

Министерство просвещения Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Уральский государственный педагогический университет»
Институт педагогики и психологии детства
Кафедра педагогики и психологии детства

**ТВОРЧЕСКАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ СРЕДА
КАК ФАКТОР КОРРЕКЦИИ ШКОЛЬНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ
УЧАЩИХСЯ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ**

Выпускная квалификационная работа
(магистерская диссертация)

Квалификационная работа
допущена к защите
Зав. кафедрой Е.А. Коротаева

Исполнитель:
Закирова Эльвира Ришатовна,
обучающийся ГОС-2041 группы

дата

подпись

подпись

Научный руководитель:
Бухарова Инна Сергеевна, кандидат
педагогических наук, доцент

подпись

Екатеринбург 2022

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ ТРЕВОЖНОСТИ В МЛАДШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ.....	8
1.1. Понятие и сущность тревожности в педагогике и психологии	8
1.2. Особенности тревожности у детей младшего школьного возраста	14
1.3 Коррекция тревожности в условиях творческой образовательной среды у детей младшего школьного возраста.....	22
ГЛАВА 2. ОПЫТНО-ПОИСКОВАЯ РАБОТА ПО ДИАГНОСТИКЕ И КОРРЕКЦИИ ШКОЛЬНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В УСЛОВИЯХ ТВОРЧЕСКОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ.....	32
2.1. Описание диагностических методик и показателей диагностики уровня тревожности детей младшего школьного возраста	32
2.2. Анализ результатов диагностического исследования уровня развития тревожности детей младшего школьного возраста на начальном этапе опытно-поисковой работы	36
2.3. Описание хода работы по созданию творческой образовательной среды, способствующей коррекции тревожности у детей младшего школьного возраста.....	44
2.4. Оценка эффективности опытно-поисковой работы по коррекции школьной тревожности младших школьников	51
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	55
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	58
ПРИЛОЖЕНИЕ 1	64
ПРИЛОЖЕНИЕ 2	74

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. Повышенная тревожность в современном мире может наблюдаться у любого человека. Тяжелее всего тревожность отражается на детях. Многие из детей в период адаптации к школе начинают испытывать повышенную тревожность, эмоциональное напряжение, становятся беспокойными, гиперчувствительными и замкнутыми. Очень важно в это непростое время поддержать ребенка и приложить все усилия для сохранения его эмоционального и психологического состояния на надлежащем уровне. Особое внимание следует уделить своевременной диагностике и профилактике детской тревожности, пока она не стала устойчивым личностным образованием [58, с.28].

На проблему тревожности обращали свое внимание ряд психологов и педагогов, посвящая ей множество научных трудов (А. Адлер, Б.Б. Айсмонтас, Г.Г. Аракелов, В.Р. Кисловская, Р.С. Немов, А.В. Петровский, А.М. Прихожан, К. Роджерс, В.В. Суворова, К. Хорни, З. Фрейд, Э. Фромм и др.).

Проблема тревожности особенно актуальна в наши дни, когда люди все больше погружаются в мир информационных, развивающихся технологий, но совершенно не уделяют внимания своему психологическому состоянию.

Младший школьный возраст, период наибольшей пластичности нервной системы и восприимчивости к обучению. Такой возраст наиболее сензитивен для формирования важнейших видов психической деятельности, так как в нем закладывается фундамент дальнейшего развития ребенка. Поэтому проведение коррекционной работы по понижению уровня тревожности в этом возрасте будет наиболее эффективной. Одним из эффективных условий является творческая образовательная среда.

Однако проблема организации творческой образовательной среды для снижения тревожности детей младшего школьного возраста недостаточно изучена в современной психолого-педагогической литературе.

Таким образом, существуют противоречия:

На социально-педагогическом уровне - между требованиями современного образования в обеспечении адаптационного процесса детей и ограниченностью форм организации коррекционной деятельности в условиях образовательного учреждения на ступени начального образования;

На научно-теоретическом уровне - между необходимостью создать условия для коррекции школьной тревожности у детей младшего школьного возраста и сложившейся системой начального образования, ориентированной в основном на овладение младших школьников предметными знаниями, умениями и навыками, и не учитывающей влияния на снижение тревожности творческой образовательной среды;

На научно-методическом уровне - между необходимостью корректировать тревожность у младших школьников и недостаточной разработанностью методического обеспечения, позволяющего снижать тревожность средствами создания творческой образовательной среды.

На основании выделенных противоречий, анализа философской, психолого-педагогической литературы была сформулирована **проблема исследования**, заключающаяся в разработке построения творческой образовательной среды, направленной на снижение тревожности младших школьников.

Все вышеизложенное обусловило актуальность и выбор **темы исследования**: «Творческая образовательная среда как фактор коррекции школьной тревожности учащихся начальной школы».

Гипотеза – психолого-педагогическая коррекция тревожности у детей младшего школьного возраста будет проходить успешнее при соблюдении следующих условий:

– будет организована творческая образовательная среда, ориентированная на снижение тревожности при помощи арт-терапии;

– педагоги овладеют определёнными теоретическими знаниями по работе с детской тревожностью, посредством организации творческой образовательной среды;

– будет организован процесс взаимодействия с родителями, обеспечивающий снижение тревожности ребенка в условиях творческой образовательной среды.

Объект исследования – процесс педагогической деятельности по снижению тревожности у детей младшего школьного возраста в условиях учреждения образования.

Предмет исследования – деятельность педагога по формированию творческой образовательной среды, способствующей снижению тревожности детей младшего школьного возраста.

Цель исследования – теоретическое обоснование и проверка опытно-поисковым путём **создание** творческой образовательной среды как фактора коррекции тревожности у детей младшего школьного возраста.

Задачи исследования:

1) Изучить состояние проблемы организации деятельности педагога по снижению тревожности у детей младшего школьного возраста в педагогических и психологических исследованиях;

2) Выявить показатели тревожности и в соответствии с данными показателями осуществить отбор методик для выявления уровня тревожности у детей младшего школьного возраста, которые **могут быть использованы в процессе формирования** творческой образовательной среды;

3) Проанализировать результаты проведенной диагностики на начальном этапе опытно-поисковой работы;

4) Разработать содержание работы по организации творческой образовательной среды, обеспечивающей коррекцию тревожности младших школьников;

5) Обобщить теоретические и практические результаты исследования.

Для достижения цели исследования и решения поставленных задач использовались следующие **методы исследования**: изучение научных исследований, психолого-педагогической литературы; беседа; наблюдение; тестирование; количественный и качественный анализ результатов.

База исследования: исследование проводилось на базе муниципального автономного общеобразовательного учреждения Новолялинского городского округа «Средней общеобразовательной школы №4» в г. Новая Ляля.

Научная новизна исследования:

1. Выделены условия создания творческой образовательной среды, обеспечивающие коррекцию школьной тревожности у детей младшего школьного возраста;

2. Теоретически обоснована и опытно-поисковым путем доказана эффективность условия создания творческой образовательной среды, способствующему снижению тревожности детей

Теоретическая значимость:

1. Уточнено определение понятия «творческая образовательная среда»;

2. Определены показатели диагностики уровня развития тревожности у детей младшего школьного возраста.

3. Разработана теоретическая модель программы реализации творческой образовательной среды, направленной на коррекцию тревожности младших школьников.

Практическая значимость: разработано содержание программы деятельности по коррекции тревожности на основе организации творческой

образовательной среды, которая может быть применена педагогами в своей практической деятельности.

Положения, выносимые на защиту:

1. Творческая образовательная среда – образовательное пространство, в которой раскрывается творческий потенциал ребенка, его особенности, способности и духовное развитие.

2. Коррекция тревожности у детей младшего школьного возраста будет проходить успешнее при соблюдении следующих условий: педагоги овладеют определёнными теоретическими знаниями по работе с детской тревожностью, посредством организации творческой образовательной среды; будет организована творческая образовательная среда, ориентированная на снижение тревожности при помощи арт-терапии; будет организован процесс взаимодействия с родителями, обеспечивающий снижение тревожности ребенка в условиях творческой образовательной среды.

Структура магистерской диссертации: работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка источников и литературы, состоящий из 65 источников и 3 приложений.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ ТРЕВОЖНОСТИ В МЛАДШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ

1.1. Понятие и сущность тревожности в педагогике и психологии

Одной из ключевых проблем в современном мире является проблема тревожности. Ей посвящено большое количество исследований и статей в различных областях. Исследования тревожности обозначены как в отечественной литературе, так и в зарубежной.

Разберем два схожих по смыслу понятия: «страх» и «тревожность».

Термин «тревога» впервые использовал в психологии З. Фрейд, разведившим страх как таковой, конкретный страх и неопределенный, безотчетный страх – тревогу, носящую глубинный, иррациональный, внутренний характер [54].

З. Фрейд, основатель психоанализа, в своей работе «Психология бессознательного» писал, о том, что каждый человек владеет движущей силой, которая устанавливает его поведение и настроение - инстинкт. З. Фрейд считал, что тревожность и неврозы появляются в связи противоречий между биологическими потребностями и общественными запретами. В процессе онтогенеза первоначальные инстинкты приобретают другие формы проявления. И в этих формах они тоже сталкиваются с социальными запретами, и людям приходится скрывать свои желания и потребности. Трагедия психической и социальной жизни индивида начинается с рождения и продолжается до смерти. По мнению З. Фрейда, чтобы найти выход из данной ситуации, нужно перенаправить энергию инстинктов на другие цели, трансформировать либидозную энергию в творческую или производственную. Если это удастся, человек избавится от тревожности [54, с. 104]

Представитель индивидуальной психологии А. Адлер предложил иную теорию возникновения неврозов. Он был уверен, что основой возникновения неврозов являются ситуации, в которых человек испытывает чувство тревоги. В качестве примера можно привести такие источники тревожности как: страх к жизни, страх к жизненным трудностям и неспособности их преодоления или боязнь не получить признания в обществе [1, с. 71]

Определения «тревога» и «тревожность» тоже следует различать, хоть они и схожи, но характер имеют разный. Тревога подразумевается как психическое состояние, в то время как тревожность является психическим свойством, которое характеризуется генетически, ситуационно или онтогенетически. То есть тревога может проявляться в определенный момент, а тревожность является устойчивым состоянием.

У Э. Фромма есть свое понимание тревожности. Он подходит к данному понятию исторически. Считая, что в эпоху средневекового общества с его способом производства и классовой структурой человек не был свободен, но он не был изолирован и одинок, не чувствовал себя в такой опасности и не испытывал таких тревог, как при капитализме, потому что он не был «отчужден» от вещей, от природы, от людей. Человек был соединен с миром первичными узами, которые Э. Фромм называет «естественными социальными связями», существующими в первобытном обществе. С ростом капитализма разрываются первичные узы, появляется свободный индивид, оторванный от природы, от людей, в результате чего он испытывает глубокое чувство неуверенности, бессилия, сомнения, одиночества и тревоги. Чтобы избавиться от тревоги, порожденной «негативной свободой», человек жаждет освободиться от самой этой свободы. Единственный выход он видит в бегстве от свободы, то есть бегство от самого себя, в стремлении забыться и этим подавить в себе состояние тревоги [55].

Похожее направление в своих исследованиях представляла К. Хорни, заявляя, о том, что главным условием в формировании личности являются социальные отношения между взрослыми и детьми.

В своей теории личности К. Хорни делает акцент на двух потребностях, которые свойственны детям: потребность в защите и потребность в наслаждении. Наиболее важным выделено - необходимость в защите, то есть защищенным от опасности либо враждебного мира. Потребность в удовлетворении - это основные биологические нужды: в еде, сне и так далее [56].

Тревожность существует на протяжении всей жизни, проявляясь в неблагоприятных условиях. С. Салливен считает, что у любого человека есть сходное беспокойство, тревога. Когда ребенок появляется на свет, в первые отношения он входит с мамой, и только потом - с остальными людьми. Далее развитие и поведение индивида обусловлено межличностными отношениями уже с раннего детства.

Р.С. Немов описывал тревожность, как «свойство человека приходить в состояние повышенного беспокойства, испытывать страх и тревогу в специфических социальных ситуациях» [35].

Так же о тревожности, как о переживании эмоционального дискомфорта, связанное с ожиданием неблагоприятия, с предчувствием грядущей опасности, пишет А.М. Прихожан [45, 304 с]. Тревожность, по ее мнению, это психологическая особенность, которая может иметь открытые и закрытые формы. Открытые формы подразумевают регулируемую и компенсирующую; острую, нерегулируемую; и культивируемую тревожность. Закрытые формы тревожности автор называет «масками». Они обозначают: агрессивность; чрезмерную зависимость; апатию; лживость; лень; чрезмерную мечтательность».

Автор книги «Психофизиология стресса» В.В. Суворова так же затронула определение тревожности. Она рассматривала тревожность, как «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» [53].

А.В. Петровский считает, что тревожность - «склонность индивида к переживанию тревоги, характеризующаяся низким порогом возникновения реакции тревоги; один из основных параметров индивидуальных различий» [47, с 347.].

Б.Б. Айсмонтас предложил такое определение: «тревожность - это специфическое переживание, вызываемое предчувствием опасности и угрозы, чаще всего связанным с собственной личностью» [2].

По мнению В.В. Давыдова, тревожность является психологической особенностью, имеющей повышенную склонность испытывать беспокойство в жизненных ситуациях [46].

Таким образом, можно сделать вывод, что тревожность - это врожденное чувство, которое закладывается в ребенка с самого рождения, проявляясь в различных ситуациях.

Можно выделить свое определение тревожности. Тревожность - это то свойство человека, которое носит в себе разрушающий характер, проявляющийся в различных жизненных обстоятельствах.

В психологии рассматривают два основных вида тревожности: личностную и ситуативную [44].

Личностная тревожность определяется предрасположенностью человека к переживанию, волнению по поводу широкого круга субъективно значимых явлений. Такой вид тревожности предполагает собой базисную черту личности, которая закладывается еще в детстве.

Личностная тревожность, как правило, не может существовать отдельно, она оказывает влияние на формирование и развитие других свойств и особенностей человека, таких, к примеру, как уход от ответственности, боязнь, избегание неудач. Избегание неудач - является устойчивой тенденцией человека делать все от себя зависящее без особой необходимости не для того, чтобы в каком то деле добиться значительного успеха, а для выполнения его не хуже других. Тот кто имеет подобный мотивационный фактор, не прилагает максимум усилий в работе и

ограничивается минимальным, хотя способен на большее. Исходя из этого можно сделать вывод, что с личностной тревожностью у человека всегда связан целый комплекс других негативных черт, и малую группу людей, порождающих у личности тревогу, следует рассматривать как препятствие для развития данной личности. Примером личностной тревожности может служить поход в медицинское учреждение. Ведь причин беспокоиться нет, но многие люди испытывают сильное волнение, сами не понимая почему.

Ситуативная тревожность характеризуется насыщенностью переживаний, которые возникают по отношению к простым жизненным событиям. У всех людей она выражается по-разному, у кого-то ярко, четко, а у кого-то и вовсе еле заметна. Например, разговор по телефону, прохождение собеседования или сдача экзамена. Кто-то переживает так, что теряет сознание, а у кого-то и вовсе нет проявления тревожности.

Изначально у человека появляется только лишь ситуативная тревожность, которая потом при неблагоприятных условиях может перерасти в личностную [44].

А.М. Прихожан определяет виды тревожности на основе ситуаций, сопряженных, во-первых, с процессом обучения (учебная тревожность), во-вторых, с представлениями о себе (самооценочная тревожность), в-третьих, с общением (межличностная тревожность) [45].

Так же у тревожности есть и уровневое строение.

И.В. Имедадзе выделяет два уровня тревожности: низкий и высокий. Низкий необходим для нормального приспособления к среде, а высокий вызывает дискомфорт человека в окружающем его социуме [24].

Б.И. Кочубей, Е.В. Новикова выделяют три уровня тревоги, связанной с деятельностью: деструктивный, недостаточный и конструктивный [23].

Исследования В.В. Лебединского позволяют сделать вывод, что дети с повышенной тревожностью относятся к группам риска по неврозам, аддитивному поведению, эмоциональным нарушениям личности [41].

У тревожных детей часто наблюдаются признаки страхов и тревог, которые они испытывают в ситуациях, где им ничто не угрожает. Такие дети слишком чувствительны.

Рисование – это один из способов распознать тревожных детей. Рисунки их очень разнообразные с сильными нажимами, большим количеством штриховок, а также маленькими размерами изображений. Иногда такие дети «заостряют» свое внимание на мелочах, на мелких деталях.

Именно поэтому поведение тревожных детей отличается от других детей. Они обеспокоены, тревожны, живут в состоянии стресса, испытывают постоянную угрозу, ощущая, что в любой момент могут столкнуться со сложностями, с которыми не в силах справиться.

А.М. Прихожан считает, что высокая тревожность оказывает в основном отрицательное, дезорганизирующее влияние на результаты деятельности младших школьников. У таких детей наблюдается разная степень активности на занятиях и вместо них. Вне уроков, дети ведут себя иначе, они общительны, улыбки, в то время как на занятиях это очень зажатые и напряженные дети. На вопросы педагога отвечают еле слышным голосом, иногда и вовсе могут начать заикаться. При этом речь их может быть как очень быстрой, стремительной, так и медленной, затрудненной. У ребенка появляется двигательное возбуждение. Он начинает тереть одежду и манипулировать ручкой, карандашами и так далее.

Х. Граф, исследуя детскую тревожность, также изучал ее влияние на деятельность детей, в особенности на футбольную игру. Он отметил, что худшие игроки были очень тревожны. После того как он провел исследование уровня тревоги, он выяснил, что высокий уровень тревожности у ребенка – это результат чрезмерной родительской опеки [43, с. 73].

Таким образом, мы рассмотрели и проанализировали множество определений понятия «тревожность», согласно исследованиям разных авторов, как зарубежных, так и отечественных. Изученный материал

позволил нам узнать о влиянии тревожности на личностное развитие ребёнка. Одним из факторов, оказывающих большое влияние на её увеличение, считаются характерные черты родительского отношения к ребёнку: строгое обращение, стили воспитания, позиция родителей по отношению к ребёнку, отсутствие эмоционального контакта с ребёнком, ограниченность в общении с ним, незнание возрастных и индивидуальных особенностей ребенка. В нашем исследовании мы придерживаемся определения авторов А.М. Прихожан, Р.С. Немов, которые советуют различать «тревожность» как относительно устойчивое эмоциональное образование. Другими словами, можно сказать, что тревожность является хроническим состоянием. Тревожность - это повышенная склонность испытывать беспокойство в самых разнообразных жизненных ситуациях, в том числе и таких, которые к этому не предрасположены. Однако многие авторы считают тревогу у детей не только социально-психологическим феноменом, но и устойчивым личностным образованием, которое сохраняется на протяжении длительного периода времени. У нее имеется своя собственная побудительная сила и устойчивые формы реализации в поведении, которые преобладают в последних компенсаторных и защитных проявлениях. И как любой сложный психологический процесс - тревожность имеет сложное строение, состоящее из когнитивного, эмоционального и операционального аспектов при доминировании эмоционального и является продуктом широкого круга семейных нарушений.

Несмотря на большое количество исследований, статей, книг, посвященных тревожности, проблема остается актуальной и малоизученной, как в теории, так и в практике.

1.2. Особенности тревожности у детей младшего школьного возраста

Младший школьный возраст достаточно тяжелый для ребенка. Его переход из дошкольного учреждения в общеобразовательную школу может

сопровождаться беспокойством. Не все дети адаптированы и с легкостью привыкают к новой сфере деятельности. Многие ощущают страх, тревогу.

Существует множество определений понятия «школьная тревожность». Но многие исследования в психолого-педагогической литературе сходятся в том, что рассматривать данное понятие можно с двух позиций: как ситуативное явление и как личностную характеристику.

Автор С.С. Степанова пишет о школьной тревожности, как о «переживании эмоционального неблагополучия, связанное с предчувствием опасности или неудачи» [52, с. 46].

А.В. Микляева и Я.В. Румянцева писали, что школьная тревожность, «выражается в волнении, повышенном беспокойстве в учебных ситуациях, в классе, ожидании плохого отношения к себе, отрицательной оценки со стороны педагогов и сверстников» [32, с. 109].

Зачастую, тревога влияет на успеваемость ребенка, так как у тревожных детей объем наглядно-образной памяти ниже, чем у остальных детей. Как правило, у таких детей скорость обработки и восприятия информации меньше.

Такой разнообразный спектр проявлений школьной тревожности обусловлен неоднородностью причин, которые приводят к школьной дезадаптации. Также стоит отметить, что такой синдром как школьная тревожность, не всегда легко распознается.

В тревожных детях часто наблюдается беспокойство и тревога. У них всегда множество страхов. При этом у детей младшего школьного возраста могут возникнуть такие соматические проблемы как боль в животе, горле, головокружение. Такие дети могут быть подвержены вредным привычкам невротического характера, например, их может беспокоить привычка грызть ногти, сосать палец и т.д. Благодаря этим манипуляциям они могут снизить эмоциональное напряжение и успокоить нервную систему. По этой причине у младших школьников возникает рассеянность, забывчивость, снижение

концентраций внимания и страх опоздать или потерять школьные принадлежности.

К сожалению, среди перечисленных проявлений школьной тревожности у младших школьников встречается большое количество случаев нежелания ходить в школу. Это происходит вследствие недостаточной школьной мотивации. Не менее распространенной формой проявления школьной тревожности является чрезмерная усердность, такие школьники по несколько раз переделывают задания в классе, тратят много времени на выполнение домашних заданий [32, с. 38].

Про школьную тревожность можно сказать, что это беспокойное состояние детей по отношению к школе и учителям, родителям, одноклассникам.

Так же проблему «школьной тревожности» у детей рассматривал Е.И. Рогов. Он создал коррекционную работу с тревожными детьми. Для этого он разработал ряд приемов, одним из которых является: «приятное воспоминание». Используя такой прием, школьнику предлагается представить себе ситуацию, в которой он испытывал полный покой, расслабление и как можно ярче, стараясь вспомнить все ощущения. Или, например, такой прием как «Улыбка», где применяются упражнения для расслабления мышц лица [49, с. 55].

Есть и такие методы по преодолению школьной тревожности учащихся, которые может использовать педагог в ходе учебных занятий. Автором таких методов и приемов является Р.В. Овчарова [39, с. 110].

Немовым был разработан школьный тест тревожности. Благодаря такому тесту можно изучить тревожность детей по отношению к различным жизненным ситуациям и общению с окружающими его людьми [36, с. 300].

Про школьную тревожность можно сказать, что, это состояние беспокойства детей, которые переживают за учебную деятельность, за отношение с учителями, родителями, сверстниками.

А.М. Прихожан разработала методы и приемы по работе со школьной тревожностью. В работе описывается работа по психологической подготовке родителей и учителей к работе с тревожными детьми [42, с. 111].

Комплекс упражнений для мышечной релаксации представила в своей книге М.Р. Битякова. Техника работы с тревожными детьми содержит не только мышечное напряжение, но и визуализацию [9, с. 98].

В книге «Психогимнастика», автором которой является М.И. Чистякова, подробно описаны упражнения на релаксацию как отдельных мышц, так и всего тела. Такие упражнения могут быть достаточно полезны для тревожных детей [58, с. 50].

Чтобы уменьшить, а то и вовсе предотвратить детскую тревожность, Н.А. Аракелов и Н.Д. Шишкова разработали рекомендации воспитателю детского сада [3, с. 321].

Все чаще проблема тревожности возникает именно в младшем школьном периоде. Она негативно сказывается и на других сферах жизнедеятельности детей.

Именно поэтому проблема усугубляется тем фактом, что чаще всего в школьной среде дети с выраженной тревожностью являются самыми «удобными» для учителей (в особенности для родителей): они всегда выполняют задания согласно правилам, соблюдают дисциплину в классе, не нарушают правил поведения в классе.

С другой стороны, эта форма проявления высокой школьной тревожности не единственная. Зачастую она является проблемой и наиболее «трудных» детей (как правило, это дети, которые оцениваются родителями и учителям как «неуправляемые», «невоспитанные», «наглые»).

Такой разнообразный спектр проявления школьной тревожности обусловлен неоднородностью причин, которые приводят к школьной дезадаптации. Но при этом, несмотря на очевидность различий психических реакций, в основе лежит один синдром – школьная тревожность, которая не всегда легко распознается.

Эмоции представляют немаловажную роль в жизни детей. По эмоциям взрослый может определить, что нравится ребенку, а что его огорчает. В особенности это важно в младенчестве, когда вербальным общением они не владеют. По мере взросления ребенка его эмоциональность крепнет и проявляется ярче [39, с. 34].

Н.И. Непомнящая считает, что негативные эмоции ребёнка могут быть восприняты как его собственные, но в большинстве случаев они являются лишь симптомом, свидетельствующим о том, что такой ученик подвержен школьной тревожности. При этом раздражение может быть способом сглаживания эмоционального дискомфортного состояния, вызванного теми или иными событиями в школе [37, с. 20].

Потеря концентрации внимания в школе, рассеянное состояние так же может быть следствием школьной тревожности. Агрессивное состояние ребенка могут указывать на недостаток внимания. Но в то же время, известно, что неумение выполнить простую задачу и сосредоточить свое внимание исключительно на ней, свойственны людям с тревожным расстройством. Чаще всего это происходит в тех случаях, когда дети отвлекаются на уроках от своих проблем и пытаются избежать неприятных моментов в школе.

Однако, они либо вытесняют тревожащие элементы из сознания, либо пребывают в мире своих мыслей и идей, которые не вызывают беспокойства, благодаря чему это состояние является для этих людей наиболее комфортным. И если вы хотите помочь таким детям стать более внимательными, то вам стоит помочь им справиться с тревожностью.

Именно поэтому важно уделять особое внимание такой форме проявления школьной тревожности, которая связана с потерей контроля за физиологическими функциями в стрессовых ситуациях. Также необходимо упомянуть и о том, что это различные вегетативные реакции при тревожных состояниях. К примеру, если ребенок будет отвечать у доски или на месте, то его охватит страх, он может покраснеть или побледнеть, а также испытывать

дрожь. Такие волнительные моменты могут вызвать и тошноту, может заболеть и кружиться голова. По этой причине в начальных классах нередко встречаются серьезные формы недостаточного самоконтроля физиологических функций. На уроках в школе учителя начальных классов могут столкнуться с ситуациями непроизвольного мочеиспускания учеников.

Однако в школе оценка сначала вызывает у многих детей магическое ощущение важности и ее значимости, что может привести к формированию у них чувства превосходства над другими детьми.

В конечном итоге оценка является «внешним» стимулом учебной деятельности, и, благодаря этому она теряет свой стимулирующий эффект, превращаясь в самоцель. Многих учеников беспокоит не сама учебная деятельность, оцениваемая по шкале «хорошо - плохо», а её внешняя оценка. Главное – не усвоить урок, а получить хорошую оценку и различными способами: от постоянных повторений правил до «выпрашивания» хорошей отметки со слезами на глазах.

С точки зрения Д.Э. Науменко, повышенная тревожность снижает способность к концентрации внимания, ухудшает воспроизведение информации и ассоциативного мышления, что приводит к увеличению временного интервала восприятия и обработки информации.

Если учитель видит, что дети имеют высокий уровень тревожности, то он может определить его по ряду признаков: пассивность на уроке, зажатость в ответах, стеснение при малейшем намеке со стороны учителя. Такие дети на перемене находятся в одиночестве, ни с кем не общаются.

Под школьной тревожностью подразумевается мягкая форма выражения эмоций, которая может привести к депрессивному состоянию младших школьников. Она выражается в повышенном тревожном состоянии в период учебной деятельности. Постоянный страх испытывают неуверенные в себе. Они часто задаются вопросом: «А вдруг не получится?». Тревожность может помешать в любой работе, что, в свою очередь, ведет к низкой самооценке, неуверенности во всем («Я ничего не могу, не умею»). Таким

образом, это эмоциональное состояние может выступать в роли одного из механизмов развития невроза, поскольку способствует углублению личностных противоречий.

То, что характеризует тревожных взрослых, характеризует и детей. Такие дети чувствуют себя неуверенно, у них проявляется нестабильная самооценка. Их страх перед неизвестным приводит к тому, что им не хватает инициативы. Из-за своей послушности, они не обращают внимание на окружающих, спокойной ведут себя дома, в детском саду, выполняют все требования родителей и воспитателей - не нарушают дисциплину, не оставляют разбросанные вещи. Такие дети называются скромными, застенчивыми. При всем при этом они не допускают небрежности, стараются быть аккуратными, примерными, что является защитным механизмом для избегания неудач. На данный момент известно о том, что причиной возникновения школьной тревожности является повышенная восприимчивость и повышенная чувствительность. Некоторые дети с повышенной чувствительностью становятся тревожными. В первую очередь это зависит от отношения родителей к ребенку. При этом высока вероятность того, что родители, воспитывающие тревожного ребенка будут иметь высокий уровень гиперпротекции (излишняя опека, чрезмерный контроль, большое количество ограничений и запрещений, постоянное одергивание). В большинстве случаев страх перед родителями является следствием страха у детей. Однако, если родители и педагоги чрезмерно требовательны к ребенку, то это может привести к повышенной тревожности. Ещё одним фактором формирования школьной тревожности является частое обвинение в плохом поведении («у тебя очень плохое поведение, маме от этого плохо»). Большинство детских страхов связано с тем, что родители часто сдерживают свои чувства при наличии множества предупреждений, опасностью и тревогами. Родители, которые чрезмерно строги, могут вызвать у ребенка страх.

Однако помимо этих факторов страхи возникают и в результате фиксации в эмоциональной памяти сильных страхов при встрече со всем тем, что представляет опасную ситуацию или прямую угрозу для жизни, включая смерть, операцию или тяжелую болезнь. Наличие невротических черт является неотъемлемой частью школьной тревожности, которая может возникнуть у ребенка в результате усиления тревожного состояния и страха. В основе тревожности лежит пессимистическая установка на жизнь, которая характеризуется как опасная и непредсказуемая. Неуверенность в себе вызывает страх перед другими людьми, которая порождает нерешительность. Следовательно, неуверенный в себе, сомневающийся, колеблющийся, робкий, тревожный ребенок склонен к сомнениям, нерешителен, легко внушаем. Сомнительный, неуверенный в себе человек всегда сомневается в других, поэтому недоверчив и насторожен. У такого ребенка есть страх перед другими людьми и он ожидает от них нападков или насмешек. И это неудивительно, ведь он не может справиться со своей задачей в игре, с делом. Это способствует формированию защитных реакций психологической защиты в виде агрессии, которая направлена на других. Один из самых популярных способов, который часто выбирают тревожные детки, заключается в таком умозаключении: «Чтобы ничего не бояться, нужно сделать так, чтобы боялись тебя». Но маска агрессивности скрывает беспокойство не только от окружающих, но и даже у самого ребёнка. Однако, в глубине души у них - все та же тревога, растерянность и неуверенность, недостаток твердой опоры.

Так же защитная реакция выражается в отказе от общения и избегания лиц, от которых чувствуется «угроза». Такое дитя одиноко, замкнуто, малоактивно. Есть и другой вариант, когда ребенок может найти психологическую защиту «уходя в свой мир фантазий». У ребенка есть возможность фантазировать, он может разрешить свои проблемы, которые не были разрешены в реальности, и удовлетворить его нереализованные потребности. Как пишет в своей работе А.М. Прихожан, школьная

тревожность, свойственная детям в возрасте 7-8 лет, проявляется в повышенной эмоциональной возбудимости, которая сопровождается чувством страха перед выполнением каких-либо действий, вызывающие чувство тревоги [43; с. 87]. Для младших школьников главным источником тревоги является семья. Однако в дальнейшем, уже для подростков роль семьи становится менее значимой; зато возрастает роль школьной среды. От школьной тревожности имеются и такие последствия на интеллектуальное развитие, как развитие творческого мышления. Если говорить о негативных последствиях школьной тревожности, то они заключаются прежде всего в том что, не оказывают влияния на интеллектуальное развитие, но высокая степень тревоги может негативно сказаться на формировании творческого мышления, для которого характерны такие личностные черты, как отсутствие боязни перед новым, неизвестным. При этом, у детей младшего школьного возраста тревожность еще не является устойчивой чертой характера, а значит при проведении необходимых мероприятий возможно избежать тяжелых последствий. Школа является первым местом, где ребенок начинает знакомиться с миром социальной жизни. Так же как и семья, берет на себя ответственность в заботе и воспитании ребенка.

Как правило, школа является одним из главных факторов в формировании личности ребенка. Как он будет развиваться, во многом зависит от того, как будут закладываться качества и особенности в этот период жизни. Однако школьная тревожность младших школьников еще не является стойкой чертой характера. Конечно же, степень тревожности напрямую влияет на успешность обучения и взаимодействия со сверстниками. В случае своевременного проведения с детьми коррекционно-развивающей работы, уровень школьной тревожности будет снижаться.

1.3 Коррекция тревожности в условиях творческой образовательной среды у детей младшего школьного возраста

На сегодняшний период существует огромное количество различных средств и методов по борьбе с тревожностью. Эти средства весьма разнообразны, а главное - они могут быть достаточно увлекательными и интересными. Ключевым способом коррекционной работы с тревожностью младших школьников является арт-терапия. Данный метод может помочь не только побороть страхи и тревогу, но и раскрыть личность.

Создание творческой образовательной среды – необходимое условие развития всего многообразия деятельности младших школьников, где одну из главных ролей играет творческая деятельность. По-мнению таких ученых как Г.Г. Кравцова, Е.В. Зворыгиной, С.Л. Новосёловой: «чем богаче эта среда, тем лучше это для развития ребёнка» [14].

Понятие творческая образовательная среда, многими учеными трактуется по-разному. Так, например, А.Н. Тубельский под творческой образовательной средой понимал: «уклад жизни школы», под которым понимается «такая организация всех элементов учебно-воспитательного процесса, которая задает стиль, дух, атмосферу всей школьной жизни» [38].

По словам, например, В.А. Ясвина: «система влияний и условий формирования личности по заданному образцу, а также возможностей для ее развития, содержащихся в социальном и пространственно-предметном окружении. Среда должна служить средством для раскрытия и развития творческих способностей» [63].

Л.С. Выготский выделял, что: «важно пробудить у школьников стремление утверждать красоту в школе и дома, всюду, где они проводят своё свободное время, занимаются делом или отдыхают» [14].

Проанализировав данные понятия, можно выделить собственное определение творческой образовательной среды:

Творческая образовательная среда - это образовательное пространство, в которой раскрывается творческий потенциал ребенка, его особенности, способности и духовное развитие.

Особенность творчества заключается в том, что его нельзя специально организовывать. Творческий процесс не всегда предсказуем. Однако, не имея возможности повлиять на творчество непосредственно, появляется необходимость создания благоприятных условий для его возникновения, организовать психолого-педагогическую среду, в которой вероятность возникновения творческих проявлений у учащихся существенно возрастает. В этом заключается главная задача образовательного учреждения – создать в своих стенах творческую среду, в которой инициируется и развивается творчество учащихся как механизм развития личности.

Та творческая деятельность, в которую вовлечен ребенок, является очень важным элементом в развитии. Ведь в детском возрасте важен не результат, а именно процесс, например, в том же рисовании. Поэтому процесс, можно назвать терапией.

Впервые термин арт-терапия был введен еще в 30-х годах, художником Адрианом Хиллом. Арт-терапия в буквальном смысле значит: лечение искусством. Но если анализировать данное определение шире, то сюда можно отнести и такие виды творчества как танец, рисование, драма и другое [20].

Существуют и такие виды терапии как: драматерапия, где в качестве лечения или коррекции используется театр или ролевая игра. Библиотерапия - это сочинение и чтение книг с элементами творчества. Сказкотерапия - коррекция и лечение посредством прослушивания, прочтения, анализа сюжетов сказок. Музыкотерапия - терапия в музыкальном направлении. Также сейчас актуальны и такие интегративные формы как арт-формы (арт-драма и т.п.) [50].

Арт-терапия – это, в первую очередь, взаимодействие между участниками в творческой среде [29].

Данное направление исследовали и изучали такие психологи и психотерапевты как: Т. Бронска, Д. Вудз, К. Дрюкер, Э. Крамер и другие.

Они определили особенности арт-терапии, благодаря которым выражается творческий спектр эмоций клиента.

К таким особенностям относятся: - метафоричность – искусство, являющееся метафорой, которая выражает внутреннее переживание; - ресурсность – развитие креативности, духовности; - наличие трех компонентов: терапевт, клиент и продукт его творчества [21].

Процесс арт-терапии состоит из нескольких этапов [4]:

- 1) подготовительный этап;
- 2) этап формирования отношений и начальная деятельность клиента;
- 3) этап закрепления и развития отношений между арт-терапевтом и клиентом и результативной творческой деятельности клиента;
- 4) завершающий этап (оценка конечных результатов).

Основные методы арт-терапии:

1) Изотерапия - терапия, которая основана на изобразительной деятельности. Данный метод используется для психокоррекции клиентов с невротическими нарушениями, психосоматикой у детей и подростков с определенными трудностями в учебе и адаптации в социуме, при внутренних конфликтах в семье. Рисование помогает понять свой внутренний мир; выразить мысли и чувства; быть самим собой, и в конечном итоге найти освобождение от негативных переживаний в прошлом.

2) Сказкотерапия - метод, в котором сказка является главным инструментом. Такой метод расширяет сознание, улучшает взаимодействия с миром.

3) Музыкалотерапия - это использование песен, звуков, музыки в качестве лечебного средства. Музыкальная деятельность представляет собой воспроизведение, использование фантазии, импровизацию с помощью голоса самого человека и выбранных музыкальных инструментов или слушание специальной музыки.

4) Танцевальная терапия - это терапия с использованием движений, танца, способствующему слиянию эмоционального и физического состояния.

Данная терапия применяется при работе с людьми, имеющими нарушения в эмоциональном плане, нарушения в общении и личных взаимоотношений.

5) Фототерапия - это метод, где фото используется для разрешения проблем клиента. Фототерапия включает в себя создание и восприятие фотографических образов и объектов, впоследствии пополняемое их обсуждением и разными видами творчества [26].

Использование вышеперечисленных арт-терапевтических техник дает детям возможность выразить свои чувства, эмоции, мысли в процессе реализации творчества. Такой процесс нужно осуществлять так, чтобы ребенок не чувствовал дискомфорт, чтобы он мог расслабиться. А здесь они могут сделать то, что в обычной жизни запрещено, или не принято. Благодаря арт-терапевтическим техникам ребенок получает удовлетворение и может выплеснуть негативные эмоции, что способствует их успокоению.

Для младших школьников существенна такая черта: те образы, формы, которые они рисуют, изображают на листе бумаги, как правило, отражают их страхи, какие-то конфликтные ситуации, сны, неблагоприятные моменты из детства. Описать такие процессы детям сложно в разговоре, поэтому невербальные средства являются для них хорошим инструментом, чтобы выразить свои чувства и переживания.

В процессе арт-терапии активно формируются навыки общения ребёнка, способность и огромное стремление к конструктивному взаимодействию со сверстниками.

Арт-терапия – действенный способ, который помогает безболезненно и открыто рассказать о своих переживаниях и проблемах, сопровождающие младшего школьника. Ведь арт-терапия так же оказывает положительное влияние, способствует хорошей самооценки ребёнка и его позитивного отношения к сверстникам и окружающему миру. Данный метод учит ребёнка не рисовать, а демонстрировать и решать свои проблемы, вызывающие плохое настроение.

Рассмотрим некоторые преимущества арт-терапии:

- принимать участие могут и дети и взрослые, здесь не требуются художественные умения;

- это отличный инструмент для развития творческого потенциала;

- данная работа очень увлекательна, и не оставит в стороне участников;

- раскрывает положительные эмоции и благоприятный настрой.

Опираясь в нашем исследовании мы будем на изобразительную деятельность.

Изобразительная деятельность детей очень хорошо распространена и находится во внимании многих специалистов.

Одни из первых, кто занимался изучением изобразительной деятельности были: А. Кларк, Е.Х. Кнудсен, С. Левинштейн, М. Линдстм, Г. Люке.

Изучали проблему детского изобразительного творчества и отечественные ученые: Ю.Н. Болдыва, Л.А. Венгер, Л.С. Выготский, О.И. Галкина, З.В. Денисова, Е.И. Игнатъев, В.С. Мухина, Е.С. Романова, Н.П. Сакулина, Д.Н. Узнадзе и др.

У детей происходят преобразования в возрасте от 6 до 10 лет. К ним относятся: естественные психические процессы, внутреннее самосознание, осознание своего поведения. Художественная деятельность играет немаловажную роль в совершенствовании психики. В процессе рисования происходит координация образного мышления, в котором участвует правое полушарие головного мозга. При рисовании у ребенка формируется образ, закладывается мысль, которая помогает изображать графически.

Ребенок достаточно быстро познает мир, это происходит быстрее, чем он знакомится с новыми словами и пополняет свой словарный запас. Рисование помогает детям в легкой форме выразить свои мысли и чувства [13].

Большинство ученых предполагают, что рисунок для ребенка является языков, выражение речи. Им всегда присуще стремление к рисованию. С его

помощью можно узнать, увидеть и проанализировать те потребности, которые есть у детей.

Изобразительная деятельность это всегда интересно, приятно и расслабляюще. Рисование не вызывает тревог и не требует больших усилий.

Для того чтобы развить в ребенке навыки общения, необходимо постоянно расширять арсенал психологических орудий, а также приемы опосредствования, которые необходимы для развития психических процессов ребенка.

Результатом сформированного запаса психических средств, переживаний эмоций и поведения станет овладение ребенком способностью регулировать свое поведение в ситуациях повышенного эмоционального фона. Таким образом, это приводит к формированию адекватного уровня притязаний, а также стабильной самооценки.

Нам представляется возможность работы с детской тревогой и страхом в ключе психологических орудий опосредствования.

На детскую тревожность всегда важно обращать внимание и не обходить стороной, так как это может повлиять на дальнейшее развитие личности (В.И. Гарбузов, В.В. Лебединский и др.).

Чрезмерная тревога, которая не поддается контролю – это потеря адаптации к ситуации угрозы, что приводит к потере веры в свои силы, способности и возможности.

Важно отметить, что в некоторых исследованиях последователями школы Л.С. Выготского данные термины «опосредствования» и «опосредствование» идентичны, в некоторых же опосредствования понимается шире и включается в себя любые средовые факторы, а опосредствование понимается более узко и трактуется через культурные орудия и знаки. В связи с этим в предмете исследования используется термин «опосредствование» поскольку в исследовании будет сделан акцент на культурные средства, используемые детьми.

В своей теории Л.С. Выготский выделяет три вида знаково-символической деятельности: замещение, моделирование и экспериментирование [15].

В младшем школьном возрасте ребенок использует моделирование, но потом он приближается к стадии экспериментирования. У детей, которые имеют устойчивые конфликты с реальностью и не могут справиться с ними, возникает потребность в замене воображения. Символы особого рода являются отличительной особенностью детского мышления, они выражают через живой конкретный образ содержания. В связи с этим, происходит влияние на формирование мышления ребенка посредством использования наглядных образов, которые он получил в результате восприятия информации. Обличенные в словесную форму объяснения недоступно пониманию, поскольку для понимания необходимо реальное изображение [17].

Так, в младшем школьном возрасте аффективное воображение ребенка с помощью знаково-символической функции способно не только «побеждать» детские страхи, но и осуществлять самостоятельные превращения «устрашающих» образов, используя творческую трансформацию действительности.

Таким образом, теоретико-методологический анализ культурноисторического подхода, высших психических функций, психологических орудий опосредствования позволяет заключить, что результатом формирования арсенала средств опосредствования психики, организации эмоций (в том числе эмоции страха) и поведения будет являться овладение ребенком саморегуляцией в разных ситуациях, умение видеть отдаленные последствия реагирования, овладевать своим поведением в ситуациях повышенного влияния эмоций на деятельность путем взаимодействия с взрослым и интериоризации.

Отличие коррекционной программы от обычной заключается в том, что она предполагает методы опосредствования несформированных функций, а

не их тренировку. Получить хороший результат можно только в том случае, если родители будут помогать ребенку, взаимодействовать вместе с ним. При необходимости родители могут обратиться за помощью к специалисту, который разбудит их сознание и активность, а также окажет психологическую помощь.

Однако участие родителей в коррекционном процессе важно не только для того, чтобы регулярно заниматься с детьми, но и для того, чтобы родители могли обсудить возникающие у них проблемы.

Удержание в семье достигнутых ребенком хороших результатов, которые образовались при коррекционных занятиях, связано с отличным эмоциональным настроением, верой в успехи и осознанием этого процесса. Позитивное и конструктивное взаимодействие ребенком с родителями нужно для того, чтобы закрепить результат, полученный в результате коррекционных занятий с элементами арт-терапии. Этому будет помогать поддержание активной оптимистической позиции родителей, для этого психолог должен вести разговор в ключе успеха ребенка в данных занятиях, и стимулировать данные проявления уверенности в отношении своего ребенка. Особенно эффективным в коррекционной работе является сочетание индивидуальных занятий с групповыми занятиями. Каждый из видов работы имеет свои плюсы, в зависимости от помогающего метода и индивидуальных особенностей детей.

Ребенок может достичь хороших результатов, которые формируются во время коррекционных занятий, благодаря хорошему эмоциональному настрою, вере в успех и осознанию этого процесса. Положительное и конструктивное взаимодействие ребенка с родителями необходимо для закрепления результата, полученного в результате коррекционных занятий с элементами арт-терапии. Чтобы поддерживать активную оптимистическую позицию родителей, психолог должен вести разговор в ключе успеха ребёнка на данных занятиях. Сочетание индивидуальных занятий с групповыми занятиями – это наиболее эффективный способ коррекции. Кроме того,

каждый вид работы имеет свои плюсы, в зависимости от правильно подобранного метода и индивидуальных особенностей детей.

При формировании психокоррекционных методов и подходов по развитию психологических орудий опосредствования тревоги и страхов у детей младшего школьного возраста эффективными методами являются: игровая терапия, изотерапия, сказкотерапия, песочная терапия, куклотерапия.

В настоящее время такие методы являются наиболее эффективными, поскольку они способствуют опосредствованию орудий и развитию высшей психической функции [30].

ГЛАВА 2. ОПЫТНО-ПОИСКОВАЯ РАБОТА ПО ДИАГНОСТИКЕ И КОРРЕКЦИИ ШКОЛЬНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В УСЛОВИЯХ ТВОРЧЕСКОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ

2.1. Описание диагностических методик и показателей диагностики уровня тревожности детей младшего школьного возраста

Исследование проводилось на базе муниципального автономного общеобразовательного учреждения Новолялинского городского округа «Средней общеобразовательной школы №4» в г. Новая Ляля. В исследовании приняли участие младшие школьники 2 «а» и 2 «б» классов, 26 человек.

На основании анализа психолого-педагогической литературы мы выявили следующие показатели диагностики уровня тревожности: личностная тревожность - предрасположенность человека к переживанию, волнению по поводу широкого круга субъективно значимых явлений; ситуативная тревожность - насыщенность переживаний, которые возникают по отношению к простым жизненным событиям; школьная тревожность - выражается в волнении, повышенном беспокойстве в учебных ситуациях, в классе, ожидании плохого отношения к себе, отрицательной оценки со стороны педагогов и сверстников.

1. Для диагностики уровня развития тревожности детей младшего школьного возраста мы использовали следующие методики: тест тревожности (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен), методика Филлипса «Школьная тревожность», кинетический рисунок семьи (Р. Бернс, С. Кауфман) [8, 24].

Таблица 1

Соотношение показателей и диагностических методик

Показатели	Методики
------------	----------

<i>личностная тревожность</i>	тест тревожности (Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен)
<i>школьная тревожность</i>	методика Филлипса «Школьная тревожность»
<i>ситуативная тревожность</i>	кинетический рисунок семьи (Р. Бернс, С. Кауфман)

Представим краткое описание используемых методик. Подробное описание имеется в приложении 1.

Тест тревожности (Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен).

Цель теста: выявление уровня личностной тревожности.

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.

Анализ результатов теста оценивается количественно и качественно.

Методика Филлипса «Школьная тревожность».

Цель методики (опросника) состоит в изучении уровня и характера тревожности, связанной со школой у детей младшего и среднего школьного возраста.

Тест состоит из 58 вопросов, которые могут зачитываться школьникам, а могут и предлагаться в письменном виде. На каждый вопрос требуется однозначно ответить «Да» или «Нет».

Процедура обработки результатов: необходимо сравнить ответы испытуемых с ключом к тесту и выявить несовпадения. Ответы, не совпадающие с ключом - это проявления тревожности. При обработке подсчитывается:

1. Если общее число несовпадений по всему тексту больше 50 %, то это говорит о повышенной тревожности ребенка, если больше 75 % от общего числа вопросов теста – о высокой тревожности.

2. Число совпадений по каждому из 8 факторов тревожности, выделяемых в тексте. Уровень тревожности определяется так же, как в первом случае. Анализируется общее внутреннее эмоциональное состояние школьника, во многом определяющееся наличием тех или иных тревожных синдромов (факторов) и их количеством.

Факторы, по которым происходит оценка результатов:

1. Общая тревожность в школе - общее эмоциональное состояние ребенка, связанное с различными формами его включения в жизнь школы.

2. Переживания социального стресса – эмоциональное состояние ребенка, на фоне которого развиваются его социальные контакты (прежде всего - со сверстниками).

3. Фрустрация потребности в достижении успеха - неблагоприятный психический фон, не позволяющий ребенку развивать свои потребности в успехе, достижении высокого результата и т. д.

4. Страх самовыражения - негативные эмоциональные переживания ситуаций, сопряженных с необходимостью самораскрытия, предъявления себя другим, демонстрации своих возможностей.

5. Страх ситуации проверки знаний - негативное отношение и переживание тревоги в ситуациях проверки (особенно - публичной) знаний, достижений, возможностей.

6. Страх несоответствовать ожиданиям окружающих - ориентация на значимость других в оценке своих результатов, поступков, и мыслей,

тревога по поводу оценок, даваемых окружающим, ожидание негативных оценок.

7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу - особенности психофизиологической организации, снижающие приспособляемость ребенка к ситуациям стрессогенного характера, повышающие вероятность неадекватного, деструктивного реагирования на тревожный фактор среды.

8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями - общий негативный эмоциональный фон отношений со взрослыми в школе, снижающий успешность обучения ребенка.

Кинетический рисунок семьи (Р. Бернс, С. Кауфман).

Тест предоставляет богатую информацию о субъективной семейной ситуации ребенка. Он помогает выявить благоприятную семейную ситуацию, тревожность, конфликты в семье, чувство неполноценности в семейной ситуации, враждебность в семейной ситуации. Мы выбрали данную методику потому что она позволяет выявить показатель тревожности.

Тест состоит из двух частей:

1. рисование своей семьи:
2. беседа после рисования.

Для выполнения теста ребенку дается стандартный лист для рисования, карандаш (2М), ластик.

Далее идет интерпретация рисунка по симптомокомплексам, подробное описание симптомокомплексов имеется в приложении 1.

Для изучения тревожности мы берем второй симптомкомплекс - тревожность, которая выявляет ситуативную тревожность ребенка. Этот симптомокомплекс включает в себя такие симптомы как: штриховка, линия основания - пол, линия над рисунком, линия с сильным нажимом, стирание, преувеличенное внимание к деталям, преобладание вещей, двойные или прерывистые линии, подчеркивание отдельных деталей, другие возможные признаки. Эти признаки оцениваются в баллах, и переводятся в проценты. От

0 до 30% - низкая тревожность, от 31% до 70% - средняя и от 71% до 100% - высокая.

Таким образом, для диагностики уровня тревожности были выбраны следующие методики: тест тревожности (Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен), методика Филлипса «Школьная тревожность», кинетический рисунок семьи (Р. Бернс, С. Кауфман).

Тест тревожности (Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен), направлен на изучение личностной тревожности, он представлен в картинках, что удобно для применения, тест проводится быстро, позволяет получить количественные данные.

Для диагностики школьной тревожности используется методика Филлипса «Школьная тревожность». Данная методика дает возможность оценить не только общий уровень школьной тревожности, но и переживания в различных областях школьной жизни. Тест очень прост в проведении и обработке, поэтому отлично подходит для групповых исследований.

Так же распознавать ситуативную тревожность помогают рисунки, поэтому была выбрана методика кинетический рисунок семьи (Р. Бернс, С. Кауфман). Эта методика проективная и в ней есть шкала тревожности. Рисуя, дети могут быть открытыми, изображать на бумаге то, о чем думают, боятся или не могут сказать.

2.2. Анализ результатов диагностического исследования уровня развития тревожности детей младшего школьного возраста на начальном этапе опытно-поисковой работы

Проанализируем результаты диагностического исследования уровня развития тревожности детей младшего школьного возраста отдельно по каждой методике (или отдельно по каждому показателю).

Количественные результаты диагностики уровня развития личностной тревожности младших школьников по тесту Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен представлены в таблице 2.

Таблица 2

Результаты диагностического исследования уровня развития личностной тревожности по тесту Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен

№ п/п	Имя, фамилия	Индекс тревожности	Уровень развития
1	Матвей Г.	64,3	Высокий
2	Алина Р.	7,1	Низкий
3	Карина С.	42,9	Средний
4	Артем П.	85,7	Высокий
5	Андрей Т.	78,6	Высокий
6	Даниил Б.	64,3	Высокий
7	Андрей Л.	71,4	Высокий
8	Алексей М.	21,4	Средний
9	Виктория Б.	35,7	Средний
10	Елизавета Д.	50,0	Средний
11	София Н.	57,1	Высокий
12	Мария Б.	64,3	Высокий
13	Анастасия Л.	78,6	Высокий
14	Маргарита К.	42,9	Средний
15	Марк С.	50,0	Средний
16	Екатерина Т.	57,1	Высокий
17	Иван Л.	35,7	Средний
18	Кирилл С.	64,3	Высокий
19	Александр М.	64,3	Высокий
20	Владислав П.	78,6	Высокий
21	Максим Л.	14,3	Низкий
22	Ксения Ф.	64,3	Высокий
23	Дарья Р.	35,7	Средний

Продолжение таблицы 2

24	Макар П.	78,6	Высокий
25	Илья М.	50,0	Средний
26	Владислав М.	64,3	Высокий

Результаты диагностического исследования по тесту тревожности (Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен), показали, что 2 детей имеют низкий уровень тревожности, что составляет 8%, у 10 детей – средний уровень тревожности – 38%, 14 детей (54%) – с высоким уровнем. Таким образом, большинство детей показали средний и высокий уровень тревожности.

Дети выполняли задание с огромнейшим интересом. Большинство детей смогли с легкостью определиться с выбором грустного или веселого лица к рисункам. Но некоторые дети все-таки затруднялись с выбором, они были слегка растеряны и не знали, что же больше подойдет в той или иной ситуации, будет ребятам на картинке радостно или грустно.

В большинстве случаев были даны адекватные ответы, где выбранное лицо соответствует картинке, например в картинках № 2 (Ребенок и мать с младенцем), №5 (Игра со старшими детьми), №13 (Ребенок с родителями), №7 (Умывание), чаще всего дети выбирали лицо с улыбкой.

Но двое детей давали неадекватные ответы, выбирая так же радостное лицо в рисунках, №8 (Выговор), № 10 (Агрессивное нападение). Задав вопрос: «Почему выбрал именно улыбку?», отвечают: «Это они так играют».

Количественные результаты диагностики уровня развития школьной тревожности младших школьников по методике Филлипса представлены в таблице 3 (См. Приложение 2), и таблице 4.

Таблица 4

Выявление уровня школьной тревожности по методике Филлипса

№ п/п	Имя, фамилия	Общий показатель тревожности		Уровень развития тревожности
		Баллы	Баллы в %	
1	Матвей Г.	28	48	Средний
2	Алина Р.	28	48	Средний
3	Карина С.	42	72	Повышенный
4	Артем П.	36	62	Повышенный

Продолжение таблицы 4

5	Андрей Т.	43	74	Повышенный
6	Даниил Б.	27	46	Средний
7	Андрей Л.	41	71	Повышенный
8	Алексей М.	39	67	Повышенный
9	Виктория Б.	28	48	Средний
10	Елизавета Д.	38	65	Повышенный
11	София Н.	27	46	Средний
12	Мария Б.	43	74	Повышенный
13	Анастасия Л.	27	46	Средний
14	Маргарита К.	28	48	Средний
15	Марк С.	42	72	Повышенный
16	Екатерина Т.	26	49	Средний
17	Иван Л.	40	69	Повышенный

18	Кирилл С.	38	65	Повышенный
19	Александр М.	42	72	Повышенный
20	Владислав П.	28	48	Средний
21	Максим Л.	27	46	Средний
22	Ксения Ф.	39	67	Повышенный
23	Дарья Р.	42	72	Повышенный
24	Макар П.	32	55	Повышенный
25	Илья М.	28	48	Средний
26	Владислав М.	27	46	Средний

Результаты диагностического исследования по методике Филлипса «Школьная тревожность» показали, что повышенную тревожность имеют 14 детей (54%) и средний уровень наблюдается у 12 детей (46%).

Количественные результаты диагностики уровня развития тревожности младших школьников по тесту «кинетический рисунок семьи» (Р. Бернс, С. Кауфман) представлены в таблице 5.

Таблица 5

Результаты диагностического исследования уровня развития тревожности по тесту «кинетический рисунок семьи» (Р. Бернс, С. Кауфман)

№ п/п	Имя, фамилия	Симптомокомплекс	
		Тревожность	
		Балл	Балл в %
1	Матвей Г.	4	33
2	Алина Р.	3	25
3	Карина С.	4	33
4	Артем П.	2	16
5	Андрей Т.	8	66
6	Даниил Б.	7	58

Продолжение таблицы 5

7	Андрей Л.	3	25
8	Алексей М.	5	41
9	Виктория Б.	6	50
10	Елизавета Д.	4	33
11	София Н.	4	33
12	Мария Б.	2	16
13	Анастасия Л.	3	25
14	Маргарита К.	2	16
15	Марк С.	2	16
16	Екатерина Т.	1	8
17	Иван Л.	4	33
18	Кирилл С.	3	25

19	Александр М.	2	16
20	Владислав П.	1	8
21	Максим Л.	5	41
22	Ксения Ф.	7	58
23	Дарья Р.	9	75
24	Макар П.	5	41
25	Илья М.	4	33
26	Владислав М.	5	41

Качественный анализ по тесту «кинетический рисунок семьи» (Р. Бернс, С. Кауфман) показал, что дети с низким уровнем не проявляли особых признаков тревожности в рисунке, у кого-то еле заметная штриховка, или же сохраняется линия основания - пол. Нет заикленности на деталях. Отсутствует перерисовка и яркие проявления карандаша.

Дети со средним уровнем развития тревожности в рисунках указывали линию над рисунком, но не у всех. Так же имеется линия основания - пол. Есть уже более яркие штриховки. Большое количество различных предметов, которые не остаются без внимания.

У ребенка с высоким уровнем тревожности - очень ярко с сильным нажимом проявляется штриховка, имеется стирание, перерисовка, детализировано прорисованы некоторые предметы (диван, одежда), заметны двойные линии.

Результаты исследования уровня развития тревожности детей младшего школьного возраста по всем 3 методикам (показателям) представлены в таблице 6 и на рис.1.

Таблица 6

Сопоставление результатов исследования
уровня развития тревожности по всем методикам (показателям)

№ п/ п	ФИ ребёнка	Методики и показатели			Уровень развития
		Тест тревожности (Теммл, Дорки, Амен) (личностная тревожность)	Опросник Филлипса (школьная тревожность)	Кинетический рисунок семьи (ситуативная тревожность)	

1	Матвей Г.	Высокий	Средний	Средний	Средний
2	Алина Р.	Низкий	Средний	Низкий	Низкий
3	Карина С.	Средний	ПТ	Средний	Средний
4	Артем П.	Высокий	ПТ	Низкий	ПТ
5	Андрей Т.	Высокий	ПТ	Средний	Высокий
6	Даниил Б.	Высокий	Средний	Средний	Средний
7	Андрей Л.	Высокий	ПТ	Низкий	ПТ
8	Алексей М.	Средний	ПТ	Средний	Средний
9	Виктория Б.	Средний	Средний	Средний	Средний
10	Елизавета Д.	Средний	ПТ	Средний	Средний
11	София Н.	Высокий	Средний	Средний	Средний
12	Мария Б.	Высокий	ПТ	Низкий	ПТ
13	Анастасия Л.	Высокий	Средний	Низкий	Средний
14	Маргарита К.	Средний	Средний	Низкий	Средний
15	Марк С.	Средний	ПТ	Низкий	Средний
16	Екатерина Т.	Высокий	Средний	Низкий	Средний
17	Иван Л.	Средний	ПТ	Средний	Средний
18	Кирилл С.	Высокий	ПТ	Низкий	ПТ
19	Александр М.	Высокий	ПТ	Низкий	ПТ
20	Владислав П.	Высокий	Средний	Низкий	Средний
21	Максим Л.	Низкий	Средний	Средний	Средний
22	Ксения Ф.	Высокий	ПТ	Средний	Высокий
23	Дарья Р.	Средний	ПТ	Высокий	Высокий
24	Макар П.	Высокий	ПТ	Средний	Высокий
25	Илья М.	Средний	Средний	Средний	Средний
26	Владислав М.	Высокий	Средний	Средний	Средний

Примечание:

В – высокий уровень

ПТ - повышенная тревожность

С – средний уровень

Н – низкий уровень



Рис.1. Результаты исследования уровня развития тревожности

Сопоставление результатов исследования уровня развития тревожности детей по всем методикам (таблица 6) показало, что у 4 детей (15%) высокий уровень, 5 детей (19%) имеют повышенный уровень, 16 детей (62%) имеют средний уровень и 1 ребёнок (4%) - низкий уровень тревожности.

Дадим характеристику выделенным группам детей.

1 группа – высокий уровень тревожности (15%) - у детей (Андрей Т., Ксения Ф., Дарья Р., Макар П.) данной группы наблюдалось напряженное состояние, растерянность, часто отвлекались, концентрация внимания отсутствовала, были скованы, иногда переспрашивали задание, приходилось помогать или перечитывать задание.

2 группа с повышенным уровнем тревожности (19%) - у детей (Артем П., Андрей Л., Мария Б., Кирилл С., Александр М.) этого уровня наблюдалась готовность к выполнению задания, но дети так же отвлекались, были невнимательны, не собраны. Им требовалось больше времени для обдумывания ответа.

3 группа со средним уровнем тревожности (62%) – у детей (Матвей Г., Карина С., Даниил Б., Алексей М., Виктория Б., Елизавета Д., София Н.,

Анастасия Л., Маргарита К., Марк С., Екатерина Т., Иван Л., Владислав П., Максим Л., Илья М., Владислав М.) трудностей не возникало, задания выполняли с интересом, активно.

4 группа – низкий уровень тревожности – (4%). Испытуемый, отнесённый к этому уровню (Алина Р.), задания выполнялись с легкостью, в умеренном темпе, трудности так же отсутствовали. Была сконцентрирована на задании, не отвлекалась.

Ниже на рис. 2. даны результаты исследования уровня тревожности по всем показателям.

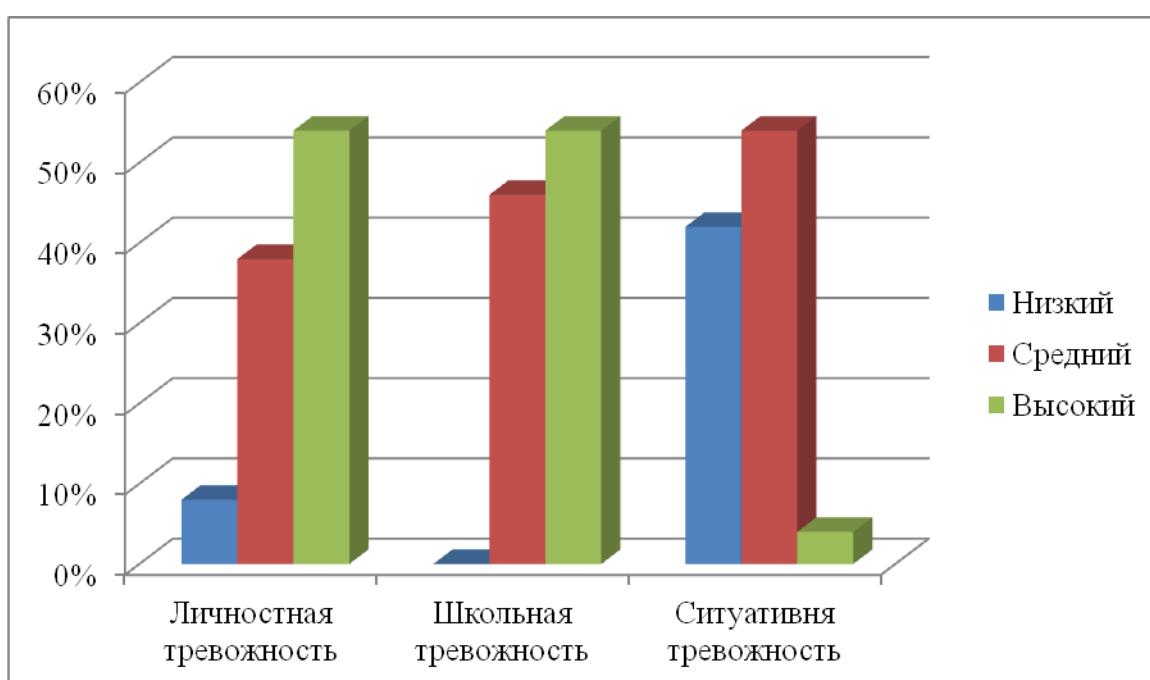


Рис. 2. Результаты исследования уровня тревожности по всем показателям (в %)

Итак, было установлено, что уровень развития тревожности детей младшего школьного возраста по показателям: личностная и школьная, оказались выше среднего. Среди детей были такие, которые выполняли задания с легкостью и интересом, другие наоборот: боялись новых заданий, были растеряны и не собраны. Это подтвердило необходимость осуществления целенаправленной педагогической работы по снижению

тревожности младших школьников в условиях творческой образовательной среды.

2.3. Описание хода работы по созданию творческой образовательной среды, способствующей коррекции тревожности у детей младшего школьного возраста

На формирующем этапе опытно-поисковой работы было проведено знакомство с учителем, в классе которого был реализован комплекс упражнений. Педагог поделился общей характеристикой класса, где описал степень сплоченности обучающихся и поделился своим наблюдением о тревожных учениках. Также важным было узнать о взаимоотношениях между детьми в классе, кто с кем общается, у кого наблюдаются проблемы в общении. Эти факты имеют большое значение для дальнейшей работы, так как в комплекс упражнений входят и такие задания, где детям нужно сплотиться, разбиться на пары или даже группы.

Прежде чем начать исследование, был организован классный час, где была предоставлена возможность познакомиться с детьми.

Затем, на следующем этапе, была проведена первичная диагностика уровня тревожности младших школьников. Первым мы использовали тест тревожности (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен), который позволил измерить личностную тревожность детей. Данная методика была интересной для выполнения, так как она состоит из карточек различных ситуаций. Все дети давали разные ответы. Было интересно наблюдать как у кого-то картинка №7 (умывание) и № 4 (одевание), вызывали негатив, где дети выбирали грустное лицо, а у кого-то наоборот была улыбка на такие ситуации.

Второй методикой была методика Филлипса «Школьная тревожность». Каждому ребенку был выдан бланк ответов, далее была зачитана инструкция, после чего дети приступили к выполнению задания. Некоторые дети были растеряны, кому-то казалось, что вопросы задаются одинаковые. Время

выполнение не регламентировалось, но задумываться над вопросом и перечитывать его несколько раз было нежелательно. С заданием справились все, кто-то быстрее, кто-то дольше.

Следующая методика не оставила детей равнодушными, ведь многие ученики любят рисовать. Поэтому в ходе проведения проективной методики - кинетический рисунок семьи (Р. Бернс, С. Кауфман), ребятам были выданы: стандартный лист для рисования, карандаш (2М) и ластик. Была зачитана инструкция: «Пожалуйста, нарисуйте свою семью так, чтобы ее члены были чем-нибудь заняты». Школьники выполняли это задание с огромным удовольствием, кто-то сразу занялся зарисовками членов семьи, кто-то начал рисование с кошки и собаки, другие дети и вовсе рисовали дом, и мебель в нем. После рисования состоялась беседа с каждым ребенком индивидуально, где задавались вопросы согласно инструкции.

Подводя итог диагностического исследования, был сделан вывод, о том, что в данном классе необходима коррекционно-развивающая работа по снижению тревожности младших школьников в условиях творческой образовательной среды.

Проведение работы по коррекции тревожности в условиях творческой образовательной среды на каждом занятии (раз в неделю по 40-45 минут) включало в себя следующую структуру: приветствие участников, упражнения, игры, задания, связанные с арт-терапией и завершение.

Первое занятие было посвящено снижению психологического напряжения, повышению самооценки и развитию творческих способностей. Используем технику «Каракулей». Начинается занятие с приветствия участников. Далее на стол кладется большой лист бумаги. Все садимся вокруг листа и берем фломастер любого цвета, но так, чтобы цвет не повторялся. Каждый ребенок рисует своим цветом каракули (это могут быть линии, черточки, точки, что угодно), затем, законченную работу передаем другому ребенку. Дети могут переворачивать листы в любую сторону и вносить в рисунок только линейные дополнения. Лист бумаги путешествует

из рук в руки, от одного ребенка - к другому до тех пор, пока каждому будет нечего добавить.

По окончании рисования все рассматривают получившуюся картину и обсуждают, что можно увидеть в рисунке, на что похожи те или иные образы. Затем можно сочинить увлекательную историю о картине, где участвуют все дети. На следующем этапе все вместе придумываем название для картины и ее истории. Завершается занятие обсуждением, о том, какие образы дети смогли увидеть в рисунке.

Второе занятие мы посвятили самопознанию и развитию личности. Началось занятие с приветствия участников, где предлагается поиграть с именами. Все участники встают в круг. Каждый по очереди делает шаг к центру круга и называет свое имя так, как ему нравится. По сигналу ведущего все делают шаг к центру и повторяют его имя. Сам участник не двигается и молча наблюдает за этим.

Далее переходим к рисованию своего «Автопортрета». Детям предлагается обвести свой силуэт в натуральную величину, а затем создать образ самого себя. Задание дается следующее: «Попробуйте изобразить свои чувства, то, как вы чувствуете себя в разных частях тела. Изобразите то, что происходит внутри вас. Попробуйте поговорить со своим изображением». Располагать рисунки можно так как хочется. Разрешено рассматривать свои рисунки и рисунки других. Можно дополнять и менять свое творение.

Заканчивается занятие обсуждением рисунков, их чувств. И далее предлагается придумать какой-нибудь веселый жизненный девиз.

На третьем занятии мы поработали с психоэмоциональным состоянием. Поприветствовали друг друга. После этого была проведена работа с зеркалом. Детям предлагалось внимательно рассмотреть себя. Оба глаза. Сначала один, потом второй. Сказать свое имя и сказать: «Я люблю тебя» своему отражению. Задание было забавным, всем подняло настроение.

На следующем этапе использовался прием «Текущий момент». Ребята рисовали то, что им было важно в настоящий момент. Затем было обсуждение рисунков, то что у них получилось.

После этого было еще одно задание «Цветные капли». Ребятам нужно было взять кисти и сильно их намочить водой, затем окунуть в краску и позволить каплям стечь на бумагу. Можно брать любые цвета. В конце упражнения задаются следующие вопросы: «что вы чувствовали, на что похожи ваши капли, на что похож получившийся рисунок?».

Завершающий этап прошел в виде рефлексии.

На четвертом занятии мы превращали пугающий объект в нечто веселое и доброе. поприветствовали друг друга. Далее перешли к обсуждению страхов. Ребятам предлагалось зарисовать свои страхи, то чего они боятся, что вызывает тревогу. Потом мы обсуждали все вместе, кто что нарисовал, почему именно это вызывает страх, с чем это связано, а затем решали судьбу этого страха, его можно было порвать, выбросить, превратить в комок бумаги, или добавить пару веселых элементов, чтобы было не страшно, а наоборот весело и интересно. У каждого получились разные результаты творений. Следующей задачей было обсудить и придумать историю о страхе, о том, что с ним случилось, что он стал добрым и веселым.

Завершается занятие увлекательными историями о «забытом страхе».

Пятое занятие мы посвятили снятию агрессии и страхов, и так же развитию воображения. Для этого была выбрана игра «кляксы». поприветствовав друг друга, сели за стол. У каждого на столе был листок бумаги и краски. Детям было предложено взять краски нескольких цветов, и сделать кляксу на одной половинке листа, затем лист нужно было согнуть, чтобы получился отпечаток на другой половине. Потом, разглядывая кляксу, нужно было представить на что она похожа, или на кого, какой виден образ.

Многие дети взяли яркие краски, и кляксы у них получились веселые, добрые, и похожи они были на цветы, радугу, бабочек. А некоторые дети

брали темные оттенки, и в кляксах они видели страхи, драки, агрессивные сюжеты. Обсуждая картины, дети будто освобождаются, успокаиваются.

Но не всегда картина может отразить состояние ребенка. Поэтому связывать их с высокой вероятностью не нужно.

После обсуждения картин, мы сыграли в еще одну игру «Соломинка на ветру». Целью игры является развитие навыков саморасслабления, формирование доверия к окружающим, преодоление чувства страха и тревоги.

Дети были разделены на 4 команды по 6-7 человек. Все встают в круг и вытягивают руки ладонями вперед. Выбирается один ребенок, который будет «соломинкой». Он встает в центр круга с закрытыми глазами. По команде ведущего: «Не отрывай ноги от пола и падай назад!» - участники игры по очереди прикасаются руками к плечам «соломинки», аккуратно поддерживая ее, и передают следующим ребятам по кругу. В результате принимает участие каждый и боится другого. В такой игре не все дети были активными, некоторые сторонились, но потом попробовав принять участие, были раскрепощеннее.

Завершилось занятие рефлексией и анализом своих чувств.

Целью шестого занятия было развитие воображения, эмоциональной сферы. Началось занятие с приветствия и упражнения «Прекрасный сад». Дети садятся за стол, и я прошу их закрыть глазки. Затем предлагаю ребятам представить себя цветочком: «Если бы ты стал цветком, то какой бы это был цветок, опиши его, есть ли у тебя листья? Они большие или маленькие? Есть ли у тебя шипы, они колючие? А какого цвета лепестки? Их много? Какие у тебя бутоны? А стебель высокий или низкий? Есть ли корни? А кто-нибудь ухаживает за тобой? А теперь медленно открывай глазки, и попробуй нарисовать то, что ты только что представил. Не переживай о том, как ты нарисуешь». После рисования, ребята по желанию рассказывали о своих рисунках, а затем вырезали свои цветы, которые потом мы разместили на большой бумаге.

Завершилось занятие осуждением получившегося сада.

На седьмом занятии мы снимали эмоционально-мышечного напряжения, развивали фантазию. Приветствие ребят. Занятие началось с прочтения сказки «Золотая рыбка». Затем идет обсуждение: «Ребята, как вы думаете, эта сказка добрая или злая? Какой характер у старушки? А у старика? Что бы вы хотели изменить в их характере? Если бы мы с вами стали волшебниками, мы бы превратили старушку в доброго персонажа? Предлагаю нам всем вместе подумать и сочинить новую сказку, в которой будет больше добрых персонажей». Дети рассуждали, предлагали идеи.

Примерно такая сказка о золотой рыбке получилась:

«Золотая рыбка подарила старику и старушке сына и дочку, внука и внучку, чтобы им не было грустно жить в одиночестве. Дочь и сын сделали новое корыто, построили большой красивый дом, чтобы старик со старухой жили долго и счастливо».

Завершение. Ребята были разделены на 3 группы. На большом листе бумаги (ватман), уже смоченным водой, детям нужно было нарисовать море. Но рисовать не кисточками, а пальчиками. Под спокойную музыку бушующего моря, волн. После того как море было нарисовано, нужно было так же пальчиками из цветной бумаги вырезать рыбок (без использования ножниц), любого цвета, любых размеров. Как только рыбки были готовы, мы загадали желание и «запустили рыбок в наше море», то есть наклеили на ватман. Завершилось занятие обсуждением, что понравилось, что не понравилось, было ли интересно.

Последнее восьмое занятие было посвящено изображению образа самого себя. Приветствие участников. Задание для ребят было следующим: «Нужно представить себя группе, но не словами, а рисунком. Попробуй нарисовать себя, свой образ, каким вы себя видите». Затем была демонстрация своих образов, и ребята должны были угадать, что хотел показать и рассказать о себе хозяин рисунка.

На следующем этапе занятия, нужно было сделать маски, которые показывают лучшие свои черты или даже худшие. Маски рисуются любыми цветами, которые больше подходят под настроение. После изготовления масок шло обсуждение. Ребята делились своими впечатлениями, ощущениями.

Завершилось занятие рефлексией.

Упражнения и задания были с элементами арт-терапии, поэтому многие дети с огромным удовольствием включались в работу. Но не все ребята были столь активны, некоторые стеснялись, были скованы, им трудно было справляться с заданиями. К концу занятия дети все больше осваивались и уже были свободнее, и активнее.

Дальнейшие занятия для младших школьников были более интереснее, они участвовали в обсуждениях, слушали высказывания других участников, с удовольствием принимали участие в играх и упражнениях, анализировали и рассказывали, что им понравилось на занятии, а что нет. Однако некоторые дети испытывали трудности на этом этапе коррекционной работы. Те учащиеся, у которых при диагностике был выявлен высокий или повышенный уровень тревожности, чувствовали дискомфорт, им было некомфортно, в некоторых упражнениях так же отказывались участвовать.

Как правило, во время групповых упражнений дети с высокой тревожностью испытывали трудности, боялись, с другими детьми им так же было тяжелее взаимодействовать, но в процессе выполнения упражнения по арт-терапии они с легкостью выражали свои чувства, мысли и переживания.

По окончанию комплекса упражнений, у детей наблюдалось улучшенное самочувствие, ребята были активнее, дружнее, общительнее.

На последнем занятии была проведена рефлексия, где дети описывали свое состояние, поделились тем, что больше всего понравилось из упражнений, а что не совсем понравилось. Какие трудности удалось преодолеть, а с чем справиться совсем не получилось.

2.4. Оценка эффективности опытно-поисковой работы по коррекции школьной тревожности младших школьников

Чтобы проверить эффективность комплекса упражнений по снижению тревожности младших школьников, был проведен контрольный замер с применением таких же методик как: тест тревожности (Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен), методика Филлипа «Школьная тревожность», кинетический рисунок семьи (Р. Бернс, С. Кауфман), на той же группе детей.

Проанализируем результаты повторного диагностического исследования уровня развития тревожности детей младшего школьного возраста отдельно по каждой методике (или отдельно по каждому показателю).

Количественные результаты диагностики уровня развития личностной тревожности младших школьников по тесту Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен представлены в таблице 7.

Таблица 7

Результаты диагностического исследования уровня развития личностной тревожности по тесту Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен

№ п/п	Имя, фамилия	Индекс тревожности	Уровень развития
1	Матвей Г.	35,7	Средний
2	Алина Р.	14,3	Низкий
3	Карина С.	35,7	Средний
4	Артем П.	64,3	Высокий
5	Андрей Т.	50,0	Средний
6	Даниил Б.	50,0	Средний
7	Андрей Л.	42,9	Средний
8	Алексей М.	7,1	Низкий
9	Виктория Б.	28,6	Средний
10	Елизавета Д.	35,7	Средний
11	София Н.	50,0	Средний
12	Мария Б.	57,1	Высокий
13	Анастасия Л.	50,0	Средний
14	Маргарита К.	42,9	Средний
15	Марк С.	35,7	Средний
16	Екатерина Т.	57,1	Средний
17	Иван Л.	21,4	Средний
18	Кирилл С.	64,3	Высокий
19	Александр М.	57,1	Высокий
20	Владислав П.	35,7	Средний
21	Максим Л.	50,0	Средний

Продолжение таблицы 7

22	Ксения Ф.	14,3	Низкий
23	Дарья Р.	64,3	Высокий
24	Макар П.	42,9	Средний
25	Илья М.	28,6	Средний
26	Владислав М.	35,7	Средний

Результаты контрольного замера данных по тесту тревожности (Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен) показали, что 3 детей имеют низкий уровень тревожности, что составляет 12%, у 18 детей – средний уровень тревожности – 69%, 5 детей (19%) – с высоким уровнем. Таким образом, можно сделать вывод о том, что количество детей с низким уровнем тревожности возросло на 4%, со средним уровнем тревожности возросло на 31%, а с высоким уровнем тревожности наоборот - снизилось на 35%,

Для детей задание было знакомо, многие ребята помнили картинки, поэтому задание выполняли с некоторым любопытством. В этот раз трудности не возникали, большинство ответов были положительными.

Количественные результаты повторной диагностики уровня развития школьной тревожности младших школьников по методике Филлипса представлены в таблице 8 (См. приложение 2), и таблице 9.

Таблица 9

Выявление уровня школьной тревожности по методике Филлипса

№ п/п	Имя, фамилия	Общий показатель тревожности		Уровень развития тревожности
		Баллы	Баллы в %	
1	Матвей Г.	22	38	Средний
2	Алина Р.	24	41	Средний
3	Карина С.	36	62	Повышенный
4	Артем П.	27	46	Средний
5	Андрей Т.	38	65	Повышенный
6	Даниил Б.	21	36	Средний
7	Андрей Л.	30	51	Повышенный
8	Алексей М.	30	51	Повышенный
9	Виктория Б.	25	43	Средний
10	Елизавета Д.	27	46	Средний
11	София Н.	24	41	Средний
12	Мария Б.	37	64	Повышенный
13	Анастасия Л.	24	41	Средний
14	Маргарита К.	24	41	Средний

Продолжение таблицы 9

15	Марк С.	34	59	Повышенный
16	Екатерина Т.	25	43	Средний
17	Иван Л.	33	56	Повышенный
18	Кирилл С.	28	48	Средний
19	Александр М.	35	60	Повышенный
20	Владислав П.	23	40	Средний
21	Максим Л.	23	40	Средний
22	Ксения Ф.	31	53	Повышенный
23	Дарья Р.	34	59	Повышенный
24	Макар П.	24	41	Средний
25	Илья М.	22	38	Средний
26	Владислав М.	23	40	Средний

Результаты повторного диагностического исследования по методике Филлипса «Школьная тревожность» показали, что повышенная тревожность наблюдается у 10 детей (38%) и средний уровень у 16 детей (62%).

По результатам исследования, можно сделать вывод, что высокий уровень тревожности по данной методике у детей отсутствует, повышенная тревожность снизилась на 16%, в то время как средняя тревожность возросла на 16%.

Количественные результаты диагностики уровня развития тревожности младших школьников по тесту «кинетический рисунок семьи» (Р. Бернс, С. Кауфман) представлены в таблице 10.

Таблица 10

Результаты диагностического исследования уровня развития тревожности по тесту «кинетический рисунок семьи» (Р. Бернс, С. Кауфман)

№ п/п	Имя, фамилия	Симптомокомплекс	
		Тревожность	
		Балл	Балл в %
1	Матвей Г.	3	25
2	Алина Р.	3	25
3	Карина С.	2	16
4	Артем П.	3	25
5	Андрей Т.	5	42
6	Даниил Б.	6	50
7	Андрей Л.	1	8
8	Алексей М.	4	33
9	Виктория Б.	4	33

Продолжение таблицы 10

10	Елизавета Д.	5	42
11	София Н.	4	33
12	Мария Б.	1	8
13	Анастасия Л.	3	25
14	Маргарита К.	2	16
15	Марк С.	1	8
16	Екатерина Т.	0	0
17	Иван Л.	2	16
18	Кирилл С.	3	25
19	Александр М.	3	25
20	Владислав П.	0	0
21	Максим Л.	5	42
22	Ксения Ф.	6	50
23	Дарья Р.	5	42
24	Макар П.	3	25
25	Илья М.	4	33
26	Владислав М.	0	0

Результаты по тесту «кинетический рисунок семьи» (Р. Бернс, С. Кауфман) показали, что дети не проявили высокую тревожность в рисунках. Только у 10 детей со средней тревожностью была проявлена небольшая штриховка, линия основания - пол сохранилась, потертости и перечеркивания отсутствуют.

Так же у остальных 16 детей была отмечена низкая тревожность, что говорит об эффективности проведенных упражнений по снижению тревожности.

Вставить динамику

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В ходе исследования по теме «Творческая образовательная среда как фактор коррекции школьной тревожности учащихся начальной школы» были поставлены следующие задачи:

1) Изучить состояние проблемы организации деятельности педагога по снижению тревожности у детей младшего школьного возраста в педагогических и психологических исследованиях;

2) Провести отбор методик для выявления уровня тревожности у детей младшего школьного возраста, которые могут быть использованы в процессе формирования творческой образовательной среды;

3) Разработать теоретическую модель творческой образовательной среды, обеспечивающей снижение тревожности младших школьников в условиях образовательного процесса учреждения образования;

4) Проанализировать результаты проведенной диагностики на начальном этапе опытно-поисковой работы;

5) Разработать содержание работы по организации творческой образовательной среды, обеспечивающей коррекцию тревожности младших школьников;

6) Обобщить теоретические и практические результаты исследования.

Для решения первой и второй задач была изучена и проанализирована психолого-педагогическая литература как отечественных, так и зарубежных авторов.

В параграфе 1.1. «Понятие и сущность тревожности в педагогике и психологии» дано понятие «тревожность» разных авторов – А. Адлер, Б.Б. Айсмонтас, Г.Г. Аракелов, В.Р. Кисловская, Р.С. Немов, А.В. Петровский, А.М. Прихожан, В.В. Суворова, К. Хорни, З. Фрейд, Э. Фромм и др.

В данном параграфе были рассмотрены и проанализированы определения понятия «тревожность», согласно исследованиям разных

авторов, как зарубежных, так и отечественных. Изученный материал позволил нам узнать о влиянии тревожности на личностное развитие ребёнка. В нашем исследовании мы придерживаемся определения авторов А. М. Прихожан, Р. С. Немов, которые советуют различать «тревожность» как относительно устойчивое эмоциональное образование. Однако многие авторы считают тревогу у детей не только социально-психологическим феноменом, но и устойчивым личностным образованием, которое сохраняется на протяжении длительного периода времени.

тревожность

В параграфе 2 «Особенности формирования тревожности у детей младшего школьного возраста» рассмотрено понятие школьной тревожности многих авторов, описаны факторы и причины возникновения тревожности у младших школьников. Какие факторы

В параграфе 3 «Коррекция тревожности в условиях творческой образовательной среды у детей младшего школьного возраста» доказано, что творческая образовательная среда может быть эффективна при коррекции тревожности. Здесь может помочь арт-терапия, благодаря которой можно выявить страхи, проблемы и тревожность младших школьников. В рисунке можно увидеть то, о чем ребенок не скажет или боится рассказать.

В п. 2.1. Выделены показатели личностная тревожность, ситуативная тревожность, школьная тревожность. На основании выделенных показателей выбраны диагностические методики.

Для диагностики уровня развития личностной тревожности младших школьников был использован тест тревожности (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен), для диагностики школьной тревожности - методика Филлипса «Школьная тревожность», ситуативную тревожность исследовали с помощью методики - кинетический рисунок семьи (Р. Бернс, С. Кауфман).

Диагностическое исследование уровня развития тревожности детей показало, что 4 ребенка (15%) имели высокий уровень, у 5 детей (19%) был выявлен повышенный уровень, 16 детей (62%) имели средний уровень и 1

ребёнок (4%) - был с низким уровнем тревожности. Дети с высокой тревожностью отличались скованностью, с легким испугом в глазах, они были рассеяны, не собраны, растеряны.

Про показатель

В практической части нашей работы были подобраны игры, задания, упражнения на снижение уровня тревожности у младших школьников, а также разработаны комплексные занятия, которые проводились 1 раз в неделю по 40-45 минут. Занятия состояли из: приветствия участников, проведение упражнений, игр, заданий, связанных с арт-терапией и завершения (подведение итогов, рефлексия).

Цель и задачи достигнуты.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Адлер, А. Практика и теория индивидуальной психологии [Текст] / Альфред Адлер. – М. : Гаудеамус, 2015. – 240 с.
2. Айсмонтас, Б. Б. Общая психология: схемы / Б. Б. Айсмонтас. — М. : ВЛАДОС, 2002. – 288 с.
3. Аракелов, Н. Е. Тревожность: методы ее диагностики и коррекции / Н. Е. Аракелов, Н. В. Шишкова // Психология. – 2014.– № 1.– С. 8 – 14.
4. Астапов, В. М. Тревожность у детей [Текст] учебное пособие./ В. М. Астапов. Изд-во: ПЕРСЭ, 2008.– 160 с.
5. Батюта, М. Б. Возрастная психология: Учебное пособие / М. Б. Батюта, Т. Н. Князева. - М. : Логос, 2015. - 306 с.
6. Беляев, Г. Ю. Педагогическая характеристика образовательной среды в различных типах образовательных учреждений : диссертация кандидата педагогических наук : 13.00.01 / Г. Ю. Беляев ; Исследовательский центр проблем качества подготовки специалистов – Москва, 2000. – 157 с.
7. Бернс, Р. С. Кинетический рисунок семьи: Введение в понимание детей через кинетические рисунки Текст. / Р. С. Бернс, С. Х. Кауфман. — М. : Смысл, 2006. - 142 с.
8. Битякова, М. Р. Организация психологической работы в школе [Текст] / Битякова М. Р. - М. : Совершенство, 1997. - 298 с.
9. Божович, Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте. - СПб. : Питер-Пресс, 2009. - 398 с.
10. Буторина, А. Н. Психолого-педагогические особенности формирования познавательного интереса у младших школьников / А. Н. Буторина, А. Н. Загороднюк // Вестн. ТОГИРРО. – 2016. – № 1. – С. 234-235.
11. Валлон, А. Факторы психического развития ребенка. [Текст] учебное пособие./ А. Валлон. Изд-во: СПб. : Питер, 2001. - 512 с.

12. Выготский, Л. С. Соч.: в 6 т. Т.5. – М.: Педагогика, 1983. – 366 с.
13. Выготский, Л. С. Педагогическая психология/ Под ред. В. В. Давыдова. – М. : Педагогика, 1991. – 480 с.
14. Выготский, Л. С. Психология развития ребенка / Л. С. Выготский. - М. : Эксмо, 2005.- 507 с
15. Долгова, В. И. Готовность родителей к воспитанию детей в замещающей семье / В. И. Долгова, Ю. А. Рокицкая, Н. А. Меркулова – М. : Издательство Перо, 2015. – 180 с.
16. Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д. Формы и методы работы со сказками. / Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева. СПб. : «Речь», 2008. – 350 с.
17. Иванова, С. И. Образовательное пространство и образовательная среда: в поисках отличий / С. И. Иванова // Ценности и смыслы. – 2014. – № 5 (33). – С. 4-17.
18. Иванова, Н. В. Эффективные средства и приемы формирования познавательного интереса у младших школьников / Н. В. Иванова, В. А. Калюпина, Е. В. Минаева // ПНиО. - 2017. - №6 (30). – С. 70-73.
19. Карабанова, О. А. Игра в коррекции психического развития ребенка. Учебное пособие. / О. А. Карабанова. - М. : РПА, 2010. – 191 с.
20. Киселева, М. В. Арт-терапия в психологическом консультировании: учебное пособие / М. В. Киселева, В. А. Кулганов. - СПб. : Речь, 2014. – 64 с.
21. Кисловская, В. Р. «Ребенок - дошкольник» / В. Р. Кисловская. – М. : Педагогика, 1989. – С. 64.
22. Колесникова, Г. И. Специальная психология и педагогика / Г. И. Колесникова. - Ростов н/Д: Феникс, 2010. - 252 с.
23. Костина, Л. М. Коррекция тревожности методом игровой терапии как условие школьной адаптации первоклассников. [Текст] учебное пособие./ Л. М. Костина. – Казань, 2000. - 206 с.
24. Костина, Л. М. Методы диагностики тревожности. Л. М. Костина - СПб. : Речь, 2006. - 198 с.

25. Копытин, А.И. Арт-терапия / А.И. Копытин. - СПб. : Питер. 2001. - 320 с.
26. Копытин, А. И. Арт-терапия детей и подростков [Текст] / А. И. Копытин, Е. Е. Свистовская. - М. : Когито-Центр, 2007. - 196 с.
27. Крылова, Н. Б. Культурология образования / Н. Б. Крылова. – М. : Народное образование, 2000. – 272 с.
28. Крэйг, Г. Психология развития. [Текст] учебное пособие./ Г. Крейг. Изд-во: СПб. : «Питер», 2000. - 992 с.
29. Кулаков, С. А. Практикум по интегративной психотерапии психосоматических расстройств. — СПб. : Речь, 2007. - 294 с.
30. Лебедева, Л. Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий. СПб. : Речь, 2003. – 256 с.
31. Леонтьев, А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. / А. Н. Леонтьев. - М. : 2005. – 352 с.
32. Лютова, Е. Шпаргалка для родителей. Гиперактивные, агрессивные, тревожные и аутичные дети : учебное пособие./ Е. Лютова, Г. Моница. М. : Изд-во: «Речь, Сфера» , 2010. – 437 с.
33. Микляева, А. В. Школьная тревожность: диагностика, коррекция, профилактика /А. В. Микляева, Я. В. Румянцева. СПб. : Речь, 2009. - 248 с.
34. Минаева, Н. В. Профилактика отклоняющегося поведения у учащихся младших классов / Н. В. Минаева, А. М. Суздалева // Педагогика и психология: актуальные вопросы теории и практики. – 2017. – № 1. – С. 112-116.
35. Мэй, Р. Краткое изложение и синтез теории тревожности. Тревога и тревожность [Текст] учебное пособие./ Р. Мэй. Изд-во: СПб. : Питер, 2001. – 256 с.
36. Немов, Р. С. Психология. Книга 1. Общие основы психологии: учебник / Р. С. Немов – М. : ВЛАДОС, 2013. – 687 с.

37. Немов, Р. С. Психология. Учебник для студентов высш. пед. учеб. заведений: В 3 кн.: Книга 3: Экспериментальная педагогическая психология и психодиагностика [Текст] / Немов Р.С. - М. : 2000. – 654 с.
38. Непомнящая, Н. И. Психодиагностика личности: Теория и практика. М. : ВЛАДОС, 2003. - 192 с.
39. Овчарова, Р. В. Практическая психология в начальной школе [Текст] / Овчарова Р. В. ТЦ, Сфера. М. : 2001. – 278 с.
40. Ожегов, С. И. Словарь русского языка: ок. 53 000 слов / С. И. Ожегов ; под общ. Ред. проф. Л. И. Скворцова. – 24-е изд., испр. – М. : Оникс : Мир и образование, 2007. – 640 с.
41. Пасечник, Л. Тревожный ребёнок//Дошкольное воспитание. 2007. № 9,10, 89-95 с.
42. Прихожан, А. М. Психология неудачника: Тренинг уверенности в себе [Текст] / Прихожан А. М. -М. : 2001. – 231 с.
43. Прихожан, А. М. Психология тревожности: дошкольный и школьный возраст, 2-е изд. ил. – Серия «Детскому психологу» / А. М. Прихожан. – СПб. : Питер, 2009. – 192 с.
44. Прихожан, А. М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. М.: МПСИ, 2000. - 305 с.
45. Психологический словарь/ Под ред. В. В. Давыдова, А. В. Запорожца, Б. Ф. Ломова и др.; Науч.-исслед. ин-т общей педагогической психологии Акад. Пед. Наук СССР. - М. : Педагогика, 1983. - 448с.
46. Психология. Словарь / Под ред. А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : Политиздат, 2013. - 494 с.
47. Рикрофт, Ч. Тревога, страх и ожидание. Тревога и тревожность. [Текст] учебное пособие./ Ч. Рикрофт. – СПб. : Питер, 2001. - 350 с.
48. Рогов, Е. И. Настольная книга практического психолога в образовании Учебное пособие [Текст] / Рогов Е.И.- М. : ВЛАДОС, 1996. – 710 с.

49. Рудестам, К. Групповая психотерапия / Рудестам Кьел; перевод с английского А. Голубев. - 2-е изд. - СПб. : Питер, 2000. - 384 с.
50. Спиваковская, А. Психотерапия: игра, детство, семья / А. Спиваковская. – М. : ЭКСМО – Пресс, 2000. – 400 с.
51. Степанов, С. С. Большие проблемы маленького ребенка: советы психолога родителям [Текст] / Степанов С. С. - М. : 1995. - 347с.
52. Суворова, В. В. Психофизиология стресса / В. В. Суворова. – М. : Педагогика, 1975. – 208 с.
53. Фрейд, З. Введение в психоанализ : лекции / З. Фрейд ; ред. Е. С. Калмыкова, М. Б. Аграчева. – М. : СТД, 2003. – 623 с.
54. Фромм, Э. Бегство от свободы. М. : 1990. С. 271.
55. Хорни, К. Невротическая личность нашего времени. Самоанализ / Карен Хорни. - М. : Издательская группа "Прогресс", Универс, 1993. - 480 с.
56. Цидаева Д. А. Влияние прародителей на воспитание детей в семье // Воспитание, обучение, образование и развитие : новые парадигмы и исследования : сб. науч. тр. по материалам IV Междунар. пед. форума молодых ученых. - 2017. - С. 5-13.
57. Черепкова, Н. В. Особенности проявления тревожности в условиях школы [Текст] / Н. В. Черепкова, В. А. Дементьева. М. : Астрель, 2013. – 216 с.
58. Чистякова, М. И. Психогимнастика [Текст] / Чистякова М. И. - М. : 2005. – 248 с.
59. Юсупов, В. З. Сущностные характеристики образовательной среды современной образовательной организации / В. З. Юсупов, Т. В. Корнилова // Проблемы современного педагогического образования, 2019. – С. 353-356.
60. Ясвин, В. А. Образовательная среда: от моделирования к проектированию. - М. : Смысл, 2001. - 160 с.
61. Ясвин, В. А. Разработка методики диагностики отношения к школе. - М. : 2002. - 116 с.

62. Ясвин, В. А. Тренинг педагогического взаимодействия в творческой образовательной среде / В. А. Ясвин ; под ред. В. И. Панова. – М. : Молодая гвардия, 1997. – 176 с.

63. Ясвин, В. А. Экспертиза школьной образовательной среды. М. : Сентябрь, 2000. - 128 с.

64. Ясвин, В. А. Системная психолого-педагогическая экспертиза школы: методическое пособие / В. А. Ясвин, И. В. Соснова, Е. В. Черкалина, С. Н. Рыбинская. М. : 2004. – 104 с.

ПОДРОБНОЕ ОПИСАНИЕ ДИАГНОСТИЧЕСКИХ МЕТОДИК

ТЕСТ ТРЕВОЖНОСТИ (Р.ТЭММЛ, М.ДОРКИ, В.АМЕН)

Шкалы: уровень тревожности

Назначение теста

Определение уровня тревожности ребенка.

Описание теста

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.

Инструкция к тесту

1. *Игра с младшими детьми.* «Как ты думаешь, какое лицо будет у ребенка: веселое или печальное? Он (она) играет с малышами».
2. *Ребенок и мать с младенцем.* «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое? Он (она) гуляет со своей мамой и малышом».
3. *Объект агрессии.* «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное?»
4. *Одевание.* «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка? Он (она) одевается».
5. *Игра со старшими детьми.* «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) играет со старшими детьми».
6. *Укладывание спать в одиночестве.* «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое? Он (она) идет спать».
7. *Умывание.* «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) в ванной».
8. *Выговор.* «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное?»
9. *Игнорирование.* «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое?»
10. *Агрессивное нападение.* «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное?»
11. *Собирание игрушек.* «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) убирает игрушки».
12. *Изоляция.* «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое?»

13. *Ребенок с родителями.* «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) со своими мамой и папой».

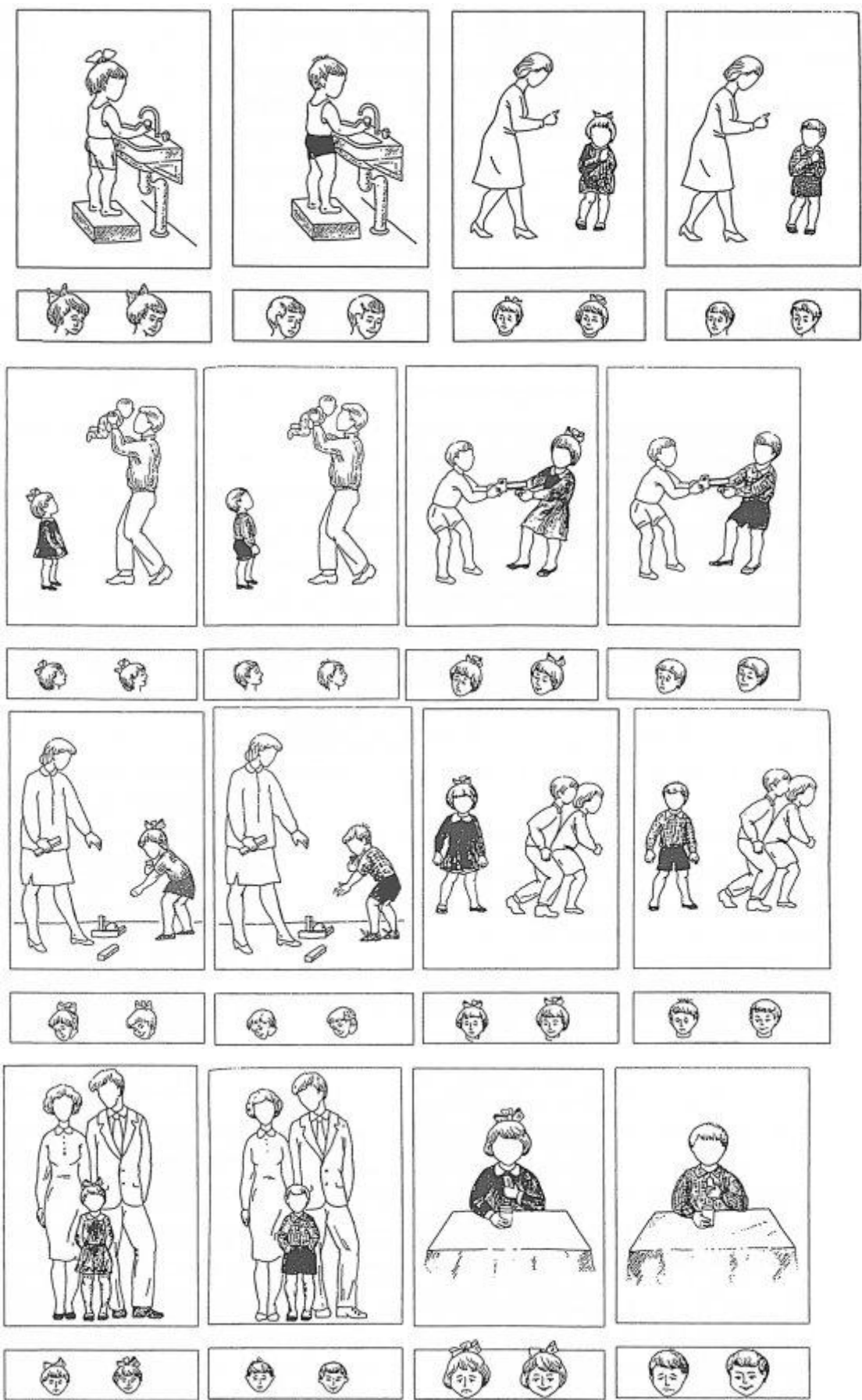
14. *Еда в одиночестве.* «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое? Он (она) ест».

Во избежание персеверативных выборов у ребенка в инструкции чередуются определения лица. Дополнительные вопросы ребенку не задаются.

Выбор ребенком соответствующего лица и словесные высказывания ребенка можно зафиксировать в специальном протоколе.

Тестовый материал





Анализ результатов теста. 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»).

МЕТОДИКА ДИАГНОСТИКИ УРОВНЯ ШКОЛЬНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ ФИЛЛИПСА

Цель методики (опросника) состоит в изучении уровня и характера тревожности, связанной со школой у детей младшего и среднего школьного возраста.

Тест состоит из 58 вопросов, которые могут зачитываться школьникам, а могут и предлагаться в письменном виде. На каждый вопрос требуется однозначно ответить «Да» или «Нет».

Инструкция: «Ребята, сейчас Вам будет предложен опросник, который состоит из вопросов о том, как Вы себя чувствуете в школе. Старайтесь отвечать искренне и правдиво, здесь нет верных или неверных, хороших или плохих ответов. Над вопросами долго не задумывайтесь».

Отвечая на вопрос, записывайте его номер и ответ «+», если Вы согласны с ним, или «-», если не согласны».

Обработка и интерпретация результатов.

При обработке результатов выделяют вопросы; ответы на которые не совпадают с ключом теста. Например, на 58-й вопрос ребенок ответил «Да», в то время как в ключе этому вопросу соответствует «-», то есть ответ «нет». Ответы, не совпадающие с ключом - это проявления тревожности. При обработке подсчитывается:

1. Общее число несовпадений по всему тексту. Если оно больше 50 %, можно говорить о повышенной тревожности ребенка, если больше 75 % от общего числа вопросов теста – о высокой тревожности.

2. Число совпадений по каждому из 8 факторов тревожности, выделяемых в тексте. Уровень тревожности определяется так же, как в первом случае. Анализируется общее внутреннее эмоциональное состояние школьника, во многом определяющееся наличием тех или иных тревожных синдромов (факторов) и их количеством.

Факторы	№ вопросов
1. Общая тревожность в школе	2-, 3-, 7-, 12-, 16-, 21-, 23-, 26-, 28-, 46-, 47-, 48-, 49-, 50-, 51-, 52-, 53-, 54-, 55, 56, 57, 58; сумма = 22
2. Переживание социального стресса	5, 10, 15, 20, 24, 30, 33, 36, 39, 42, 44 сумма = 11
3. Фрустрация потребности в достижении успеха	1, 3, 6, 11, 17, 19, 25, 29, 32, 35, 38, 41, 43; сумма = 13
4. Страх самовыражения	27, 31, 34, 37, 40, 45; сумма = 6
5. Страх ситуации проверки знаний	2, 7, 12, 16, 21, 26; сумма = 6
6. Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	3, 8, 13, 17, 22; сумма = 5
7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	9, 14, 18, 23, 28; сумма = 5
8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями	2, 6, 11, 32, 35, 41, 44, 47; сумма = 8

КЛЮЧ К ВОПРОСАМ

1 -	7 -	13 -	19 -	25 +	31 -	37 -	43 +	49 -	55 -
2 -	8 -	14 -	20 +	26 -	32 -	38 +	44 +	50 -	56 -
3 -	9 -	15 -	21 -	27 -	33 -	39 +	45 -	51 -	57 -
4 -	10 -	16 -	22 +	28 -	34 -	40 -	46 -	52 -	58 -
5 -	11 +	17 -	23 -	29 -	35 +	41 +	47 -	53 -	
6 -	12 -	18 -	24 +	30 +	36 +	42 -	48 -	54 -	

Результаты:

1) Число несовпадений знаков («+» - да, «-» - нет) по каждому фактору (абсолютное число несовпадений в процентах: < 50 %; > 50 % и 75%).

Для каждого респондента.

2) Представление этих данных в виде индивидуальных диаграмм.

3) Число несовпадений по каждому измерению для всего класса; абсолютное значение - < 50 %; > 50 % и 75%.

4) Представление этих данных в виде диаграммы.

5) Количество учащихся, имеющих несовпадения по определенному фактору 50 % и 75 % (для всех факторов).

6) Представление сравнительных результатов при повторных замерах.

7) Полная информация о каждом учащемся (по результатам теста).

Содержательная характеристика каждого синдрома (фактора).

1. Общая тревожность в школе - общее эмоциональное состояние ребенка, связанное с различными формами его включения в жизнь школы.

2. Переживания социального стресса – эмоциональное состояние ребенка, на фоне которого развиваются его социальные контакты (прежде всего - со сверстниками).

3. Фрустрация потребности в достижении успеха - неблагоприятный психический фон, не позволяющий ребенку развивать свои потребности в успехе, достижении высокого результата и т. д.

4. Страх самовыражения - негативные эмоциональные переживания ситуаций, сопряженных с необходимостью самораскрытия, предъявления себя другим, демонстрации своих возможностей.

5. Страх ситуации проверки знаний - негативное отношение и переживание тревоги в ситуациях проверки (особенно - публичной) знаний, достижений, возможностей.

6. Страх несоответствовать ожиданиям окружающих - ориентация на значимость других в оценке своих результатов, поступков, и мыслей, тревога по поводу оценок, даваемых окружающим, ожидание негативных оценок.

7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу - особенности психофизиологической организации, снижающие приспособляемость ребенка к ситуациям стрессогенного характера, повышающие вероятность неадекватного, деструктивного реагирования на тревожный фактор среды.

8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями - общий негативный эмоциональный фон отношений со взрослыми в школе, снижающий успешность обучения ребенка.

Текст опросника.

1. Трудно ли тебе держаться на одном уровне со всем классом?
2. Волнуешься ли ты, когда учитель говорит, что собирается проверить, насколько ты знаешь материал?
3. Трудно ли тебе работать в классе так, как этого хочет учитель?
4. Снится ли тебе временами, что учитель в ярости от того, что ты не знаешь урок?
5. Случалось ли, что кто-нибудь из твоего класса бил или ударял тебя?
6. Часто ли тебе хочется, чтобы учитель не торопился при объяснении нового материала, пока ты не поймешь, что он говорит?
7. Сильно ли ты волнуешься при ответе или выполнении задания?
8. Случается ли с тобой, что ты боишься высказываться на уроке, потому что боишься сделать глупую ошибку?
9. Дрожат ли у тебя колени, когда тебя вызывают отвечать?
10. Часто ли твои одноклассники смеются над тобой, когда вы играете в разные игры?
11. Случается ли, что тебе ставят более низкую оценку, чем ты ожидал?
12. Волнует ли тебя вопрос о том, не оставят ли тебя на второй год?
13. Стараешься ли ты избегать игр, в которых делается выбор, потому что тебя, как правило, не выбирают?
14. Бывает ли временами, что ты весь дрожишь, когда тебя вызывают отвечать?
15. Часто ли у тебя возникает ощущение, что никто из твоих одноклассников не хочет делать то, чего хочешь ты?
16. Сильно ли ты волнуешься перед тем, как начать выполнять задание?
17. Трудно ли тебе получать такие отметки, каких ждут от тебя родители?
18. Боишься ли ты временами, что тебе станет дурно в классе?
19. Будут ли твои одноклассники смеяться над тобой, ли ты сделаешь ошибку при ответе?
20. Похож ли ты на своих одноклассников?
21. Выполнив задание, беспокоишься ли ты о том, хорошо ли с ним справился?
22. Когда ты работаешь в классе, уверен ли ты в том, что все хорошо запомнишь?
23. Снится ли тебе иногда, что ты в школе и не можешь ответить на вопрос учителя?
24. Верно ли, что большинство ребят относится к тебе по-дружески?
25. Работаешь ли ты более усердно, если знаешь, что результаты твоей работы будут сравниваться в классе с результатами твоих одноклассников?
26. Часто ли ты мечтаешь о том, чтобы поменьше волноваться, когда тебя спрашивают?
27. Боишься ли ты временами вступить в спор?
28. Чувствуешь ли ты, что твое сердце начинает сильно биться, когда учитель говорит, что собирается проверить твою готовность к уроку?

29. Когда ты получаешь хорошие отметки, думает ли кто-нибудь из твоих друзей, что ты хочешь выслужиться?
30. Хорошо ли ты себя чувствуешь с теми из твоих одноклассников, к которым ребята относятся с особым вниманием?
31. Бывает ли, что некоторые ребята в классе говорят что-то, что тебя задевает?
32. Как ты думаешь, теряют ли расположение те из учеников, которые не справляются с учебной работой?
33. Похоже ли на то, что большинство твоих одноклассников не обращают на тебя внимание?
34. Часто ли ты боишься выглядеть нелепо?
35. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся учителя?
36. Помогает ли твоя мама в организации вечеров, как другие мамы твоих одноклассников?
37. Волновало ли тебя когда-нибудь, что думают о тебе окружающие?
38. Надеешься ли ты в будущем учиться лучше, чем раньше?
39. Считаешь ли ты, что одеваешься в школу так же хорошо, как и твои одноклассники?
40. Часто ли ты задумываешься, отвечая на уроке, что думают о тебе в это время другие?
41. Обладают ли способные ученики какими-то особыми правами, которых нет у других ребят в классе?
42. Злятся ли некоторые из твоих одноклассников, когда тебе удается быть лучше их?
43. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся одноклассники?
44. Хорошо ли ты себя чувствуешь, когда остаешься один на один с учителем?
45. Высмеивают ли временами твои одноклассники твою внешность и поведение?
46. Думаешь ли ты, что беспокоишься о своих школьных делах больше, чем другие ребята?
47. Если ты не можешь ответить, когда тебя спрашивают, чувствуешь ли ты, что вот-вот расплачешься?
48. Когда вечером ты лежишь в постели, думаешь ли ты временами с беспокойством о том, что будет завтра в школе?
49. Работая над трудным заданием, чувствуешь ли ты порой, что совершенно забыл вещи, которые хорошо знал раньше?
50. Дрожит ли слегка твоя рука, когда ты работаешь над заданием?
51. Чувствуешь ли ты, что начинаешь нервничать, когда учитель говорит, что собирается дать классу задание?
52. Пугает ли тебя проверка твоих знаний в школе?
53. Когда учитель говорит, что собирается дать классу задание, чувствуешь ли ты страх, что не справишься с ним?
54. Снилось ли тебе временами, что твои одноклассники могут сделать то, чего не можешь ты?
55. Когда учитель объясняет материал, кажется ли тебе, что твои одноклассники понимают его лучше, чем ты?
56. Беспокоишься ли ты по дороге в школу, что учитель может дать классу проверочную работу?
57. Когда ты выполняешь задание, чувствуешь ли ты обычно, что делаешь это плохо?
58. Дрожит ли слегка твоя рука, когда учитель просит сделать задание на доске перед всем классом?

КИНЕТИЧЕСКИЙ РИСУНОК СЕМЬИ

Кинетический рисунок семьи Р.Бернс, С.Кауфман

Тест предоставляет богатую информацию о субъективной семейной ситуации ребенка. Он помогает выявить отношение ребенка к членам своей семьи, семейные отношения, которые вызывают тревогу или конфликты для рисующего, показывает, как ребенок воспринимает взаимоотношения с другими членами семьи и свое место в семье.

Тест состоит из двух частей:

1. рисование своей семьи;
2. беседа после рисования.

Для выполнения теста ребенку дается стандартный лист для рисования, карандаш (2М), ластик.

ИНСТРУКЦИЯ

1) «Пожалуйста, нарисуй свою семью так, чтобы ее члены были чем-нибудь заняты». На все уточняющие вопросы следует отвечать: «Можешь рисовать, как хочешь».

2) «Нарисуй свою семью так, чтобы каждый ее член и ты были чем-то заняты».

Во время рисования следует записывать все спонтанные высказывания ребенка, отмечать его мимику, жесты, а также фиксировать последовательность рисования.

Беседа:

- 1) Кто нарисован на рисунке?
- 2) Где работают или учатся члены семьи?
- 3) Как в семье распределяются семейные обязанности?
- 4) Каковы отношения ребенка с остальными членами семьи?

ИНТЕРПРЕТАЦИЯ

1) Ребенок не всегда рисует всех членов семьи. Обычно он не рисует тех, с кем находится в конфликте.

Расположение членов семьи на рисунке часто показывает их взаимоотношения. Так, например, важным показателем психологической близости является реальное расстояние между отдельными членами семьи. Иногда между фигурами рисуются разные объекты, которые как бы служат преградой между ними. Так, довольно часто можно увидеть рисунок, в котором отец сидит, спрятавшись за газетой, или около телевизора, отдаляющего его от остальной семьи. Мать часто рисуется у плиты, как бы поглощающей все ее внимание. Общая деятельность членов семьи обычно свидетельствует о хороших, благополучных семейных отношениях. Часто общая деятельность соединяет нескольких членов семьи. Это может свидетельствовать о наличии внутренних группировок в семье. Рисуя свою семью, некоторые дети изображают все фигуры очень маленькими и растягивают их в нижней части листа. Это может свидетельствовать о депрессивности ребенка, о его чувстве неполноценности в семейной ситуации. На некоторых рисунках преобладают не люди, а вещи. Это также отражает эмоциональную озабоченность ребенка по поводу своей семейной ситуации, что она тревожит его, и он как бы откладывает рисование членов семьи, а рисует вещи, которые не обладают такой сильной эмоциональной значимостью.

2) Ребенок наиболее детализирует, дольше всего рисует и разукрашивает фигуру его самого любимого члена семьи. И наоборот. Когда отношения ребенка конфликтны и тревожны, эмоционально неосознанно окрашены, он часто использует штриховку в изображении того члена семьи, с которым у него не сложились эффективные связи. В аналогичных случаях можно наблюдать стирание и перерисовку. Важное значение имеет величина фигуры, которая говорит о семейной иерархии. По стилю рисования можно понять, с кем из членов семьи ребенок себя больше идентифицирует.

3) Процесс рисования также дает большую информацию. Очень часто многочисленные оговорки и манера прикрывания рисунка рукой могут свидетельствовать о недоверии ребенка к своим силам, о его потребности в поддержке. Чаще всего свой

рисунок ребенок начинает с изображения того члена семьи, к которому он действительно хорошо относится.

Симптомокомплексы кинетического рисунка семьи

Симптомокомплекс	№	Симптом	Балл
I. Благоприятная семейная ситуация	1.	Общая деятельность всех членов семьи	0,2
	2.	Преобладание людей на рисунке	0,1
	3.	Изображение всех членов семьи	0,2
	4.	Отсутствие изолированных членов семьи	0,2
	5.	Отсутствие штриховки	0,1
	6.	Хорошее качество линии	0,1
	7.	Отсутствие показателей враждебности	0,2
	8.	Адекватное распределение людей на листе	0,1
	9.	Другие возможные признаки	-
II. Тревожность	1.	Штриховка	0,1,2,3
	2.	Линия основания – пол	0,1
	3.	Линия над рисунком	0,1
	4.	Линия с сильным нажимом	0,2
	5.	Стирание	0,1,2
	6.	Преувеличенное внимание к деталям	0,1
	7.	Преобладание вещей	0,1
	8.	Двойные или прерывистые линии	0,1
	9.	Подчеркивание отдельных деталей	0,1
	10.	Другие возможные признаки	-
III. Конфликтность в семье	1.	Барьеры между фигурами	0,2
	2.	Стирание отдельных фигур	0,1,2
	3.	Отсутствие основных частей тела у некоторых фигур	0,2
	4.	Выделение отдельных фигур	0,2
	5.	Изоляция отдельных фигур	0,2
	6.	Неадекватная величина отдельных фигур	0,2
	7.	Несоответствие вербального описания и рисунка	0,1
	8.	Преобладание вещей	0,1
	9.	Отсутствие на рисунке некоторых членов семьи	0,2
	10.	Член семьи, стоящий спиной	0,1
	11.	Другие возможные признаки	-
IV. Чувство неполноценности в семейной ситуации	1.	Автор рисунка непропорционально маленький	0,2
	2.	Расположение фигур на нижней части листа	0,2
	3.	Линия слабая, прерывистая	0,1
	4.	Изоляция автора от других	0,2
	5.	Маленькие фигуры	0,1
	6.	Неподвижная по сравнению с другими фигура автора	0,1
	7.	Отсутствие автора	0,2

	8.	Автор стоит спиной	0,1
	9.	Другие возможные признаки	-
V. Враждебность в семейной ситуации	1.	Одна фигура на другом листе или на другой стороне листа	0,2
	2.	Агрессивная позиция фигуры	0,1
	3.	Зачеркнутая фигура	0,2
	4.	Деформированная фигура	0,2
	5.	Обратный профиль	0,1
	6.	Руки раскинуты в стороны	0,1
	7.	Пальцы длинные, подчеркнутые	0,1
	8.	Другие возможные признаки	-

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Результаты диагностического исследования уровня развития школьной тревожности по методике Филлипса

Таблица 3

Результаты диагностического исследования уровня развития школьной тревожности по методике Филлипса, по каждому фактору

№ п/п	Имя, фамилия	Общая тревожность в школе	Переживание социального стресса	Фрустрация потребности в достижении успеха	Страх самовыражения	Страх ситуации проверки знаний	Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	Проблемы и страхи в отношениях с учителями
1	Матвей Г.	8	1	5	2	2	4	2	4
2	Алина Р.	12	2	4	1	2	2	3	2
3	Карина С.	15	4	5	4	4	2	2	6
4	Артем П.	12	6	5	2	0	2	4	5
5	Андрей Т.	13	6	8	2	3	3	3	5
6	Даниил Б.	12	2	4	1	3	1	2	2
7	Андрей Л.	13	5	6	3	3	3	4	4
8	Алексей М.	14	7	6	1	3	3	2	3
9	Виктория Б.	10	3	3	1	3	2	3	3
10	Елизавета Д.	15	6	5	1	3	1	3	4
11	София Н.	13	2	2	2	1	1	3	3
12	Мария Б.	16	5	6	1	4	3	3	5
13	Анастасия Л.	10	1	5	1	2	1	3	4
14	Маргарита К.	10	5	3	3	3	1	1	2
15	Марк С.	14	4	4	4	5	3	3	5
16	Екатерина Т.	9	3	4	2	3	2	0	3
17	Иван Л.	11	7	6	4	4	2	2	4
18	Кирилл С.	12	3	5	5	4	2	4	3
19	Александр М.	14	6	6	2	3	1	3	7
20	Владислав П.	7	6	6	1	0	1	4	3
21	Максим Л.	17	2	2	1	1	2	0	5
22	Ксения Ф.	14	5	5	2	4	3	3	3
23	Дарья Р.	15	8	10	3	1	2	2	1
24	Макар П.	11	7	4	3	1	1	3	2
25	Илья М.	11	5	2	1	2	1	1	5
26	Владислав М.	10	4	3	1	3	1	3	2

Таблица 8

Результаты повторного диагностического исследования уровня развития школьной тревожности по методике Филлипса, по каждому фактору

№ п/п	Имя, фамилия	Общая тревожность в школе	Переживание социального стресса	Фрустрация потребности в достижении успеха	Страх самовыражения	Страх ситуации проверки знаний	Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	Проблемы и страхи в отношениях с учителями
1	Матвей Г.	6	1	2	2	1	3	3	4
2	Алина Р.	10	3	3	1	1	2	2	2
3	Карина С.	11	2	5	4	4	2	4	4
4	Артем П.	8	4	4	2	1	2	4	2
5	Андрей Т.	12	6	6	2	3	3	4	2
6	Даниил Б.	9	2	2	2	2	1	2	1
7	Андрей Л.	10	1	4	3	3	3	3	3
8	Алексей М.	13	5	5	2	1	1	1	2
9	Виктория Б.	10	2	2	2	2	2	3	2
10	Елизавета Д.	8	5	4	2	2	2	0	4
11	София Н.	12	2	2	1	1	1	3	2
12	Мария Б.	13	5	4	2	4	3	2	4
13	Анастасия Л.	8	2	4	2	2	1	2	3
14	Маргарита К.	10	4	3	1	2	2	1	1
15	Марк С.	11	2	4	4	4	3	3	3
16	Екатерина Т.	9	3	2	2	3	2	2	2
17	Иван Л.	10	3	4	3	3	3	3	4
18	Кирилл С.	7	3	3	3	4	3	3	2
19	Александр М.	9	3	6	3	3	2	3	6
20	Владислав П.	8	2	6	1	2	1	2	1
21	Максим Л.	11	2	2	1	1	2	1	3
22	Ксения Ф.	8	6	3	1	4	2	3	4
23	Дарья Р.	11	6	6	2	2	3	2	3
24	Макар П.	7	4	3	2	6	1	0	1
25	Илья М.	9	3	2	1	2	2	1	2
26	Владислав М.	6	2	3	2	2	2	3	3