

Панкова А.О.

Студентка 3 курс

кафедры психологии личности и специальной педагогики ВлГУ,

Владимирский государственный университет

г. Владимир, Россия

Блинова Е.Е.

доктор психологических наук,

профессор кафедры

Владимирский государственный университет

г. Владимир, Россия

**КОРРЕКЦИОННАЯ ПРОГРАММА ДЛЯ СНИЖЕНИЯ
ТРЕВОЖНОСТИ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА «ДОБРЫЙ
МИР»**

***Аннотация.** В статье рассматривается коррекционно-развивающая программа «Добрый мир» для детей дошкольного возраста, которая направлена на снижение тревожности данной категории. В рамках данной Программы поставлены цели и задачи, результаты реализации программы.*

***Ключевые слова:** дети дошкольного возраста, взаимосвязь стилей семейного воспитания и тревожности, тревожность, программа «Добрый мир».*

***Annotation.** The article considers the correctional and developmental program "Good World" for preschool children, which is aimed at reducing anxiety in this category. Within the framework of this program, goals and objectives have been set, as well as the results of the program's implementation.*

***Keywords:** preschool children, interrelation of family parenting styles and anxiety, anxiety, the Good World program.*

Для эмпирического исследования взаимосвязи стиля семейного воспитания и тревожности детей дошкольного возраста было проведено психодиагностическое исследование.

В эмпирическом исследовании приняли участие 15 детей в возрасте 5-6 лет, а также их родители (мамы в возрасте 29-32 лет).

Целью исследования являлось разработка коррекционно-развивающей программы по снижению тревожности дошкольников, её апробация и оценка эффективности и выявление взаимосвязи стиля семейного воспитания и тревожности детей дошкольного возраста.

В качестве задач исследования выступали следующие:

1. Разработать методический подход к определению уровня тревожности у дошкольников и выявлению стилей семейного воспитания.
2. Произвести отбор участников для проведения исследования.
3. Провести диагностические процедуры: исследовать характер связей между стилями родительского поведения и уровнем тревожности у детей дошкольного возраста.
4. Сделать выводы относительно наличия корреляции между уровнем тревожности детей и особенностями семейного воспитания.

В эмпирическом исследовании использовались следующие методики:

Тест тревожности (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен) [35].

Назначение: проективный тест исследует характерную для ребенка тревожность в типичных для него жизненных ситуациях (где соответствующие свойства личности проявляются в наибольшей степени).

Инструкция: в рамках данного экспериментального исследования детям в возрасте от 4 до 7 лет предъявляется серия изображений с сопровождающими их пояснительными инструкциями. Экспериментальная процедура проводится в индивидуальном порядке для каждого испытуемого. Степень выраженности уровня тревожности оценивается посредством индекса тревожности (ИТ), рассчитываемого как процентное отношение количества

эмоционально негативных выборов к общему числу выборов, умноженное на 100%.

Основываясь на значении ИТ, дети классифицируются по трем группам:

- а) высокая степень тревожности – значение ИТ превышает 50%;
- б) средняя степень тревожности – значение ИТ варьируется в пределах от 20% до 50%;
- в) низкая степень тревожности – значение ИТ колеблется в интервале от 0% до 20%.

Тест А.И. Захарова на оценку уровня тревожности ребенка [35].

Инструкция: Пожалуйста, внимательно ознакомьтесь с приведенными ниже утверждениями и определите, насколько они соответствуют поведению вашего ребенка. Если утверждение полностью соответствует, поставьте «+»; если оно проявляется иногда, отметьте «0»; если же данное поведение отсутствует, выберите «-».

Ваш ребенок:

1. Легко расстраивается, сильно переживает, принимает всё очень близко к сердцу.
2. Часто плачет – даже по незначительным поводам, долго не успокаивается, может ныть или ворчать.
3. Капризничает без особой причины, легко раздражается по мелочам, не умеет ждать и терпеть.
4. Частые обиды, дует, тяжело воспринимает любые замечания.
5. Резкая смена настроения: может смеяться и плакать одновременно.
6. Без видимых причин грустит и печалится.
7. Возвращаются привычки первых лет жизни: сосёт палец, соску, постоянно что-то крутит в руках.

8. Трудности с засыпанием: боится спать в темноте, требует присутствия взрослых, беспокойно спит, просыпается ночью, трудно просыпается утром.

9. Повышенная возбудимость в моменты, требующие самоконтроля, либо наоборот, становится вялым и медлительным при выполнении задач.

10. Появление страхов и опасений перед новыми, незнакомыми или ответственными ситуациями.

11. Низкая уверенность в себе, трудности с принятием решений.

12. Быстрая утомляемость, снижение концентрации внимания.

13. Проблемы в общении: сложно договариваться, ребёнок меняется,

14. Часто меняет свои решения или замыкается в себе.

15. Жалобы на физическое состояние: головная боль вечером, боли в животе утром, бледность, покраснение, повышенная потливость, кожный зуд, аллергические реакции.

16. Снижение аппетита, частые болезни, повышение температуры тела без явной причины, пропуски детского сада.

Оценка результатов:

Выраженное и нарастающее поведение – 2 балла.

Проявляется эпизодически – 1 балл.

Отсутствует – 0 баллов.

Подсчитав общую сумму баллов, можно сделать выводы о состоянии ребёнка:

20–30 баллов – наличие невроза.

15–20 баллов – невротическое состояние было или может развиться в ближайшем будущем.

10–15 баллов – нервное расстройство, которое ещё не достигло уровня заболевания.

5–9 баллов – требуется особое внимание к состоянию ребёнка.

Менее 5 баллов – отклонения незначительны и могут быть связаны с возрастными особенностями развития.

Методика диагностики тревожности, которая включает наблюдение (методика Сирса) [35].

Цель: методика предназначена для определения уровня тревожности у дошкольников.

На основе наблюдения дети оцениваются в соответствии с признаками шкалы Сирса. Часто напряжен, скован. Часто грызет ногти. Сосет палец. Легко пугается. Сверхчувствителен. Плаксив. Часто агрессивен. Обидчив. Нетерпелив, не может ждать. Легко краснеет, бледнеет. Имеет трудности в сосредоточении, особенно в экстремальной ситуации. Суевлив, много лишних жестов. Потеют руки. При непосредственном общении с трудом включается в работу. Чрезмерно громко или чрезмерно тихо отвечает на вопросы. Обработка результатов: если 1-4 признака – низкая тревожность, 5-6 признаков – выраженная тревожность, а 7 и более – высокая тревожность

Диагностика родительского отношения (А.Я. Варга, В.В. Столин). Опросник включает 5 шкал: «принятие-отвержение», «кооперацию», «симбиоз», «авторитарная гиперсоциализация», «маленький неудачник». В соответствии с ключом подсчитываются тестовые баллы. Высокий тестовый балл по соответствующим шкалам интерпретируются как: отвержение; социальная желательность; симбиоз; гиперсоциализация; инфантилизация. Тестовые нормы проводятся в виде таблиц процентильных рангов тестовых баллов по соответствующим шкалам =160

На основе полученных результатов нами был проведен корреляционный анализ, который подтвердил взаимосвязь стилей родительского поведения с уровнем детской тревожности.

Корреляционный анализ

26		Корреляции								
27		Тревожность_Тэмп	Тревожность_Захарова	Тревожность_Сирс	Тревожность_Варга	Принятие	Кооперация	Симбиоз	Авторитарный контроль	Маленький неудачник
28	Тревожность_Тэмп	1	1,000**	,930**	,905**	,963**	-,625*	-,977**	,952**	1,000**
29	Знач.		0,000	,000	,000	,000	,013	,000	,000	0,000
30	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15
31	Тревожность_Захарова	1,000**	1	,930**	,905**	,963**	-,625*	-,977**	,952**	1,000**
32	Знач.	0,000		,000	,000	,000	,013	,000	,000	,000
33	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15
34	Тревожность_Сирс	,930**	,930**	1	,841**	,895**	-,581*	-,909**	,885**	,930**
35	Знач.	,000	,000		,000	,000	,023	,000	,000	,000
36	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15
37	Тревожность_Варга	,905**	,905**	,841**	1	,835**	-,670**	-,855**	,833**	,905**
38	Знач.	,000	,000	,000		,000	,006	,000	,000	,000
39	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15
40	Принятие	,963**	,963**	,895**	,835**	1	-,395	-,997**	,984**	,963**
41	Знач.	,000	,000	,000	,000		,145	,000	,000	,000
42	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15
43	Кооперация	-,625*	-,625*	-,581*	-,670**	-,395	1	,445	-,433	-,625*
44	Знач.	,013	,013	,023	,006	,145		,097	,107	,013
45	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15
46	Симбиоз	-,977**	-,977**	-,909**	-,855**	-,997**	,445	1	-,974**	-,977**
47	Знач.	,000	,000	,000	,000	,000	,097		,000	,000
48	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15
49	Авторитарный контроль	,952**	,952**	,885**	,833**	,984**	-,433	-,974**	1	,952**
50	Знач.	,000	,000	,000	,000	,000	,107	,000		,000
51	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15
52	Маленький неудачник	1,000**	1,000**	,930**	,905**	,963**	-,625*	-,977**	,952**	1
53	Знач.	0,000	,000	,000	,000	,000	,013	,000	,000	
54	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15

Из таблицы 1, можно сделать вывод, что уровень тревожности коррелирует со следующими шкалами:

1. Тревожность коррелирует со шкалой «принятие». Чем ниже принятие (родители часто испытывают раздражение и досаду в отношении детей, низко оценивают его потенциальные способности), тем выше тревожность.

2. Тревожность коррелирует со шкалой «кооперация». Чем ниже кооперация (родители оставляют за ребенком право голоса, но не признают собственную неправоту в некоторых ситуациях и не соглашаются с ним; не хотят приспособливаться к ребенку, не признают, что иногда ребенок в споре с родителями может быть прав, проявляют таким образом отсутствие кооперации во взаимоотношениях с ребенком), тем выше тревожность дошкольников.

3. Тревожность коррелирует со шкалой «симбиоз», чем выше симбиоз, тем выше тревожность. Родители склонны к отвержению ребенка, зачастую не

удовлетворяют потребности детей в любви и понимании, вместе с тем обеспокоены судьбой ребенка, но при этом тревожность детей повышается.

4. Тревожность коррелирует со шкалой «авторитарный стиль», «контроль». Чем выше контроль, тем выше тревожность. Родители предъявляют завышенные требования по отношению к ребенку, стараясь добиваться строгой дисциплины и исполнения всех указаний, устанавливают надзор за всей жизнедеятельностью ребенка.

5. Тревожность коррелирует со шкалой «маленький неудачник» Чем ярче отношение к ребенку со стороны родителей как к неудачнику, тем выше тревожность. Родители видят ребенка более младшим по сравнению с его реальным возрастом. Они несерьезно воспринимают интересы и увлечения ребенка, которые кажутся им детскими.

Таким образом, анализ полученных результатов позволяет говорить о том, что стиль семейного воспитания взаимосвязан с уровнем тревожности у дошкольников. При деформированных, патологических стилях семейного воспитания (авторитарная гиперсоциализация, эмоциональное отвержение, инвалидизация ребенка) у детей формируется высокая личностная тревожность. Чем выше эти показатели, тем выраженнее нарушение детско-родительских отношений, тем более высокая тревожность у ребенка. И наоборот - если дети развиваются в условиях гармоничных взаимоотношений с родителями, и в качестве основы взаимодействия выступают любовь, понимание, принятие, сотрудничество и кооперация, соответственно, и ниже уровень тревожности у детей [3].

Таким образом, становится очевидным, что стиль семейного воспитания взаимосвязан с уровнем тревожности у дошкольников. Разработанная нами программа оказалась эффективной, что способствовало снижению уровня тревожности у детей дошкольного возраста.

Библиографический список

1. Марковская И.М. Психология детско-родительских отношений: монография / Министерство образования и науки РФ, Агентство по образованию, Южно-Уральский гос. университет, факультет психологии. – Челябинск: ЮУрГУ, 2007. – 91с.
2. Детская практическая психология: Учебник / Под ред. Т.Д. Марцинковской. – М.: Гардарики, 2000. – С. 255.
3. Авдеева Т.Г. Детско-родительские отношения как фактор влияния на психическое развитие ребенка / Т.Г. Авдеева // Актуальные вопросы современной психологии: материалы II междунар. науч. конф. (г. Челябинск, февраль 2013 г.). – Челябинск: Два комсомольца, 2013. – С. 97-99.