

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ  
Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

*Кафедра педагогической психологии и психодиагностики*

**КОРРЕКЦИЯ ТРЕВОЖНОСТИ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ**

АВТОРЕФЕРАТ  
ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ

бакалавра 5 курса 531 группы  
направления 44.03.02. Психолого-педагогического образования  
профиля «психология и социальная педагогика»  
факультета психолого-педагогического и специального образования

**Матюниной Марии Александровны**

Научный руководитель

канд. психол. наук, доцент

А.А. Голованова

Зав. кафедрой

докт. психол. наук, профессор

М.В. Григорьева

Саратов

2019

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность.** Детская тревожность, особенность ее проявления и последствия переживания ребенком данного эмоционального состояния – наиболее обсуждаемые темы среди педагогов, психологов и родителей. Ни для кого не секрет, что современные дети стали не только более тревожными, у них также обострились негативные поведенческие реакции, причиной которых является переживаемое детьми исследуемое эмоциональное состояние. И это не может не беспокоить.

Исследованием понятия «тревожность» занимались такие авторы, как: А.В. Петровский, Р.С. Немов, Е.В.Новикова, Г.Г. Аракелов, Н.Е. Лысенко, Е.Е. Шотт, А.М. Прихожан, Ф. Перлз.

Как указывает Н.Д. Левитов, «тревожные дети» – это неуверенные в себе дети с неустойчивой самооценкой. Постоянно испытываемое ими чувство страха перед неизвестным приводит к тому, что они крайне редко проявляют инициативу.

У тревожного ребенка, отмечает Н.Д. Левитов, могут развиваться невротические черты. Неуверенный в себе, склонный к сомнениям и колебаниям, робкий, тревожный ребенок нерешителен, несамостоятелен, инфантилен, повышено внушаем. Такой ребенок опасается других, ждет нападения, насмешки, обиды. Следовательно, у него может образоваться реакция психологической защиты в виде агрессии, направленной на других. Все выше сказанное указывает на необходимость обсуждения не только специфики проявлений, связанных с исследуемым эмоциональным состоянием, но и причин его возникновения и повышения уровня тревожности.

Анализ исследований Э. Гинзбурга, В.Е. Орела, А.М. Прихожан, О.А. Карабановой, О.Ю. Дроздова, А.Г. Исмагиловой, С.В. Ковалёвой, А.И. Захарова, И. Коган, позволяет утверждать, что существует ряд факторов, влияющих на уровень тревожности детей. К ним относятся детско-

родительские отношения, взаимоотношения со сверстниками, СМИ, как источник тревожности, различные виды семейного неблагополучия, «синдром эмоционального выгорания» педагогов, тревожность самих родителей, взаимоотношения с педагогом и многое другое. Следует отметить, что ДОО – это первое звено в системе общественного воспитания и образования детей.

**Целью** исследования стало выявление особенностей тревожности детей дошкольников, как личностной черты и связь ее проявлений с определенными жизненными ситуациями.

**Объект** – тревожность у старших дошкольников.

**Предмет исследования:** коррекция высокой тревожности у детей в старшем дошкольном возрасте.

**Гипотеза исследования:** специально разработанная программа будет способствовать коррекции высокой тревожности у детей старшего дошкольного возраста.

Поставленная цель может быть достигнута в результате решения следующих **задач:**

- Изучить психологические особенности развития детей дошкольного возраста
- Изучить факторы возникновения и развития тревожности и направления коррекционной работы по ее преодолению
- Осуществить диагностику уровня тревожности в группе старших дошкольников
- Реализовать коррекционные мероприятия, направленные на снижение тревожности, и проанализировать результаты

**Методы исследования.** Опросник Г.П. Лаврентьевой и Т.М. Титаренко для выявления тревожного ребенка в группе сверстников (Приложение 1) Для выявления мотивации дошкольников использовалась анкета для оценки уровня мотивации Н.Г. Лускановой (приложение 2), а также метод наблюдения, беседы, обобщения данных.

**Базой эмпирического исследования** является МДОУ ВМР детский сад № 4 Колокольчик Комбинированного Вида г. Вольска Саратовской области, в исследовании приняли участие 24 ребенка в возрасте 6 лет, 12 мальчиков и 12 девочек.

**Практическая значимость** исследования состоит в возможности использовать его результаты в практической работе с детьми дошкольного возраста по гармонизации их эмоционального состояния.

**Структура работы.** Выпускная квалификационная работа состоит из введения, теоретической и эмпирической глав, заключения, списка использованной литературы и приложений.

## ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ

Во введении обосновывается актуальность темы исследования, формулируются цель, задачи исследования, определяются объект, предмет, методы исследования.

В первой главе **«Психолого-педагогические аспекты проблемы тревожности в старшем дошкольном возрасте»** рассматриваются психологические особенности развития детей дошкольного возраста, изучается тревожность у детей дошкольного возраста, анализируются факторы возникновения и развития тревожности и направления коррекционной работы по ее преодолению.

Все рассмотренные нами аспекты психологической готовности детей к школе действуют совместно в комплексе, в системе. И при их оптимальном развитии ребенок старшего дошкольного возраста безболезненно включается в режим школьного обучения, у него создаются наиболее позитивные предпосылки к овладению учебной деятельности. Таким образом, современные требования жизни к организации обучения детей заставляют искать новые, более эффективные психолого-педагогические подходы. В этом смысле проблема психологической готовности детей к обучению в школе приобретает особую значимость. С ее решением связано определение целей и принципов организации обучения и воспитания в дошкольных учреждениях, преемственность дошкольного и начального образования, успешность последующего обучения детей в школе. И ходе инновационной деятельности нами разрабатывается программа психолого-педагогического сопровождения детей, поступающих в первый класс.

В заключение следует отметить, что только в результате постоянной кропотливой совместной работы родителей и педагогов, каждый воспитанник сможет в полной мере раскрыть и развить свои способности и склонности, потенциальные возможности.

Все рассмотренные нами аспекты психологической готовности детей к школе действуют совместно в комплексе, в системе. И при их оптимальном развитии ребенок старшего дошкольного возраста безболезненно включается в режим школьного обучения, у него создаются наиболее позитивные предпосылки к овладению учебной деятельностью. Таким образом, современные требования жизни к организации обучения детей заставляют искать новые, более эффективные психолого-педагогические подходы. В этом смысле проблема психологической готовности детей к обучению в школе приобретает особую значимость. С ее решением связано определение целей и принципов организации обучения и воспитания в дошкольных учреждениях, преемственность дошкольного и начального образования, успешность последующего обучения детей в школе. И ходе инновационной деятельности нами разрабатывается программа психолого-педагогического сопровождения детей, поступающих в первый класс.

В заключение следует отметить, что только в результате постоянной кропотливой совместной работы родителей и педагогов, каждый воспитанник сможет в полной мере раскрыть и развить свои способности и склонности, потенциальные возможности.

Описанные методы для эффективной психокоррекции необходимо применять в комплексе и систематически, что в практике работы с детьми старшего дошкольного возраста, где основное внимание уделяется подготовке к школе и развитию познавательных процессов в первую очередь, реализовать сложно. Так же описанные методы не в полной мере отвечают современным требованиям формировать у ребенка, в первую очередь, социально - коммуникативную, информационную, интеллектуальную компетентность.

Поэтому необходимо разрабатывать новую систему коррекции тревожности, которая будет основана на понимании специфики возрастного и индивидуального развития детей и органически вписываться в структуру их

повседневной деятельности, направленную на подготовку к школе и развитие основных компетенций

Во второй главе «**Эмпирическое исследование тревожности и ее коррекции в группе старших дошкольников**» представлены характеристики испытуемых, методическая схема констатирующего эксперимента, результаты диагностики уровня сформированности уровня тревожности и психоэмоционального состояния у старших дошкольников, приведена коррекционная программа, разработанная на основе анализа данных, полученных в ходе проведения констатирующего эксперимента, описаны результаты контрольного эксперимента по выявлению уровня сформированности представления после коррекционной работы.

Базой исследования является МДОУ ВМР детский сад № 4 Колокольчик Комбинированного Вида г. Вольска Саратовской области, в исследовании приняли участие 24 ребенка в возрасте 6 лет, 12 мальчиков и 12 девочек.

Для выявления возрастных особенностей старших дошкольников были выбраны следующие методы:

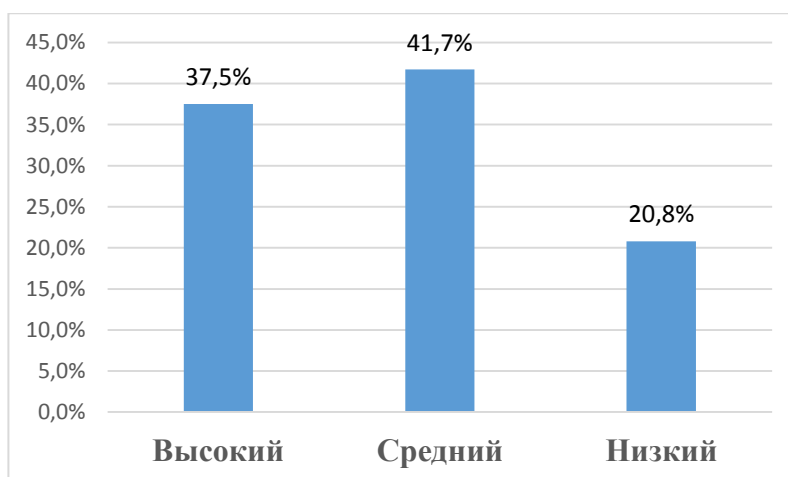
- Опросник Г.П. Лаврентьевой и Т.М. Титаренко для выявления тревожного ребенка в группе сверстников. Для получения общего балла тревожности необходимо суммировать количество «плюсов».

Для выявления мотивации дошкольников использовалась анкета для оценки уровня мотивации Н.Г. Лускановой.

По опроснику Г.П. Лаврентьевой и Т.М. Титаренко были получены следующие результаты.

Полученные результаты оказались очень низкими. Данные изображены в виде диаграммы №1.

*Диаграмма №1. Диаграмма по результатам опросника Г.П. Лаврентьевой и Т.М. Титаренко*



Как видно из полученных результатов данной методики, высокий уровень тревожности наблюдается у 37,5 % детей, и только 20,8 % детей имеют низкий уровень тревожности.

Результаты изучения мотивации приведем на диаграмме 2.

*Диаграмма № 2 по результатам исследования мотивации детей старшего дошкольного возраста.*



Таким образом, наибольшая часть детей (41,7%) имеет положительное отношение к обучению в школе. Однако 20,8% детей имеет низкую мотивацию и еще 16,7 % детей – негативное отношение к школе. Такие дети неохотно посещают подготовительные занятия к школе, предпочитают пропускать занятия. На занятиях часто занимаются посторонними делами, играми. Испытывают серьёзные затруднения в учебной деятельности

Для проведения формирующего эксперимента в ДОУ нами была разработана и апробирована программа, направленная на снижение тревожности, внедрение которой было ориентировано на создание



положительных условий для полноценного развития личности ребенка. Целью программы, состоящей из 15 занятий, является коррекция уровня тревожности, повышение уверенности в себе и эмоциональной устойчивости у детей дошкольного возраста, а также укрепление физического и психического здоровья воспитанников. Занятия по коррекции уровня тревожности осуществлялись с группой из 8 человек, 2 раза в неделю, то есть 3 группы

Для проверки эффективности проделанной работы на формирующем этапе эксперимента был использован тот же диагностический материал, что и на констатирующем этапе.

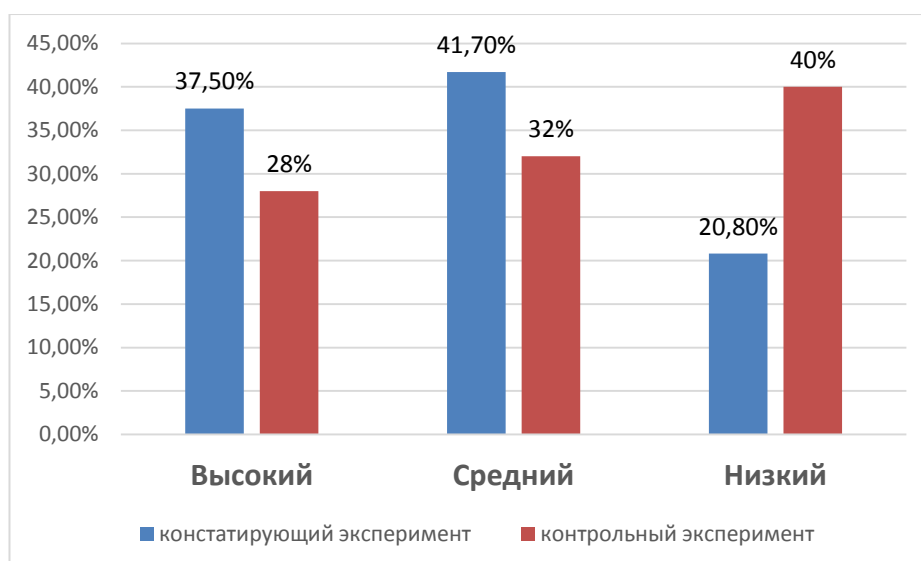
Была прослежена динамика изменения уровня сформированности географических представлений.

Родители заметили, что их дети стали не такие тревожные, как раньше, стали более спокойными, сдержанными, хорошо начали спать.

- уменьшился уровень тревожности;
- высокие показатели страха стали менее явными;
- количество страхов разных форм также уменьшилось;
- дети стали более общительными.

Дети показали более высокие результаты, что видно из диаграммы №2.

*Диаграмма №2. Диаграмма по результатам повторной диагностики тревожности у старших дошкольников*



Все эти данные подтверждают эффективность разработанной коррекционной программы.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В данной работе мы поставили цель – изучить возможности психологической коррекции высокой тревожности у детей дошкольного возраста. В ходе исследования нами был проведен анализ теоретических подходов к определению тревожности, ее причин, проявлениях и методах коррекции у старших дошкольников.

Теоретический анализ проблемы тревожности показал, что тревожность одна из важнейших проблем. Однако не всегда есть однозначность в трактовке данного понятия. Разные авторы дают разные трактовки понятию «тревожность», но суть их такова: тревожность – это индивидуальная психологическая особенность, проявляющаяся в склонности человека к частым и интенсивным переживаниям состояния тревоги, а также низким порогом его возникновения. Тревожность отличают от тревоги, под которой понимают психическое состояние внутреннего беспокойства, неуравновешенности и в отличие от страха может быть беспредметной и зависеть от чисто субъективных факторов, приобретающих значение в контексте индивидуального опыта.

Выраженная тревожность в структуре индивидуально-типологических особенностей агрессивных дошкольников часто может являться фактором провоцирующим развитие крайних проявлений последней, вплоть до асоциальных тенденций.

Сильно выраженные тенденции к проявлению агрессивности у детей, «компенсированные» полярным ей свойством (т. е. проявлениями тревожности в структуре индивидуально-типологических особенностей), приводят к значительной эмоциональной напряженности, формирующей дезадаптивные механизмы взаимодействия ребенка с окружающими

Нестабильность нашей жизни, многочисленные социальные проблемы, издержки воспитания детей в семье и детском саду и целый ряд других факторов относят к причинам появления у современных старших дошкольников повышенной тревожности.

Среди методов коррекции высокой тревожности выделяют методы арт-терапии, игровую коррекцию, психогимнастику и др. методы. В основе коррекции лежит диагностическая работа, позволяющая выделить детей, нуждающихся в коррекции и определить причины тревожности.

При этом было установлено, что эффективность коррекционной работы повышается, если систематически используется комплекс методов.

Вместе с тем, мы установили, что в старшем дошкольном возрасте в связи с подготовкой к школе и развитию познавательных процессов, преодолению тревожности уделяется мало внимания.

Т.е. проведенный анализ литературы показал, что решение проблемы эффективной коррекции тревожности детей дошкольного возраста, требует учета специфики и психолого-педагогических задач возрастного и индивидуального развития детей.

На основании полученных данных можно следующим образом охарактеризовать особенности проявления агрессивности у детей дошкольного возраста с повышенным уровнем тревожности: агрессия часто носит немотивированный и систематический характер, часто проявляется в ситуациях, связанных с демонстрацией своего доминирующего положения, также может проявляться как защитная реакция, если ребенок испытывает эмоцию страха. Он чувствует постоянное внутреннее напряжение, которое может копиться, а потом выплескиваться в виде агрессивного поведения. Такой ребенок может оказаться на плохом счету у воспитателей, учителей, ровесников. Такое положение дел будет только усугублять его состояние и провоцировать на новые агрессивные поступки.

В практической части исследования нами было проведена диагностика тревожности у детей старшего дошкольного возраста. Проведенное эмпирическое исследование показало, что проблема высокой тревожности актуальна для старших дошкольников: около половины детей испытывают тревогу в большинстве ситуаций, что сопровождается беспокойством,

негативными эмоциями.

Полученные данные свидетельствуют о неблагополучии в эмоциональной сфере детей с повышенной тревожностью и агрессивностью, поэтому для воспитателей и родителей были разработаны практические рекомендации по формированию снижению тревожности и коррекции агрессивного поведения у детей дошкольного возраста.

С целью коррекции тревожности нами были проведены занятия с детьми со старшими дошкольниками, которые были направлены на повышение эффективности взаимодействия, развитие умения сотрудничать, повышение уверенности детей в себе и т.п.

Повторная диагностика показала, что у детей тревожность снизилась, у них был диагностирован более низкий уровень тревожности по сравнению с результатами констатирующего исследования. Так уровень высокой тревожности наблюдался у 37,5% детей. После коррекционных занятий высокая тревожность сохранилась у 28% от общего числа детей. Показатели средней тревожности на период констатирующего эксперимента составляли 41,7%, после коррекционной терапии – 32%. В целом низкий уровень тревожности в результате коррекционных занятий показали 40% воспитанников. Улучшение, по сравнению с первоначальными результатами, составило 19,2%.

С точки зрения гендерного признака показатели однозначно интерпретировать не удалось. Так, первоначально и девочки, и мальчики продемонстрировали приблизительно схожие результаты. Но, отметилась существенная разница в последующих изменениях. У мальчиков сильнее и быстрее эмоциональная сфера поддавалась коррекции. У многих девочек тревожность внешне не проявлялась ярко, но и положительная динамика наблюдалась в меньшей степени. Я считаю, что для сравнения реакции на коррекцию тревожности по гендерной принадлежности необходимо более глубокое исследование, с использованием большего количества методик.

Из проведенной работы можно сделать вывод, что специально

разработанная программа является эффективным средством коррекции высокой тревожности у детей дошкольного возраста.

Таким образом, в ходе исследования гипотеза была подтверждена, цель достигнута, задачи выполнены. Результаты исследования и разработанная программа могут быть использованы в работе с дошкольниками в рамках подготовки детей к школе и гармонизации развития их личности.