

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

**ЖИЛИНА АНАСТАСИЯ РОМАНОВНА**

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

Коррекция тревожности младших школьников средствами сказкотерапии

Направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы

«Социальный менеджмент и проектирование»

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой

д. пед. наук профессор Фурьева Т.В.

Руководитель

д. пед. наук, доцент Бочарова Ю.Ю.

Дата защиты

01.06.2024

Обучающийся

Жилина А.Р.

Оценка отлично

Красноярск 2024

**СОДЕРЖАНИЕ**

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ТРЕВОЖНОСТИ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....	6
1.1. Понятие тревожности в психологических исследованиях. Способы изучения.....	6
1.2. Школьная тревожность как социально-психологический феномен.....	10
1.3. Методы коррекции школьной тревожности. Сказкотерапия.....	15
ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ I.....	21
ГЛАВА 2. ИЗУЧЕНИЕ ВОЗМОЖНОСТЕЙ КОРРЕКЦИИ ШКОЛЬНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА СРЕДСТВАМИ СКАЗКОТЕРАПИИ.....	23
2.1. Описание исследования уровня тревожности младших школьников.....	26
2.2. Разработка и применение коррекционно-развивающей программы, с элементами сказкотерапии.....	36
2.3. Оценка эффективности применения коррекционно-развивающей программы, с элементами сказкотерапии в процессе снижения уровня школьной тревожности у детей младшего школьного возраста.....	42
ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ II.....	44
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	46
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	48
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	52

## ВВЕДЕНИЕ

Тревожность представляет собой общераспространенное психическое состояние, возникающее у представителей всех возрастных категорий. Тем не менее наиболее уязвимой группой являются младшие школьники. Данный факт обусловлен тем, что в младшем школьном возрасте происходит активное формирование личности ребенка. Дети сталкиваются с новыми социальными и академическими требованиями, что может вызывать у них беспокойство и тревожность. Дети младшего школьного возраста еще не обладают полностью развитыми навыками совладания со стрессом и регулирования эмоций. Это делает их более уязвимыми к развитию тревожности в условиях стрессовых ситуаций.

Актуальность темы исследования обусловлена тем, что тревожность является одной из наиболее распространенных проблем среди младших школьников. По данным российских исследователей Щеблановой Е. И., Петрова С. О., от 15 до 20% детей имеют повышенный уровень тревожности. Это может привести к различным проблемам в обучении и социальной адаптации ребёнка. Кроме того, тревожные дети часто испытывают трудности в общении со сверстниками, что также негативно влияет на их социальную адаптацию [31].

Выготский Л. С., Прихожан А. М. в своих исследованиях утверждают, что тревожность оказывает в основном отрицательное и дезорганизующее влияние на результаты деятельности младших школьников [25]. Именно поэтому своевременная диагностика и коррекция школьной тревожности у детей младшего школьного возраста является важной задачей для педагогов, психологов и родителей. Необходимо уделять особое внимание созданию благоприятной образовательной среды, которая будет способствовать эмоциональному благополучию детей и снижению уровня тревожности.

Одним из перспективных направлений в работе с тревожными детьми является использование элементов сказкотерапии. Сказкотерапия представляет собой метод психологической помощи, основанный на использовании сказок как инструмента для работы с эмоциональными и психологическими проблемами.

Применение сказкотерапии в работе с младшими школьниками может способствовать улучшению их психологического благополучия, снижению уровня тревожности и развитию адаптивных стратегий поведения.

Цель: обосновать теоретически, разработать и проверить результативность коррекционной программы «Сказочный мир» по снижению уровня тревожности у младших школьников.

Задачи исследования:

1. изучить, проанализировать отечественную и зарубежную психолого-педагогическую и методологическую литературу по проблеме тревожности;
2. раскрыть ключевые понятия исследования: «тревожность», «школьная тревожность», «сказкотерапия»;
3. подобрать диагностические методики, направленные на измерение уровня школьной тревожности;
4. провести коррекцию уровня школьной тревожности с применением методов сказкотерапии;
5. осуществить анализ результатов исследования.

Объект исследования: коррекция школьной тревожности детей младшего школьного возраста.

Предмет исследования: программа «Сказочный мир» как средство коррекции школьной тревожности.

Гипотеза: предполагается, что коррекция школьной тревожности у младших школьников будет результативной, если

- будут изучены ситуации школьной жизни, вызывающие тревогу;
- обоснованы и раскрыты механизмы коррекции школьной тревожности при применении сказки;
- разработан диагностический комплекс и выявлен актуальный уровень школьной тревожности у младших школьников;
- разработан и реализован цикл занятий с применением сказкотерапии;



- проведен сравнительный анализ уровня тревожности у детей, прошедших коррекционную программу.

Методы исследования:

1. Теоретический анализ психолого-педагогической и методической литературы, систематизация и обобщение полученной информации.
2. Методика «Школьная тревожность» Б. Филлипса
3. Карта наблюдений Д. Стотта
4. Методики «Незаконченные предложения» Г.Г. Румянцева
5. Тест «Дерево с человечками» автор Д. Лампен в адаптации Л.П.

Пономаренко

База исследования: МАОУ СШ №121

# ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ТРЕВОЖНОСТИ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

## 1.1. Понятие тревожности в психологических исследованиях. Способы изучения

Изучив психологическую литературу, можно заключить, что концепция тревожности рассматривается в различных контекстах. Многие ученые считают целесообразным выделять в данном понятии два отдельных аспекта: реакцию на окружающую среду и характеристику индивидуальной личности. Хотя эти значения взаимосвязаны, они имеют различные определения. В основном, термин «тревожность» используется для описания отрицательного эмоционального состояния или условий, характеризующихся чувством беспокойства и угнетения. С физиологической точки зрения, это связано с активацией автономной нервной системы [22].

Для более глубокого понимания сущности тревожности необходимо обратиться к исследованиям из разных областей. Проблемой проявления тревожности занимались как отечественные ученые (А. М. Прихожан, Р. С. Немов, Д. В. Ковпак и др.), так и зарубежные (К. Хорни, А. Бекк, Д. Барлоу и др.). Исследования ученых позволяют лучше понять природу тревожности и ее проявления. В последние годы феномен тревожности получил широкое распространение. Многочисленные исследования предоставили ценные сведения о природе и проявлениях тревожности. Взгляды различных ученых позволят более глубоко рассмотреть это явление.

В своей работе отечественные исследователи Щебланова Е. И. и Петрова С. О. подчеркивают, что тревожность у детей и подростков остается одной из наиболее актуальных проблем в современной психологии. Этот феномен несет в себе негативное влияние на психическое и физическое развитие школьников. Изучение различных видов тревожности приобретает особую важность, поскольку они могут быть связаны с низкими когнитивными способностями и уровнем академических достижений. Результаты исследований указывают на то,

что тревожность оказывает значительное влияние на успеваемость школьников, что подчеркивает необходимость более глубокого изучения этой проблемы для разработки эффективных методов ее преодоления [31].

В ходе своего исследования Петрова Е. Г. предлагает концепцию тревожности, которая характеризуется низким порогом возникновения реакции тревоги, что выступает важным фактором индивидуальных особенностей. У каждого человека есть свой уникальный уровень тревожности, который считается оптимальным или желательным и называется «полезной тревожностью». По мнению автора оценка собственного психологического состояния в этом аспекте имеет важное значение для саморазвития и самоконтроля. Постоянное ощущение тревоги негативно сказывается на психическом благополучии учащихся, вызывая стресс и влияя на их повседневную жизнь и обучение. Чувствительность к стрессу также зависит от уровня самооценки. Ученики с низкой самооценкой могут считать себя неспособными справиться с трудностями, что увеличивает уровень тревожности и может привести к развитию стресса [20].

Исследование Герберта Бенсона продемонстрировало, что физиологические факторы играют важную роль в тревожности. Бенсон не дает явного определения тревожности в своем исследовании. Тем не менее, его исследование фокусируется на влиянии релаксационного ответа на тревожность. Это позволяет выдвинуть предположение, что он понимает тревожность как состояние эмоционального беспокойства и страха, вызванное антиципацией будущей угрозы. Понимание тревожности Бенсона согласуется с когнитивной теорией тревожности, которая утверждает, что тревожность возникает в результате негативных мыслей, которые преувеличивают угрозу и недооценивают способность справиться с ней [6].

Социальные факторы также играют важную роль в развитии тревожности. Отечественные ученые Ковпак Д. В. и Тихомиров А. С. проводили эксперименты, чтобы изучить влияние социальной поддержки и социального сравнения на тревожность в различных ситуациях. Исследование показало, что социальная поддержка оказывает защитное действие против тревожности, в то время как социальное сравнение может ее усиливать. Социальная поддержка

может помочь людям справиться со стрессовыми ситуациями и уменьшить чувство изоляции, в то время как социальное сравнение может привести к негативным мыслям о себе и повышению тревожности. Авторы не дают явного определения тревожности в своем исследовании. Однако их исследование фокусируется на влиянии социальных факторов на тревожность, что предполагает, что они понимают тревожность как эмоциональное состояние, которое может быть вызвано или усилено социальными ситуациями и взаимодействиями [12].

Исследование Филиппа Джоржа Зимбардо показало, что социальные факторы, такие как анонимность и ожидания группы, могут влиять на уровень тревожности. Оно подчеркивает, что тревожность может возникать не только в результате индивидуальных факторов, но и в результате социальных взаимодействий. Зимбардо не дает явного определения тревожности в своем исследовании. Однако его исследование подразумевает, что тревожность может быть результатом социальных факторов, таких как анонимность и ожидания группы. Анонимность может уменьшить страх наказания и чувство ответственности, что может привести к усилению тревожности и агрессивного поведения [10].

Рассматривая понятие тревожности важно отметить труды Аарона Бекка. Когнитивная модель Аарона Бекка постулирует, что тревожность является результатом негативных мыслей. Эта модель легла в основу когнитивно-поведенческой терапии (КПТ), эффективного метода лечения тревожности. Когнитивная модель тревожности Бекка подчеркивает роль негативного мышления в развитии и поддержании тревожности [29].

Отечественные исследователи Александров Е. А. и Аверина А. В. также выявили эффективность когнитивно-поведенческой терапии (КПТ) в лечении тревожных расстройств. В своем исследовании авторы определяют тревожность как стойкое состояние психической напряженности, сопровождающееся чрезмерными переживаниями, опасениями и страхами. Это определение подчеркивает когнитивный и эмоциональный компоненты тревожности, такие как

негативные мысли, чрезмерные опасения и чувство страха. Понимание тревожности Александровым и Авериной согласуется с более широким определением тревожности в области психологии, которое включает как субъективное переживание страха и беспокойства, так и физиологические и поведенческие проявления, такие как учащенное сердцебиение, потоотделение и избегание тревожных ситуаций [2].

В исследованиях Дэвид Барлоу тревожность рассматривается как адаптивный механизм, который помогает людям осознавать потенциальные угрозы и стимулирует развитие внутренних психологических механизмов, способствующих личностному росту и более зрелому функционированию. По мнению Барлоу, при использовании этих внутренних механизмов в процессе социализации человек может развить более эффективные навыки общения и улучшить понимание других людей. Тревожность, таким образом, выступает не только как защитный барьер, предупреждающий о возможной опасности, но и как катализатор саморазвития и формирования более зрелых личностных характеристик [3].

Исследования нейробиологии также показывают, что физиологические процессы в мозге играют ключевую роль в развитии тревожности. Нейробиологические исследования тревожности Селигмана, Лодерна, Проспера и Гибба пролили свет на физиологические основы этого состояния. Обзор нейробиологических исследований показал, что дисбаланс между системами страха и ингибирования страха в мозге может способствовать развитию тревожных расстройств. Американский психолог Мартин Селигман считает, что тревожность это результат дисбаланса между системами страха мозга, такими как миндалевидное тело, и системами ингибирования страха, такими как префронтальная кора.

Ученые имеют различные точки зрения на понятие «тревожность», однако многие из них рассматривают его, как комплексное психологическое состояние, характеризующееся чувством беспокойства, напряженности и неопределенности, вызванное различными факторами внутренней или внешней среды. Она возникает

в результате сложного взаимодействия физиологических, когнитивных, социальных и нейробиологических факторов.

## **1.2. Школьная тревожность как социально-психологический феномен**

В современном обществе школьная среда становится все более сложной и требовательной к детям и подросткам. Возрастающее давление со стороны образовательной системы, социальные ожидания, а также внутренние конфликты могут привести к возникновению различных психологических проблем у школьников. Одной из наиболее распространенных и значимых является школьная тревожность.

Школьная тревожность является серьезным социально-психологическим феноменом, который может оказывать негативное влияние на образовательные достижения, социальные отношения и общее благополучие учащихся.

По данным исследований, в современном мире все больше детей младшего школьного возраста страдают от тревожности, что создает необходимость в изучении этого явления и разработке эффективных методов его профилактики и коррекции [25].

Как отмечает Джон Дьюи, в школе ученики могут испытывать беспокойство, страх и неуверенность в своих способностях. Это часто связано с переживанием неудач, социальным давлением и ожиданиями окружающих, как отмечает Анна Фрейд. Тревожность в школе может быть вызвана как внешними факторами, так и внутренними конфликтами, как подчеркивает Лев Семёнович Выготский [7].

По мнению Хотинной Л. А., проблема школьной тревожности является одной из наиболее распространенных и значимых проблем, с которой сталкиваются педагоги и школьные психологи. Это явление привлекает повышенное внимание в силу того, что является ярким индикатором дезадаптации ребенка в учебной среде, оказывая негативное воздействие на все аспекты его жизни и деятельности, включая общение как внутри, так и за пределами школы, здоровье и общее психологическое благополучие [27].



В исследовании Немова Р. С. отмечается, что школьная тревожность - это особенность личности, проявляющаяся через постоянное или ситуативное усиленное чувство тревоги, страха и беспокойства в определенных социальных контекстах [19].

Для рассмотрения явления школьной тревожности важно обратиться к теории индивидуальной психологии Альфреда Адлера, который в своих трудах подчеркивал, что тревожность учеников может быть вызвана страхом неудачи и низкой самооценкой, что создает внутренние конфликты и усиливает психологический дискомфорт.

Согласно Микляевой А. В. и Румянцевой П. В., школьная тревожность представляет собой особый тип тревожности, который проявляется в определенных ситуациях взаимодействия ребенка с различными аспектами школьной образовательной среды и усиливается в этом контексте [17].

Рассматривая понятие школьной тревожности важно отметить труды Эрика Эриксона, который отмечал, что ощущение дискомфорта в школе может быть связано с тем, что ученики сталкиваются с противоречиями между тем, что от них ожидают, и тем, что они могут реально достичь. Автор отмечает, что недостаток уверенности в себе и своих способностях также может способствовать возникновению школьной тревожности.

Прихожан А. М. в своих работах подчеркивает, что школьная тревожность проявляется через волнение и беспокойство в учебных ситуациях, страх перед негативными высказываниями со стороны учителей и одноклассников. Это может привести к ощущению негативного отношения к себе и страхом получить плохую оценку [24].

Микляева А. В. и ряд других авторов высказываются, что существует и множество других факторов, способных вызывать школьную тревожность у учеников, такие как социальное давление и семейная обстановка [4], индивидуальные психологические особенности ребенка. Это состояние способно оказывать серьезное воздействие на их психическое и физическое развитие, а также на успехи в обучении [18].

При рассмотрении взглядов исследователей, таких как Кочубей Б. И. и Новиков Е. В., отмечается, что важнейшим фактором закрепления тревожности может являться нарушение детско-родительских отношений. Нарушение отношений между родителем и ребенком может стать источником повышения уровня тревожности у младших школьников. Когда эти отношения нарушены, ребенок оказывается внутренне в конфликте из-за негативных, унижительных или противоречивых требований, которые ему предъявляют родители. Излишняя строгость со стороны взрослых может способствовать появлению у детей тревожности [14].

При рассмотрении вопроса о влиянии строгого воспитания на формирование страхов у детей, необходимо обратить внимание на то, что подобные методы могут иметь серьезные последствия для психологического благополучия детей. Родители, применяющие жесткие меры воспитания, часто не осознают, что их действия могут вызвать у детей чувство беспомощности и страха. Важно понимать, что постоянное запугивание и угрозы могут привести к нарушению доверия между родителями и детьми, что в свою очередь может сказаться на эмоциональном состоянии ребенка. Постоянное ощущение страха перед наказаниями или критикой может способствовать развитию тревожности у школьников.

В русле изучения взаимосвязи проявления тревожности с характером детско-родительских отношений в исследовании Белова В. Г. было обнаружено, что в семьях, где у детей наблюдается повышенная тревожность, отмечаются следующие особенности:

1. неуважение к мнению ребенка: родители игнорируют взгляды и желания ребенка, не учитывают его перспективу;
2. нарушения в вовлеченности родителей: родители либо чрезмерно вмешиваются в жизнь ребенка (гиперопека), либо недостаточно вовлечены (гипоопека);
3. авторитарный стиль воспитания: родители устанавливают жесткие правила и ожидания, подавляя независимость и инициативу ребенка;

4. использование наказаний: родители прибегают к наказаниям как основному методу воспитания, создавая атмосферу страха и неуверенности;

5. инфантилизация ребенка: родители препятствуют развитию самостоятельности ребенка, выполняя за него действия, которые он способен совершать самостоятельно [4].

Эти нарушения в детско-родительских отношениях способствуют формированию тревожности у младших школьников, создавая неблагоприятный эмоциональный климат в семье и подрывая чувство уверенности и безопасности ребенка.

Тревожность у школьников также может быть обусловлена ощущением невозможности соответствовать высоким академическим требованиям. Это может спровоцировать беспокойство и страх неудачи или разочарования. Для младших школьников важны не только хорошие оценки, но и поддержание положительных отношений с педагогами. Кроме того, существенное влияние на уровень тревожности оказывают также взаимоотношения с одноклассниками и социальный статус ребенка в коллективе. Неблагоприятные отношения с одноклассниками или низкий социальный статус могут усугублять чувство беспокойства и неуверенности [13].

При рассмотрении исследований тревожности у учащихся, можно выделить две основные категории факторов, которые влияют на развитие школьной тревожности: внутренние (когнитивные, аффективные) и межличностные (социальные) аспекты [8].

Согласно исследованию Петровой Л. А., школьная тревожность может быть связана с психологическими особенностями личности ребенка, такими как низкая самооценка, неадекватные стратегии управления со стрессом, высокий уровень самокритичности и т.д [21].

Проанализировав приведенные высказывания исследователей, можно сделать вывод, что «школьная тревожность» представляет собой сложное психологическое состояние, характеризующееся чувством беспокойства, страха или нервозности в учебных ситуациях и ожиданием негативного отношения со

стороны учителей. Школьная тревожность проявляется в повышенном волнении в классе, а также в предчувствии отрицательной оценки и негативного отношения к себе со стороны одноклассников.

Исследование школьной тревожности как социально-психологического феномена является важным направлением современной научной деятельности. Исходя из анализа высказываний различных ученых можно сделать вывод, что, изучение школьной тревожности как социально-психологического феномена представляет актуальную и значимую задачу для современной науки и практики, направленную на повышение качества жизни и образования детей и подростков.

### 1.3. Методы коррекции школьной тревожности. Сказкотерапия

Отечественные психологи уделяют большое внимание исследованию школьной тревожности и разработке методов ее коррекции. В частности, значительный вклад в изучение этой проблемы внесли следующие ученые: Прихожан А. М., Немова Р. С., Петровского А. В., Небылицына В. Д., Божович Л. И., Обуховой Л. Ф., Савиной Е. В., Кочубея Б. И., Лютовой Е. К., Мухиной В. С. и др.

Анализ теоретических подходов и эмпирических данных, представленных в их работах, позволяет сделать вывод, что школьная тревожность является многофакторным явлением, детерминированным как индивидуально-личностными особенностями ребенка, так и социальными и педагогическими факторами.

Таким образом, отечественная психология располагает значительным объемом знаний о школьной тревожности, что создает базу для разработки эффективных методов ее коррекции.

Психологическая коррекция представляет собой целенаправленную деятельность, ориентированную на изменение психологических особенностей индивида. При этом корректирующее воздействие направлено на те аспекты психики, которые, согласно общепринятым критериям, не соответствуют оптимальной модели развития.

Одним из основных назначений психологической коррекции является преодоление различных трудностей, которые испытывает индивид. Данные трудности могут быть связаны с различными сферами функционирования: эмоциональной, когнитивной, поведенческой, социальной и т.д.

Устранение или сглаживание этих трудностей способствует полноценному функционированию индивида в различных жизненных ситуациях. Коррекционные мероприятия позволяют повысить адаптивность, улучшить межличностные отношения, повысить самооценку и уверенность в себе, развить необходимые копинг-стратегии и т.д.

Таким образом, психологическая коррекция выступает важным инструментом психологической помощи, направленным на повышение психологического благополучия и полноценное функционирование индивидов.

Ряд отечественных психологов, в частности Лютова Е. К., Мухина В. С., Прихожан А. М. и Чистякова М. И., выделяют три основных направления коррекционной работы с детской тревожностью:

1. Повышение самооценки ребенка и формирование веры в собственные силы.
2. Обучение ребенка методам саморегуляции, направленным на снятие мышечного напряжения и создание комфортной психологической обстановки.
3. Тренинг навыков самоконтроля, позволяющих эффективно управлять своим поведением в ситуациях, вызывающих тревогу.

Такое комплексное воздействие позволяет снизить уровень тревожности у младших школьников, повысить их уверенность в себе и улучшить психологическое благополучие.

Нервная система младших школьников характеризуется высокой пластичностью и податливостью коррекционному воздействию, что обуславливает эффективность своевременного вмешательства. Поскольку игровая деятельность сохраняет значимость на данном этапе развития, целесообразным представляется использование игровых форм в процессе коррекции.

Для эффективного снижения школьной тревожности у младших школьников применяются разнообразные методы:

- Сказкотерапия включает использование сказок в различных формах: чтение и обсуждение, анализ поведения персонажей, изобразительная деятельность, сочинение собственных сказок. Сказки предоставляют детям безопасное пространство для проживания травмирующих ситуаций и формирования новых адаптивных моделей поведения.
- Арт-терапия предполагает применение разных видов искусства для коррекции тревожности. Рисование, лепка и другие творческие занятия



способствуют самовыражению, снятию эмоционального напряжения и развитию воображения.

- Куклотерапия использует кукольный театр для воспроизведения травмирующих ситуаций в символическом виде. Дети могут идентифицироваться с куклами, проецируя на них собственные страхи и переживания. Это позволяет им безопасно исследовать свои эмоции и находить способы их преодоления.

- Музыкальная терапия оказывает успокаивающее и расслабляющее действие на младших школьников. Прослушивание музыки способствует снижению тревожности, улучшению настроения и повышению самооценки.

- Танцевальная терапия использует танцевальные движения и музыку для выражения эмоций и развития саморегуляции. Участвуя в танцах, дети снижают уровень тревожности, улучшают координацию и взаимодействие с другими.

- Драматерапия использование драматических методов, таких как ролевые игры, импровизация и театральные упражнения, для помощи детям в выражении эмоций, развитии социальных навыков и улучшении самоощущения. Драматерапия может помочь детям в преодолении тревожности, укреплении межличностных связей и улучшении коммуникативных навыков.

- Библиотерапия применяет чтение и обсуждение художественной литературы для коррекции тревожности. Книги предоставляют детям возможность идентифицироваться с литературными персонажами, переживать различные эмоции и находить способы преодоления трудностей. Чтение развивает эмпатию, воображение и социальные навыки [9].

Наряду с основными направлениями коррекции тревожности в младшем школьном возрасте психологи выделяют несколько основных форм психологической коррекции:

1. Индивидуальная форма предполагает работу психолога с ребенком один на один, при отсутствии посторонних лиц. Данная форма работы позволяет детально проработать индивидуальные особенности ребенка и подобрать наиболее эффективные методы коррекции.

2. Микрогрупповая форма коррекции подразумевает работу в небольших группах, состоящих из нескольких детей со схожими проблемами. Такая форма работы позволяет создать доверительную и поддерживающую атмосферу, в которой дети могут делиться своими переживаниями и оказывать друг другу поддержку.

3. Групповая форма коррекции заключается в использовании групповой динамики и всей совокупности взаимоотношений, возникающих между участниками группы. Данная форма является наиболее эффективной при решении проблем, возникающих в сфере общения и межличностных отношений.

4. Смешанная форма коррекции совмещает в себе преимущества индивидуальной и групповой коррекции, что позволяет использовать комплексный подход к решению проблемы. Такая форма работы может включать в себя как индивидуальные сессии с психологом, так и групповые занятия [16].

Выбор формы психологической коррекции осуществляется с учетом индивидуальных особенностей ребенка и характера его тревожных переживаний. Комплексный и индивидуализированный подход к коррекции позволяет достичь максимальной эффективности в снижении уровня тревожности у младших школьников.

В контексте снижения уровня школьной тревожности, сказкотерапия является одним из наиболее эффективных методов коррекционно-развивающей работы.

Сказкотерапия означает «лечение сказкой». Сказкотерапия представляет собой метод, направленный на интеграцию личности, развитие творческих способностей, расширение сознания и улучшение взаимодействия с окружающим миром с использованием сказочной формы. Тексты сказок для детей вызывают сильный эмоциональный отклик. Образы сказок обращаются к двум уровням психики – сознанию и подсознанию, что открывает особые возможности для коммуникации [15].

Сказкотерапия предоставляет возможность стимулировать фантазию, активизировать креативный потенциал и передавать знания о мире и человеческих

отношениях. Применение сказкотерапии способствует развитию внутренней устойчивости у детей, что помогает им лучше понять и принять себя. Это в свою очередь изменяет восприятие мира и облегчает взаимодействие с другими людьми, начиная от близких до случайных знакомых. Сказка, будучи источником интереса, имеет способность проникать во внутренний мир человека быстро и глубоко [23].

Ткач Р. М. утверждает, что для эффективного использования сказки или истории в терапии необходимо придерживаться определенных принципов:

1. Сказка должна содержать элементы, которые могут быть ассоциированы с проблемой ребенка, однако не должна напрямую отражать эту проблему.

2. Сказка должна предлагать альтернативный опыт или выбор, который ребенок может использовать для решения своей проблемы, либо психолог должен помочь ему в этом.

3. Сюжет сказки должен развиваться в определенной последовательности, чтобы обеспечить логическое и эмоциональное воздействие на ребенка [26].

Сюжет сказки, разработанной для уменьшения школьной тревожности у детей, должен включать сцены, происходящие в школьной обстановке, во время учебных занятий и взаимодействия с одноклассниками. Главными персонажами данной сказки должны быть вымышленные герои или животные, чтобы создать эмоциональную связь с ребенком. Последовательность событий должна позволить ребенку переживать с героем и предлагать варианты помощи. Завершение сюжета должно быть благополучным, что способствует переносу позитивного опыта на реальные жизненные ситуации и помогает ребенку осознать отсутствие оснований для беспокойства и страха.

Сказка помогает ребенку осознать свои чувства, эмоции, желания; учит переживать волнение и страх. Такой опыт позволяет ребенку справляться с негативными эмоциями и сохранять психическую целостность.

Одним из важных преимуществ сказок является их способность проникать сквозь защитные барьеры психики, так как они обращаются к проблемам ребенка не напрямую, а через использование метафор. Метафора - это перенос

характеристик с одного объекта на другой. Именно этот прием делает сказки эффективным инструментом для работы с детскими эмоциями и проблемами [11].

Таким образом при работе с младшими школьниками, направленной на снижение школьной тревожности, эффективным средством является метод сказкотерапии.

## ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ I

Школьная тревожность является важным явлением, которое оказывает значительное воздействие на психологическое состояние учащегося, его самооощение, успеваемость и социальную адаптацию.

В рамках главы 1, на основании анализа психолого-педагогической литературы были рассмотрены такие понятия как:

- «тревожность», под которой было решено понимать комплексное психологическое состояние, характеризующееся чувством беспокойства, напряженности и неопределенности, вызванное различными факторами внутренней или внешней среды;

- «школьная тревожность», под которой было решено понимать сложное психологическое состояние, характеризующееся чувством беспокойства, страха или нервозности в учебных ситуациях и ожиданием негативного отношения со стороны учителей или одноклассников;

- «сказкотерапия» под которой понимается метод, направленный на интеграцию личности, развитие творческих способностей, расширение сознания и улучшение взаимодействия с окружающим миром с использованием сказочной формы [15].

Обозначены факторы, которые могут способствовать развитию школьной тревожности:

- внешние факторы (школьная среда, семья);
- внутренние факторы (личностные особенности, эмоциональные реакции) [8].

Коррекционная деятельность эффективна в младшем школьном возрасте, так как нервная система детей характеризуется высокой пластичностью и податливостью коррекционному воздействию.

Одной из эффективных методик является сказкотерапия. Применение сказкотерапии способствует развитию внутренней устойчивости у детей. Через сказки ребенок способен осознать свои чувства, эмоции и желания. Это в свою

очередь изменяет восприятие мира и облегчает взаимодействие с другими людьми, начиная от близких до случайных знакомых [23].

Поэтому в качестве метода, используемого в разработке коррекционной программы, было решено применить элементы сказкотерапии в процессе групповой коррекционно-развивающей работы. Преимущество групповой формы коррекции заключается в использовании групповой динамики и всей совокупности взаимоотношений, возникающих между участниками группы. Данная форма является наиболее эффективной при коррекции тревожности у детей младшего школьного возраста.



## ГЛАВА 2. ИЗУЧЕНИЕ ВОЗМОЖНОСТЕЙ КОРРЕКЦИИ ШКОЛЬНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА СРЕДСТВАМИ СКАЗКОТЕРАПИИ

Исследование школьной тревожности детей младшего школьного возраста было осуществлено на базе Школы № 121 в городе Красноярске с участием учащихся 2 «Б» класса в возрасте от 8 до 9 лет. Обследуемая группа составила 26 человек, без разделения по гендерному признаку.

В рамках исследовательской работы были поставлены следующие задачи:

1. Выявить уровень школьной тревожности в классе;
2. Разработать программу занятий, включающую элементы сказкотерапии, с целью снижения уровня школьной тревожности;
3. Провести сравнительный анализ результатов исследования.

Для выявления уровня тревожности были проведены соответствующие методики: использовали утверждения по синдрому «тревожность по отношению к детям» и «эмоциональное напряжение» карты наблюдений Д. Стотта, тест Д. Лампен «Дерево с человечками» в адаптации Л.П. Пономаренко, методика Г.Г. Румянцева «Незаконченные предложения» с модификацией предложений под тему исследования, методика Б. Филлипса «Школьная тревожность» с модификацией вопросов фактора «общая тревожность в школе».

В рамках первичной диагностики была проведена с использованием таких методик как:

1. Карта наблюдений Д. Стотта.

Цель: изучение эмоциональной и поведенческой сферы детей школьного возраста, способных вызывать тревожность у детей школьного возраста.

Карта наблюдений Д. Стотта, которую заполняет педагог, состоит из 16 комплексов синдромов-образцов поведения. Синдромы отпечатаны в виде перечней и пронумерованы. В каждом синдроме образцы поведения имеют свою нумерацию. В данном исследовании изучаются 2 синдрома, а именно тревожность по отношению к детям и эмоциональное напряжение.

После проведения методики были осуществлены вычисления результатов, путем подсчета баллов для каждого из двух синдромов.

Пересчет сырых оценок в процентные был построен следующим образом:

1. Суммируются все баллы по каждому из синдромов;
2. Затем каждая из возможных сырых сумм оценок делится на максимально возможную сумму и умножается на 100 %.

2. Тест Д. Лампен «Дерево с человечками» в адаптации Л.П. Пономаренко.

Цель: обнаружить возможные признаки тревожности учеников.

Ученику предоставляется лист с изображением дерева, на котором расположены человечки. Каждый учащийся получает такой лист для раскрашивания. Расположение человечков на дереве может отражать внутреннее состояние ученика, его отношения с окружающими, степень вовлеченности в социальные взаимодействия.

3. Методика Г.Г. Румянцева «Незаконченные предложения» с модификацией предложений под тему исследования.

Цель: анализ ситуаций, способных породить школьную тревожность.

Модификация предложений была разработана с учетом результатов исследования, в котором приняли участие 20 обучающихся начального звена. Исследование было направлено на разработку типологии ситуаций продуцирующих школьную тревожность. В ходе анализа результатов исследования было выявлено, что у обучающихся третьего класса доминирующими ситуациями продуцирующими школьную тревожность являются: ситуации проверки знаний (50%); ситуации тревожности по поводу получения низкой оценки (32%); ситуации связанные с общением со сверстниками (18%) [32].

Адаптированная методика содержит 5 вопросов, в которых исследуются факторы школьной тревожности. Анализ результатов методики «Незаконченные предложения» позволяет выявить не только конкретные ситуации, вызывающие

тревожность у учеников, но и помогает понять основные темы и проблемы, которые могут быть источником тревожности.

В рамках контрольного этапа диагностика была проведена с использованием такой методики как:

1. Тест «Школьной тревожности» Б. Филлипса с модификацией вопросов фактора «общая тревожность в школе».

Цель: изучение уровня школьной тревожности у детей младшего школьного возраста.

Согласно постановлению Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. N 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», продолжительность урока в рамках образовательного процесса составляет 45 минут. Использование методики, включающей 58 вопросов, может занять значительное количество времени, поэтому она была адаптирована для соответствия временным ограничениям урока, чтобы не выходить за его рамки [1].

Адаптированный тест состоит из 22 вопросов, который предлагается в письменном виде. На каждый вопрос требуется ответить однозначно: «да» или «нет». В ходе анализа выполняется подсчет общего количества несовпадений в тесте. Исследование проводилось в групповом режиме, в равных условиях, в привычной обстановке.

## 2.1. Описание исследования уровня тревожности младших школьников

Первичная диагностика школьной тревожности у детей младшего школьного возраста была проведена с использованием таких методик как:

1. Карта наблюдений Д. Стотта.

Цель: изучение симптомокомплексов, способных вызывать тревожность у детей школьного возраста.

2. Тест Д. Лампен «Дерево с человечками» в адаптации Л.П. Пономаренко.

Цель: обнаружить возможные признаки тревожности учеников.

3. Методика Г.Г. Румянцева «Незаконченные предложения».

Цель: анализ ситуаций, способных породить школьную тревожность.

В итоге анализа результатов исследования школьной тревожности посредством карты наблюдения Д. Стотта были выявлены следующие результаты синдрома тревожности по отношению к детям показали, что у 13 (50%) учеников средний уровень тревожности по отношению к детям в своем окружении (см. рис. 1). В то же время, у 8 (31%) учеников проявляют высокую тревожность и озабоченность своим принятием среди сверстников. В ходе беседы с учителем было отмечено, что ученики, попадающие в эту категорию, часто проявляют тревожное поведение, проявляющееся в их склонности к избеганию социальных контактов.

Однако 5 (19%) учеников не проявляют значительной тревожности в отношении сверстников.

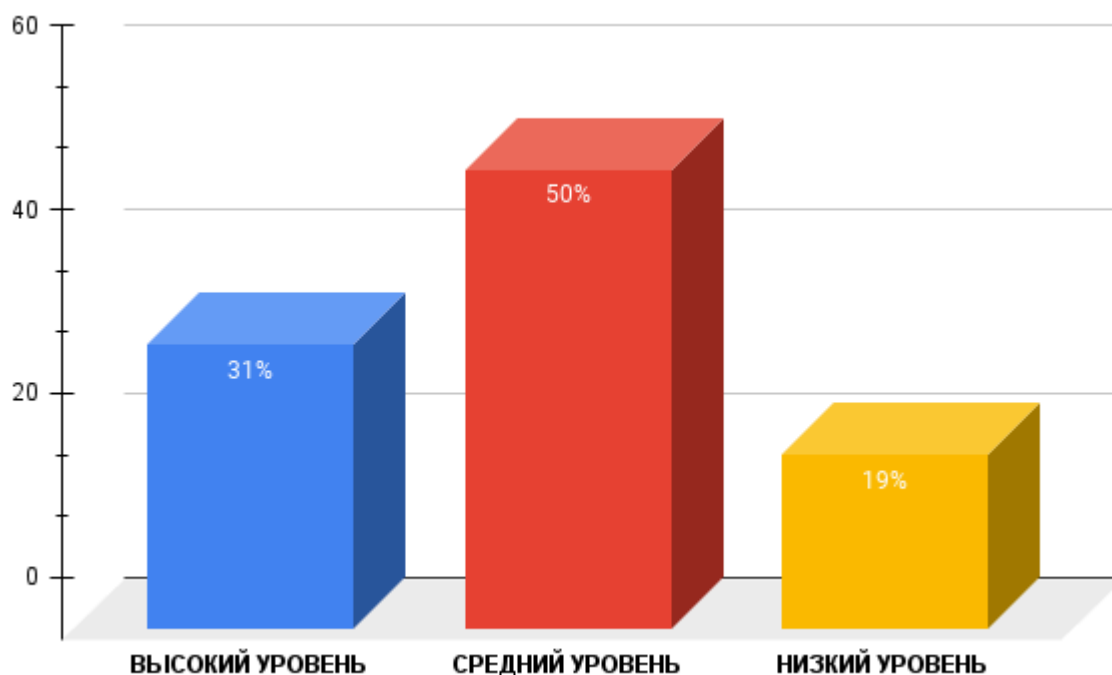


Рисунок 1 — Распределение уровней тревожности младших школьников по отношению к сверстникам по карте наблюдения Д. Стотта

Результаты исследования тревожности учащихся в школе (см. рис. 2) показали, что у 22 (85%) учеников проявляется тревожность. Во время диалога с педагогом было выявлено, что данная категория учащихся часто демонстрирует тревожное поведение в школьной среде. Это проявляется в их повышенной напряженности во время учебного процесса, неуверенности в себе и своих действиях, например, неохотно выходят к доске, тихий голос во время ответа, а также прослеживается стремление избегать ситуаций, которые могут вызвать дополнительное эмоциональное давление.

Среди участников исследования также было выявлено, что у 4 (15%) учеников не проявляются признаки тревожности, что может указывать на отсутствие выраженных признаков тревожности у данной группы учеников.

Респондентов со средним уровнем тревожности по данной методике выявлено не было.

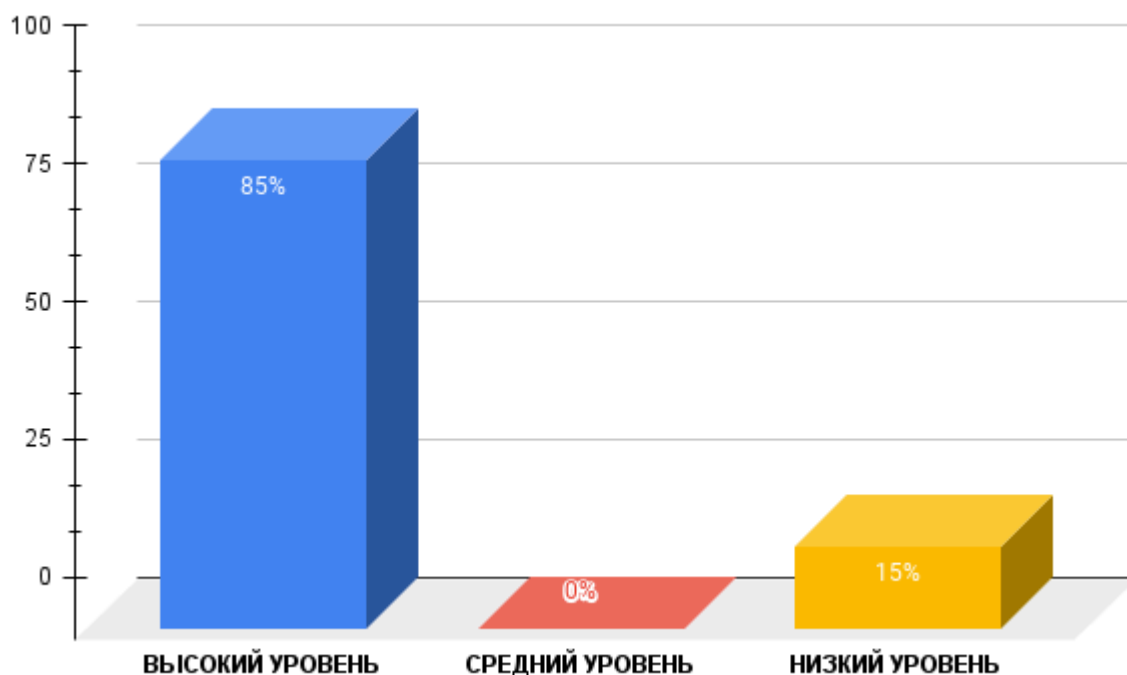


Рисунок 2 — Распределение уровней тревожности у младших школьников по карте наблюдения Д. Стотта

Результаты методики «Незаконченные предложения» (см. рис. 3) распределяются по следующим категориям ситуаций, способных вызывать тревожность у младших школьников:

- ситуации проверки знаний («страшно отвечать у доски», «страшно, что неправильно отвечу»);
- ситуации тревожности по поводу получения низкой оценки («боюсь, что мне двойку поставят и мама ругаться будет»);
- ситуации связанные с общением со сверстниками («будут дразнить», «засмеют»).

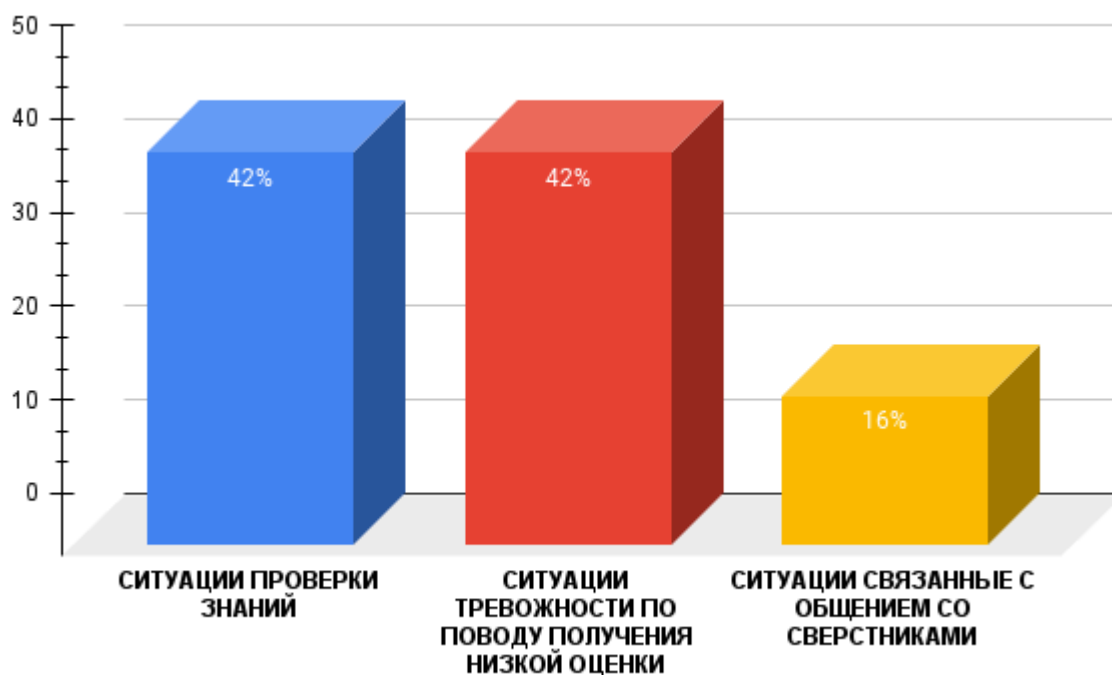


Рисунок 3 — Распределение ситуаций школьной тревожности у участников по методике «Незаконченные предложения» Г.Г. Румянцева

В результате анализа данных, полученных в результате проведения методики «Незаконченные предложения» Г.Г. Румянцева были выявлено, что ситуации проверки знаний занимают значительную долю среди причин школьной тревожности и составляет 42% от общего количества, у 18 человек. Участники данного исследования, отнесенные к категории учеников подверженных тревожности в контексте оценочных ситуаций, высказывают опасения относительно своего выступления перед классом из-за беспокойства по поводу реакции своих сверстников, а также из-за страха перед возможной негативной оценкой со стороны учителя при ошибочном ответе.

Страх получить плохую оценку также является распространенным среди младших школьников и составляет также 42%, у 18 учащихся. Учащиеся, отнесенные к данной категории, выражают свое мнение о том, что они испытывают страх получить плохую оценку из-за беспокойства о возможных последствиях в виде наказания со стороны родителей.

Неблагополучие в общении со сверстниками – эта категория составляет меньшую часть у 7 (16%) учащихся. Несмотря на то, что данная категория представляет собой меньшую часть обследуемой группы, она имеет важное значение. Учащиеся, включенные в эту категорию, выражают опасения по поводу возможных конфликтных ситуаций со стороны своих одноклассников, риска потерять дружеские связи.

Анализ результатов показал, что ситуации проверки знаний и страх получить плохую оценку являются наиболее распространенными причинами школьной тревожности среди младших школьников.

Согласно методике «Дерево с человечками», исследование выявило, что уровень тревожности в данном классе можно охарактеризовать как высокое (см. рис. 4). Ощущение отчужденности и тревожности проявляется у 18 (69%) учеников. Представители данной категории предпочитали раскрашивать человечка, который изображен в состоянии отчужденности, сидящий на краю ветки дерева или падающий с дерева. Это может указывать на ощущение тревожности у ребенка.

Тем не менее, следует отметить, что у 8 (31%) учеников проявляется ощущение комфорта. Представители данной категории предпочитали выбирать человечка изображенного в уверенной позе с улыбкой, такой выбор может быть интерпретирован как выражение комфортного и уверенного самоощущения у ребенка.



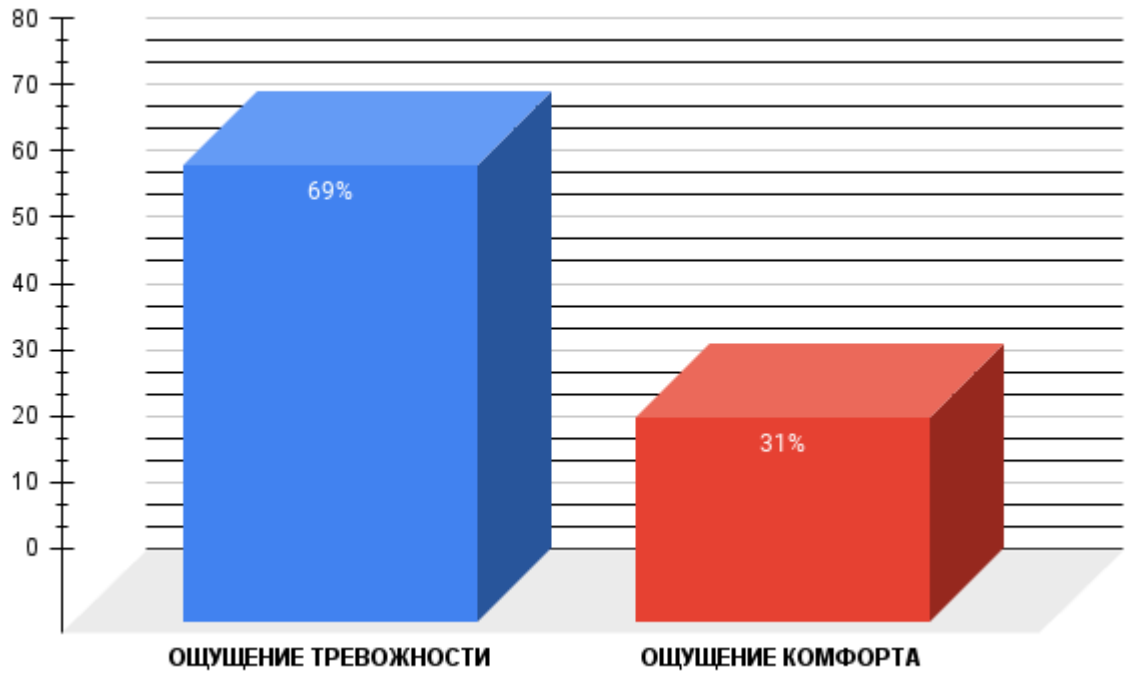


Рисунок 4 — Распределение ощущений учеников в школе по методике «Дерево с человечками» разработанная Д. Лампеном и адаптированная Л.П. Пономаренко

### **Общий вывод по результатам методик**

По результатам проведения методики карта наблюдения Д. Стотта среди исследуемых у 8 (31%) учащихся выявлен высокий уровень, у 13 (50%) учащихся средний уровень тревожности по отношению к детям в своем окружении, у 5 (19%) учеников не проявляют значительной тревожности в отношении сверстников.

По методики Д. Стотта также было выявлено, что у 22 (85%) учеников наблюдается тревожное состояние, у 4 (15%) учеников не проявляются признаки тревожности. Среднего уровня тревожности выявлено не было.

Анализ результатов исследования, проведенного с применением методики «Дерево с человечками», показал, что уровень тревожности в исследуемом классе можно охарактеризовать как высокий. Отмечается, что 18 (69%) учеников проявляют школьную тревожность.

По результатам проведения методики «Незаконченные предложения» были выявлены такие ситуации, в которых возникает школьная тревожность, как ситуации проверки знаний (42%), ситуации страха получить низкую оценку (42%), ситуации связанные с общением со сверстниками (16%).

В результате сопоставительного анализа данных исследования было принято решение, что совпадение результатов по трём методикам (карты наблюдений Д. Стотта, методика «Дерево с человечками» и методика «Незаконченные предложения») в зависимости от количества совпадений указывает на уровень школьной тревожности. Уровни распределяются следующим образом:

- высокий уровень, если ученик продемонстрировал совпадение результатов по всем трем методикам;
- средний уровень, если у испытуемого совпадение результатов по двум из трех методик;
- низкий уровень, в случае неблагоприятного ответа по одной из трёх методик.

Респонденты, у которых были получены благоприятные результаты по всем трём методикам, относятся к низкому уровню.

Высокий уровень школьной тревожности выявлен у 16 (62%) и 26 учащихся. Совпадения по методикам среди 16 учащихся распределены следующим образом:

- у 3 учащихся из 16 по мнению классного руководителя у респондентов тревожность выражается в контексте межличностных отношений с одноклассниками. Респонденты отмечают, что ощущают тревожность в ситуациях проверки знаний в учебной среде, учащиеся из данной категории ощущают тревожность находясь в классе;

- у 5 учащихся из 16 по мнению учителя наблюдается тревожное поведение. Респонденты из данной категории отмечают, что тревожность проявляется в ситуациях взаимодействия с одноклассниками и при получении низких оценок. В школьной среде они ощущают себя тревожно.

- у 4 из 16 учащихся из наблюдений учителя у данной категории учащихся проявляется тревожное отношение к сверстникам. Данное состояние респонденты также испытывают в ситуациях ответа у доски и при получении негативной оценки. В рамках учебной среды учащиеся испытывают тревогу.

- у 2 из 16 учащихся тревожность проявляется во всех трех методиках, и это происходит именно в моменты общения со сверстниками.

- у 1 из 16 учащихся, по мнению учителя у ученика наблюдается тревожное состояние. Ученик испытывает тревожность в момент ожидания негативной оценки. В рамках учебной среды ощущает тревожность.

- у 1 из 16 учащихся учитель наблюдает тревожное состояние. Респондент ощущает тревожность в ситуациях проверки знаний, а именно во время контрольных работ. В рамках учебной среды респондент чувствует тревожность.

Анализ результатов указывают на высокую степень совпадения по трем методикам, что свидетельствует о распространенности тревожности среди исследуемых учеников.

Средний уровень школьной тревожности выявлен у 6 (23%) из 26 учащихся. Совпадения по методикам среди 6 учащихся распределены следующим образом:

- у 2 из 6 участников, по мнению классного руководителя, наблюдается тревожное состояние. Учащиеся отмечают, что тревожное состояние связано со страхом во время проверки их знаний, в частности, в момент контрольных работ.

- у 1 из 6 участников, по наблюдениям учителя, у ученика проявляется тревожность в ситуациях общения со сверстниками. Ученик отмечает, что присутствует страх, его могут ударить или подвергнуть издевательствам.

- у 1 из 6 участников, тревожность у ученика проявляется в тех случаях, когда он получает низкую оценку. Респондент также испытывает тревожность находясь в классе.

- у 2 из 6 участников по мнению классного руководителя наблюдается тревожное состояние. Ученики отмечают, что тревожное состояние связано с возможностью получения низкой оценки во время проверки их знаний.

Низкий уровень школьной тревожности выявлен у 4 (15%) и 26 учащихся. Исследование показало, что учащиеся, относящиеся к данной категории, продемонстрировали один неблагоприятный ответ в рамках одной из трех предложенных методик. Результаты выглядят следующим образом:

- у 1 из 4 учащихся по мнению учителя наблюдается тревожность только в отношениях со сверстниками;

- у 1 из 4 учащихся, из наблюдений учителя, проявляется тревожное поведение;

- у 1 из 4 учащихся тревожность проявляется в ситуациях, когда требуется отвечать у доски. В такие моменты у данного испытуемого появляется дрожь в руках и пот;

- у 1 из 4 учащихся испытывает тревожность в ситуациях общения со сверстниками, особенно в моменты возникновения ссор и конфликтов между ними.

В ходе исследования ни один из респондентов не продемонстрировал благоприятных ответов по всем трём предложенным методикам.

Продemonстрировали совпадение результатов по двум из трех методик 6 (23%) учеников (см. рис. 5). Из этого следует, что у 6 (23%) из 26 учеников в классе обладают средним уровнем тревожности. Однако стоит отметить, что 4 (15%) учеников не продемонстрировали совпадение результатов по методикам. Это указывает на то, что они обладают низким уровнем тревожности.

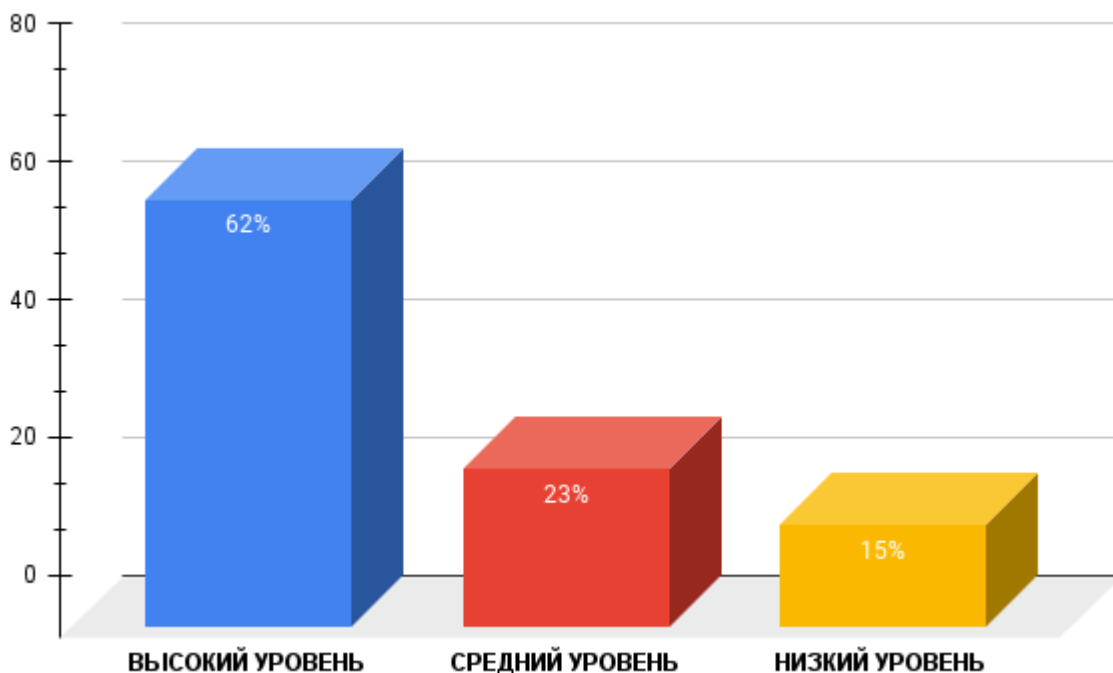


Рисунок 5 — Суммарное распределение уровней школьной тревожности у младших школьников по трем методикам: карты наблюдений Д. Стотта, «Дерево с человечками» и «Незаконченные предложения»

Анализ результатов исследования позволил выявить преимущественно высокий уровень тревожности у 16 учащихся (62%) среди учеников данного класса. К основным причины тревожности можно отнести ситуации проверки знаний, страх получить низкую оценку, а также сложности в общении со сверстниками.

Эти результаты могут быть использованы для разработки программы коррекционной работы, направленной на уменьшение уровня школьной тревожности у детей младшего школьного возраста.

## **2.2. Разработка и применение коррекционно-развивающей программы, с элементами сказкотерапии**

На основании результатов исследования школьной тревожности (см. пункт 2.1), было решено разработать коррекционно-развивающую программу, с элементами сказкотерапии «Сказочный мир», направленную на снижение школьной тревожности у младших школьников.

Процесс разработки программы включает в себя следующие этапы:

1. Установочный этап
2. Коррекционный этап
3. Контрольный этап

Целью программы является коррекция тревожности детей младшего школьного возраста средствами сказкотерапии.

Были поставлены следующие задачи:

1. снижение школьной тревожности,
2. помощь в преодолении страхов в отношении типичных ситуаций школьной тревожности.

В основу коррекционно-развивающей программы заложены следующие основополагающие принципы:

1. принцип единства диагностики и коррекции внес значительный вклад в разработку коррекционно-развивающей программы, где акцент делался на проведении диагностики уровня тревожности младших школьников, что служило основой для последующей коррекционно-развивающей работы;

2. принцип учета возрастно-психологических и индивидуальных особенностей школьников предполагает необходимость учитывать их возрастные и психологические особенности при разработке коррекционных программ;

3. принцип системности задач в коррекционных программах;

4. принцип комплексности методов психологического воздействия утверждает необходимость использования широкого спектра методов, техник и

приемов из практической психологии при построении коррекционно-развивающих программ;

5. принцип поощрения достижений ребенка подчеркивает важность стимулирования и выражения психологического поощрения за самостоятельность и продуктивность;

6. принцип символического отреагирования на детские страхи и тревожность предполагает превращение их в объект творческой проработки, что способствует их эффективному преодолению.

В рамках организации занятий в классе, состоящем из 26 учеников, коррекционно-развивающая программа была внедрена на протяжении 8 недель с частотой одного занятия в неделю. Общее количество проведенных занятий составило 9.

Таблица 1 — Структура программы по коррекции школьной тревожности младших школьников средствами сказкотерапии:

Этап	Задачи	Методы и приемы коррекции школьной тревожности
Установочный (2 занятия)	1. Формирование атмосферы взаимопонимания среди учащихся с целью обеспечения психосоциального благополучия. 2. Создание стимулирующих условий для мотивации детей к участию в коррекционных мерах и деятельности. 3. Создать понимание структуры сказки	Проведение первичной диагностики. Создание сказок в командах.
Коррекционный (6 занятий)	1. Коррекция уровня тревожности	Элементы из сказкотерапии.



	2. Сформировать стратегии поведения при преодолении школьных ситуаций вызывающих тревожность	Психогимнастические упражнения: «Кольцо», «Ухо - нос», «Горизонтальная восьмерка». Метод «Рассказывание и сочинение сказки». Метод «Рисование сказки». Анализ и обсуждение сказок на тему ситуаций продуцирующих школьную тревожность. Создание сборника сказок на тему «Сказки про смелых учеников»
Контрольный (1 занятие)	Выявление изменений в уровне школьной тревожности у младших школьников.	Проведение повторного диагностического исследования.

Для реализации поставленных задач использовались элементы сказкотерапии. На одном из основных занятий учащиеся работали в группах над конструированием сказок. На занятии была использована сказка авторов Хухлаева О. Е. и Хухлаевой О. В. «О Котенке, или Чего мне волноваться?» которая затрагивала темы боязни школы, ошибок и оценок [28].

С целью снижения уровня школьной тревожности у младших школьников в коррекционной программе был применен метод «Рассказывание и сочинение сказки». Ученикам после освоения структуры сказки, предлагается создать свою собственную сказку о том, как они помогли своему другу преодолеть трудности в школьной жизни. Придумывание собственной истории позволяет обнаружить и выделить те аспекты школьной жизни, которые действительно волнуют и тревожат учеников. После того, как дети напишут свою сказку, им предлагается нарисовать иллюстрации к ней. Рисуя, ученик воплощает и высвобождает все, что его волнует и тревожит. В этом заключается метод «Рисование сказки». На заключительном этапе дети демонстрируют свои сказки, представляют их своим

одноклассникам, рассказывают или читают вслух. Рассказывание сказки уже само по себе имеет терапевтический эффект. После зачитывания сказки обязательно проводится дискуссия, в ходе которой анализируется поведение главных героев, их способность справиться с трудностями в школе, а также то, что помогло им в этом [30].

В рамках одного из промежуточного занятия программы проводится ролевое проигрывание сказки, в основе которой лежит проблемная ситуация, вызывающая тревожность у младших школьников. После проигрывания происходит анализ и обсуждение действий главных героев. Учащиеся предлагают свои варианты решения проблемных ситуаций и обсуждают их с классом.

В ходе реализации программы были использованы формы работы: чтение и обсуждение, постановка, сочинение сказок, рисование иллюстраций к сказкам, беседа, проигрывание сказки.

Таблица 2 — Тематическое и организационно-методическое содержание программы:

### Сказочный мир

Занятие №	Тема занятия	Цель	Содержание
Занятие 1	А давайте познакомимся	Создание условий для знакомства и обсуждения темы тревожности у младших школьников, обучающихся во 2 классе.	Установочное занятие. В ходе занятия применяются методики: «Дерево» и «Незаконченные предложения», предназначенные для анализа уровня школьной тревожности и ситуаций из школьной жизни вызывающих тревожность. Основная часть занятия включает в себя выполнение указанных методик, а также последующую рефлексию на тему тревожности. Разговор о том, какие ситуации могут вызывать тревожность у детей в школе, а также как они обычно реагируют на них.

Занятие 2	Магия командного творчества	Создание среды для анализа и обсуждения школьных ситуаций, которые могут вызывать тревожность у учащихся, создание условий для формирования у учащихся навыков сотрудничества. Создать понимание о структуре сказки.	На установочном занятии учащиеся работают в группах над созданием своей сказки. Ученики собирают мини-книжки, рисуют иллюстрации к страницам в сказке, создают обложки и придумывают названия к сказкам. Занятие завершается анализом и обсуждением содержания сказки. В обсуждении подчеркивается важность веры в себя для преодоления тревожности.
Занятие 3	Сказочные мастера	Создание среды для снижения уровня тревожности через создание иллюстраций к сказкам.	На коррекционном занятии учащиеся приносят свои сказки без иллюстраций. В процессе занятия учащиеся рисуют картинки к своим сказкам. Прорисовывание иллюстраций позволяет детям выразить свои мысли и эмоции.
Занятие 4	Путешествие по сказкам	Создание среды для анализа сказок созданными учениками. Обсуждение стратегий поведения при преодолении школьных трудностей вызывающих тревожность у младших школьников.	На коррекционном занятии обсуждается 5 сказок, созданных младшими школьниками. В вводной части занятия в групповом формате обсуждаются и прописываются основные правила поведения во время занятия. После ученики представляют свои сказки, затем проводится групповое обсуждение, в ходе которого формулируются основные стратегии поведения для успешного преодоления ситуаций вызывающих тревожность. После прослушивания 3-х сказок проводится психогимнастика упражнение «Кольцо», направленное на улучшение мыслительной деятельности. После психогимнастики продолжается представление сказок учащимися. В процессе обсуждения сказок освещаются основные ситуации, вызывающие школьную тревожность у детей. Занятие завершается обобщением полученных знаний по преодолению ситуаций вызывающих тревожность. Подведение итогов и обсуждение того, как изученные знания могут быть применены в повседневной жизни учащихся.
Занятие 5	Знакомство со сказками	Создание среды для анализа сказок созданными	Занятие проводится по аналогичной структуре Занятия №4.

		учениками, обсуждение стратегий поведения при преодолении школьных трудностей вызывающих тревожность у младших школьников.	
Занятие 6	Сказочные испытания	Создание среды для анализа сказок созданными учениками, обсуждение стратегий поведения при преодолении школьных трудностей вызывающих тревожность у младших школьников	Занятие проводится по аналогичной структуре Занятия №5.
Занятие 7	Вместе мы справимся с любыми трудностями	Создание условий для проигрывания и обсуждения сказки и стратегий поведения при преодолении школьных трудностей вызывающих тревожность у младших школьников.	В вводной части занятия проводится ритуал приветствия, затем ученикам напоминаются правила поведения во время представления. В основной части учащиеся участвуют в проигрывании сказки «Прививка». После проигрывания происходит обсуждение сказки. Анализ поведения главных героев. Обсуждаются основные стратегии поведения для успешного преодоления ситуации. Общая рефлексия занятия.
Занятие 8	Школьные сказки	Создание среды для обсуждения и закрепления полученных знаний и навыков, рефлексия.	В вводной части занятия проводится ритуал приветствия, затем ученикам напоминаются правила поведения во время обсуждения, затем происходит анализ и обсуждение 3х сказок. Ученикам предлагается создать сборник из их сказок, придумать название к сборнику. Размещение сборника в классном уголке. Рефлексия. Подведение итогов о проделанной работе.
Занятие 9	До скорой встречи	Создание среды для выявления изменений в уровне школьной тревожности у младших школьников.	Проведение повторного диагностического исследования с применением методики «Школьная тревожность».

Подробное описание занятий в Приложении А.

### 2.3. Оценка эффективности применения коррекционно-развивающей программы, с элементами сказкотерапии в процессе снижения уровня школьной тревожности у детей младшего школьного возраста

После проведения программы занятий, учащиеся были протестированы по методике «Школьная тревожность» Б. Филлипса. Методика позволяет подробно изучить уровень школьной тревожности младших школьников.

Результаты методики выявили, что у 11 (42%) учащихся число несовпадений по тексту больше 75%, это говорит о высоком уровне тревожности, у 5 (19%) учащихся число несовпадений по тесту больше 50% от общего числа вопросов, что говорит о среднем уровне тревожности. Число несовпадений меньше 50% от общего числа вопросов проявляется у 10 (39%) учащихся, это говорит о низком уровне школьной тревожности (см. рис. 6).

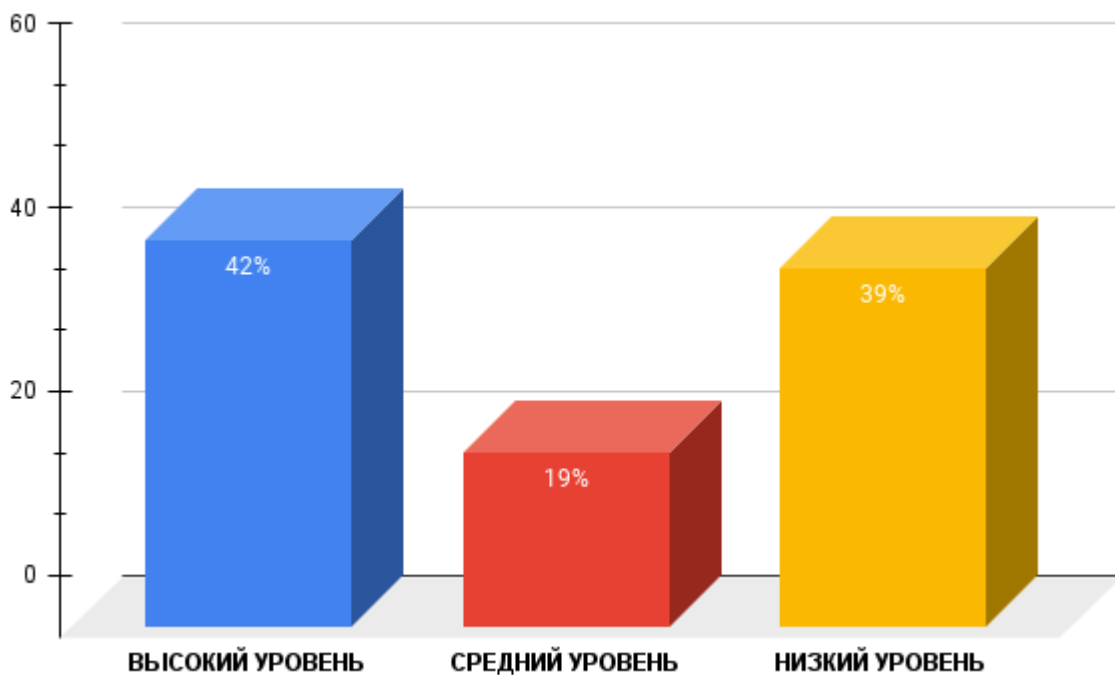


Рисунок 6 — Распределения тревожности у учащихся на сравнительном этапе эксперимента по методике «Школьной тревожности» Б. Филлипса

На рисунке 7 представлена сравнительная характеристика изменения уровня школьной тревожности до начала коррекционного взаимодействия и после него (см. рис. 7).

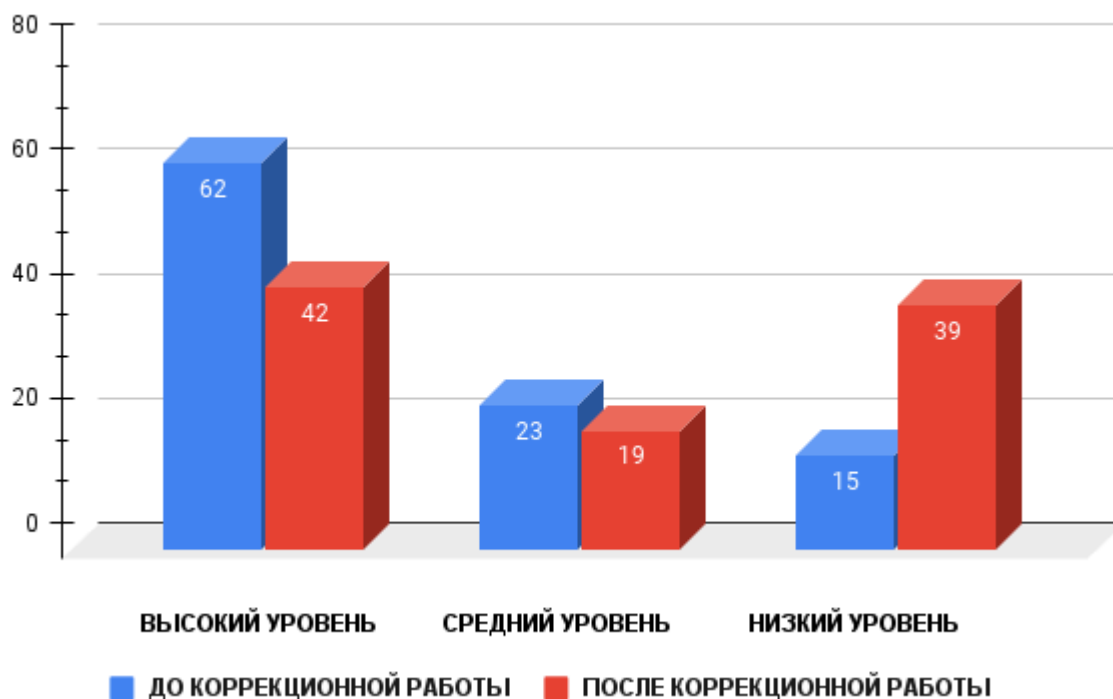


Рисунок 7 — Сравнительная диаграмма распределения уровней школьной тревожности у учащихся на разных этапах исследования

Анализ результатов демонстрирует снижение высокого уровня тревожности на 20% по сравнению с исходным состоянием учащихся, принимавших участие в коррекционной программе. Также отмечается уменьшение среднего уровня тревожности на 4% среди испытуемых. Кроме того, количество школьников с низким уровнем тревожности увеличилось на 24% по сравнению с предыдущими данными.

Эти результаты подтверждают эффективность коррекционной программы, направленной на снижение уровня школьной тревожности среди младших школьников. Уменьшение высокого и среднего уровней тревожности, а также увеличение количества младших школьников с низким уровнем тревожности, свидетельствуют о положительном влиянии программы на психологическое благополучие учащихся.

## ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ II

Во второй главе приводится описание внедрения коррекционной программы «Сказочный мир», с целью коррекции уровня школьной тревожности у детей младшего школьного возраста в МАОУ СШ № 121 г. Красноярск. В исследовании приняли участие 26 обучающихся 2 «Б» класса в возрасте от 8 до 9 лет, без деления по гендерному признаку.

Для выявления уровня тревожности были проведены соответствующие методики: карта наблюдений Д. Стотта, тест Д. Лампен «Дерево с человечками», методика Г.Г. Румянцева «Незаконченные предложения», методика Б. Филлипса «Школьная тревожность».

На основании результатов исследования школьной тревожности, было решено разработать коррекционно-развивающую программу, с элементами сказкотерапии «Сказочный мир», направленную на снижение школьной тревожности у младших школьников.

Процесс разработки программы включает в себя следующие этапы:

1. установочный этап;
2. коррекционный этап;
3. контрольный этап.

Целью программы является коррекция тревожности детей младшего школьного возраста средствами сказкотерапии.

Были поставлены следующие задачи:

1. снижение школьной тревожности,
2. помощь в преодолении страхов в отношении типичных ситуаций школьной тревожности.

После проведения программы занятий, учащиеся были протестированы по методике «Школьная тревожность» Б. Филлипса. Методика позволяет подробно изучить уровень школьной тревожности младших школьников.

Сопоставительный анализ результатов демонстрирует снижение высокого уровня тревожности на 20% по сравнению с начальным состоянием учащихся,

принимавших участие в коррекционной программе. Также отмечается уменьшение среднего уровня тревожности на 4% среди испытуемых. Кроме того, количество школьников с низким уровнем тревожности увеличилось на 24% по сравнению с предыдущими данными.

Эти результаты подтверждают эффективность коррекционной программы, направленной на снижение уровня школьной тревожности среди младших школьников. Уменьшение высокого и среднего уровней тревожности, а также увеличение количества младших школьников с низким уровнем тревожности, свидетельствуют о положительном влиянии программы на психологическое благополучие учащихся.



## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Анализируя психологическую и педагогическую литературу по данной проблеме, было выяснено, что тревожность понимается как комплексное психологическое состояние, характеризующееся чувством беспокойства, напряженности и неопределенности, вызванное различными факторами внутренней или внешней среды.

Школьная тревожность представляет собой психологическое состояние, которое проявляется у учеников в различных ситуациях, связанных со школой. Среди основных ситуаций, способствующих развитию школьной тревожности, можно выделить конфликты с одноклассниками или страх быть отвергнутым, повышенное внимание к оценкам, особенно актуальное для младших школьников. Отрицательные оценки, полученные учениками, могут способствовать возникновению тревожности у младших школьников. Кроме того, ситуации, требующие демонстрации знаний перед всем классом или ответы на вопросы, могут вызывать у младших школьников чувство тревожности.

В исследовании мы предположили, что уровень школьной тревожности у детей младшего школьного возраста может быть скорректирован путем проведения занятий с использованием элементов сказкотерапии. В ходе практического этапа работы было проведено экспериментальное исследование для проверки данной гипотезы.

Исследование проводилось на базе МАОУ СШ № 121 г. Красноярск. В исследовании принимали участие 26 человек 2 «Б» класса. Исследование проводилось с февраля по май 2024 года.

В ходе исследования мы применили следующие методики для оценки уровня школьной тревожности у детей младшего школьного возраста: тест «Школьная тревожность» Б. Филлипса, карта наблюдений Д. Стотта, методика «Незаконченные предложения» Г.Г. Румянцева в адаптации, тест Д. Лампен «Дерево с человечками» в адаптации Л.П. Пономаренко.

Мы разработали программу занятий по коррекции школьной тревожности у младших школьников, включающую элементы сказкотерапии. На занятиях использовались методы «Рассказывание и сочинение сказки» и «Рисование сказки».

Результаты подтвердили гипотезу исследования, показав, что сказкотерапия оказывает положительное воздействие на эмоциональное состояние детей. В результате коррекционно-развивающей работы были получены следующие результаты: доля детей с высоким уровнем тревожности, согласно показателям методик, сократилась на 20%, с 62% (16 человек) до 42% (11 человек). Параллельно увеличилось количество детей с низким уровнем тревожности с 15% (5 человек) до 39% (10 человек).

В ходе анализа экспериментальных данных было выявлено, что сказкотерапия как метод психолого-педагогической коррекции оказывает значительное воздействие на эмоциональную сферу детей, способствуя снижению уровня школьной тревожности. Это подчеркивает важность внедрения сказкотерапии в образовательные учреждения для помощи ученикам в преодолении ситуаций, вызывающих тревожность в школе.

Таким образом, результаты нашего исследования подтвердили, что программа с элементами сказкотерапии «Сказочный мир», является эффективным средством для коррекции школьной тревожности у младших школьников.

**СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ**

1. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. N 2 Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» // Требования к организации образовательного процесса, таблица 6.6 [Электронный ресурс]. — Режим доступа: URL:[https://base.garant.ru/400274954/#p\\_61198](https://base.garant.ru/400274954/#p_61198) (дата обращения 02.05.2024)
2. Александров Е.А., Аверина, А.В. Эффективность когнитивно-поведенческой терапии в лечении тревожных расстройств // Журнал психологии и педагогики, 2018. - 47 с.
3. Барлоу Д.Х., Краске М.Г. Совладание с тревогой и паникой. Руководство психотерапевта // Диалектика, 2021. - 114 с.
4. Бусидо К.Н., Кнаппе С.Т., Пине Д.П. Тревога и тревожные расстройства у детей и подростков: проблемы развития и последствия // Интеллектуальное чтение (Smart reading) 2009. - 32 с.
5. Белов В.Г. Психологические особенности тревожности у учащихся младших классов // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2011. - 36-41 с.
6. Бенсон Герберт. Ключевые идеи книги: Чудо релаксации // Интеллектуальное чтение (Smart reading) 2022. 10 с.
7. Будакова А.В. Математическая тревожность: этиология, развитие и связь с успешностью в математике // Вопросы психологии. 2020. 109—118 с.
8. Выготский Л.С. Собрание сочинений: Проблемы детской (возрастной) психологии // Педагогика, 1984. 243—432 с.
9. Данилина И.А. Коррекция тревожности у детей младшего школьного возраста // Электронный научный журнал Наука в мегаполисе 2021 [Электронный ресурс]. — Режим доступа: URL:

<https://mgpu-media.ru/issues/issue-35/psycho-pedagogical-science/correction-anxiety.html> (дата обращения 07.04.2024)

10. Зимбардо Ф.Д. Стэнфордский тюремный эксперимент: что это было, как это началось и что из этого вышло // Журнал Развитие личности, 2016 [Электронный ресурс].—Режим доступа: URL:<https://cyberleninka.ru/article/n/stenfordskiy-tyuremnyy-eksperiment-chno-eto-bylo-o-kak-eto-nachalos-i-chno-iz-etogo-vyshlo> (дата обращения 29.04.2024)

11. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Формы и методы работы со сказками // Санкт-Петербург: Речь, 2008 34 с .

12. Ковпак Д.В., Тихомиров А.С. Социальные факторы развития тревожности // Вестник Московского университета. Психология. 2018. 5-17 с.

13. Коновалова К.В., Ваньков А. Б., Причины появления школьной тревожности. // Журнал Инновационная наука, 2016. 101 - 103 с.

14. Кочубей Б.И. Эмоциональная устойчивость школьника // Москва: Знание, 1988. 80 с.

15. Киселева М.В. АРТ - терапия в практической психологии и социальной работе. // Речь. 2007. 336 с.

16. Литвиненко Н. В., Чернова Н. Н. Направления психологической коррекции школьной тревожности младших школьников // Научно-методический электронный журнал «Концепт» 2017 51–55 с. [Электронный ресурс]. — Режим доступа: URL: <http://e-koncept.ru/2017/770284.htm> (дата обращения 23.03.2024)

17. Микляева А.В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция // СПб.: Речь, 2004. 248 с.

18. Микляева А.В., Румянцева П.В. Школьная тревожность: диагностика, коррекция, развитие // СПб.: Речь, 2004. 143 с.

19. Немов Р.С. Психология. Книга 2. Психология образования - Учеб. для студентов высш. пед. учеб. заведений // Просвещение: ВЛАДОС, 2007. - 496 с. [Электронный ресурс]. — Режим доступа: URL: <http://ijevanlib.y-su.am/wp-content/uploads/2018/12/22229686.a4.pdf> (дата обращения: 04.04.2024)

20. Петрова Е.Г. Исследование тревожности студентов в условиях экзаменационного стресса // Журнал Вестник Таганрогского института имени А. П. Чехова, 2010 [Электронный ресурс]. — Режим доступа: URL:<https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-trevozhnosti-studentov-v-usloviyah-e-kzamenatsionnogo-stressa> (дата обращения: 09.04.2024)
21. Петрова, Л.А.. Психологические особенности личности младших школьников с высокой и низкой школьной тревожностью // Вестник Московского университета. Серия 11. Психология. 2015. № 3. 105-118 с.
22. Полшкова Т. А. Проблема ситуативной тревожности в психолого-педагогических исследованиях // Актуальные вопросы современной психологии: материалы II междунар. науч. конф. Два комсомольца, 2013. 107-110 с.
23. Пономарева В.И. Там, на неведомых дорожках.. Из практики сказкотерапии // Академический Проект; Альма Матер, 2008. 244 с.
24. Прихожан А.М. Причины, профилактика и преодоление тревожности // Психологическая наука и образование. 1998. 29 с.
25. Сергиенко Е.А., Лосева О.В. Тревожность у детей младшего школьного возраста: распространенность, факторы риска и методы профилактики // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2020. 105-118 с.
26. Ткач Р.М. Сказкотерапия детских проблем // СПб.: Речь; Сфера, 2008. 118 с.
27. Хотина Л. А. Психолого-педагогическая коррекция школьной тревожности младших подростков // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. 146–150 с.
28. Хухлаева О.В., Хулаев О.Е. Что мне волноваться?: Терапевтические сказки // Проспект 2024 4 с. [Электронный ресурс]. — Режим доступа: URL:[https://litgid.com/catalog/psikhologiya/что\\_мне\\_волноваться\\_терапевтические\\_сказки/](https://litgid.com/catalog/psikhologiya/что_мне_волноваться_терапевтические_сказки/) (дата обращения 20.04.2024)

29. Франова И.В. Философско-антропологические основания когнитивной терапии А.Бека // Журнал Известия Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена, 2008 20 с.
30. Чех Е.В. Я сегодня злюсь. Расскажи мне сказку. // СПб.: Речь; Сфера, 2009. 144 с.
31. Щербланова Е.И., Петрова С.О. Современные зарубежные исследования тревожности школьников // Современная зарубежная психология. 2021 97—106 с.
32. Жилина А.Р. Типология ситуаций школьной жизни, продуцирующих тревогу // Психология и педагогика детства: обеспечение психологического здоровья детей и взрослых. 2024 40—43

**ПРИЛОЖЕНИЯ**

## Приложение А

**Занятие № 1. А давайте познакомимся**

**Цель:** создание условий для знакомства и обсуждения темы эмоционального интеллекта, а также тревожности у младших школьников, обучающихся во 2 классе

**Ход занятия.**

**Вводная часть.**

**Ритуал приветствия**

– Здравствуйте! Меня зовут Анастасия. Сегодня я пришла к вам в гости из университета и хочу предложить вам поучаствовать в исследовании. Я уже была у другого класса, и вот теперь решила к вам зайти. Вы мне очень поможете! Хотите поучаствовать?

Пока я буду раздавать вам материалы, пожалуйста, достаньте цветные карандаши и ручку. Я раздала каждому из вас лист с заданием. У всех есть задания? Теперь подпишите свою работу в верхнем правом углу. Все справились?

– Ваша работа не будет оцениваться, поэтому не волнуйтесь. Отвечайте искренне, поскольку нет правильных или неправильных ответов.

**Основная часть.**

**1. Выполнение диагностического задания № 1.**

*Методика «Дерево» (автор Д. Лампен, в адаптации Л.П. Пономаренко).  
Используется для анализа эмоционального состояния школьника.*

**Инструкции по выполнению диагностического задания 1:**

– Посмотрите на рисунок дерева, на котором схематично изображены человечки. У каждого из этих человечков на дереве разное настроение, и они занимают различное положение. Для начала определите, какой из них больше всего похож на вас. Раскрасьте человечка, который ассоциируется с вами. Который по вашему мнению похож на вас.

– По готовности поднимайте руки. Все ли поняли?

**Переход к следующему заданию:**

– Молодцы! Вы отлично справляетесь! А теперь перейдем к следующему заданию. Переверните лист с заданием.

**2. Выполнение диагностического задания № 2.**

*Методика "Незаконченные предложения" Г.Г. Румянцева с модификацией предложений под тему исследования.*

*Используется для анализа ситуаций вызывающих тревожность.*

**Инструкции по выполнению диагностического задания 2:**

– Перед вами список незаконченных предложений. Вам предлагается завершить каждое предложение одним или несколькими словами, вложив в него содержание характерное для вас. Выполняйте работу по возможности быстро. Завершайте начало предложения, не раздумывая, первым, что приходит в голову.

– Все справились? Молодцы! Сейчас я попрошу Вас проверить подписали ли вы свои работы. Я сейчас буду проходить и собирать листочки.

**Заключительная часть.****Рефлексия:**

– Какие ситуации могут вызывать страх или волнение у вас в школе? Как вы обычно реагируете на эти ситуации? Что вы делаете, чтобы преодолеть или справиться с возникшими трудностями в школе? Есть ли у вас какие-нибудь стратегии или приемы, которые помогают вам справиться с ними?

– Что вы узнали нового во время нашей беседы?

– Желаете ли вы продолжить обсуждение на эту тему в будущем? Есть ли у вас какие-нибудь дополнительные вопросы или темы, которые вы хотели бы обсудить?

**Завершение занятия:**

– На этом наше занятие подошло к концу. Мне было очень приятно с вами поработать. На следующее занятие я попрошу вас принести цветные карандаши или фломастеры.

– До свидания!



## **Занятие №2. Магия командного творчества**

***Цель:** создание среды для анализа и обсуждения школьных ситуаций, которые могут вызывать тревожность у учащихся, создание условий для формирования у учащихся навыков сотрудничества, творческого мышления и воображения.*

### **Необходимый инвентарь:**

- *цветные таблички*
- *ленточки*
- *раздаточный материал*
- *цветные карандаши и ручки*
- *компьютер, таймер и презентация*
- *папки*

### **Действие перед уроком:**

1. Сдвинуть парты, чтобы разделить класс на 5 команд.
2. Разложите на партах цветные таблички и конверты.
3. Подготовьте разрезанные ленточки и материал для сказок.
4. Разместите таймер на экране.
5. Ученикам предлагается вытянуть из мешочка цветную бумажку, которая будет определять, к какой команде они относятся. Важно: обмениваться бумажками запрещено!

### **Ход занятия.**

#### **Вводная часть.**

#### **Ритуал приветствия:**

– Здравствуйте, ребята! Меня зовут Анастасия, я студентка КГПУ. Как у вас сегодня настроение? Расскажите, создавали ли вы раньше сказки или рассказы? Сегодня у вас будет уникальная возможность создать в своей команде собственную сказку.

#### **Инструкции по созданию сказки:**

– Для начала разделимся на 5 групп. Каждый получит цветную бумажку из мешочка. Подходите к столу в соответствии с цветом вашей бумажки. Работаем в своих группах.

– На каждой станции у вас будет всего лишь 7 минут, затем переходим на следующую станцию по часовой стрелке. Время будет отображаться на доске. У каждой группы на столе лежит конверт. Не открывайте конверты до моего указания. Внутри вы найдете инструкцию и текст.

– Как только время закончится, вы берете свои материалы и переходите на следующую станцию. Все вопросы задавайте, поднимая руку. Когда я скажу "Время начинать", вы открываете конверты и приступаете к работе. – Помните, что вы работаете в команде! Расскажите мне, что важно при работе в команде?

– Хорошо! Итак, я завожу таймер. 1..2..3... Время начинать!

### **Основная часть.**

#### **Этап 1:**

– Итак, каждая команда должна была собрать по 5 листов. Посмотрите, у всех ли есть по 5 листов? Молодцы!

– Сейчас мы будем собирать нашу мини-книжку. Ваши страницы перемешаны - ваша задача распределить их так, чтобы получилась законченная сказка.

– Как только поймете, что справились, смело поднимайте руку, и я подойду и проверю.

#### **Этап 2:**

– Наша мини-книга почти готова. Как вы думаете, что нам еще нужно сделать?

– Сейчас я раздам вам чистые листы - это будет обложка. Ваша задача вместе нарисовать обложку и придумать яркое название к вашей сказке. Обязательно подпишите имена авторов.

– Всем понятно, что делаем? Начинайте!

#### **Этап 3:**

– По готовности обязательно поднимайте руки. Я буду подходить и выдавать ленточки для сплетения страниц.

– Всем понятно, что делаем?

### **Заключение:**

– Посмотрите, какие замечательные книжки у вас получились! У каждой команды получилась своя уникальная маленькая сказка. В процессе создания книги Вы наверное успели прочитать свою сказку. Давайте обсудим:

1. Почему Котенок не хотел ходить в школу?
2. Чего и почему он так сильно боялся?
3. Чем волшебные слова помогли Котенку?

### **Вывод по сказке:**

В тот день, когда мама Котенка положила в его лапку обычную конфету, в душе Котенка произошла удивительная трансформация. Хотя конфетка сама по себе была ничем не примечательна, она посеяла в его маленьком сердечке зерно веры. Это подтолкнуло Котенка поверить в себя и свои возможности, рассеяв его страх перед школой. С того дня Котёнок больше не боялся, ведь он знал, что в глубине души он сильный и храбрый.

### **Подведение итогов:**

– Сегодня Вы сами смогли создать сказку. Я хочу предложить вам после занятия разместить сказки в классном уголке, чтобы все смогли их увидеть.

### **Рефлексия:**

– Вам понравилось создавать сказку? Что вам больше всего понравилось?

Поднимайте руку, делитесь своими впечатлениями!

### **Задание на домашнее выполнение:**

– Я хочу предложить вам дома создать свою мини-сказку. Напишите сказку о том, как вы помогли своему другу справиться с трудностями в школе. На следующее занятие принесите, пожалуйста, только придуманные вами тексты сказок без иллюстраций. Мы будем рисовать к ним картинки. Не забудьте взять с собой цветные карандаши.

*Раздать листочки с заданием каждому ученику.*

### **Занятие №3. Сказочные мастера**

***Цель:** создание условий для развития творческого мышления и воображения, а также развития коммуникации и самовыражения*

#### **Необходимый инвентарь:**

- *цветные карандаши, фломастеры и ручки*
- *ленточки*

#### **Ход занятия.**

#### **Вводная часть.**

#### **Ритуал приветствия:**

–Здравствуйте, ребята! Я очень рада видеть, что вы все пришли на занятие.

– Для начала, пожалуйста, проверьте, скажите все ли принесли тексты своих сказок?

– Прежде чем приступить к рисованию иллюстраций, давайте вспомним, что мы еще не сделали?

#### **Основная часть.**

#### **Этап 1:**

– Правильно! Мы должны разделить сказки на логические части. К каждой части вы будете рисовать отдельную картинку. У вас есть 5 минут чтобы разделить сказку. Всем все понятно?

– Итак, замечательно! Вы все разделили сказки на отдельные части. Теперь, пожалуйста, достаньте карандаши, фломастеры и другие необходимые принадлежности для рисования.

#### **Этап 2:**

– Итак, приступаем к рисованию иллюстраций к сказкам. Помните, что нужно рисовать так, чтобы осталось достаточно места для текста к картинке. На создание иллюстраций у вас будет 25 минут. Если у вас возникают трудности, не стесняйтесь поднимать руку. Я подойду и помогу.

#### **Этап 3:**

– Итак, мы нарисовали иллюстрации к вашим сказкам. Теперь мы будем вырезать текст ваших сказок и приклеивать его к картинкам, которые вы нарисовали.

#### **Этап 4:**

– Как вы думаете, что мы еще забыли сделать? Правильно! Сейчас мы будем рисовать обложки к вашим сказкам. Вы уже подумали над названием своей сказки? Не забудьте написать на обложке название и автора сказки. Если у вас нет вопросов, приступайте к работе.

– По готовности обязательно поднимайте руки. Я буду подходить и выдавать ленточки для сплетения страниц.

#### **Заключение:**

– Итак, сегодня вы все совершили настоящее чудо – создали свои собственные сказки! Вы большие молодцы, и я вами очень горжусь! Давайте похвалим себя и скажем: "Я молодец!"

#### **Рефлексия:**

– Вам понравилось создавать сказку? Что вам больше всего понравилось? Поднимайте руку, делитесь своими впечатлениями!

#### **Подведение итогов:**

– У каждого из вас получилась своя уникальная книга, которой больше нет ни у кого на свете. Я уверена, что вам есть чем поделиться с нами. Поэтому на следующем занятии я предлагаю вам представить свои книжки. У каждого, кто захочет, будет возможность прочитать свою сказку и показать нам иллюстрации.

– Кто хотел бы поделиться своим творчеством? Мне очень интересно узнать, какие удивительные сказки вы придумали.

– Итак, на следующем занятии мы сможем послушать всего лишь пять человек. Поэтому, если вы хотите представить свою сказку, не стесняйтесь и поднимайте руки. Не забудьте, пожалуйста, принести свою книжку на следующий урок. Я с нетерпением жду возможности узнать, какие удивительные сказки вы придумали.

## Занятие №4. Путешествие по сказкам

*Цель:* создание среды для анализа сказок созданные учениками, обсуждение стратегий поведения при преодолении школьных трудностей вызывающих тревожность у младших школьников

### Действия перед уроком:

- Передвинуть парты по периметру кабинета.
- Расставить стулья по кругу.

### Ход работы.

#### Вводная часть.

#### Ритуал приветствия:

– Здравствуйте, ребята! Сегодня мы будем слушать сказки, которые сочинили ваши одноклассники. Важно соблюдать определенные правила, чтобы всем было интересно и полезно. Как слушатели могут продемонстрировать уважение к рассказчику во время прослушивания сказки?

– Давайте Вместе создадим правила, которые мы будем соблюдать на нашем занятии:

- Сосредоточенно слушайте и не перебивайте
- Если есть вопросы, подождите, пока сказка закончится, поднимите руку и задайте вопрос

- Не разговаривайте с соседом во время прослушивания
- Не вставайте с места без разрешения
- Соблюдайте тишину и не шумите.
- Если вам нужно выйти из класса, попросите разрешения у учителя.

– Мы составили список правил, которые помогут нам провести занятие в конструктивной и уважительной атмосфере. Я повешу их на доску, и мы будем стараться следовать им на протяжении всего занятия. Со всеми ли все понятно? Все согласны?

#### Основная часть:

– Внимание! (ИМЯ УЧЕНИКА), ты готов/а начать презентовать сказку?

*В процессе прослушивания сказки формулирую вопросы, которые могут быть важны для обсуждения с учениками. Во время группового обсуждения мы используем эти вопросы, чтобы исследовать более глубокие аспекты школьной тревожности и выявить основной смысл сказки.*

*В процессе занятия слушаем 5 рассказчиков по аналогичной схеме.*

*После прослушивания 3х рассказчиков проводится - психогимнастика. Упражнение "Колечко". Упражнение направлено на повышение стрессоустойчивости. Синхронизирует работу полушарий, улучшает мыслительную деятельность, способствует улучшению памяти и внимания, облегчает процесс чтения и письма.*

– Давайте сделаем небольшую паузу, а затем продолжим наше прослушивания сказок. Сейчас попробуем упражнение "Кольцо".

– Поочередно и как можно скорее пробегайте по пальцам рук, соединяя каждый из них с большим пальцем в виде кольца, начиная с указательного и заканчивая мизинцем, а затем идти в обратном направлении, от мизинца к указательному. Начните с выполнения упражнения отдельно для каждой руки, а затем вместе.

– После небольшой активности, давайте снова погрузимся в волшебный мир сказок.

*Продолжаем прослушивать сказки.*

### **Вывод:**

– Итак, мы подошли к концу нашего занятия. Давайте кратко подведем итоги. Сегодня мы послушали и обсудили 5 сказок. Мы узнали, что [перечислите основные выводы занятия].

– Теперь давайте подумаем о том, как изучаемая тема связана с нашей повседневной жизнью. Например, мы можем использовать навыки [название навыка], которые мы приобрели сегодня, чтобы [приведите пример из реальной жизни].

– Я был очень впечатлен тем, как вы все активно участвовали в обсуждении и делились своими идеями. Особенно мне понравились ваши [отметьте сильные стороны учащихся].

– Полученные сегодня знания и навыки будут полезны вам не только в рамках этого занятия, но и в вашей дальнейшей жизни. Я рекомендую вам применить то, что вы узнали, на практике.

**Заключительные слова:**

– На следующем занятии мы сможем послушать всего лишь пять человек. Поэтому, если вы хотите представить свою сказку, не стесняйтесь и поднимайте руки. Не забудьте, пожалуйста, принести свою книжку на следующий урок.

**Занятие №5. Знакомство со сказками**

*Цель: создание среды для анализа сказок созданные учениками, обсуждение стратегий поведения при преодолении школьных трудностей*

**Ход работы.**

**Вводная часть.**

**Ритуал приветствия:**

– Здравствуйте, ребята! Сегодня мы будем слушать сказки, которые сочинили ваши одноклассники. Важно соблюдать определенные правила, чтобы всем было интересно и полезно. Как слушатели могут продемонстрировать уважение к рассказчику во время прослушивания сказки?

*Проговариваем правила поведения, которые сформулировали на предыдущей встрече.*

**Основная часть:**

– Внимание! (ИМЯ УЧЕНИКА), ты готов/а начать презентовать сказку?

*В процессе прослушивания сказки формулирую вопросы, которые могут быть важны для обсуждения с учениками. Во время группового обсуждения мы используем эти вопросы, чтобы исследовать более глубокие аспекты школьной тревожности и выявить основной смысл сказки.*

*В процессе занятия слушаем 5 рассказчиков по аналогичной схеме.*



*После прослушивания 3х рассказчиков проводится - Психогимнастика.*

*Упражнение "Горизонтальная восьмерка". Упражнение направлено на повышение стрессоустойчивости. Синхронизирует работу полушарий, улучшает мыслительную деятельность, способствует улучшению памяти и внимания, облегчает процесс чтения и письма.*

– Давайте сделаем небольшую паузу, а затем продолжим наше прослушивания сказок. Сейчас попробуем упражнение "Горизонтальная восьмерка".

– Возьмите в руку карандаш и начертите на бумаге восьмерку (знак бесконечности), теперь - левой. А теперь правой и левой одновременно.

– После небольшой активности, давайте снова погрузимся в волшебный мир сказок.

*Продолжаем прослушивать сказки.*

#### **Вывод:**

– Итак, мы подошли к концу нашего занятия. Давайте кратко подведем итоги. Сегодня мы послушали и обсудили 5 сказок. Мы узнали, что [перечислите основные выводы занятия].

– Теперь давайте подумаем о том, как изучаемая тема связана с нашей повседневной жизнью. Например, мы можем использовать навыки [название навыка], которые мы приобрели сегодня, чтобы [приведите пример из реальной жизни].

– Я был очень впечатлен тем, как вы все активно участвовали в обсуждении и делились своими идеями. Особенно мне понравились ваши [отметьте сильные стороны учащихся].

– Полученные сегодня знания и навыки будут полезны вам не только в рамках этого занятия, но и в вашей дальнейшей жизни. Я рекомендую вам применить то, что вы узнали, на практике.

#### **Заключительные слова:**

– На следующем занятии мы сможем послушать всего лишь пять человек. Поэтому, если вы хотите представить свою сказку, не стесняйтесь и поднимайте руки. Не забудьте, пожалуйста, принести свою книжку на следующий урок.

### **Занятие №6. Сказочные испытания**

*Цель: создание среды для анализа сказок созданные учениками, обсуждение стратегий поведения при преодолении школьных трудностей*

**Ход работы.**

**Вводная часть.**

**Ритуал приветствия:**

– Здравствуйте, ребята! Сегодня мы будем слушать сказки, которые сочинили ваши одноклассники. Важно соблюдать определенные правила, чтобы всем было интересно и полезно. Как слушатели могут продемонстрировать уважение к рассказчику во время прослушивания сказки?

*Проговариваем правила поведения.*

**Основная часть:**

– Внимание! (ИМЯ УЧЕНИКА), ты готов/а начать презентовать сказку?

*В процессе прослушивания сказки формулирую вопросы, которые могут быть важны для обсуждения с учениками. Во время группового обсуждения мы используем эти вопросы, чтобы исследовать более глубокие аспекты школьной тревожности и выявить основной смысл сказки.*

*В процессе занятия слушаем 5 рассказчиков по аналогичной схеме.*

*После прослушивания 3х рассказчиков проводится - Психогимнастика.*

*Упражнение "Ухо - нос". Упражнение направлено на повышение стрессоустойчивости. Синхронизирует работу полушарий, улучшает мыслительную деятельность, способствует улучшению памяти и внимания, облегчает процесс чтения и письма.*

– Давайте сделаем небольшую паузу, а затем продолжим наше прослушивания сказок. Сейчас попробуем упражнение "Ухо - нос".

–левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой - за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук „с точностью до наоборот,,.

– После небольшой активности, давайте снова погрузимся в волшебный мир сказок.

*Продолжаем прослушивать сказки.*

### **Вывод:**

– Итак, мы подошли к концу нашего занятия. Давайте кратко подведем итоги. Сегодня мы послушали и обсудили 5 сказок. Мы узнали, что [перечислите основные выводы занятия].

– Теперь давайте подумаем о том, как изучаемая тема связана с нашей повседневной жизнью. Например, мы можем использовать навыки [название навыка], которые мы приобрели сегодня, чтобы [приведите пример из реальной жизни].

– Я был очень впечатлен тем, как вы все активно участвовали в обсуждении и делились своими идеями. Особенно мне понравились ваши [отметьте сильные стороны учащихся].

– Полученные сегодня знания и навыки будут полезны вам не только в рамках этого занятия, но и в вашей дальнейшей жизни. Я рекомендую вам применить то, что вы узнали, на практике.

### **Заключение:**

– На следующем занятии я хочу предложить Вам разыграть одну из прочитанных нами сказок. Как насчет того, чтобы перенестись в сказочный мир, где живут отважные медвежата и храбрые львята? Давайте выберем сказку "Прививка" для нашей драматизации?

– Теперь давайте подумаем, как нам нужно подготовиться к нашему выступлению? Для начала нам нужно выбрать актеров на главные роли. Кто из вас хотел бы стать белым медвежонком Снежком, а кто - храбрым львенком Пушком? Не забудьте и про мудрую медсестру! А рассказчиком сказки будет сам автор

сказки? После урока главные герои должны найти свои слова в сказке и выучить их!

– А теперь подумаем о том, какой реквизит нам понадобится для создания настоящей сказки. У нас есть игрушечные шприцы, бинты и халат для медсестры? Отлично! С таким набором мы точно сможем оживить сказку!

– Не забудьте принести реквизит для нашей сказки на следующую встречу. Он поможет нам создать волшебный мир и оживить наших героев. А самое главное - захватите с собой хорошее настроение и готовность отправиться в увлекательное приключение! До скорой встречи!

### **Занятие №7. Вместе мы справимся с любыми трудностями**

*Цель: формирование у учащихся навыков коллективного творчества, развитие способности к анализу и выражению мыслей, а также воспитание уверенности в себе и ценности дружбы.*

#### **Необходимый инвентарь:**

- *игрушечный шприц*
- *белый халат медсестры*

#### **Ход работы.**

#### **Вводная часть.**

#### **Ритуал приветствия:**

– Здравствуйте, ребята! Я рада видеть вас сегодня на нашем занятии. Сегодня мы с Вами разыграем сказку “Прививка”. На прошлой встрече мы распределили роли. Все помнят свои роли? Принесли реквизиты?

– Перед тем как начнется наше представление: “Дорогие зрители, напомните мне как мы себя ведем во время представления?”

– Отлично! А теперь давайте поприветствуем наших главных героев!

#### **Основная часть.**

*Главные герои выходят в центр класса. Рассказчик находится сбоку от актёров.*

– Итак, дорогие зрители, приготовьтесь к незабываемому представлению!

*Ученики разыгрывают сказку “Прививка”.*

**Рефлексия:**

Вопросы для обсуждения с младшими школьниками по сказке "Прививка":

- Кто был главным героем сказки?
- Почему Пушок боялся прививок?
- Как Снежок помог Пушку справиться со страхом?
- Что помогло Пушку победить свой страх?
- Как вы думаете, что чувствовал Пушок, когда Снежок пошёл ставить прививку первым?
- Почему важно поддерживать друзей в трудную минуту?

**Заключение:**

– Ребята, очень важно иметь верных друзей, которые поддержат нас в трудную минуту. Но не менее важно верить в себя и свои силы. Если мы уверены в себе, то сможем преодолеть любые трудности и добиться успеха. Никогда не сомневайтесь в себе и всегда верьте, что сможете достичь своей цели. А если вам понадобится помощь, не бойтесь обращаться к своим друзьям и близким. Вместе вы справитесь с любыми трудностями!

**Занятие №8. Школьные сказки**

*Цель: формирование у учащихся навыков преодоления школьных трудностей*

**Ход работы.**

**Вводная часть.**

**Ритуал приветствия:**

– Приветствую вас на нашей грандиозной кульминации! Сегодня мы собираемся вместе, чтобы подвести итоги нашего незабываемого путешествия.

**Основная часть:**

– Мои дорогие ученики, мы подошли к завершению нашего литературного путешествия, наполненного мудростью и открытиями. Сегодня мы собрались

вместе, чтобы подвести итоги основных тем, которые мы исследовали в ваших увлекательных сказках.

– В ходе наших встреч мы глубоко погружались в школьные испытания, с которыми сталкивались ваши персонажи. Мы видели, как они боролись с трудностями, страхами и неуверенностью. Но мы также стали свидетелями их стойкости, изобретательности и способности находить решения даже в самых сложных ситуациях.

– Сегодня мы сосредоточимся на школьных трудностях, с которыми столкнулись ваши персонажи. Какие препятствия они преодолели и какие стратегии поведения использовали?

#### **Академические трудности:**

*Кратко напоминаю про сказку “Мой друг”.*

– Вы помните про персонажа Вовку из сказки “Мой друг” боролся с трудностями в учёбе? Вовка не выучил таблицу умножения и боялся получить двойку.

- Как он справился со своим страхом? Ему кто-то помог?
- Как он справлялся с неудачами и сохранял мотивацию?
- Как вы думаете, что Вова понял из этой истории?

Вывод из сказки:

Ребята, из этой сказки можно сделать важный вывод – не надо бояться получать плохие оценки. Это всего лишь оценка наших знаний, а не оценка нас самих. Если мы будем стараться и помогать друг другу, то справимся с любыми школьными трудностями.

#### **Социальные трудности:**

*Напоминаю про сказку “Помощь друга в трудную минуту”.*

– А персонаж Мира из сказки “Помощь друга в трудную минуту” столкнулась с проблемой застенчивости и замкнутости, потому что недавно переехала из другой страны.

- С какой проблемой столкнулась Мира?
- Кто решил помочь Мире?

- Как Алиса помогла Мире интегрироваться в класс?
- Что помогло Мире преодолеть свою застенчивость?
- Почему важно быть добрым и отзывчивым к одноклассникам?
- Как вы думаете, что почувствовала Мира, когда Алиса стала ей помогать?

**Ребята, из этой замечательной сказки мы можем сделать очень важный вывод:** доброта и отзывчивость могут творить чудеса. Когда мы добры к другим, мы не только помогаем им, но и делаем мир вокруг нас лучше. В сказке Алиса проявила доброту и отзывчивость по отношению к новой ученице Мире, которая была застенчивой и замкнутой. Алиса протянула Мире руку помощи и помогла ей почувствовать себя комфортно в новом классе. История Миры и Алисы учит нас тому, что мы все разные, и у каждого из нас есть свои сильные и слабые стороны. Но когда мы объединяемся и помогаем друг другу, мы можем преодолеть любые трудности.

#### **Эмоциональные трудности:**

*Кратко напоминаю ученикам про сказку “Счастливая конфета”.*

– А Вы помните, как главный персонаж Лера из сказки “Счастливая конфета” боролась с сомнениями в себе?

- Кто из героев сказки боролся с сомнениями в себе?
- Почему Лера расстроилась, когда забыла свою ручку?
- Как Захар помог Лере поверить в себя?

#### **Вывод по сказке:**

Ребята, сказка учит нас тому, что мы можем достичь всего, во что верим. Не стоит полагаться на внешние факторы или удачу. Если мы будем усердно трудиться и верить в свои силы, то сможем преодолеть любые трудности и добиться успеха. Помните, что вы все способны на великие дела. Верьте в себя, усердно трудитесь и никогда не сдавайтесь. Вместе мы можем достичь всего, чего захотим!

#### **Заключение:**

– Мои юные писатели, ваши сказки не только развлекали нас, но и преподали важные жизненные уроки. Они показали, что на пути к успеху мы неизбежно столкнемся с трудностями, но и с упорством, поддержкой и верой в себя мы можем преодолеть любые препятствия и добиться своих целей.

– Помните, что вы не одиноки в своих трудностях. Все мы сталкиваемся с вызовами в жизни, но то, как мы реагируем на них, определяет нашу судьбу. Давайте учиться на примере ваших персонажей, проявлять стойкость перед лицом невзгод, верить в свои способности и никогда не терять надежду.

### **Рефлексия:**

– Мы сотворили поистине волшебный сборник из ваших сказок! Я предлагаю оставить его в классе, чтобы Вы могли подходить перечитывать и пересматривать сказки друг друга.

Теперь, когда наше литературное путешествие подходит к концу, я предлагаю вам поделиться своими мыслями и чувствами. Каково это было — быть авторами собственных книжек?

- Какое удовольствие доставляло вам создание персонажей? Как вы придумывали их уникальные истории?
- Как вы подбирали слова, чтобы оживить свои истории?
- Наслаждались ли вы созданием ярких и красочных иллюстраций, которые оживляли ваши истории?

### **Прощание:**

– По мере того, как наше литературное путешествие подходит к концу, я не могу не выразить свою безмерную гордость за каждого из вас.

– Благодарю вас за то, что позволили мне разделить с вами это невероятное путешествие. Работать с вами было истинным удовольствием, и я стал свидетелем вашего роста не только как писателей, но и как личностей.

– До новых творческих встреч!

## **Занятие № 9. До скорой встречи**

**Цель:** создание среды для выявления изменений в уровне школьной тревожности у младших школьников



**Ход занятия.****Вводная часть.****Ритуал приветствия**

– Здравствуйте! Меня зовут Анастасия. Сегодня я пришла к вам в гости и хочу предложить вам поучаствовать в исследовании. Я уже была у другого класса, и вот теперь решила к вам зайти. Вы мне очень поможете! Хотите поучаствовать? Пока я буду раздавать вам материалы, пожалуйста, достаньте ручку.

— Я раздала каждому из вас лист с заданием. У всех есть задания? Теперь подпишите свою работу в верхнем правом углу. Все справились?

**Основная часть.****Выполнение диагностического задания.**

*Методика «Школьная тревожность» (автор Б. Филлипса с модификацией вопросов фактора «общая тревожность в школе»). Используется для анализа уровня школьной тревожности.*

**Инструкции по выполнению диагностического задания:**

– Посмотрите ребята, сейчас вам предложен опросник, который состоит из вопросов о том, как вы себя чувствуете в школе. Старайтесь отвечать искренне и правдиво, не может быть верных или неверных, хороших или плохих ответов. Над вопросами долго не задумывайтесь. На листе для ответов вверху запишите свое имя, фамилию и класс. Отвечая на вопрос, записывайте его номер и ответ: "+", если Вы согласны с ним, или "—", если не согласны.

– По готовности поднимайте руки. Все ли поняли?

– Кто уже все заполнил, поднимайте руку, я буду подходить и собирать работы.

**Заключительная часть:**

– Молодцы! Вы отлично справились!

–Наше исследование подошло к концу. Спасибо Вам, что согласились поучаствовать!

## ОТЗЫВ

на выпускную квалификационную работу

Жилиной Анастасии Романовны

на тему «Коррекция школьной тревожности средствами сказкотерапии»

Работа Жилиной А.Р. востребована школьной психологической практикой, поскольку в младшем школьном возрасте именно ситуации школьного обучения, оценивания, взаимодействия с учителями и одноклассниками являются особенно стрессогенными.

В работе использованы результаты двухлетнего проекта по коррекции тревожности младших школьников, реализованного в СОШ № 121.

Анастасия Романовна самостоятельно разработала коррекционную программу «Сказочный мир», основанную на результатах предпроектного исследования типичных ситуаций школьной жизни, вызывающих тревогу. Программа реализовывалась в течение 8-ми недель, включала анализ сказок с психологическим содержанием и их сочинение детьми, изготовление книги сказок.

Студент проявила себя настойчивым исследователем, творческим профессионалом.

При соответствующей защите заслуживает оценки «отлично».

Доктор педагогических наук, доцент,  
доцент кафедры социальной педагогики  
и социальной работы

Ю.Ю. Бочарова





**Согласие**  
**на размещение текста выпускной квалификационной работы,**  
**научного доклада об основных результатах подготовленной**  
**научно-квалификационной работы**  
**в ЭБС КГПУ им. В.П. АСТАФЬЕВА**

Я. Жилина Анастасия Романовна

(фамилия, имя, отчество)

разрешаю КГПУ ИМ. В.П. Астафьева безвозмездно воспроизводить и размещать (доводить до всеобщего сведения) в полном объеме и по частям написанную мною в рамках выполнения основной профессиональной образовательной программы выпускную квалификационную работу, научный доклад об основных результатах подготовленной научно-квалификационной работы (далее ВКР/НКР)

(нужное подчеркнуть)

на тему: Коррекция тревожности младших школьков средствами сказкотерапии

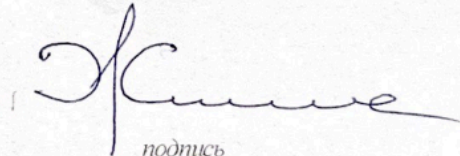
(название работы) (далее - работа) в ЭБС

КГПУ им. В.П.АСТАФЬЕВА, расположенном по адресу <http://elib.kspu.ru>, таким образом, чтобы любое лицо могло получить доступ к ВКР/НКР из любого места и в любое время по собственному выбору, в течение всего срока действия исключительного права на работу.

Я подтверждаю, что работа написана мною лично, в соответствии с правилами академической этики и не нарушает интеллектуальных прав иных лиц.

24.05.2024

дата



подпись





## СПРАВКА

о результатах проверки текстового документа  
на наличие заимствований

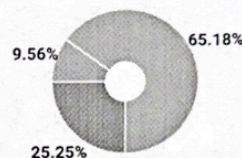
Красноярский государственный  
педагогический университет им.  
В.П.Астафьева

ПРОВЕРКА ВЫПОЛНЕНА В СИСТЕМЕ АНТИПЛАГИАТ.ВУЗ

Автор работы: Бочарова Юлия Юрьевна  
Самоцитирование  
рассчитано для:  
Название работы: ВКР Жилина 05052024  
Тип работы: Не указано  
Подразделение: кафедра СПиСР

### РЕЗУЛЬТАТЫ

СОВПАДЕНИЯ		25.25%
ОРИГИНАЛЬНОСТЬ		65.18%
ЦИТИРОВАНИЯ		9.56%
САМОЦИТИРОВАНИЯ		0%



ДАТА ПОСЛЕДНЕЙ ПРОВЕРКИ: 05.05.2024

Структура документа: Проверенные разделы: библиография с.54-57, титульный лист с.1, содержание с.2, основная часть с.3-53  
Модули поиска: Перефразированные заимствования по коллекции Интернет в английском сегменте; Переводные заимствования IEEE; Переводные заимствования по коллекции Интернет в русском сегменте; Переводные заимствования\*; Цитирование; Шаблонные фразы; ИПС Адилет; IEEE; Коллекция НБУ; Библиография; Издательство Wiley; Перефразирования по коллекции издательства Wiley; СПС ГАРАНТ: аналитика; Патенты СССР, РФ, СНГ; Перефразирования по коллекции IEEE; Публикации eLIBRARY; Переводные заимствования по Интернету (EnRu); Диссертации НББ; СМИ России и СНГ; Перефразирования по Интернету (EN); Переводные заимствования издательства Wiley; Кольцо вузов; Публикации РГБ; Медицина; Переводные заимствования (RuEn); СПС ГАРАНТ: нормативно-правовая документация; Публикации eLIBRARY

Работу проверил: Бочарова Юлия Юрьевна

ФИО проверяющего

Дата подписи:

05.05.2024

Подпись проверяющего



Чтобы убедиться  
в подлинности справки, используйте QR-код,  
который содержит ссылку на отчет.

Ответ на вопрос, является ли обнаруженное заимствование  
корректным, система оставляет на усмотрение проверяющего.  
Предоставленная информация не подлежит использованию  
в коммерческих целях.



**ПРОТОКОЛ НОРМОКОНТРОЛЯ**  
**выпускной квалификационной работы (бакалаврской работы) и**  
**сопроводительных документов основным требованиям к ее оформлению**  
**обучающегося ИСГТ КГПУ им. В.П. Астафьева**

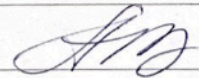
Тема ВКР: Коррекция тревожности младших школьников средствами сказкотерапии  
 Обучающийся Ишмина Анастасия Романовна  
 Группа SO-Б20В

№ п/п	Объект	Параметры	+/-
1	2	3	4
1.	Наименование темы работы	Соответствует теме, утвержденной распоряжением директора ИСГТ	+
2.	Размер шрифта	14	+
3.	Название шрифта	Times New Roman, обычный, цвет – черный	+
4.	Межстрочный интервал	1,5	+
5.	Абзацный отступ (мм)	1.25	+
6.	Поля (мм)	Левый край – 2,5 см; правый – 1,0 см; верхний и нижний края по 2 см	+
7.	Выравнивание	Основной текст – по ширине	+
8.	Общий объем	Не менее 60 страниц текста, включая иллюстрации, таблицы, формулы, приложения (не менее 40 страниц текста без учета приложений)	+
9.	Последовательность приведения структурных частей	Титульный лист. Содержание. Введение. Основная часть. Заключение. Список использованных источников. Приложение. Вкладываются в ВКР: отзыв, справка Антиплагиат, согласие на обработку персональных данных, протокол о прохождении нормоконтроля	+
10.	Оформление содержания	Написание СОДЕРЖАНИЯ начинается с новой страницы. Название СОДЕРЖАНИЯ оформляется заглавными буквами, полужирное начертание текста, по центру страницы, без абзацного отступа. Все разделы содержания (главы, параграфы, выводы по главам, заключение, список использованных источников и приложения) должны разместиться на одной странице, отделяются от СОДЕРЖАНИЯ одним пробелом, выравниваются по ширине, интервал 1,5	+
11.	Объем и наличие всех структурных элементов	Объем параграфов от 5 стр. Выводы в конце параграфов и глав. Выделения по тексту работы (исключить)	+
12.	Объем заключения	2–3 страницы	+



13.	Нумерация страниц	Нумерация страниц сквозная по всей работе, страницы нумеруются посередине верхнего поля 14 кеглем, номер на первой странице (Титульный лист ВКР) не ставится, нумерация продолжается со второй страницы ВКР. – Содержанию необходимо присвоить номер 2, а не 1.	+
14.	Нумерация таблиц, формул, иллюстраций	Нумерация таблиц, рисунков и др. – сквозная по всей ВКР, включая Приложения (нумеруем отдельно каждый вид графического изображения: у таблиц своя нумерация, рисунки также имеют свою сквозную нумерацию т.д.). Если таблица в работе одна, номер таблицы не указывается, при этом оформление остается таким же Таблицы нумеруются «Таблица 1 – Зависимость показателей уровня тревожности от условий» над таблицей посередине. Иллюстрации нумеруются «Рисунок 1 – Абакус» под иллюстрацией посередине.	+
15.	Оформление заголовков	Написание ГЛАВ начинается с новой страницы. Название ГЛАВЫ оформляем заглавными буквами, полужирное начертание текста, по центру страницы, без абзацного отступа, интервал 1.5. Написание первого Параграфа первой главы и первого Параграфа второй главы пишем с новой строки (не отделяем от главы пробелом). Остальные параграфы принято писать или с новой страницы (если более ½ текста предыдущей страницы оформлено текстом), или продолжать страницу предыдущего параграфа (если менее ½ текста предыдущей страницы оформлено текстом). В последнем варианте особенности оформления следующие: необходимо выдержать один пробел между текстом предыдущего параграфа и заголовком нового параграфа, а также один пробел между заголовком нового параграфа и его текстовой части. Название Параграфа оформляем с использованием полужирного начертания текста; первое слово в названии Параграфа пишем с заглавной буквы, остальные буквы и слова оформляем строчными буквами без абзацного отступа. Основной текст от заголовка отделяется одним пробелом.	+

Ответственный за нормоконтроль



К. Н. Скобейко

