

ОГЛАВЛЕНИЕ

ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ ТРЕВОЖНОСТИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ	6
1.1 Сущность понятия «тревожность»	6
1.2 Особенности тревожности в младшем школьном возрасте	11
1.3 Основные требования к организации коррекционной работы по снижению тревожности.	17
Выводы по Главе 1	25
ГЛАВА II. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ИЗУЧЕНИЮ ОСОБЕННОСТЕЙ ТРЕВОЖНОСТИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ	27
2.1 Общая организация и этапы исследования	27
2.2 Результаты констатирующего эксперимента по исследованию тревожности младших школьников	31
2.3 Разработка и реализация программы по коррекции тревожности у младших школьников	42
Выводы по главе 2	54
Заключение	56
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИСТОЧНИКОВ	59
Приложения	65

ВВЕДЕНИЕ

Уровень тревожности в современных стрессовых и экологически неблагоприятных внешних условиях становится одним из определяющих факторов в становлении личности ребенка. Многие основные его свойства и личностные качества формируются в данный период жизни. От того, как они будут заложены, зависит все его последующее развитие. В настоящее время увеличилось количество тревожных детей, отличающихся повышенным беспокойством, неуверенностью, эмоциональной неустойчивостью [6]. Поэтому проблема детской тревожности и ее своевременной коррекции на раннем этапе является весьма актуальной.

Среди исследователей не существует единого мнения в отношении временных границ становления тревожности как устойчивого личностного образования. Одни авторы считают таковым подростковый возраст, другие – дошкольный возраст и т.д. Однако большинство исследователей сходится на том, что в младшем школьном возрасте количество тревожных детей значительно увеличивается. Появляется особый вид тревожности – школьная тревожность.

Диагностика тревожности младших школьников имеет высокую актуальность: это необходимо для своевременной коррекции их психоэмоционального состояния. В психологической литературе представлено достаточно большое количество психодиагностических методик, которые можно использовать для диагностики тревожности подростков и взрослых; открытым остается вопрос использования их для диагностики тревожности младших школьников.

Еще один важный вопрос, требующий исследования, - это коррекция тревожности младших школьников. Ценным коррекционным методом работы с тревожностью детей практически любого возраста (вплоть до подросткового возраста и даже взрослого) является работа со сказкой («метод лечения сказками»). Актуальность исследования именно этого

средства коррекции обусловлена тем, что оно недостаточно используется в психологической работе с детьми младшего школьного возраста.

Проблема изучения школьной тревожности личности рассматривалась в трудах отечественных психологов - Г.Г. Аракелов, Л.С. Выготский, Ю.А. Зайцев, Б.И. Кочубей, Е.Г. Новикова, А.М. Прихожан и в научных работах зарубежных психологов – С.О. Кьеркегор, Дж. Локк, Р. Мей, Б.Спиноза, З. Фрейд

Проблема изучения работы со сказкой как метода коррекции рассмотрена в трудах отечественных психологов – И. В. Вачков, А. В. Гнездилов, Т. А. Захарова, Т.Д. Зинкевич–Евстигнеева, С. К. Нартова – Бочавер, А. А. Осипова, М. В. Осорина, В. Я. Пропп , Е. В. Романова, Д. Ю. Соколов, в зарубежных психологов - Б. Беттельгейм, Э. Л. Берн, Н. Пезешкиан, М. – Л.фон Франц, Э. Фромм, К. Г. Юнг

Объектом исследования в этой связи выступает младший школьник.

Предмет исследования – проявления тревожности.

Цель – исследование особенностей проявления тревожности у детей младшего школьного возраста.

Для достижения поставленной цели необходимо решить следующие **задачи**:

1. Теоретически обосновать проблему тревожности в младшем школьном возрасте.
2. Описать сущность понятия «тревожность».
3. Описать особенности тревожности в младшем школьном возрасте, а также основные требования к организации коррекционной работы по снижению тревожности.
4. Подобрать психодиагностические методики для диагностики особенностей тревожности младшего школьника.
5. Организовать и провести практическое исследование особенностей проявления тревожности у детей младшего школьного возраста.

6. Разработать и реализовать программу коррекции тревожности у детей младшего школьного возраста.

Гипотеза- мы предполагаем, что тревожность у детей младшего школьного возраста имеет особенности и проявляется через:

- 1) средний уровень школьных страхов;
- 2) высокий уровень нестабильных физиологических проявлений ;
- 3) средний уровень нестабильного психоэмоционального состояния.

Методы исследования

– теоретический анализ литературы (учебных пособий, монографий, научных публикаций и пр.), а также интернет-ресурсов по проблематике тревожности в младшем школьном возрасте;

– психодиагностические методики: методика для диагностики школьной тревожности Филлипса, методика диагностики тревожности Сирса, цветовой тест Люшера (тест, модифицированный Л.Собчик).

Экспериментальная база исследования: исследование проводилось на базе третьих классов. Средней общеобразовательной школы № 32 г. Красноярск. В исследовании участие приняло 12 детей, из них 6 мальчиков и 6 девочек.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ ТРЕВОЖНОСТИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

1.1 Сущность понятия «тревожность»

Понятие тревожности является междисциплинарным: в ее исследованиях выделяются физиологическое, клинико-психологическое, философско-психологическое, собственно психологическое направления. Мы акцентируем внимание, безусловно, на психологической трактовке сущности данного понятия.

Тревожность является одним из наиболее интересных феноменов в психологической науке. Первым из психологических направлений, изучающих тревожность, стал психоанализ: З. Фрейд попытался дать объяснение природе тревоге – определенные переживания, имевшие место в жизни человека: действия, импульсы, мысли или воспоминания, – мучительно болезненные или порождающие сильную тревогу вытесняются из сознания, а те силы, которые привели к вытеснению произошедшего из памяти, мобилизуются, препятствуя их восстановлению в сознании [42]. Тревога и тревожность также изучались в индивидуальной теории личности А. Адлера (тревога рассматривалась как симптом невроза), в социокультурной теории личности К. Хорни (тревога как отсутствие чувства безопасности в межличностных отношениях) и т.д.

В психологической науке накоплено большое количество трактовок понятия «тревожность». Рассмотрим некоторые современные определения данного понятия: тревожность – это:

– «состояние человека, которое характеризуется повышенной склонностью к переживаниям, опасениям и беспокойству, имеющей отрицательную эмоциональную окраску» [3, 4];

– «постоянное или ситуативное проявляемое свойство человека приходить в состояние повышенного беспокойства, испытывать страх, тревогу в специфических социальных ситуациях» [30] – здесь тревожность

определяется как свойство человека, а не характеристика его психоэмоционального состояния, однако ценным в данном определении является дифференцирование тревожности как постоянную и ситуативную;

– «отрицательное эмоциональное состояние субъекта, возникающее при фрустрации актуальной потребности, т.е. в условиях, когда субъект предполагает, что по какой-либо причине окажется не в состоянии удовлетворить эту потребность» [18] - тревожность стимулирует активность субъекта, что помогает снять причину отрицательной эмоции; такое понимание тревожности говорит об ее мотивационной природе, вследствие чего ее можно рассматривать в соотношении с другими мотивами деятельности человека;

– «переживание эмоционального дискомфорта, связанное с ожиданием неблагоприятия, с предчувствием грозящей опасности; различают тревожность как эмоциональное состояние и как устойчивое свойство, черту личности или темперамента» [39];

– «индивидуальная психологическая особенность, состоящая в повышенной склонности испытывать беспокойство в различных жизненных ситуациях, в том числе и тех, объективные характеристики которых к этому не предрасполагают» [36];

– эмоциональная окраска состояния, которое характеризуется ожиданием непредсказуемой угрозы и опережающей мобилизацией энергетических ресурсов и резервных возможностей организма.

Итак, наиболее распространенными вариациями понимания тревожности являются такие: тревожность как черта личности и тревожность как состояние (рис. 1.1). Нередким является такое разграничение: тревога – эмоциональное состояние, а тревожность – это свойство, черта личности.

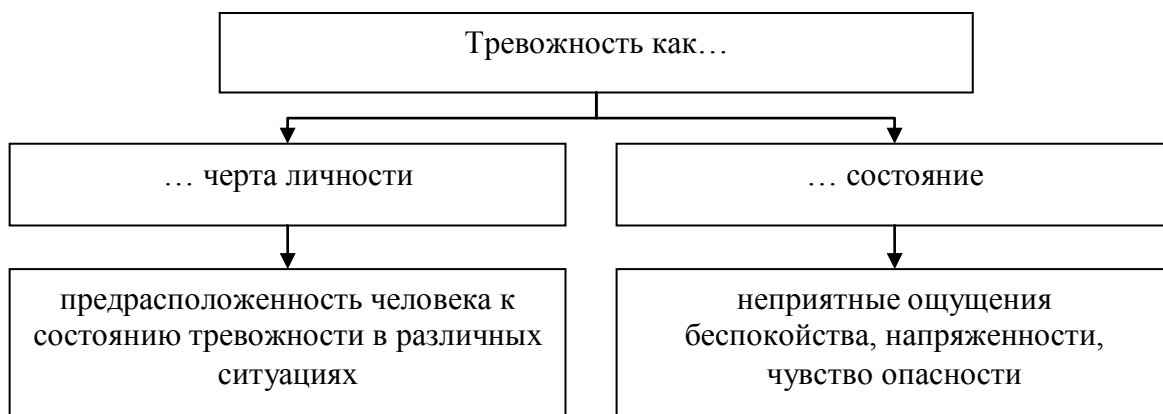


Рис. 1.1 Понимание тревожности в психологической науке

Отметим, что в ряде научных теорий в психологии предпринимаются попытки отождествить тревогу и тревожность со страхами (теория дифференциальных эмоций), а также с депрессивными состояниями и даже стрессом. Мы же в нашем исследовании будем рассматривать тревогу и тревожность как отдельные от перечисленных понятия.

Выделяют два основных вида тревожности [4]:

- ситуативная (ситуационная, реактивная) тревожность: порождается некоторой конкретной ситуацией, которая объективно вызывает беспокойство; это состояние вполне нормальное, даже играет положительную роль (тревожность как своеобразный мобилизирующий механизм, позволяющий человеку серьезно и ответственно подойти к решению возникающих проблем);
- личностная тревожность: это личностная черта, проявляющаяся в постоянной склонности к переживаниям тревоги в самых различных жизненных ситуациях, и таких, которые объективно к этому не располагают; характеризуется состоянием безотчетного страха, неопределенным ощущением угрозы, готовностью воспринять любое событие как неблагоприятное и опасное; закрепление этого вида тревожности в процессе становления характера влечет за собой формирование заниженной самооценки и мрачного пессимизма.

Итак, разграничим эти два вида тревожности (рис. 1.2):

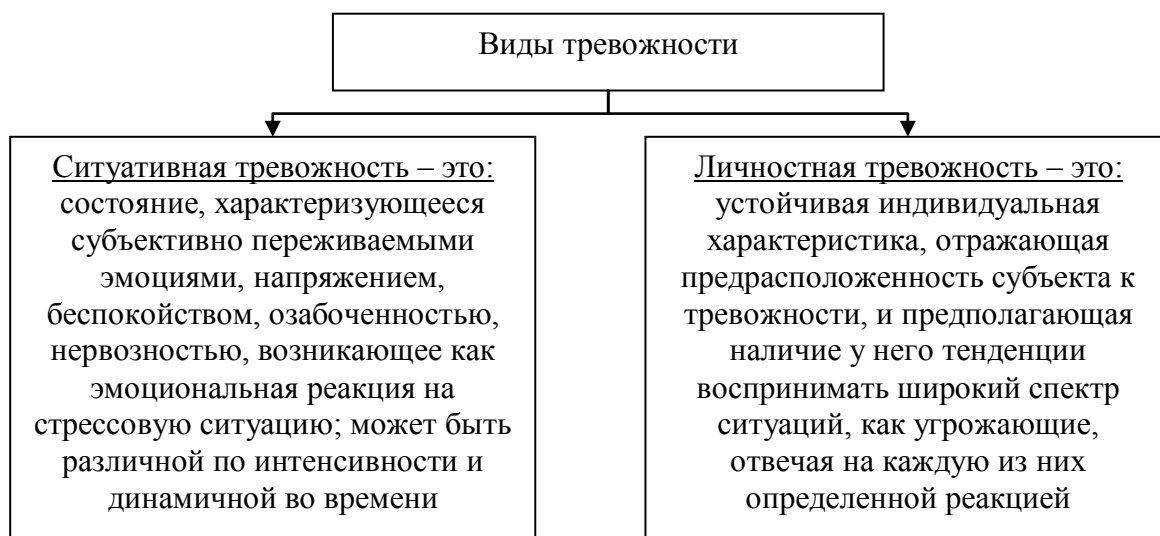


Рис. 1.2 Виды тревожности

Анализ литературы по проблеме исследования показал, что тревожность имеет ярко выраженную возрастную специфику, обнаруживающуюся в ее источниках, содержании, формах проявления. В целом, возникновение и закрепление тревожности как устойчивого образования связано с неудовлетворением ведущих потребностей возраста. Мы же рассмотрим специфику тревожности в конкретном возрастном периоде – младший школьный возраст.

Таким образом, понятие тревожности достаточно активно исследуется в психологической науке. Под ней понимается, в частности, постоянное или ситуативное проявляемое свойство человека приходить в состояние повышенного беспокойства, испытывать страх, тревогу в специфических социальных ситуациях. Тревожность рассматривается как черта личности и как состояние. Нередким является и такое разграничение: тревога – эмоциональное состояние, а тревожность – это свойство, черта личности. Выделяют два основных вида тревожности, в соответствии с такими различиями: ситуативная и личностная. Тревожность имеет ярко

выраженную возрастную специфику, мы рассмотрим ее применительно к младшему школьному возрасту.

1.2 ОСОБЕННОСТИ ТРЕВОЖНОСТИ В МЛАДШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ

Младший школьный возраст охватывает период жизни от 6 до 11 лет и определяется важнейшим обстоятельством в жизни ребенка – его поступлением в школу. Для этого возрастного периода характерно возрастание подвижности нервных процессов, преобладание процессов возбуждения, что определяет такие характерные особенности младших школьников, как повышенная эмоциональная возбудимость и непоседливость [38]. В младшем школьном возрасте происходит качественная смена социальных отношений – с одной стороны, ребенок младшего школьного возраста ходит в школу, где у него появляются новые знакомые дети, где к нему предъявляются требования, где ему необходимо освоить и придерживаться норм поведения, выработанных обществом, а с другой стороны – меняется и позиция ребенка в семье: он теперь ученик, он ответственный человек, с ним советуются и считаются.

Итак, в младшем школьном возрасте происходит существенная физиологическая перестройка организма ребенка, а также коренным образом меняется его социальная ситуация развития. Как отмечает Дж. Мид, ребенок как «общественный» субъект имеет теперь социально значимые обязанности, за выполнение которых он получает общественную оценку, следовательно, происходит и перестройка системы жизненных отношений ребенка.

Вместе с тем новая социальная ситуация развития является для ребенка жестко регламентированной, стрессовой. Именно это отклонение лежит в основе появления тревожности младшего школьника.

По данным А.М. Прихожан, тревожные младшие школьники обладают такими характеристиками (рис. 1.3) [39]:



Рис. 1.3 Особенности тревожности младших школьников (по А.М. Прихожан)

В научной психологической литературе достаточно подробно исследуются причины и факторы возникновения тревожности у младших школьников. Так, например, В.Г. Белов с авторами делает выводы из собственного эмпирического исследования о том, что уровень тревожности у учащихся младших классов имеет достоверные связи с агрессивностью, фрустрацией, отвержением, импульсивностью, с симбиотическими отношениями и защищенностью в семье, экстраверсией [6], что свидетельствует о существенной взаимосвязи тревожности учащихся начальных классов с комплексом факторов психологического плана.

Интересное мнение имеет И.В. Дубровина, которая утверждает, что некоторые дети уже поступают в первый класс с достаточно высоким уровнем тревожности, которая формируется в дошкольном возрасте в результате нарушения детско-родительских отношений. Например, при

авторитарном стиле семейного воспитания родители имеют высокий уровень притязаний, высокие ожидания, что не может не влиять на психоэмоциональное состояние ребенка; при гиперопеке тревожные родители воспроизводят это качество в свое ребенке и т.д. [17]

В младшем школьном возрасте появляется такой вид детской тревожности, как школьная тревожность. Это широкое понятие, включающее «различные аспекты устойчивого эмоционального неблагополучия, выражающиеся волнением в учебных ситуациях, ожиданием отрицательной оценки со стороны педагогов и сверстников» [31]. Ребенок постоянно чувствует собственную неадекватность, неполноценность, не уверен в правильности своего поведения, своих решений. В целом школьная тревожность – это «специфический вид тревожности, характерный для определенного класса ситуаций – ситуаций взаимодействия ученика с различными компонентами образовательной среды школы» [25]. Отметим, что необязательно школьная тревожность может проявляться внешне в поведении младшего школьника: ребенок может хорошо учиться, безупречно вести себя, его могут любить в школе, но при этом он может чувствовать себя там неуютно (причиной тому может быть внутренний конфликт школьника, связанный с повышенным чувством ответственности, постоянным страхом неудачи в школе и т.д.).

В качестве основных признаков школьной тревожности выделяют [27]:

- повышенное беспокойство в учебных ситуациях;
- боязнь сделать ошибку, страх неуспеха и желание их избегать;
- субъективное ощущение собственной неполноценности, отсутствия необходимых способностей;
- неуверенность в действиях, ожидание плохого отношения со стороны педагогов и одноклассников, а также состояние напряженности, волнения и др.

Школьную тревожность связывают и с такими понятиями, как «школьный невроз», «школьная фобия», «дидактогенный невроз»,

«дидактогения». Вместе с тем между этими понятиями можно провести определенные различия. Отразим их на рис. 1.4:

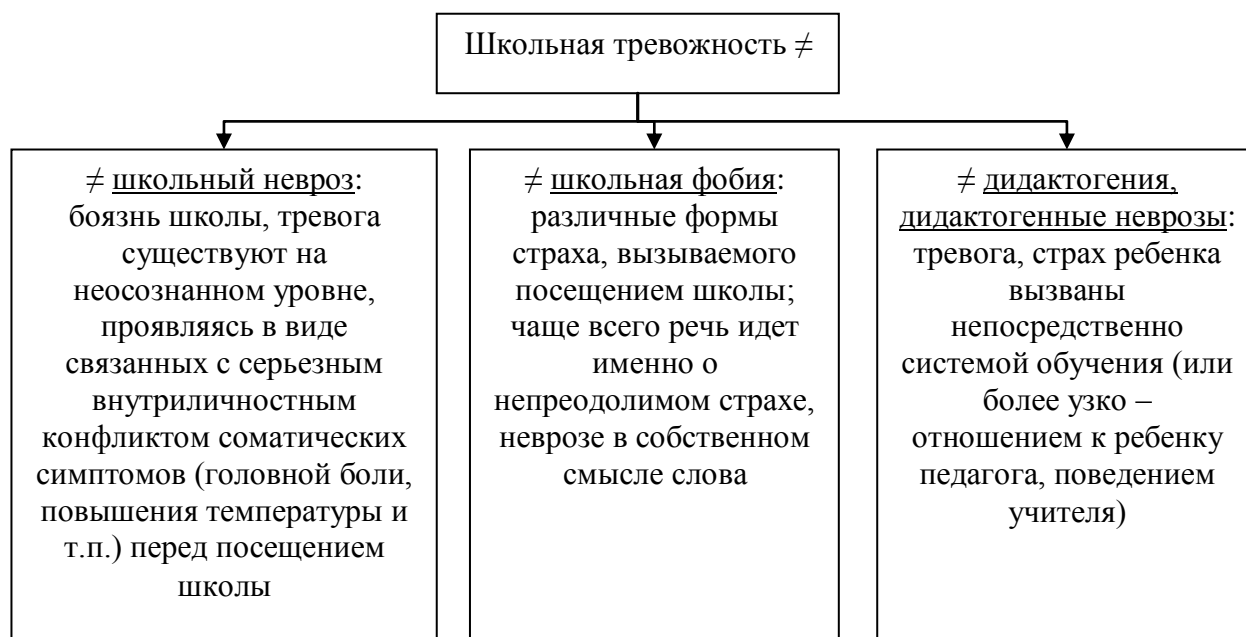


Рис. 1.4 Различия между понятием «школьная тревожность» и понятиями «школьный невроз», «школьная фобия», «дидактогенный невроз», «дидактогения»

Безусловно, на возникновение тревожности младших школьников влияют учебные факторы: например, величина учебных нагрузок (количество уроков, большой объем домашних заданий); сложность изучаемого материала; контрольные формы проверки знания и пр. [42] Также важным фактором является учебная успешность младшего школьника, влияние которой является опосредованным: успеваемость влияет, по меньшей мере, на поддержание и усиление тревоги, влияет не прямо, а опосредованно. Еще одним учебным фактором является характер отношений ребенка с педагогами: грубость и нетактичное поведение учителей по отношению к учащимся часто рассматриваются как одна из основных причин детской тревожности. Подобная тревожность описывается в литературе под названием «дидактогенного невроза». Также на тревожность детей влияет

характер взаимоотношений с одноклассниками: однако не столько особенности неблагоприятного общения со сверстниками влияют на возникновение и закрепление тревожности, сколько, напротив, тревожность определяет характеристики такого общения [31].

Тревожность у младших школьников возникает вследствие фрустрации потребности в защищенности со стороны ближайшего окружения. Тревожность в младшем школьном возрасте – это еще не собственно личностное образование, это скорее функция неблагоприятных взаимоотношений с близкими взрослыми.

В статье А.Н. Нехорошковой с соавтором проанализированы гендерные различия тревожности младших школьников. Так, в самом начале младшего школьного возраста мальчики более тревожны, чем девочки, в 9–11 лет интенсивность переживаний у обоих полов выравнивается, а после этого возраста общий уровень тревожности у девочек в целом возрастает, а у мальчиков несколько снижается [31]. В исследованиях Б. Кочубей, Е. Новиковой установлено, что тревога девочек по своему содержанию отличается от тревоги мальчиков, причем, чем старше дети, чем значительнее эта разница: тревога девочек, как правило, связана с другими людьми: их беспокоит отношение окружающих, возможность ссоры или разлуки с ними, а мальчиков чаще всего тревожит насилие в разных его аспектах (боязнь физических травм, несчастных случаев, наказаний от родителей или авторитетов вне семьи: учителя, директора школы и пр.) [24].

Таким образом, в младшем школьном возрасте возникновение тревожности обусловлено сменой социальной ситуации развития, появлением груза обязанностей и т.д. Тревожных младших школьников отличают повышенная чувствительность к социальным сравнениям, переживание неуспеха даже при отсутствии достаточных оснований для этого, ориентация на внешнюю оценку и т.д. В младшем школьном возрасте появляется и особый вид тревожности – школьная тревожность, понимаемая как специфический вид тревожности, характерный для определенного класса

ситуаций – ситуаций взаимодействия ученика с различными компонентами образовательной среды школы. Причинами и факторами возникновения тревожности у младших школьников могут выступать: нарушения в детско-родительских отношениях, учебные факторы (учебная нагрузка, отношения с педагогами, сверстниками и т.д.), а также личностные психологические черты.

1.3 ОСНОВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ К ОРГАНИЗАЦИИ КОРРЕКЦИОННОЙ РАБОТЫ ПО СНИЖЕНИЮ ТРЕВОЖНОСТИ.

Ранее мы отмечали, что тревожность можно рассматривать в контексте мотивации деятельности. Такое рассмотрение тревожности позволяет определять ее как мотив, противоположный учебно-познавательному интересу, действие которого в качестве мотива учения сопровождается положительной эмоцией. Учебно-познавательный интерес отражает внутреннюю связь мотива с предметом усвоения, в то время, как тревожность – наличие внешних по отношению к содержанию учебной деятельности побуждений [18]. Таким образом, наличие тревожности младшего школьника негативно сказывается на продуктивности его учебно-познавательной деятельности. Также отметим и такую особенность: учебная тревожность (т.е. тревожность, обусловленная неудачами в учебной деятельности) частично распространяется и на ряд неучебных ситуаций.

Тревожность в младшем школьном возрасте является признаком школьной дезадаптации ребенка, она отрицательно влияет на все сферы его жизнедеятельности – мы уже упоминали учебно-познавательную деятельность, а также – на общение, и за пределами школы, на здоровье (частые ОРВИ) и общий уровень психоэмоционального благополучия ребенка. Школьная тревожность может порождать формирование у детей младшего школьного возраста школьной патологии, например, дидактогенных неврозов. В.А. Гуров в своей статье отмечает, что у младших школьников с повышенной тревожностью в сравнении с их эмоционально устойчивыми сверстниками меньше объем наглядно-образной памяти, скорость восприятия и переработки информации [13]. Исследование И.В. Ермаковой показало, что эмоционально неустойчивые первоклассники характеризуются низкой физиологической устойчивостью к стрессу, высоким уровнем нейротизма и личностной тревожностью, что приводит к

существенным осложнением процессов адаптации к обучению в школе [19]. Все вышесказанное актуализирует проблему коррекцию тревожности детей в младшем школьном возрасте.

Итак, повышенная тревожность младших школьников требует различных способов ее коррекции. В случае реальной неуспешности школьника усилия должны быть направлены на формирование необходимых навыков работы, общения, которые позволяют преодолеть эту неуспешность. В другом случае – на коррекцию самооценки, преодоление внутренних конфликтов. Параллельно необходимо развивать у младшего школьника способность справляться с повышенной тревогой. Тревога, закрепившись, становится устойчивым образованием, переходит в свойство личности – личностную тревожность. Младшие школьники с высоким уровнем тревожности тем самым оказываются в ситуации «заколдованного психологического круга», когда тревожность ухудшает возможности учащегося и результативность его деятельности. [42]

Психологическая коррекция в общем смысле является одним из видов психологической помощи (среди других – психологическое консультирование, психологический тренинг, психотерапия); это «деятельность, направленная на исправление особенностей психологического развития, не соответствующих оптимальной модели, с помощью специальных средств психологического воздействия; а также – деятельность, направленная на формирование у человека нужных психологических качеств для повышения его социализации и адаптации к изменяющимся жизненным условиям» [16]. Психокоррекционные воздействия могут быть следующих видов: убеждение, внушение, подражание, подкрепление. Различают индивидуальную и групповую психокоррекцию. В индивидуальной – психолог работает с клиентом один на один, при отсутствии посторонних лиц. В групповой – работа происходит сразу с группой клиентов со схожими проблемами, эффект достигается за счет взаимодействия и взаимовлияния людей друг на друга.

Коррекционная работа с тревожными младшими школьниками может проводиться индивидуально и в группе. Выделяют такие направления коррекционной работы с тревожностью детей данного возраста (рис. 1.5):



Рис. 1.5 Направления коррекционной работы с тревожностью младших школьников

Психокоррекция тревожности младших школьников направлена на выработку у них конструктивного поведения в трудных для них ситуациях, на овладение приемами, позволяющими справиться с излишним волнением, тревогой, а также на укрепление уверенности в себе и повышение самооценки. В этих целях могут быть использованы такие методы [47]:

1. Метод последовательной десенсибилизации: ребенка помещают в ситуации, связанные с областью, вызывающей у него тревогу и страх, начиная с тех, которые могут лишь немного его волновать, и кончая теми, которые вызывают сильную тревогу.

2. Метод «отреагирования» страха, который осуществляется с помощью игры-драматизации, где с помощью кукол, в форме театральных этюдов дети изображают пугающие их ситуации бытовой и школьной жизни.

Отметим, что игра достаточно часто упоминается в качестве средства коррекции тревожности младших школьников. Игра как деятельность, свободная от принуждения, подчинения, страха и зависимости ребенка от мира взрослых, - это практически единственное место, где ребенок имеет возможность свободного беспрепятственного самовыражения, исследования и изучения собственных чувств и переживаний. Игра позволяет ребенку освободиться от эмоциональной напряженности, фрустраций. [49]

Игра как метод коррекции тревожности должна быть направлена на [49]:

- расширение репертуара форм самовыражения младшего школьника;
- оптимизацию коммуникаций в системе отношений: «ребенок-взрослый»;
- повышение уровня социальной компетентности ребенка в его взаимодействиях со сверстниками;
- развитие способности эмоциональной саморегуляции и достижение эмоциональной устойчивости за счет осознания ребенком своих эмоций, чувств и переживаний;
- оптимизацию развития «Я-концепции»;
- повышение степени самопринятия и формирование чувства «Я».

Еще один метод коррекции тревожности младших школьников – это работа со сказкой. Под работой со сказкой понимается «метод, использующий сказочную форму для коррекции эмоциональных нарушений и совершенствования взаимоотношений с окружающим миром» [21], «процесс поиска смысла, расшифровки знаний о мире и системе взаимоотношений в нем» [20].

Работа со сказкой делает возможным естественную и традиционную форму общения ребенка и взрослого – через сказку, что пробуждает

творческий потенциал ребенка, делает доступными ресурсные состояния, учит школьника видеть свою жизнь со стороны, представляя свое поведение как определенную роль в определенном сюжете. Одним из главных благотворных последствий в работе со сказкой является осознание, дающее возможность глубокого принятия своих душевных процессов, и контроля над ними, [7]. Работа со сказкой способна стойко улучшить психоэмоциональное состояние детей младшего школьного возраста.

Сказка как средство коррекции тревожности выполняет функцию гармонизации внутреннего мира ребенка: сказка предлагает ребенку различные способы адаптации к ситуациям, людям, собственным состояниям, тем самым осуществляя поддержку его позитивного самовосприятия и защищая его от травмирующих переживаний. С помощью сказки психолог может понять и обсудить с ребенком причины его неуверенности, тревожности, боязливости, и что немало важно ребенок перерабатывает свою проблему через собственный эмоциональный фон [9].

Также работа со сказкой, будучи наиболее безопасным методом, очень подходит для работы с младшими школьниками: в сказках нет строгой дидактики, в ней присутствует скрытый смысл и волшебство, отсутствуют четкие персонификации, сказка насыщена образностью и метафоричностью. Благодаря сказке ребенок может почувствовать себя психологически защищенным, что особенно важно для тревожных детей [10, с. 51].

Для эффективного применения работы со сказкой как метода коррекции школьной тревожности младших школьников важно соблюдать ряд психолого-педагогических условий [21, с. 23]:

1. Необходимо создать эмоционально-положительную атмосферу взаимодействия;
2. необходимо создать партнерские взаимоотношения между психологом и ребенком;

3. необходимо создать сказочный контекст: приглушенный свет, тихая, специально подобранная музыка, «сказочные», «волшебные» атрибуты, сказочные элементы в одежде взрослого и детей;

4. необходимо использовать такие формы работы, как рассказывание, самостоятельное или групповое сочинение, рисование сказочной ситуации, а также обсуждение сказки с детьми;

5. необходимо проводить комплексную профилактическую и консультативную работы с педагогами и родителями.

При анализе условий применения работы со сказкой, мы затронули вопрос форм работы со сказками. Они могут быть различными (рис. 1.6) [34]:



Рис. 1.6 Формы работы со сказкой

Таким образом, работа со сказкой может содержать в себе элементы арт-терапии (изотерапии), куклотерапии, музыкотерапии и т.д.

Работу со сказкой полезно использовать в групповой работе с младшими школьниками. Аргументируем данную точку зрения [11]:

- групповой опыт в целом противодействует отчуждению, помогает решению межличностных проблем;
- группа является отражением общества в миниатюре: система взаимоотношений (появляется возможность увидеть и проанализировать в психологически безопасных условиях психологические закономерности проявления детской тревожности);
- сочинение сказочных сюжетов о своей жизни является метафорическим описанием реальных событий жизни ребенка;
- через сказку происходит обучение «примерки на себя» действий тех или иных героев сказки, появляется возможность выбора роль удачливого и счастливого героя, обучения его способностям встречать и преодолевать житейские трудности.;
- работа со сказкой рассматривает проблему, запрос, производит поиск решений, создает ресурс для решения поставленных задач, указывает на возможные средства решения задач, формирует позитивные ожидания, показывает феномен коллективного бессознательного;
- ресурсность работы со сказкой проявляется, как правило, на тренинговых практиках.

Отметим, что работа со сказкой как форма коррекционной работы используется и в ряде других направлений работы с младшими школьниками: А.Г. Самохвалова описывает потенциал работы со сказкой в работе с коммуникативными трудностями младших школьников [41], О.М. Мишагина и А.Н. Трофимова предлагают использовать работу со сказкой как средство профилактики девиантного поведения [29], Н. Уварова предлагает средствами работы со сказкой формировать положительный жизненный сценарий младших школьников [45] и т.д.

Подводя итог данному параграфу, отметим, что последствия тревожности для младших школьников преимущественно отрицательны (нарушается продуктивности их учебной деятельности, возникают болезни, нарушения психологического здоровья и т.д.), что актуализирует проблему

коррекции тревожности детей данного возраста. Среди основных методов коррекции тревожности младших школьников мы выделили: метод последовательной десенсибилизации, метод «отреагирования» страха, игра и пр., однако особое внимание мы уделили методу работы со сказкой. Работа со сказкой - это метод, использующий сказочную форму для коррекции эмоциональных нарушений и совершенствования взаимоотношений с окружающим миром. Сказка как средство коррекции тревожности выполняет функцию гармонизации внутреннего мира ребенка: сказка предлагает ребенку различные способы адаптации к ситуациям, людям, собственным состояниям, тем самым осуществляя поддержку его позитивного самовосприятия и защищая его от травмирующих переживаний. С помощью различных форм работы со сказкой психолог может понять и обсудить с ребенком причины его неуверенности, тревожности, боязливости, и что немало важно, ребенок перерабатывает свою проблему через собственный эмоциональный фон.

ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 1.

Понятие тревожности достаточно активно исследуется в психологической науке. Под ней понимается, в частности, постоянное или ситуативное проявляемое свойство человека приходить в состояние повышенного беспокойства, испытывать страх, тревогу в специфических социальных ситуациях. Тревожность рассматривается как черта личности и как состояние. Нередким является и такое разграничение: тревога – эмоциональное состояние, а тревожность – это свойство, черта личности. Выделяют два основных вида тревожности, в соответствии с такими различиями: ситуативная и личностная. Тревожность имеет ярко выраженную возрастную специфику, мы рассмотрим ее применительно к младшему школьному возрасту.

В младшем школьном возрасте возникновение тревожности обусловлено сменой социальной ситуации развития. Тревожных младших школьников отличают повышенная чувствительность к социальным сравнениям, переживание неуспеха, ориентация на внешнюю оценку и т.д. В младшем школьном возрасте появляется школьная тревожность, понимаемая как специфический вид тревожности, характерный для определенного класса ситуаций – ситуаций взаимодействия ученика с различными компонентами образовательной среды школы. Причинами и факторами возникновения тревожности у младших школьников могут выступать: нарушения в детско-родительских отношениях, учебные факторы (учебная нагрузка, отношения с педагогами, сверстниками и т.д.), а также личностные психологические черты.

Последствия тревожности для младших школьников преимущественно отрицательны (нарушается продуктивности их учебной деятельности, возникают болезни, нарушения психологического здоровья и т.д.), что актуализирует проблему коррекции тревожности детей данного возраста. Среди основных методов коррекции тревожности младших школьников мы

выделили: метод последовательной десенсибилизации, метод «отреагирования» страха, игра, работа со сказкой и пр.

Особое внимание мы уделили методу работы со сказкой. Работа со сказкой - это метод, использующий сказочную форму для коррекции эмоциональных нарушений и совершенствования взаимоотношений с окружающим миром. Сказка как средство коррекции тревожности выполняет функцию гармонизации внутреннего мира ребенка: сказка предлагает ребенку различные способы адаптации к ситуациям, людям, собственным состояниям, тем самым осуществляя поддержку его позитивного самовосприятия и защищая его от травмирующих переживаний. С помощью различных форм работы со сказкой психолог может понять и обсудить с ребенком причины его неуверенности, тревожности, боязливости, и что немало важно ребенок перерабатывает свою проблему через собственный эмоциональный фон.

На основании вышесказанного мы сформулировали гипотезу исследования: коррекция тревожности у детей младшего школьного возраста будет возможна при работе со сказкой. Проверим данную гипотезу в рамках экспериментальной главы.

ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ИЗУЧЕНИЮ ОСОБЕННОСТЕЙ ТРЕВОЖНОСТИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

2.1 Общая организация и этапы исследования

Основной целью нашего исследования было – изучение особенностей проявления тревожности у младших школьников. Исследование проводилось на базе 3 класса Средней общеобразовательной школы № 32 г. Красноярска. Участие принимало 12 детей, из них 6 мальчиков и 6 девочек.

В рамках экспериментальной главы мы исследовали особенности тревожности младших школьников. В основе нашего исследования лежит гипотеза: мы полагаем, что тревожность у детей младшего школьного возраста имеет особенности и проявляется через 1) Средний уровень школьных (учебных) страхов 2) Высокий уровень нестабильных физиологических признаков 3) Средний уровень нестабильного психоэмоционального состояния. Выборку исследования составили 12 младших школьников (учащиеся 3х классов).

Для оценки тревожности младших школьников в целом мы выделили ее критерии с дифференциацией на уровни: высокий, средний и низкий (таб. 2.1):

Таблица 2.1

Критерии тревожности детей младшего школьного возраста

№	Критерий	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
1	Наличие школьных страхов	У ребенка выражены многочисленные школьные страхи: например, страх самовыражения, демонстрации своих возможностей; страх ситуации проверки	У ребенка есть некоторые школьные страхи, но их выраженность является умеренной, ребенок умеет с ними справляться	У ребенка не обнаружено школьных страхов либо они выражены незначительно

		знаний, страх не соответствовать ожиданиям окружающих и пр.		
2	Физиологические признаки тревожности	Холодные, влажные руки, сухость во рту, потливость, тошнота, диарея, сердцебиение (ваше сердце бьется быстрее, чем обычно)	Выражены некоторые физиологические признаки тревожности	У ребенка не обнаружено физиологических признаков.
3	Психоэмоциональное состояние	Психоэмоциональное состояние ребенка – подавленное, мрачное; мир воспринимается в темных тонах; ребенок пессимистичен, может грустить	Психоэмоциональное состояние ребенка – ниже нормы, ребенок апатичен, воспринимает мир в серых, приглушенных тонах	Психоэмоциональное состояние ребенка – благополучное; мир воспринимается в светлых тонах, он жизнерадостен, весел, оптимистичен

Для достижения поставленной цели мы использовали три методики, которые по возрастным критериям соответствуют возможностям младших школьников:

1. Методика для диагностики школьной тревожности (Филлипса)
2. Методика диагностики тревожности, включающая наблюдение (методика Сирса) [46].

3. Цветовой тест Люшера (тест, модифицированный Л.Собчик).

Опишем особенности их проведения.

1. Методика для диагностики школьной тревожности (Филлипса).

Цель методики – оценка не только общего уровня школьной тревожности, но и качественного своеобразия переживания тревожности, связанной с различными областями школьной жизни.

Возрастные ограничения: Опросник предназначен для работы с детьми младшего и среднего школьного возраста. Оптимально его применение в 3-7 классах средней школы. Следовательно, данная методика применима для изучения тревожности учащихся третьих классов.

Диагностика будет проводиться в групповой форме. Вопросы предъявляются на слух (по желанию школьник может взять письменный вариант теста). Также мы обеспечили отсутствие учителей и классного руководителя в помещении, где проводилась диагностика.

Инструкция и текст опросника находится в Приложении 1.

2. *Методика диагностики тревожности, включающая наблюдение (методика Сирса)* [46].

Методика предназначена для определения уровня тревожности у дошкольников и младших школьников. На основе наблюдения дети оцениваются в соответствии с признаками шкалы Сирса. Психолог вместе с воспитателем или учителем заполняет лист наблюдений, где отмечает признаки тревожности (Приложение 2).

3. *Цветовой тест Люшера (тест, модифицированный Л.Собчик)*.

Цель методики: оценка эмоциональной сферы, психоэмоционального благополучия младшего школьника (определение уровня тревожности).

Последовательность проведения: школьнику предлагается выбрать из разложенных перед ним цветowych таблиц самый приятный цвет, сообразуясь с тем, насколько этот цвет предпочитаем в сравнении с другими при данном выборе и в данный момент. Затем таким же образом выбирается следующая карточка. И так до тех пор, пока все карточки не закончатся.

Раскладывая цветowe эталоны, следует использовать индифферентный фон. Освещение должно быть равномерным, достаточно ярким (лучше проводить исследование при дневном освещении). Расстояние между цветowymi таблицами должно быть не менее 2 см. Выбранный эталон убирается со стола или переворачивается лицом вниз. При этом записывается номер каждого выбранного цветowego эталона. Запись идет слева направо.

Каждый раз испытуемому следует предложить выбрать наиболее приятный цвет из оставшихся, пока все цвета не будут отобраны. (Приложение 3).

Выделенные нами методики позволят определить уровни тревожности младших школьников по разработанным нами критериям (таб. 2.1): так, методика для диагностики школьной тревожности (Филлипса) позволит выявить наличие и выраженность некоторых школьных страхов детей, методика диагностики тревожности, включающая наблюдение (методика Сирса), позволит определить уровень выраженности физиологических признаков тревожности, а цветовой тест Люшера (тест, модифицированный Л.Собчик) определит психоэмоциональное состояние ребенка.

2.2 РЕЗУЛЬТАТЫ КОНСТАТИРУЮЩЕГО ЭКСПЕРИМЕНТА ПО ИССЛЕДОВАНИЮ ТРЕВОЖНОСТИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Диагностика по описанным в п. 2.1 методикам была проведена. Опишем результаты ниже.

1. Методика для диагностики школьной тревожности (Филлипса):

В ходе обработки результатов диагностики тревожности по данной методике были получены такие результаты (таб. 2.2):

Таблица 2.2

Результаты диагностики школьной тревожности по методике Филлипса

№	Имя Ф. ребенка	1	2	3	4	5	6	7	8
1.	Саша Б.	45 %	0	23 %	67 % Повыш	67 % Повыш	40 %	40 %	50 % Повыш
2	Игорь В.	27 %	55 % Повыш	54 % Повыш	33 %	67 % Повыш	60 % Повыш	40 %	50 % Повыш
3	Виктор Г.	59 % Повыш	55 % Повыш	61 % Повыш	50 % Повыш	83 % Высок.	60 % Повыш	40 %	62 % Повыш
4	Алена И.	77 % Высок.	82 % Высок.	77 % Высок.	83 % Повыш	100 % Высок.	60 % Повыш	60 % Повыш	75 % Высок.
5	Кристина К.	57 % Повыш	55 % Повыш	54 % Повыш	67 % Повыш	100 % Высок.	20 %	40 %	62 % Повыш
6	Антон К.	63 % Повыш	36 %	77 % Высок.	83 % Повыш	50 % Повыш	40 %	80 % Высок.	75 % Высок.
7	Ира М.	36 %	31 %	38 %	50 % Повыш	33 %	20 %	40 %	37 %
8	Арина О.	71 % Повыш	55 % Повыш	77 % Высок	100 % Высок.	100 % Высок.	60 % Повыш	40 %	62 % Повыш
9	Олег С.	78 % Высок	82 % Высок.	77 % Высок.	100 % Высок.	100 % Высок.	40 %	60 % Повыш	87 % Высок.
10	Света Т.	54 % Повыш	36 %	38 %	100 % Высок.	83 % Высок.	20 %	40 %	62 % Повыш

1 1	Егор Х.	58 % Повыш .	55 % Повыш	61 % Повыш .	50 % Повыш .	83 % Высок.	40 %	40 %	75 % Высок
1 2	Марина Ш.	51 % Повыш .	31 %	23 %	100 % Высок.	67 % Повыш .	60 % Повыш .	40 %	37 %

В таблице 2.2 под номером 1 отображена общая тревожность в школе, под номером 2 – переживание социального стресса, под номером 3 – фрустрация потребности в достижении успеха, под номером 4 – страх самовыражения, под номером 5 – страх ситуации проверки знаний, под номером 6 – страх несоответствовать ожиданиям окружающих, под номером 7 – низкая физиологическая сопротивляемость стрессу, под номером 8 – проблемы и страхи в отношениях с учителями.

С помощью методики «Диагностика уровня школьной тревожности» Филиппса мы определили уровень школьной тревожности младших школьников и факторов, влияющие на эмоциональное состояние, учебу и деятельность детей в школе. Результаты диагностики показали, что:

- по шкале «Общая тревожность в школе» 58 % младших школьников оказались с повышенной тревожностью, а 17 % - с высокой: эти дети склонны переживать тревожность разной степени интенсивности, находясь в школе: в процессе обучения, проверки и оценки знания, в процессе общения и взаимодействия с учителями и сверстниками;

- по шкале «Переживание социального стресса» 42 % младших школьников оказались с повышенной тревожностью, а 16 % - с высокой: эмоциональное состояние таких детей является напряженным, негативно окрашенным; а 42 % детей обладают низкой тревожностью по данной шкале – их отношения с социумом можно охарактеризовать как удовлетворительные, не травмирующие, позитивно окрашенные;

- младшие школьники по шкале «Фрустрация потребности в достижении успеха» разделились на три равные группы: 33,33 % учащихся обладают высокой тревожностью (в ситуации школьного обучения в их

поведении наблюдается неблагоприятный психический фон, который не позволяет им развивать свои потребности в успехе, в достижении высоких результатов), 33,33 % - повышенной (в ситуации школьного обучения существуют неблагоприятные для них факторы; однако их влияние при некоторых усилиях со стороны возможно избежать), 33,33 % - низкой тревожностью или даже ее отсутствием (такие дети не переживают фрустрацию в достижении успеха и находят в себе силы преодолевать препятствия для получения желаемого результата);

– у 33 % младших школьников был выявлен высокий уровень по шкале «Страх самовыражения» (эти дети переживают негативные эмоции в ситуации предъявления себя другим, самораскрытия), у 58 % детей – повышенный уровень по данной шкале (страх самовыражения присутствует лишь в определенных ситуациях или с определенными людьми), у 9 % детей такой страх отсутствует (такие дети не имеют психологических и эмоциональных трудностей в самопредъявлении и самораскрытии, они легко находят контакт с окружающими, быстро заводят новые знакомства, их отношения глубже и эмоционально насыщеннее;

– по шкале «Страх ситуации проверки знаний» у 58 % детей выявлен высокий уровень тревожности и у 33 % школьников – повышенный уровень: по мнению этих учеников, учителя предъявляют к ним завышенные требования, вследствие чего, могут негативно оценить их; у 9 % испытуемых – низкая тревожность или ее отсутствие по данной шкале;

– по шкале «Страх не соответствовать ожиданиям окружающих» у 42 % школьников – повышенный уровень (желание социального одобрения присутствует у этих детей, но оно не является ведущим мотивом, т.е.. школьники в некоторой степени ориентированы на мнение и оценку окружающих, но не зависимы то нее), у 58 % испытуемых – низкая тревожность или ее отсутствие (для этих детей наиболее значима собственная оценка происходящего, ориентация на собственные ценности и идеалы);

– 9 % младших школьников имеют высокую тревожность вследствие низкой физиологической сопротивляемости стрессу (в поведении этих школьников наблюдается сниженная приспособляемость к ситуациям стрессогенного характера), 16 % детей имеют повышенную тревожность, а большинство (75 % детей) имеют нормальную физиологическую сопротивляемость стрессу, что свидетельствует о возможных предпосылках для возникновения тревожности у них не физиологического, а социального плана, т.е. страх самовыражения, боязнь оценок и трудности в межличностных контактах;

– у 33 % младших школьников сильное эмоциональное напряжение появляется еще и при взаимодействии с учителями, и немного слабее у 50 % учащихся; 17 % детей не испытывают проблем и страхов в отношениях с учителями.

Отразим результаты диагностики в виде диаграммы (рис. 2.1):

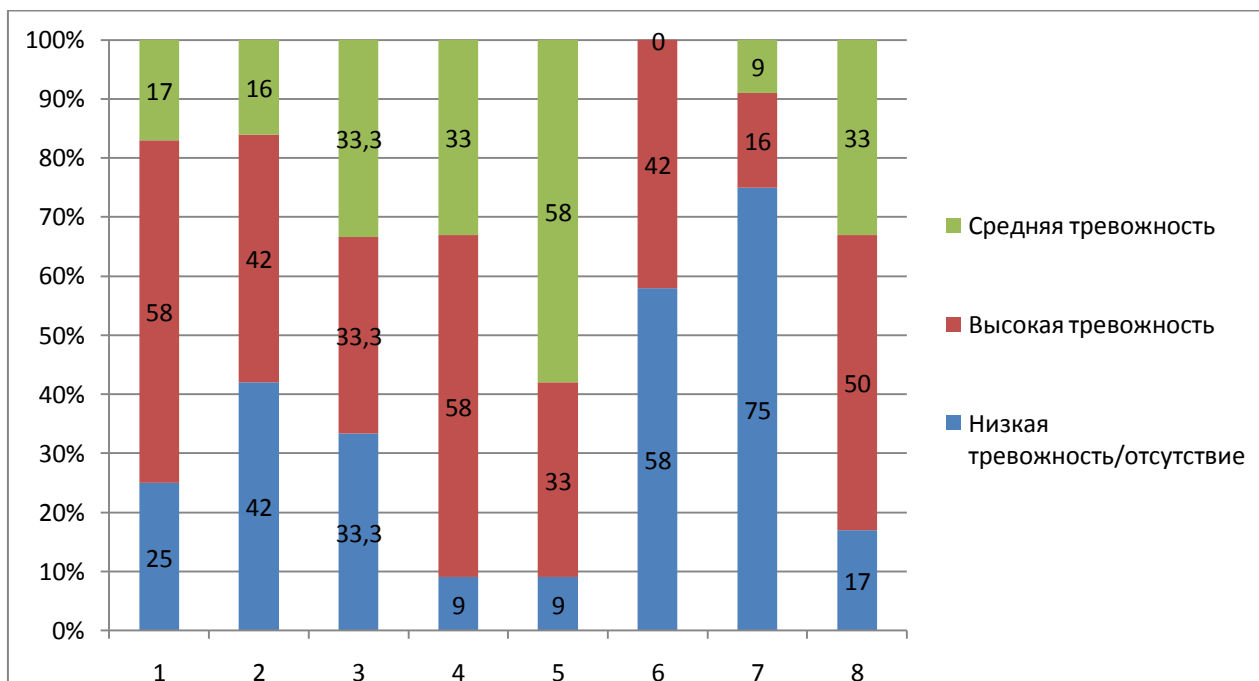


Рис. 2.1 Результаты диагностики тревожности младших школьников по методике Филипса

На рисунке 2.1 под номером 1 отображена общая тревожность в школе, под номером 2 – переживание социального стресса, под номером 3 –

фрустрация потребности в достижении успеха, под номером 4 – страх самовыражения, под номером 5 – страх ситуации проверки знаний, под номером 6 – страх несоответствовать ожиданиям окружающих, под номером 7 – низкая физиологическая сопротивляемость стрессу, под номером 8 – проблемы и страхи в отношениях с учителями.

На основании данных, полученных в результате этой методики, мы определили уровень школьных страхов у детей младшего школьного возраста, как средний. Из ответов детей видно, что у 7 человек из класса повышенная тревожность в школе, у 6 детей- переживание социального стресса ,8 детей нуждаются в потребности в достижении успеха , у 7 детей из 12- страх самовыражения, 4 человека испытывают страх ситуации проверки знаний , 5 человек испытывают страх несоответствовать ожиданиям окружающих, у 2 детей низкая физиологическая сопротивляемость стрессу, 6 человек имеют проблемы и страхи в отношениях с учителем.

С помощью методики «Диагностика уровня школьной тревожности» Филлипса, мы определили средний уровень школьных страхов младших школьников и факторов, влияющих на эмоциональное состояние, учебу и деятельность детей в школе.

2. Методика диагностики тревожности, включающая наблюдение (методика Сирса).

Результаты диагностики по методике Сирса представлены в таблице 2.3:

Таблица 2.3

Результаты диагностики по методике Сирса

№	Имя Ф. ребенка	Кол-во признаков	Уровень тревожности
1.	Саша Б.	3	Низкая
2	Игорь В.	2	Низкая
3	Виктор Г.	5	Высокая
4	Алена И.	8	Очень высокая
5	Кристина К.	6	Высокая
6	Антон К.	5	Высокая

7	Ира М.	3	Низкая
8	Арина О.	6	Высокая
9	Олег С.	10	Очень высокая
10	Света Т.	6	Высокая
11	Егор Х.	5	Высокая
12	Марина Ш.	8	Очень высокая

Итак, результаты диагностики по данной методике показали, что половина младших школьников (50 %), в отношении которых проводилось наблюдение и оценка признаков тревожности, обладают высокой тревожностью, 25 % учащихся – очень высокой и 25 % школьников – низкой.

На основании данных, полученных на основе этой методики, мы определили уровень выраженности физиологических признаков тревожности у детей младшего школьного возраста, как высокий. Из ответов детей видно, что у 6 детей из класса выявлено больше пяти физиологических признаков тревожности, 3 ребенка имеют очень высокий уровень физиологических признаков, низкий уровень имеют 3 младших школьника. Исходя из данной методики, уровень выраженности физиологических признаков тревожности у детей младшего школьного возраста находится на высоком.

Отразим эти результаты в диаграмме (рис. 2.2):

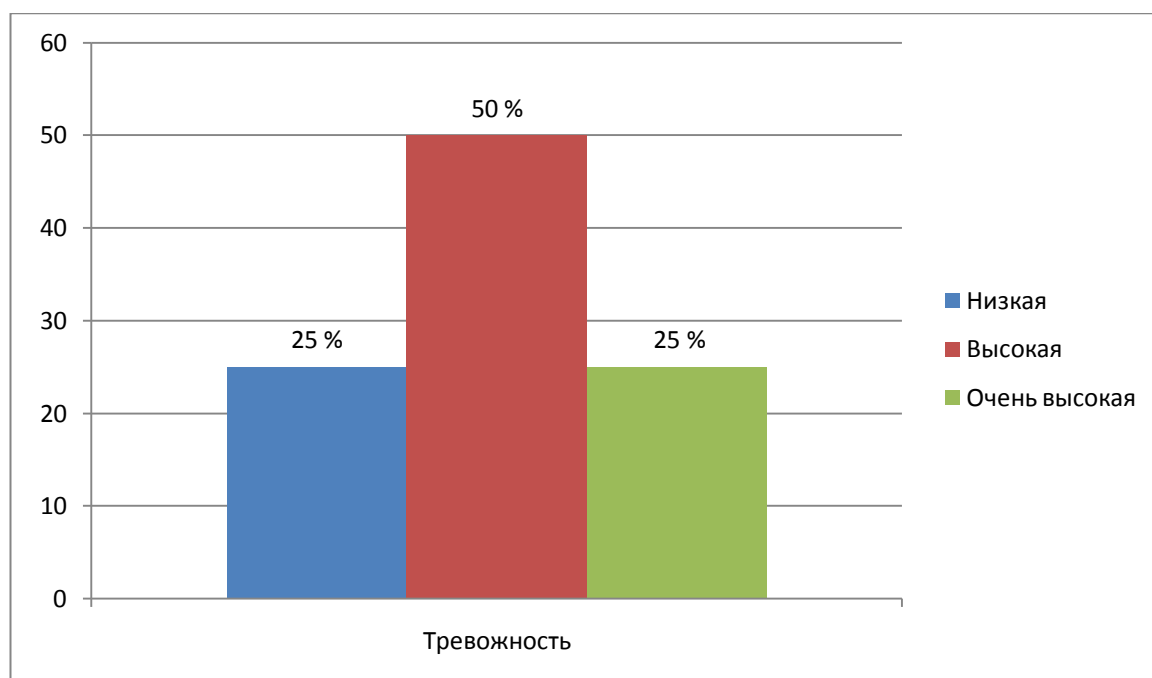


Рис. 2.2 Результаты диагностики тревожности младших школьников по методике Сирса.

3. Цветовой тест Люшера (тест, модифицированный Л.Собчик).

Результаты диагностики по методике «Цветовой тест Люшера» представлены в таблице 2.4:

Таблица 2.4

Результаты диагностики по методике «Цветовой тест Люшера»

№	Имя Ф. ребенка	Кол-во баллов	Уровень тревожности
1.	Саша Б.	2	Низкая
2	Игорь В.	4	Ниже среднего
3	Виктор Г.	6	Ниже среднего
4	Алена И.	10	Высокая
5	Кристина К.	8	Средняя
6	Антон К.	8	Средняя
7	Ира М.	3	Низкая
8	Арина О.	9	Средняя
9	Олег С.	10	Высокая
10	Света Т.	7	Средняя

11	Егор Х.	5	Ниже среднего
12	Марина Ш.	12	Высокая

Итак, результаты диагностики по данной методике показали, что 25 % младших школьников обладают высокой тревожностью, такое же число детей (25 %) – тревожностью уровня «ниже среднего», 33 % школьников – средним уровнем тревожности, а низким уровнем тревожности обладают лишь 17 % детей.

На основании данных, полученных в результате этой методики, мы определили уровень психоэмоционального состояния у детей младшего школьного возраста, как средний. Из ответов детей видно, что у 3 младших школьников уровень психоэмоционального состояния ниже среднего, такое же количество детей имеют высокий уровень психоэмоционального состояния, низкий уровень имеют 2 человека из 12 и 4 ребенка имеют средний уровень психоэмоционального состояния.

Исходя из данной методики, психоэмоциональное состояние у детей младшего школьного возраста находится на среднем уровне.

Отразим эти результаты в диаграмме (рис. 2.3):

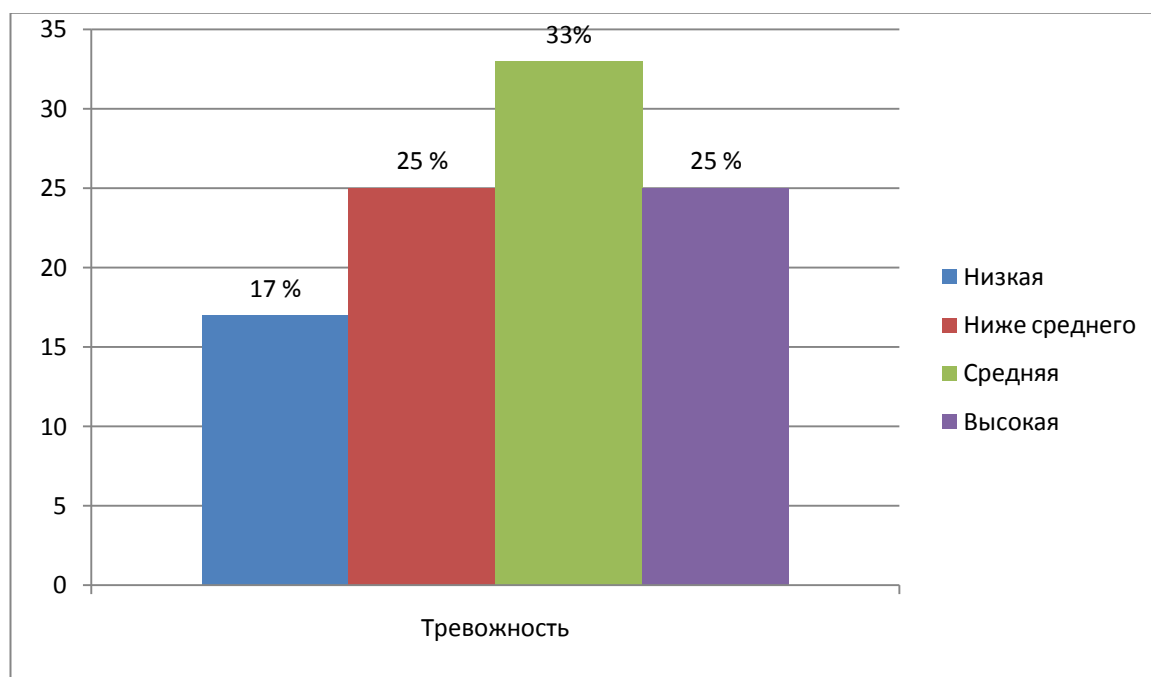


Рис. 2.3 Результаты диагностики тревожности младших школьников по методике «Цветовой тест Люшера»

Итак, исследование показало, что тревожность у детей младшего школьного возраста имеет особенности и проявляется через 1) Средний уровень школьных страхов 2) Высокий уровень нестабильных физиологических признаков 3) Средний уровень нестабильного психоэмоционального состояния. Отразим в таб. 2.5 сводные результаты диагностики тревожности младших школьников по ее критериям:

Таблица 2.5

Диагностика тревожности детей младшего школьного возраста: сводные результаты

№	Имя ребенка	Критерий 1 – психоэмоциональное состояние (методика «Цветовой тест Люшера»)	Критерий 2 – наличие учебных страхов (методика Филлипса)	Критерий 3 – физиологические признаки тревожности (Методика наблюдения Сирса)	ВЫВОДЫ об уровне тревожности детей
1.	Саша Б.	Н	С	Н	Н
2	Игорь В.	Н	С	Н	Н
3	Виктор Г.	Н	В	В	С
4	Алена И.	В	В	В	В
5	Кристина К.	С	С	В	С
6	Антон К.	С	С	В	С
7	Ира М.	Н	Н	Н	Н
8	Арина О.	С	В	В	В
9	Олег С.	В	С	В	В
10	Света Т.	С	С	В	С
11	Егор Х.	Н	С	В	С
12	Марина Ш.	В	В	В	В

Итак, мы видим, что:

– у 25 % младших школьников (3 ребенка из общей выборки) выявлен **низкий уровень школьной тревожности**: психоэмоциональное состояние таких детей – благополучное; мир воспринимается ими в светлых

тонах, они жизнерадостны, веселы, оптимистичны; у таких детей нет школьных страхов либо они выражены незначительно, физиологических признаков тревожности также не выражены;

– у 42 % младших школьников (5 детей из общей выборки) выявлен **средний уровень школьной тревожности**: психоэмоциональное состояние таких детей – ниже нормы, дети достаточно апатичны, воспринимают мир в серых, приглушенных тонах; у детей есть некоторые школьные страхи, но их выраженность является умеренной, ребенок умеет с ними справляться; у таких детей выражены некоторые физиологические признаки тревожности;

– у 33 % младших школьников (4 ребенка из общей выборки) выявлен **высокий уровень школьной тревожности**: психоэмоциональное состояние таких детей – подавленное, мрачное; мир воспринимается в темных тонах; дети пессимистичны, может грустить, у них выражены многие физиологические признаки тревожности, а также проявляются ребенка многочисленные школьные страхи: например, страх самовыражения, демонстрации своих возможностей; страх ситуации проверки знаний, страх не соответствовать ожиданиям окружающих и пр.

Наглядно распределение детей по уровням тревожности выглядит следующим образом (рис. 2.4):

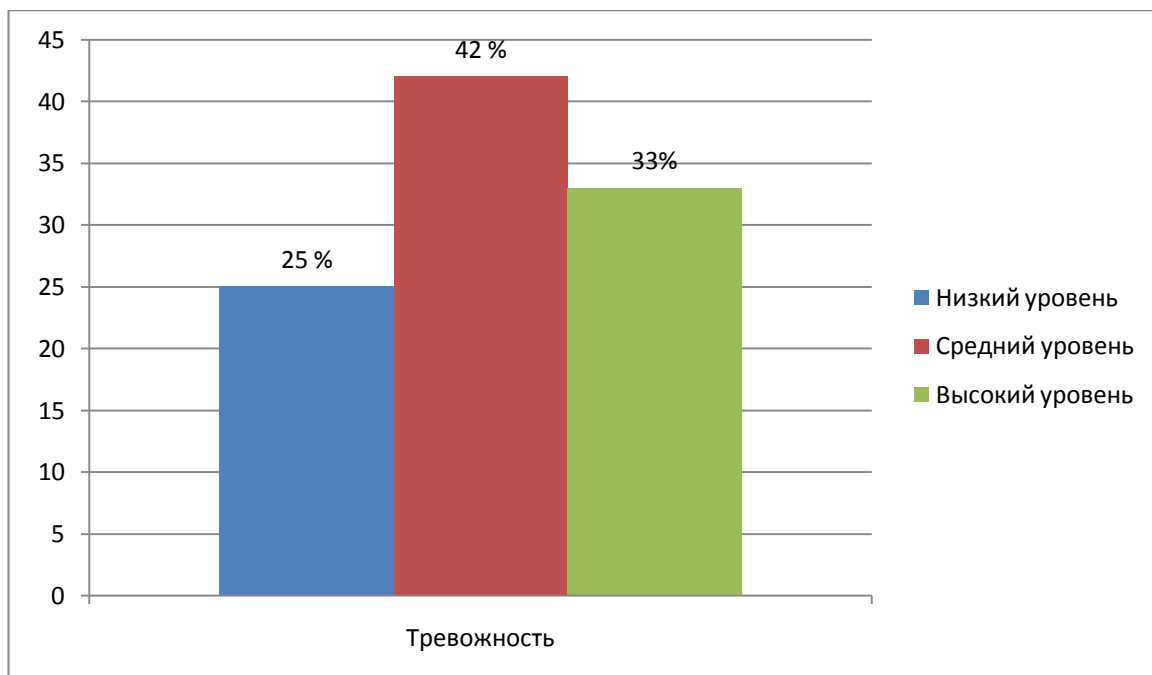


Рис. 2.4 Сводные результаты диагностики школьной тревожности младших школьников

Преобладающую часть выборки составляют дети с высоким и средним уровнем школьной тревожности, что детерминирует необходимость коррекции такого состояния детей. Опишем содержание формирующей работы в п. 2.3.

2.3 РАЗРАБОТКА И РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОГРАММЫ ПО КОРРЕКЦИИ ТРЕВОЖНОСТИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

В целях формирующей работы нами была разработана и апробирована на выборке программа по коррекции тревожности у младших школьников средствами работы со сказкой (далее – коррекционная программа). В коррекционной программе 10 занятий-встреч. Продолжительность одного занятия-встречи – 40-60 мин.; периодичность занятий-встреч (одно, два в неделю).

В своей работе мы старались придерживаться такой структуры коррекционно-развивающего занятия по работе со сказкой:

1. Ритуал «входа» в сказку. На этом этапе мы создавали настрой на совместную работу, побуждали детей «войти» в сказку. Здесь мы инициировали выполнение различных коллективных упражнений.

2. Повторение (кроме первого занятия-встречи). Мы задавали вопросы детям о том, что было на прошлом занятии: «Что вы помните?», «Использовали ли вы новый опыт в течении тех дней, пока не было занятий?», «Как вам помогло в жизни то, чему они научились в прошлый раз?» и т.д.

3. Расширение. Мы старались расширить представления детей о чем-либо: рассказывали или показывали детям новую сказку, спрашивали, хотят ли они попытаться помочь какому-либо существу из сказки, как бы они поступили на месте главного персонажа и пр.

4. Закрепление. Здесь мы стремились к тому, чтобы дети приобретали новый опыт, проявляли новые качества личности. Для этого мы проводили игры, упражнения, рисовали и т.п., т.е. осуществляли различные формы работы со сказкой.

5. Интеграция. Мы стремились связать новый опыт с реальной жизнью. Мы обсуждали и анализировали вместе с , в каких ситуациях их жизни они могут использовать тот опыт, что приобрели сегодня.

6. Резюмирование. На этом этапе мы обобщали приобретенный опыт, связывали его с уже имеющимся, а затем подводили итоги занятия: четко проговаривали последовательность происходившего на занятии, отмечали отдельных детей за их заслуги, подчеркивали значимость приобретенного опыта, проговаривали конкретные ситуации реальной жизни, в которых дети могут использовать новый опыт.

7. Ритуал выхода из сказки. Здесь происходило закрепление нового опыта, подготовка ребенка к взаимодействию в привычной социальной среде. Мы говорили: «Мы берем с собой все важное, что было сегодня с нами, все, чему им научились». Ребята протягивают руки в круг, совершают действие как-будто что-то берут из круга и прикладывают руки к груди.

Подобная структура занятия создает атмосферу «сказочного мира», настрой на работу с метафорой.

Занятия с детьми проводились в кабинете школьного психолога, где было достаточно места для передвижения (так как нами планировались и разминочные подвижные игры, и общение в кругу, и т.д.). Кабинет школьного психолога – просторный, светлый, хорошоосвещаемый и хорошопроветриваемый. Впрочем в своей работе мы изменяли яркость света: например, при прочтении страшной сказки про школу мы приглушили свет, создали необходимую для работы над тематикой сказки атмосферу и т.д., а другие формы работы требовали более яркой освещенности: например, когда дети рисовали.

При проведении занятий мы старались поместить детей в новую ситуацию, где их никто не пугает, не оценивает, им ничто не запрещается, предоставляется свобода выбора в рамках установленных правил группового взаимодействия, т.е. они попадали в ситуацию, в которой не действуют старые нормы жизни – правила поведения в школе и пр., где они вели себя так, как хочется. Дети должны были чувствовать себя в полной безопасности, у них должна была возникнуть потребность раскрытия.

Работа с младшими школьниками строилась в соответствии с рядом принципов:

1. Принцип позитивности: мы старались создать поддерживающую, доброжелательную атмосферу помощи, сотрудничества.

2. Принцип перехода от сказочной ситуации к реальной, перехода ребенка от роли пассивного слушателя сказок в активного участника творческого процесса создания сказок.

3. Сказочные ситуации представлялись нами в технике рассказывания сказки с созданием сказочной атмосферы.

Основными формами работы с детьми в рамках работы со сказкой были следующие:

- чтение сказок;
- работа над сочинением продолжения сказки;
- работа над сочинением сказки;
- принятие роли сказочного героя на себя (чтение по ролям, проигрывание ситуаций);
- игры, упражнения, беседы;
- арт-терапия (рисование) и оригами;
- использование наглядных пособий: рисунков, иллюстраций, игрушек и предметов.

Представим содержание коррекционной программы, представленной в упрощенном виде, ниже:

Занятие № 1 (сплочение детского коллектива, настрой на позитивную деятельность):

1. Вводное слово ведущего. Мы проинформировали младших школьников о целях и форме занятий-встреч.

2. Упражнение «Снежный ком».

Инструкция: В общем кругу каждый называет свое имя. Работа разворачивается по принципу «снежного кома»: первый называет свое имя, следующий - предыдущего участника и только потом свое («Тебя зовут Света,

а я – Артем») и т.д. Если имя соседа забылось, нужно его вежливо попросить повторить.

Затем каждый оформляет себе «визитку» на заранее приготовленных ведущих «звездочках», на которой необходимо отразить то, что ее автор любит. Далее визитка с небольшим комментарием представляется группе, после чего закрепляется на одежде.

3. Упражнение «Варежки».

Инструкция: В случайном порядке раздаются парные заготовки «варежек». Перед детьми ставится задача: найти свою пару (тройку), договориться и вместе раскрасить варежки. В конце каждая пара представляет свое творение. В случае конфликтов внутри пар возможна тактичная помощь ведущего.

4. Установление правил. Мы регламентировали работу детской группы на основе добровольно принятых обязательств. Мы обсудили трудности, которые возникли в предыдущих заданиях и на их основе выработали правила работы группы, которые способны помочь в дальнейшем избежать таких ситуаций. Правила были таковы:

- говорить по одному (введено «правило талисмана»: говорит тот, у кого в руках выбранная в качестве талисмана игрушка):
- не перебивать того, кто говорит;
- не применять физическую силу;
- никого не оскорблять, не дразнить и т.д.

5. Рефлексия результатов занятия: мы в кругу обсудили итоги первого занятия, а также выработали ритуал завершения занятий, включающего элементы рефлексии. В дальнейшем мы внимательно следили за соблюдением принятых правил, тактично, но настойчиво пресекали попытки их нарушения.

Занятие № 2:

1. Ритуал приветствия: в начале второго занятия мы выработали ритуал приветствия, включающий элементы рефлексии и помогающий настроиться на работу.

2. Игра «Броуновское движение».

Инструкция: Участники свободно перемещаются по помещению. По сигналу ведущего необходимо объединиться в группы по несколько человек. Количество человек в группе зависит от того, сколько раз ведущий хлопнул в ладоши.

Данная игра помогла сформировать рабочий настрой детей, закрепить у них мотивацию групповой работы, развить групповую сплоченность.

3. Обсуждение с детьми темы страхов – «Что такое страх?», «Какие признаки отличают человека, обладающего страхами, а какие признаки характеризуют человека, который умеет справиться со своими страхами?». Также детям было предложено вспомнить прочитанные ими сказки:

– «Какие сказочные персонажи много боялись?», «Чего боялись?», «Справились ли они со своим страхом?»;

– «А каких страшных сказочных персонажей вы знаете?» (обсуждение).

4. Упражнение «Театр масок» (цель – расслабление мышц лица, снятие мышечного напряжения детей).

Инструкция: «Ребята! Мы с вами оказались в «Театре Масок». Вы все будете артистами, а я - фотографом. Я буду просить вас изобразить выражение лица различных героев. Например: покажите, как выглядит злая Баба Яга». Дети с помощью мимики и несложных жестов или только с помощью мимики изображают Бабу Ягу. «Хорошо! Здорово! А теперь замрите, фотографирую. Молодцы! Некоторым даже смешно стало. Смеяться можно, но только после того, как кадр отснят. А теперь изобразите Ворону (из басни «Ворона и Лисица») в тот момент, когда она сжимает в клюве сыр». Дети плотно сжимают челюсти, одновременно вытягивая губы, изображают клюв. «Внимание! Замрите! Снимаю! Спасибо! Молодцы! А теперь покажите, как испугалась

бабушка из сказки «Красная шапочка», когда поняла, что разговаривает не с внучкой, а с Серым Волком». Дети могут широко раскрыть глаза, поднять брови, приоткрыть рот. «Замрите! Спасибо! А как хитро улыбалась Лиса, когда хотела понравиться колобку? Замрите! Снимаю! Молодцы! Замечательно! Хорошо потрудились! Рабочий день актера закончен. Мы с вами устали. Давайте отдохнем. Давайте посидим так молча, расслабимся и отдохнем. Всем спасибо!».

Занятие № 3:

1. Упражнение «Встаньте те, кто...».

Ведущий произносит фразу: «Встаньте те, кто... » и называет какое-нибудь качество. Все, кто считает, что у него есть это качество, встают и хором говорят: «Желаем все хорошего настроения».

2. Сочинение сказок для вербализации и проработки школьной тревожности в безопасной (проективной) форме. Мы предложили детям разбиться на шесть пар при помощи приема «Выбор кота Базилио» (выбор партнера по паре осуществлялся вслепую: все закрывают глаза и наощупь находят себе партнера). Каждая пара получает набор картинок и получает задание – придумать сказку по этим картинкам, расположив их в произвольном порядке. Обязательное условие: сказка должна закончиться хорошо.

По завершении работы сказка представляется остальным участникам группы. Если какая-то подгруппа не хочет или не может придумать позитивное окончание сказки, ведущий может попросить группу о помощи авторам сказки.

Занятие № 4:

1. Игра «Изобрази предмет».

Детям нужно придумать и без слов изобразить предмет, как-то связанный со школой. Остальные участники группы отгадывают, какой предмет имеется в виду.

2. Упражнение «Сказка». Данное упражнение было выполнено в целях вербализации младшими школьниками собственных причин школьной тревожности в безопасной (проективной) форме.

Детям была предложена картинка (сюжет о робком зайце), по которой необходимо сочинить сказку. Сказка сочиняется по кругу - каждый говорит по одному предложению.

Если сказку не получается закончить позитивно, эта работа может быть предложена в индивидуальном режиме: «В сказках всегда счастливый финал. Кто может придумать счастливый финал нашей сказки?»

Занятие № 5.

1. Игра «Иностранец в школе».

Инструкция: детям было предложено представить, что в школу приехал иностранец, который не владеет русским языком, и никто не знает того языка, на котором говорит он. Он хочет что-нибудь узнать о данной школе. Детям предлагалось рассказать ему о школе без слов, при помощи жестов. Ведущий «рассказывает», «иностранцы» угадывают.

2. Игра «Волшебный магазинчик страхов» (позволяет изменить отношение к собственным страхам). Ведущий рассказывает сказку Д. Соколова «Дед, внучка и боюськи». Детям предлагается представить, что они приходят в волшебный магазинчик, где они могут выгодно продать свои страхи, обосновав их «полезность». Ведущий исполняет роль продавца.

Занятие № 6.

1. Упражнение «Вставалки».

Инструкция: Все сидят в кругу. Ведущий громко называет какую-то цифру (например, «три»): одновременно должны встать столько детей, сколько названо. Договариваться друг другом нельзя.

2. Чтение сказки «Школьная тревожность» (Приложение № 2).

3. Обсуждение сказки: «Как вы думаете, когда Школьная Тревожность одерживает победу над учеником; каковы, на ваш взгляд, приемы борьбы со школьной тревожностью?». Мы подводили школьников к пониманию того, что иногда наши тревожные мысли мешают нам.

4. Чтение сказки по ролям.

5. Совместное придумывание хорошего конца сказки.

Занятие № 7.

1. Игра «За что меня любит учитель».

Инструкция: Все ребята сидят в кругу. Каждый по очереди говорит, за что его любит учительница. Если возникает затруднение, то ребенку помогают одноклассники или ведущий (предлагает варианты).

2. Напоминание детям о пройденной сказке «Школьная тревожность», просьба младшим школьникам рассказать о том, какие тревожные ситуации бывают в их учебе.

3. Рисование главного героя сказки «Школьная тревожность» по группам:

– 1 группа детей рисует общее представление, полученное ими о героине по имени «Школьная тревожность»;

– 2 группа детей рисует образ Школьной тревожности, который мог возникнуть в голове у Маруси;

– 3 группа детей рисует образ Школьной тревожности, который мог возникнуть в голове у Сени;

– 4 группа детей рисует образ Школьной тревожности, который мог возникнуть в голове у Ани.

4. Работа с бумагой – детям предлагается скомкать и выбросить рисунок Школьной тревожности. Младших школьников мы подводили к мысли о том, что со всеми школьными тревогами и страхами можно справиться, любой учащийся сильнее Школьной тревожности.

5. Домашнее задание – подумать над вопросом: «Какой у меня самый большой школьный страх?», а также над тем, как этот страх можно преодолеть.

Занятие № 8:

1. Упражнение «Сделай как я».

Инструкция: Дети выстраиваются в шеренгу. Ведущий выполняет несложные упражнения, которые остальные участники пытаются в точности воспроизвести. Попеременно каждый ребенок выступает сам в роли «задающего движение».

2. Проверка домашнего задания – обсуждение школьных страхов и методов совладания с ними.

3. Упражнение «Страшная сказка по кругу».

Мы совместно с младшими школьниками совместно сочиняли страшные сказки. Каждый из детей говорил по очереди, по одному предложению каждый. Сказка должна нагромоздить так много страшного, чтобы это страшное превратилось в смешное. Были предложены такие зачины страшных сказок: «Петя, придя на учебу, забыл дома портфель с учебными принадлежностями...», «Василису вызвали к доске, но она была не готова...» и т.д.

Занятие № 9.

1. Упражнение «Наоборот».

Инструкция: Дети делятся на две группы и становятся в шеренги напротив друг друга. Одна группа детей, предварительно сговорившись, выполняет движение, другая - пытается их повторить наоборот.

2. Упражнение «Страшилки» (цель упражнения заключается в вербализации собственных причин школьной тревожности в безопасной проективной форме). Мы «страшным голосом» прочитали младшим школьникам страшилку про школу (из книги Э. Успенского «Ужасный фольклор советских детей» - Приложение 2).

3. Арт-терапия. Школьникам было предложено нарисовать рисунок по мотивам прочитанной страшилки и презентовать его.

4. Обсуждение возможностей превращения страшилки в сказку с хорошим окончанием. Затем в кругу придумывается благополучное окончание страшилки из книги Успенского.

Занятие № 10 (рефлексия, закрепление полученного опыта, подведение итогов всех занятий):

1. Упражнение «Подари улыбку другу».

Инструкция: «Можно ли грустить, когда улыбаешься? Подумайте о чем-нибудь грустном и улыбнитесь. Улыбнитесь так, чтобы улыбка помогла справиться с плохим настроением и другому человеку».

2. Обсуждение понятия «тревожность». Детям задается вопрос: «Как вы понимаете смысл слова «тревожность»? Какие ассоциации оно вызывает у вас?». Все ассоциации записываются на доске. Дальнейшее обсуждение подводит детей к пониманию того, что тревожность – это склонность к формированию страхов.

3. Обсуждение на тему: «Какие ситуации в школе вызывают у меня тревогу и страх?». Младшие школьники по очереди отвечают на этот вопрос, мы побуждали детей описывать конкретные ситуации, а не говорить общие слова. Далее детям задавали вопрос: «А вы знаете теперь, как справиться с этим страхом? Расскажите!».

4. Упражнение «Я справлюсь!».

Детям предлагаются для анализа различные школьные стрессовые ситуации: тебя дразнят твои одноклассники; ты забыл дома нужный учебник; ты идешь к доске; учитель критично отозвался о твоей работе и т.д. Тем детям, кто считает, что может справиться с ними, предлагается поднять обе руки, а тем, кто не знает выхода, предлагается прятать руки за спину.

5. Подведение итогов занятий, рефлексия.

Итак, программа была реализована. Программа реализовывалась на протяжении шести недель (одно-два занятия в неделю), занятия проводились во внеучебное время. На первом занятии остро ощущалась напряженная атмосфера, дети не были настроены на работу, однако включились в нее достаточно быстро. Предложенные им формы работы не были похожи на учебную деятельность – скорее на игру (использовались игровые упражнения, при чтении сказок создавалась неформальная атмосфера, дисциплина при работе группы создавалась не строго нормативными требованиями школы, а

правилами, которые были выработаны нами с детьми совместно (см. занятие № 1)).

Отметим, что дети с удовольствием включались в игровые упражнения, а говорить о собственных школьных страхах и тревогах им было нелегко – во-первых, им потребовалось время самораскрыться, во-вторых, им потребовалось время осознать свои страхи, попробовать найти им словесное описание. Однако работа с детьми была эффективной, с каждым занятием включенность школьников в работу была все лучше: первые создаваемые детьми сказки давались им трудом – часты были паузы, чаще была необходима помощь ведущего, чувствовался некий формализм в работе группы. А со временем все больше проявлялась непосредственность, дети конструировали сказки о школьных страхах намного легче, чаще использовали юмор. При анализе собственных школьных страхов они все чаще стали говорить о них как о чем-то преодолимом, а на последнем занятии активно обсуждали способы совладания с данными тревогами. Нам кажется очень важным, что дети постарались самостоятельно найти способы решения собственных психологических проблем.

Также проводилась работа с конкретными сказками – было использовано три небольшие сказки, описывающие тревоги, страхи, а также частично упоминающие способы совладания с ними (например, в сказке «Школьная тревожность» говорится о том, как два ученика смогли противостоять воздействию главного персонажа). Дети довольно активно анализировали сказки, сравнивали опыт персонажей со своим, а также проводилась работа по придумыванию сказке нового конца – счастливого конца.

Мы считаем, что проведенная нами коррекционная работа была эффективной. Мы задействовали многочисленные формы работы со сказкой: и чтение ведущим, и чтение детьми по ролям (элементы инсценировки), и арт-терапия, и конструирование собственной сказки, и т.д.

Нами отмечены различные качественные изменения в уровне тревожности младших школьников. Так, после реализации коррекционной

программы дети стали проявлять меньше беспокойства в стрессовых для них учебных и внеучебных ситуациях (например, выступление, ответ на уроке или на школьном мероприятии). Младшие школьники стали меньше проявлять в учебном процессе робость и нерешительность, стали больше и легче общаться со сверстниками и взрослыми.

Полученные результаты позволяют говорить о том, что работа со сказкой эффективна для коррекции тревожности детей младшего школьного возраста. Разработанная нами коррекционная программа может быть использована в работе школьного психолога.

Цель достигнута.

ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 2

В рамках экспериментальной главы мы проверяли гипотезу о том, что тревожность у детей младшего школьного возраста имеет особенности и проявляется через:

- 1) средний уровень школьных страхов;
- 2) высокий уровень нестабильных физиологических проявлений;
- 3) средний уровень нестабильного психоэмоционального состояния.

Первым делом, нами было организовано выделение критериев проявления тревожности детей младшего школьного возраста и диагностика тревожности по трем методикам.

Диагностика показала, что:

– у 25 % младших школьников (3 ребенка из общей выборки) выявлен **низкий уровень школьной тревожности**: психоэмоциональное состояние таких детей – благополучное; мир воспринимается ими в светлых тонах, они жизнерадостны, веселы, оптимистичны; у таких детей нет школьных страхов либо они выражены незначительно, физиологических признаков тревожности также не выражены;

– у 42 % младших школьников (5 детей из общей выборки) выявлен **средний уровень школьной тревожности**: психоэмоциональное состояние таких детей – ниже нормы, дети достаточно апатичны, воспринимают мир в серых, приглушенных тонах; у детей есть некоторые школьные страхи, но их выраженность является умеренной, ребенок умеет с ними справляться; у таких детей выражены некоторые физиологические признаки тревожности;

– у 33 % младших школьников (4 ребенка из общей выборки) выявлен **высокий уровень школьной тревожности**: психоэмоциональное состояние таких детей – подавленное, мрачное; мир воспринимается в темных тонах; дети пессимистичны, может грустить, у них выражены многие физиологические признаки тревожности, а также проявляются ребенка многочисленные школьные страхи: например, страх самовыражения,

демонстрации своих возможностей; страх ситуации проверки знаний, страх не соответствовать ожиданиям окружающих и пр.

Преобладающую часть выборки составляют дети с высоким и средним уровнем школьной тревожности, что детерминирует необходимость коррекции такого состояния детей. Нами была разработана и апробирована на выборке программа по коррекции тревожности у младших школьников средствами сказкотерапии, в которую включен комплекс из десяти занятий-встреч. В своей работе мы использовали многочисленные формы работы со сказкой: и чтение ведущим, и чтение детьми по ролям (элементы инсценировки), и арт-терапия, и конструирование собственной сказки, и т.д.

Нами отмечены различные качественные изменения в уровне тревожности младших школьников. Так, после реализации коррекционной программы дети стали проявлять меньше беспокойства в стрессовых для них учебных и внеучебных ситуациях (например, выступление, ответ на уроке или на школьном мероприятии). Младшие школьники стали меньше проявлять в учебном процессе робость и нерешительность, стали больше и легче общаться со сверстниками и взрослыми.

Полученные результаты позволяют говорить о том, что работа со сказкой эффективна для коррекции тревожности детей младшего школьного возраста. Разработанная нами коррекционная программа может быть использована в работе школьного психолога.

Цель достигнута.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Понятие тревожности достаточно активно исследуется в психологической науке. Под ней понимается, в частности, постоянное или ситуативное проявляемое свойство человека приходить в состояние повышенного беспокойства, испытывать страх, тревогу в специфических социальных ситуациях. Тревожность рассматривается как черта личности и как состояние. Нередким является и такое разграничение: тревога – эмоциональное состояние, а тревожность – это свойство, черта личности. Выделяют два основных вида тревожности, в соответствии с такими различиями: ситуативная и личностная. Тревожность имеет ярко выраженную возрастную специфику, мы рассмотрим ее применительно к младшему школьному возрасту.

В младшем школьном возрасте возникновение тревожности обусловлено сменой социальной ситуации развития. Тревожных младших школьников отличают повышенная чувствительность к социальным сравнениям, переживание неуспеха, ориентация на внешнюю оценку и т.д. В младшем школьном возрасте появляется школьная тревожность, понимаемая как специфический вид тревожности, характерный для определенного класса ситуаций – ситуаций взаимодействия ученика с различными компонентами образовательной среды школы. Причинами и факторами возникновения тревожности у младших школьников могут выступать: нарушения в детско-родительских отношениях, учебные факторы (учебная нагрузка, отношения с педагогами, сверстниками и т.д.), а также личностные психологические черты.

Последствия тревожности для младших школьников преимущественно отрицательны (нарушается продуктивности их учебной деятельности, возникают болезни, нарушения психологического здоровья и т.д.), что актуализирует проблему коррекции тревожности детей данного возраста. Среди основных методов коррекции тревожности младших школьников мы выделили: метод последовательной десенсибилизации, метод «отреагирования» страха, игра, работа со сказкой и пр. Особое внимание мы уделили методу работы со

сказкой. Работа со сказкой - это метод, использующий сказочную форму для коррекции эмоциональных нарушений и совершенствования взаимоотношений с окружающим миром. Сказка как средство коррекции тревожности выполняет функцию гармонизации внутреннего мира ребенка: сказка предлагает ребенку различные способы адаптации к ситуациям, людям, собственным состояниям, тем самым осуществляя поддержку его позитивного самовосприятия и защищая его от травмирующих переживаний. С помощью различных форм работы со сказкой психолог может понять и обсудить с ребенком причины его неуверенности, тревожности, боязливости, и что немало важно ребенок перерабатывает свою проблему через собственный эмоциональный фон.

В рамках экспериментальной главы мы проверяли гипотезу о том, что тревожность у детей младшего школьного возраста имеет особенности и проявляется через:

- 1) Средний уровень школьных страхов
- 2) Высокий уровень нестабильных физиологических проявлений
- 3) Средний уровень нестабильного психоэмоционального состояния

для чего нами было организовано выделение критериев уровня тревожности детей младшего школьного возраста и диагностика тревожности по трем методикам (методика для диагностики школьной тревожности Филлипса, методика диагностики тревожности Сирса, цветовой тест Люшера (тест, модифицированный Л.Собчик)).

Диагностика показала, что:

– методика для диагностики школьной тревожности Филлипса: 58 % младших школьников имеют повышенную общешкольную тревожностью, а 17 % - высокую, 25 % - низкая; преимущественно высокая тревожность младших школьников выявилась по таким шкалам: «страх ситуации проверки знаний», преимущественно повышенная – «переживание социального стресса», «страх самовыражения», «проблемы и страхи в отношениях с учителями», преимущественно низкая - «страх не соответствовать ожиданиям окружающих», «физиологическая сопротивляемость стрессу»;

– методика диагностики тревожности Сирса: половина младших школьников обладают высокой тревожностью, остальные ученики в равной степени очень высокой и низкой тревожностью;

– цветовой тест Люшера: четверть младших школьников обладают высокой тревожностью, такое же число детей – тревожностью уровня «ниже среднего», треть школьников – средним уровнем тревожности, а низким уровнем тревожности обладают лишь 17 % детей.

Сводные результаты диагностики показали, что преобладающую часть выборки составляют дети с высоким и средним уровнем школьной тревожности, что детерминирует необходимость коррекции такого состояния детей. Нами была разработана и апробирована на выборке программа по коррекции тревожности у младших школьников средствами работы со сказкой, в которую включен комплекс из десяти занятий-встреч. В своей работе мы использовали многочисленные формы работы со сказкой: и чтение ведущим, и чтение детьми по ролям (элементы инсценировки), и арт-терапия, и конструирование собственной сказки, и т.д.

Нами отмечены различные качественные изменения в уровне тревожности младших школьников. Так, после реализации коррекционной программы дети стали проявлять меньше беспокойства в стрессовых для них учебных и внеучебных ситуациях (например, выступление, ответ на уроке или на школьном мероприятии). Младшие школьники стали меньше проявлять в учебном процессе робость и нерешительность, стали больше и легче общаться со сверстниками и взрослыми.

Полученные результаты позволяют говорить о том, что работа со сказкой эффективна для коррекции тревожности детей младшего школьного возраста. Разработанная нами коррекционная программа может быть использована в работе школьного психолога.

Цель достигнута.

СПТСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абдулова, И.Г. Педагогические методики для устранения последствий депривации детей и подростков / И.Г. Абдулова, Г.Н. Доленко // Вестник педагогических инноваций. – 2015. – № 2 (38). – С. 102-109.
2. Артемьева, Т.В. Диагностика и коррекция развития младшего школьника / Т.В. Артемьева. – Казань : Отечество, 2013. – 157 с.
3. Артюхова, Т.Ю. Психологические механизмы коррекции состояния тревожности личности : дис.... к. псих. н. / Т.Ю. Артюхова. – Новосибирск, 2000.
4. Артюхова, Т.Ю. Тревожность современных подростков / Т.Ю. Артюхова, Н.В. Басалаева // Альманах современной науки и образования. – 2009. – № 4-1. – С. 15-19.
5. Бадоева, С.А. Тревожность как негативный фактор в процессе обучения младших школьников / С.А. Бадоева, А.М. Волкова // Дошкольное и начальное образование: современные методические подходы. – 2015. – С. 72-77.
6. Белов, В.Г. Психологические особенности тревожности у учащихся младших классов / В.Г. Белов, Р.Г. Коротенкова, М.А. Гурьева и др. // Ученые записки университета Лесгафта. – 2011. – № 10.
7. Беляева, Е.В. Коррекция тревожности и страхов у детей младшего школьного возраста методом сказкотерапии / Е.В. Беляева, И.В. Борзенкова // Актуальные проблемы социально-гуманитарного и научно-технического знания. – 2015. – № 1 (4). – С. 85-88.
8. Быстрова, Е.В. Изучение особенностей проявления тревожности у детей младшего школьного возраста / Е.В. Быстрова, Т.И. Митичева // Современные научные исследования и инновации. 2015. № 9
9. Васильева, М.С. Сказкотерапия как метод коррекции тревожности в младшем школьном возрасте / М.С. Васильева, Е.С. Лукьянова // Современный

взгляд на будущее науки : сб. ст. Междунар. научн-практ. конф. – 2014. – С. 156-159.

10. Вачков, И.В. Сказкотерапия в работе детского психолога / И. В. Вачков // Современное дошкольное образования. Теория и практика. – 2008. – № 4. - С. 50-55.

11. Виноградова, Е.В. Сказкотерапия как один из эффективных методов работы школьного психолога с родителями / Е.В. Виноградова // Актуальные проблемы практической психологии : мат. Всерос. научн.-практ. конф. с международным участием. – Тверь : ТФ МГЭИ, 2014. – 112 с. – С. 3-6.

12. Гетманова, Н.Ю. Сказкотерапия как метод коррекции школьной тревожности детей младшего школьного возраста из семей с различными типами детско-родительского отношения / Н.Ю. Гетманова // Теоретические и практические вопросы науки XXI в. : сб. ст. Междунар. научн.-практ. конф. - Уфа: РИО МЦИИ ОМЕГА САЙНС, 2015. – 226 с. – С. 191-193.

13. Гуров, В.А. Тревожность и здоровье младших школьников / В.А. Гуров // Вестник Томского государственного педагогического университета. – 2009. – № 4. – С. 56-60.

14. Дементьева, Д.С. Сказкотерапия как метод профилактики агрессивного поведения младших школьников / Д.С. Дементьева // Слово и текст: психолингвистический подход. – 2013. – № 13. – С. 80-86.

15. Долгова, В. И. Изучение тревожности у детей младшего школьного возраста / В.И. Долгова, Г.М. Ключева, В.А. Бондарчук // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т. 31. – С. 26–30.

16. Долгова, В.И. Психолого-педагогическая коррекция тревожности как фактора эмоциональной устойчивости студентов-психологов: научно-методические рекомендации / В.И. Долгова, О.А. Шумакова. – Челябинск: АТОКСО, 2010. – 100 с.

17. Дубровина, И.В. Практическая психология образования / И.В. Дубровина. - СПб. : Питер, 2004. – 592 с.

18. Дусавицкий, А.К. Зависимость между интересом и тревожностью у учебной деятельности младших школьников / А.К. Дусавицкий // Вопросы психологии. – 1982. – № 3. – С. 56–61.
19. Ермакова, И.В. Эмоциональное состояние первоклассников и глюкокортикоидная функция надпочечников / И.В. Ермакова // Школа здоровья. – 2002. – № 1. – С. 49-55.
20. Зинкевич-Евстигнеева, Т.Д. Формы и методы работы со сказками / Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева. – СПб. : Речь, 2006. – 240 с.
21. Короткова, Л.Д. Сказкотерапия в школе : методические рекомендации / Л.Д. Короткова. – М. : ЦГЛ, 2006. – 144 с.
22. Костяк, Т.В. Тревожный ребенок : младший школьный возраст / Т.В. Костяк. – М. : Академия, 2008. – 95 с.
23. Котова, О.Ю. Тревожность у младших школьников / О.Ю. Котова // Современные тенденции в образовании и науке : сб. науч. тр. по мат. Междунар. науч.-практ. Конф. – 2014. – С. 77-78.
24. Кочубей, Б.И. Эмоциональная устойчивость школьника / Б.И. Кочубей, Е.В. Новикова. – М., 1988. – 80 с.
25. Литвиненко, Н.В. Школьная тревожность как показатель нарушения адаптации школьников к образовательной среде / Н.В. Литвиненко // Современные проблемы науки и образования. – 2014. – № 5.
26. Лошкарева, О.Н. Сказкотерапия как метод коррекции тревожности у современных детей дошкольного возраста / О.Н. Лошкарева // Альманах мировой науки. – 2015. – № 2-3 (2). – С. 115-116.
27. Манохина, О.А. Психологическая коррекция школьной тревожности при переходе учащихся из начального в среднее звено школы / О.А. Манохина // Социальная политика и социология. – 2010. – № 10 (64). – С. 232-236.
28. Микляева, А.В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция / А.В. Микляева, П.В. Румянцева. – СПб. : Речь, 2004. – 248 с.

29. Мишагина, О.М. Профилактика девиантного поведения детей дошкольного возраста средствами сказкотерапии / О.М. Мишагина, А.Н. Трофимова // Успехи современного естествознания. – 2013. – № 10.

30. Немов, Р.С. Психология : учебник / Р.С. Немов. – 4-е изд. – М. : Гуманит, 2003. – 688 с.

31. Нехорошкова, А.Н. Тревожность у детей: причины и особенности проявления / А.Н. Нехорошкова, А.В. Грибанов // Современные проблемы науки и образования. – 2014. – № 5.

32. Нечаенко, И.Я. Тревожность у детей младшего школьного возраста / И.Я. Нечаенко // Современные тенденции развития науки и технологий. – 2015. – № 7-10. – С. 102-105.

33. Овсянникова, Е.А. Сказкотерапия как метод психологической работы с детьми и взрослыми / Е.А. Овсянникова, О.Д. Третьякова // Современные тенденции развития науки и технологий. – 2015. – № 9-8. – С. 109-112.

34. Осипова, А.А. Общая психокоррекция / А.А. Осипова. – М. : Сфера, 2002. – 510 с.

35. Пермякова, М.Е. Использование метода сказкотерапии в коррекционной работе с детьми с высоким уровнем тревожности / М.Е. Пермякова, Н.А. Корепина, И.А. Ершова // Известия Уральского федерального университета. Серия 1. Проблемы образования, науки и культуры. – 2015. – Т. 138 № 2.

36. Петров, А.А. Исследование тревожности у детей младшего школьного возраста / А.А. Петров // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т. 10. – С. 266–270.

37. Пономарев, Р.И. Психолого-педагогическая коррекция школьной тревожности у детей семи-восьми лет / Р.И. Пономарев // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т. 10. – С. 126-130.

38. Попкова, М.А. Зависимость семейного воспитания на проявление тревожности у детей младшего школьного возраста / М.А. Попкова // Проблемы Науки. – 2014. – №4 (22).

39. Прихожан, А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика / А.М. Прихожан. – М. : Московский психолого-социальный институт, 2000.

40. Ратанова, Т.А. Школьная тревожность как фактор когнитивных особенностей младших школьников / Т.А. Ратанова, Э.В. Лихачева // Человеческий капитал. – 2016. – № 1 (85). – С. 50-58.

41. Самохвалова, А.Г. Преодоление коммуникативных трудностей младших школьников средствами сказкотерапии / А.Г. Самохвалова // ПНиО. – 2013. – № 4.

42. Сидоров, К.Р. Тревожность как психологический феномен / К.Р. Сидоров // Вестник Удмуртского университета. Серия: Философия, психология, педагогика. – 2013. – № 3-2. – С. 42-52.

43. Сказкотерапия в работе с детьми и подростками : учебно-методическое пособие / М-во образования и науки РФ, Федеральное гос. образовательное учреждение высш. проф. образования «Алтайская гос. акад. образования им. В.М. Шукшина», Фак. психологии ; сост. Н. Б. Шевченко, С. С. Инкина. – Бийск, 2011.

44. Туран, Н.К. Влияние тренинга сказкотерапии на уровень школьной тревожности младших школьников / Н.К. Туран // Сб. «Современная психология»: мат. II междунар. науч. конф. – 2014. – С. 36-38.

45. Уварова, Н. Условия формирования положительного жизненного сценария младшего школьника средствами сказкотерапии / Н. Уварова // Психолого-педагогические проблемы сельской школы. – 2014. – № 48. – С. 161-168.

46. Хухлаева, О.В. Коррекция нарушений психологического здоровья дошкольников и младших школьников / О.В. Хухлаева. – М. : Академия, 2003.

47. Чебучева, Е.В. Коррекция страхов и тревожности в младшем школьном возрасте / Е.В. Чебучева, Ю.А. Тарычева // Герценовские чтения. Начальное образование. – 2011. – Т. 2 № 2. – С. 174-180.

48. Шарапова, О.Ю. Профилактика эмоциональных нарушений младших школьников средствами сказкотерапии / О.Ю. Шарапова // Наука и образование: проблемы и перспективы: мат. XVI Междунар. науч.- практ. конф. молодых ученых, студентов и учащихся (Бийск, 11-12 апреля 2014 г.) в 2-х частях. – Часть I. – Бийск: ФГБОУ ВПО «АГАО», 2014. – 283 с. – С. 184-185.

49. Шехмаметьева, Э.Р. Игротерапия как средство коррекции тревожности младших школьников / Э.Р. Шехмаметьева, Е.В. Царева // Актуальные проблемы и перспективы развития современной психологии. – 2015. – № 1. – С. 287-295.

50. Эркенова, М.М. Сказкотерапия как средство сохранения и укрепления психологического здоровья детей и подростков / М.М. Эркенова // Вестник Пятигорского государственного лингвистического университета. – 2012. – № 4. – С. 304-308.

Приложение 1.**Инструкция и тест опросника Филлипа.**

Инструкция. «Ребята, сейчас вам будет предложен опросник, который состоит из вопросов о том, как вы чувствуете себя в школе. Старайтесь отвечать искренне и правдиво, Здесь нет правильных или неправильных, хороших или плохих ответов. На листе для ответов сверху напишите свое имя, фамилию и класс. Отвечая на вопрос, записывайте его номер и ответ "+", если вы согласны с ним, и "-", если не согласны».

Текст опросника:

1. Трудно ли тебе держаться на одном уровне со всем классом?
2. Волнуешься ли ты, когда учитель говорит, что собирается проверить, насколько хорошо ты знаешь материал?
3. Трудно ли тебе работать в классе так, как этого хочет учитель?
4. Снилось ли тебе, что учитель в ярости от того, что ты не знаешь урок?
5. Случалось ли, что кто-нибудь из твоего класса бил или ударял тебя?
6. Часто ли тебе хочется, чтобы учитель не торопился при объяснении нового материала, пока ты не поймешь, что он говорит?
7. Сильно ли ты волнуешься при ответе или выполнении задания?
8. Случается ли с тобой, что ты боишься высказываться на уроке, потому что боишься сделать глупую ошибку?
9. Дрожат ли у тебя колени, когда тебя вызывают отвечать?
10. Часто ли твои одноклассники смеются над тобой, когда вы играете в разные игры?
11. Случается ли, что тебе ставят более низкую оценку, чем ты ожидал?
12. Волнует ли тебя вопрос, не останешься ли ты на второй год?
13. Стараешься ли ты избегать игр, в которых делается выбор, потому что тебя, как правило, не выбирают?

14. Бывает ли временами, что ты весь дрожишь, когда тебя вызывают отвечать?
15. Часто ли у тебя возникает ощущение, что никто из твоих одноклассников не хочет делать то, чего хочешь ты?
16. Сильно ли ты волнуешься перед тем, как начать выполнять задание?
17. Трудно ли тебе получать такие отметки, которых ждут от тебя родители?
18. Боишься ли ты временами, что тебе станет плохо в классе?
19. Будут ли твои одноклассники смеяться над тобой, если ты совершишь ошибку?
20. Похож ли ты на своих одноклассников?
21. Выполнив задание, беспокоишься ли ты о том, хорошо ли ты с ним справился?
22. Когда ты работаешь в классе, уверен ли ты в том, что все хорошо запомнил?
23. Снится ли тебе иногда, что ты в школе и не можешь ответить на вопрос учителя?
24. Верно ли, что большинство ребят относятся к тебе по-дружески?
25. Работаешь ли ты более усердно, если знаешь, что результаты твоей работы будут сравниваться в классе с результатами твоих одноклассников?
26. Часто ли ты мечтаешь о том, чтобы поменьше волноваться, когда тебя опрашивают?
27. Боишься ли ты временами вступать в спор?
28. Чувствуешь ли ты, что твое сердце начинает сильно биться, когда учитель говорит, что собирается проверить твою готовность к уроку?
29. Когда ты получаешь хорошие отметки, думает ли кто-нибудь из твоих друзей, что ты хочешь выслужиться?
30. Хорошо ли ты чувствуешь себя с теми из твоих одноклассников, к которым ребята относятся с особым вниманием?
31. Бывает ли, что твои одноклассники говорят обидные для тебя вещи?

32. Как ты думаешь, теряют ли расположение те из учеников, кто не справляется с учебной работой?

33. Похоже ли на то, что большинство твоих одноклассников не обращают на тебя внимания?

34. Часто ли ты боишься выглядеть смешно?

35. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся учителя?

36. Помогает ли твоя мама в организации вечеров, как другие мамы твоих одноклассников?

37. Волновало ли тебя когда-нибудь, что думают о тебе окружающие?

38. Надеешься ли ты в будущем учиться лучше, чем сейчас?

39. Считаешь ли ты, что одеваешься в школу так же хорошо, как и твои одноклассники?

40. Часто ли ты, отвечая на уроке, задумываешься о том, как выглядишь со стороны?

41. Обладают ли способные ученики какими-то особыми правами, которых нет у других ребят в классе?

42. Злятся ли некоторые из твоих одноклассников, когда тебе удается быть лучше их?

43. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся твои одноклассники?

44. Хорошо ли ты себя чувствуешь, когда остаешься один на один с учителем?

45. Высмеивают ли временами одноклассники твою внешность и твое поведение?

46. Думаешь ли ты, что беспокоишься о своих школьных делах больше, чем другие ребята?

47. Если ты не можешь ответить на вопрос учителя, чувствуешь ли ты, что вот-вот расплачешься?

48. Бывает ли так, что ты долго не можешь заснуть, думая о том, что будет завтра в школе?

49. Работая над трудным заданием, чувствуешь ли ты порой, что забыл вещи, которые раньше хорошо знал?

50. Дрожит ли слегка твоя рука, когда ты пишешь самостоятельную работу?

51. Чувствуешь ли ты, что начинаешь нервничать, когда учитель говорит, что собирается дать классу задание?

52. Пугает ли тебя проверка твоих знаний в школе?

53. Когда учитель дает самостоятельную работу, чувствуешь ли ты страх, что не справишься с ней?

54. Снилось ли тебе временами, что у тебя не получается такое задание, которое могут сделать все твои одноклассники?

55. Когда учитель объясняет материал, кажется ли тебе, что твои одноклассники понимают его лучше, чем ты?

56. Беспokoишься ли ты по дороге в школу, что учитель может спросить тебя или дать проверочную работу?

57. Когда ты выполняешь задание, бывает ли так, что ты чувствуешь, что получишь за него «2»?

58. Дрожит ли слегка твоя рука, когда ты выполняешь задание на доске перед всем классом?

Обработка результатов: по окончании заполнения опросника подсчитывается количество несовпадений с каждой шкалой опросника и с опросником в целом. Ключ: ответы «да» — 11, 20, 22, 24, 25,30,35, 36,38,39,41,43,44; ответы «нет» - 1-10, 12-19, 21, 23, 26-29, 31-34, 37, 40, 42, 45-58.

1. Общая школьная тревожность: 2, 3, 7, 12, 16, 21, 23, 26, 28, 46-58 (n = 22).

2. Переживание социального стресса: 5, 10, 15, 20, 24, 30, 33, 36, 39, 42, 44 (n =11).

3. Фрустрация потребности в достижении успеха: 1, 3, 6, 11, 17, 19,25, 29, 32, 35, 38, 41, 43 (n = 13).

4. Страх самовыражения: 27, 31, 34, 37, 40, 45 (n = 6).
5. Страх ситуации проверки знаний: 2, 7, 12, 16, 21, 26 (n = 6).
6. Страх несоответствия ожиданиям окружающих: 3, 8, 13, 17, 22(n = 5).
7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу: 9, 14, 18, 23, 28 (n = 5).
8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями: 2, 6, 11, 32, 35, 41, 44, 47 (n = 8).

Приложение 2.**Методика диагностики тревожности, включающая наблюдение
(методика Сирса).**

Инструкция. «Ребята, сейчас вам будет предложен опросник, который состоит из вопросов. Старайтесь отвечать искренне и правдиво, Здесь нет правильных или неправильных, хороших или плохих ответов. На листе для ответов сверху напишите свое имя, фамилию и класс. Заполняется бланк протокола, при наличии соответствующего признака ставиться «+».

- 1 Часто напряжен, скован.
- 2 Часто грызет ногти. Сосет палец.
- 3 Легко пугается.
- 4 Сверхчувствителен.
- 5 Плаксив
- 6 Часто агрессивен.
- 7 Обидчив.
- 8 Нетерпелив, не может ждать.
- 9 Легко краснеет, бледнеет.
- 10 Недостаточно сосредоточен, особенно в экстремальной ситуации.
- 11 Суетлив, много лишних жестов.
- 12 Потеют руки.
- 13 При непосредственном общении с трудом включается в работу.
- 14 Чрезмерно громко или чрезмерно тихо отвечает.

Обработка результатов: Суммируйте количество "плюсов", чтобы получить общий балл тревожности. Высокая тревожность - 9-13 баллов. Средняя - 5-8 баллов. Низкая - 1-4 баллов.

Приложение 3.**Цветовой тест Люшера (тест, модифицированный Л. Собчик.**

Суть процедуры тестирования представляет собой ранжирование цветов испытуемым по степени их субъективной приятности (симпатичности). Тестирование проводится при естественном освещении, на цветные таблицы не должны падать прямые солнечные лучи. Испытуемого просят отвлечься от ассоциаций, связанных с модой, традициями, общепринятыми вкусами и постараться выбирать цвета, только исходя из своего личного отношения.

Номера, присвоенные цветовым эталонам, таковы:

- темно-синий — 1,
- сине-зеленый — 2,
- оранжево-красный — 3,
- желтый — 4,
- фиолетовый — 5,
- коричневый — 6,
- черный — 7,
- серый — 0.

Приложение 4. Тексты сказок.

1. Сказка Д.Соколова «Дед, внучка и боюски»

Однажды дед на внучке женился. Свадьбу сыграли, в родителей вишневыми косточками кидали. Стали в большом доме жить. Хороша невеста, да всего боится. «Боюсь я, дед, на огород ходить: там червяки в земле ковыряются!» Лазает дед по огороду, от землицы борода чернеет. «Боюсь я, милый, коров: у них хвост да рога мотаются». Дед и коров доит, молоком в вечеру белеет. «Ох, и огня, дед, и огня! Печка — она искрами плюется!» Вот и ужин дед кашеварит, бороду задумчиво кочергой очесывает. От такого от хозяйства добра не жди; не успевал дед всего сделать. Корову продал, лошадь продал, и от огорчения сам слег. Заболел. Ну, внучка попробовала поплакать и тихо, и в голос, да все не в помощь. Решила она тогда в город на базар сходить, купить лекарств и еды. Денег у нее, правда, не было, но она решила: «Продам чего-нибудь». И вот, хоть и было ей страшно, на базар далекий она с утречка и отправилась. Деда ведь своего все же любила!

На базаре — толчея, гомон; она стала в сторонке, чистый плат расстелила. А что же дальше? Подходит народ: на сем месте что продается? Мнется бедная внучка, не знает, что и сказать. Тянет кого-то за рукав: «Дядь, а что продавать здесь можно, чтоб подороже?» Он спрашивает: «А что у тебя есть?» — «Да ничего нет». «А что умеешь делать?» Тут она заплакала: «Да ничего не умею, я всего боюсь!» «Хм, — говорит дядька, — так ты боюски и продавай». «А возьмут?» — не верит дивчина. «А ты попробуй». И вдруг как закричал дядька: «Эй, народ! Товар исключительного назначения! Подходи за боюсками!»

Народ стал осторожненько подходить, интересоваться: что за товар такой? Дядька говорит: боюски на любой вкус. Для жен, детей, крупного и малого рогатого скота. А девчонка говорит: «И курей с петухами». «Что для курей?» — подлезает бабка. «А вот бегают твои куры далеко от дома?» — спрашивает посредник. «Ох, бегают, проклятые», — соглашается бабка. «А ты купи для них

боюску дальнего пространства. Есть у нас такая?» — спрашивает у девчонки. «Еще как, — солидно говорит она. — Вам на целый птичий двор?» — «Уж пожалуйста», — говорит бабка.

Вот торговля завертелась не на шутку! Купили боязнь огорода для гусей и коз, купили боюски темноты для крыс и тараканов, ну все раскупили на корню! Один оригинал купил боязнь рек и моря, чтобы палить в облака и тучки: хотел, чтобы они проливались только над сухой землей. И только для малых ребятишек ни одной боюски не продали, ни мамкам, ни нянькам. Вот как! На вырученные деньги купила внучка лекарства и еду, и для того дядьки, который ей помог, праздничную рубашку, и для себя леденец. Целый день провела на базаре. Только к вечеру вернулась домой. Там дед ее встретил, своим глазам не поверил. От радости он и без лекарств выздоровел. И потекла их жизнь весело и бойко, и работали они теперь вместе, и на ярмарку вместе ездили. Найти бы и нам такое счастье.

Я собрал свои боюски недавно. Старые они были, поломанные и запачканные. Кто такие возьмет? Эх, молодость! Плюнул, выбросил мешок с боюсками за крыльцо. Там и валяется. Кто интересуется — подходи, выбирай, мне не жалко. Только чур — не для малых ребятишек!

2. Сказка «Школьная Тревожность».

Школьная Тревожность – это высокая худая дама в длинном темном платье. Пока Алевтина Юрьевна пишет на доске задание, дама незримо ходит по классу, где сидит 3 "А", и потирает тонкие руки. Сегодня у нее важный день. Через 10 минут ученики начнут писать самостоятельную работу, и, возможно, ей, Школьной Тревожности, удастся подчинить себе кого-нибудь из них. Для начала она намечает себе две жертвы: маленькую рыжую девочку Марусю и кудрявого мальчика Сеню, сидящих за одной партой. Алевтина Юрьевна объявляет начало самостоятельной работы. Школьная Тревожность подсаживается к Марусе и начинает применять проверенный прием – пускает туман в голову. «Ты ничего не знаешь, ты все забыла», – шепчет дама, как

заклинание. Маруся на мгновение замирает, будто прислушивается, но потом решительно мотает головой и шепчет: «Этого не может быть. Я готовилась к этой самостоятельной работе. Мы с папой вчера занимались два часа!». Сраженная последним аргументом, Школьная Тревожность немножко уменьшается в размерах и пересаживается от девочки к ее соседу. Она меняет тактику и пускает в ход другой прием – устрашение. «Ты плохо напишешь эту работу и получишь двойку. Это будет ужасно! В среду учительница объявит результат, и ты поплетешься домой подавленный, несчастный...» – зловеще пугает она Сеню. «Так в среду у меня тренировка, и что бы там ни было, опаздывать я не собираюсь!» – решительно возражает мальчик. Больше всего на свете он любит занятия по каратэ. Сенька мысленно представляет себе красивый удар, который на прошлой неделе показывал им тренер. Школьная Тревожность отлетает в противоположный конец класса, как будто этот воображаемый удар пришелся по ней. Из последних сил доползает она до парты, за которой сидит светленькая девочка в голубом платье. «Посмотри, как качает головой Алевтина Юрьевна. Она глядит на тебя и думает, какая ты непонятливая и слабая ученица, надо оставить тебя на второй год», – хрипит Школьная Тревожность, уже начиная думать, что 3 "А" непобедим, но еще не отказываясь от последнего шанса на успех. Девочка Аня испуганно вскидывает глаза. Алевтина Юрьевна действительно крутит головой (ей немножко жмет воротничок). Девочка бледнеет. Школьная Тревожность понимает, что нашла себе жертву. Звенит звонок с урока, но даже он не может спасти бедную девочку, потому что у нее нет своих методов борьбы со Школьной Тревожностью.

3. Отрывок из книги Э. Успенского «Ужасный фольклор советских детей».

«В одну школу поступил новенький. Когда всех школьников отпустили домой, он после уроков остался. Уборщица говорит ему: «Иди домой, а то тут ходят красные зубы». Мальчик сказал: «Я посмотрю школу и пойду». Он

походил по школе, зашел в один кабинет и уснул. Когда пробило двенадцать часов, в кабинете появились красные зубы. Они бросились на мальчика и съели его. Утром, когда ребята пришли в класс, они увидели человеческие кости. У всех стали проверять зубы – ни у кого таких зубов нет. Напоследок решили проверить у директора. У него оказались красные зубы!!!»