностики. Стоит отметить, что высокий уровень тревожности был выставлен тем детям, у которых по результатам диагностики двух методик был выявлен высокий уровень или хотя бы по одной из них. По такому же принципу выставлялся средний уровень.

Отразим сравнительные результаты экспериментального исследования в виде процентного соотношения уровней тревожности детей экспериментальной и контрольной групп до и после эксперимента на рисунке 5.



**Рисунок 5. Процентное соотношение уровней тревожности детей старшего дошкольного возраста экспериментальной и контрольной групп на этапе констатирующего и формирующего эксперимента**

Согласно данным, отраженным на рисунке 5 можно заметить, что процент детей с высоким уровнем тревожности после реализации программы коррекции снизился на 20%. Средний уровень тревожности до коррекции наблюдался у 20 % детей, после коррекции их число выросло до 35%, что связано с переходом детей от высокого уровня тревожности на средний уровень. Число детей с низким уровнем тревожности после проведения коррекции также выросло на 5%. Вместе с тем, результаты контрольной группы остались без изменения. Представленные результаты свидетельствуют об успешности реализации программы психологической коррекции и положительной динамике в снижении уровня тревожности детей, воспитывающихся в неполной семье.

Помимо повторной диагностики уровня тревожности, нами была также проведена диагностика детско-родительских отношений после реализации программы коррекции.

По результатам констатирующего эксперимента участников экспериментальной группы можно заметить значительные изменения в стиле воспитания. Преобладающие дисгармоничные стили воспитания после реализации программы психологической коррекции были скорректированы.

Наблюдаются единичные случаи, когда дисгармоничный стиль воспитания остались неизменными, это указывает на необходимость продолжения коррекционной работы над детско-родительскими отношениями. Результаты показывают, что у большинства респондентов преобладающие стили воспитания сменились на различные преобладающие шкалы. Это свидетельствует о положительной динамике в вопросе коррекции дисгармоничных детско-родительских отношений.

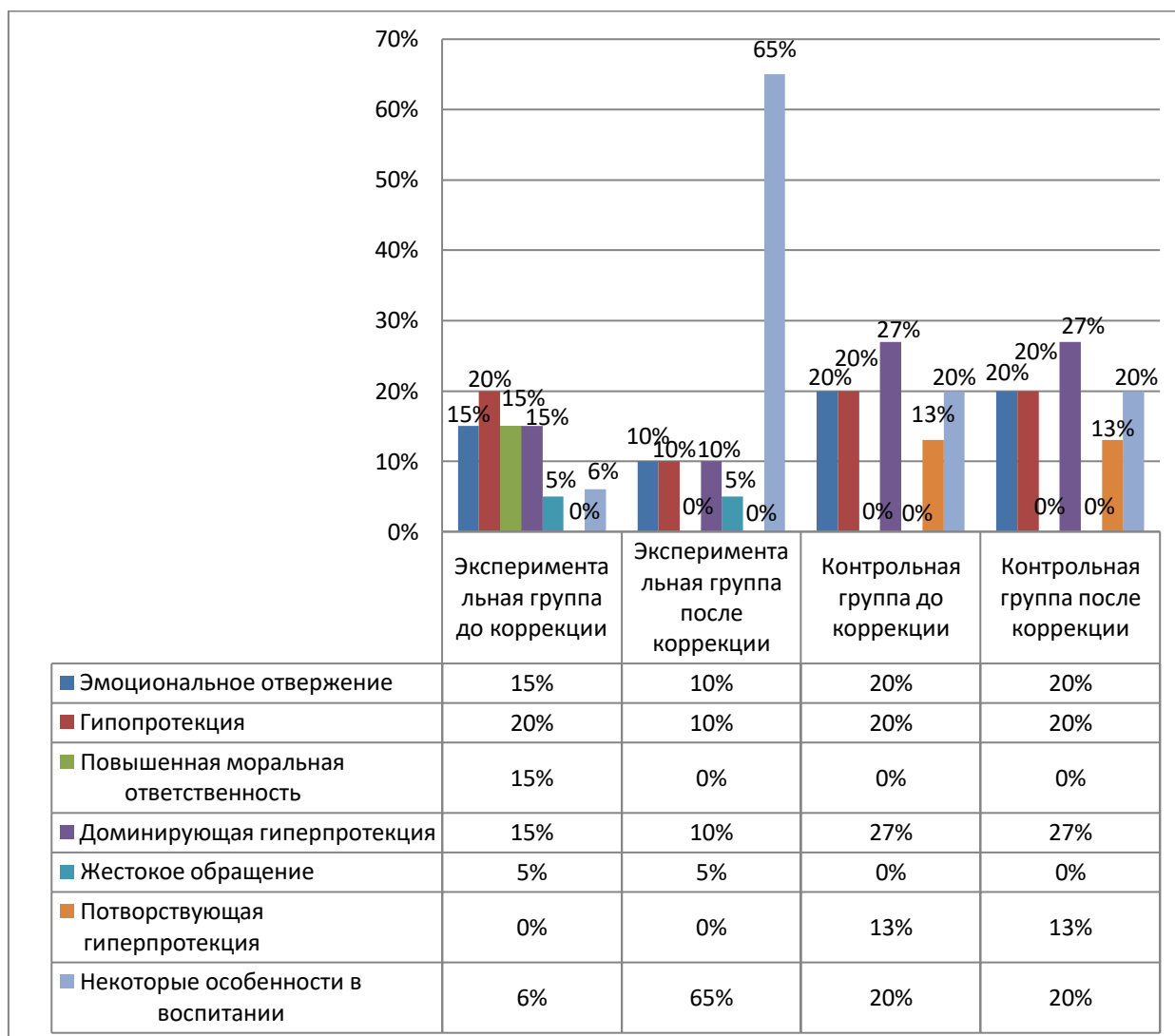
Исследуя результаты повторной диагностики детско-родительских отношений по методике «Анализ семейных взаимоотношений» Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкису представителей контрольной группы изменений не было замечено.

Результаты повторной диагностики детско-родительских отношений по методике «Тест-опросник родительского отношения» А.Я Варга, В.В. Столин, участников экспериментальной группы демонстрируют, что преобладающим типом семейного воспитания после реализации психологической программы коррекции стал «Принятие», в экспериментальной группе данного типа придерживаются 8 родителей. «Кооперация» характерна для 6 родителей. «Контроль» – 2 родителя, «отвержение» демонстрирует 1 родитель. Инфантилизация своего ребенка характерна для 2 родителей. Стоит заметить, что до проведения коррекционных занятий контролирующий тип воспитания был характерен для 5 родителей, Отвержение собственного ребенка наблюдалось у 4 родителей, а инфантилизация у 5 родителей. «Принятие» замечено у 2 родителей, «кооперация» – 4. Безусловно, такое изменение результатов свидетельствует о положительной динамике в вопросе детско-родительских отношений после реализации программы коррекции.

Вместе с тем, результаты повторной диагностики детско-родительских отношений по методике «Тест-опросник родительского отношения» А.Я. Варга, В.В. Столин, участников контрольной группы, показывают, что типы родительского отношения в контрольной группе не изменились.

Сравним результаты диагностик детско-родительских отношений на этапе контрольного эксперимента и после проведения формирующего эксперимента в контрольной и экспериментальной группах по двум методикам.

Процентное соотношение детско-родительских отношений в экспериментальной и контрольной группах после реализации программы коррекции по методике «Анализ семейных взаимоотношений» Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкис отображено на рисунке 6.



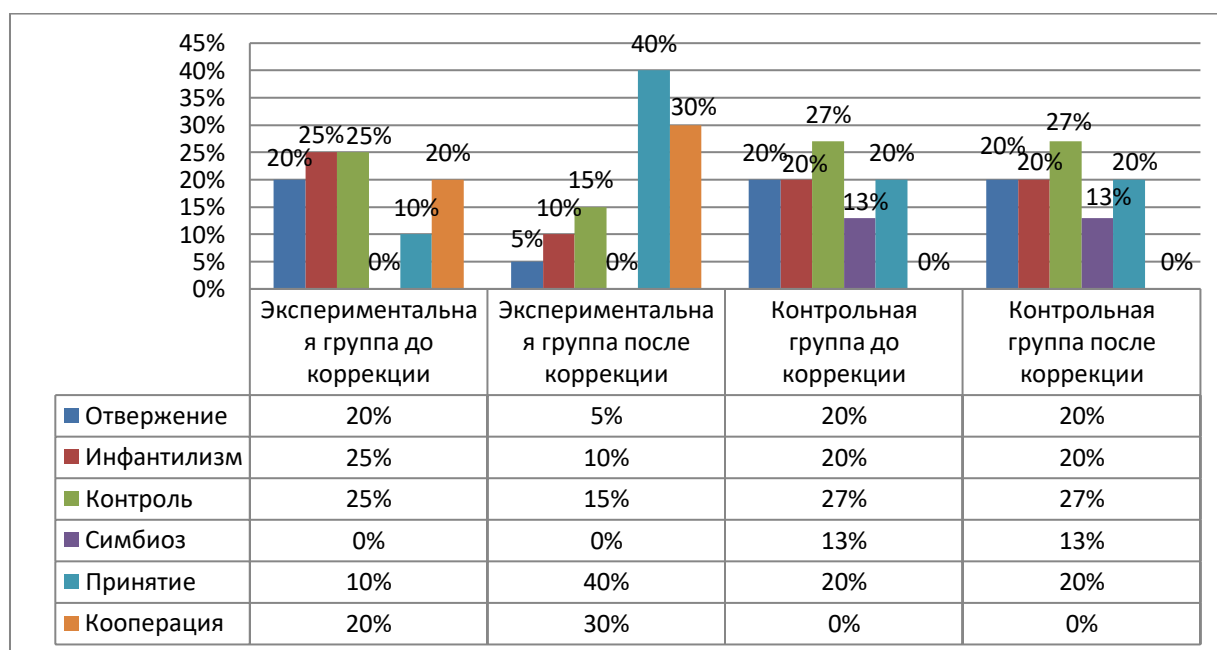
**Рисунок 6. Процентное соотношение детско-родительских отношений в двух группах до и после реализации программы коррекции, методика «Анализ семейных взаимоотношений» Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкис**

Из представленных результатов можно заметить, что процентное соотношение дисгармоничных детско-родительских отношений в



экспериментальной группе до коррекции и после коррекции изменилось. Снизился процент родителей, придерживающихся эмоционального отвержения и доминирующей протекции на 5%. Процент родителей, практикующих гиперпротекцию в воспитании детей, был также снижен на 10%. Показатели повышенной моральной ответственности, после проведения коррекции, с 15% снизились до 0%. Процент жестокого обращения остался на прежнем уровне. Процент родителей, имеющих особенности в воспитании, после коррекции увеличился почти в 11 раз, до 65%. Данные показатели свидетельствуют о том, что стили семейного воспитания были успешно скорректированы с использованием разработанной нами психологической программы коррекции.

Далее необходимо рассмотреть процентное соотношение результатов диагностики детско-родительских отношений по методике «Тест-опросник родительского отношения» А.Я. Варга, В.В. Столинв контрольной и экспериментальной группах до и после реализации программы коррекции.



**Рисунок 7. Процентное соотношение результатов диагностики детско-родительских отношений по методике «Тест-опросник родительского отношения» А.Я. Варга, В.В. Столинв контрольной и экспериментальной группах до и после реализации программы коррекции**

Исходя из представленных результатов, можно сделать вывод о том, что результаты диагностического обследования детско-родительских отношений после проведенной коррекционной работы изменились только у представителей экспериментальной группы. Так, процент родителей с позициями «отвержения» и «инфантилизм» снизился на 15%, «контроль» на 10%. Процент тех, кто придерживается стиля «принятие» вырос на 30 % и достиг 40% от числа опрошенных в экспериментальной группе. Процент родителей, в чьей семье наблюдается «кооперация» вырос на 10% и достиг 30% от числа всех опрошенных. Вместе с тем, процентное соотношение в контрольной группе осталось без изменений.

Таким образом, цель и задачи программы коррекции и исследования были осуществлены. Нами были исследованы: уровень тревожности детей старшего дошкольного возраста, воспитываемых в семье с нарушенными детско-родительскими отношениями с одним родителем, а также детско-родительские отношения. В исследовании нами были использованы: методики измерения уровня тревожности тест тревожности «Выбери нужное лицо» (Р. Тэмпл, В. Амен, М. Дорки), Анкета «Уровень тревожности ребенка» (Г.П. Лавретьев, Т.М. Титаренко). А также методики диагностики детско-родительских отношений: Тест-опросник родительского отношения (А.Я. Варга, В.В. Столин), «Анализ семейных взаимоотношений» (Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкис). В ходе исследования нами был определен уровень тревожности детей, характер детско-родительских отношений и их влияние на тревожность детей старшего дошкольного возраста. Была произведена выборка участников исследования: в экспериментальную группу попали 20 детей старшего дошкольного возраста, у которых в ходе исследования был выявлен высокий или средний уровни тревожности. Были проведены первичная и повторная диагностика уровня тревожности и детско-родительских отношений у участников программы и контрольной группы, обработаны и проанализированы результаты исследования. После анализа результатов исследования нами было замечено снижение уровня

тревожности и изменения характера детско-родительских отношений у участников экспериментальной группы, в то время как результаты участников контрольной группы не изменились или изменились незначительно.

Исходя из этого, можно сделать вывод о том, что выдвинутая нами гипотеза о том, что разработанная нами психологическая программа коррекции тревожности детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполной семье, способствует снижению уровня тревожности нашла свое подтверждение. Таким образом, программа коррекции апробирована и может быть рекомендована для работы специалистам.

### **Выводы по третьей главе**

В третьей главе представлены направления, методы и методики коррекции тревожности детей старшего дошкольного возраста. А также содержание, результаты исследования эффективности программы коррекции тревожности.

Сама по себе тревожность детей старшего дошкольного возраста представляет собой эмоциональное переживание, которое возникает из-за неудовлетворенности потребности в защищенности и чувстве надежности со стороны ближайшего окружения. В третьей главе описывается анализ проведенного нами диагностического исследования, который показал влияние нарушенных детско-родительских отношений на развитие тревожности детей старшего дошкольного возраста.

Считается, что основной причиной нарушения детско-родительских отношений является психологическая и педагогическая неграмотность родителей, устоявшиеся стереотипы поведения, перенесенные из родительских семей, а также личностные проблемы родителей. Таким образом, перед нами стояла задача при разработке программы коррекции

тревожности детей обратить внимание на коррекцию детско-родительских отношений.

В третьей главе были описана разработанная нами программа коррекции тревожности, целью которой явилось снижение уровня тревожности детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполных семьях. Задачами программы было снижение уровня тревожности детей старшего дошкольного возраста, формирование позитивное отношение к себе, повышение самооценки, обучение детей методам произвольной саморегуляции, повышение воспитательной компетенцию родителей путем просвещения и обучения, развитие коммуникативных навыков у детей старшего дошкольного возраста и их родителей.

Психологическая программа коррекции включает в себя 3 раздела: 1 раздел – работа с родителями, которая заключается в психологическом просвещении взрослых по вопросам тревожности старших дошкольников, причинах ее появления и особенностях, а также была поднята тема детско-родительских отношений, особое внимание было уделено дисгармоничным отношениям между родителем и ребенком. Второй раздел включал в себя работу с детьми, у которых была выявлена тревожность. Работанаправлена на психологическую поддержку тревожных детей с целью коррекции личностной тревожности и гармонизации отношений с окружающими. И раздел 3 – подразумевает совместное проведение занятий с детьми и родителями, направленные на закрепление в совместной деятельности полученных знаний, умений и навыков. Содержание программы соответствует поставленной цели и задачам.

Для проверки эффективности программы коррекции нами было проведено исследование. Для этого была произведена выборка участников исследования: в экспериментальную группу попали 35 детей старшего дошкольного возраста, у которых в ходе исследования был выявлен высокий или средний уровни тревожности. Были проведены первичная и вторичная диагностика уровня тревожности и детско-родительских

отношений у участников программы, входящих в экспериментальную группу, и участников контрольной группы, обработаны и проанализированы результаты исследования. После анализа результатов исследования нами было замечено снижение уровня тревожности и изменения характера детско-родительских отношений у участников экспериментальной группы, в то время как результаты участников контрольной группы не изменились или изменились незначительно. Это доказывает эффективность программы коррекции тревожности детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполной семье.

Подводя итог, хотелось бы сказать о том, что разработанная нами программа коррекции тревожности детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполных семьях, может быть рекомендована специалистам в качестве инструмента для работы с тревожностью детей старшего дошкольного возраста.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В ходе проведения данной работы, нами был проделан теоретический анализ проблемы тревожности детей старшего дошкольного возраста. Наиболее общее определение тревожности – переживание эмоционального дискомфорта, связанное с ожиданием неблагополучия, с предчувствием грозящей опасности.

На сегодняшний день об истинных причинах возникновения тревожности ученые спорят, данная проблема является одной из центральных в психологии. Многие ученые в качестве главной причины выделяют влияние внешней среды на человека, а именно: быстро меняющиеся условия, социальную нестабильность, частые ситуации, вызывающие стрессовое состояние. При этом степень тревожности связывают с частотой длительностью негативного воздействия. Также выделяют, так называемые, «внутренние» причины. К ним относят наследственный характер тревожности, которая передается от родителей к детям в 45% случаев. Пожалуй, самой главной причиной тревожности является преобладающая атмосфера в семье, где воспитывается ребенок, а также стиль и особенности воспитания. Тревожность старших дошкольников может проявляться в различных видах деятельности: в общении, игре, самоотношении.

Исследователи выделяют такие структурные компоненты тревожности как: когнитивный, эмоциональный, физиологический, поведенческий. Существует большое разнообразие классификаций тревожности, но наиболее важными являются следующие: ситуативная, личностная, адаптивная и дезадаптивная. Ситуативная характеризуется проявлением в определенных ситуациях, личностная тревожность является свойством личности. Адаптивная тревожность способствует адаптации человека к окружающим условиям. Дезадаптивная тревожность ухудшает

состояние человека, особенно при долговременном воздействии, негативно влияет на психологическое и соматическое здоровье.

Также в работе нами были описаны психофизиологические особенности детей старшего дошкольного возраста. Для них характерными проявлениями тревожности являются: беспокойство, сложности концентрации внимания, мышечное напряжение, скованность движений и поведения, беспричинная раздражительность, нарушения сна, беспричинные слезы и истерики, неадекватные реакции ребенка на различные повседневные ситуации, появление заикания, тиков, покраснения покровов кожи, устойчивое пониженное настроение, снижение интересов, общая слабость, быстрая утомляемость, резкие перепады настроения.

Анализ научной литературы по проблеме исследования, проведение диагностического исследования уровня тревожности старших дошкольников, а также характера детско-родительских отношений в семье, где они воспитываются, позволили нам разработать психологическую программу коррекции тревожности детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполной семье. Целью программы явилось снижение уровня тревожности детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполных семьях. Задачами программы было снижение уровня тревожности детей старшего дошкольного возраста, формирование позитивного отношения к себе, повышение самооценки, обучение детей методам произвольной саморегуляции, повышение воспитательной компетенцию родителей путем просвещения и обучения, развитие коммуникативных навыков у детей старшего дошкольного возраста и их родителей.

Психологическая программа коррекции включает в себя 3 раздела: 1 раздел – работа с родителями, которая заключается в психологическом просвещении взрослых по вопросам тревожности старших дошкольников, причинах ее появления и особенностях, а также была поднята тема детско-родительских отношений, особое внимание было уделено дисгармоничным

отношениям между родителем и ребенком. Второй раздел включал в себя работу с детьми, у которых была выявлена тревожность. Работа направлена на психологическую поддержку тревожных детей с целью коррекции личностной тревожности и гармонизации отношений с окружающими. И третий раздел подразумевает совместное проведение занятий с детьми и родителями, направленные на закрепление в совместной деятельности полученных знаний, умений и навыков. Содержание программы соответствует поставленной цели и задачам.

Для проверки эффективности программы коррекции нами было проведено исследование. Для этого была произведена выборка участников исследования: в экспериментальную группу попали 35 детей старшего дошкольного возраста, у которых в ходе исследования был выявлен высокий средний или низкий уровни тревожности. Были проведены первичная и повторная диагностика уровня тревожности и детско-родительских отношений у участников программы и контрольной группы, обработаны и проанализированы результаты исследования. После анализа результатов исследования нами было замечено снижение уровня тревожности и изменения характера детско-родительских отношений у участников экспериментальной группы, в то время как результаты участников контрольной группы не изменились или изменились незначительно. Это доказывает эффективность программы коррекции тревожности детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполной семье.

Подводя итог, хотелось бы сказать о том, что цели и задачи настоящей работы были достигнуты.



**БИБЛИОГРАФИЯ**

1. Абрамова, Г.С. Возрастная психология: Учеб.пособие для вузов. Екатеринбург: Деловая книга, 2002. –232 с.
2. Абрамова, Г.С. Психология развития и возрастная психология: учебник для вузов. – М.: Прометей, 2018. –708 с.
3. Айзенк, Х. Психологические теории тревожности: Тревога и тревожность / под ред. В.М. Астапова, переиздание. –СПб.: Питер, 2015. –247 с.
4. Акопян,Л.С. Диагностика детских страхов и тревожности: Методическая разработка. –Самара: Изд-во СГПУ, 2004.–172 с.
5. Астапов, В.М. Тревожность у детей.–СПб: Питер Пресс, 2014. – 220 с.
6. Березин, Ф.Б. Роль гипоталамуса в механизме действия психотропных средств в свете изучения психопатологии гипоталамического синдрома // Современные психотропные средства. –М., 1967. –Вып. 2. –С. 61–70.
7. Березин, Ф.Б. Психопатология гипоталамических поражений (клиника, нейрогуморальное регулирование, закономерности действия психотропных средств): Автореф. дис. д-ра мед.наук. –М., 1971.
8. Брель,Е.Ю. Социально-психологические факторы формирования тревожности у младших школьников и пути ее профилактики и коррекции:дис. канд. психол. наук / Брель Е.Ю.; Ин-т образования Сибири, Дальнего Востока и Севера РАО. – Томск, 1996. – 120 с
9. Варга, А.Я. Роль родительского отношения в стабилизации детской невротической реакции / А. Я. Варга // Вестник МГУ. Серия 14. Психология. – 1985. – № 4. – С. 32–38.
10. Выготский, Л.С. Психология развития ребенка. –М.: Эксмо, 2003. –512 с.

11. Выготский, Л.С. Избранные труды. –М.: Высшая школа, 2004. –т. 6.– 385с.
12. Гамезо М.В., Петрова Е.А., Орлова Л.М. Возрастная и педагогическая психология: Учеб. Пособие для студентов всех специальностей педагогических вузов. –М.: Педагогическое общество России, 2003. –512 с.
13. Гонина, О.О. Психология развития и возрастная психология: учебное пособие. –Москва: КноРус, 2020. –150 с.
14. Дерябина, Е.А. Возрастная психология: учебное пособие. – Саратов: Ай Пи Эр Медиа, 2018. –158 с.
15. Добрович, А.Б. Воспитателю о психологии и психогигиене общения. –М.: Просвещение, 1987. – 205с.
16. Донцова М.В., Сенкевич Л.В., Сенкевич Л.Ф., Консон Г.Р. Психология развития детских возрастов: младенчество, раннее детство, дошкольное детство, младший школьный возраст, подростковый возраст. – М.: Литео, 2015. –174 с.
17. Донцов, А.И. Группа: психология и этимология. // Вопросы психологии. –1983. –№4. –С.132–137.
18. Думитрашку, Т.А. Влияние внутрисемейных факторов на формирование индивидуальности. //Вопросы психологии. –1991.– №1. –С. 135–142.
19. Емельянов, Ю.Н. Активное социально-психологическое обучение. – Л., 1985. – 128с.
20. Ефремов В.С., Башмаков В.П., Баранов В.М., Дунаевская В.О. Исследование тревожности с помощью тремометрии и шкалы самооценки // Диагностика психических состояний в норме и патологии / Под ред. Ф.И. Случевского. –Л.: Медицина, 1980. – С.163–170.

21. Забродин Ю.М., Бороздина Л.В., Мусина И.А. Оценка временных интервалов при разном уровне тревожности. // Вестник МГУ. Серия 14. Психология. –1983. –№4. –С.46–52.
22. Захаров, А.И. Происхождение детских неврозов и психотерапия. – М.: ЭКСМО-Пресс, 2000. – 448 с.
23. Запорожец, А.В. Значение ранних периодов детства для формирования личности. // Принцип развития в психологии. Сборник статей. / Под ред. Л.И. Анциферовой. –М.: Наука, 1978. – С.243–248.
24. Зверева О.Л., Ганичева А.Н. Семейная педагогика и домашнее воспитание детей. –М.: Сфера, 2009.
25. Изард, К.Э. Психология эмоций. / Перевод с англ. – СПб: Издательство «Питер», 2016. – 412 с.
26. Изард, К.Э. Эмоции человека. –М.: МГУ, 1980. – С.313–339.
27. Иларионова, И.В. «Особенности проявления тревожности у детей 4- 7 лет»//вестник Вятского государственного университета, №2, 2014г. –С. 152–155.
28. Ильин, Е.П. Эмоции и чувства. 2-е изд. –СПб.: Питер, 2013. – 783 с.
29. Имедадзе, Н.В. К методу исследования уровня тревожности // Материалы 4 Всесоюзного съезда общества психологов. –Тбилиси: Мецниереба, 1971. –С.61.
30. Имедадзе, Н.В. Тревожность как фактор учения в дошкольном возрасте // Психологические исследования / Под ред. А.С. Прангишвили.– Тбилиси: Мецниереба, 1966. – С.49–57.
31. Исаев, Д.Н. «Эмоциональный стресс, психосоматические и соматопсихические расстройства у детей». – СПб.: Речь, 2015. – 400 с.
32. Кабанов М.М., Личко А.Е., Смирнов В.М. Методы психологической диагностики и коррекции в клинике.– Л.: Медицина, 1983. –312с.

33. Каплан Г.И., СэдокБ.Дж. Клиническая психиатрия. –Т.2. –М.: ГЭОТАР Медицина, 1994.
34. Капустин, С.А. Проблема механизмов образования невротических симптомов.// Вестник МГУ. Серия 14. Психология. –1993. № 1. –С.24–31.
35. Бурменская Г.В., Карабанова О.А. и др. Возрастно – психологический подход в консультировании детей и подростков: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. ЗаведенийМ.: Издательский центр «Академия», 2002. – 416 с.
36. Карвасарский, Б.Д. Невроз.
37. Карпова Е.В., Лютова Е.К. Программа "Я и мой ребенок". // Семейная психология и семейная терапия. –М., 1998. –№3. – С.72–79.
38. Кисловская, В.Р. Зависимость между социометрическим статусом и симптомом тревожности ожиданий в социальном общении. Автореферат канд. дисс. – М., 1972.
39. Китаев-Смык, Л.А. Психология стресса. – М.: "Наука", 2017. – 341 с.
40. Ковалева, Е.Б. Способы психологической защиты детей старшего дошкольного возраста с повышенной тревожностью и их коррекция.
41. Копонев, С. Влияние стресса на здоровье // С. Копонев, "Московский психологический журнал", №2. – 2014.– С. 34–44.
42. Кон, И.С. К проблеме национального характера // История и психология / Под ред. Б.Ф. Поршнева, Л.И. Анцыферовой. – М.: Наука, 1971. – С.122–158.
43. Кон, И.С. Ребёнок и общество. –М.: Наука, 1988. – 270с.
44. Коростелёва И.С., Ротенберг В.С. Поисковая активность и проблемы обучения и воспитания. // Вопросы психологии. –1988. –№6. – С.60–69.

45. Костина, Л.П. Методы диагностики тревожности. –СПб., 2013. – 198 с.
46. Костина, Л.М. Игровая терапия с тревожными детьми. –СПб.: Речь, 2003. –160 с.
47. Кочубей Б.И., Новикова Е.В. Эмоциональная устойчивость школьника. –М.: Знание, 1988. –80с.
48. Клюева Н.В., Касаткина Ю.В. Учим детей общению. – Ярославль: Академия развития, 1996. –240с.
49. Клюева Н.В., Свистун М.А. Программы социально-психологического тренинга. –Ярославль: Психодиагностика, 1992. –68с.
50. Кроник А.А., Кроник Е.А. В главных ролях Вы,Мы, Ты, Я. Психология значимых отношений. – М.: Просвещение, 1989. – 204с.
51. Крюкова С.В., Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста: практическое пособие.– М.: Генезис, 2013. – 211 с.
52. Кряжева, Н.Л. Развитие эмоционального мира детей. –Ярославль: Академия развития, 1996. – 210с.
53. Кьеркегор, С. Страх и трепет. –М.: Республика, 1993.
54. Кэмпбелл, Р. Как на самом деле любить детей. –М.: Знание, 1992. – 192с.
55. Лазарус, Р. Теория стресса и психофизиологические исследования // Эмоциональный стресс. Физиологические и психологические реакции / Под ред. Л. Леви,–Лд.: Медицина, 1970. –С. 178–207.
56. Леви, В.Л. Приручение страха. – М.: Метафора, 2016.
57. Левитов, Д. Психическое состояние беспокойства, тревоги // Вопросы психологии. – 2017. –№1. – С. 9–11.

58. Леонтьев, А.Н. Психическое развитие ребенка в дошкольном возрасте. Вопросы психологии ребенка дошкольного возраста. –М., 2003. – 538 с.
59. Лешкова, Т. Коробка со страхами // Дошкольное воспитание. – 2014.
60. Мазурова Н.В., Трофимова Ю.А, «Взаимосвязь тревожности детей дошкольного возраста и стиля семейного воспитания», текст научной статьи по специальности «Педиатрия», журнал «Вопросы современной педиатрии», том 12, №3,2013г.– С.82–88.
61. Макшанцева, Л.В. Тревожность и возможности ее снижения у детей /Л.В. Макшанцева // Психологическая наука и образование. –1988.– №2. –С.15–18.
62. Мартыанова, Г.Ю. Психологическая коррекция в детском возрасте. –М.: Классикс Стиль, 2007. –160 с.
63. Моница Г.Б., Лютова Е.К. Шпаргалка для родителей: Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми. –СПб.: Изд-во «Речь», 2007.
64. Мэй, Р. М 97 Смысл тревоги / Перев.с англ. М.И. Завалова и А.И. Сибуриной. М.: Независимая фирма “Класс”, 2001. – 384 с. – (Библиотека психологии и психотерапии, вып. 89).
65. Макшанцева, Л.В. Тревожность и возможности ее снижения у детей, начинающих посещать детский сад // Психологическая наука. – 2015. – №2. – С. 87–99.
66. Монография «Современная московская молодая семья// Автор: Коллектив авторов, составитель: Дмитрий Сороков, М: Изд: Litres,– 2017.– 205с.
67. Немов, Р.С. Психология: психодиагностика. –М., 2009.
68. Обухова, Л.Ф. Детская психология. –М.: Тривола, 1995. – 360с.
69. Общение и его влияние на развитие личности дошкольников. / Под ред. М.И. Лисиной. –М.: Просвещение, 1974. – 234с.

70. Овчарова, Р.В. Практическая психология образования: Учеб.пособие для студ. психол. фак. университетов. – М.: Издательский центр «Академия», 2003. – 448 с.
71. Орлов, Ю.М. Фрустрация потребности в достижениях и тревога в учебном процессе // Роль эмоционального стресса в генезе нервно-психических и соматических заболеваний. / Под ред. А.М. Вейна. –М., 1977. – С.99–101.
72. Пезешкиан, Н. Позитивная семейная психотерапия: семья как психотерапевт. –М.: Смысл, 1993. – 331с.
73. Петровская, Л.А. Теоретические и методические проблемы социально-психологического тренинга. –М.: МГУ, 1982. – 168с.
74. Петровский, А.В. О психологии личности.– М.: ВЛАДОС, 2017. – 428 с.
75. Петрунec В.П., Таран Л.Н. Колыбель неврозов. –М.: Знание,1988. – 96с.
76. Полина, А.В. //научный журнал «Вестник» Ярославского государственного университета им. Демидова, серия гуманитарные науки, № 2, 2012 год. – 212с. //статья «Доверие к миру как условие полноценного развития личности»,2013г. –С.107–110.
77. Полуянов, Ю.Д. Дети рисуют. –М.: Педагогика, 1988. – 173с.
78. Практикум по психологии состояний / под ред. А.О. Прохорова, – СПб.: Речь, 2014. – 480 с.
79. Прихожан,А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. –М., 2000.
80. Прихожан, А.М. Психология тревожности: дошкольный и школьный возраст. 2-е изд. –СПб.: Питер, 2007. –192 с.
81. Психологический словарь / под ред. В.П. Зинченко, В.Г. Мещерякова.перераб. и доп. –М.: Педагогика-Пресс, 1999. –440 с.
82. Рогов, Е.И. Настольная книга практического психолога: Учеб.пособие: В 2 кн. 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Гуманит. изд. центр

ВЛАДОС, 1999. – Кн. 2: Работа психолога со взрослыми. Коррекционные приемы и упражнения. – 480 с.

83. Роджерс, К. Наука о личности. История зарубежной психологии. –М., 1980.

84. Роджерс, К. Взгляд на психотерапию. Становление человека. – М.: Прогресс-Универс, 1994. – 480с.

85. Романова Е.С., Потемкина С.Ф. Графические методы в психодиагностике.– М.: Дидакт, 1992. –256с.

86. Романенко, О.Н. классические представления о тревожности // Форум молодых ученых. –2019. –№3 (31). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/klassicheskie-predstavleniya-o-trevozhnosti> (дата обращения: 21.09.2023).

87. Ротенберг В.С., Аршавский В.В. Поисковая активность и адаптация. –М.: Наука, 1984. – 192с.

88. Ротенберг В.С., Бондаренко С.М. Мозг, обучение, здоровье. –М.: Просвещение, 1989. – 239с.

89. Рутман, Э.М. Надо ли убегать от стресса? –М.: ФиС, 1990. – 128с.

90. Степанов, С.С. Психологический словарь для родителей. –М., 1996. –342 с.

91. Спилбергер, Ч.Д., адаптация Ю.Л. Ханин Исследование тревожности Диагностика эмоционально-нравственного развития: Сборник / Ред. и сост. И.Б. Дерманова. –СПб.: Речь, 2010. –174 с.

92. Сатир, В. Как строить себя и свою семью.– М.: Педагогика-Пресс, 1992.–92с.

93. Сафин, В.Ф. Самооценка и тревожность личности // Теоретические и прикладные проблемы психологии познания людьми друг друга. Тезисы докладов. –Краснодар, 1975. –С.222–224.

94. Семья в психологической консультации. / Под ред. А.А. Бодалева, В.В. Столина. –М.: Педагогика, 1989г.



95. Семья и формирование личности. // Под ред. А.А. Бодалева. –М., 1981. Сидоренко Е.В. Экспериментальная групповая психология, – СПб.: Институт тренинга, 1993. – 150с.
96. Симонов, Д. Влияние иррациональных убеждений на формирование патологических ролей в семьях с детьми, страдающими пограничными нервно-психическими расстройствами. // Вестник МГУ. Психология. –1993. –№1.1. –С.54.
97. Симонов, П.В. Междисциплинарная концепция человека: потребностно-информационный подход. // Человек в системе наук. / Под ред. И.Т. Фролова. –М.: Наука, 1989. – С.58–72.
98. Скиннер Р., Клииз Дж. Семья и как в ней уцелеть. –М.: Класс, 1995. –272с.
99. Снегирева, Т.В. Смысл и символ в проективном рисунке. // Вопросы психологии. –1995. –№6. –С.23–34.
100. Тимофеева, О.А. Проявление тревожности у детей старшего дошкольного возраста. // Бюллетень науки и практики. – 2017. – № 11 (24). – С. 497–501.
101. Тревога и тревожность. Хрестоматия / под ред. В.М. Астапова, – СПб.: Питер, 2013. –256 с.
102. Тэмпл Р., ДоркиМ., АменВ.Тест тревожности // Дерманова И.Б. Диагностика эмоционально-нравственного развития. –СПб., 2002. – С. 19–28.
103. Фрейд, З. Психология бессознательного. –М., 1989.
104. Фромм, Э. Иметь и быть. –М., 1990.
105. Шнейдер, Л.Б. Психология семейных отношений: Курс лекций. – М., 2013. –398 с.
106. Эйдемиллер, Э.Г. Психология и психотерапия семьи / Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкий. – СПб.: Питер, 1999. – 656 с.
107. Эмоции человека в нормальных и стрессовых условиях / под ред. А.И. Яроцкого, И.А. Криволапчука., – Гродно: ГрГУ, 2013. – 494 с.

108. Эриксон, Э. Детство и общество: пер. и научный ред. А.А. Алексеев/М: «Наука»,2015-992с. 35. Яковлев Г.М., Новиков В.С., Хавинсон В.Х. Резистентность, стресс и регуляция / – СПб.: «Пресс», 2015. – 225 с.

109. Oatley, K. Emotions: Communications to the Self and Others/The Emotions. Social, Cultural and Biological Dimensions. // Edited by Rom Harre and W. Gerrod Parrott., 1996.

110. Spielberger C.D., Gorsuch R.L., Lushene R.D. STAI: Manual for the StateTrait Anxiety Inventory. Palo Alto, California: Consulting Psychologist Press, 1970.

## ПРИЛОЖЕНИЕ

### **Программа психологической коррекции тревожности детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполных семьях**

Коррекционная работа имеет три направления. Первое направление – психологическая поддержка тревожных детей с целью коррекции личностной тревожности и гармонизации отношений с окружающими. Второе направление: социально–психологическая работа с родителями тревожных детей. Работа в данном направлении ведется непосредственно психологом.

Цель работы – психологическое просвещение родителей в вопросе тревожности детей старшего дошкольного возраста и стилях гармоничного взаимодействия с ребенком. Повышения сензитивности родителей к чувствам детей. Третье направление – организация совместных групповых занятий с детьми и их родителями. Цель данного направления состоит в закреплении в совместной деятельности полученных знаний, умений и навыков.

Цель программы коррекции состоит в снижении уровня тревожности детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в неполных семьях и гармонизации детско-родительских отношений.

Задачи:

1. Снизить уровень тревожности детей старшего дошкольного возраста;
2. Формировать позитивное отношение к себе, повысить самооценку;
3. Обучать детей методам произвольной саморегуляции.
4. Повышать воспитательную компетенцию родителей путем просвещения и обучения;
5. Развивать коммуникативные навыки у детей старшего дошкольного возраста и их родителей.

Состав участников программы: смешанная группа, занятия проводятся по подгруппам, наполняемость группы равна 7 детей. Работа с родителями ведется в групповом формате.

Занятия по коррекции тревожности с детьми старшего дошкольного возраста реализовывались согласно следующей структуре:

1. Вводная часть занятия предполагает создание у детей положительного эмоционального фона и настроения, для более эффективной работы. Содержание данной части занятия обычно предполагают упражнения и игры на приветствие участниками друг друга.

2. Основная часть занятия. Упражнения и игры для коррекции тревожности подбираются с учетом специфики коррекции и поставленных задач. На данном этапе работы необходимо обеспечить разнообразие заданий и игр для поддержания интереса детей к занятиям. При этом важно сохранить единство направленности предъявляемого материала.

3. Рефлексия. Заключительная часть. Данный этап характеризуется оценкой собственной деятельности детей на занятиях и эмоциональными аспектами занятия.

**Форма работы:** индивидуальная, групповая.

Раздел 1. Работа с родителями.

Коррекционная программа предполагает 3 групповые встречи с родителями, направленные на психологическое просвещение родителей по теме тревожности, ее причин и влияние на психологическое здоровье ребенка. А также ознакомление родителей со стилями воспитания ребенка.

Программа психологической коррекции предполагает 3 лекционные встречи с родителями по 40 минут.

Раздел 2. Работа с детьми старшего дошкольного возраста с высоким или средним уровнем тревожности, воспитывающихся в неполной семье.

Программа психологической коррекции рассчитана на 15 занятий с детьми старшего дошкольного возраста, у которых выявлен высокий или средний уровень тревожности.

Предполагается проведение занятий 1 раз в неделю, продолжительностью 25 минут в формате групповой работы.

Схема занятий представляет из себя:

1. Вводная часть. Приветствие. Данная часть занятия предполагает приветствие детей друг друга, использование психогимнастики в качестве инструмента сокращения психологической дистанции между участниками группы и психологом, формирование благоприятного фона настроения для дальнейшей работы.

2. Основная часть. Групповая работа с детьми, направленная на коррекцию тревожности с использованием средств и методов психологической коррекции (игры, упражнения).

3. Заключительная часть предполагает подведение итогов занятия, содержит в себе релаксационные упражнения, ритуал прощания.

Раздел 3. Совместная работа с детьми старшего дошкольного возраста с высоким или средним уровнем тревожности, воспитываемых в семье с нарушенными детско-родительскими отношениями и их родителями.

Данная часть психологической коррекционной работы направлена на совместную работу детей с родителями, в целях гармонизации детско-родительских отношений.

Программа психологической коррекции предполагает 5 занятий с детьми старшего дошкольного возраста, у которых выявлен высокий и средний уровень тревожности, проводимых совместно с родителями.

Предполагается проведение занятий 1 раз в неделю, продолжительностью 20–25 минут в формате групповой работы.

Схема занятий представляет из себя:

1. Вводная часть. Приветствие. Данная часть занятия предполагает приветствие детей друг друга, использование психогимнастики в качестве инструмента сокращения психологической дистанции между участниками группы и психологом, формирование благоприятного фона настроения для дальнейшей работы.

2. Основная часть. Групповая работа с детьми и родителями, направленная на коррекцию тревожности с использованием средств и методов психологической коррекции (игры, упражнения, элементы арт-терапии).

3. Заключительная часть предполагает подведение итогов занятия, содержит в себе релаксационные упражнения, ритуал прощания.

Описание упражнений и игры:

Упражнения приветствия:

1. «Дружные ребята»:

В нашей группе яркое

Солнышко сияет (Дети идут по кругу, держась за руки)

Здесь ребята дружные,

Это каждый знает!

(Здороваемся за руку с соседом стоящим справа и слева, потом обнимаемся).

2. «Улыбка»:

(играть парами или в общем кругу)

Ты мой друг и я твой друг

(ладонь направляется на рядом стоящего, затем к себе)

Как прекрасен мир вокруг!

(развели руки в сторону)

Мы друг другу улыбнемся,

(дети улыбаются друг другу)

Дружно за руки возьмемся

(Дети берутся за руки)

3. «Мой дружочек!» (игра в парах)

Здравствуй-Здравствуй,

мой дружок (дети здороваются за руку)

Как живешь ты?

(Кладут ладони на плечи друг друга)

Как животик?

(Гладят себя по животу)

За руки с тобой возьмемся

(берутся за руки)

И друг другу улыбнемся

(Улыбаются друг другу)

#### Коррекционные игры:

##### 1. «Спрятанные проблемы»

Цель: снижение уровня тревожности, визуализация и описание страхов.

Оборудование: ёмкость (коробка, банка), бумага, фломастеры.

Ход игры: психолог предлагает детям нарисовать что или кто его пугает или вызывает чувство тревоги. После того, как дети закончили рисунки, необходимо озвучить то, что нарисовано. Каждый ребенок рассказывает о своем рисунке. После рассказа каждый ребенок дует на рисунок («вложить в него проблему») и опустить в ящик. Затем дети вместе выбирают что сделать с ящиком, наполненным рисунками: выбросить, помять, смять.

##### 2.«Гусеница» (Е.В.Коротаева)

Цель: учить доверять друг другу. В игре партнеров не видно, но слышно. Успех продвижения всех зависит от умения каждого скоординировать свои усилия с усилиями остальных участников.

Оборудование: мяч или воздушный шар.

Инструкция: «Сейчас мы с вами станем одной большой гусеницей и будем все вместе передвигаться по этой комнате. Постройтесь цепочкой, руки положите на плечи стоящего впереди. Между животом одного играющего и спиной другого зажмите воздушный шар или мяч. Дотрагиваться руками до него строго воспрещается. Первый в цепочке участник держит свой шар на вытянутых руках. Таким образом, в единой цепи, но без помощи рук вы должны пройти по определенному маршруту».

##### 3.«Выключенный звук»

Цель: повышение самооценки, развитие навыка коммуникации.

Оборудование: стул, макет телевизора.

Ход игры: психолог предлагает детям (по очереди) сесть на стульчик, «в телевизоре» и рассказать историю, например, о том, как он шел сегодня в детский сад. Через несколько минут психолог дает команду – ребенок замолкает и продолжает «рассказывать» историю невербальными средствами (у телевизора сломался звук). Психолог предлагает детям догадаться (понять), о чем рассказывает «телевизор». Дети «озвучивают» рассказ ребенка. Если его поняли неправильно, необходимо повторить еще раз. Затем можно сменить рассказчика. Если детям не удастся усидеть на стульчике «в телевизоре», то им можно разрешить после «выключения звука» встать рядом с макетом.

#### 4. «Зайки и слоники» (Е.К.Лютова, Г.Б.Монина)

Цель: Дать детям возможность почувствовать себя сильными и смелыми, способствовать повышению самооценки.

Инструкция: « Я хочу вам предложить игру «Зайки и слоники». Сначала мы с вами будем зайками-трусишками. Когда заяц чувствует опасность, что он делает? Правильно, дрожит. Поджимает уши, весь сжимается, стараясь стать маленьким и незаметным, хвостик и лапки его трясутся (дети показывают). Покажите, что делают зайки, если слышат шаги человека? (разбегаются по группе, прячутся и т.д.) А что делают зайки, если видят волка? (игра продолжается несколько минут.) А теперь мы с вами станем слонами, большими, сильными, смелыми. Покажите, как спокойно, размеренно, величаво и бесстрашно ходят слоны. А что они делают, когда видят человека? Они боятся его? Нет. Они дружат с ним и, когда его видят, спокойно продолжают свой путь. Покажите как. Покажите, что делают слоны, когда видят тигра».

#### 5. «Волшебный стул» (И.В.Шевцова)

Цель: Способствовать повышению самооценки ребенка, улучшению взаимоотношений между детьми.



Оборудование: стул, корона

Ход игры: В игру можно играть с группой детей на протяжении длительного времени. Предварительно взрослый должен узнать «историю» имени каждого ребенка – его происхождение, что оно означает. Кроме этого, надо изготовить корону и трон – он должен быть высоким. Взрослый проводит небольшую вступительную беседу и происхождении имен, а затем говорит, что будет рассказывать об именах всех детей группы. Тот, про чье имя рассказывают, становится «королем или королевой». В конце игры можно предложить детям придумать разные варианты его имени (нежные, ласкательные) Можно также по очереди рассказать что-то хорошее о «короле или королеве».

б.«Ладочки»

Оборудование: бумага, фломастеры.

Цель: повышение самооценки.

Ход игры: Нужно положить свою ладошку на лист бумаги, раздвинуть пальцы и аккуратно обвести ее по контуру. Затем психолог просит на каждом, получившемся на бумаге пальце написать или нарисовать что-нибудь хорошее о себе. После этого психолог собирает «ладочки», читает их и показывает группе, а дети угадывают где, чья ладошка

Релаксационные игры:

1. «Муравей»

Цель: снять эмоциональное напряжение.

Ход игры: Все дети и психолог сидят на ковре. «Мы сидим на полянке, ласково греет солнышко. Мы спокойно дышим – вдох, выдох. Вдруг на пальчики ног залез муравей. С силой потяните носочки на себя. Ножки прямые и напряжены. Прислушайтесь, на каком пальчике сидит муравей, задержите дыхание. Сбросим муравья с ножек, выдыхаем воздух. Носочки вниз, стопы в стороны, ножки расслаблены, отдыхают». (Повторить несколько раз.)

2. «Бесилки»

Цель: снять эмоциональное напряжение

Ход игры: Дети свободно располагаются по комнате. Начинает звучать ритмичная музыка, постепенно громкость увеличивается. Под музыку дети могут двигаться и кричать, как им хочется. Единственное условие – нельзя касаться других детей и предметов. Примерно через 3–5 минут музыка стихает – дети замирают. Затем звучание возобновляется – дети вновь начинают движение. Количество повторов и их продолжительность зависят от степени возбужденности детей и их готовности «выплеснуть» эмоции.

### 3.«Смена ритмов»

Цель: Помочь включиться в общий ритм работы, снять мышечное напряжение.

Ход игры: психолог первый начинает хлопать в ладоши и громко, в такт хлопкам считать: раз, два, три, четыре... Постепенно все хлопают все реже, считают все тише и медленнее. Можно повторять несколько раз, добавляя движения руками и ногами, имитируя «встряхивания».

### 4. «Самолет летит, самолет отдыхает»

Цель: снять эмоциональное напряжение путем чередования сильного напряжения и быстрого расслабления мышц.

Ход игры: психолог предлагает ребятам полетать. Но сначала они должны превратиться в быстрые самолеты. Дети поднимают руки, как крылья, напрягают их (потому что нужны сильные крылья, чтобы самолет летел). Стоя на месте, дети изображают самолетики (смысл упражнения в том, чтобы напрягать и расслаблять руки), жужжат «моторами», двигают «крыльями», затем опускают их расслабленными - самолетики прилетели, крылья устали и хотят отдохнуть.

### 5. «Шалтай-Балтай»

Цель: расслабить мышцы рук, спины и груди.

Инструкция: «Давайте поставим маленький спектакль. Он называется «Шалтай-Балтай». Шалтай-Балтай сидел на стене. Шалтай-Балтай свалился во сне. Сначала будем поворачивать туловище вправо-влево: руки при этом

свободно болтаются, как у тряпичной куклы. На слова «свалился во сне» резко наклоняем корпус тела вниз». Повторить несколько раз.

#### Игры на повышение самооценки:

##### 1. «Комплименты»

Цель: развитие эмпатии, взаимного принятия. повышение самооценки.

Ход игры: Стоя в кругу, все берутся за руки. Глядя в глаза соседу, ребенок говорит: «Мне нравится в тебе...». Принимающий комплимент кивает головой и отвечает: «Спасибо, мне очень приятно!» Упражнение продолжается по кругу. После упражнения обсудить с детьми, что они чувствовали, что неожиданного они узнали о себе, понравилось ли им дарить комплименты.

##### 2. «Пастух»

Цель: повышение самооценки

Оборудование: дудка, повязки на глаза для детей.

Ход игры: «Пастуху» дают в руки музыкальный инструмент, например дудку, а всем остальным участникам завязывают глаза – они играют роль «овечек». «Овечки» ходят по кругу, а «пастух» с помощью дудки созывает их к себе, если при этом кто-нибудь заблудится, то пастух начинает играть громче. Когда все «овечки» будут в сборе, можно выбирать нового «пастуха» и продолжать игру.

##### 3. «Что мне нравится в тебе?»

Цель: повышение самооценки ребенка.

Ход игры: игра проводится в парах или общем кругу.

Проводят в парах или в кругу. По очереди о каждом ребенке в кругу дети говорят о том, что им нравится в каждом участнике. Например: «Мне нравится в тебе, (имя ребенка), ...». Если игра проводится в парах, участники называют хорошие качества друг друга.

##### 4. «Что я умею делать хорошего?»

Цель: повышение самооценки ребенка.

Ход игры: Каждого из участников просят рассказать о том, что он умеет делать хорошего. При затруднениях группа дополняет ответ участника.

#### 5. «Ромашка»

Цель: повышение самооценки.

Оборудование: Ромашка с фотографией ребенка в середине. По очереди каждый ребенок называет хорошие качества того, кому принадлежит ромашка, а психолог записывает их на лепестках ромашки. В конце занятия ромашки отдаются детям.

Игры на развитие эмоциональной сферы:

#### 1. «Пиктограммы».

Цель: развитие эмоциональной сферы

Оборудование: картинки с изображениями эмоций

Ход игры: На столе лежат карточки с изображением эмоций. Каждый ребенок по очереди берет карточку со стола и не показывает ее другим участникам. После того, как все разобрали карточки, дети по очереди изображают те эмоции, которые изображены на их карточках. Остальные участники должны угадать эмоции и объяснить свою точку зрения. Психолог должен следить за тем, чтобы в игре участвовали все дети. Каждый ребенок берет себе карточку, не показывая ее остальным.

Задания для совместных занятий:

#### 1. Игра «знакомство».

Цель: знакомство участников группы друг с другом, развитие эмпатии, взаимного принятия участников группы, взаимодействие детей и родителей.

Инструкция: Уважаемые родители, сейчас вам необходимо представить своего ребенка группе, рассказать, что он любит, что ему не нравится, какие у него интересы или хобби, затем детям необходимо рассказать о родителях.

#### 2. Игра «Семейный альбом»

Необходимо заранее попросить родителей выбрать фотографию с семейного события и принести ее на занятие.

Цель: выяснить чувства ребенка и чувства родителя, которые они испытывали во время семейных событий, для родителя это возможность узнать ребенка ближе, узнать его эмоции и чувства.

Инструкция: Перед вами лежат фотографии из ваших семейных альбомов, вам необходимо вместе с ребенком составить рассказ о том дне, который запечатлен на фотографии. Расскажите, что вы чувствовали в этот день, что произошло и какие эмоции испытываете сейчас.

### 3. «Упражнение на доверие»

Цель: развитие доверия и развитие навыков коммуникации

Ход игры: В каждой паре один участник играет роль компаса, другой – туриста. Турист встает за спину компаса, кладет ему руки на плечи и закрывает глаза. Компас должен очень аккуратно провести туриста мимо других детей, родителей и препятствий. По достижении цели партнеры меняются ролями. Глаза участников, играющих роль туриста, закрыты.

### 4. Упражнение «Кони и всадники»

Цель: развитие доверия и развитие навыков коммуникации

Ход игры: Дети и родители делятся на пары – один участник превращается в «коня», другой во «всадника». «Коням» завязывают глаза, а всадники встают сзади, берут за локти и готовятся ими править. На скачках задача «коня» – бегать быстрее, а задача «всадника» – не допускать столкновения с другими конями.

### 5. «Комплимент»

Цель: развитие коммуникации, повышение самооценки

Дети и взрослые сидя на полу, образуя пары. Задача игроков – сказать напарнику, что ему нравится в другом. Для родителей фразу, следует начинать: «(Имя ребенка), Мне нравится в тебе...». Для детей фразу стоит начинать: «Мама/папа мне нравится в тебе...»

### 6. «Совместный рисунок»

Цель: развитие коммуникации детей и родителей, привлечение к совместной деятельности, создание ситуации сотрудничества.

Оборудование: ватманы, краски, карандаши или фломастеры.

Ход игры: по заданию педагога дети и взрослые совместно на листе ватмана рисуют карандашами, красками или фломастерами любой рисунок. Взрослым и детям необходимо договориться, что они нарисуют, а затем каждая пара рассказывает о получившемся у них рисунке.

#### 7. Игра «Имена»

Цель: повышение самооценки, создание ситуации сотрудничества между ребенком и взрослым

Инструкция: Каждому родителю предлагается назвать имя своего ребенка и охарактеризовать его первой буквой его имени, тоже самое должны сделать дети. Например, Денис – добрый и т.д.

#### 8. «Мышеловка»

Цель: снятие эмоционального напряжения, создание условий сотрудничества, развитие коммуникации.

Инструкция: Все участники стоят парами, взявшись за руки, лицом друг к другу, выбранный ведущий бежит через пары, задача каждой пары поймать ведущего не отпуская руки.

#### 9. Игра «Наоборот»

Цель: создание условий сотрудничества, развитие коммуникации

Инструкция: Родители и дети стоят в кругу. Выбирается пара ведущих (ребенок и родитель), родитель показывает движения, все за ним повторяют, а ребенок ведущий должен все сделать наоборот. Например, все поднимают руку вверх, а ребенок опускает ее вниз.

#### 10. Игра «Тень»

Цель: Развитие коммуникативных навыков, создание условия сотрудничества ребенка и родителя.

Ход игры: Участники разбиваются по парам (родитель и ребенок), один из пары назначается «туристом», а второй – «тенью». «Тень» должна повторять все движения за «туристом» и следовать за ним по ходу игры. «Туристу» в это время даются различные команды, например, присесть,

остановиться, пройти три шага и подпрыгнуть» и тп. Затем участники меняются ролями.

#### 11. Игра «Взрослые-дети»

Цель: развитие коммуникативных навыков, развитие эмпатии

Инструкция: Сейчас взрослые превратятся в детей, а дети превратятся во взрослых. Необходимо проиграть какую-либо ситуацию из повседневной жизни участников, поменявшись ролями. Психолог может предложить следующие ситуации: «Родитель готовит обед», «Родитель укладывает ребенка спать», «Родитель играет с ребенком» и другое.

«Ритуал прощания»: проводится в виде произнесения пожеланий детей друг другу, допускается тактильный контакт.