

*Пантелеева А.В.,
педагог-психолог
МБОУ ЮРЛК и НК им. А.Ф. Дьякова
города-курорта Железноводска
Ставропольского края, Россия
студентка 5 курса,
направления подготовки Психолого-педагогическое образование
профиль «Психология и социальная педагогика»
Филиал ГБОУ ВО СГПИ
г. Железноводск, Россия*

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ КОРРЕКЦИИ ТРЕВОЖНОСТИ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

***Аннотация:** Статья посвящена проблеме высокой школьной тревожности, как показателя эмоционального неблагополучия учащихся, накладывающего отпечаток не только на состояние их психического и физического здоровья, но и на успешность учебной деятельности. Необходимость решать эту проблему возрастает из-за стремительного роста количество детей, переживающих эмоциональное неблагополучие, связанное со школьным обучением. Это приводит к соматическому ослаблению школьников и развитию неврозов. Необходимо вовремя выявлять и корректировать состояния тревожности в условиях школы.*

***Ключевые слова:** школьная тревожность, младший школьник, психологическая коррекция, программа коррекционной работы, формы работы.*

***Annotation:** The article is devoted to the problem of high school anxiety as an indicator of emotional distress of students, which affects not only the state of their mental and physical health, but also the success of educational activities. The need to address this problem is increasing because of the rapid increase in the number of*

children experiencing emotional distress associated with schooling. This leads to a somatic weakening of schoolchildren and the development of neuroses. It is necessary to timely identify and correct the state of anxiety in the school environment.

Key words: *school anxiety, a Junior high school student, psychological correction, the program of correctional work, forms of work.*

В настоящее время большую популярность приобретает проблема школьной тревожности у детей младшего школьного возраста. Психологическая коррекция – это деятельность по исправлению тех особенностей психологического развития, которые, согласно принятым критериям, не соответствуют оптимальной модели. Коррекцию также применяют с целью преодоления различных трудностей, что в дальнейшем способствует полноценному развитию учащегося.

У младших школьников по-разному проявляется тревожность: ухудшается соматическое здоровье; нежелание ходить в школу; слишком стараются выполнять задания; отказ от выполнения субъективно невыполнимых заданий; рассеянность; снижение концентрации внимания на уроках; боятся опоздать в школу; страх потери или порчи школьных принадлежностей. Для педагога психологическая коррекция определяется как совокупность специальных психологических воздействий на личность учащегося с целью его восстановления в качестве субъекта общения, деятельности и самосознания. Коррекция тревожности в младшем школьном возрасте включает специальные средства и техники, которые направлены на снижение уровня тревожности.

Формы психологической коррекции – индивидуальная, микрогрупповая, групповая, смешанная.

Программа психологической коррекции составляется на основе психологических рекомендаций при сотрудничестве психолога, учителя, родителей, в зависимости от того, кто в дальнейшем будет вести коррекционную работу с ребенком.

При работе с тревожными детьми нужно принимать во внимание их особенное отношение к успеху, неудаче, оценке и результату. Такие дети очень восприимчивы к результатам своей деятельности, болезненно воспринимают неудачу и избегают ее. В тоже время им очень сложно оценить свою деятельность, адекватно решить, правильно или неправильно сделали что-либо, а ждут этой оценки от взрослого. Такое особое отношение к успеху и неудаче, с одной стороны, повышает травматическую вероятность неудач, причем неудач, которые дети с высокой школьной тревожностью объясняют в основном собственной неполноценностью, отсутствием способностей. С другой стороны, оно делает ребенка очень зависимым от взрослого, преувеличивает фигуру взрослого, учителя в его глазах. Это отражается и на мотивации учения, в основе которой лежит стремление ребенка, делать работу из-за оценки учителя.

Поэтому, по отношению к тревожным детям используются специальные оценки: детям максимально объясняются критерии той или иной оценки, замечания, похвалы и одновременно предельно сужается и конкретизируется сфера действия оценочного суждения. При этом, естественно, большое внимание уделяется поддержанию в классе атмосферы принятия, безопасности, чтобы ребенок чувствовал себя принятым вне зависимости от его поведения, успехов. Через оценку взрослого, тревожный ребенок понимает, что он может, чего не может, что умеет, а чему должен еще поучиться.

Для того чтобы преодолеть школьную тревожность у младших школьников нужно в первую очередь снизить влияние потребностей, связанных с внутренней позицией ученика. Это важно не только с точки зрения переживания удовлетворенности-неудовлетворенности, но и потому, что преувеличенные потребности мешают сформироваться продуктивным навыкам общения и деятельности учащихся.

Во-вторых, необходимо развивать и обогащать различные навыки поведения, деятельности, общения для того, чтобы приобретённые навыки, помогли учащимся чувствовать себя более уверенно.

В-третьих, необходимо максимально закреплять любые позитивные изменения. Необходимо постоянно работать над снятием лишнего напряжения в школьной жизни детей.

Принципы, относящиеся к коррекционной работе по работе с тревожностью: создание ситуации успеха; активная работа близкого социального окружения по снижению школьной тревожности учащегося; направление на ведущий вид деятельности.

В соответствии с принципами, положенными в основу модели коррекции школьной тревожности младших подростков, технологический компонент ее должен включать три части: диагностический, развивающий и психокоррекционный.

1. В диагностической части разрабатывают и внедряют программу изучения уровня развития школьной тревожности у младших школьников.

2. В развивающую часть входят направления, обеспечивающие понижение школьной тревожности.

3. Психокоррекционная часть основывается на коррекции школьной тревожности участников психологического сопровождения.

В процессе психокоррекционного воздействия на личность младшего школьника по снижению уровня тревоги можно использовать разнообразные формы и методы работы. Необходимо иметь в виду, то что каждый из методов может оказывать коррекционное воздействие на соответствующие стороны эмоциональных переживаний и ощущений учащихся.

При этом все методы направлены на формирование адекватной самооценки, выявление сильных сторон личности ребенка, формирование эффективных копинг-стратегий в процессе взаимодействия с другими людьми; обучение навыкам снятия эмоционального напряжения.

ИСПОЛЬЗОВАННЫЕ ИСТОЧНИКИ

1. Колпакова, А.С. Детские страхи и способы их коррекции у детей младшего школьного возраста / А.С. Колпакова // Журн. Молодой ученый. - 2014. - №3. - С. 789-792.

2. Аракелов, Н., Шишкова, Н. Тревожность: методы ее диагностики и коррекции» / Н. Аркелов, Н. Шишкова // Журн. Вестник МУ, сер. Психология. – 2013, № 1.

3. Корецкая, М. Л. Система эмоциональной поддержки тревожным детям / М.Л. Корецкая // Журн. Завуч начальной школы, 2013. - №5. - С.11.

4. Котова, Е. О профилактике детской тревожности / Е. Котова // Журн. Ребёнок в детском саду.- 2013.- №5 .- с.34.