

**Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г.  
ЧЕРНЫШЕВСКОГО»  
БАЛАШОВСКИЙ ИНСТИТУТ (ФИЛИАЛ)**

Кафедра дошкольного и начального образования

**АВТОРЕФЕРАТ ДИПЛОМНОЙ РАБОТЫ**

**КОРРЕКЦИЯ ТРЕВОЖНОСТИ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО  
ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

студентки 4 курса 342 группы  
направления подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование,  
профиля «Психология и педагогика дошкольная»,  
факультета естественно - научного и педагогического образования  
Соколовой Дарьи Александровны

Научный руководитель  
доцент кафедры ДиНО,  
кандидат психологических наук,

доцент \_\_\_\_\_ Т.Н. Акулова  
(подпись)

Зав. кафедрой ДиНО  
кандидат педагогических наук,  
доцент \_\_\_\_\_

Е.А. Казанкова  
(подпись)

**Балашов 2018**

**Введение.** Актуальность исследования обусловлена повышением числа тревожных детей, отличающихся повышенным беспокойством, неуверенностью в себе. Изучение тревожности дошкольников чрезвычайно важно в связи с проблемой эмоционально-личностного развития детей, сохранением их здоровья. Возникновение и закрепление тревожности связано с неудовлетворением возрастных потребностей ребенка. Устойчивым личностным образованием тревожность становится в подростковом возрасте. До этого она является производной широкого круга нарушений, мешающих нормальной жизнедеятельности, блокируя способность радоваться, мечтать, чувствовать уверенность, спокойствие, гармонию.

Большое количество исследований в отечественной психологии посвящено изучению тревожности у подростков и взрослых людей, исследований тревожности и возможностей ее коррекции у дошкольников не так много. Этот факт определяет отсутствие своевременной помощи тревожным дошкольникам, что ведет к возникновению целого ряда психологических трудностей детства: тревожность является предвестником неврозов (К.Ногпеу, 1937; А.И.Захаров, 1988; А.С.Спиваковская, 1988; Б.Д.Карвасарский, 1990; А.Фрейд, 1993); способствует нарушениям поведения, дезорганизации интеллектуальной и продуктивной деятельности (Н.В.Имедадзе, 1971; Ч.Спилбергер, 1983; Л.Н.Собчик, 1985; Х.Хекхаузен, 1986; В.С.Ротенберг, 1989; И.А.Мусина, 1993).

Тревожность — это индивидуальная психологическая особенность, заключающаяся в повышенной склонности испытывать беспокойство в самых различных жизненных ситуациях, в том числе и в таких, которые к этому не предрасполагают. Состояние тревоги включает в себя целый комплекс эмоций, одной из которых является страх. Тревожность как комплексное эмоциональное состояние возникает из соединения фундаментальных эмоций, а тревога - эмоциональный аккомпанемент неустранимой неопределенности будущего, проявляющийся как ощущение

беспомощности, неуверенности в себе, бессилия перед внешними факторами, преувеличение их могущества и угрожающего характера.

Тревожность как характеристика личности, в «возрастные пики тревожности» выступает в качестве неконструктивной, вызывающие уныние и панику. Ребенок в состоянии тревожности не уверен в своих силах и возможностях. Тревога может дезорганизовать учебную деятельность и разрушать личностные структуры. Выявление причин тревожности это прямой путь к созданию и своевременному проведению коррекционно-развивающей работы, которая способствует снижению тревожности и развитию адекватного поведения у детей младшего школьного возраста. Исследование посвящено изучению причин формирования и следствий тревожности у детей дошкольного возраста, рассмотрению теоретических и практических вопросов ее диагностики, профилактики и преодоления.

Велика значимость исследования тревожных состояний, начиная с более раннего возраста, в связи с тем, что увеличивается возможность выявления предпосылок данного эмоционально-личностного образования.

В настоящее время увеличилось число тревожных детей дошкольного возраста, отличающихся повышенным беспокойством, неуверенностью, эмоциональной неустойчивостью. Решение этой проблемы требует как можно более раннего определения причин возникновения и особенностей проявления тревожности у детей с целью ее дальнейшей коррекции и профилактики.

**Цель исследования:** изучение проблемы тревожности у детей старшего дошкольного возраста.

**Объект исследования:** тревожность как характеристика личности.

**Предмет исследования:** причины возникновения тревожности у детей старшего дошкольного возраста.

**Гипотеза исследования:** реализация коррекционно-развивающей программы, направленной на повышение самооценки, формирование

коммуникативного опыта и избегание эмоциональных конфликтов детей старшего дошкольного возраста, способствует снижению тревожности данной категории детей.

Для достижения поставленной цели нами определены следующие **задачи:**

1. Рассмотреть основные подходы к понятию тревожности в отечественной и зарубежной литературе.
2. Охарактеризовать особенности развития ребенка в период старшего дошкольного возраста.
3. Раскрыть психологические условия тревожности в старшем дошкольном возрасте.
4. Систематизировать диагностирующий инструментарий по определению тревожности детей старшего дошкольного возраста.
5. Разработать и внедрить систему занятий, снижающих уровень тревожности детей старшего дошкольного возраста.
6. Оценить эффективность реализованной программы по снижению тревожности детей старшего дошкольного возраста.

**Теоретико-методологическая основа исследования:**

- концепции отечественной и зарубежной психологии о самосознании детей: Б.Г. Ананьева, А.Н. Леонтьева, В.Н. Мясищева, Ж. Пиаже, С.Л. Рубинштейна, Б. Скиннера, З. Фрейда, К. Хорни;

- учение о психических основах состояния тревоги В.М. Астапова, В.К. Вилюнас, Н.Д. Левитова, Ю.Е. Сосновиковой;

- концептуальные и методологические проблемы исследования тревоги Ю.М. Антонян, В.М. Астапова, Ч.Д. Спилбергера, Ю.Л. Ханина, К. Хорни.

**Методы исследования:** изучение и анализ психолого-педагогической литературы по теме исследования, обобщение теоретического и практического материала, наблюдение эксперимент, включающий следующие методики:

1. Проективная методика для диагностики школьной тревожности А.М. Прихожан;

2. Методика Лаврентьева Г.М., Титаренко Т.М. «Уровень тревожности ребенка».

**Теоретическая значимость исследования:** расширены научные представления по проблеме тревожности детей в период старшего дошкольного возраста: проанализированы основные подходы к проблеме, прослежена динамика психических процессов на протяжении дошкольного возраста и специфика проявления тревожности на данном возрастном этапе.

**Практическая значимость исследования:** разработанная и реализованная психолого-педагогическая программа по снижению уровня тревожности старших дошкольников может быть использована при разработке более эффективного механизма взаимодействия педагогов, психологов, старших дошкольников и их родителей; представленные положения данной работы могут активно использоваться работниками дошкольных образовательных учреждений при организации работы со старшими дошкольниками.

**База исследования:** муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад комбинированного вида «Ивушка» г. Балашов, Саратовской области» и муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад комбинированного вида «Дубравушка» г. Балашов Саратовской области.

**Основное содержание работы.** *В первой главе* «ФЕНОМЕНОЛОГИЯ ДЕТСКОЙ ТРЕВОЖНОСТИ» рассмотрены основные подходы к проблеме тревожности в отечественной и зарубежной литературе, описано изменение психических процессов на протяжении дошкольного возраста, а также особенности проявления тревожности в старшем дошкольном возрасте.

Вопрос о причинах устойчивой тревожности принадлежит к числу наиболее значимых, наиболее изучаемых и вместе с тем наиболее спорных. Проблема природных предпосылок тревожности как устойчивого

личностного образования, анализ ее соотношения с нейрофизиологическими, биохимическими особенностями организма, является одной из сложнейших.

Тревожность как свойство личности во многом обуславливает поведение субъекта. Существует определенный 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 ребенка к определенному типу ситуаций и дает косвенную информацию о характере взаимоотношений ребенка со сверстниками и взрослыми.

Тревожность в работе мы рассматриваем с позиции двух подходов: понимание тревожности как изначально присущее человеку свойство и понимание тревожности как реакции на враждебный человеку внешний мир, то есть выведение тревожности из социальных условий жизни. Тревожность лежит в основе отрицательных форм поведения таких как: беспокойство, эмоциональное переживание, неуютность и неуверенность за свое благополучие.

Дошкольный возраст является начальным этапом формирования личности. В старшем дошкольном возрасте формируется устойчивая структура мотивов, зарождаются новые социальные потребности, возникает основа произвольного поведения, ребенок усваивает определенную систему социальных ценностей, моральных норм, правил поведения в обществе.

У дошкольников тревожность возникает вследствие фрустрации потребности в надежности, защищенности со стороны ближайшего окружения и отражает неудовлетворенность именно этой потребности, которую можно рассматривать в этом возрасте как ведущую. Тревожность еще не является собственно личностным образованием, она представляет собой функцию неблагоприятных взаимоотношений с близкими взрослыми.

*Во второй главе «ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПО СНИЖЕНИЮ УРОВНЯ ТРЕВОЖНОСТИ У ДОШКОЛЬНИКОВ»* представлена опытно-экспериментальной работа, целью которой является выявление уровня проявления тревожности детей старшего дошкольного возраста.

Выявление уровня тревожности старших дошкольников проводились на базах двух дошкольных образовательных учреждений города Балашова. В исследование принимали участие 50 испытуемых, которые отбирались по следующим признакам: возраст от 6 до 7 лет, имеющие, по мнению воспитателей, признаки тревожности и нуждающиеся в социальной и психологической поддержке. Также выбор респондентов эксперимента обусловлен анализом личных дел дошкольников, советами специалистов, работающими воспитателями в данных группах, беседами с детьми и их родителями(законными представителями) и наличием согласия родителей (законных представителей) участвовать в исследовании.

Используемые в исследовании диагностики: «Проективная методика для диагностики школьной тревожности» (А.М.Прихожан), «Методика Лаврентьева Г.П., Титаренко Т.М «Уровень тревожности ребенка» достаточно полно определяют уровень проявления тревожности у испытуемых. Результаты диагностики на этапе констатирующего эксперимента свидетельствуют о высоком уровне тревожности детей в период дошкольного возраста.

По результатам констатирующего эксперимента было выявлено: в экспериментальной группе из 25 общего количества испытуемых, 6 детей (24%) с низким уровнем, 9 детей (36%) средней уровень тревожности, 10 детей (40%) с высоким уровнем тревожности. В контрольной группе из 25 общего количества испытуемых, 9 детей (36%) показали низкий уровень тревожности, 7 детей (28%) средний уровень, 9 детей (36%) высокий уровень тревожности.

Формирующий эксперимент нашего исследования представлен комплексом занятий по снижению уровня тревожности ребенка в период дошкольного возраста. Применяя данный комплекс занятий регулярно можно добиться значительного снижения уровня тревожности и агрессии, что в конечном итоге мы и получили.

На этапе контрольного эксперимента мы диагностировали уровень тревожности дошкольников, применяя уже знакомый нам набор тестов. По результатам исследования видно, что уровень тревожности дошкольников ниже, чем на этапе констатирующего эксперимента. Следовательно, формирующий эксперимент, представленный комплексом занятий по снижению уровня тревожности, позитивно влияет на дошкольников.

Сравнительные результаты исследования представлены в таблице 1.

Таблица 1. Динамика уровня общей тревожности испытуемых ЭГ и КГ

Уровни	констатирующий эксперимент		контрольный эксперимент	
	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ
Высокий	40 %	36 %	8 %	28 %
Средний	36 %	28 %	32 %	32 %
Низкий	24 %	36%	60 %	40 %

**Заключение.** В разные моменты жизни человеку свойственно переживать состояние тревоги, возникновение которой связано с субъективной оценкой еще неизвестной складывающейся ситуации как содержащей опасность. Иногда это переживание носит ситуативный характер и способствует активизации всех сил его организма. Однако, в отдельных случаях, возникновение тревожных переживаний обусловлено тревожностью — устойчивой склонностью индивида воспринимать окружающий мир как заключающий в себе угрозу.

Тревожность рассматривается как переживание эмоционального дискомфорта, связанное с ожиданием неблагополучия, предчувствием грозящей опасности. То, что тревога, наряду со страхом и надеждой, — особая, предвосхищающая эмоция, обеспечивает ее особое положение среди

других эмоциональных явлений. Если рассматривать разновидности тревожности, то следует отметить, что выделяются такие ее разновидности, как: устойчивая и общая, генерализованная тревожность.

Путь к пониманию тревожности в очень большой степени лежит через познание индивидуальных и индивидуально-типологических особенностей, так как общие закономерности с полной отчетливостью могут быть обнаружены и осмыслены только на фоне ясного и четкого представления об индивидуальных различиях.

Период старшего дошкольного возраста является предшкольным периодом, следовательно необходима целенаправленная работа по преодолению этого свойства личности. Ребенку старшего дошкольного возраста доступно осознание и обобщение своих переживаний, в этот период активно формируется внутренняя социальная позиция, самооценка становится более устойчивой и соответствующее ей отношение к неудаче и успеху в деятельности. У тревожных детей часто проявляется беспокойство и тревога и страхи, возникающие в тех ситуациях, в которых ребенку, казалось бы, ничего не грозит.

Важность и актуальность рассматриваемой проблемы послужила основанием для проведения опытно-экспериментального исследования, направленного на снижение уровня тревожности дошкольников.

На этапе констатирующего эксперимента мы выявили уровень тревожности дошкольников: у испытуемых экспериментальной и контрольной группы, в основном, наблюдается средний и высокий уровень тревожности, что, безусловно, является показателем необходимости реализации психокоррекционной программы.

Результаты контрольного эксперимента свидетельствуют об эффективности предложенных занятий. Испытуемые экспериментальной группы показали, в основном, низкий уровень тревожности. Следовательно, разработанный и реализованный комплекс занятий направленный на повышение самооценки, формирование коммуникативного опыта и

избегание эмоциональных конфликтов детей старшего дошкольного возраста является эффективным и способствует снижению тревожности детей старшего дошкольного возраста.

Следовательно, цель работы достигнута, гипотеза доказана.