



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

Факультет заочного обучения и дистанционных образовательных
технологий

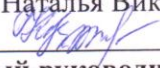
КОРРЕКЦИЯ ТРЕВОЖНОСТИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО
ВОЗРАСТА С РАЗНЫМИ СОЦИОМЕТРИЧЕСКИМ СТАТУСОМ

Выпускная квалификационная работа
по направлению 44.03.02 Психолого-педагогическое образование
Направленность программы бакалавриата
«Психология образования»

Выполнил:

студент группы ЗФ-411/099-4-2 Рад
Келлер Наталья Викторовна

Проверка на объем заимствований:
65,94 % авторского текста


Научный руководитель:

к.п.н., доцент,
Жеребкина Валентина Федоровна

Работа рекомендована к защите
рекомендована/не рекомендована

« 14 » апреля 2017 г.

декан факультета

 Е.И. Иголкина

Челябинск
2017

Оглавление

Введение	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИЗУЧЕНИЯ ВЗАИМОСВЯЗИ ТРЕВОЖНОСТИ И СОЦИОМЕТРИЧЕСКОГО СТАТУСА В ДОШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ.....	6
1.1. Понятие тревожности в психолого-педагогической литературе	6
1.2. Психологические особенности детей старшего дошкольного возраста.....	17
1.3. Взаимосвязь тревожности и социометрического статуса ребенка в старшем дошкольном возрасте	22
Выводы по первой главе:.....	26
ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИЗУЧЕНИЕ ПРОБЛЕМЫ ВЗАИМОСВЯЗИ ТРЕВОЖНОСТИ И СТАТУСНОГО ПОЛОЖЕНИЯ В ГРУППЕ РОВЕСНИКОВ.....	28
2.1. Организация и база исследования.	28
2.2. Анализ результатов исследования социометрического статуса дошкольников с различным уровнем тревожности	32
2.3. Рекомендации по оптимизации уровня тревожности старших дошкольников, имеющих разный социометрический статус	41
Выводы по второй главе	65
Заключение	67
Список используемой литературы.....	Ошибка! Закладка не определена.
Приложение	Ошибка! Закладка не определена.

Введение

Социально-экономические и политические изменения, происходящие в различных сферах жизнедеятельности нашего общества, привели к росту напряженности и тревожности в обществе. Тревожность стала не только характеристикой психической сферы человека в кризисные периоды его жизни, она изменила свои границы, становясь личностной характеристикой уже в дошкольном возрасте.

Дошкольный возраст – важный этап в развитии ребёнка. Это период, когда дети усваивают нормы и правила поведения, принятые в обществе, устанавливают отношения с взрослыми и сверстниками; это время, которое во многом определит успешность положения ребенка во все дальнейшие периоды его самостоятельной жизни. Процесс социализации у многих протекает нелегко. В настоящее время растёт количество детей, отличающихся повышенным беспокойством, неуверенностью в себе, эмоциональной неустойчивостью. Дети с тревожностью нуждаются в особом подходе и психологической помощи.

В категорию тревожных детей входят дети, которые чувствуют дискомфорт при необходимости вступать в контакт со сверстниками и взрослыми, за исключением узкого круга близких людей, не уверены в своих силах, не способны ориентироваться в человеческих отношениях, испытывают разнообразные страхи и опасения, частью реальные, а частью вымышленные. С такими детьми трудно общаться и педагогам, и сверстникам. Это дети, которых в отечественной педагогике традиционно называют застенчивыми, а в психологической и медицинской практике относят к тревожной и тревожно-мнительной группе. Такие дети постоянно находятся в ожидании неудачи или неприятности, пребывают в состоянии непрерывного напряжения, граничащего со стрессом, и, что самое главное, в силу своей тревожности не могут

выстроить гармоничные отношения в группе ровесников, занимая низкий социометрический статус.

Проблема тревожности детей разного возраста была предметом исследования разных ученых: А.И.Захарова, А.В. Петровского, А.М. Прихожана, Е.И. Рогова, С.С. Соловейчика и др.

По мнению отечественных и зарубежных авторов - А.И. Захаров, Е.Б. Ковалёва, Р.В. Овчарова, А.А. Осипова, А.С. Спиваковская, А. Адлер, К. Роджерс и др. - очень важна коррекция различных нарушений эмоциональных состояний и дисгармонии в развитии личности уже в дошкольном возрасте.

Однако в доступной научной литературе недостаточно рассмотрен вопрос взаимосвязи тревожности и социометрического статуса в группе ровесников детей старшего дошкольного возраста. В то время как именно эта взаимосвязь становится значимой в социализации ребенка-дошкольника. Таким образом, тема данного исследования: «Тревожность и социометрический статус детей старшего дошкольного возраста» - очень актуальна.

Цель исследования: теоретически изучить и практически исследовать коррекцию тревожности детей старшего дошкольного возраста с разным социометрическим статусом.

Объект исследования: тревожность детей старшего дошкольного возраста.

Предмет исследования: содержание работы педагога-психолога по коррекции тревожности детей старшего дошкольного возраста с разным социометрическим статусом.

Задачи исследования:

1. Изучить психолого-педагогическую литературу по проблеме исследования.
2. Выявить уровень и особенности тревожности детей старшего дошкольного возраста.

3. Выявить социометрическую структуру коллектива группы детей старшего дошкольного возраста.

4. Разработать рекомендации для педагогов ДОО по оптимизации уровня тревожности старших дошкольников, имеющих разный социометрический статус.

Методы исследования: изучение теоретических источников (психолого-педагогической литературы), педагогическое наблюдение, психолого-педагогический эксперимент, математическая обработка результатов эксперимента.

База исследования: исследование проводилось на базе МКДОУ ДС № 16 г. Радужный Тюменской области ХМАО. В эксперименте приняли участие воспитанники подготовительной к школе группы в количестве 19 человек.

Структура работы: квалификационная работа состоит из введения, двух глав, выводов по каждой главе, заключения, списка литературы и приложения.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИЗУЧЕНИЯ ВЗАИМОСВЯЗИ ТРЕВОЖНОСТИ И СОЦИОМЕТРИЧЕСКОГО СТАТУСА В ДОШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ

1.1. Понятие тревожности в психолого-педагогической литературе

Среди наиболее актуальных проблем, возникающих в практической деятельности человека, особое место занимают проблемы, связанные с психическими состояниями. В ряду различных психических состояний, являющихся предметом научного исследования, наибольшее внимание уделяется состоянию, обозначаемому в английском языке термином «anxiety», что переводится на русский как «тревожность», «тревога». В русском языке это разные слова, и следует отличать тревогу от тревожности. «Если тревога – это проявления беспокойства, волнения ребенка, то тревожность, является устойчивым состоянием». [7]

Тревожность – это склонность индивида к переживанию тревоги, характеризующаяся низким порогом возникновения реакции тревоги: один из основных параметров индивидуальных различий. [32]

Немов Р.С. даёт такое определение тревожности: под тревожностью в психологии понимают склонность человека переживать тревогу, т.е. эмоциональное состояние, возникающее в ситуациях неопределённой опасности и проявляющееся в ожидании неблагоприятного развития событий. [27]

Определённый уровень тревожности – естественная и обязательная особенность активной деятельности личности. У каждого человека существует свой оптимальный или желательный уровень тревожности – это так называемая полезная тревожность. Оценка человеком своего состояния в этом отношении является для него существенным компонентом самоконтроля и самовоспитания. Повышенный уровень тревожности является субъективным проявлением неблагополучия личности.

Проявления тревожности в различных ситуациях не одинаковы. В одних случаях люди склонны вести себя тревожно всегда и везде, в других они обнаруживают свою тревожность лишь время от времени, в зависимости от складывающихся обстоятельств.

Ситуативно устойчивые проявления тревожности принято называть личностными и связывать с наличием у человека соответствующей личностной черты (так называемая «личностная тревожность»). Это устойчивая индивидуальная характеристика, отражающая предрасположенность субъекта к тревоге и предполагающая наличие у него тенденции воспринимать достаточно широкий «веер» ситуаций как угрожающий, отвечая на каждую из них определенной реакцией. Как предрасположенность, личностная тревожность активизируется при восприятии определенных стимулов, расцениваемых человеком как опасные, связанные со специфическими ситуациями угрозы его престижу, самооценке, самоуважению. [13]

Изменчивые проявления тревожности именуют ситуативными, а особенность личности, проявляющей такого рода тревожность, обозначают как «ситуационная тревожность». Это состояние характеризуется субъективно переживаемыми эмоциями: напряжением, беспокойством, озабоченностью, нервозностью. Такое состояние возникает как эмоциональная реакция на стрессовую ситуацию и может быть разным по интенсивности и динамичным во времени. [11]

Личности, относимые к категории высокотревожных, склонны воспринимать угрозу своей самооценке и жизнедеятельности в обширном диапазоне ситуаций и реагировать весьма напряженно, выраженным состоянием тревожности.

Поведение повышенно тревожных людей в деятельности, направленной на достижение успехов, имеет следующие особенности:

1. Высоко тревожные индивиды эмоционально острее, чем низко тревожные, реагируют на сообщения о неудаче.

2. Высоко тревожные люди хуже, чем низко тревожные, работают в стрессовых ситуациях или в условиях дефицита времени, отведенного на решение задачи.

3. Боязнь неудачи – характерная черта высоко тревожных людей. Эта боязнь у них доминирует над стремлением к достижению успеха.

4. Для высоко тревожных людей большей стимулирующей силой обладает сообщение об успехе, чем о неудаче.

5. Мотивация достижения успехов преобладает у низко тревожных людей. Обычно она перевешивает опасение возможной неудачи.

6. Низко тревожных людей больше стимулирует сообщение о неудаче.

7. Личностная тревожность предрасполагает индивида к восприятию и оценке многих, объективно безопасных ситуаций как таких, которые несут в себе угрозу. [5]

Деятельность человека в конкретной ситуации зависит не только от самой ситуации, от наличия или отсутствия личностной тревожности, но и от ситуационной тревожности, возникающей у данного человека в данной ситуации под влиянием складывающихся обстоятельств.

Воздействие сложившейся ситуации, собственные потребности, мысли и чувства человека, особенности его тревожности как личностной тревожности определяют когнитивную оценку им возникшей ситуации. Эта оценка, в свою очередь, вызывает определенные эмоции (активизация работы автономной нервной системы и усиление состояния ситуационной тревожности вместе с ожиданиями возможной неудачи). Информация обо всем этом через нервные механизмы обратной связи передается в кору головного мозга человека, воздействуя на его мысли, потребности и чувства. [16]

Когнитивная оценка ситуации одновременно и автоматически вызывает реакцию организма на угрожающие стимулы, что приводит к появлению контрмер и соответствующих ответных реакций, направленных на понижение возникшей ситуационной тревожности. Итог всего этого непосредственно

сказывается на выполняемой деятельности. Эта деятельность находится в непосредственной зависимости от состояния тревожности, которое не удалось преодолеть с помощью предпринятых ответных реакций и контрмер, а также адекватной когнитивной оценки ситуации.

Таким образом, деятельность человека в порождающей тревожность ситуации зависит от силы ситуационной тревожности, действенности контрмер, предпринятых для её снижения, точности когнитивной оценки ситуации.

Тревожные люди живут, ощущая постоянный беспричинный страх. Они часто задают себе вопрос: «А вдруг что-нибудь случится?» Повышенная тревожность может дезорганизовать любую деятельность (особенно значимую), что в свою очередь, приводит к низкой самооценке, неуверенности в себе.

Таким образом, это эмоциональное состояние может выступать в качестве одного из механизмов развития невроза, так как способствует углублению личностных противоречий (например, между высоким уровнем притязаний и низкой самооценкой).

Главным источником тревог для дошкольников и младших школьников оказывается семья. Поэтому важно проводить коррекционную работу и с родителями тревожных детей.

Тревожные дети – это очень не уверенные в себе дети, с неустойчивой самооценкой. Постоянно испытываемое ими чувство страха перед неизвестным приводит к тому, что они крайне редко проявляют инициативу. Будучи послушными, предпочитают, чтобы окружающие не обращали на них внимания, ведут себя примерно и дома, и в детском саду, стараются точно выполнять требования родителей и воспитателей: – не нарушают дисциплину, убирают за собой игрушки. Таких детей называют скромными, застенчивыми. Однако их примерность, аккуратность, дисциплинированность носят защитный характер – ребёнок делает все, чтобы избежать неудачи. [7]

Первые признаки потенциальной тревожности заметны уже у младенца и лежат в особенностях его нервной системы. Среди тревожных преобладают

дети с чувствительной нервной системой, робкие, остро реагирующие на любое изменение привычной обстановки. Они с самого раннего возраста резко реагируют на любой шум за окном, яркий свет или, наоборот, темноту, изменение температуры или влажности воздуха, складки на белье... Обычный ребёнок этого просто не заметит, а потенциально тревожный отреагирует резким вздрагиванием, длительным плачем. Достаточно рано у таких детей проявляется настороженность и пугливость по отношению к малознакомым, «чужим», людям и одновременно усиливается привязанность к матери: ребёнок чувствует себя комфортно только у неё на руках или рядом с ней, а стоит ей чуть отдалиться – начинает беспокоиться и кричать. [14]

Если ребёнку уже в период младенчества предоставить возможность для активной самостоятельной деятельности, ознакомления с окружающим, свободного перемещения в пространстве под присмотром взрослого, то первичные проявления тревожности могут сгладиться и дальше не развиваться.

Известно, что предпосылкой возникновения тревожности является повышенная чувствительность (сензитивность). Однако не каждый ребёнок с повышенной чувствительностью становится тревожным. Много зависит от способов общения родителей с ребёнком. Иногда они могут способствовать развитию тревожной личности.

При формальном подходе к воспитанию мать ограничивается только обеспечением витальных (жизненно необходимых) потребностей ребёнка: кормит, поит, следит, чтобы он был одет по погоде. Эмоционального контакта с ребёнком нет, он раздражает мать, не доставляет ей радости. Таких детей рано приводят и последними забирают из детского сада. Вопросы к педагогу у матерей такого типа обычно не возникает, они избегают общения с воспитателем – не интересуются жизнью ребёнка, не рассматривают его поделки на выставке детских работ, не слушают рассказа воспитателя и самого ребенка о том, как прошел день, могут не прийти на праздничный утренник и т.п. Отсутствие эмоционального контакта с матерью приводит к постоянному

стрессу у ребёнка. Его стремление получить у матери поддержку неизбежно наталкивается на её холодность, и он не получает эмоциональной помощи, дающей ребёнку уверенность в том, что он всё делает правильно, что он хороший, что его любят. [22] Это крайне неблагоприятная ситуация для развития ребёнка: он рано начинает чувствовать свою ненужность, у него формируется очень низкая самооценка, растёт внутренняя напряжённость.

Если у ребёнка усиливается тревожность, появляются страхи – неперенный спутник тревожности, то могут развиваться невротические черты. Тревожность как черта характера – это пессимистическая установка на жизнь, когда она представляется как преисполненная угроз и опасностей.

Неуверенный, тревожный человек всегда мнителен, а мнительность порождает недоверие к другим. Такой ребёнок опасается других, ждет нападения, насмешки, обиды. Он не справляется с делом, задачей в игре.

Это способствует образованию реакций психологической защиты в виде агрессии, направленной на других. Один из самых известных способов, который часто выбирают тревожные дети, основан на простом умозаключении: «чтобы ничего не бояться, нужно сделать так, чтобы боялись меня». Маска агрессии тщательно скрывает тревогу не только от окружающих, но и от самого ребёнка. Но в глубине души у них – всё та же тревожность, растерянность и неуверенность, отсутствие твердой опоры. Также реакция психологической защиты выражается в отказе от общения и избегания лиц, от которых исходит «угроза». [6] Такой ребёнок одинок, замкнут, малоактивен.

Возможен также вариант, когда ребёнок находит психологическую защиту, уходя в мир фантазий. [11] В фантазиях он разрешает свои неразрешимые конфликты, в мечтах находит удовлетворение его невоплощённые потребности.

Фантазии – одно из замечательных качеств, присущих детям. Для конструктивных фантазий характерна их постоянная связь с реальностью. С одной стороны, реальные события жизни ребенка дают толчок его

воображению (фантазии как бы продолжают жизнь); с другой стороны – сами фантазии влияют на реальность: ребенок испытывает желание воплотить свои мечты в жизнь. Фантазии тревожных детей лишены этих свойств. Мечта не продолжает жизнь, а скорее противопоставляет себя жизни. Этот же отрыв от реальности – и в самом содержании тревожных фантазий, которые не имеют ничего общего с фактическими возможностями с фактическими возможностями и способностями, перспективами развития ребенка. Такие дети мечтают вовсе не о том, к чему действительно лежит у них душа, в чём они на самом деле могли бы проявить себя.

Тревожность как определённый эмоциональный настрой с преобладанием чувства беспокойства и боязни сделать что-либо не то, не так, не соответствовать общепринятым требованиям и нормам развивается ближе к 7 и особенно 8 годам при большом количестве неразрешимых и идущих из более раннего возраста страхов. Главным источником тревог для дошкольников и младших школьников оказывается семья. В дальнейшем, уже для подростков такая роль семьи значительно уменьшается; зато вдвое возрастает роль школы.

Замечено, что интенсивность переживания тревоги, уровень тревожности у мальчиков и девочек различны. [16]

В дошкольном и младшем школьном возрасте мальчики более тревожны, чем девочки. Это связано с тем, с какими ситуациями они связывают свою тревогу, как её объясняют, чего опасаются. И чем старше дети, тем заметнее эта разница. Девочки чаще связывают свою тревогу с другими людьми. К людям, с которыми девочки могут связывать свою тревогу, относятся не только друзья, родные, учителя. Девочки боятся так называемых «опасных людей» – пьяных, хулиганов и т.д. Мальчики же боятся физических травм, несчастных случаев, а также наказаний, которые можно ожидать от родителей или вне семьи: воспитателей, учителей, и т.д.

В современной отечественной литературе влияние поведения родителей и их отношения к детям на формирование личности ребёнка и его поведение

исследовалось в основном применительно к проблеме происхождения и развития неврозов у детей.

А. Адлер указывал, что сверхразрешающее, сверхзаботливое и сверхизнеживающее поведение родителей имеет непосредственное отношение к возникновению неврозов у детей. Например, высока вероятность воспитания тревожного ребёнка родителями, осуществляющими воспитание по типу гиперпротекции (чрезмерная забота, мелочный контроль, большое количество ограничений и запретов, постоянное одергивание).

Если общение взрослого с ребёнком носит авторитарный характер, ребёнок теряет уверенность в себе и в своих собственных силах, он постоянно боится отрицательной оценки, начинает беспокоиться, что он делает что - то не так, т.е. испытывает чувство тревоги, которое может закрепиться и перерасти в стабильное личностное образование – тревожность. При авторитарном стиле воспитания в семье мать и остальные взрослые тоже эмоционально отдалены от ребёнка. Они организуют жизнь в соответствие с твёрдыми нормами и правилами, без учёта индивидуальных особенностей и возможностей ребёнка. Он воспитывается в обстановке сплошных запретов, обязан точно и немедленно выполнять приказы взрослых. Не поощряется никакая инициатива, почти отсутствуют похвалы, за часто применяются наказания. Не видя от матери поддержки и одобрения, ребёнок теряет уверенность в собственных силах и становится либо агрессивным негативистом (реже), либо тревожным, забитым неуверенным существом. Вступая в контакт с воспитателем группы, авторитарные матери проявляют односторонний интерес к жизни своего ребёнка в детском саду. (25) Бросается в глаза их строгость, отсутствие похвал, улыбок, доброжелательных прикосновений к ребёнку, бесчисленные замечания и обещание наказаний. Для таких родителей характерны вопросы типа «Ну, что он сегодня натворил? Дрался, небось?» и просьбы: «Вы с ним поостроже! Его распускать нельзя». Они критически относятся к поделкам и рисункам ребёнка

(«Вечно у тебя все криво!»), выражают сомнение в его возможностях («Куда ему при всех стихи читать – у него же каша во рту»).

Стремление занижить самооценку ребёнка, хотя бы и неосознанное, типично для авторитарных родителей, а закономерным результатом такого отношения становится резко заниженная самооценка, неуверенность в себе, пассивность, уклонение от любого задания (вдруг опять не получится?).

Гиперопекающий стиль воспитания обычно объясняется крайне неуверенным, тревожным характером матери. Именно она определяет микроклимат в семье, проецируя свои личностные особенности на ребенка. Это очень часто источник появления тревожности у дошкольника, он просто копирует поведение и отношение к жизни самого близкого человека – матери.

Такая мама постоянно тревожится за ребенка, пытается оградить от всех, даже минимальных трудностей и вполне посильных задач; резко ограничивает круг его общения из-за собственных, часто преувеличенных страхов (вдруг её ребёнок заразится от сверстников, его обидят, отнимут игрушку и т.д.). В отличие от «формальных» и авторитарных матерей она непрерывно находится в теснейшем контакте с ребенком, воспринимает малейшие оттенки его настроения и одновременно постоянно заражает его своими тревогами. Пытаясь всё сделать за него, она мешает развитию его самостоятельности. У ребенка формируется твёрдое убеждение в том, что без мамы он совершенно беспомощен, ничего не может сделать сам, без неё ему постоянно что-то угрожает.

При ослаблении привычной эмоциональной подпитки такие дети ощущают резкий дискомфорт и неуверенность. Они крайне тяжело адаптируются к детскому саду, в частности, из-за недостатка опыта общения со сверстниками, неумения объяснить свои потребности и переживания (мама-то понимала все без слов!). [9]

Усилению в ребёнке тревожности могут способствовать такие факторы, как завышенные требования со стороны родителей и воспитателей, так как они

вызывают ситуацию хронической не успешности. Сталкиваясь с постоянными расхождениями между своими реальными возможностями и тем высоким уровнем достижений, которого ждут от него взрослые, ребенок испытывает беспокойство, которое легко перерастает в тревожность.

Ещё один фактор, способствующий формированию тревожности, – частые упрёки и обвинения, вызывающие чувство вины. В этом случае ребёнок постоянно боится оказаться виноватым перед родителями. О неблагоприятном влиянии таких внушений на развитие самосознания ребенка писал в свое время А. И. Герцен: «Названия – страшная вещь. Если дитя солжет, испугайте его дурным действием, скажите, что он солгал, но не говорите, что он лгун. Вы разрушаете его нравственное доверие к себе, определяя его как лгуна». С этим высказыванием А. И. Герцена перекликаются клинические исследования взаимоотношений в неблагополучных семьях. Р. Лэинг, [21] анализируя отношение родителей и детей в таких семьях, ввел понятие «мистификация» – внушение родителями детям того, в чём они нуждаются, кем являются, во что верят. Одна из форм мистификации – приписывание ребёнку «слабости» (например, болезненности, неспособности самому искать выход в трудных ситуациях) и «плохости» (низости, аморальности). Другая форма мистификации – инвалидация – принудительное обесценивание точек зрения ребёнка, его планов, намерений, интересов.

Явные, вербальные, внушающие воздействия могут противоречить косвенным воздействиям. Так, родитель может утверждать, что ребёнок ему дорог, и он его ценит, но своим поведением демонстрировать обратное. В таком случае возникает ситуация, названная «двойной связью», имеющая негативные следствия для позитивного самосознания ребенка.

Психологи, описавшие феномены «двойной связи», предполагают, что общение ребёнка с матерью в детстве, если оно построено по принципу «двойной связи», способствует возникновению психических нарушений вплоть до шизофренических расстройств. [23]

Помимо перечисленных факторов страха возникают и в результате фиксации в эмоциональной памяти сильных испугов при встрече со всем, что олицетворяет опасность или представляет непосредственную угрозу для жизни, включая нападение, несчастный случай, операцию или тяжелую болезнь.

Отрицательные последствия тревожности выражаются в том что, не влияя в целом на интеллектуальное развитие, высокая степень тревожности может отрицательно сказаться на формировании креативного, творческого мышления, для которого естественны такие личностные черты, как отсутствие страха перед новым, неизвестным. [13]

У детей старшего дошкольного возраста тревожность ещё не является устойчивой чертой характера и относительно обратима при проведении соответствующих психолого-педагогических мероприятий, а также можно существенно снизить тревожность ребёнка, если педагоги и родители, воспитывающие его, будут соблюдать нужные рекомендации.

Таким образом, анализ современного состояния и основных направлений разработки проблемы тревожности показал, что она рассматривается как характеристика эмоционально-чувственной сферы, подразумевающая наличие астенических эмоций, причина появления которых часто неосознаваема; понимается как свойство личности, предрасполагающее к возникновению реакции тревоги, к восприятию широкого круга объективно безопасных ситуаций как угрожающих; описывается как состояние напряженности. Причины ее появления носят, в первую очередь, психологический характер.

1.2. Психологические особенности детей старшего дошкольного возраста

К концу дошкольного возраста ребёнок уже представляет собой в известном смысле личность. Он хорошо осознает свою половую принадлежность, находит себе место в пространстве и времени. Он уже ориентируется в семейно – родственных отношениях и умеет строить отношения с взрослыми и сверстниками: имеет навыки самообладания, умеет подчинить себя обстоятельствам, быть непреклонным в своих желаниях. У такого ребёнка уже развита рефлексия. В качестве важнейшего достижения в развитии личности ребёнка выступает преобладание чувства «Я должен» над мотивом «Я хочу». К концу дошкольного возраста особое значение приобретает мотивационная готовность к учению в школе.

Основные психологические новообразования дошкольного возраста:

Д. Б. Эльконин считал, что это [48]:

1. Возникновение первого схематичного абриса цельного детского мировоззрения. Ребёнок не может жить в беспорядке. Все, что видит, ребёнок пытается привести в порядок, увидеть закономерные отношения, в которые укладывается такой непостоянный окружающий мир. Ж. Пиаже показал, что у ребёнка в дошкольном возрасте складывается артифаклистское мировоззрение: всё, что окружает ребёнка, в том числе и явления природы – результат деятельности людей. Такое мировоззрение увязывается со всей структурой дошкольного возраста, в центре которого находится человек. Строя картину мира, ребёнок выдумывает, изобретает теоретическую концепцию. Он строит схемы глобального характера, мировоззренческие схемы. Д.Б. Эльконин [48] замечает здесь парадокс между низким уровнем интеллектуальных возможностей ребёнка и высоким уровнем его познавательных потребностей. Когда ребёнок приходит в школу, он вынужден от глобальных, мировых проблем перейти к элементарным вещам, тогда обнаруживается несоответствие

между познавательными потребностями и тем, чему учат ребёнка в первые месяцы школьной жизни.

2. Возникновение первичных этических инстанций. «Что такое хорошо и что такое плохо» Эти этические инстанции растут рядом с эстетическими «Красивое не может быть плохим». Нравственное развитие ребёнка-дошкольника изучено в экспериментальных исследованиях С. Г. Якобсон и др.

3. Возникновение соподчинения мотивов. В этом возрасте уже можно наблюдать преобладание обдуманных действий над импульсивными. Преодоление непосредственных желаний определяется не только ожиданием награды или наказания со стороны взрослого, но и высказанным обещанием самого ребёнка (принцип «данного слова»). Благодаря этому формируются такие качества личности, как настойчивость и умение преодолевать трудности; возникает также чувство долга по отношению к другим людям.

4. Возникновение произвольного поведения. Произвольное поведение – это поведение, опосредованное определённым представлением. Д.Б. Эльконин отмечал, что в дошкольном возрасте ориентирующее поведение образ сначала существует в конкретной наглядной форме, но затем он становится всё более и более обобщённым, выступающим в форме правила, или нормы. На основе формирования произвольного поведения у ребёнка появляется стремление управлять собой и своими поступками.

5. Возникновение личного сознания – возникновение сознания своего ограниченного места в системе отношений с взрослыми. Стремление к осуществлению общественно значимой и общественно оцениваемой деятельности. У дошкольника возникает осознание возможностей своих действий, он начинает понимать, что не всё может (начало самооценки) Говоря о самосознании, часто имеют в виду осознание своих личных качеств (хороший, добрый, злой и т.п.). В данном случае речь идет об осознании своего места в системе общественных отношений. В шесть лет возникает личное

самосознание. На основе возникновения личного сознания возникает кризис 7 лет. Основная симптоматика кризиса:

1) потеря непосредственности между желанием и действием вклинивается переживание того, какое значение это действие будет иметь для самого ребёнка;

2) манерничанье; ребёнок что-то из себя строит, что-то скрывает (уже душа закрыта);

3) симптом «горькой конфеты»: ребёнку плохо, но он старается этого не показать. Возникают трудности воспитания. Ребёнок начинает замыкаться и становится неуправляемым.

В основе этих симптомов лежит обобщение переживаний. У ребёнка возникла новая внутренняя жизнь, жизнь переживаний, которая прямо и непосредственно не накладывается на внешнюю жизнь. Но эта внутренняя жизнь небезразлична для внешней, она на неё влияет. Возникновение внутренней жизни – чрезвычайно важный факт, теперь ориентация поведения будет осуществляться внутри этой внутренней жизни.

Кризис требует перехода к новой социальной ситуации, требует нового содержания отношений. Ребёнок должен вступить в отношения с обществом как с совокупностью людей, осуществляющих обязательную, общественно необходимую и общественно полезную деятельность. В наших условиях тенденция к ней выражается в стремлении скорее пойти в школу. [29]

Ж. Пиаже считает, что мышлению ребёнка этого возраста свойствен анимизм – стремление приписать неодушевленным предметам или животным человеческие черты. Он исчезает по мере умственного и эмоционального развития детей, к школе анимистические представления сменяются более реалистичными, хотя не исчезают совсем.

К концу дошкольного возраста должна сложиться такая форма общения ребёнка с взрослыми, как внеситуативно-личностное общение (по

М.И. Лисиной). Взрослый становится непререкаемым авторитетом, образцом для подражания.

Симптомом, пересекающим дошкольный и младший школьный возрасты, становится «симптом потери непосредственности» [48] между желанием что-то сделать и самой деятельностью возникает новый момент – ориентировка в том, что принесет ребёнку осуществление той или иной деятельности. Это – внутренняя ориентация в том, какой смысл может иметь для ребёнка осуществление деятельности, удовлетворение или неудовлетворение от того места, которое ребёнок займет в отношениях с взрослыми или другими людьми. Здесь впервые возникает эмоционально-смысловая ориентировочная основа поступка. Согласно взглядам Д. Б. Эльконина, там и тогда, где и когда появляется ориентация на смысл поступка, там и тогда ребёнок переходит в новый возраст.

Итак, к концу дошкольного возраста мы имеем три линии развития.

1 – линия формирования произвольного поведения,

2 – линия овладения средствами и эталонами познавательной деятельности,

3 – линия перехода от эгоцентризма к децентрации. Развитие по этим линиям определяет готовность ребёнка школьному обучению. [29]

Таким образом, у детей старшего дошкольного возраста уже сформирована достаточно высокая компетентность в различных видах деятельности и в сфере отношений. Эта компетентность проявляется в способности принимать собственные решения на основе имеющихся знаний, умений и навыков. У старших дошкольников развито устойчивое положительное отношение к себе, уверенность в своих силах; умение учитывать интересы других детей, в некоторой степени сдерживать свои эмоциональные порывы; умение следовать инструкции взрослого, придерживаться игровых правил. Старший дошкольный возраст – это новый

этап развития познавательных способностей и формирования активного отношения к собственной жизни

1.3. Взаимосвязь тревожности и социометрического статуса ребенка в старшем дошкольном возрасте

Тревожность как свойство личности во многом обуславливает поведение субъекта. Существует определённый уровень тревожности – естественная и обязательная особенность активной деятельности личности. У каждого человека существует свой оптимальный или желательный уровень тревожности – это так называемая полезная тревожность, назначение которой является обеспечение безопасности субъекта на личностном уровне. Уровень тревожности показывает внутреннее отношение ребёнка к определенному типу ситуаций и дает косвенную информацию о характере взаимоотношений его со сверстниками и взрослыми в семье, детском саду, школе.

Когда же этот уровень превышает оптимальный, можно говорить о появлении повышенной тревожности. Повышенный уровень тревожности у ребёнка может свидетельствовать о его недостаточной эмоциональной приспособленности к тем или иным социальным ситуациям. У детей с данным уровнем тревожности формируется установочное отношение к себе как к слабому, неумелому. В свою очередь это порождает общую установку на неуверенность в себе. [11] Ребёнок боится совершить ошибку, в нём нет уверенности цельного человека. Неуверенность в себе – одно из проявлений заниженной самооценки. Например, родители внушили ребёнку, что он – «гадкий утенок». Сформировалась установка, и умный ребёнок начинает считать себя безнадежно глупым, красивый – безобразным, ловкий – нескладным. Он стесняется самого себя, затаённо и мучительно презирает себя, чувствует вину перед сильными и красивыми родителями.

Возникает внутренний конфликт – это столкновение позиций сознания и установок в неосознаваемой сфере психики. [12]

В неосознаваемом звучит внушённая отцом установка: «товарища надо выручать из беды любой ценой». Однако сознание этого ребёнка

ориентировано на невмешательство. И он, решая умом, остаётся в стороне, не вмешивается, но внушенная отцом установка будоражит его, вызывает у него стыд. И ребенка мучают угрызения совести. Так рождаются нерешительность, тревожность. Ребёнок боится совершить ошибку, он не уверен в себе. Внутренний конфликт порождает у него тревогу и депрессию. [25]

Тревожность окрашивает в мрачные тона отношение к себе, другим людям и действительности. Ребёнок уже не только неуверен в себе, но и недоверчив ко всем и к каждому. Для себя тревожный ребёнок не ожидает ничего хорошего. И всё это при обострённом и больном чувстве достоинства. Теперь он все преломляет через призму тревожности, мнительности. Трое сверстников говорят о своем, но тревожный ребенок полагает, что говорят о нём и, конечно, только плохое. Он подходит, упорно стоит, вызывая недоумение ребят и испытывая чувство стыда. Но отойти в сторону, отрешиться от тревожной мнительности он не в силах. Самое важное для тревожного человека – а вдруг он ещё и упустит информацию, угрожающую его безопасности.

В зависимости от того, как к человеку относятся в коллективе, у него формируется самооценка. Если ребёнок пользуется симпатией в группе, он скорее всего станет лидировать, и у него выработаются такие качества, как оптимизм, инициативность, он будет уверен в своей правоте, уважать других (если, конечно, сверстники не будут слишком преувеличивать с оценкой и у ребенка не появится завышенной самооценки). Негативное, недружелюбное отношение к ребёнку в коллективе формирует у него такие качества, как пассивность, неумение и нежелание высказывать свою точку зрения, подчас ненависть к окружающим, агрессивность и другие черты. [14]

Педагогу необходимо влиять на отношения в коллективе, нужно стремиться к тому, чтобы у ребёнка с самого начала самооценка складывалась правильно: чтобы он не переоценивал себя, не был зазнашкой, не страдал от

неуверенности в себе, которая ограничивает проявление его духовных способностей.

Тревожные дети, если у них хорошо развиты игровые навыки, могут не пользоваться всеобщим признанием в группе, но и не оказываются в изоляции, они чаще входят в число наименее популярных, так как очень часто такие дети крайне неуверенные в себе, замкнутые, малообщительные, или напротив, назойливые, озлобленные. Также причиной непопулярности является их безынициативность из-за своей неуверенности в себе, эти дети не всегда могут быть лидерами в межличностных взаимоотношениях. Результатом безынициативности тревожных детей является то, что у других детей появляется стремление доминировать над ними, что ведет к снижению эмоционального фона тревожного ребенка, к тенденции избегать общения, возникают внутренние конфликты, связанные со сферой общения, усиливается неуверенность в себе. Также в результате отсутствия благоприятных взаимоотношений со сверстниками появляется состояние напряженности и тревожности, которые и создают либо чувство неполноценности и подавленности, либо агрессивности. Ребенок с низкой популярностью, не надеясь на сочувствие и помощь со стороны сверстников, нередко становится эгоцентричным, отчужденным. [16] Такой ребёнок будет обижаться, и жаловаться, фальшивить и обманывать. Это плохо в обоих случаях, так как может способствовать формированию мстительности, враждебности, стремлению к уединению, отрицательного отношения к детям, людям вообще.

Ребёнок с повышенным уровнем тревожности склонен воспринимать угрозу своей самооценке. Как правило, у него формируется неадекватная заниженная самооценка. Типичным проявлением заниженной самооценки является повышенная тревожность, выражающаяся в склонности испытывать беспокойство в самых разных жизненных ситуациях, в том числе в таких, объективные характеристики которых к этому не предрасполагают. Очевидно, что дети, имеющие такую самооценку, находятся в постоянном психическом

перенапряжении, которое выражается в состоянии напряженного ожидания неприятностей, нарастающей, несдерживаемой раздражительности, эмоциональной неустойчивости.

Именно в эмоциональной сфере утраченное в детстве невосполнимо в последующие годы. Поэтому воспитателю необходимо, исключая наставления, создавать ситуации, в которых у ребёнка с высокой вероятностью возникают желаемые изменения в поведении и отношении к миру. Педагог должен организовать систему поддержки: постепенно изменить отношения к ребёнку со стороны других детей, повысить его статус, предоставить ребёнку право самостоятельно разрешать конфликтные ситуации. Суровости противопоставить доброжелательность, юмор, что создаёт атмосферу контакта взрослого и ребёнка, умению наказывать – умение прощать; использовать приёмы не прямой, косвенной оценки, «авансирования доверием» и т.п. [20]

Таким образом, умение ребенка, знание им своих сильных и слабых сторон являются основанием для формирования самостоятельности, уверенности в себе, личностной независимости, что позволяет быть более компетентным и в общении со сверстниками. Повышенная тревожность мешает ребенку общаться, т.е. взаимодействовать в системе ребенок-ребенок; ребенок-взрослый.

Выводы по первой главе

Тревожность – это склонность индивида к переживанию тревоги, характеризующаяся низким порогом возникновения реакции тревоги: один из основных параметров индивидуальных различий.

Личностная тревожность предрасполагает индивида к восприятию и оценке многих, объективно безопасных ситуаций как таких, которые несут в себе угрозу.

Повышенная тревожность отмечается у эмоционально чувствительных детей как отображение особенностей их психического и личностного развития.

Тревожность, как определённый эмоциональный настрой с преобладанием чувства беспокойства и боязни не соответствовать общепринятым требованиям и нормам развивается ближе к 7 и особенно 8 годам при большом количестве неразрешимых и идущих из более раннего возраста страхов.

Отрицательные последствия тревожности выражаются в том, что, не влияя в целом на интеллектуальное развитие, высокая степень тревожности может отрицательно сказаться на формировании креативного, творческого мышления.

К концу дошкольного возраста мы имеем три линии развития ребёнка.

1 – линия формирования произвольного поведения,

2 – линия овладения средствами и эталонами познавательной деятельности,

3 – линия перехода от эгоцентризма к децентрации. Развитие по этим линиям определяет готовность ребёнка школьному обучению.

Повышенный уровень тревожности у ребёнка может свидетельствовать о его недостаточной эмоциональной приспособленности к тем или иным социальным ситуациям.

Негативное, недружелюбное отношение к ребёнку в коллективе формирует у него такие качества, как пассивность, неумение и нежелание высказывать свою точку зрения, подчас ненависть к окружающим, агрессивность.

Повышенная тревожность, выражающаяся в склонности испытывать беспокойство в самых разных жизненных ситуациях, в том числе в таких, объективные характеристики которых к этому не предрасполагают, является типичным проявлением заниженной самооценки.

У детей старшего дошкольного возраста тревожность ещё не является устойчивой чертой характера и относительно обратима при проведении соответствующих психолого-педагогических мероприятий.

ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИЗУЧЕНИЕ ПРОБЛЕМЫ ВЗАИМОСВЯЗИ ТРЕВОЖНОСТИ И СТАТУСНОГО ПОЛОЖЕНИЯ В ГРУППЕ РОВЕСНИКОВ

2.1. Организация и база исследования.

Практическая часть исследования проводилась на базе МКДОУ ДС № 16 г. Радужный Тюменской области ХМАО. В эксперименте приняли участие воспитанники подготовительной к школе группы в количестве 19 человек.

В данном исследовании были использованы такие психодиагностические методы как беседа с детьми и воспитателями, наблюдение. Данные методы использовались в работе в совокупности с проективными методиками. Проективный метод характеризуется сознанием экспериментальной ситуации, допускающей множественность возможных интерпретаций при восприятии ее испытуемым. Проективные методики наиболее валидные и информативные. Однако некоторые психологи низко оценивают их как психометрические инструменты, поскольку не исключают влияние на ответы испытуемых многих ситуационных факторов: инструкций, влияния экспериментатора, стимулов, временных состояний субъекта и т.д.

Для исследования взаимосвязи тревожности и социометрического статуса дошкольника в группе ровесников был использован комплекс диагностических методик.

Методика 1. Проективный рисуночный тест «Дом. Дерево. Человек».

Автор – Р. Бернс, К. Кох. (36)

Для выполнения теста исследуемому ребенку предлагается бумага, простой карандаш. Стандартный лист для рисования складывается пополам. На первой странице горизонтального положения наверху печатными буквами написано «дом», на второй «дерево», на третьей человек, на четвертой Фамилия Имя ребенка, дата проведения исследования.

Цель: оценка уровня незащищенности, тревожности, недоверия к себе, трудности в общении.

Обследуемому предлагают нарисовать дом, дерево и человека. Затем проводят детально разработанный опрос. Выбор предметов для рисования автор обосновывает тем, что они знакомы каждому обследуемому, наиболее удобны как объекты для рисования и, наконец, стимулируют более свободные словесные высказывания, нежели другие объекты. Сами стимульные слова «дом», «дерево» и «человек» не только являются названиями классов объектов, но и несут определенные эмоциональные нагрузки. Поэтому эмоциональная реакция во время рисования или в беседе после рисования чаще всего представляет личностно значимую реакцию на отношение, желание, чувство или объект, прямо или символично присутствующие в рисунке. (Приложение 1.)

2. Методика выявления тревожности у детей. (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен). (37)

Целью тестирования является выявление детей с подлинной тревожностью. Психологом заполняются протоколы, которые подвергаются количественному анализу. На основании данных протокола вычисляется индекс тревожности ребёнка (И.Т.), который равен процентному отношению числа эмоционально негативных выборов (печальное лицо) к общему числу рисунков.

Экспериментальный материал состоит из 14 рисунков размером 8,5*11 см. Каждый рисунок представляет собой некоторую типичную для жизни младшего школьника ситуацию. Каждый рисунок выполнен в двух вариантах: для девочки (на рисунке изображена девочка) и для мальчика (на рисунке изображен мальчик). Лицо ребенка на рисунке не прорисовано, дан лишь контур головы. Каждый рисунок снабжен двумя дополнительными рисунками детской головы, по размерам точно соответствующими контуру лица на рисунке. На одном из дополнительных рисунков изображено улыбающееся лицо ребенка, на другом – печальное.

Рисунки показывают ребенку в строго перечисленном порядке один за другим. Беседа проходит в отдельной комнате. Предъявив ребенку рисунок, учитель дает инструкцию.

Обработка:

Количественный

анализ

На основании данных протокола вычисляется индекс тревожности ребенка (ИТ), который равен процентному отношению числа эмоционально негативных выборов (печальное лицо) к общему числу рисунков (14):

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

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

высокий уровень тревожности (ИТ выше 50%);

средний уровень тревожности (ИТ от 20 до 50%);

низкий уровень тревожности (ИТ от 0 до 20%).

Качественный

анализ:

Каждый ответ ребенка анализируется отдельно. Делаются выводы относительно возможного характера эмоционального опыта ребенка в данной (и подобной ей) ситуации. Особенно высоким проективным значением обладают Рисунки №4 («Одевание»), №6 («Укладывание спать в одиночестве»), №14 («Еда в одиночестве»). Дети, делающие в этих ситуациях отрицательный эмоциональный выбор, вероятнее всего будут обладать наивысшим индексом тревожности ИТ; дети, делающие отрицательные эмоциональные выборы в ситуациях, изображенных на рисунках №2 («Ребенок и мать с младенцем»), №7 («Умывание»), №9 («Игнорирование») и №11 («Собирание игрушек»), с большей вероятностью будут обладать высоким или средним индексом тревожности ИТ.

Как правило, наибольший уровень тревожности проявляется в ситуациях, моделирующих отношения ребенок-ребенок («Игра с младшими детьми», «Объект агрессии», «Игра со старшими детьми», «Агрессивное нападение»,

«Изоляция»). Значительно ниже уровень тревожности в рисунках, моделирующих отношения ребенок-взрослый («Ребенок и мать с младенцем», «Выговор», «Игнорирование», «Ребенок с родителями»), и в ситуациях, моделирующих повседневные действия («Одевание», «Укладывание спать в одиночестве», «Умывание», «Собирание игрушек», «Еда в одиночестве»). (Приложение 2.)

3. Метод социометрии. «У кого больше» (Я.Л. Коломинский). [39]

Социометрический тест предназначен для диагностики эмоциональных связей, т.е. взаимных симпатий между членами группы. Данная методика, – это такой вариант теста-задания, который даёт фактическую информацию о личных взаимоотношениях воспитанников, дополняющую социометрический тест, и, вместе с тем, приносит результаты, допускающие однотипную с ним качественную и количественную отработку.

Цель: выявить статусное положение ребёнка в группе, изучить межличностные отношения детей. (Приложение 3.)

Исследование включало в себя следующие этапы:

- I. Определение уровня тревожности старших дошкольников.
- II. Определение социометрического статуса каждого ребенка.
- III. Проведено сопоставление уровня тревожности и социометрического статуса ребенка в старшем дошкольном возрасте.

2.2. Анализ результатов исследования социометрического статуса дошкольников с различным уровнем тревожности

Для изучения эмоционального состояния дошкольников мы использовали рисуночный тест Дж. Бака “Дом. Дерево. Человек”. Американский психолог Дж. Бак первым создал и разработал детально систему интерпретации теста “Дом. Дерево. Человек”. Он позволяет выявить степень выраженности незащищенности, тревожности, недоверия к себе, чувства неполноценности, враждебности, конфликтности, трудности в общении, депрессивности.

Результаты исследования.

1. При интерпретации теста ДДЧ необходимо исходить из целостности всех рисунков. Наличие только одного признака не свидетельствует о наличии определенной психологической особенности.

В результате проведенного исследования и количественной оценки теста мы получили данные, которые представлены в таблице 1:

Таблица 1

Показатели выраженности психологических особенностей старших дошкольников по методике “Дом. Дерево. Человек”

Анализируя таблицу количественной обработки данных, мы увидели некоторую взаимосвязь между уровнем тревожности, степенью выраженности конфликтности и трудности общения, а именно: у детей с высоким и повышенным уровнем тревожности наблюдаются трудности в общении, которые появляются, возможно, в результате конфликтности.

Анализируя рисунки некоторых детей, мы получили следующие результаты: Например, анализ рисунка Ильи С. показал нам наличие у ребёнка высокого уровня эмоциональной тревожности. На рисунке мальчик изобразил линию земли, что выражает чувство тревоги, неуверенности в себе, отражающее его реальное положение в системе взаимоотношений с другими (мальчик имеет неблагоприятную статусную категорию). Возле дома изобразил

забор, что говорит о чувстве незащищенности. При рисовании заштриховал всего человека, штриховка размашистая и выходит за контур, это может нам сказать о трудностях в социальных контактах, с которыми у него связано чрезмерное эмоциональное напряжение. При рисовании сильно нажимал на карандаш, несколько раз исправлял рисунок. Когда рисовал человека, руки изобразил в виде кулаков, что может говорить о существующих признаках агрессии, и возможно является причиной трудностей в общении с детьми. (При ответе на вопрос: «Чего больше всего хочет этот человек?» Илья ответил: «Уметь хорошо драться, чтобы не лезли». Руки широко расставлены, что свидетельствует о потребности в широком круге социальных контактов, но эта потребность в общении не удовлетворена. Все три рисунка он расположил в самом низу листа, поэтому мы можем предполагать о том, что ребёнок неуверен в себе, может быть заниженная самооценка.

При анализе рисунка Данила Н. заметно проявление у мальчика агрессивности, о чём говорит агрессивная поза человека, человек вооружён (в руках держит пистолеты). На лице человека нет глаз, и голова нарисована в профиль. Такое положение рисунка рассматривается как проявление закрытости ребёнка, ухода от общения. Отсутствие таких основных деталей лица, как глаза может указывать на определенные трудности в человеческом общении или его отрицание.

Мы предполагаем, агрессивность мальчика выражается в стремлении доминировать над сверстниками, прибегать к силе, как средству привлечения внимания или разрешения конфликтов, что возможно и является причиной возникновения трудностей в общении с другими детьми группы.

По результатам социометрического исследования видно, что Данил имеет только два выбора из всех детей группы, мальчик имеет неблагоприятную статусную категорию, и из этого мы также можем сделать вывод, что у мальчика возникают трудности в общении с другими детьми. Следствием агрессивности может являться и то, что большинство детей испытывают по

этой причине к мальчику негативные эмоции и отрицательно их оценивают, следовательно, не принимают Данила в свой круг общения. В группе при проведении наблюдения за детьми у него проявлялись в поведении признаки агрессии по отношению к другим детям. Дети часто жаловались на него («Данил обижает меня...», «А Данил толкается...»).

При анализе рисунка Светы Л. прежде всего по рисунку можно сказать, что у Светы высокий уровень тревожности. При наблюдении были выявлены трудности в общении с детьми группы. По социометрическому исследованию мы получили результаты о том, что Света находится в статусной категории «не приняты». При исследовании рисунка также можно сказать о проявлении демонстративности по типу «бегства в воображение».

Ребёнок с таким видом демонстративности менее благополучен в общении и взаимоотношениях. Испытывая потребность в общении, он не может её реализовать в силу присущей ему тревожности, что еще более усугубляет тревожный компонент в структуре его личности, а демонстративные тенденции переносятся в воображаемый план.

Компенсируя испытываемый им недостаток внимания, Света иногда лжёт, что вызывает к ней отрицательное отношение со стороны детей (особенно, если такая черта отрицательно оценивается воспитателем).

Рисую человека, ребёнок с таким видом демонстративности компенсирует своё чувство неуверенности, как правило, за счёт изображения себя в виде принцессы или других необычных персонажей, то есть за счет украшения своего образа. Однако на рисунке Светы элементы декорированности носят более сдержанный характер, чем декорированность фигур на рисунках других девочек. На рисунке есть некоторые показатели, которые свидетельствуют о неблагоприятном личностном развитии. Одна из отличительных особенностей демонстративности, как личностной черты от демонстративности, носящей компенсаторный характер – прорисовка ног.

Ксюша и Влада нарисовали длинное платье и выглядывающие из под него нарядные туфельки. У Светы ноги нарисованы с нарушением пропорций. Дети с компенсаторной демонстративностью если и рисуют обувь, то она не декорирована и иногда имеет весьма внушительные размеры, как будто призвана придать значимость, весомость всей фигуре человека.

В процессе рисования Света часто обращалась за поддержкой, переспрашивала или правильно она рисует и все ли она правильно делает. При рисовании сильно нажимала на карандаш. О повышенной степени тревожности свидетельствует «тревожная линия». На рисунке изображенного дома отсутствуют двери, из чего можно сделать вывод, что ребенок испытывает трудности при стремлении раскрыться перед другими (особенно это может быть в домашнем кругу). Редуцированные кисти рук свидетельствуют о сниженной практике общения ребёнка. При этом потребность в общении не обязательно снижена. Возможно, что у девочки наоборот, потребность в общении может быть очень высокая, но в силу неблагоприятно складывающихся взаимоотношений эта потребность подавлена, загнана внутрь. Волосы девочка изобразила сильной штриховкой, что также может говорить о тревоге, связанной с мышлением или воображением.

Исследуя рисунки некоторых детей, можно увидеть наиболее яркое проявление тревожности. Например, рисунок Андрея К. Прежде всего надо сказать, что ребёнок при рисовании вел себя беспокойно, прикрывал рисунок рукой. На рисунке видна сильная линия нажима карандаша на бумагу. В рисунке человека Андрей сильно выделил туловище: оно слишком крупное, что говорит о наличии неудовлетворённых, остро осознаваемых ребёнком потребностей; туловище сильно затушевано, что говорит о присутствии тревоги у ребенка. Руки слишком крупные, т.е. у ребёнка сильная потребность к лучшей приспособляемости в социальных отношениях с чувством неадекватности и склонностью к импульсивному поведению. Одновременно фигура человека изображена как бы на ветру, что говорит о потребности этого ребёнка в любви,

привязанности, теплоте. В нарисованном доме отсутствует дверь, т.е. можно сказать, что ребенок испытывает трудности при стремлении раскрыться перед другими, есть трудности в общении с детьми, может быть из-за повышенного уровня тревожности. При зарисовке дерева изобразил только ствол и ветки. Ветки нарисованы в разные стороны – это поиск самоутверждения, контактов, светливость, чувствительность к окружающему.

Рисунок Леша К. Показывает наличие у ребенка тревоги, эмоциональной зависимости, чувство дискомфорта и скованности, недостаток веры в себя, т.к. все три рисунка очень маленькие и изображены в самом низу листа. Линии рисунка неуверенные, выделение некоторых деталей рисунка говорит о возможном существовании тревожности. А также изменчивый нажим может говорить об эмоциональной нестабильности. Во время рисования ребёнок просил помощи, переспрашивал, что надо рисовать. Изображение человека: руки человека короткие, отсутствуют кисти, что свидетельствует о сниженной практике общения ребёнка. Потребность в общении не удовлетворяется. У ребёнка возможно отсутствие стремления к общению и проявление чувства неадекватности. Рисунок дерева: ветки нарисованы вверх, одной линией, т.е. возможно ребенок старается избегать неприятностей, приукрашивание реальности. Рассмотрим рисунок дома – опять-таки отсутствие двери, что говорит о замкнутости ребенка, возникающие трудности в общении.

По социометрическим исследованиям Леша К. получил только один выбор, нет взаимных выборов. Мальчик имеет неблагоприятный статус в системе взаимоотношений в группе.

Изучая рисунок Александра К., мы увидели следующие особенности: сильная линия нажима карандаша при рисовании, неуверенная линия рисунка, в рисунке человека выделил ноги, используя сильную штриховку, а также прорисовка глаз – признаки тревожности. Видны элементы агрессии, т.е. изображение кистей рук в виде кулаков. Изображены непропорционально

длинные ноги – возможно у мальчика сильная потребность в независимости и стремление к ней.

В рисунке дерева можно сказать о таких особенностях: ствол изображен двумя линиями с нажимом, что говорит о решительности и активности ребенка. Веток нет. Круглая крона говорит об эмоциональности ребёнка. В рисунке дома отсутствует дверь, но ребёнок пририсовал лестницу, это может говорить о том, что ребёнок чувствует недостаток в общении, хотя сам тянется к общению и взаимодействию с другими детьми.

При исследовании рисунка Вероники Ш. мы можем сделать следующие выводы: возможно проявление признаков агрессии, так как в рисунке человека мы видим, что Вероника изобразила мальчика. О признаках агрессии может говорить и изображение пальцев без ладоней. У человека сильно затушёваны волосы и видно выделение некоторых деталей, что говорит о повышенном уровне тревожности. (Листву дерева ребёнок изобразил также в виде затушёвки, но не выразительной).

В рисунке человека руки очень короткие, это говорит о том, что у девочки возможно отсутствие стремления вместе с чувством неадекватности. В рисунке дома нет трубы – это говорит о том, что ей, возможно, не хватает психологической теплоты дома. Отсутствие двери на рисунке означает то, что ребёнок испытывает трудности при стремлении раскрыться перед другими.

Но при социометрическом исследовании мы получили такие результаты: девочка пользуется популярностью среди детей, получила большое количество выборов, т.е. имеет благоприятную статусную категорию, и трудностей в общении с детьми не возникало.

Павел П. Расположил все три рисунка в самом низу листа бумаги, рисунки очень маленькие, что может говорить о незащищенности ребенка, о неуверенности в себе, чувство неполноценности. На всех трёх рисунках ребенок интенсивно выделял некоторые детали – это показывает тревожность ребёнка. В рисунке человека – ноги широко расставлены – возможно,

пренебрежение (неподчинение, игнорирование или незащищенность) ребёнка. Ступни непропорционально длинные – потребность ребенка в безопасности, а может потребность демонстрировать мужественность. В рисунке дерева ветви нарисованы в разные стороны, что показывает поиск контактов с окружающим, чувствительность к окружающему.

Домик маленький, расположен с самого края листа бумаги, что говорит о зависимости ребенка от других, неуверенности в себе. Отсутствие двери показывает на замкнутость, неудовлетворенность потребности в общении.

Результаты исследования уровня тревожности старших дошкольников по методике «Дом. Дерево. Человек» представлены на рис. 1.

Рис. 1. Уровень тревожности старших дошкольников (по методике «Дом. Дерево. Человек»)

2. Методика выявления тревожности у детей (Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен). (Приложение 2).

В результате проведенного исследования по методике выявления тревожности у детей. (Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен) мы получили результаты, представленные на рисунке 2.

Рис. 2. Уровень тревожности старших дошкольников (по методике Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен)

Для сравнения результаты методики «Дом. Дерево. Человек» и методики выявления тревожности у детей. (Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен) представлены в таблице 2.

Таблица 2.

Сравнительные результаты методики «Дом. Дерево. Человек» и методики выявления тревожности у детей. (Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен)

Как видно из таблицы, данные детей с высоким уровнем тревожности совпадают, у детей со средним и низким уровнем отличаются на 10% (один человек в тесте ИТ показал результаты среднего уровня).

Таким образом, мы можем судить о достоверности полученных данных.

3. Социометрический эксперимент:

В результате проведенного социометрического исследования в группе детей старшего дошкольного возраста с целью изучения межличностных отношений мы определили следующие диагностические показатели (таблица 3):

Таблица 3

Статусные категории детей старшего дошкольного возраста в группе.

Уровень благополучия взаимоотношений (УБВ) - 70%. Мы получили высокий уровень благополучия взаимоотношений, так как в группе большее количество детей имеет благоприятный статус.

Коэффициент взаимности (КВ) – индекс групповой сплоченности, выражает различный характер отношений, существующих в группе. КВ 23%, из чего следует, что в данной группе средний уровень взаимности. Значение коэффициента взаимности и построение социограммы на основе вычисленных взаимных выборов даёт нам представление о характере отношений, существующих в группе, то есть свидетельствует о разобщенности группы на отдельные группировки по 2 – 3 человека. Причём мы заметили, что девочки и мальчики создают свои группировки обособлено друг от друга, то есть наблюдается высокая половая дифференциация в группе (старший дошкольный возраст).

Индекс изолированности (ИИ) - 0%, т.е. данную группу можно считать благополучной, статусная категория «изолированные» отсутствует.

Мы выяснили, каким образом дети мотивировали свои выборы. Например дети, у которых были взаимные выборы с Катей П. (1 статусная группа, «звезды») на вопрос «Почему ты в первую очередь решил(-а) подарить картинку Кате?», – ответили следующим образом: девочки: «Она моя самая хорошая подружка, с ней интересно играть...», мальчики отвечают: « Она хорошая, добрая, нравится, она красивая...»

Тогда детям задавали следующий вопрос: «Если бы у тебя было много картинок, но одному ребёнку из группы не хватило, кому бы ты не дал картинку и почему...» Дети отвечают, например: «Он (она) всегда дерётся...», «Толкается...», «Жадная...» и т.д. Поэтому, у девочек, например, в основе мотива выбора находятся дружеские отношения, а также проявляется интерес к совместной деятельности с этим ребёнком. Мальчики выбирают, исходя из эмоционально положительного отношения к девочке, выделяют внешние качества, проявляют симпатию к ней.

При исследовании межличностных отношений дошкольников данной группы мы заметили тенденцию более благоприятного положения в группе девочек, чем мальчиков. Мы получили результаты по количеству ожидаемых выборов и по количеству оправдавшихся выборов и получили коэффициент осознанности отношений (КО). Для данной группы средний показатель коэффициента осознанности отношений равен 27%.

Таким образом, у детей общее число ожидаемых выборов значительно больше, чем оправдавшихся, и этот факт свидетельствует о высоком уровне притязаний детей группы, которые имеют неблагоприятный статус. Данные на каждого ребёнка в приложении 4. Статусное положение детей с различным уровнем тревожности в группе представлено в таблице 4.

Таблица 4.

Статусное положение детей с различным уровнем тревожности.

Более наглядно результаты представлены на рисунке 3.

Рис. 3. Уровень тревожности и социометрический статус старших дошкольников

Сопоставляя статусное положение каждого ребёнка группы с присущим ему уровнем тревожности, мы получили следующие результаты: из общего количества детей I статуса «звезды» 84% детей имеют низкий уровень тревожности и 16% – средний уровень тревожности; из всех детей группы, находящихся во II статусе («принятые») 55% детей имеют низкий уровень тревожности и 45% имеют средний уровень тревожности; из всех детей III статуса («не принятые») 33% детей имеют высокий уровень тревожности, 33% детей имеют средний уровень тревожности и 33% детей имеют низкий уровень тревожности; 1 ребенок, находящийся в IV статусе («изолированный»), имеет высокий уровень тревожности.

Все дети с высоким уровнем тревожности попали в неблагоприятную статусную категорию. (Приложение №5.)

2.3. Рекомендации по оптимизации уровня тревожности старших дошкольников, имеющих разный социометрический статус

Работа педагога, направленная на профилактику и коррекцию проявления тревожности школьников, должна строиться с учётом специфики их нервной системы, возрастных и личностных особенностей, а также стиля семейного воспитания. В основе наших рекомендаций лежит положение в том, что причинами появления тревожности у детей являются, с одной стороны, нарушения со стороны центральной нервной системы, минимальная мозговая дисфункция, а с другой – социальные предпосылки, прежде всего неодобрение значимых для них людей: близких, педагогов и сверстников. [14, с 85]

Основными задачами педагога являются следующие:

1. Выявление детей с заметными признаками тревожности.

2. Отслеживание ситуаций, в которых эта тревожность больше всего проявляется.

3. Беседы с родителями, наблюдение за характером общения матери с ребёнком с целью установления доминирующего типа воспитания в семье и консультации с медработником детского сада – их предпосылок тревожности.

4. Правильная организация жизни детей в группе – чуткое и доверительное отношение к ребёнку, обеспечение ему эмоциональной поддержки со стороны взрослого (положительная оценка деятельности, ласковые, ободряющие взгляды и прикосновения, улыбки).

5. Обеспечение благоприятного отношения сверстников к неуверенному ребёнку, для чего необходимо обращать внимание других детей на его успехи и положительные черты характера, поощрять его достижения, использовать в том числе такой прием, как смена позиции ребёнка (например, от обучаемого к обучающему) в доступной для него сфере деятельности или в общении с младшими детьми.

Для формирования доброжелательного, чуткого и доверительного отношения к ребёнку в группе детского сада воспитатель должен обращать внимание на особенности поведения детей, в первую очередь тех, которые этого внимания боятся и избегают, т.е. тревожных. При этом важно, чтобы внимание воспитателя не было навязчивым, что может еще больше испугать робкого ребёнка. Внимание должно выражаться в одобрительных словах, похвалах, поддержке. Не надо опасаться перехвалить робкого ребёнка – его самооценка обычно настолько занижена, что лишнее доброе слово не повредит. Детей, не привыкших к похвалам и одобрению (из семей с формальным и жестко авторитарным стилями воспитания), можно и нужно хвалить не только за реальные успехи (правильный ответ, хороший рисунок, красивая аппликация). Хвалить не только за хорошие поступки, но и просто так, например, за внешний вид: «Какая ты сегодня красивая! Всем приятно на тебя смотреть. Мы все рады тебе!». Можно похвалить мальчика за силу, храбрость и

ловкость, даже если он этими качествами не обладает. Можно выставить работу неуверенного в себе ребёнка на стенд «Самые лучшие». Однако детей из семей с преобладанием тревожно-мнительного стиля воспитания желательно хвалить за реальные, пусть даже самые незначительные успехи, а одобрение своего внешнего вида они в избытке получают и дома. Но не надо забывать, что в дошкольном учреждении такие дети в растерянности, испытывают затруднения из-за необходимости действовать самостоятельно, поэтому их надо хвалить именно в ситуации, когда они, наконец, решились и хоть что-то сделали сами (можно и помочь, но так, чтобы ни они сами, ни другие дети этого не заметили).

Если у тревожного ребёнка не получается то, с чем справляются остальные дети, не надо привлекать к нему внимание, а тем более высказывать критические замечания типа «Какой ты неряха!», «Дай я – ты не умеешь», «Безрукий ты что ли?», «Ну что ты копаешься? Посмотри, у других все давно сделано». Следует мягко приободрить ребёнка, выбирая слова, которые его не травмируют: «Сейчас у тебя получится!», «Давай вместе», «Видишь, уже лучше?». Если другие дети не заметили неудач неуверенного ребёнка, то и не надо привлекать их внимание.

При выполнении различных заданий рекомендуется объединять тревожных детей в пары с теми, кто легко справляется с заданием и при этом обладает доброжелательным и спокойным характером. Это позволяет неуверенному ребёнку, с одной стороны, включиться в деловое общение со сверстником, с другой – сравнить свою работу с работой сверстника и отнести похвалу педагога и к себе (делали-то вместе), что, естественно, повышает внутреннюю самооценку.

Желательно – и не только на занятиях – объединять робких, тревожных детей с активными, спокойными и доброжелательными сверстниками, например, при выполнении поручений взрослого: помочь накрыть на стол, сходить на кухню за хлебом, разложить на столах материалы к занятию,

позвать помощника воспитателя, привести ребенка, за которым пришли родители, и т.д.

Когда ребёнок, неуверенный в себе, делает что-то самостоятельно или в паре с другим, его нужно обязательно похвалить даже за минимальный успех (ровно закрасил картинку, правильно держит ножницы или кисть и т.п.). Если нет даже таких успехов, похвалить можно авансом: «Все у тебя получится - видишь, как хорошо выходит».

Для эмоционального комфорта тревожного ребенка в группе следует вовлекать его в игры других детей, хотя бы на второстепенные роли, поощрять малейшие проявления инициативы. Часто остальные дети не принимают такого ребёнка в игру, поскольку как партнёр он малоинтересен, тогда сам педагог может временно включиться в игру, придумать в ней роль для отвергнутого ребёнка. Например: «А вот сейчас я сама будто пришла к вам в больницу со своей дочкой» или «А где у нас будет аптека? Пусть Саша будет продавец в аптеке, а вы все идите к нему с рецептами и получайте лекарство. Вот это (вводится предмет-заместитель) у нас рецепты».

Если тревожный ребёнок все-таки сильно волнуется и избегает коллективные игры, стоит предложить ему индивидуальные настольные игры – мозаику, пазлы, конструктор, время от времени поощряя его, что-то подсказывая. Но практика показывает, что большинство тревожных детей заинтересованно относятся к игре сверстников, приглядываются к ней и с помощью педагога охотно в неё включаются.

Если тревожный ребенок проявляет не робость, а агрессию из-за того, что не умеет и боится общаться с другими детьми, ему следует помочь преодолеть страх перед воображаемой опасностью. Таким детям труднее дается игровое и личностное общение, при котором нужно постоянно учитывать точку зрения, чувства и желания других участников. Им более доступны игры с правилами (если они с этими правилами знакомы), в том числе и настольные, в которых преобладает деловое общение, а не эмоции и желания.

Работа с агрессивно-тревожными детьми особенно трудоемка и требует постоянного внимания воспитателя. Их, как и всех тревожных детей, следует часто хвалить, хотя их поведение обычно не дает для этого оснований, а отрицательные качества бросаются в глаза. Поэтому приходится специально создавать ситуации, в которых такой ребёнок может положительно проявить себя, а потом хвалить в присутствии других детей. Агрессивно-тревожное поведение изживается очень медленно – по мере роста уверенности ребёнка в себе, появления у него доверия к окружающим.

Очень благотворно сказывается на снижении тревожности включение робких и застенчивых детей в различные праздничные и досуговые мероприятия, театральные представления. Пусть сначала стеснительный ребенок будет только зрителем, по мере привыкания ему можно поручать простейшие, «бессловесные» роли (второй зайчик, третий цветочек, один из семерых козлят). Затем можно перейти к второстепенным, не исключаящим речи: стишок в монтаже, участие в хоре, танец с другими детьми. Если есть возможность, следует предоставить таким детям красивые костюмы, головные уборы, маски и прочую атрибутику, особенно в спектаклях и утренниках. Это позволит им почувствовать себя красивыми и более уверенными.

При этом важно поощрять малейшие успехи, ставить ребенка в пример остальным: «Посмотрите, как прямо Оля держит спинку! Вот так все и старайтесь танцевать». Вряд ли дети действительно оценят Олину осанку, но сама девочка почувствует уверенность. В некоторых случаях удастся перейти и к небольшим «сольным» выступлениям: прочесть стихотворение, спеть куплет песни или частушку, но только если это не встречает резкого сопротивления ребенка. Насилие здесь недопустимо!

Очень удобным моментом для приучения тревожных детей быть в центре внимания является празднование дней рождения в группе, когда все по очереди поздравляют именинника, говорят ему приятные слова, радуются вместе с ним. Положительное эмоциональное состояние ребенка порождает в нем

уверенность, что все его любят, всем он нравится. В другие дни, когда он окажется уже не в роли именинника, а в роли поправляющего, приятное воспоминание о своем дне рождения поможет и сказать несколько теплых слов другому ребёнку, т.е. вступить с ним в общение и выразить свои чувства, что обычно для таких детей трудно.

Нежелательно включать неуверенных в себе детей в игры соревновательного характера, так как их неустойчивая самооценка может в этих ситуациях привести к новому всплеску тревожности и вместо радости принести только страх неудачи. Это же относится и к физкультурным занятиям. Если в группе много тревожных детей, соревнований надо проводить поменьше и к участию в них привлекать только желающих. Те дети, которые соревноваться не хотят, могут быть болельщиками, помощниками «судьи»; некоторых можно расставить на старте и финише, поручив им делать «отмашку» флажком и т.д. В этом случае все окажутся вовлечены в общее дело, но не будут испытывать стресса из-за неуверенности в успехе.

На занятиях для тревожных детей нужно подбирать простые, посильные упражнения. Такой ребенок, столкнувшись с заданием, часто так волнуется, что начинает выполнять его, не понимая и не дослушав до конца педагога, ориентируясь только на его одобрение или неодобрение. Поэтому ему надо четко все объяснить и контролировать его работу по шагам. У неуверенных в себе детей очень смутные критерии оценки своих успехов, поэтому они так нуждаются в критериях взрослого. Здесь особенно важны индивидуальный подход, предоставление детям возможности действовать в своем темпе, незаметная помощь, своевременная подсказка. Например, «Я вижу, ты нашел правильный кусочек аппликации. Куда мы его приклеим? Правильно, сюда (при этом педагог рукой ребенка подвигает фрагмент на нужное место). Формулировки «Мы делаем», «Мы кладем», «Мы рисуем» и т.п. снимают у ребенка стресс, возникающий от чрезмерного внимания к лично его результатам (этого он боится), а похвала: «Вот и молодец, правильно!» –

воспринимается в прямую, как относящаяся именно к нему, что повышает самооценку. [13, с 54]

Работая над закреплением навыков для успешных занятий в группе сверстников, следует объединять его с младшими по возрасту или с новичками, которые тоже испытывают затруднения. С ними проводятся короткие дополнительные занятия, а когда знания и нужные навыки закрепятся, можно приблизить занятия – по сложности – к обычным. Очень эффективным приемом представляется изменение позиции ребёнка с «обучаемого» на «обучающего», когда ему поручают научить чему-нибудь детей младшего возраста или тех, кто не умеет это делать. Это могут быть не специфически «учебные» умения, а любые действия, которые хорошо получаются у данного ребёнка: один красиво рисует, другой метко бросает мячик, кто-то быстро завязывает шнурки, а кто-то – мастер по конструированию. Содержание деятельности не имеет особого значения – важно, чтобы педагог знал сильные стороны каждого тревожного ребёнка и пользовался любым случаем напомнить об этом остальным детям в группе.

Организация эмоционально-положительного отношения к тревожным детям, создание спокойной, дружелюбной обстановки в группе, подбор посильных заданий на занятиях, вовлечение детей в процесс общения таким образом, чтобы они сами могли дозировать степень своего в нём участия, отсутствие негативных оценок со стороны педагога – всё это заметно снижает уровень тревожности у детей и облегчает их жизнь в условиях детского сада. Повышение самооценки и развитие инициативности у тревожных детей гармонизируют их личностное развитие и снижают риск проявлений тревожности и в детском саду, и за его пределами.

Преодоление страха и тревожности у детей.

Мы использовали два способа преодоления тревожности у детей.

1. Метод последовательной десенсибилизации. Суть его состоит в том, что ребёнка 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, возможно, даже испуг. Для снятия напряжения ребёнку предлагают сосать конфету.

2. Метод «отреагирования» страха, тревоги, напряжения. Осуществляется с помощью игры – драматизации «в очень страшную, страшную школу», где сначала с помощью кукол - петрушек, в форме театральных этюдов дети изображают пугающие их ситуации школьной жизни, причём все «пугающие» моменты должны быть доведены до крайней степени («чтобы зрителям было очень страшно»). Кроме того, можно применять приёмы «рисование страхов», «рассказы о страхах», причём акцентироваться должна школьная тематика. В ходе этой работы поощряются попытки юмористического, карикатурного изображения ситуации.

Работая с тревожными детьми, используются специальные оценки: максимально развёртываются критерии той или иной оценки, похвалы, замечания и одновременно предельно сужается и конкретизируется сфера действия оценочного суждения (оценивается не вся деятельность сразу, а её отдельные элементы, особенно успешные.) При этом большое внимание уделяется поддержанию в группе атмосферы принятия, безопасности, чтобы ребёнок чувствовал, что его ценят вне зависимости от его успехов. Важным является формирование такого отношения не только к оценке, но к успеху, неуспеху, выигрышу, проигрышу – к любому результату, когда он воспринимается ребёнком, прежде всего, как ориентир на пути овладения знаниями, умениями. Именно это позволяет детей не ориентироваться на результат, сделать детей свободными к собственным успехам и неудачам. Для этого можно использовать и шуточные соревнования, в которых победа или поражение относительны, не требуют значительных усилий, легко переходят от одного ребёнка к другому.

Повышенная значимость будущих требований школы, ведущая сильной напряжённости, снимается посредством приёма «Школа клоунов».

Детям читают отрывки из книги Э.Успенского, рассказывают о каких-нибудь правилах этой школы, придумывают уроки, отметки. Каждый ребёнок обязательно должен что-нибудь рассказывать или показывать. Дети предварительно договариваются, какое правило для «Школы клоунов» будет выполняться, и оно включается в ход «учебных» игровых занятий, что способствует развитию произвольности. Задача такой работы-игры, с одной стороны, показать относительность рамок «хорошо - плохо», а с другой – помочь детям осознать, для чего эти правила нужны. Дети начинают понимать, что требования, правила относительны и необходимы. Таким образом, создаются условия для преодоления стремления всегда и во всём действовать по правилам.

Важным направлением этой работы является развитие у детей мотива компетентности, стремления быть не хуже других, не мириться с собственной «неполноценностью».

Для развития указанных мотивов следует использовать ряд специальных приёмов. Один из них «Я не могу - я могу - я сумею». Суть его состоит в следующем. Если ребёнок отказывается выполнять задание, говоря, что он с ним не справится, учитель просит его выполнить задание другого ребёнка, который знает меньше и не может справиться с заданием, и изобразить такого ребёнка. Затем просит изобразить ребёнка, который сумеет справиться с заданием. При этом дети убеждаются, что они далеко продвинулись от полного неумения и могут, если попробуют продвинуться ещё дальше. Дети произносят «волшебное заклинание»: «Я не могу...» – и каждый по очереди говорит, чем ему трудно это задание. «Я могу...» – дети по очереди говорят, что они могут сделать. «Я сумею...» – каждый старается сказать, насколько он может выполнить задание. При этом правильность или неправильность реплик детей не комментируется, подчёркивается только, что каждый

чего-то не умеет, чего-то не может, и каждый сумеет, если захочет, добиться продвижения вперёд и быть не хуже других.

Особо следует сказать о приёмах, помогающих детям снять повышенную напряжённость. С ней часто бывают связаны двигательные беспокойства, агрессивность. Здесь можно использовать щит, который держит взрослый и в который можно стучать игрушечным мячом, бить кулаком и т.п. Это приём можно применять в зависимости от условий.

Работа воспитателя по снятию школьной тревожности и страхов проводится непосредственно в ходе учебных занятий, когда используются отдельные методы и приёмы, описанные выше, а также в специальной группе. Эта работа будет иметь эффект только при создании благоприятных условий семье и детском саду, где хорошие отношения будут поддерживать ребёнка.

Методические рекомендации «Коррекция повышенной тревожности у детей дошкольного возраста»

Методические рекомендации успешно применяются в МКДОУ ДС № 16 г. Радужный Тюменской области ХМАО и дают положительные результаты. Дети становятся более уверенными в себе, улучшаются взаимоотношения в коллективе сверстников, снижается тревожность и страхи, по утверждению родителей. С детьми становится легче общаться, они лучше понимают друг друга.

Цель рекомендаций – психологическая поддержка детей, имеющих неадекватный уровень тревожности.

Задачи рекомендаций:

Снизить тревожность.

Усилить « Я » ребёнка.

Актуализировать чувство страха и неуверенности.

Повысить психический тонус ребёнка.

Осуществить контроль над объектом страха.

Повысить уверенность в себе.

Критерии эффективности рекомендаций:

- повышение уверенности в себе;
- снижение тревожности;
- снижение количества страхов;
- улучшение взаимоотношений родитель-ребёнок

1 этап – диагностический.

Цель: изучение нарушений психологического здоровья у детей.

2 этап – информационный.

Цель: информирование родителей и педагогов о имеющихся нарушениях в развитии детей.

3 этап – практический.

Цель: профилактика и коррекция нарушений психологического здоровья детей.

4 этап – контрольный.

Цель: определение эффективности коррекционной работы.

Методы и техники, используемые в программе:

Релаксация.

Подготовка тела и психики к деятельности, сосредоточение на своём внутреннем мире, освобождение от излишнего и нервного напряжения.

Концентрация.

Сосредоточение на своих зрительных, звуковых и телесных ощущениях, на эмоциях, чувствах и переживаниях.

Функциональная музыка.

Успокаивающая и восстанавливающая музыка способствует уменьшению эмоциональной напряжённости, переключает внимание.

Игротерапия.

Используется для снижения напряжённости, мышечных зажимов, тревожности, повышения уверенности в себе, снижения страхов.

Телесная терапия.

Способствует снижению мышечных зажимов, напряжения, тревожности.

Арт - терапия. Повышение уверенности, развитие мелкой моторики, снижение тревожности.

Цикл практических занятий рассчитан на 7 часов, т.е. 10 занятий. Занятия проводятся с одной группой два раза в неделю. В каждой группе 5-6 человек. Занятия подобраны так, чтобы на протяжении всего занятия и всего курса сохранялся интерес и у малышей и у детей постарше. Идеальный вариант – одновозрастные группы, но группы могут быть разновозрастные.

Условия проведения занятий:

- 1) принятие ребёнка таким, какой он есть;
- 2) нельзя торопить, не замедлять игровой процесс;
- 3) учитывается принцип поэтапного погружения и выхода из травмирующей ситуации;
- 4) начало и конец занятий должны быть ритуальными, чтобы сохранить у ребёнка ощущение целостности и завершенности занятия;
- 5) игра не комментируется взрослым;
- 6) в любой игре ребёнку предлагается возможность импровизации.

Все занятия имеют гибкую структуру, наполняемую разным содержанием. Во время занятия дети сидят в кругу. Круг – это, прежде всего, возможность открытого общения. Он создаёт ощущение целостности, завершенности, придаёт гармонию отношениям детей, облегчает взаимопонимание.

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

1 блок – развлекательные (контактные) – 1 занятие – включает объединение детей, задания направленные на создание доброй и безопасной обстановки.

2 блок – коррекционно-направленные + обучающие. Восемь занятий – коррекция эмоциональных нарушений (страхов, тревожности, неуверенности в себе), обучение.

3 блок – развлекательные + обучающие + контрольные.

Контрольный этап позволяет увидеть эффективность коррекционной работы. Контроль осуществляется с использованием всех диагностических материалов ранее использованных. Результаты фиксируются в психологических картах и сравниваются.

Структура игрового занятия.

Ритуал приветствия – 2 минуты.

Разминка – 10 минут.

Коррекционно-развивающий этап – 20 минут

Подведение итогов – 6 минут.

Ритуал прощания – 2 минуты.

Тематическое планирование занятий с детьми дошкольного и младшего школьного возраста.

Занятие 1. «Здравствуйте, это Я!»

Цель: знакомство участников друг с другом, повышение позитивного настроения и сплочения детей, эмоциональное и мышечное расслабление.

Материалы для занятия: магнитофон, спокойная музыка, большой лист бумаги, краски, макеты кочек.

Разминка: Упражнение «Росточек под солнцем»

Дети превращаются в маленький росточек (сворачиваются в клубочек и обхватывают колени руками) всё чаще пригревает солнышко, и росточек начинает расти и тянуться к солнышку.

Все движения выполняются под музыку.

Упражнение «Доброе утро...»

Дети вместе с психологом сидят в кругу. Всем предлагается поприветствовать друг друга Доброе утро Саша ... Оля...и т.д., которые нужно пропеть.

Упражнение «Что я люблю?»

Дети в кругу, каждый говорит по очереди, что он любит из еды, одежды, во что любит играть и т. д.

Упражнение «Качели»

Дети в парах. Один из участников становится в позу эмбриона, другой его раскачивает. Далее меняются.

Упражнение «Угадай по голосу»

Один из игроков выходит за двери, остальные должны обнаружить, кто вышел из комнаты, и описать его.

Упражнение «Лягушки на болоте»

Дети превращаются в лягушек. На полу выкладываются макеты кочек на разном расстоянии друг от друга, каждый должен попасть на все кочки по порядку.

Упражнение «Художники – натуралисты»

Дети рисуют совместный рисунок по теме « Следы невиданных зверей».

Занятие 2. «Мое имя»

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

Материалы к занятию: магнитофон, спокойная музыка, краски, альбомы для рисования.

1. Упражнение « Росточек под солнцем»

см. 1 занятие.

2. Упражнение « Узнай по голосу»

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

3. Игра « Моё имя»

Психолог задаёт вопросы, дети по кругу отвечают.

Тебе нравится твоё имя?

Хотел бы ты, чтобы тебя звали по - другому? Как?

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

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

4. Игра «Разведчики»

Дети выстраиваются змейкой друг за другом. В зале расставляются стулья беспорядочно. Первый в колонне ведёт, запутывая, а последний запоминает этот путь и должен будет потом его воспроизвести.

5. Рисование самого себя.

Психолог предлагает нарисовать себя в трёх зеркалах:

в зелёном – такими, какими они представляются себе;

в голубом – какими они хотят быть;

в красном – какими их видят друзья.

6. Упражнение « Доверяющее падение»

Дети встают друг против друга и сцепляют руки. Один из детей встаёт на стульчик и падает спиной на сцепленные руки.

7. Упражнение « Горячие ладошки»

См. 1 занятие.

Занятие 3. «Настроение»

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

Материалы для занятия: магнитофон, спокойная музыка, краски, альбомные листы; «пружинки» на отдельных листах.

1. Упражнение «Росточек под солнцем»

См. занятие 1.

2. Упражнение «Возьми и передай»

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

3. Упражнение «Неваляшка»

Дети делятся по три человека. Один из них неваляшка, двое других раскачивают эту неваляшку.

4. Упражнение «Превращения»

Психолог предлагает детям:

нахмуриться как... осенняя туча; рассерженный человек;

позлиться как... злая волшебница; два барана на мосту; голодный волк; ребёнок, у которого отняли мяч;

испугаться как ... заяц, увидевший волка; птенец, упавший из гнезда;

улыбнуться как ... кот на солнышке; само солнышко; хитрая лиса;

5. Рисование на тему «Моё настроение»

После выполнения рисунков дети рассказывают, какое настроение они изобразили.

6. Упражнение «Закончи предложение»

Детям предлагается закончить предложение:

Взрослые обычно боятся....; дети обычно боятся....; мамы обычно боятся....; папы обычно боятся....

7. Упражнение «Пружинки»

Детям предлагается обвести как можно точнее уже нарисованные пружинки.

8. Упражнение «Горячие ладошки»

Занятие 4. «Настроение»

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

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

1. Упражнение «Росточек под солнцем»

См. 1 занятие.

2. Упражнение «Злые и добрые кошки»

Чертим ручеёк. По обе стороны ручейка находятся злые кошки. Они дразнят друг друга, злятся друг на друга. По команде встают в центр ручейка и превращаются в добрых кошек, ласкают друг друга, говорят ласковые слова. Далее анализируем возникшие чувства.

3. Игра «На что похоже моё настроение?»

Дети по кругу при помощи сравнения говорят, на что похоже настроение. Начинает психолог: «Моё настроение похоже на белое пушистое облачко в спокойном голубом небе».

4. Упражнение «Ласковый мелок»

Дети разбиваются на пары. По очереди рисуют на спине друг другу различные предметы. Тот, кому рисуют должен угадать, что нарисовано. Анализируем чувства и ощущения.

5. Упражнение «Угадай, что спрятано в песке?»

Дети разбиваются на пары. Один прячет что-то в песке, другой пытается найти.

6. Рисование на тему «Автопортрет»

Детям предлагается нарисовать себя с тем настроением, с которым они пойдут с занятия.

7. Упражнение «Горячие ладошки»

Занятие 5. «Наши страхи»

Цель: стимулирование аффективной сферы ребёнка, повышение психического тонуса ребёнка.

Материалы к занятию: магнитофон, спокойная музыка, краски, альбомные листы, большой лист бумаги, подушка.

1. Упражнение «Росточек под солнцем»

См. 1 занятие.

2. Упражнение « Петушинные бои»

Дети разбиваются на пары – петушки. Они, стоя на одной ноге дерутся подушками. При этом они стараются сделать так, чтобы соперник наступил обеими ногами на пол, что означает его проигрыш.

3. Упражнение « Расскажи свой страх»

Психолог рассказывает детям о своих собственных страхах, тем самым, показывая, что страх – нормальное человеческое чувство и его не надо стыдиться. Затем дети сами рассказывают, что они боялись, когда были маленькими.

4. Рисование на тему «Чего я боялся, когда был маленьким».

Дети рисуют свои страхи, не показывая никому.

5. Упражнение «Чужие рисунки»

Детям по очереди показывают рисунки «страхов», только что нарисованных, все вместе придумывают чего боялись эти дети и как им можно помочь.

6. Упражнение «Дом ужасов»

Детям предлагается нарисовать обитателей дома ужасов.

Все страхи и ужасы остаются в кабинете у психолога.

7. Упражнение « Горячие ладошки»

Занятие 6. « Я больше НЕ БОЮСЬ»

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

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

1. Упражнение « Росточек под солнцем»

См. 1 занятие.

2. Упражнение «Смелые ребята»

Дети выбирают ведущего - он страшный дракон. Ребёнок становится на стул и говорит грозным голосом: «Бойтесь, меня бойтесь!» Дети отвечают: «Не боимся мы тебя!» Так повторяется 2-3 раза. От слов детей дракон постепенно уменьшается (ребёнок спрыгивает со стула), превращается в маленького воробушка. Начинает чирикать, летать по комнате.

3. Упражнение «Азбука страхов»

Детям предлагается нарисовать различных, страшных героев на отдельных листах и дать им имена. Далее дети рассказывают о том, что нарисовали. Далее каждому ребёнку предлагается превратить страшных героев в смешных, дорисовав их.

4. Упражнение «Страшная сказка по кругу»

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

5. Упражнение «На лесной полянке»

Психолог предлагает детям представить, что они попали на залитую солнцем полянку. На неё со всех сторон сбежались и слетелись лесные жители – всевозможные букашки, таракашки

Звучит музыка, дети превращаются в лесных жителей. Выполняют задания, соответственно каждому персонажу (кузнечик, бабочке, муравью и т. д.)

6. Упражнение «Прогони Бабу – Ягу»

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

7. Упражнение «Я тебя не боюсь»

Один ребёнок стоит перед психологом, остальные дети начинают его пугать по очереди. Ребёнок громким уверенным голосом говорит: «Я тебя не боюсь!»

8. Упражнение « Горячие ладошки»

Занятие 7. «Волшебный лес»

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

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

1. Упражнение « Росточек под солнцем»

См. 1 занятие.

2. Упражнение « За что меня любит мама...папа...сестра...и т. д.»

Детям предлагается сказать, за что их любят взрослые и за что они любят взрослых.

3. Упражнение « Лягушки на болоте»

См. 1 занятие.

4. Упражнение «Неопределённые фигуры»

Психолог на доске рисует различные фигуры, ребята говорят, на какие страшные существа они похожи.

5. Игра « Тропинка»

Дети выстраиваются в затылок и идут змейкой по воображаемой тропинке. По команде психолога они преодолевают воображаемые препятствия. « Спокойно идём по тропинке ... Вокруг кусты, деревья, зелёная травка... Вдруг на тропинке появились лужи ...Одна...Вторая...Третья.. Спокойно идём по тропинке. Перед нами ручей. Через него перекинут мостик. Переходим по мостику, держась за перила. Спокойно идём по тропинке... и т. д.

6. Коллективный рисунок по сочинённой общей истории на тему: «Волшебный лес»

Психолог предлагает детям представить тот лес, по которому шли по тропинке. Далее обсуждаем, что получилось, что удалось нарисовать вместе.

7. Упражнение « Доверяющее падение»

См. 2.занятие

8. Упражнение « Горячие ладошки»

Занятие 8. «Сказочная шкатулка»

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

Материалы к занятию: магнитофон, спокойная музыка, шкатулка, мяч, краски, альбомные листы, начало страшной сказки.

1. Упражнение « Росточек под солнцем»

См. 1 занятие.

2. Игра « Сказочная шкатулка»

Психолог сообщает детям, что Фея сказок принесла свою шкатулку – в ней спрятались герои сказок. Далее он говорит: «Вспомните своих любимых сказочных героев и скажите, какие они, чем они вам нравятся, как они выглядят. Далее с помощью волшебной полочки все дети превращаются в сказочных героев.

3. Упражнение «Конкурс боюсек»

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

4. Игра « Принц и принцесса»

Дети стоят по кругу. В центр ставится стул – это трон. Кто сегодня будет Принцем (Принцессой)? Ребёнок садится по желанию на трон. Остальные оказывают ему знаки внимания, говорят что-то хорошее.

5. Упражнение « Придумай весёлый конец»

Психолог читает ребятам начало детской страшной сказки. Необходимо придумать смешное продолжение и окончание.

6. Рисование на тему « Волшебные зеркала»

Психолог предлагает нарисовать себя в трёх зеркалах, но не простых, волшебных: в первом – маленьким и испуганным; во втором – большим и весёлым; в третьем – не боящимся ничего и сильным.

После задаются вопросы: Какой человек симпатичнее? На кого ты сейчас похож? В какое зеркало ты чаще смотришься?

7. Упражнение « Горячие ладошки»

Занятие 9. «Волшебники»

Цель: снижение психомышечного напряжения, закрепление адекватных форм проявления эмоций, развитие социального доверия

Материалы к занятию: магнитофон, спокойная музыка,

1. Упражнение « Росточек под солнцем»

См. 1 занятие.

2. Игра « Путаница»

Выбирается один водящий. Остальные дети запутываются, не расцепляя руки. Водящий должен распутать клубок.

3. Игра « Кораблик»

Матрос – один из детей, остальные дети – кораблик в бушующем море. Матрос, находящийся на корабле должен перекричать бурю: «Я не боюсь бури, я самый сильный матрос!»

4. Упражнение « Кони и всадники»

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

5. Упражнение « Волшебный сон»

Все дети отдыхают, и всем снится один и тот же сон, который рассказывает психолог.

6. Рисуем, что увидели во сне.

Каждый ребёнок вспоминает, что он увидел во сне, и рисует эту картинку.

7. Упражнение « Волшебники»

Один из детей превращается в волшебника. Ему завязывают глаза и предлагают догадаться, кто будет к нему подходить; он ощупывают кисти рук.

8. Упражнение « Горячие ладошки»

Занятие 10. «Солнце в ладошке»

Цель: освобождение от отрицательных эмоций, развитие социального доверия, повышение уверенности в своих силах повышение значимости в глазах окружающих.

Материалы к занятию: магнитофон, спокойная музыка, фотографии детей, краски альбомные листы.

1. Упражнение « Росточек под солнцем»

2. Упражнение « Неоконченные предложения»

Детям предлагается предложения, которые нужно закончить.

«Я люблю...», «Меня любят...», « Я не боюсь...», «Я верю...»

« В меня верят...», « Обо мне заботятся...»

3. Игра « Баба-Яга»

По считалке выбирается Баба-Яга. В центре комнаты рисуем круг. Баба-Яга берёт веточку- помело и становится в круг. Дети бегают вокруг Бабы- Яги и дразнят её. « Баба-Яга, костяная нога. С печки упала, ногу сломала. Пошла в огород, испугала весь народ. Побежала в баньку испугала зайку!» Баба-Яга выпрыгивает из круга и старается коснуться ребят помелом.

4. Игра « Комплименты»

Стоя в кругу, все берутся за руки. Глядя в глаза соседа, ребёнок говорит: « Мне нравится в тебе...» Принимающий кивает головой и отвечает: « Спасибо, мне очень приятно!»

Упражнение продолжается по кругу. Далее обсуждаем чувства, которые испытали дети при выполнении данного задания.

5. Упражнение « В лучах солнышка»

Психолог рисует солнышко, в лучах которой находятся фотографии детей. По сигналу психолога дети по очереди называют понравившиеся качества данного ребёнка, которые он показал на занятиях.

6. Упражнение «Солнце в ладошке»

Психолог зачитывает стихотворение, затем дети рисуют и дарят подарки (рисунки) друг другу.

Солнце в ладошке, тень на дорожке,
Крик петушиный, мурлыканье кошки,
Птица на ветке, цветок у тропинки,
Пчела на цветке, муравей на травинке,
И рядышком – жук, весь покрытый загаром.
И всё это – мне, и всё это – даром!
Вот так – ни за что! Лишь бы жил я и жил,
Любил этот мир и другим сохранил....

7. Упражнение « Горячие ладошки»

Выводы по второй главе

В исследованной группе детей большинство имеют низкий уровень тревожности, шесть детей имеют средний уровень тревожности и три ребёнка имеют высокий уровень тревожности, а также небольшая часть детей имеют средний уровень выраженности враждебности, конфликтности, незащищенности, недоверия к себе, депрессивности, чувства неполноценности, трудностей общения.

Сопоставляя полученные результаты двух тестов – «Дом – дерево – человек» и «Тест ИТ» можно сделать вывод, что проявление повышенной тревожности у одних и тех же детей.

В исследуемой группе большинство детей имеет благоприятный статус. Высокий уровень благополучия взаимоотношений означает благополучие большинства детей группы в системе межличностных отношений. Значение коэффициента взаимности и построение социограммы на основе вычисленных взаимных выборов даёт нам представление о характере отношений, существующих в группе, то есть свидетельствует о разобщённости группы на отдельные группировки по 2-3 человека. Индекс изолированности – 0%, данную группу можно считать благополучной. В основе мотива выбора у девочек или мальчиков детей своего пола находятся дружеские отношения, а также проявляется интерес к совместной деятельности с выбираемым ребёнком. Мальчики выбирают девочек, исходя из эмоционально положительного отношения к девочке, выделяют внешние качества, проявляют симпатию. В данной группе положение девочек более благоприятно, чем мальчиков. Выявлен такой характер связи как взаимная симпатия, в большинстве случаев мальчики выбирают девочек.

Для данной группы средний показатель коэффициента осознанности отношений равен 27% – у детей общее число ожидаемых выборов значительно

больше, чем оправдавшихся, и этот факт свидетельствует о высоком уровне притязаний детей группы, которые имеют неблагоприятный статус.

Сопоставляя статусное положение каждого ребёнка группы с присущим ему уровнем тревожности, были получены следующие результаты: из детей группы, находящихся в неблагоприятной статусной категории, 6 детей имеет средний уровень тревожности и три ребёнка имеет высокий уровень тревожности. Из детей группы, находящиеся на I и II статусах, большинство детей имеет низкий уровень тревожности, и два ребёнка имеет средний уровень тревожности.

Были составлены рекомендации для педагогов по работе с детьми, имеющими высокий уровень тревожности, которые реализуются на данный момент.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В ходе анализа психолого-педагогической литературы нами изучены понятия по теме, найдены теоретические обоснования причин возникновения тревожности у ребёнка старшего дошкольного возраста и её влияния на статусное положение ребёнка в группе детского сада.

В процессе проведённого исследования детей в старшей группе МКДОУ ДС № 16 г. Радужный Тюменской области ХМАО мы выяснили, что чем выше уровень тревожности, тем больший процент детей имеет неблагоприятный статус в группе, особенно это характерно для детей с высоким уровнем тревожности: в неблагоприятную статусную категорию попали все дети с таким уровнем тревожности.

Практическая значимость работы заключается в том, что по результатам проведенного экспериментального исследования выявлена группа старших дошкольников, высокая тревожность которых может оказать негативное влияние на их дальнейшее развитие. Для воспитателей и родителей этих детей нами предложены рекомендации, своевременная реализация которых позволит избежать отрицательных последствий и скорректировать тревожность.

Составлены и реализуются коррекционные занятия для детей, имеющих высокий уровень тревожности. Цель работы – профилактика и коррекция нарушений психологического здоровья детей.

Полученные экспериментальные данные и выявленные теоретические положения позволили решить сформулированные задачи, а, значит, цель работы достигнута.