

ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ПРИВАТНИЙ ЗАКЛАД
«ДНІПРОВСЬКИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ

Кафедра психології


На правах рукопису

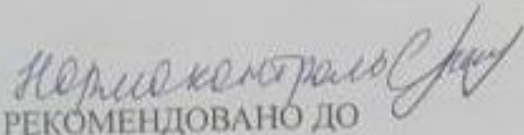
ГРИГА ІННА ВОЛОДИМИРІВНА
ПСИХОЛОГІЧНІ ВИМІРИ ТРИВОЖНИХ СТАНІВ У ДІТЕЙ
ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Спеціальність 053 Психологія
(код) (назва спеціальності)

Освітня програма Психологія
(назва)

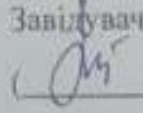
Кваліфікаційна робота на здобуття освітнього магістра
ступеня

 Науковий керівник: д.
психологічних наук, проф.
Самойлов О.Є.


РЕКОМЕНДОВАНО ДО
ЗАХИСТУ

Протокол № 10
засідання кафедри _____

від 15.01. _____ 2024 р.

Завідувач кафедри
() Людмила ПРИСНЯКОВА
(підпис) (ПІБ)

Дніпро, 2023

ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ПРИВАТНИЙ ЗАКЛАД
«ДНІПРОВСЬКИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ

Кафедра психології
Освітній ступінь магістр
Спеціальність 053 «Психологія»
Освітня програма 053 «Психологія»

ЗАТВЕРДЖУЮ
Завідувач кафедри
психології
(назва кафедри)



Людмила ПРИСНЯКОВА

12.02.2024

ЗАВДАННЯ НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ

ГРИГА ІННА ВОЛОДИМІРІВНА

(прізвище, ім'я, по батькові здобувача вищої освіти)

1. Тема роботи Психологічні виміри тривожних станів у дітей
дошкільного віку

2. Науковий керівник д. психологічних наук, проф. Самойлов О.Є.

(прізвище, ім'я, по батькові, науковий ступінь, вчене звання)

3. Строк подання роботи на кафедру 12.02.2024

4. Мета кваліфікаційної роботи полягає у розкритті психологічних
аспектів тривожних станів, визначення факторів, які впливають на розвиток
тривожності у дітей дошкільного віку.

5. Завдання випускної кваліфікаційної роботи

1. провести аналіз досліджень проблем тривожності у психологічній
науці;

2. розкрити сутність соціально-психологічних аспектів тривожності у дітей дошкільного віку;

3. описати методики та організувати дослідження;

4. проаналізувати результати дослідження;


5. описати елементи програми корекції тривожності у дошкільнят та їх впровадити;

6. проаналізувати результати повторного дослідження.


КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН ВИКОНАННЯ КВАЛІФІКАЦІЙНОЇ РОБОТИ

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1.	Вступ	Жовтень 2023 р.	виконано
2.	I Розділ	Листопад 2023 р.	виконано
3.	II Розділ	Грудень 2023 р.	виконано
4.	III Розділ	Січень 2024 р.	виконано
5.	Робота в цілому	Лютий 2024р.	виконано

Науковий керівник

 Олександр САМОЙЛОВ

Здобувач вищої освіти

 Інна ГРИГА

Дата видавання завдання 16 .09 .2023

АНОТАЦІЯ

Актуальність теми дослідження полягає в тому, що період дошкільного віку визначає формування основних аспектів особистості та психологічного благополуччя. Розуміння та вивчення тривожних станів у дітей в цьому віці є ключовим завданням для науковців, практиків, батьків та педагогів. Тривожні стани можуть впливати на психічне здоров'я дітей, спричиняючи ряд проблем, таких як емоційні та поведінкові розлади, які можуть мати довгострокові наслідки.

Дошкільний вік є періодом інтенсивного взаємодії дитини з різним оточенням, таким як родина, дитячий садок, однолітки. Тривожні стани можуть впливати на соціальні відносини та взаємодію з оточенням. Тривога може впливати на навчальну діяльність та адаптацію до нових ситуацій, таких як перехід до дошкільного навчального закладу. Розуміння психологічних вимірів тривожних станів у дітей дошкільного віку є передумовою для розробки та ефективної реалізації психологічних програм та інтервенцій для покращення їхнього психічного стану. Забезпечення психологічної безпеки дітей є критичним завданням, оскільки тривожні стани можуть виникати внаслідок впливу різних факторів, таких, як сімейні, соціальні та навчальні.

Актуальність теми дослідження полягає також у можливостях попередження тривожних станів та розвитку стратегій психологічної підтримки для дітей дошкільного віку. Дошкільний вік є критичним періодом для розвитку дитини. Саме в цей час формуються основи особистості, соціальні вміння та навички. Тривожність може впливати на цей процес і вимагає специфічного підходу у порівнянні з тривожністю в інших вікових групах. Дослідження також може акцентувати увагу на впливі родинного середовища на розвиток тривожності у дітей дошкільного віку. Аналізуючи стосунки з батьками, домашні умови та рівень стресу, можна виявити фактори, що сприяють або запобігають тривожності у цьому віці. На основі

досліджень можна розробити педагогічні стратегії та інтервенції для підтримки дітей з тривожністю. Рання ідентифікація та втручання може сприяти покращенню психічного здоров'я дітей та їхнього успішного соціального адаптування.

Наукова новизна дослідження полягає у розробці та програми корекції тривожності у дошкільнят. Мета дослідження полягає у розкритті психологічних аспектів тривожних станів, визначення факторів, які впливають на розвиток тривожності у дітей дошкільного віку.

Визначена мета дає змогу сформулювати наступні завдання дослідження:

1. провести аналіз досліджень проблем тривожності у психологічній науці;
2. розкрити сутність соціально-психологічних аспектів тривожності у дітей дошкільного віку;
3. описати методики та організувати дослідження;
4. проаналізувати результати дослідження;
5. описати елементи програми корекції тривожності у дошкільнят та їх впровадити;
6. проаналізувати результати повторного дослідження.

Методи. У даному дослідженні використовувалася система методів, що включають: спостереження, бесіду, опитування, математико-статистичний аналіз. У дослідженні використовувались наступні методики:

Тест тривожності; Методика «Драбинка»; Методика «Побоювання та страхи у дітей»; Тест «Незакінчені речення» ; Малювальний тест «Кінетичний малюнок сім'ї» ; «Батьківське ставлення до дітей».

Гіпотеза дослідження. Це загальне припущення конкретизувалося у приватних гіпотезах роботи:

1. Основним фактором, що зумовлює появу тривожності у дошкільнят, є порушення батьківсько-дитячих відносин, що виявляється в нестабільності поведінки та вимог батьків, а також у їхній авторитарній, домінантній позиції.

2. Деформація батьківсько-дитячих відносин значимо пов'язані з активізацією різних показників тривожності в дітей віком: очікуванням несприятливого розвитку подій в об'єктивно нейтральних ситуаціях та ситуаціях взаємодії з найближчим соціальним оточенням, погіршенням результатів діяльності у психологічно напружених умовах, посиленням закритості у спілкуванні, відчуттям власної невідомості.

3. Використання спеціальних психотехнологій у роботі з тривожними дошкільнятами дозволяє значно знизити інтенсивність тривожності.

4. Психологічне вплив на особистість тривожної дитини буде більш ефективним за умови оптимізації батьківського ставлення до неї, при цьому стабільність результатів, досягнутих під час корекційної роботи, визначається їхньою подальшою підтримкою найближчим соціальним оточенням дитини.

Емпірична база: дитячі садки № 203, № 21, № 195 м. Дніпра. Кількість дітей: 96, вік – 6-7 років. Теоретична значущість полягає в тому, що отримані дані сприяють розширенню знань у галузі дитячої психології, забезпечуючи теоретичний фундамент для розвитку нових напрямків дослідження.

Практична значущість полягає в тому, що результати дослідження можуть слугувати основою для створення ефективних програм психологічної допомоги та підтримки для дітей, які демонструють тривожні стани.

Апробація результатів роботи та публікації:

1. Самойлов О.Є., Грига І. В. Психологічний аналіз тривожних станів у дітей дошкільного віку // Науковий простір: аналіз, сучасний стан, тренди та перспективи: матеріали IV Всеукраїнської студентської наукової конференції, м. Івано-Франківськ, 15 грудня, 2023 рік / ГО «Молодіжна наукова ліга». Вінниця: ТОВ «УКРЛОГОС Груп», 2023. С. 656-658

Магістерська робота складається зі вступу, 3 розділів, висновків, переліку посилань.

ABSTRACT

The relevance of the research topic is that the period of preschool age determines the formation of the main aspects of personality and psychological well-being. Understanding and studying anxiety states in children at this age is a key task for scientists, practitioners, parents and teachers. Anxiety can affect children's mental health, causing a range of problems, such as emotional and behavioral disorders, which can have long-term consequences. Preschool age is a period of intensive interaction of the child with various environments, such as family, kindergarten, peers. Anxiety states can affect social relationships and interaction with the environment. Anxiety can affect academic performance and adaptation to new situations, such as the transition to preschool. Understanding the psychological dimensions of anxiety in preschool children is a prerequisite for the development and effective implementation of psychological programs and interventions to improve their mental state. Ensuring the psychological safety of children is a critical task, as anxiety states can arise due to the influence of various factors, such as family, social and educational.

The relevance of the research topic also lies in the possibilities of preventing anxiety states and developing psychological support strategies for preschool children. All this emphasizes the importance and necessity of research and understanding of the psychological dimensions of anxiety states in preschool children to ensure their full development and mental well-being.

Although anxiety in adults has been well studied, elucidating the psychological dimensions of anxiety in preschool children remains a less researched area. There is a need for increased knowledge about how anxiety manifests itself at an early age and how it affects a child's overall development. Preschool age is a critical period for a child's development. It is at this time that the foundations of personality, social skills and skills are formed. Anxiety can affect this process and requires a specific approach compared to anxiety in other age groups. Research can also focus on the influence of the family environment on the development of anxiety in preschool children. By analyzing the relationship with parents, home environment and stress levels, factors that promote or prevent anxiety at this age can be identified. Based on research, pedagogical strategies and interventions can be developed to support children with anxiety. Early identification and intervention can contribute to improving children's mental health and their successful social adaptation.

The scientific novelty of the research lies in the development and program of correction of anxiety in preschoolers. The purpose of the study is to reveal the psychological aspects of anxiety states, to determine the factors that influence the development of anxiety in preschool children.

The determined goal makes it possible to formulate the following research tasks:

1. conduct an analysis of research on anxiety problems in psychological science;

2. to reveal the essence of social and psychological aspects of anxiety in preschool children;
3. describe methods and organize research;
4. analyze the research results;
5. describe the elements of the program for correction of anxiety in preschoolers and implement them;
6. analyze the results of a repeated study.

Methods. In this study, a system of methods was used, including: observation, conversation, survey, mathematical and statistical analysis. The following methods were used in the study:

1. Anxiety test.
2. The "Ladder" method.
3. Method "Fears and fears in children".
4. "Unfinished sentences" test.
5. Drawing test "Kinetic drawing of a family".
6. "Parental attitude towards children".

Research hypothesis. This general assumption was specified in the private hypotheses of the work:

1. The main factor causing the appearance of anxiety in preschoolers is a violation of parent-child relations, which is manifested in the instability of the behavior and demands of parents, as well as in their authoritarian, dominant position.

2. Deformation of parent-child relations is significantly associated with the activation of various indicators of anxiety in children of this age: the expectation of an unfavorable development of events in objectively neutral situations and situations of interaction with the immediate social environment, deterioration of the results of activities in psychologically stressful conditions, increased closedness in communication, a feeling of one's own unknownness.

3. The use of special psychotechnologies in working with anxious preschoolers can significantly reduce the intensity of anxiety.

4. The psychological impact on the personality of an anxious child will be more effective if the parental attitude towards it is optimized, while the stability of the results achieved during correctional work is determined by their further support from the child's closest social environment.

Empirical base: kindergartens No. 203, No. 21, No. 195 of Dnipro. Number of children: 96, age - 6-7 years.

The theoretical significance lies in the fact that the obtained data contribute to the expansion of knowledge in the field of child psychology, providing a theoretical foundation for the development of new directions of research.

The practical significance is that the results of the study can serve as a basis for creating effective programs of psychological help and support for children who demonstrate anxiety states.

The master's thesis consists of an introduction, 3 chapters, conclusions, and a list of references.

Зміст

ВСТУП	10
РОЗДІЛ 1. ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ФЕНОМЕНУ ТРИВОЖНОСТІ	
1.1 Дослідження проблем тривожності у психологічній науці	14
1.2. Соціально-психологічні аспекти тривожності у дітей дошкільного віку	18
Висновки по розділу 1.	35
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ РІВНЯ ТРИВОЖНОСТІ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ	
2.1. Методики та організація дослідження	41
2.2. Результати дослідження	46
Висновки по розділу 2.	70
РОЗДІЛ 3. ПРОГРАМА КОРЕКЦІЇ ТРИВОЖНОСТІ У ДОШКІЛЬНЯТ	
3.1. Елементи програми корекції тривожності у дошкільнят та їх впровадження.	80
3.2. Результати повторного дослідження	89
Висновки по розділу 3.	103
ВИСНОВКИ	110
ПЕРЕЛІК ПОСИЛАНЬ	128

ВСТУП

Актуальність теми дослідження полягає в тому, що період дошкільного віку визначає формування основних аспектів особистості та психологічного благополуччя. Розуміння та вивчення тривожних станів у дітей в цьому віці є ключовим завданням для науковців, практиків, батьків та педагогів. Тривожні стани можуть впливати на психічне здоров'я дітей, спричиняючи ряд проблем, таких як емоційні та поведінкові розлади, які можуть мати довгострокові наслідки.

Дошкільний вік є періодом інтенсивного взаємодії дитини з різним оточенням, таким як родина, дитячий садок, однолітки. Тривожні стани можуть впливати на соціальні відносини та взаємодію з оточенням. Тривога може впливати на навчальну діяльність та адаптацію до нових ситуацій, таких як перехід до дошкільного навчального закладу. Розуміння психологічних вимірів тривожних станів у дітей дошкільного віку є передумовою для розробки та ефективної реалізації психологічних програм та інтервенцій для покращення їхнього психічного стану. Забезпечення психологічної безпеки дітей є критичним завданням, оскільки тривожні стани можуть виникати внаслідок впливу різних факторів, таких, як сімейні, соціальні та навчальні. Актуальність теми дослідження полягає також у можливостях попередження тривожних станів та розвитку стратегій психологічної підтримки для дітей дошкільного віку. Усе це підкреслює важливість і необхідність досліджень та розуміння психологічних вимірів тривожних станів у дітей дошкільного віку для забезпечення їхнього повноцінного розвитку та психічного благополуччя.

Хоча тривожність у дорослих вже добре вивчена, висвітлення психологічних вимірів тривожних станів у дітей дошкільного віку залишається менш дослідженою областю. Існує потреба в розширенні знань про те, як тривожність проявляється у ранньому віці та як це впливає на загальний розвиток дитини. Дошкільний вік є критичним періодом для розвитку дитини. Саме в цей час формуються основи особистості, соціальні

вміння та навички. Тривожність може впливати на цей процес і вимагає специфічного підходу у порівнянні з тривожністю в інших вікових групах. Дослідження також може акцентувати увагу на впливі родинного середовища на розвиток тривожності у дітей дошкільного віку. Аналізуючи стосунки з батьками, домашні умови та рівень стресу, можна виявити фактори, що сприяють або запобігають тривожності у цьому віці. На основі досліджень можна розробити педагогічні стратегії та інтервенції для підтримки дітей з тривожністю. Рання ідентифікація та втручання може сприяти покращенню психічного здоров'я дітей та їхнього успішного соціального адаптування.

Серед вітчизняних науковців проблематикою психологічних вимірів тривожних станів у дітей дошкільного віку займалися: Ю. Бабаян, О. Коновалюк [2], В. Боштан [5], О. Волошок [7], Л. Вольнова, Г. Дьоміна [8], О. Галієва [8], Г. Гуд [15], Н. Депутат [18], Н. Дмитріюк [19], Іванова Т.В. [25], О. Казаннікова [26], Д. Кіріченко [27], О. Ковальчук [31], О. Козлюк, Н. Руденко [32], Є. Коць [36], І. Кошлань [38], Міщенко, М.П., І. Хавіна, [50], Я. Омельченко [51], А. Пасічніченко [52], В. Петренко [53], Л. Помиткіна [54], А. Ревть, О. Карпенко [55], С. Ставицька [61], О. Сторож [62], І. Стрілецька [64], М. Тесленко [65], С. Томчук, М. Томчук [66], М. Халько [67], О. Чабан, О. Хаустова, О. Жабенко [68], Чиньона І.І. [69], О. Чуйко, І. Іванова [70], О. Шатковська, Ю. Кушнір [72]; серед зарубіжних науковців зазначеною вище проблематикою займалися: М. Ентоні, К. Рова [21], К.Маркер, Е. Ейлворд [49], Дж. Сарасон [56], С. Стоссел [63], Ч. Ейл [73], А. Алкоцей [74], А. Апетроаіа [75], Р. Бернс, С. Кауфман [76], Кемпбелл- Л. Сіллс, Д. Барлоу, Т. Браун, С. Гофманн [77], С. Кемпбелл [78], Л. Доугерті, М. Толеп, С. Бафферд, Т. Оліно, М. Дайсон, Дж. Традиті [79], Б. Фрідман, [80], М. Доркі, Е. Амен [81], Гадсон, Дж.Л., Додд, Г.Ф., та Бовопулос, Н. [82], К. Айзард [83], Р.Лазарус, Й. Коен-Чараш [84], Р.Лазарус, Г. Додд, М. Майданджич, В. де Венте, Дж. Гадсон, [85], Б. Паркінсон, Р. Тоттерделл, Р. Брайнер, С.Рейнольдс [86], Г. Шамір-Ессаков, Дж. Ангерер, Р. Рапі, [87], К. Шпільбергер [88], С. Вольф [89]

Наукова новизна дослідження полягає у розробці та програми корекції тривожності у дошкільнят.

Мета дослідження полягає у розкритті психологічних аспектів тривожних станів, визначення факторів, які впливають на розвиток тривожності у дітей дошкільного віку.

Визначена мета дає змогу сформулювати наступні завдання дослідження:

1. провести аналіз досліджень проблем тривожності у психологічній науці;
2. розкрити сутність соціально-психологічних аспектів тривожності у дітей дошкільного віку;
3. описати методики та організувати дослідження;
4. проаналізувати результати дослідження;
5. описати елементи програми корекції тривожності у дошкільнят та їх впровадити;
6. проаналізувати результати повторного дослідження.

Методи. У даному дослідженні використовувалася система методів, що включають: спостереження, бесіду, опитування, математико-статистичний аналіз. У дослідженні використовувались наступні методики:

1. Тест тривожності .
2. Методика «Драбинка».
3. Методика «Побоювання та страхи у дітей».
4. Тест «Незакінчені речення».
5. Малювальний тест «Кінетичний малюнок сім'ї».
6. «Батьківське ставлення до дітей».

Гіпотеза дослідження. Це загальне припущення конкретизувалося у приватних гіпотезах роботи:

1. Основним фактором, що зумовлює появу тривожності у дошкільнят, є порушення батьківсько-дитячих відносин, що виявляється в нестабільності поведінки та вимог батьків, а також у їхній авторитарній, домінантній позиції.

2. Деформація батьківсько-дитячих відносин значимо пов'язані з активізацією різних показників тривожності в дітей віком: очікуванням несприятливого розвитку подій в об'єктивно нейтральних ситуаціях та ситуаціях взаємодії з найближчим соціальним оточенням, погіршенням результатів діяльності у психологічно напружених умовах, посиленням закритості у спілкуванні, відчуттям власної невідомості.

3. Використання спеціальних психотехнологій у роботі з тривожними дошкільнятами дозволяє значно знизити інтенсивність тривожності.

4. Психологічне вплив на особистість тривожної дитини буде більш ефективним за умови оптимізації батьківського ставлення до неї, при цьому стабільність результатів, досягнутих під час корекційної роботи, визначається їхньою подальшою підтримкою найближчим соціальним оточенням дитини.

Емпірична база: дитячі садки № 203, № 21, № 195 м. Дніпра. Кількість дітей: 96, вік – 6-7 років.

Теоретична значущість полягає в тому, що отримані дані сприяють розширенню знань у галузі дитячої психології, забезпечуючи теоретичний фундамент для розвитку нових напрямків дослідження.

Практична значущість полягає в тому, що результати дослідження можуть слугувати основою для створення ефективних програм психологічної допомоги та підтримки для дітей, які демонструють тривожні стани.

Апробація результатів роботи та публікації:

2. Самойлов О.Є., Грига І. В. Психологічний аналіз тривожних станів у дітей дошкільного віку // Науковий простір: аналіз, сучасний стан, тренди та перспективи: матеріали IV Всеукраїнської студентської наукової конференції, м. Івано-Франківськ, 15 грудня, 2023 рік / ГО «Молодіжна наукова ліга». Вінниця: ТОВ «УКРЛОГОС Груп», 2023. С. 656-658

Магістерська робота складається зі вступу, 3 розділів, висновків, переліку посилань.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНЕ ОБҐРУНТУВАННЯ ФЕНОМЕНУ ТРИВОЖНОСТІ

1.1. Дослідження проблем тривожності у психологічній науці.

У психологічній літературі можна зустріти різні визначення поняття тривожності, хоча більшість дослідників сходяться у визнанні необхідності розглядати його диференційовано - як ситуативне явище і як особистісну характеристику з урахуванням перехідного стану та його динаміки.

Тривожність - це переживання емоційного дискомфорту, пов'язане з очікуванням неблагополуччя, з передчуттям небезпеки, що загрожує [9, с.32-48].

Розрізняють тривожність як емоційний стан і як стійку властивість, рису особистості чи темпераменту.

Тривожність - постійна чи ситуативна властивість людини знаходитись у стані підвищеного занепокоєння, відчувати страх і тривогу у специфічних соціальних ситуаціях [9]. Широке поширення набуло останніми роками використання в психологічних дослідженнях диференційованого визначення двох видів тривожності: тривожність характеру та ситуаційна тривожність, запропоноване Спілбергом [88].

Тривожність - схильність індивіда до переживання тривоги, що характеризується низьким порогом виникнення реакції тривоги; один із основних параметрів індивідуальних відмінностей. Тривожність підвищена при нервово-психічних і соматичних захворюваннях, а також у здорових людей, які переживають наслідки психотравми, у багатьох груп осіб з суб'єктивним проявом, що відхиляється, неблагополуччя особистості [9].

Сучасні дослідження тривожності спрямовані на відмінність ситуативної тривожності, що пов'язана з конкретною зовнішньою ситуацією, і особистісної тривожності, що є стабільною властивістю особистості, і яка

впливає навіть на розробку методів аналізу тривожності, як результату взаємодії особистості та її оточення.

Тривожність - це багатозначний психологічний термін, який описують як певний стан індивідів в обмежений час, і стійке властивість будь-якої людини. Аналіз літератури останніх дозволяє розглядати тривожність з різних точок зору, що допускають твердження про те, що підвищена тривожність виникає і реалізується в результаті складної взаємодії когнітивних, афективних та поведінкових реакцій, що провокуються при впливі на людину різними стресами [64].

Тривога - як риса особистості пов'язана з генетично детермінованими властивостями функціонуючого мозку людини, що зумовлюють постійно підвищеним почуттям емоційного збудження, емоцій тривоги.

Тривога проявляється як негативний емоційний стан у вигляді занепокоєння, страху, агресії, яке було викликане незадоволенням їх домагань успіху. Також емоційне неблагополуччя типу тривожності спостерігається у дітей із високою самооцінкою. Вони претендують на те, щоб бути «найкращими» учнями, займати високе положення у колективі, тобто були високі претензії у певних галузях, проте, реальних можливостей реалізації своїх домагань вони не мали [38].

Психологи вважають, що неадекватно висока самооцінка у дітей складається в результаті неправильного виховання, завищених оцінок дорослими успіхів дитини, захвалювання, перебільшення її досягнень, а не як прояв уродженого прагнення до переваг. Суперечності між високими домаганнями та реальними можливостями можуть призвести до важкого емоційного стану.

Від незадоволення потреби у дитини виробляються механізми захисту, що не допускають свідомості визнання неуспіху, невпевненості та втрати самоповаги. Він не може зізнатися собі, що причина неуспіху знаходиться в ньому самому, вступає в конфлікт з усіма, хто вказує на його недоліки, виявляє дратівливість, уразливість, агресивність. Це називається в психології афектом

неадекватності - гостре емоційне прагнення захистити себе від власної слабкості, будь-якими способами не допустити невпевненості у собі, відштовхування правди, гнів і роздратування проти всього і всіх. Такий стан може стати хронічним і триватиме місяці та роки. Сильна потреба у самоствердженні призводить до того, що інтереси цих дітей спрямовуються лише на себе [38].

Афект стає на заваді правильного формування особистості, тому дуже важливо його подолати. У роботах багатьох авторів зазначається, що дуже важко подолати афект неадекватності. Головне завдання полягає в тому, щоб реально привести відповідно до потреби та можливості дитини, або допомогти їй підняти її реальні можливості до рівня самооцінки, або спустити самооцінку. Але найбільш реальний шлях - це перемикання інтересів і домагань дитини на ту галузь, де може досягти успіху і самоствердитись. Складні емоційні переживання в дітей пов'язані з афектом неадекватності.

Крім того, дослідження психологів показують, що негативні переживання, що ведуть до труднощів у поведінці дітей, не є наслідком вроджених агресивних чи сексуальних інстинктів, які «чекають на звільнення» і все життя тяжіють над людиною. Ці дослідження можна використати як теоретичну основу розуміння тривожності, як наслідок реальної тривоги, що у певних несприятливих умовах у житті дитини, як утворення, що виникає у процесі її діяльності та спілкування. Інакше висловлюючись, це явище соціальне, а не біологічне. Проблема тривожності має й інший аспект, – психофізіологічний. Другий напрямок у дослідженні занепокоєння, тривоги йде лінією вивчення тих фізіологічних і психологічних особливостей особистості, які зумовлюють ступінь даного стану.

Велика кількість авторів вважають, що тривога є складовою стану сильної психічної напруги - «стресу». Психологи, які вивчали стан стресу, внесли до його визначення різні тлумачення. Стрес розуміється як стан, що виникає в екстремальних умовах, дуже важких та неприємних для людей [44].

Стрес також визначається науковцями, як психологічна, а не нервова напруга, що виникає у «вкрай важкій ситуації» [44].

Можна вважати, що наявність тривоги у стані стресу пов'язана саме з очікуванням небезпеки чи неприємності, із передчуттям її. Тому тривога може виникнути не прямо в ситуації стресу, а до цих станів, випереджати їх. Тривожність як стан і є очікування неблагополуччя. Однак тривога може бути різною залежно від того, від кого суб'єкт очікує на неприємності: від себе (своєї неспроможності), від об'єктивних обставин або від інших людей.

Важливим є той факт, що, по-перше, як при стресі, так і при фрустрації багато науковців відзначають у суб'єкта емоційне неблагополуччя, яке виражається у тривозі, занепокоєнні, розгубленості, страху, невпевненості. Але це тривога завжди обґрунтована, пов'язана з реальними труднощами. Можна пов'язати стан тривоги із передчуттям фрустрації. Тривога виникає за антиципації ситуації, що містить небезпеку фрустрації актуалізованої потреби [9].

Особливий інтерес становить дослідження де тривожність розглядалася у зв'язку з вивченням психологічних механізмів навіюваності [21].

Аналіз основних робіт показує, що в розумінні природи тривожності у дослідників можна простежити два підходи - розуміння тривожності як базово властиву людині особливість, і розуміння тривожності як реакцію на ворожий людині зовнішній світ, тобто виведення тривожності із соціальних умов життя.

Таким чином, якщо розглядати тривогу чи тривожність як стан, переживання, чи як більш менш стійку особливість особистості, то несуттєво, наскільки вона адекватна ситуації. Таке переживання перестає бути показником тривожності суб'єкта. Переживання ж тривоги без достатніх підстав означає, що сприйняття світу є спотвореним, неадекватним. Адекватні стосунки зі світом порушуються. У цьому випадку йдеться про тривожність як особливу властивість людини, особливий вид неадекватності.

1.2. Соціально-психологічні аспекти тривожності у дітей дошкільного віку

Виділяють два основні види тривожності. Першим із них -ситуативна тривожність, тобто породжена деякою конкретною ситуацією, яка об'єктивно викликає занепокоєння. Даний стан може, виникає у будь-якої людини напередодні можливих неприємностей та життєвих ускладнень. Цей стан є цілком нормальним, а й відіграє свою позитивну роль. Воно виступає мобілізуючим механізмом, що дозволяє людині серйозно підійти до вирішення проблем, що виникають. Ненормальним є швидше зниження ситуативної тривожності, коли людина перед обличчям серйозних обставин демонструє безладність і безвідповідальність, що найчастіше свідчить про інфантильну життєву позицію, недостатню сформованість самосвідомості [25].

Інший вид – особистісна тривожність. Вона може розглядатися як особистісна риса, що виявляється в постійній схильності до переживань тривоги в різних життєвих ситуаціях, у тому числі і таких, які об'єктивно до цього не мають. Вона характеризується станом несвідомого страху, невизначеним відчуттям загрози, готовністю сприйняти будь-яку подію як несприятливу та небезпечну. Дитина, схильна до такого стану, постійно перебуває в настороженому і пригніченому настрої, у нього утруднені контакти з навколишнім світом, який сприймається ним як страшний і ворожий. Закріплюючись у процесі становлення характеру до формування заниженої самооцінки та похмурого песимізму [25].

У дітей дошкільного віку домінує ситуативна тривожність. У даній магістерській роботі тривожність розуміється як індивідуальна психологічна особливість, що виявляється у схильності людини до частих та інтенсивних переживань стану тривоги, а також у низькому порозі її виникнення. Розглядається як особистісне утворення чи як властивість темпераменту, зумовлена слабкістю нервових процесів.

Під особистісною тривожністю розуміється стійка індивідуальна характеристика, що відбиває схильність суб'єкта до тривоги і передбачає наявність у нього тенденції сприймати досить широкий «віял» ситуацій як загрозливий, відповідаючи кожному їх певної реакцією. Як схильність особистості, тривожність активізується при сприйнятті певних стимулів, що розцінюються людиною як небезпечні, пов'язані зі специфічними ситуаціями загрози її престижу, самооцінки, самоповаги [66].

Ситуативна, або реактивна тривожність як стан характеризується емоціями, що переживаються суб'єктивно: напругою, занепокоєнням, заклопотаністю, нервозністю. Цей стан виникає як емоційна реакція на стресову ситуацію і може бути різним за інтенсивністю та динамічним у часі.

Особи, що відносяться до категорії високотривожних, схильні сприймати загрозу своєї самооцінки та життєдіяльності у великому діапазоні ситуацій та реагувати дуже напружено, вираженим станом тривожності. Якщо психологічний тест виявляє у випробуваного високий показник особистісної тривожності, це дає підстави припускати в нього появу стану тривожності у різноманітних ситуаціях і коли вони стосуються оцінки його компетенції і престижу [9].

Відповідно до концепції Спілбергера, слід розрізняти тривогу як і тривожність як властивість особистості. Тривога - реакція на загрозливу небезпеку, реальну або уявну, емоційний стан дифузного безоб'єктивного страху, що характеризується невизначеним відчуттям загрози, на відміну від страху, який є реакцією на цілком певну небезпеку. Тривожність - індивідуальна психологічна особливість, яка перебуває у підвищеній схильності відчувати занепокоєння у різних життєвих ситуаціях, зокрема і тих, об'єктивні характеристики яких цього не привертають. Високотривожні індивіди сприймають ситуації чи обставини, які потенційно містять можливість невдачі чи загрози більш інтенсивно. Ситуація тривоги супроводжується зміною у поведінці або мобілізує захисні механізми

особистості. Стресові ситуації, що часто повторюються, призводять до вироблення типових механізмів захисту. [88].

Таким, чином можна стверджувати, що до факторів ризику виникнення тривожності можна віднести недоліки сімейного виховання, помилки педагогічного впливу, а також пренатальні та натальні фактори. У деяких дітей дошкільного віку мовленнєві та комунікативні труднощі перешкоджають встановленню та підтримці контактів з однолітками, це є причиною виникнення тривожності.

Емоції та почуття є відображенням реальної дійсності у формі переживань. Різні форми переживання почуттів (емоції, афекти, настрої, стреси, пристрасті та ін.) утворюють разом емоційну сферу людини.

Вирізняють такі види почуттів, як моральні, інтелектуальні та естетичні. За класифікацією, запропонованою К. Ізардом, виділяються емоції фундаментальні та похідні. До фундаментальних відносять: 1) інтерес-хвилювання, 2) радість, 3) подив, 4) горе-страждання, 5) гнів, 6) огида, 7) презирство, 8) страх, 9) сором, 10) вину. Інші – похідні. При з'єднанні фундаментальних емоцій виникає такий комплексний емоційний стан, як тривожність, яка може поєднувати в собі і страх, і гнів, і провину, і інтерес-збудження [83].

Тривожність - це схильність індивіда до переживання тривоги, що характеризується низьким порогом виникнення реакції тривоги: одне із основних параметрів індивідуальних відмінностей. [9]

Певний рівень тривожності - природна та обов'язкова особливість активної діяльності особистості. У кожної людини існує свій оптимальний чи бажаний рівень тривожності – це так звана корисна тривожність [18].

Оцінка людиною свого стану щодо цього є йому істотним компонентом самоконтролю і самовиховання. Проте, підвищений рівень тривожності є суб'єктивним проявом неблагополуччя особистості. Прояви тривожності у різних ситуаціях не однакові. В одних випадках люди схили поводитися

тривожно завжди і скрізь, в інших вони виявляють свою тривожність лише час від часу, залежно від обставин, що складаються [36].

Ситуативно стійкі прояви тривожності прийнято називати особистісними та пов'язувати з наявністю у людини відповідної особистісної риси (так звана «особистісна тривожність»). Це стійка індивідуальна характеристика, що відбиває схильність суб'єкта до тривоги і передбачає наявність у нього тенденції сприймати досить широке «віяло» ситуацій як загрозовий, відповідаючи кожну їх певної реакцією. Як схильність, особистісна тривожність активізується при сприйнятті певних стимулів, що розцінюються людиною як небезпечні, пов'язані зі специфічними ситуаціями загрози її престижу, самооцінці, самоповазі [62].

Ситуативно мінливі прояви тривожності називають ситуативними, а особливість особистості такої тривожності, що виявляє, позначають як «ситуаційна тривожність». Цей стан характеризується емоціями, що суб'єктивно переживаються: напругою, занепокоєнням, заклопотаністю, нервозністю. Такий стан виникає як емоційна реакція на стресову ситуацію і може бути різним за інтенсивністю та динамічним у часі. Особи, що відносяться до категорії високотривожних, схильні сприймати загрозу своїй самооцінці та життєдіяльності в широкому діапазоні ситуацій та реагувати дуже напружено, вираженим станом тривожності [64].

Емоції відіграють важливу роль у житті дітей: допомагають сприймати дійсність та реагувати на неї. Виявляючись у поведінці, вони інформують дорослого у тому, що дитині подобається, сердить чи засмучує його. Особливо це актуально в дитинстві, коли вербальне спілкування недоступне. У міру того, як дитина росте, її емоційний світ стає багатшим і різноманітнішим. Від базових (страху, радості та ін.) він переходить до складнішої гами почуттів: радіє і сердиться, захоплюється і дивується, ревнує та сумує. Змінюється і зовнішній вияв емоцій. Це вже не немовля, яке плаче і від страху, і від голоду.

У дошкільному віці дитина засвоює мову почуттів - прийняті у суспільстві форми вираження найтонших відтінків переживань з допомогою поглядів, усмішок, жестів, поз, рухів, інтонацій голоси тощо. З іншого боку, дитина опановує вміння стримувати бурхливі та різкі вирази почуттів. П'ятирічна дитина, на відміну від дворічної, вже може не показувати страху або сльоз. Він навчається у значною мірою керувати вираженням своїх почуттів, вдягати в культурно прийнятну форму, а й усвідомлено користуватися ними, інформуючи оточуючих про свої переживання, впливаючи на них[42].

Але дошкільнята все ще залишаються безпосередніми та імпульсивними. Емоції, які вони відчують, легко прочитуються на обличчі, у позі, жесті, у всій поведінці. Для практичного психолога поведінка дитини, вираження їм почуттів - важливий показник у розумінні внутрішнього світу маленької людини, що свідчить про її психічний стан, благополуччя, можливі перспективи розвитку. Інформацію про рівень емоційного благополуччя дитини дає психологу емоційне тло. Емоційний стан може бути позитивним або негативним. Негативний стан дитини характеризується пригніченістю, поганим настроєм, розгубленістю. Дитина майже не посміхається або робить це запобігливо, голова та плечі опущені, вираз обличчя сумний чи індиферентний. У таких випадках виникають проблеми у спілкуванні та встановленні контакту. Дитина часто плаче, легко ображається, іноді без видимої причини. Вона багато часу проводить одна, нічим не цікавиться. При обстеженні така дитина пригнічена, не ініціативна, важко входить у контакт [42] .

Однією з причин такого емоційного стану дитини може бути вияв підвищеного рівня тривожності. Під тривожністю у психології розуміють схильність людини переживати тривогу, тобто. емоційний стан, що виникає у ситуаціях невизначеної небезпеки і що виявляється в очікуванні неблагополучного розвитку подій [50] .

Все, що характерно для тривожних дорослих, можна віднести і до тривожних дітей. Зазвичай це дуже не впевнені у собі діти, з нестійкою

самооцінкою, вони дуже рідко виявляють ініціативу. Будучи слухняними, вважають за краще не привертати увагу оточуючих, поведуться приблизно і вдома, і в дитячому садку, намагаються точно виконувати вимоги батьків і вихователів - не порушують дисципліну, прибирають за собою іграшки. Таких дітей називають скромними, сором'язливими. Їхня акуратність, дисциплінованість носять захисний характер - дитина робить все, щоб уникнути невдачі.

Відомо, що причиною виникнення тривожності є підвищена чутливість (сензитивність). Однак не кожна дитина з підвищеною чутливістю стає тривожною. Багато залежить від способів спілкування батьків із дитиною. Іноді можуть сприяти розвитку тривожної особистості. Наприклад, висока ймовірність виховання тривожної дитини батьками, які здійснюють виховання на кшталт гіперпротекції (надмірна турбота, дріб'язковий контроль, велика кількість обмежень та заборон, постійне сіпання).

І тут спілкування дорослого з дитиною носить авторитарний характер, дитина втрачає упевненість у собі й у своїх власних силах, він постійно боїться негативної оцінки, починає турбуватися, що він робить щось негаразд, тобто. відчуває тривогу, яка може закріпитися і перерости в стабільну особистісну освіту - тривожність. Виховання на кшталт гіперопіки може поєднуватися з симбіотичним, тобто, вкрай близькими стосунками дитини з одним із батьків, зазвичай з матір'ю. У цьому випадку спілкування дорослого з дитиною може бути як авторитарним, так і демократичним (дорослий не диктує дитині свої вимоги, а радиться з нею, цікавиться її думкою), невпевнені у собі. Встановивши тісний емоційний контакти з дитиною, такий один з батьків заражає своїми страхами сина чи дочку, тобто, сприяє формуванню тривожності [32, с.131-145].

Якщо в дитини посилюється тривожність, з'являються страхи - неодмінним супутником тривожності є невротичні риси. Невпевненість у собі, як риса характеру - це самознищувальна установка спрямована на свої сили та можливості. Тривожність як риса характеру - це песимістична

установка життя, коли вона представляється як сповнена загроз і небезпек. Невпевненість породжує тривожність і нерішучість, які, своєю чергою, формують відповідний характер [52].

Також реакція психологічного захисту виявляється у відмові від спілкування та уникнення осіб, від яких виходить «загроза». Така дитина самотня, замкнута, малоактивна. Можливий також варіант, коли дитина знаходить психологічний захист «йдучи у світ фантазій». У фантазіях дитина вирішує свої нерозв'язні конфлікти, у мріях знаходить задоволення її невіділені потреби.

Таким чином, у дітей старшого дошкільного та молодшого шкільного віку тривожність ще не є стійкою рисою характеру і при проведенні відповідних психолого-педагогічних заходів можна суттєво знизити тривожність дитини, якщо педагоги та батьки, які виховують її, дотримуватимуться потрібних рекомендацій.

Отже, з дослідженням тривожності працювали багато дослідників. У психологічній літературі можна зустріти різні визначення поняття тривожності. Аналіз основних робіт показує, що в розумінні природи тривожності у науковців можна простежити два підходи - розуміння тривожності як основної властивості людині, і розуміння тривожності як реакції на ворожий людині зовнішній світ, тобто виведення тривожності із соціальних умов життя.

Виділяють два основних види тривожності: перший вид - ситуативна тривожність, тобто породжена деякою конкретною ситуацією, яка об'єктивно викликає занепокоєння. Інший вид - особистісна тривожність. Дитина, схильна до такого стану, постійно перебуває в настороженому і пригніченому настрої, у нього утруднені контакти з навколишнім світом, який сприймається ним як страшний і ворожий. Закріплюючись у процесі становлення характеру до формування заниженої самооцінки та похмурого песимізму.

Емоції відіграють важливу роль у житті дітей: допомагають сприймати дійсність та реагувати на неї. Виявляючись у поведінці, вони дають

інформацію дорослим про те, що дитині подобається, не подобається чи засмучує. Тривожність як певний емоційний настрій з переважанням почуття занепокоєння і страху зробити щось не те, не так, не відповідати загальноприйнятим вимогам і нормам розвивається ближче до 7 і особливо 8 років при великій кількості нерозв'язних і страхів, що йдуть з більш раннього віку. Головним джерелом тривог для дошкільнят та молодших школярів виявляється родина. Надалі вже для підлітків така роль сім'ї значно зменшується; натомість удвічі зростає роль школи.

Серед причин, що викликають дитячу тривожність, на першому місці – це неправильне виховання та несприятливі стосунки дитини з батьками, особливо з матір'ю. Так відкидання, неприйняття матір'ю дитини викликає в неї тривогу через неможливість задоволення потреби у коханні, у ласці та захисті. У цьому випадку виникає страх: дитина відчуває умовність матеріального кохання («Якщо я зроблю погано, мене не любитимуть»). Незадоволення потреби дитини в коханні спонукатимуть її домагатися її задоволення будь-якими способами. Дитяча тривожність може бути наслідком і симбіотичних відносин дитини з матір'ю, коли мати почувається єдиним цілим з дитиною, намагається захистити її від труднощів та неприємностей життя. Вона «прив'язує» себе, оберігаючи від уявних, неіснуючих небезпек. В результаті дитина відчуває занепокоєння, коли залишається без матері, легко губиться, хвилюється і боїться. Замість активності та самостійності розвиваються пасивність та залежність.

У тих випадках, коли виховання ґрунтується на завищених вимогах, з якими дитина не в змозі впоратися або справляється з працею, тривожність може викликатись страхом не впоратися, зробити не так, як потрібно, нерідко батьки культивують «правильність» поведінки: ставлення до дитини може включати у собі жорсткий контроль, сувору систему і правил, відступ від яких тягне у себе осуд і покарання. У цих випадках тривожність дитини може породжуватися страхом відступ від норм і правил, що встановлюються

дорослими («Якщо я робитиму не так, як сказала мама, вона не любитиме мене», «Якщо чиню не так, як треба, мене покарають»).

Тривожність дитини може викликатись і особливостями взаємодії вихователя з дитиною, превалюванням авторитарного стилю спілкування чи непослідовності вимог та оцінок. І в першому і другому випадках дитина перебуває в постійній напрузі через страх не виконати вимоги дорослих, не «догодити» їм, приступити жорсткі рамки. Непослідовний вихователь викликає тривожність дитини тим, що це не дає можливість прогнозувати власне поведінка. Постійна мінливість вимог вихователя, залежність його поведінки від настрою, емоційна лабільність спричиняють розгубленість у дитини, неможливість вирішити, як йому слід вчинити в тому чи іншому випадку.

Наступна ситуація – ситуація суперництва, конкуренції, особливо сильну тривожність вона викликати у дітей, виховання яких відбувається в умовах гіперсоціалізації. У цьому випадку діти, потрапляючи в ситуацію суперництва, прагнуть бути першими, будь-якою ціною досягти найвищих результатів.

Ще одна ситуація – ситуація підвищеної відповідальності. Коли тривожна дитина потрапляє в неї, її тривога обумовлена страхом не виправдати надію, очікувань дорослого і бути відкинутим. У таких ситуаціях тривожні діти відрізняються, як правило, неадекватною реакцією. У разі їх передбачення, очікування чи частих повторів однієї й тієї ситуації, що викликають тривогу, в дитини виробляється стереотип поведінки, якийсь шаблон, що дозволяє уникнути тривоги чи максимально її знизити. До таких шаблонів можна віднести систематичний страх від участі у тих видах діяльності, які викликають занепокоєння, а також мовчання дитини замість відповідей на питання незнайомих дорослих або тих, до кого дитина ставиться негативно.

У цілому нині тривожність є проявом неблагополуччя особистості. У ряді випадків вона буквально вирощується в тривожно - недовірливій

психологічній атмосфері сім'ї, в якій батьки самі схильні до постійних побоювань і занепокоєння. Дитина заражається їх настроями і переймає нездорову форму реагування зовнішній світ. І тут старий заклик до вихователя виховати передусім себе звучить надзвичайно доречно. Якщо ви не хочете, щоб ваша дитина нагадувала настороженого і полохливого звірка, погляньте чесно на самих себе: чи не у вас він перейняв таку манеру. Ситуація може посилюватися непослідовністю батьківських вимог. Якщо дитина не знає напевно, як буде оцінено той чи інший його крок, але в принципі передбачає можливе невдоволення, то все його існування забарвлюється напруженою настороженістю та тривогою.

Найвиразніше простежується вплив тривожності на особливості спілкування. Психологічна робота з тривожними дітьми, поглиблений аналіз випадків свідчать, що тривожність нерідко виступає як основний мотив спілкування, породжуючи підвищену залежність від однолітків.

Як найважливіше джерело тривожності виділяється внутрішній конфлікт, переважно конфлікт, пов'язаний із ставленням до себе, самооцінкою, Я-концепцією. Постійна тривога вказує на те, що людина пережила несприятливий емоційний досвід. Об'єктивні характеристики успішності не тільки не вказують на таке джерело, але, навпаки, нерідко свідчать про високий рівень досягнень тривожних людей у найбільш значущих галузях.

Для тривожних дітей, на відміну від емоційно благополучних, характерне невміння враховувати умови. Вони часто чекають на успіх у тих випадках, коли він малоймовірний, і одночасно - не впевнені в ньому навіть тоді, коли ймовірність досить висока. Вони орієнтуються не так на реальні умови, але в якісь внутрішні передчуття, очікування, надії та побоювання. У результаті такі діти справді значно частіше переживають неуспіх, ніж їхні нетривожні однолітки, що веде до накопичення негативного емоційного досвіду.

Істотний вплив на накопичення такого досвіду робить також те, що в оцінці своїх успіхів та невдач тривожні діти орієнтуються в основному на зовнішні критерії (позначку, оцінку оточуючих та ін.). Якщо подібні критерії відсутні, вони мають великі труднощі.

Ці результати доповнюють наявні в літературі дані про зв'язок тривожності та зовнішнього локусу контролю. Вочевидь, як зовнішній локус контролю, і орієнтація на задані зовні критерії породжують високий рівень залежності тривожних людей від оточуючих. Але оскільки те й інше перебуває значною мірою поза контролем людини, така залежність супроводжується постійним переживанням невпевненості, невизначеності, двоїстості, породжуючи переживання неуспішності і тривогу.

Накопичення несприятливого емоційного досвіду також слугують у дошкільному та молодшому шкільному віці запам'ятовування переважно несприятливих, неуспішних подій. Все це сприяє накопиченню негативного емоційного досвіду, що працює як механізм «зачарованого психологічного кола». Можна говорити про те, що саме зазначені особливості емоційного досвіду впливають на характер переживання тривоги як дифузного, безпредметного. Вони створюють своєрідне силове поле, яке приписує негативну модальність всьому оточенню, що безпосередньо сприймається, і екстраполює його в майбутнє.

У дошкільному та молодшому шкільному віці ситуація в сім'ї, відносини з близькими дорослими провокують переживання дитиною постійних психологічних мікротравм та породжують стан афективної напруженості та занепокоєння, що має реактивний характер. Дитина постійно відчуває незахищеність, відсутність опори у близькому оточенні і тому безпорадність. Такі діти вразливі, підвищено сензитивні до уявної образи, загострено реагують на ставлення до них оточуючих. Все це, а також те, що вони запам'ятовують переважно негативні події, веде до накопичення негативного емоційного досвіду, який постійно збільшується згідно із законом

«замкнутого психологічного кола» і знаходить своє вираження щодо стійкого переживання тривожності.

Таким чином, у дошкільнят та молодших школярів тривожність виникає внаслідок фрустрації потреби у надійності, захищеності з боку найближчого оточення та відображає незадоволеність саме цієї потреби, яку можна розглядати у цьому віці як провідну. У ці періоди тривожність ще є власне особистісним освітою, вона є функцію несприятливих взаємин із близькими дорослими.

До кожного вікового періоду існують певні галузі, об'єкти дійсності, які викликають підвищену тривогу більшості дітей незалежно від реальної загрози чи тривожності як стійкого утворення.

Тривожні діти відрізняються частими проявами тривоги і тривоги, а також великою кількістю страхів, причому страхи і тривога виникають у тих ситуаціях, в яких дитині, здавалося б, нічого не загрожує. Тривожні діти відрізняються особливою чутливістю. Так, дитина може тривожитися: поки вона в саду, раптом з мамою щось трапиться.

Тривожні діти нерідко характеризуються низькою самооцінкою, у зв'язку з чим вони виникають очікування неблагополуччя з боку оточуючих. Це притаманно тих дітей, чиї батьки ставлять їх непосильні завдання, вимагаючи цього, що діти виконати неспроможна, причому у разі невдачі їх, зазвичай, карають, принижують («Нічого ти робити не вмієш! Нічого в тебе не виходить! »).

Тривожні діти дуже чутливі до своїх невдач, гостро реагують на них, схильні відмовлятися від тієї діяльності, наприклад, малювання, в якій відчують труднощі. У таких дітей можна помітити різницю в поведінці на заняттях і поза заняттями. Поза заняттями це живі, товариські та безпосередні діти, на заняттях вони затиснуті та напружені. Відповідають питання вихователя тихим і глухим голосом, можуть навіть почати заїкатися. Мова їх, може бути як дуже швидкою, квапливою, так і сповільненою, утрудненою. Як

правило, виникає тривале збудження: дитина смикає руками одяг, маніпулює чимось.

Тривожні діти мають схильність до шкідливих звичок невротичного характеру (вони гризуть нігті, смокчуть пальці, висмикують волосся, займаються онанізмом). Маніпуляція із власним тілом знижує у них емоційну напругу, заспокоюють.

Розпізнати тривожних дітей допомагає малювання. Їхні малюнки відрізняються великою кількістю штрихування, сильним натиском, а також маленькими розмірами зображень. Нерідко такі діти «застряють» на деталях, особливо дрібних.

У тривожних дітей серйозний, стриманий вираз обличчя, опущені очі, на стільці сидить акуратно, намагається не робити зайвих рухів, не шуміти, воліє не привертати увагу оточуючих. Таких дітей називають скромними, сором'язливими. Батьки однолітків зазвичай ставлять їх у приклад своїм шибеникам: «Дивись, як добре поводиться Тарас. Він не бавиться на прогулянці. Він щодня акуратно складає іграшки. Він слухається маму. І, як не дивно, весь цей перелік чеснот буває правдою – ці діти поводяться «правильно». Але деяких батьків турбує поведінка своїх дітей.

Розвиток м'язової системи та структури тіла: м'язова система та структура тіла у тривожних – різноманітна. Можна зустріти серед тривожних дітей як астеничних, сухорлявих за своєю статурою, так і повних. Сама по собі проблема тілесної комплекції може стати фактором виникнення у дітей підозр у своїй самоцінності, тривожних оцінок своєї персони, загрози своїй гідності.

М'язи дітей, які виявляють тривожності та страхи надмірно напружені (скорочені) внаслідок переважання в нервовій системі процесів збудження. Часто спостерігається гіперактивність м'язів, особливо спини, рук, литкової області. З віком ця гіперактивність може перерости у гіпертонічне стан. Напруга у м'язах формується внаслідок того, що м'язова система навіть у нейтральній ситуації «стоїть на варті», щоб не пропустити небезпеку. Тому потрібна правильна робота з м'язовою системою таких дітей. Як і у роботі з

дітьми, які відчувають агресивну спрямованість, необхідно перенавчання м'язів лише на рівні їх нейрології, тобто. «реабілітації» їхніх реакцій

Інша причина незбалансованої роботи м'язової системи полягає у неповному, прискореному та поверхневому диханні (грудному), використанні затриманого типу дихання, до якого, як ми говорили, людина звертається в ситуації стресу.

У тривожної дитини зазвичай широко розплющені очі, стиснуті щелепи та кисті рук. Робота м'язів очей дисгармонійна. Це веде до ослаблення фокусного зору, неможливості зосередити увагу, слабкого усвідомлення та оцінки конкретних виборів та подій, явищ навколишньої дійсності. У моменти страху у дітей через виділення великої кількості адреналіну в кров підвищено мимовільну рухову активність та поріг больової чутливості. Цей стан також може поєднуватися з емоційним або руховим шоком до «ухвалення рішення» на кінестетичному рівні.

Розвиток структури та пози тіла у дитини, яка виявляє тривожність, «відхиляється назад». Центр тяжкості тіла, відповідно, падає непропорційно назад і, щоб утримати позу тіла, мозок дає команду підколінним сухожиллям і м'язам про необхідність «напружити всі сили, щоб вистояти». Така ситуація надмірно активізує захисну реакцію «боротьби та уникнення».

Координація рухів. Діти зі схильністю до тривожності нестійко стоять на ногах, нескоординовані в процесі рухів. У них може бути дисгармонія в рухах та переважання хаотичних рухів через надмірне переважання процесів збудження в нервовій системі.

Таким чином, поведінка тривожних дітей відрізняється частими проявами занепокоєння та тривоги, такі діти живуть у постійній напрузі, постійно відчуваючи загрозу, відчуваючи, що у будь-який момент можуть зіткнутися з невдачами.

Дошкільне виховання має бути пронизане турботою про фізичне здоров'я дитини та її психічне благополуччя. Дошкільний вік – це найважливіший період, коли закладаються основи здоров'я майбутньої

дорослої людини. Саме в цей період відбувається дозрівання та вдосконалення життєвих систем та функцій організму, набуваються звички, уявлення, риси характеру [33].

Гармонійний розвиток особистості дитини, успішність у дорослому житті можливі за наявності здоров'я, яке визначається Всесвітньою організацією охорони здоров'я як стан фізичного, психічного та соціального благополуччя дитини.

Психічне здоров'я – фундамент духовного розвитку дитини. Останнім часом відзначається зростання пограничних нервово-психічних розладів у дітей та підлітків. Доведено, що між душевною рівновагою і фізичним здоров'ям існує тісний взаємозв'язок, а позитивний стан належить до найважливіших умов розвитку особистості. Сучасні умови суспільства, нестабільність у сімейних взаєминах та рання інтелектуалізація сприяють виявленню порушень в емоційному розвитку дошкільника, які загострюють чутливість дитини, підвищують рівень тривожності, ведуть до невротизації. Зумовлена тривожність схильністю до занепокоєння і хвилюванням, що приходять до дитини ззовні, зі світу дорослих, із системи тих відносин, які задаються батьками в сім'ї, вихователями, дітьми в міжособистісній взаємодії [22;40].

Досвід роботи в дошкільних освітніх закладах показує, що близько 40% дітей старшого дошкільного віку мають високий рівень тривожності у ситуаціях, пов'язаних із спілкуванням з однолітками, дорослими. За даними аналізу консультаційного прийому педагогів та батьків 30% звернень до психологічної служби освіти пов'язані з підвищеною тривожністю та відчуженістю дітей у сім'ї. Батьки та вихователі відзначають характерну для цих дітей «недовірливість», «чутливість», «страх». Сучасна медицина стверджує, що 30-40% хронічних захворювань має психогенну основу.

Тривожність, як чинник емоційної нестабільності, виступає дезадаптивним моментом, що перешкоджає розвитку емоційно-вольової, пізнавальної сфери та становлення емоційно-особистісних утворень.

Особливо небезпечним у цьому відношенні є старший дошкільний вік, що супроводжується кризою розвитку та зміною соціальної ситуації. Тому проблема дитячої тривожності і особливо її корекції на етапі є дуже актуальною.

Оцінюючи стану проблеми тривожності у психологічної науці відзначаються дві тенденції. Розрізняють тривожність як емоційний стан (ситуативна тривога) та як стійку рису особистості, індивідуальну психологічну особливість, що виявляється у схильності до частих та інтенсивних переживань стану тривоги. Певні психологи пов'язують тривожність із незадоволенням провідних потреб, та розглядають її як особистісне утворення. У старших дошкільнят тривожність ще є стійкою рисою характеру і під час проведення психолого-педагогічної корекції [50].

З іншого боку, на практичному рівні (коли йдеться про вплив стану тривоги, про саморегуляцію цього стану, про «роботу з тривоною», способи її подолання тощо) існує достатня згода серед психологів. Як профілактична, і корекційна робота з тривожністю включає п'ять взаємозалежних напрямів: психологічне просвітництво батьків; психологічне просвітництво педагогів; навчання батьків та педагогів конкретним способам подолання підвищеної тривожності у дітей; безпосередня робота з дітьми, орієнтована на вироблення та зміцнення впевненості у собі, вміння поводитися у важких ситуаціях; допомога та підтримка психолога за межами навчального процесу.

Таким чином, важливо організувати комплексну роботу, спрямовану на профілактику порушень психологічного здоров'я дітей та корекцію наявних.

Виходячи з вищесказаного, можна зробити висновки про те, що у дошкільнят та молодших школярів тривожність виникає внаслідок фрустрації потреби у надійності, захищеності з боку найближчого оточення та відображає незадоволеність саме цієї потреби, яку можна розглядати у цьому віці як провідну. У ці періоди тривожність ще є власне особистісним освітою, вона є функцію несприятливих взаємин із близькими дорослими.

До кожного вікового періоду існують певні галузі, об'єкти дійсності, які викликають підвищену тривогу більшості дітей незалежно від реальної загрози чи тривожності як стійкого освіти. Ці «вікові тривоги» є наслідком найбільш значимих соціальних потреб. Поведінка тривожних дітей відрізняється частими проявами занепокоєння і тривоги, такі діти живуть у постійній напрузі, постійно відчуваючи загрозу, відчуваючи, що у будь-який момент можуть зіткнутися з невдачами.

Висновок по розділу 1.

1. У психологічній літературі можна зустріти різні визначення поняття тривожності, хоча більшість дослідників сходяться у визнанні необхідності розглядати його диференційовано - як ситуативне явище і як особистісну характеристику з урахуванням перехідного стану та його динаміки.

Тривожність - це переживання емоційного дискомфорту, пов'язане з очікуванням неблагополуччя, з передчуттям небезпеки, що загрожує.

Розрізняють тривожність як емоційний стан і як стійку властивість, рису особистості чи темпераменту.

Тривожність - постійна чи ситуативна властивість людини знаходитись у стані підвищеного занепокоєння, відчувати страх і тривогу у специфічних соціальних ситуаціях. Широке поширення набуло останніми роками використання в психологічних дослідженнях диференційованого визначення двох видів тривожності: тривожність характеру та ситуаційна тривожність,.

Тривожність - схильність індивіда до переживання тривоги, що характеризується низьким порогом виникнення реакції тривоги; один із основних параметрів індивідуальних відмінностей. Тривожність підвищена при нервово-психічних і соматичних захворюваннях, а також у здорових людей, які переживають наслідки психотравми, у багатьох груп осіб з суб'єктивним проявом, що відхиляється, неблагополуччя особистості.

Сучасні дослідження тривожності спрямовані на відмінність ситуативної тривожності, що пов'язана з конкретною зовнішньою ситуацією, і особистісної тривожності, що є стабільною властивістю особистості, і яка впливає навіть на розробку методів аналізу тривожності, як результату взаємодії особистості та її оточення.

Тривожність - це багатозначний психологічний термін, який описують як певний стан індивідів в обмежений час, і стійке властивість будь-якої людини. Аналіз літератури останніх дозволяє розглядати тривожність з різних точок зору, що допускають твердження про те, що підвищена тривожність виникає

і реалізується в результаті складної взаємодії когнітивних, афективних та поведінкових реакцій, що провокуються при впливі на людину різними стресами.

Тривога - як риса особистості пов'язана з генетично детермінованими властивостями функціонуючого мозку людини, що зумовлюють постійно підвищеним почуттям емоційного збудження, емоцій тривоги.

Тривога проявляється як негативний емоційний стан у вигляді занепокоєння, страху, агресії, яке було викликане незадоволенням їх домагань успіху. Також емоційне неблагополуччя типу тривожності спостерігається у дітей із високою самооцінкою. Вони претендують на те, щоб бути «найкращими» учнями, займати високе положення у колективі, тобто були високі претензії у певних галузях, проте, реальних можливостей реалізації своїх домагань вони не мали.

Психологи вважають, що неадекватно висока самооцінка у дітей складається в результаті неправильного виховання, завищених оцінок дорослими успіхів дитини, захвалювання, перебільшення її досягнень, а не як прояв уродженого прагнення до переваг. Суперечності між високими домаганнями та реальними можливостями можуть призвести до важкого емоційного стану.

Аналіз основних робіт показує, що в розумінні природи тривожності у дослідників можна простежити два підходи - розуміння тривожності як базово властиву людині особливість, і розуміння тривожності як реакцію на ворожий людині зовнішній світ, тобто виведення тривожності із соціальних умов життя.

Таким чином, якщо розглядати тривогу чи тривожність як стан, переживання, чи як більш менш стійку особливість особистості, то несуттєво, наскільки вона адекватна ситуації. Таке переживання перестає бути показником тривожності суб'єкта. Переживання ж тривоги без достатніх підстав означає, що сприйняття світу є спотвореним, неадекватним.

Адекватні стосунки зі світом порушуються. У цьому випадку йдеться про тривожність як особливу властивість людини, особливий вид неадекватності.

2. Виділяють два основні види тривожності. Першим із них - ситуативна тривожність, тобто породжена деякою конкретною ситуацією, яка об'єктивно викликає занепокоєння. Даний стан може, виникає у будь-якої людини напередодні можливих неприємностей та життєвих ускладнень. Цей стан є цілком нормальним, а й відіграє свою позитивну роль. Воно виступає мобілізуючим механізмом, що дозволяє людині серйозно підійти до вирішення проблем, що виникають. Ненормальним є швидше зниження ситуативної тривожності, коли людина перед обличчям серйозних обставин демонструє безладність і безвідповідальність, що найчастіше свідчить про інфантильну життєву позицію, недостатню сформованість самосвідомості.

Інший вид – особистісна тривожність. Вона може розглядатися як особистісна риса, що виявляється в постійній схильності до переживань тривоги в різних життєвих ситуаціях, у тому числі і таких, які об'єктивно до цього не мають. Вона характеризується станом несвідомого страху, невизначеним відчуттям загрози, готовністю сприйняти будь-яку подію як несприятливу та небезпечну. Дитина, схильна до такого стану, постійно перебуває в настороженому і пригніченому настрої, у нього утруднені контакти з навколишнім світом, який сприймається ним як страшний і ворожий. Закріплюючись у процесі становлення характеру до формування заниженої самооцінки та похмурого песимізму.

До факторів ризику виникнення тривожності можна віднести недоліки сімейного виховання, помилки педагогічного впливу, а також пренатальні та натальні фактори. У деяких дітей дошкільного віку мовленнєві та комунікативні труднощі перешкоджають встановленню та підтримці контактів з однолітками, це є причиною виникнення тривожності.

Емоції та почуття є відображенням реальної дійсності у формі переживань. Різні форми переживання почуттів (емоції, афекти, настрої, стреси, пристрасті та ін.) утворюють разом емоційну сферу людини.

Вирізняють такі види почуттів, як моральні, інтелектуальні та естетичні. За класифікацією, запропонованою К. Ізардом, виділяються емоції фундаментальні та похідні. До фундаментальних відносять: 1) інтерес-хвилювання, 2) радість, 3) подив, 4) горе-страдание, 5) гнів, 6) огида, 7) презирство, 8) страх, 9) сором, 10) вину. Інші – похідні. При з'єднанні фундаментальних емоцій виникає такий комплексний емоційний стан, як тривожність, яка може поєднувати в собі і страх, і гнів, і провину, і інтерес-збудження. Тривожність - це схильність індивіда до переживання тривоги, що характеризується низьким порогом виникнення реакції тривоги: одне із основних параметрів індивідуальних відмінностей.

У дітей старшого дошкільного та молодшого шкільного віку тривожність ще не є стійкою рисою характеру і при проведенні відповідних психолого-педагогічних заходів можна суттєво знизити тривожність дитини, якщо педагоги та батьки, які виховують її, дотримуватимуться потрібних рекомендацій.

У психологічній літературі можна зустріти різні визначення поняття тривожності. Аналіз основних робіт показує, що в розумінні природи тривожності у науковців можна простежити два підходи - розуміння тривожності як основної властивості людині, і розуміння тривожності як реакції на ворожий людині зовнішній світ, тобто виведення тривожності із соціальних умов життя.

Виділяють два основних види тривожності: перший вид - ситуативна тривожність, тобто породжена деякою конкретною ситуацією, яка об'єктивно викликає занепокоєння. Інший вид - особистісна тривожність. Дитина, схильна до такого стану, постійно перебуває в настороженому і пригніченому настрої, у нього утруднені контакти з навколишнім світом, який сприймається ним як страшний і ворожий. Закріплюючись у процесі становлення характеру до формування заниженої самооцінки та похмурого песимізму.

Емоції відіграють важливу роль у житті дітей: допомагають сприймати дійсність та реагувати на неї. Виявляючись у поведінці, вони дають

інформацію дорослим про те, що дитині подобається, не подобається чи засмучує. Тривожність як певний емоційний настрій з переважанням почуття занепокоєння і страху зробити щось не те, не так, не відповідати загальноприйнятим вимогам і нормам розвивається ближче до 7 і особливо 8 років при великій кількості нерозв'язних і страхів, що йдуть з більш раннього віку. Головним джерелом тривог для дошкільнят та молодших школярів виявляється родина. Надалі вже для підлітків така роль сім'ї значно зменшується; натомість удвічі зростає роль школи.

Серед причин, що викликають дитячу тривожність, на першому місці – це неправильне виховання та несприятливі стосунки дитини з батьками, особливо з матір'ю. Так відкидання, неприйняття матір'ю дитини викликає в неї тривогу через неможливість задоволення потреби у коханні, у ласці та захисті. У цьому випадку виникає страх: дитина відчуває умовність матеріального кохання («Якщо я зроблю погано, мене не любитимуть»). Незадоволення потреби дитини в коханні спонукатимуть її домагатися її задоволення будь-якими способами. Дитяча тривожність може бути наслідком і симбіотичних відносин дитини з матір'ю, коли мати почувається єдиним цілим з дитиною, намагається захистити її від труднощів та неприємностей життя. Вона «прив'язує» себе, оберігаючи від уявних, неіснуючих небезпек. В результаті дитина відчуває занепокоєння, коли залишається без матері, легко губиться, хвилюється і боїться. Замість активності та самостійності розвиваються пасивність та залежність.

У дошкільнят та молодших школярів тривожність виникає внаслідок фрустрації потреби у надійності, захищеності з боку найближчого оточення та відображає незадоволеність саме цієї потреби, яку можна розглядати у цьому віці як провідну. У ці періоди тривожність ще є власне особистісним освітою, вона є функцію несприятливих взаємин із близькими дорослими.

До кожного вікового періоду існують певні галузі, об'єкти дійсності, які викликають підвищену тривогу більшості дітей незалежно від реальної загрози чи тривожності як стійкого утворення.

Тривожні діти відрізняються частими проявами тривоги і тривоги, а також великою кількістю страхів, причому страхи і тривога виникають у тих ситуаціях, в яких дитині, здавалося б, нічого не загрожує. Тривожні діти відрізняються особливою чутливістю. Так, дитина може тривожитися: поки вона в саду, раптом з мамою щось трапиться.

Тривожні діти нерідко характеризуються низькою самооцінкою, у зв'язку з чим вони виникають очікування неблагополуччя з боку оточуючих. Це притаманно тих дітей, чії батьки ставлять їх непосильні завдання, вимагаючи цього, що діти виконати неспроможна, причому у разі невдачі їх, зазвичай, карають, принижують («Нічого ти робити не вмієш! Нічого в тебе не виходить! »).

Тривожні діти дуже чутливі до своїх невдач, гостро реагують на них, схильні відмовлятися від тієї діяльності, наприклад, малювання, в якій відчують труднощі. У таких дітей можна помітити різницю в поведінці на заняттях і поза заняттями. Поза заняттями це живі, товариські та безпосередні діти, на заняттях вони затиснуті та напружені. Відповідають питання вихователя тихим і глухим голосом, можуть навіть почати заїкатися. Мова їх, може бути як дуже швидкою, квапливою, так і сповільненою, утрудненою. Як правило, виникає тривале збудження: дитина смикає руками одяг, маніпулює чимось.

Виходячи з вищесказаного, можна зробити висновки про те, що у дошкільнят та молодших школярів тривожність виникає внаслідок фрустрації потреби у надійності, захищеності з боку найближчого оточення та відображає незадоволеність саме цієї потреби, яку можна розглядати у цьому віці як провідну. У ці періоди тривожність ще є власне особистісним освітою, вона є функцію несприятливих взаємин із близькими дорослими.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ РІВНЯ ТРИВОЖНОСТІ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

2.1. Методи та результати дослідження

Дитячий вік, особливо дошкільний, є визначальним у становленні особистості дитини, оскільки основні властивості та особисті якості складаються в цей період життя і багато в чому визначають весь його подальший розвиток; особливо важливо звернути увагу на те, якими будуть початкові етапи переходу до нових типів взаємин дитини з оточуючими поза сім'єю, як змінюватиметься характер діяльності при вступі до дитячого дошкільного навчального закладу.

Зміна соціальних відносин може створити дитині значні труднощі. Багато дітей у періоди адаптації до дитячого садку, школи починають відчувати тривожний стан, емоційну напруженість, стають неспокійними, замкнутими, плаксивими. Особливо важливо в цей час здійснювати контроль за збереженням психоемоційного благополуччя дитини. У дослідженні враховується, що, включення в нові соціальні відносини, спільну діяльність з іншими дорослими, отриманий раніше досвід може допомогти дитині адаптуватися до незвичних умов, або негативно вплинути на рівень її адаптації. Несприятливі обставини, негативний емоційний досвід у життєвих ситуаціях може призвести до різних небажаних наслідків, одна з яких виявляється у формуванні високої тривожності у дітей.

Проблема діагностики та профілактики дитячої тривожності заслуговує на особливу увагу, оскільки, формується у властивість та особистісну якість дитини - дошкільника, тривожність може проявлятися і в шкільному віці і в дорослому житті, стати стійкою особистісною рисою, бути причиною неврозів та психосоматичних захворювань. Дослідно-практична робота з корекції тривожності дітей була організована на базі дитячих садків № 203, № 21, № 195 м. Дніпра. Кількість дітей: 96, вік – 6-7 років. Завдання дослідно-

практичної роботи: провести початкову діагностику, розробити та провести серію занять із корекції тривожності.

Спостереження

На першому етапі роботи було проведено діагностичне обстеження дітей з метою виявлення рівня їхньої особистісної тривожності.

Було проведено діагностику рівня тривожності дітей за програмою спостереження, розробленою на основі тесту тривожності. Фіксація даних спостережень відбувалася в такий спосіб. Протягом 2-3 днів було проведено спостереження за дітьми у різних видах діяльності та занесені результати до спеціального листа спостережень. Протягом дня фіксувалася наявність чи відсутність цієї ознаки у поведінці дитини знаками «+» чи «-».

Для виявлення тривожних дітей були використана наступна схема спостереження. Були виділені такі одиниці спостереження (прояви тривожності): - підвищена збудливість; підвищена напруженість, скутість; страх перед усім новим, невідомим; невпевненість у собі, занижена самооцінка; очікування неприємності, невдач, несхвалення старших (у ситуаціях спілкування/в інших ситуаціях-поза спілкуванням); надмірна чутливість до оцінки негативних вражень; надобережність у сприйнятті негативної оцінки; старанність, розвинене почуття відповідальності; безініціативність, пасивність, боязкість; відмова від діяльності, якщо вона викликає труднощі; самостійна робота у випадках складнощі не продовжує; не може ухвалити рішення, зробити вибір, подолати опір.

Додатково аналізувалися дані щодо спостережень у різних видах діяльності.

Тест тривожності . Для підвищення об'єктивності дослідження був використаний тест тривожності.

Мета - тест дозволяє діагностувати тривожність дитини віком від чотирьох до семи років стосовно ряду типових йому життєвих ситуацій спілкування з іншими людьми.

Була розглянута тривожність як вид емоційного стану, призначення якого полягає у забезпеченні безпеки суб'єкта на особистісному рівні. Це:

1) Високий рівень тривожності може свідчити про недостатню емоційну пристосованість дитини до тих чи інших соціальних ситуацій. Виявлення рівня тривожності дозволяє оцінити внутрішнє ставлення дитини до певного типу ситуацій та дає непряму інформацію про характер взаємовідносин дитини з однолітками та дорослими у сім'ї, дитячому садку, школі.

2) Середній рівень тривожності може свідчити про невпевнене ставлення у поведінці з оточуючими людьми.

3) Низький рівень тривожності може свідчити про хорошу адаптацію дитини з оточуючими її людьми

Діагностика рівня тривожності дитини дозволяє скоригувати поведінку для того, щоб не травмувати дитину та за необхідності провести корекційну роботу з метою формування адекватного рівня тривожності. Кожна окремо взята ознака перестав бути свідченням вираженої тривожності. Необхідно підсумовувати кількість ознак, що спостерігаються, і зробити висновок виходячи з наступної інтерпретації:

- 1) наявність 18 - 36 (більше 50%) – високий рівень тривожності;
- 2) 7-17 (20-50%) - тривожність середнього рівня;
- 3) 0-6 (менше 20%) - низький рівень тривожності.

Були розглянуті категорії:

1. «Дитина-дорослий» - дослідження відносин дитини з дорослими людьми.

2. «Дитина-дитина» - стосунки дитини з однолітками.

Експериментальний матеріал включав 14 малюнків, на яких зображені типові для життя дошкільника ситуації. Тест має стандартизовану кількісну обробку. Особливу увагу було приділено ситуаціям, що моделюють спілкування дитини з дорослим та однолітками.

Методика «Драбинка».

Мета дослідження: визначити особливості самооцінки дитини (як загального ставлення до себе) та уявлень дитини про те, як її оцінюють інші люди. За допомогою цього тесту було досліджені високий, середній та низький рівень самооцінки дитини.

У роботі було використано Методику «Побоювання та страхи у дітей».

Мета: Дана методика є індивідуальною розмовою з дітьми за списком. Розмову ведуть неквапливо, докладно, перераховуючи страхи та чекаючи від дитини відповідей «так» чи «ні». Усього в основному списку 29 страхів. Як одиниця відліку використовується середня кількість страхів для кожної дитини. У нормі для дітей 6-7 років для хлопчиків має бути 9 страхів, для дівчаток – 12. Були досліджено високий, середній та низький емоційний рівень у дітей.

Тест «Незакінчені речення».

Мета методики: виявити, чого боїться дитина.

Завдання: закінчити речення. Це дозволяє провести діагностику актуального стану дитини. Механізм проєкції, закладений у зміст методики дозволяє також визначити приховані джерела страхів та рівень внутрішньої напруги.

Дитині пропонується дана методика, що проводиться у дещо незвичайній і тим самим цікавій для неї формі - продовження розпочатої пропозиції, а не просто формальні відповіді на питання, що дозволяє дитині розслабитися та спокійно завершити пропозиції, не концентруючись особливо на своїх переживаннях.

За допомогою цього тесту було розглянуто високий, середній та низький рівень страхів у дітей.

Рисунковий тест «Кінетичний малюнок сім'ї».

Мета: дослідження міжособистісних відносин у сім'ї (очима дитини); виявлення відносин у сім'ї, що викликають тривогу та емоційність у дитини.

Формативними особливостями вважається якість зображення: ретельність промальовування або недбалість в малюванні окремих членів

сім'ї, барвистість зображення, положення об'єктів на аркуші, заштрихованість, розміри, присутність або відсутність членів сім'ї та самої дитини, а також співвідношення людей та речей на малюнку. Аналіз результатів малюнків здійснювався за такими показниками: наявність занепокоєння у дітей щодо ставлення до них дорослих; емоційна напруга та дистанція; дискомфорт; наявність ворожості до дорослих. З цих показників виявили рівні впливу сімейних відносин на дитини.

До високого рівня дитячо-батьківських відносин віднесені малюнки, де дитині комфортно в сім'ї, на малюнку присутні всі члени сім'ї, у центрі малюнка - сама дитина в оточенні батьків; зображує себе та батьків ошатними, ретельно промальовує кожну лінію, на обличчях дорослих та дитини – посмішка, простежується спокій у позах, рухах.

Середній рівень дитячо-батьківських відносин: відсутність будь-кого з членів сім'ї, наявність занепокоєння, дитина малює себе сумною, далеко від батьків, наявність ворожості стосовно дорослих через штрихування деталей, відсутність деяких частин тіла (рук, рота).

Низький рівень дитячо-батьківських відносин: наявність одного з батьків з предметом, що загрожує дитині (ремінь), заляканий вираз обличчя дитини, відчуття емоційної напруги через використання в малюнку темних фарб.

Наявність ворожості до батьків простежується через промальовування таких деталей, як розведені руки, розчепірені пальці і т.п.

Методика «Батьківське ставлення до дітей».

Мета: вивчити виявлення батьківського ставлення до дітей.

Методика проведення: батькам було запропоновано бланки з питаннями (61 питання). На кожне питання передбачалася або позитивна, або негативна відповідь. Підставою для оцінки служив ключ до опитувальника, який дозволив виявити рівень батьківських відносин. Було розглянуто:

1. Кооперація – це соціально бажаний образ батьківської поведінки. Батьки високо оцінює здібності своєї дитини, відчуває почуття гордості за неї, заохочує ініціативу та самостійність, намагається бути з нею на рівних.

2. Нейтральний рівень можна віднести відносини на кшталт «симбіоз» та «маленький невдаха». Батьки бачать свою дитину молодшою порівняно з реальним віком, прагне задовольнити її потреби, захистити від труднощів та неприємностей життя, не надає їй самостійності.

3. Негативний рівень батьківських відносин було віднесено такий тип батьківських відносин, як відкидання та «авторитарна гіперсоціалізація». Батько сприймає свою дитину поганою, непристосованою, вимагає від неї беззастережного послуху та дисципліни, відчуває до дитини злість, роздратування, досаду.

Таким чином, були визначені база дослідження, вибірка дітей, підібрані методи дослідження та поставлені завдання дослідно-практичної роботи з дошкільнятами.

2.2. Результати дослідження.

Тест тривожності. В результаті кількісної обробки даних початкової діагностики ми отримали такі результати, які подали у вигляді таблиці (табл.

1). Склад групи за рівнями тривожності (дані спостережень)

Таблиця 2.1.

Склад групи за рівнями тривожності

	Діяльність у режимні моменти	Організована діяльність	Неорганізована діяльність	Загальний бал висновок	%
	Кількість проявів	Кількість проявів	Кількість проявів		
1.	3	15	3	21 середній	21%
2.	3	18	4	25 середній	25%

3.	3	18	5	26 середній	26%
4.	4	18	2	24 середній	24%
5.	3	16	4	23 середній	23%
6.	39	11	8	58 високий	58%
7.	4	17	5	26 середній	26%
8.	37	7	7	51 високий	21%
9.	3	15	3	21 середній	21%
10.	3	18	4	25 середній	25%
11.	3	18	5	26 середній	26%
12.	4	18	2	24 середній	24%
13.	3	16	4	23 середній	23%
14.	39	11	8	58 високий	58%
15.	4	17	5	26 середній	26%
16.	37	7	7	51 високий	51%
17.	3	15	3	21 середній	21%
18.	3	18	4	25 середній	25%
19.	3	18	5	26 середній	26%
20.	4	18	2	24 середній	24%
21.	3	16	4	23 середній	23%
22.	39	11	8	58 високий	58%
23.	4	17	5	26 середній	26%
24.	37	7	7	51 високий	51%
25.	3	15	3	21 середній	21%
26.	3	18	4	25 середній	25%
27.	3	18	5	26	26%

				середній	
28.	4	18	2	24 середній	24%
29.	3	16	4	23 середній	23%
30.	39	11	8	58 високий	58%
31.	4	17	5	26 середній	26%
32.	37	7	7	51 високий	51%
33.	3	15	3	21 середній	21%
34.	3	18	4	25 середній	25%
35.	3	18	5	26 середній	26%
36.	4	18	2	24 середній	24%
37.	3	16	4	23 середній	23%
38.	39	11	8	58 високий	58%
39.	4	17	5	26 середній	26%
40.	37	7	7	51 високий	21%
41.	3	15	3	21 середній	21%
42.	3	18	4	25 середній	25%
43.	3	18	5	26 середній	26%
44.	4	18	2	24 середній	24%
45.	3	16	4	23 середній	23%
46.	39	11	8	58 високий	58%
47.	4	17	5	26 середній	26%
48.	37	7	7	51 високий	51%
49.	3	15	3	21 середній	21%
50.	3	18	4	25 середній	25%
51.	3	18	5	26 середній	26%

52.	4	18	2	24 середній	24%
53.	3	16	4	23 середній	23%
54.	39	11	8	58 високий	58%
55.	4	17	5	26 середній	26%
56.	37	7	7	51 високий	51%
57.	3	15	3	21 середній	21%
58.	3	18	4	25 середній	25%
59.	3	18	5	26 середній	26%
60.	4	18	2	24 середній	24%
61.	3	16	4	23 середній	23%
62.	39	11	8	58 високий	58%
63.	4	17	5	26 середній	26%
64.	37	7	7	51 високий	51%
65.	3	15	3	21 середній	21%
66.	3	18	4	25 середній	25%
67.	3	18	5	26 середній	26%
68.	4	18	2	24 середній	24%
69.	3	16	4	23 середній	23%
70.	39	11	8	58 високий	58%
71.	4	17	5	26 середній	26%
72.	37	7	7	51 високий	21%
73.	3	15	3	21 середній	21%
74.	3	18	4	25 середній	25%
75.	3	18	5	26 середній	26%
76.	4	18	2	24	24%

				середній	
77.	3	16	4	23 середній	23%
78.	39	11	8	58 високий	58%
79.	4	17	5	26 середній	26%
80.	37	7	7	51 високий	51%
81.	3	15	3	21 середній	21%
82.	3	18	4	25 середній	25%
83.	3	18	5	26 середній	26%
84.	4	18	2	24 середній	24%
85.	3	16	4	23 середній	23%
86.	39	11	8	58 високий	58%
87.	4	17	5	26 середній	26%
88.	37	7	7	51 високий	51%
89.	3	15	3	21 середній	21%
90.	3	18	4	25 середній	25%
91.	3	18	5	26 середній	26%
92.	4	18	2	24 середній	24%
93.	3	16	4	23 середній	23%
94.	39	11	8	58 високий	58%
95.	4	17	5	26 середній	26%
96.	37	7	7	51 високий	51%

Високий рівень - аналіз результатів спостереження показав, що більше 50% (високий рівень тривожності) ознак тривожності є у 24 дітей, це свідчить про погану адаптацію до навколишнього світу у дошкільнят.

Середній рівень - від 20 - 50% (середній рівень тривожності) в інших дітей. Це говорить про недостатньо хорошу емоційну пристосованість, адаптованість дитини до навколишнього.

Низький рівень - менш ніж 20% (низький рівень тривожності) ознак тривожності: не виявлено. Це добре пристосовані діти.

При цьому у кількох дітей найбільше ознак тривожності у всіх спостерігаються видах діяльності. Дані говорять про те, що понад 90% сучасних, міських дітей дошкільного віку, які живуть у великому мегаполісі, відчуваючи вплив стресогенів різної природи та характеру, мають високий або середній рівень підвищеної тривожності. Але більшість вчених вважають, що у дошкільному віці одна з основних причин криється у порушенні дитячо-батьківських стосунків.

Таблиця 2.2.

Результати діагностики з тесту тривожності

Діти	Високий рівень %	Середній рівень %	Низький рівень %
1.		25% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»	
2.	58% Найбільший рівень тривожності проявляється в ситуаціях «дитина-дитина»		
3.	58% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»		
4.		25%- Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дорослий»	
5.		26% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»	
6.		27% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»	
7.		27% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»	
8.	58% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»		
9.		25% Найбільший рівень тривожності проявляється у	

		ситуаціях «дитина-дорослий»	
29.		26% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»	
30.		27% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»	
31.		27% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»	
32.	58% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»		
33.		25% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»	
34.	58% Найбільший рівень тривожності проявляється в ситуаціях «дитина-дитина»		
35.	58% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»		
36.		25%- Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дорослий»	
37.		26% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»	
38.		27% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»	
39.		27% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»	
40.	58% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»		
41.		25% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»	
42.	58% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»		
43.	58% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»		
44.		25%- Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дорослий»	
45.		26% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»	
46.		27% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»	
47.		27% Найбільший рівень тривожності проявляється у	

		ситуаціях «дитина-дитина»	
48.	58% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»		
49.		25% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»	
50.	58% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»		
51.	58% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»		
52.		25%- Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дорослий»	
53.		26% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»	
54.		27% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»	
55.		27% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»	
56.	58% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»		
57.		25% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»	
58.	58% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»		
59.	58% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»		
60.		25%- Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дорослий»	
61.		26% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»	
62.		27% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»	
63.		27% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»	
64.	58% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»		
65.		25% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»	
66.	58% Найбільший рівень тривожності проявляється в		

		ситуаціях «дитина-дитина»	
86.		27% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»	
87.		27% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»	
88.	58% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»		
89.		25% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»	
90.	58% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»		
91.	58% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»		
92.		25%- Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дорослий»	
93.		26% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»	
94.		27% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»	
95.		27% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»	
96.	58% Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»		

Аналізуючи результати спостережень, можна зауважити, що у більшості обстежуваних дітей проявів тривожності в організованій діяльності більше, ніж у інших видах діяльності. Це може бути пов'язане зі страхом не відповідати очікуванням оточуючих, зокрема освітян.

Високий рівень тривожності. Якісний аналіз результатів тесту тривожності показав, що понад 50 % ознак тривожності є у 36 дітей (високий рівень тривожності).

Середній рівень тривожності – від 20 – 50 % ознак тривожності: у решти дітей (середній рівень тривожності).

Низький рівень тривожності – менше 20 % (низький рівень тривожності) ознак тривожності: не виявлено.

Ситуація «Дитина-доросла» Аналізуючи таблицю кількісної обробки даних за тестом тривожності було виявлено, що найбільший рівень тривожності в ситуаціях «дитина-доросла» є у 12 дітей.

Ситуація «Дитина-дитина»

Найбільший рівень тривожності у ситуаціях «дитина-дитина» в інших дітей. Тому можна зробити висновок про те, що причина виникнення тривожності у більшості дітей у цій групі є порушення в системі взаємодії «дитина-дитина».

Таким чином, більшість дітей дошкільного віку, які живуть у великому мегаполісі, відчуваючи вплив стресогенів різної природи та характеру, мають високий або середній рівень підвищеної тривожності. Одна з основних причин криється у порушенні дитячо-батьківських відносин. Аналізуючи результати спостережень, можна назвати, що з більшості обстежуваних дітей проявів тривожності в організованій діяльності більше, ніж у інших видах діяльності. Це може бути пов'язано зі страхом не відповідати очікуванням оточуючих, зокрема педагогів

Методика «Драбинка». За методикою «Драбинка» були отримані наступні результати (табл. 2.3.).

Таблиця 2.3.

Результати діагностики за методикою «Драбинка»

Діти	Самооцінка дитини		
	Висока %	Середня %	Низька %
1.		21%	
2.			15%
3.		21%	
4.		21%	
5.		21%	
6.			18%
7.		28%	
8.			11%
9.		21%	
10.			15%
11.		21%	

12.		21%	
13.		21%	
14.			18%
15.		28%	
16.			11%
17.		21%	
18.			15%
19.		21%	
20.		21%	
21.		21%	
22.			18%
23.		28%	
24.			11%
25.		21%	
26.			15%
27.		21%	
28.		21%	
29.		21%	
30.			18%
31.		28%	
32.			11%
33.		21%	
34.			15%
35.		21%	
36.		21%	
37.		21%	
38.			18%
39.		28%	
40.			11%
41.		21%	
42.			15%
43.		21%	
44.		21%	
45.		21%	
46.			18%
47.		28%	
48.			11%
49.		21%	
50.			15%
51.		21%	
52.		21%	
53.		21%	
54.			18%
55.		28%	
56.			11%
57.		21%	
58.			15%
59.		21%	
60.		21%	

61.		21%	
62.			18%
63.		28%	
64.			11%
65.		21%	
66.			15%
67.		21%	
68.		21%	
69.		21%	
70.			18%
71.		28%	
72.			11%
73.		21%	
74.			15%
75.		21%	
76.		21%	
77.		21%	
78.			18%
79.		28%	
80.			11%
81.		21%	
82.			15%
83.		21%	
84.		21%	
85.		21%	
86.			18%
87.		28%	
88.			11%
89.		21%	
90.			15%
91.		21%	
92.		21%	
93.		21%	
94.			18%
95.		28%	
96.			11%

З таблиці видно, що у 36 дітей: - низька самооцінка - це свідчить, що діти відчувають дефіцит уваги, любові, підтримки, емоційної захищеності з боку дорослих

У решти дітей середня самооцінка - це говорить, що для дошкільника характерна висока самооцінка, а середня та низька можуть свідчити про відхилення в емоційній сфері.

Порівняльний аналіз За результатами обстеження дітей була складена зведена таблиця (див. табл.2.4.)

Таблиця 2.4.

Порівняльний аналіз даних діагностики з різних методів

Діти	Самооцінка за Методикою «Драбинка»	Результати спостереження	Показник по тесту	Висновок
1.	Середня 21%	середній 21%	середній 21%	середній 21%
2.	Низька 11%	Середній 21%	Високий 51%	Високий 51%
3.	Середня 25%	Середній 25%	Середній 25%	Середній 25%
4.	Середня 21%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
5.	Середня 28%	Середній 28%	Середній 28%	Середній 28%
6.	Низька 15%	Високий 58%	Середній 21%	Високий 58%
7.	Середня 26%	Середній 26%	Середній 26%	Середній 26%
8.	Низька 11%	Високий 58%	Високий 58%	Високий 58%
9.	Середня 21%	середній 21%	середній 21%	середній 21%
10.	Низька 11%	Середній 21%	Високий 51%	Високий 51%
11.	Середня 25%	Середній 25%	Середній 25%	Середній 25%
12.	Середня 21%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
13.	Середня 28%	Середній 28%	Середній 28%	Середній 28%
14.	Низька 15%	Високий 58%	Середній 21%	Високий 58%
15.	Середня 26%	Середній 26%	Середній 26%	Середній 26%
16.	Низька 11%	Високий 58%	Високий 58%	Високий 58%
17.	Середня 21%	середній 21%	середній 21%	середній 21%
18.	Низька 11%	Середній 21%	Високий 51%	Високий 51%
19.	Середня 25%	Середній 25%	Середній 25%	Середній 25%
20.	Середня 21%	Середній	Середній 21%	Середній

		21%		21%
21.	Середня 28%	Середній 28%	Середній 28%	Середній 28%
22.	Низька 15%	Високий 58%	Середній 21%	Високий 58%
23.	Середня 26%	Середній 26%	Середній 26%	Середній 26%
24.	Низька 11%	Високий 58%	Високий 58%	Високий 58%
25.	Середня 21%	середній 21%	середній 21%	середній 21%
26.	Низька 11%	Середній 21%	Високий 51%	Високий 51%
27.	Середня 25%	Середній 25%	Середній 25%	Середній 25%
28.	Середня 21%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
29.	Середня 28%	Середній 28%	Середній 28%	Середній 28%
30.	Низька 15%	Високий 58%	Середній 21%	Високий 58%
31.	Середня 26%	Середній 26%	Середній 26%	Середній 26%
32.	Низька 11%	Високий 58%	Високий 58%	Високий 58%
33.	Середня 21%	середній 21%	середній 21%	середній 21%
34.	Низька 11%	Середній 21%	Високий 51%	Високий 51%
35.	Середня 25%	Середній 25%	Середній 25%	Середній 25%
36.	Середня 21%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
37.	Середня 28%	Середній 28%	Середній 28%	Середній 28%
38.	Низька 15%	Високий 58%	Середній 21%	Високий 58%
39.	Середня 26%	Середній 26%	Середній 26%	Середній 26%
40.	Низька 11%	Високий 58%	Високий 58%	Високий 58%
41.	Середня 21%	середній 21%	середній 21%	середній 21%
42.	Низька 11%	Середній 21%	Високий 51%	Високий 51%
43.	Середня 25%	Середній 25%	Середній 25%	Середній 25%
44.	Середня 21%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%

45.	Середня 28%	Середній 28%	Середній 28%	Середній 28%
46.	Низька 15%	Високий 58%	Середній 21%	Високий 58%
47.	Середня 26%	Середній 26%	Середній 26%	Середній 26%
48.	Низька 11%	Високий 58%	Високий 58%	Високий 58%
49.	Середня 21%	середній 21%	середній 21%	середній 21%
50.	Низька 11%	Середній 21%	Високий 51%	Високий 51%
51.	Середня 25%	Середній 25%	Середній 25%	Середній 25%
52.	Середня 21%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
53.	Середня 28%	Середній 28%	Середній 28%	Середній 28%
54.	Низька 15%	Високий 58%	Середній 21%	Високий 58%
55.	Середня 26%	Середній 26%	Середній 26%	Середній 26%
56.	Низька 11%	Високий 58%	Високий 58%	Високий 58%
57.	Середня 21%	середній 21%	середній 21%	середній 21%
58.	Низька 11%	Середній 21%	Високий 51%	Високий 51%
59.	Середня 25%	Середній 25%	Середній 25%	Середній 25%
60.	Середня 21%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
61.	Середня 28%	Середній 28%	Середній 28%	Середній 28%
62.	Низька 15%	Високий 58%	Середній 21%	Високий 58%
63.	Середня 26%	Середній 26%	Середній 26%	Середній 26%
64.	Низька 11%	Високий 58%	Високий 58%	Високий 58%
65.	Середня 21%	середній 21%	середній 21%	середній 21%
66.	Низька 11%	Середній 21%	Високий 51%	Високий 51%
67.	Середня 25%	Середній 25%	Середній 25%	Середній 25%
68.	Середня 21%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
69.	Середня 28%	Середній	Середній 28%	Середній

		28%		28%
70.	Низька 15%	Високий 58%	Середній 21%	Високий 58%
71.	Середня 26%	Середній 26%	Середній 26%	Середній 26%
72.	Низька 11%	Високий 58%	Високий 58%	Високий 58%
73.	Середня 21%	середній 21%	середній 21%	середній 21%
74.	Низька 11%	Середній 21%	Високий 51%	Високий 51%
75.	Середня 25%	Середній 25%	Середній 25%	Середній 25%
76.	Середня 21%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
77.	Середня 28%	Середній 28%	Середній 28%	Середній 28%
78.	Низька 15%	Високий 58%	Середній 21%	Високий 58%
79.	Середня 26%	Середній 26%	Середній 26%	Середній 26%
80.	Низька 11%	Високий 58%	Високий 58%	Високий 58%
81.	Середня 21%	середній 21%	середній 21%	середній 21%
82.	Низька 11%	Середній 21%	Високий 51%	Високий 51%
83.	Середня 25%	Середній 25%	Середній 25%	Середній 25%
84.	Середня 21%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
85.	Середня 28%	Середній 28%	Середній 28%	Середній 28%
86.	Низька 15%	Високий 58%	Середній 21%	Високий 58%
87.	Середня 26%	Середній 26%	Середній 26%	Середній 26%
88.	Низька 11%	Високий 58%	Високий 58%	Високий 58%
89.	Середня 21%	середній 21%	середній 21%	середній 21%
90.	Низька 11%	Середній 21%	Високий 51%	Високий 51%
91.	Середня 25%	Середній 25%	Середній 25%	Середній 25%
92.	Середня 21%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
93.	Середня 28%	Середній 28%	Середній 28%	Середній 28%

94.	Низька 15%	Високий 58%	Середній 21%	Високий 58%
95.	Середня 26%	Середній 26%	Середній 26%	Середній 26%
96.	Низька 11%	Високий 58%	Високий 58%	Високий 58%

Загалом кількість дітей з високим, низьким та середнім рівнем тривожності становила:

Високий рівень тривожності – 36 чол. (38%), що говорить про недостатню емоційну пристосованість дітей до тих чи інших соціальних ситуацій.

Середній рівень тривожності – 60 чол. (62%), що говорить про невпевнене ставлення до поведінки з оточуючими людьми.

Низький рівень тривожності - 0 чол (0 %), свідчить, добре адаптованих дітей у цій групі немає.

Таким чином, дані дослідження підтвердили, що існує зв'язок між проявом тривожності та самооцінкою особистості. Дитина з підвищеним рівнем особистісної тривожності схильна сприймати загрозу своїй самооцінці. Як правило, у нього формується неадекватна занижена самооцінка. Типовим проявом заниженої самооцінки є підвищена тривожність.

Тривожні діти потребують корекційного впливу. Наявність тривожності у людини свідчить про те, що у індивіда обмежений ресурс, який він має у своєму розпорядженні для подолання труднощів неприємних ситуацій. Через те, що у деяких дітей комунікативні навички слабо виражені, можна припустити, що корекційно-розвиваюча робота має бути спрямована не тільки на зниження тривожності, але й на розвиток комунікативних навичок, на підвищення уявлень про власну цінність, на розвиток впевненості у власних силах, підвищення самооцінки, а також здібності найбільш успішно реалізувати себе в поведінці та взаємодії з оточуючими людьми.

Виходячи з вищеописаного можна дійти висновку, що під час дослідження тривожності дітей дошкільного віку було виявлено, що більшість дітей мають середній і високий рівень тривожності і самооцінки, що показником їх емоційного неблагополуччя. Саме ці діти потребують насамперед психокорекційної допомоги.

Формуючий експеримент дослідження включав проведення з дітьми занять, спрямованих на зниження реакцій страху у дітей. Тест «Кінетичний малюнок сім'ї» . До високого рівня дитячо-батьківських відносин віднесені малюнки, де дитині комфортно в сім'ї, на малюнку присутні всі члени сім'ї, у центрі малюнка - сама дитина в оточенні батьків; зображує себе та батьків вбраними, ретельно промальовує кожну лінію, на обличчях дорослих та дитини – посмішка, простежується спокій у позах, рухах. Аналіз малюнків показав, що з 96 сімей до високого рівня дитячо-батьківських відносин можна віднести лише 29 сімей (30%), що говорить про оптимальний рівень батьківських відносин

Середній рівень дитячо-батьківських відносин: відсутність будь-кого з членів сім'ї, наявність занепокоєння, дитина малює себе сумною, далеко від батьків, наявність ворожості стосовно дорослих через штрихування деталей, відсутність деяких частин тіла (рук, рота). До середнього рівня дитячо-батьківських відносин можна віднести 47 сімей (50%), що говорить про нейтральний рівень батьківських відносин.

Низький рівень дитячо-батьківських відносин: наявність одного з батьків з предметом, що загрожує дитині (ремінь), залякане вираз обличчя дитини, відчуття емоційної напруги через використання в малюнку темних фарб. До низького рівня дитячо-батьківських відносин ми віднесли 20 сімей (20%), що говорить про негативний рівень батьківських відносин

Наявність ворожості до батьків простежується через промальовування таких деталей, як розведені руки, розчепірені пальці, вискалений рот і т.п.

Після того, як діти намалювали сім'ю, було запропоновано низку питань, відповіді на які дозволили виявити причини, що викликають у дітей тривожність у системі дитячо-батьківських відносин:

- фізичне покарання - 3%, що говорить про те, що до дитини вдома застосовують загрозу сили;
- відсутність спілкування з батьками -10%, що говорить про брак уваги з боку батьків;
- неблагополучна обстановка в сім'ї (алкоголізм одного з батьків) - 5%, що говорить про те, що дитині некомфортно в таких умовах, їй потрібний спокій;
- спілкування з дитиною на підвищених тонах - 6%, це говорить про те, що у сім'ї на дитину постійно підвищують голос.

Результати тесту представлені на рисунку 2.1.

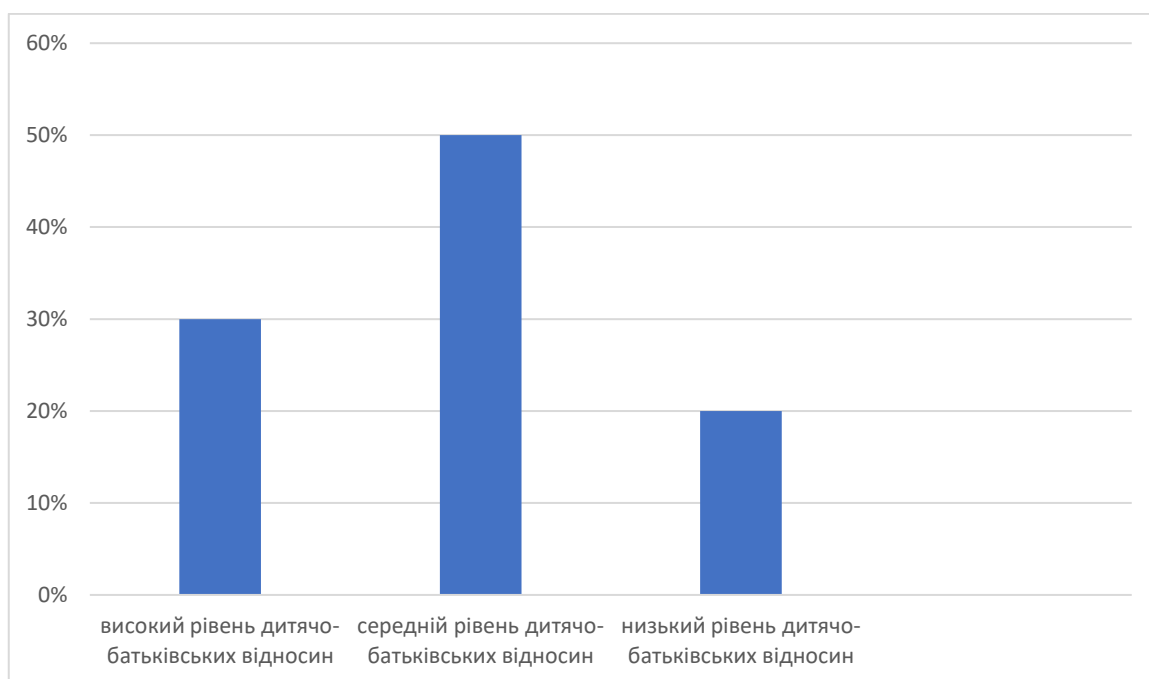


Рисунок 2.1. Тест малюнок сім'ї

- 30% - високий рівень дитячо-батьківських відносин (29 дітей), що говорить про оптимальний рівень батьківських відносин у сім'ї.
- 50% - середній рівень дитячо-батьківських відносин (47 дітей), що говорить про нейтральний рівень батьківських відносин у сім'ї.

– 20% - низький рівень дитячо-батьківських відносин (20 дітей), що про негативний рівень батьківських відносин у сім'ї.

Таким чином, за результатами цього тесту можна зробити висновок про те, що далеко не у всіх сім'ях панує атмосфера позитивних батьківських відносин. Здебільшого вони мають змінний характер.

Отже, було виявлено:

- 24 дитини, які не задоволені своїм становищем у сім'ї;
- 45 дітей часто відчують дискомфорт, хоч і задоволені.

Внаслідок попередньої діагностики було припущення, що цих дітей не влаштовують взаємини з батьками.

Методика «Незакінчені речення». Результати цього дослідження допомогли виявити ставлення дітей до батьків.

– Позитивні відносини спостерігаються у 27 дітей (30%), що говорить про досить сприятливу обстановку у цих сім'ях;

– Негативні відносини відчують 18 дітей (20%), що говорить про негативну обстановку у цих сім'ях.

У 50% випадках діти іноді відчують емоційний дискомфорт.

– Хороші взаємини склалися в 30 сім'ях (30 %), це говорить про те, що дитина почувається досить комфортно в цій сім'ї.

– Погані взаємини. У 66 сім'ї (70 %) дітей не влаштовують стосунки з обома батьками або з одним з них, що говорить про те, що в цій сім'ї немає взаєморозуміння.

За результатами дослідження були виявлені причини, що викликають тривожність у дитини:

- страх фізичного покарання;
- страх залишитися вдома одному;
- відсутність батьківської ласки;
- крики батьків за провини.

Дані прояви спостерігалися у відповідях у 63 дитини (70%).

З них у 47 (50%) – спостерігалася наявність деяких причин, що викликають тривожність. У 20 дітей (20%) були відзначені всі ці причини і лише у 27 (30%) випадках тривожність не спостерігалася. За результатами цієї методики можна дійти висновку, що у багатьох сім'ях діти відчують тривожність у відносинах із батьками, з-поміж них немає взаєморозуміння.

Тест-опитувач батьківського ставлення . Найбільш оптимальним є такий рівень батьківських відносин, як

- кооперація – це соціально бажаний образ батьківської поведінки. батько високо оцінює здібності своєї дитини, відчуває почуття гордості за неї, заохочує ініціативу і самостійність, намагається бути з нею на рівних, що говорить про оптимальний рівень батьківських відносин у цій сім'ї;

- до нейтрального рівня можна віднести стосунки на кшталт «симбіоз» та «маленький невдаха». батьки бачить свою дитину молодше у порівнянні з реальним віком, прагнуть задовольнити її потреби, захистити від труднощів і неприємностей життя, не надають їй самостійності-в сім'ї присутній нейтральний рівень батьківських відносин;

- до негативного рівня батьківських відносин відносять такий тип батьківських відносин, як відкидання та «авторитарна гіперсоціалізація», то говорить про негативне батьківське ставлення у сім'ї.

Батьки сприймають свою дитину поганою, непристосованою. Вимагає від неї беззастережного послуху та дисципліни. Здебільшого відчувають до дитини злість, роздратування, досаду.

Проаналізувавши відповіді батьків, отримано таку картину батьківського ставлення до дітей. Оптимальні батьківські відносини до дитини спостерігаються в 26 сім'ях (33%). До нейтрального рівня можна віднести 53 сімей (47%). Батьківські відносини, які мають негативний характер, виявляються у 17 сім'ях (20 %).

Таким чином, за результатами цієї методики можна казати про те, що більшість сімей використовують неефективні відносини з дитиною, що призводить до розростання тривожності у дітей.

Порівняльний аналіз. Порівнюючи дані за цією методикою та результати тестів, спрямованих на обстеження дітей, виявлено, що порушення у батьківських відносинах з дітьми впливають на їхній емоційний стан, зокрема, на прояв тривожності.

Таким чином, в результаті проведеного дослідження, підсумовуючи отримані результати, виділені рівні дитячо-батьківських відносин у сім'ї. Критеріями визначення рівнів дитячо-батьківських відносин є:

- дитяче відношення до батьків;
- знання батьків про виховання дитини;
- батьківське відношення до дітей.

Високий рівень – характеризується достатнім обсягом знань та уявлень батьків про виховання дитини. Дитина в сім'ї почувається комфортно та затишно. Батьки поважають свою дитину, схвалюють її інтереси та плани, намагаються у всьому допомогти їй, заохочують її ініціативу та самостійність.

Середній рівень – характеризується недостатнім обсягом знань та уявлень батька про виховання дитини. Батьки порушують взаємини з дітьми, дитина почувається самотньою, вони не надають їй самостійності.

Низький рівень – характеризується незнанням батьків про виховання дітей. Дитина не задоволена своїм сімейним становищем, відчуває підвищену тривожність. Батьки сприймають свою дитину поганою, непристосованою, невдачливою, відчують по відношенню до дитини дратівливість і образ.

Результати обстежень:

1. високий рівень (29 дітей);
2. середній рівень (47 дітей);
3. низький рівень (20 дітей);

Таким чином, результати проведеного дослідження показали, що середній і низький рівні розвитку дитячо-батьківських відносин викликають особливу увагу, оскільки у відносинах батьків з дітьми простежуються деякі порушення, які позначаються на появі у дітей тривожності.

Причинами, що спричинили зростання тривожності у дітей, є те, що:

- у батьків не сформовано повне уявлення про виховання дитини;
- дитина не відчуває себе затишно та комфортно в сім'ї (вона не задоволена своїм становищем у сім'ї);
- діти ростуть в умовах дефіциту добра, ласки, кохання, бояться покарання;
- у сім'ї несприятлива обстановка, надмірна опіка.

Для виявлення рівня тривожності у дітей також було проведено тест на перевірку психологічної комфортності перебування дітей групи дитячого садка.

Висновки по розділу 2.

1. Проблема діагностики та профілактики дитячої тривожності заслуговує на особливу увагу, оскільки, формується у властивість та особистісну якість дитини - дошкільника, тривожність може проявлятися і в шкільному віці і в дорослому житті, стати стійкою особистісною рисою, бути причиною неврозів та психосоматичних захворювань. Дослідно-практична робота з корекції тривожності дітей була організована на базі дитячих садків № 203, № 21, № 195 м. Дніпра. Кількість дітей: 96, вік – 6-7 років. Завдання дослідно-практичної роботи: провести початкову діагностику, розробити та провести серію занять із корекції тривожності.

Спостереження. На першому етапі роботи було проведено діагностичне обстеження дітей з метою виявлення рівня їхньої особистісної тривожності.

Було проведено діагностику рівня тривожності дітей за програмою спостереження, розробленою на основі тесту тривожності. Фіксація даних спостережень відбувалася в такий спосіб. Протягом 2-3 днів було проведено спостереження за дітьми у різних видах діяльності та занесені результати до спеціального листа спостережень. Протягом дня фіксувалася наявність чи відсутність цієї ознаки у поведінці дитини знаками «+» чи «-».

Для виявлення тривожних дітей були використана наступна схема спостереження. Були виділені такі одиниці спостереження (прояви тривожності): - підвищена збудливість; підвищена напруженість, скутість; страх перед усім новим, невідомим; невпевненість у собі, занижена самооцінка; очікування неприємності, невдач, несхвалення старших (у ситуаціях спілкування/в інших ситуаціях-поза спілкуванням); надмірна чутливість до оцінки негативних вражень; надобережність у сприйнятті негативної оцінки; старанність, розвинене почуття відповідальності; безініціативність, пасивність, боязкість; відмова від діяльності, якщо вона викликає труднощі; самостійна робота у випадках складнощі не продовжує; не може ухвалити рішення, зробити вибір, подолати опір.

Додатково аналізувалися дані щодо спостережень у різних видах діяльності.

Тест тривожності . Для підвищення об'єктивності дослідження був використаний тест тривожності.

Мета - тест дозволяє діагностувати тривожність дитини віком від чотирьох до семи років стосовно ряду типових йому життєвих ситуацій спілкування з іншими людьми.

Була розглянута тривожність як вид емоційного стану, призначення якого полягає у забезпеченні безпеки суб'єкта на особистісному рівні. Це:

1) Високий рівень тривожності може свідчити про недостатню емоційну пристосованість дитини до тих чи інших соціальних ситуацій. Виявлення рівня тривожності дозволяє оцінити внутрішнє ставлення дитини до певного типу ситуацій та дає непряму інформацію про характер взаємовідносин дитини з однолітками та дорослими у сім'ї, дитячому садку, школі.

2) Середній рівень тривожності може свідчити про невпевнене ставлення у поведінці з оточуючими людьми.

3) Низький рівень тривожності може свідчити про хорошу адаптацію дитини з оточуючими її людьми

Діагностика рівня тривожності дитини дозволяє скоригувати поведінку для того, щоб не травмувати дитину та за необхідності провести корекційну роботу з метою формування адекватного рівня тривожності. Кожна окремо взята ознака перестав бути свідченням вираженої тривожності. Необхідно підсумовувати кількість ознак, що спостерігаються, і зробити висновок виходячи з наступної інтерпретації:

- 1) наявність 18 - 36 (більше 50%) – високий рівень тривожності;
- 2) 7-17 (20-50%) - тривожність середнього рівня;
- 3) 0-6 (менше 20%) - низький рівень тривожності.

Були розглянуті категорії:

1. «Дитина-дорослий» - дослідження відносин дитини з дорослими людьми.

2. «Дитина-дитина» - стосунки дитини з однолітками.

Експериментальний матеріал включав 14 малюнків, на яких зображені типові для життя дошкільника ситуації. Тест має стандартизовану кількісну обробку. Особливу увагу було приділено ситуаціям, що моделюють спілкування дитини з дорослим та однолітками.

Методика «Драбинка».

Мета дослідження: визначити особливості самооцінки дитини (як загального ставлення до себе) та уявлень дитини про те, як її оцінюють інші люди. За допомогою цього тесту було досліджені високий, середній та низький рівень самооцінки дитини.

У роботі було використано Методику «Побоювання та страхи у дітей».

Мета: Дана методика є індивідуальною розмовою з дітьми за списком. Розмову ведуть неквапливо, докладно, перераховуючи страхи та чекаючи від дитини відповідей «так» чи «ні». Усього в основному списку 29 страхів. Як одиниця відліку використовується середня кількість страхів для кожної дитини. У нормі для дітей 6-7 років для хлопчиків має бути 9 страхів, для дівчаток – 12. Були досліджено високий, середній та низький емоційний рівень у дітей.

Тест «Незакінчені речення».

Мета методики: виявити, чого боїться дитина.

Завдання: закінчити речення. Це дозволяє провести діагностику актуального стану дитини. Механізм проєкції, закладений у зміст методики дозволяє також визначити приховані джерела страхів та рівень внутрішньої напруги.

За допомогою цього тесту було розглянуто високий, середній та низький рівень страхів у дітей.

Рисунковий тест «Кінетичний малюнок сім'ї».

Мета: дослідження міжособистісних відносин у сім'ї (очима дитини); виявлення відносин у сім'ї, що викликають тривогу та емоційність у дитини.

Формативними особливостями вважається якість зображення: ретельність промальовування або недбалість в малюванні окремих членів сім'ї, барвистість зображення, положення об'єктів на аркуші, заштрихованість, розміри, присутність або відсутність членів сім'ї та самої дитини, а також співвідношення людей та речей на малюнку. Аналіз результатів малюнків здійснювався за такими показниками: наявність занепокоєння у дітей щодо ставлення до них дорослих; емоційна напруга та дистанція; дискомфорт; наявність ворожості до дорослих. З цих показників виявили рівні впливу сімейних відносин на дитини.

До високого рівня дитячо-батьківських відносин відносені малюнки, де дитині комфортно в сім'ї, на малюнку присутні всі члени сім'ї, у центрі малюнка - сама дитина в оточенні батьків; зображує себе та батьків ошатними, ретельно промальовує кожну лінію, на обличчях дорослих та дитини – посмішка, простежується спокій у позах, рухах.

Середній рівень дитячо-батьківських відносин: відсутність будь-кого з членів сім'ї, наявність занепокоєння, дитина малює себе сумною, далеко від батьків, наявність ворожості стосовно дорослих через штрихування деталей, відсутність деяких частин тіла (рук, рота).

Низький рівень дитячо-батьківських відносин: наявність одного з батьків з предметом, що загрожує дитині (ремінь), заляканий вираз обличчя дитини, відчуття емоційної напруги через використання в малюнку темних фарб.

Наявність ворожості до батьків простежується через промальовування таких деталей, як розведені руки, розчепірені пальці і т.п.

Методика «Батьківське ставлення до дітей».

Мета: вивчити виявлення батьківського ставлення до дітей.

Методика проведення: батькам було запропоновано бланки з питаннями (61 питання). На кожне питання передбачалася або позитивна, або негативна відповідь.

2. Тест тривожності. Високий рівень - аналіз результатів спостереження показав, що більше 50% (високий рівень тривожності) ознак тривожності є у 24 дітей, це свідчить про погану адаптацію до навколишнього світу у дошкільнят.

Середній рівень - від 20 - 50% (середній рівень тривожності) в інших дітей. Це говорить про недостатньо хорошу емоційну пристосованість, адаптованість дитини до навколишнього.

Низький рівень - менш ніж 20% (низький рівень тривожності) ознак тривожності: не виявлено. Це добре пристосовані діти.

При цьому у кількох дітей найбільше ознак тривожності у всіх спостерігаються видах діяльності. Дані говорять про те, що понад 90% сучасних, міських дітей дошкільного віку, які живуть у великому мегаполісі, відчуваючи вплив стресогенів різної природи та характеру, мають високий або середній рівень підвищеної тривожності. Але більшість вчених вважають, що у дошкільному віці одна з основних причин криється у порушенні дитячо-батьківських стосунків.

Аналізуючи результати спостережень, можна зауважити, що у більшості обстежуваних дітей проявів тривожності в організованій діяльності більше, ніж у інших видах діяльності. Це може бути пов'язане зі страхом не відповідати очікуванням оточуючих, зокрема освітян.

Високий рівень тривожності. Якісний аналіз результатів тесту тривожності показав, що понад 50 % ознак тривожності є у 36 дітей (високий рівень тривожності).

Середній рівень тривожності – від 20 – 50 % ознак тривожності: у решти дітей (середній рівень тривожності).

Низький рівень тривожності – менше 20 % (низький рівень тривожності) ознак тривожності: не виявлено.

Ситуація «Дитина-доросла» Аналізуючи таблицю кількісної обробки даних за тестом тривожності було виявлено, що найбільший рівень тривожності в ситуаціях «дитина-доросла» є у 12 дітей.

Ситуація «Дитина-дитина»

Найбільший рівень тривожності у ситуаціях «дитина-дитина» в інших дітей. Тому можна зробити висновок про те, що причина виникнення тривожності у більшості дітей у цій групі є порушення в системі взаємодії «дитина-дитина».

Таким чином, більшість дітей дошкільного віку, які живуть у великому мегаполісі, відчуваючи вплив стресогенів різної природи та характеру, мають високий або середній рівень підвищеної тривожності. Одна з основних причин криється у порушенні дитячо-батьківських відносин. Аналізуючи результати спостережень, можна назвати, що з більшості обстежуваних дітей проявів тривожності в організованій діяльності більше, ніж у інших видах діяльності. Це може бути пов'язано зі страхом не відповідати очікуванням оточуючих, зокрема педагогів

Методика «Драбинка». Виявлено, що у 36 дітей: - низька самооцінка - це свідчить, що діти відчувають дефіцит уваги, любові, підтримки, емоційної захищеності з боку дорослих

У решти дітей середня самооцінка - це говорить, що для дошкільника характерна висока самооцінка, а середня та низька можуть свідчити про відхилення в емоційній сфері.

Загалом кількість дітей з високим, низьким та середнім рівнем тривожності становила:

Високий рівень тривожності – 36 чол. (38%), що говорить про недостатню емоційну пристосованість дітей до тих чи інших соціальних ситуацій.

Середній рівень тривожності – 60 чол. (62%), що говорить про невпевнене ставлення до поведінки з оточуючими людьми.

Низький рівень тривожності - 0 чол (0 %), свідчить, добре адаптованих дітей у цій групі немає.

Таким чином, дані дослідження підтвердили, що існує зв'язок між проявом тривожності та самооцінкою особистості. Дитина з підвищеним

рівнем особистісної тривожності схильна сприймати загрозу своїй самооцінці. Як правило, у нього формується неадекватна занижена самооцінка. Типовим проявом заниженої самооцінки є підвищена тривожність.

Формуючий експеримент дослідження включав проведення з дітьми занять, спрямованих на зниження реакцій страху у дітей. Тест «Кінетичний малюнок сім'ї» . До високого рівня дитячо-батьківських відносин віднесені малюнки, де дитині комфортно в сім'ї, на малюнку присутні всі члени сім'ї, у центрі малюнка - сама дитина в оточенні батьків; зображує себе та батьків вбраними, ретельно промальовує кожну лінію, на обличчях дорослих та дитини – посмішка, простежується спокій у позах, рухах. Аналіз малюнків показав, що з 96 сімей до високого рівня дитячо-батьківських відносин можна віднести лише 29 сімей (30%), що говорить про оптимальний рівень батьківських відносин

Середній рівень дитячо-батьківських відносин: відсутність будь-кого з членів сім'ї, наявність занепокоєння, дитина малює себе сумною, далеко від батьків, наявність ворожості стосовно дорослих через штрихування деталей, відсутність деяких частин тіла (рук, рота). До середнього рівня дитячо-батьківських відносин можна віднести 47 сімей (50%), що говорить про нейтральний рівень батьківських відносин.

Низький рівень дитячо-батьківських відносин: наявність одного з батьків з предметом, що загрожує дитині (ремінь), залякане вираз обличчя дитини, відчуття емоційної напруги через використання в малюнку темних фарб. До низького рівня дитячо-батьківських відносин ми віднесли 20 сімей (20%), що говорить про негативний рівень батьківських відносин

Після того, як діти намалювали сім'ю, було запропоновано низку питань, відповіді на які дозволили виявити причини, що викликають у дітей тривожність у системі дитячо-батьківських відносин:

– фізичне покарання - 3%, що говорить про те, що до дитини вдома застосовують загрозу сили;

- відсутність спілкування з батьками -10%, що говорить про брак уваги з боку батьків;

- неблагополучна обстановка в сім'ї (алкоголізм одного з батьків) - 5%, що говорить про те, що дитині некомфортно в таких умовах, їй потрібний спокій;

- спілкування з дитиною на підвищених тонах - 6%, це говорить про те, що у сім'ї на дитину постійно підвищують голос.

Методика «Незакінчені речення». Результати цього дослідження допомогли виявити ставлення дітей до батьків. У 50% випадках діти іноді відчують емоційний дискомфорт.

- Хороші взаємини склалися в 30 сім'ях (30 %), це говорить про те, що дитина почувається досить комфортно в цій сім'ї.

- Погані взаємини. У 66 сім'ї (70 %) дітей не влаштовують стосунки з обома батьками або з одним з них, що говорить про те, що в цій сім'ї немає взаєморозуміння.

За результатами дослідження були виявлені причини, що викликають тривожність у дитини:

- страх фізичного покарання;
- страх залишитися вдома одному;
- відсутність батьківської ласки;
- крики батьків за провини.

Тест-опитувач батьківського ставлення . Найбільш оптимальним є такий рівень батьківських відносин, як

- кооперація – це соціально бажаний образ батьківської поведінки. батько високо оцінює здібності своєї дитини, відчуває почуття гордості за неї, заохочує ініціативу і самостійність, намагається бути з нею на рівних, що говорить про оптимальний рівень батьківських відносин у цій сім'ї;

- до нейтрального рівня можна віднести стосунки на кшталт «симбіоз» та «маленький невдаха». батьки бачить свою дитину молодше у

порівнянні з реальним віком, прагнуть задовольнити її потреби, захистити від труднощів і неприємностей життя, не надають їй самостійності-в сім'ї присутній нейтральний рівень батьківських відносин;

– до негативного рівня батьківських відносин віднесуть такий тип батьківських відносин, як відкидання та «авторитарна гіперсоціалізація», то говорить про негативне батьківське ставлення у сім'ї.

Таким чином, за результатами цієї методики можна казати про те, що більшість сімей використовують неефективні відносини з дитиною, що призводить до розростання тривожності у дітей.

Порівняльний аналіз. Порівнюючи дані за цією методикою та результати тестів, спрямованих на обстеження дітей, виявлено, що порушення у батьківських відносинах з дітьми впливають на їхній емоційний стан, зокрема, на прояв тривожності.

Таким чином, в результаті проведеного дослідження, підсумовуючи отримані результати, виділені рівні дитячо-батьківських відносин у сім'ї. Критеріями визначення рівнів дитячо-батьківських відносин є:

- дитяче відношення до батьків;
- знання батьків про виховання дитини;
- батьківське відношення до дітей.

Високий рівень – характеризується достатнім обсягом знань та уявлень батьків про виховання дитини. Дитина в сім'ї відчувається комфортно та затишно. Батьки поважають свою дитину, схвалюють її інтереси та плани, намагаються у всьому допомогти їй, заохочують її ініціативу та самостійність.

Середній рівень – характеризується недостатнім обсягом знань та уявлень батька про виховання дитини. Батьки порушують взаємини з дітьми, дитина відчувається самотньою, вони не надають їй самостійності.

Низький рівень – характеризується незнанням батьків про виховання дітей. Дитина не задоволена своїм сімейним становищем, відчуває підвищену

тривожність. Батьки сприймають свою дитину поганою, непристосованою, невдачливою, відчують по відношенню до дитини дратівливість і образу.

Результати обстежень:

4. високий рівень (29 дітей);
5. середній рівень (47 дітей);
6. низький рівень (20 дітей);

Таким чином, результати проведеного дослідження показали, що середній і низький рівні розвитку дитячо-батьківських відносин викликають особливу увагу, оскільки у відносинах батьків з дітьми простежуються деякі порушення, які позначаються на появі у дітей тривожності.

Причинами, що спричинили зростання тривожності у дітей, є те, що:

- у батьків не сформовано повне уявлення про виховання дитини;
- дитина не відчуває себе затишно та комфортно в сім'ї (вона не задоволена своїм становищем у сім'ї);
- діти ростуть в умовах дефіциту добра, ласки, кохання, бояться покарання;
- у сім'ї несприятлива обстановка, надмірна опіка.

РОЗДІЛ 3. ПРОГРАМА КОРЕКЦІЇ ТРИВОЖНОСТІ У ДОШКІЛЬНЯТ.

3.1. Елементи програми корекції тривожності у дошкільнят та їх впровадження.

Складена програма психолого-педагогічного супроводу тривожних дітей спрямована на зміцнення психологічного здоров'я дітей дошкільного віку та орієнтована на вирішення деяких проблем розвитку дитини.

Мета програми: корекція рівня тривожності дітей старшого дошкільного віку у межах психолого-педагогічного супроводу.

Створення та впровадження практико-орієнтованої програми психолого-педагогічного супроводу передбачає гуманізацію педагогічного процесу та методів виховання дітей. Її суть полягає у занепокоєнні за життя дітей, їхні проблеми, їх труднощі, переживаннями та прагненнями звертатись до справжньої, реальної «Я» дитини.

Наголошуючи на діяльній спрямованості цього підходу, «орієнтацію не на об'єкт, а на роботу з ним», головне «в тому, щоб організувати співпрацю з дитиною, спрямовану на її самопізнання, пошук шляхів самоврядування внутрішнім світом і системою відносин». Гуманістичний підхід передбачає створення психолого-педагогічних умов для цілісного розвитку внутрішніх задатків дитини, її духовних та пізнавальних потреб [3].

Завдання програми:

- розширення можливостей розуміння тривожної дитини значущими дорослими;
- вироблення батьками та педагогами ефективних навичок взаємодії з тривожною дитиною;
- надання допомоги педагогам у створенні умов гармонізації емоційно-особистісного розвитку дитини.

Критерії ефективності програми:

- зниження тривожності;
- зниження кількості страхів;
- підвищення впевненості у собі;
- підвищення психолого-педагогічної компетенції дорослих

Організація комплексного підходу (психолог-педагог-батько), наповнення його певним змістом, знанням теорій, вміннями здійснювати психолого-педагогічну підтримку тривожних дошкільнят, сприяє вирішенню певних завдань, спрямованих на зниження високого рівня тривожності у старших дошкільнят, допомогу дитині, навчання дітей конструктивної взаємодії з навколишнім світом та набуття навичок соціально прийнятних способів поведінки

Етапи психолого-педагогічного супроводу тривожної дитини:

етап – діагностичний.

Мета: виявлення тривожних дітей та причин, що зумовлюють емоційну нестабільність (анкетування). Діагностика.

Досвідчений вихователь у перші ж дні знайомства з дітьми зрозуміє, хто з них має підвищену тривожність. Однак перш ніж робити остаточні висновки, необхідно спостерігати за дитиною, яка викликає побоювання, у різні дні тижня, під час навчання та вільної діяльності, у спілкуванні з іншими дітьми.

Першим кроком психолога у роботі з тривожною дитиною має стати з'ясування можливих причин такої поведінки. Необхідно спробувати зібрати якомога повнішу інформацію про поведінку дитини у групі дитячого садку, вдома, у громадських місцях. З цією метою можна використовувати такі діагностичні методи:

- спостереження;
- бесіда та анкетування батьків та вихователів;
- проектні методики.

Учасники	Метод
Діти	«Малюнок сім'ї» , "Тест тривожності" , "Страхи в будиночках"
Батьки	1. Опитувальник «Критерії визначення тривожності в дитини» 2. Опитувальник виявлення тривожності у дитини 3. Опитувальник «АСВ» (поглиблена діагностика) 4. Тест оцінки рівня тривожності (поглиблена діагностика)
Педагоги	1. Опитувальник «Критерії визначення тривожності у дитини» 2. Опитувальник виявлення тривожності у дитини 3. Методика «Емоційно-колірної аналогії» (поглиблена діагностика)

Даний варіативний діагностичний пакет дозволить психологу розібратися в причинах тривожності дитини та намітити подальшу роботу з нею:

етап – реалізація заходів щодо усунення виявлених проблем.

Мета: профілактика та корекція тривожності у дітей старшого дошкільного віку.

Навчально-тематичний план:

Форми роботи	Всього годин	Діти	Батьки	Педагоги
Групові заняття	28 г.	26 занять по 30 хв.	10 зустрічей по 1,5 г.	
Групові консультації	3 г.		2 зустрічі по 1,5 г.	
Семінари-практикуми	7,5 г.			5 занять по 1,5г.
Всього: 38,5 г.				

етап – діагностичний.

Мета: визначення ефективності проведених заходів (повторна діагностика).

Основні блоки програми:

Діагностичний блок. Мета - первісна психодіагностика дитини, дитячо-батьківських взаємин, вихователів. Для відстеження результативності проведеної роботи діагностика можна провести після закінчення програми супроводу.

Інформаційний блок. Мета - розкриття конкретного змісту тих питань, які включає дана проблема.

Корекційний блок. Мета - гармонізація та оптимізація емоційно-особистісної сфери дитини, формування та закріплення ефективних навичок взаємодії з тривожною дитиною педагогів та батьків, розширення можливостей розуміння ними тривожної дитини.

Технології, методи та прийоми, що використовуються в даній програмі:

Казкотерапія – активізація ресурсів, потенціалу особистості, усвідомлення почуттів, емоцій.

Ігротерапія - використовується для зниження напруженості, м'язових затискачів, тривожності, страхів та підвищення впевненості у собі.

Тілесна терапія – сприяє зниженню м'язових затискачів, напруги, тривожності.

Арт-терапія – актуалізація страхів, підвищення впевненості, розвиток дрібної моторики, зниження тривожності.

Релаксація - Підготовка тіла та психіки до діяльності, зосередження на своєму внутрішньому світі, звільнення від зайвої нервової напруги.

Концентрація - Зосередження на своїх зорових, звукових та тілесних відчуттях, на емоціях, почуттях та переживаннях.

Функціональна музика - заспокійлива та відновлююча музика сприяє зменшенню емоційної напруженості, перемикає увагу.

Було проведені спеціальні заняття для дошкільнят, використовуючи розвиваючі ігри та вправи.

Програма була складена з кількох блоків, для дослідно-практичної роботи, що відповідають меті дослідження:

«Корекція тривожності. Формування соціальної довіри» та «Гармонізація суперечливості особистості. Формування адекватної самооцінки у дітей віком».

Заняття будувалися на матеріалі, близькому та зрозумілому дітям, пов'язаному з актуальними для них проблемами.

Мета програми: Допомогти дітям старшого дошкільного віку впоратися з переживаннями, які перешкоджають їхньому нормальному емоційному самопочуттю та спілкуванню з однолітками.

Зміст програми:

Блок 1. Корекція тривожності. Формування соціальної довіри. (4 заняття).

Завдання:

1. Допомогти у подоланні негативних переживань та зняття страхів.
2. Зменшити тривожність.
3. Виховати впевненість у собі.
4. Зменшити емоційну напругу.

Блок 2. Гармонізація суперечливості особистості. Формування адекватної самооцінки в дітей віком. (4 заняття).

Завдання:

1. Коригувати поведінку за допомогою рольових ігор.
2. Вчити розпізнавати емоції за зовнішніми сигналами.
3. Зняти емоційну напругу.
4. Створити позитивний емоційний настрій.
5. Тренувати психомоторні функції.

Розроблена серія із 8 занять розрахована на термін 4 тижні. Структура та методи проведення занять відповідають засадам соціально-психологічного тренінгу. Тривалість занять – 30-35 хвилин. Заняття проводилися двічі на тиждень.

Методологічною основою цієї програми є ідеї про роль гри у вихованні дошкільнят. Стійкі афективні бар'єри, що виникають у житті дитини, долаються їм набагато легше у грі. Тому гра та ігрові форми роботи – це найбільш адекватні засоби корекції психічного розвитку особистості дитини.

Програма розрахована на дітей 6-7 років та включає пізнавальні заняття, ігрові міні-тренінги та вправи з тілесно-орієнтованих технік. Корекційна робота велася на основі принципу формуючого та помірного навчання. Усі

заняття мали гнучку структуру, розроблену з урахуванням вікових особливостей дітей та ступеня вираженості дефекту. Заняття будувалися на основі принципів інтегрування (включення елементів музичної арттерапії, танцювально-рухової терапії), системності та наступності. Вибір тематики занять визначався характером порушення розвитку та підбором найбільш адекватної тактики корекційно-розвивальної роботи. Форми роботи визначалися цілями занять, котрим характерне поєднання як традиційних прийомів і методів (фронтальні та індивідуальні заняття), і інноваційних (малювальні тести, малювання під музику та інших.).

Було зроблено припущення, що у процесі занять у дітей мають розвинутися комунікативні якості, збагачуватися емоційний досвід, активізуватися мислення, усвідомлюватись і переживатися успіхи-невдачі, результати діяльності, проектуватися суспільні взаємодії та рухові акти, формуватися особистісна орієнтація. Настрій дітей, їхній психологічний стан у конкретні моменти були підставою варіювання методів, прийомів та структури занять.

Структуру занять можна представити як послідовних етапів. У кожному занятті обов'язково є всі етапи.

- ритуал привітання, розігрів дітей, тобто вправи та ігри, спрямовані на активізацію психічних процесів, емоційного та фізичного стану дітей;
- створення проблемної ситуації на тему заняття у вигляді використання ігрового чи сюрпризного моментів, інсценування, зачитування художніх текстів чи розповідання казки чи історії;
- дискусія щодо проблеми з індивідуальними висловлюваннями дітей, де педагог є організатором дискусії та призводить дітей до необхідності узагальнення сказаного, тобто до вирішення проблеми;
- можливе малювання на тему (з діагностичною чи профілактично корекційною метою);

– ігри, спрямовані на розвиток спілкування та емоційної сфери дітей: програвання значущих для дітей ситуацій за їх участю з метою корекції порушень у сфері міжособистісних відносин; зняття тривожності, ігри на гармонізацію особистості дитини та загальну згуртованість групи;

- релаксація;
- ритуал прощання.

Аналізуючи заняття, можна сказати, що дітям була цікава така незвичайна форма проведення занять. Усі діти із задоволенням брали участь.

Так, у грі «Доброго дня, я радий познайомитися» дітям пропонувалося виконати вправу, під час якої кожен повинен був обрати собі ім'я. Ця вправа затяглася надовго, через те, що діти почали вигадувати собі вигадані імена, перебираючи їх, багато хто хотів змінити імена.

Потім пропонувалося сказати фразу: «Доброго дня, я радий з вами познайомитися», сказати своє ім'я та кілька слів про себе. Діти виконали цю вправу, але поводитися дуже скуто.

Запропонували ритуал закінчення занять: учасники встають у коло, беруться за руки, посміхаються один одному. За допомогою цього ритуалу нагадували один одному, що вони єдина група, дуже дружні, люблять один одного. Від цієї вправи в усіх має підвищитись настрій. Дітям дуже сподобалася така форма закінчення заняття, і вони погодились із запропонованим ритуалом

У грі «Чарівне слово» діти, передаючи один одному м'яку іграшку, говорили ввічливі слова та компліменти, а потім ділилися переживаннями. Більшість дітей говорили про те, що після прийняття компліменту вони підвищили настрій, їм було приємно отримати компліменти. Це викликало в дітей позитивні емоції.

У грі «Я не такий, як усі, і всі ми різні», протягом 5 хвилин діти повинні намалювати «радість». Але діти малювали понад 5 хвилин. Потім по черзі показували малюнки, але розповідь дітей мала описовий характер. Діти просто розповідали, що зобразили, які предмети, при цьому не розповідаючи

про почуття, переживання. Після обговорення діти розповіли, що довго думали, що намалювати. Потім діти одночасно підняли свої малюнки, показуючи їх один одному. Було зроблено висновок у тому, що це малюнки різні, кожен по-різному розуміє і представляє поняття «радість» і взагалі всі люди по-різному розуміють одні й самі речі і тому кожна людина - особливий, неповторний, тому кожна людина незамінний.

У грі «Подяка без слів» пари входили в коло і по черзі за допомогою невербальних способів спілкування висловлювали почуття подяки. Прийоми, висловлювання подяки були переважно однотипні. Це потиск рук, поклони, обійми, посмішки тощо. Великих труднощів у висловленні почуття подяки діти не відчували.

Після виконання дітьми завдання велося обговорення. Діти розповідали, що вони нічого не відчували, все було як завжди, нормально, якихось особливих почуттів не виникало. Одні казали, що зображення подяки виглядало щиро, інші – награно. Всім дітям було зрозуміло, яке почуття зображувалося.

Було зроблено висновок про те, що подяка відіграє велику роль у нашому житті, коли її висловлюють такими словами, як дякую мені дуже приємно і т.п., але почуття подяки можливо передати за допомогою міміки, жестів, і це грає набагато більшу роль, ніж слова, тому слова, сказані з байдужим обличчям, будуть порожніми, вони не здійснять такого впливу, який може вплинути на партнера, забарвивши свою промову, свою подяку будь-якими жестами. Це справляє на людину велике враження, і ваша подяка буде щирою, вона підштовхне людину зробити ще щось приємне для вас. Завдання сприяло розвитку активності, вміння викликати довіру, товариськість, винахідливість у нестандартних ситуаціях.

Особливо дітям сподобалося грати в гру «Друкована машинка» (діти мали відтворити процес друкування на машинці пісню «У лісі, лісі темному»). Кожна дитина виробляла по одній букві слова («У - л - і - с - і ...»). Наприкінці слова – всі встають і ляскають у долоні, діти дуже довго плуталися, робили

помилки, були неуважні, забували, що треба робити і в якій послідовності, тому два кола поспіль діти тренувалися, потім було запропоновано оцінити найсильнішого.

У грі «Складаємо історію», дітям було запропоновано вигадати історію. Було запропоновано розпочинати історію зі слів «Жили собі», наступна дитина продовжила, і так далі по колу. Діти склали таку історію: «Жили собі дід та баба. У них були кізочка, кішка та собака Жучок. Вони всі пішли в ліс, і з'явився ведмідь. Ведмідь вкрав козу. Бабуся зі страху залізла на дерево і впала разом із кішкою. Собака полізла до діда на руки. Раптом з'явився їхній онук Іван, у нього була рушниця. Він убив ведмедя і зняв із нього шкуру. Потім усі разом пішли додому, стали мирно та дружно жити. І не сварилися до самої смерті». Дітям дуже сподобалася ця вправа, вони з натхненням вигадували історію, фантазували, пропонували зіграти ще раз. Насамкінець проводилося обговорення. Учасники відповіли, що складати історію було не важко, а швидше забавно, було цікаво стежити за тим, як розвинуть твою пропозицію, і чим закінчиться історія. Діти відповіли, що за перебігом історії стежив кожен із них.

Це сприяло розвитку таких якостей, як товариськість, активність і винахідливість.

У грі «Продовж» були надані пропозиції, які діти повинні продовжити. Пропозицію потрібно закінчити з точки зору того, якою, на вашу думку, вас бачать оточуючі. Завдання видалося учасникам складним. У ході вправи діти виявляли великий інтерес, з азартом намагалися підбирати закінчення фрази, але довго думали. Труднощі виникли щодо того, що важко судити про те, якими їх бачать оточуючі. Дітям було запропоновано заплющити очі, уявити ситуацію, коли їм добре і подивитися на неї з боку, утримуючи одночасно свій образ. Такий метод допоміг учасникам упоратися із завданням. Ще одна проблема виникла через те, що діти говорили, що існує багато ситуацій, коли їм, наприклад, сумно. На це пропонувалося обрати за бажання таку ситуацію, яка б наймальовничіше описувала цей стан. Після того, як учасники

закінчили всі пропозиції, розпочалося обговорення. По колу діти розповідали про свої переживання у тій чи іншій ситуації. Діти зазначили, що важко було вгадати продовження фрази, а розповідати було легко.

На останньому занятті було запропоновано кожній дитині розповісти про те, що їй дали заняття, що нового вона дізналася про себе, про інших, чому навчилися.

Кожна дитина поділилася своєю думкою. Діти говорили про те, що навчилися говорити компліменти, висловлювати подяку, дізналися які ввічливі та теплі слова можна говорити один одному, грати в цікаві ігри, дізналися один про одного багато нового, дізналися про свої переваги та недоліки, стали інакше ставитися один до одного, навчилися поводитися правильно. Обговорення велось недовго, тому діти говорили по одній дві фрази, часто повторювалися.

За час проведення занять спостерігалось підвищення активності дітей, їхньої впевненості у собі. Діти все частіше не боялися висловлювати свою думку, промовляти складні слова, які були включені до їхньої діяльності. До кінця дослідно-практичної роботи вони навчилися виконувати правила групової роботи: слухати не перебиваючи, не наважуватись відповіді інших.

Найважливішим етапом корекційно-розвивальної роботи з дітьми була робота з батьками. Були проведені батьківські збори, на яких були розкриті питання про поняття тривожності, її причини, особливості поведінки дітей, які мають тривожність. Більшість батьків зацікавилися цією проблемою, ставили питання, що їх цікавлять, по даній темі.

3.2. Результати повторного дослідження

З метою перевірки ефективності корекційно-розвивальної роботи, спрямованої на зниження тривожності у дітей, було проведено повторну діагностику, яка дозволила простежити динаміку зниження тривожності у

дітей дошкільного віку. Для повторної діагностики в дітей віком дошкільного віку використовувався:

Тест тривожності (табл. 3.1.).

Таблиця 3.1.

Результати повторної діагностики по тесту тривожності

Діт и	Дані якісного аналізу	Дані якісного аналізу
1.	середній	Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»
2.	середній	Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»
3.	середній	Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»
4.	низький	Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дорослий»
5.	середній	Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дорослий»
6.	високий	Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»
7.	низький	Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»
8.	високий	Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»
9.	середній	Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»
10.	середній	Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»
11.	середній	Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»
12.	низький	Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дорослий»
13.	середній	Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дорослий»
14.	високий	Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»
15.	низький	Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»
16.	високий	Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»
17.	середній	Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»
18.	середній	Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»
19.	середній	Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»
20.	низький	Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дорослий»
21.	середній	Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях

		«дитина-дитина»
79.	низький	Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»
80.	високий	Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»
81.	середній	Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»
82.	середній	Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»
83.	середній	Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»
84.	низький	Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дорослий»
85.	середній	Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дорослий»
86.	високий	Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»
87.	низький	Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»
88.	високий	Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»
89.	середній	Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»
90.	середній	Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»
91.	середній	Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»
92.	низький	Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дорослий»
93.	середній	Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дорослий»
94.	високий	Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»
95.	низький	Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»
96.	високий	Найбільший рівень тривожності проявляється у ситуаціях «дитина-дитина»

Якісний аналіз результатів тесту тривожності показав, що понад 50% (високий рівень тривожності) ознак тривожності є у 24 дітей.

Від 20-50% (середній рівень тривожності) ознак тривожності: у 48 дітей.

Менше 20% (низький рівень тривожності) ознак тривожності є у 24 дітей.

Для підтвердження даних тестування було проведено повторне спостереження (табл. 3.2.).

Таблиця 3.2.

Результати повторного спостереження

Діти	Діяльність у режимні моменти	Організована діяльність	Неорганізована діяльність	Загальний бал висновок
------	------------------------------	-------------------------	---------------------------	------------------------

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

54.	7	28	8	53 високий
55.	----	13	2	15 низький
56.	7	35	6	58 високий
57.	3	23	3	29 середній
58.	2	15	3	20 середній
59.	3	15	5	23 середній
60.	1	13	2	16 низький
61.	2	24	3	29 середній
62.	7	28	8	53 високий
63.	----	13	2	15 низький
64.	7	35	6	58 високий
65.	3	23	3	29 середній
66.	2	15	3	20 середній
67.	3	15	5	23 середній
68.	1	13	2	16 низький
69.	2	24	3	29 середній
70.	7	28	8	53 високий
71.	----	13	2	15 низький
72.	7	35	6	58 високий
73.	3	23	3	29 середній
74.	2	15	3	20 середній
75.	3	15	5	23 середній
76.	1	13	2	16 низький
77.	2	24	3	29 середній
78.	7	28	8	53 високий
79.	----	13	2	15 низький
80.	7	35	6	58 високий
81.	3	23	3	29 середній
82.	2	15	3	20 середній
83.	3	15	5	23 середній
84.	1	13	2	16 низький
85.	2	24	3	29 середній
86.	7	28	8	53 високий
87.	----	13	2	15 низький
88.	7	35	6	58 високий
89.	3	23	3	29 середній
90.	2	15	3	20 середній
91.	3	15	5	23 середній
92.	1	13	2	16 низький
93.	2	24	3	29 середній
94.	7	28	8	53 високий
95.	----	13	2	15 низький
96.	7	35	6	58 високий

Аналіз результатів спостереження показав, що понад 50% (високий рівень тривожності) ознак тривожності є у 24 дітей.

Від 20 – 50 % (середній рівень тривожності) ознак тривожності у 48 дітей.

Менше 20% (низький рівень тривожності) ознак тривожності у 24 дітей

При цьому в деяких дітей найбільше ознак тривожності в діяльності в режимні моменти, в організованій діяльності, в неорганізованій діяльності. Також було проведено повторну діагностику за методикою «Драбинка» (табл.3.3.).

Таблиця 3.3.

Аналіз даних повторної діагностики за методикою «Драбинка»

Діти	Самооцінка дитини		
	висока	середня	низька
1.		X 21%	
2.		X 21%	
3.		X 21%	
4.		X 25%	
5.		X 21%	
6.			X11%
7.		X25%	
8.			X14%
9.		X23%	
10.		X 21%	
11.		X 21%	
12.		X23%	
13.		X25%	
14.			X13%
15.		X21%	
16.			X 17%
17.		X 23%	
18.		X23%	
19.		X 23%	
20.		X26%	
21.		X 26%	
22.			X19%
23.		X27%	
24.			X11%
25.		X21%	
26.		X23%	
27.		X24%	
28.		X21%	
29.		X21%	
30.			X11%
31.		X21%	
32.			X17%
33.		X 21%	
34.		X 21%	
35.		X 21%	
36.		X 25%	

37.		X 21%	
38.			X11%
39.		X25%	
40.			X14%
41.		X23%	
42.		X 21%	
43.		X 21%	
44.		X23%	
45.		X25%	
46.			X13%
47.		X21%	
48.			X 17%
49.		X 23%	
50.		X23%	
51.		X 23%	
52.		X26%	
53.		X 26%	
54.			X19%
55.		X27%	
56.			X11%
57.		X21%	
58.		X23%	
59.		X24%	
60.		X21%	
61.		X21%	
62.			X11%
63.		X21%	
64.			X17%
65.		X 21%	
66.		X 21%	
67.		X 21%	
68.		X 25%	
69.		X 21%	
70.			X11%
71.		X25%	
72.			X14%
73.		X23%	
74.		X 21%	
75.		X 21%	
76.		X23%	
77.		X25%	
78.			X13%
79.		X21%	
80.			X 17%
81.		X 23%	
82.		X23%	
83.		X 23%	
84.		X26%	
85.		X 26%	

86.			X19%
87.		X27%	
88.			X11%
89.		X21%	
90.		X23%	
91.		X24%	
92.		X21%	
93.		X21%	
94.			X11%
95.		X21%	
96.			X17%

Аналіз даних повторної діагностики за методикою «Драбинка» показав, що у 24 дітей підвищилася самооцінка, а у решти дітей не змінилася.

Порівняльний аналіз. Потім було здійснено порівняння дані з усіх методик (табл. 3.4.).

Таблиця 3.4.

Порівняльний аналіз даних (повторна діагностика)

Діти	Самооцінка	Результати спостереження	Показник по тесту тривожності	Висновок
1.	Середня 21%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
2.	Середня 21%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
3.	Середня 23%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
4.	Середня 25%	Низький 14%	Низький 14%	Низький 14%
5.	Середня 26%	Середній 23%	Низький 11%	Середній 23%
6.	Низька 11%	Високий 58%	Середній 23%	Високий 58%
7.	Середня 23%	Низький 17%	Низький 17%	Низький 17%
8.	Низька 16%	Високий 53%	Високий 58%	Високий 58%
9.	Середня 21%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
10.	Середня 21%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
11.	Середня 23%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
12.	Середня 25%	Низький 14%	Низький 14%	Низький 14%

13.	Середня 26%	Середній 23%	Низький 11%	Середній 23%
14.	Низька 11%	Високий 58%	Середній 23%	Високий 58%
15.	Середня 23%	Низький 17%	Низький 17%	Низький 17%
16.	Низька 16%	Високий 53%	Високий 58%	Високий 58%
17.	Середня 21%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
18.	Середня 21%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
19.	Середня 23%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
20.	Середня 25%	Низький 14%	Низький 14%	Низький 14%
21.	Середня 26%	Середній 23%	Низький 11%	Середній 23%
22.	Низька 11%	Високий 58%	Середній 23%	Високий 58%
23.	Середня 23%	Низький 17%	Низький 17%	Низький 17%
24.	Низька 16%	Високий 53%	Високий 58%	Високий 58%
25.	Середня 21%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
26.	Середня 21%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
27.	Середня 23%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
28.	Середня 25%	Низький 14%	Низький 14%	Низький 14%
29.	Середня 26%	Середній 23%	Низький 11%	Середній 23%
30.	Низька 11%	Високий 58%	Середній 23%	Високий 58%
31.	Середня 23%	Низький 17%	Низький 17%	Низький 17%
32.	Низька 16%	Високий 53%	Високий 58%	Високий 58%
33.	Середня 21%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
34.	Середня 21%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
35.	Середня 23%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
36.	Середня 25%	Низький 14%	Низький 14%	Низький 14%
37.	Середня 26%	Середній 23%	Низький 11%	Середній 23%

38.	Низька 11%	Високий 58%	Середній 23%	Високий 58%
39.	Середня 23%	Низький 17%	Низький 17%	Низький 17%
40.	Низька 16%	Високий 53%	Високий 58%	Високий 58%
41.	Середня 21%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
42.	Середня 21%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
43.	Середня 23%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
44.	Середня 25%	Низький 14%	Низький 14%	Низький 14%
45.	Середня 26%	Середній 23%	Низький 11%	Середній 23%
46.	Низька 11%	Високий 58%	Середній 23%	Високий 58%
47.	Середня 23%	Низький 17%	Низький 17%	Низький 17%
48.	Низька 16%	Високий 53%	Високий 58%	Високий 58%
49.	Середня 21%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
50.	Середня 21%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
51.	Середня 23%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
52.	Середня 25%	Низький 14%	Низький 14%	Низький 14%
53.	Середня 26%	Середній 23%	Низький 11%	Середній 23%
54.	Низька 11%	Високий 58%	Середній 23%	Високий 58%
55.	Середня 23%	Низький 17%	Низький 17%	Низький 17%
56.	Низька 16%	Високий 53%	Високий 58%	Високий 58%
57.	Середня 21%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
58.	Середня 21%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
59.	Середня 23%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
60.	Середня 25%	Низький 14%	Низький 14%	Низький 14%
61.	Середня 26%	Середній 23%	Низький 11%	Середній 23%
62.	Низька 11%	Високий 58%	Середній 23%	Високий 58%

63.	Середня 23%	Низький 17%	Низький 17%	Низький 17%
64.	Низька 16%	Високий 53%	Високий 58%	Високий 58%
65.	Середня 21%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
66.	Середня 21%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
67.	Середня 23%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
68.	Середня 25%	Низький 14%	Низький 14%	Низький 14%
69.	Середня 26%	Середній 23%	Низький 11%	Середній 23%
70.	Низька 11%	Високий 58%	Середній 23%	Високий 58%
71.	Середня 23%	Низький 17%	Низький 17%	Низький 17%
72.	Низька 16%	Високий 53%	Високий 58%	Високий 58%
73.	Середня 21%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
74.	Середня 21%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
75.	Середня 23%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
76.	Середня 25%	Низький 14%	Низький 14%	Низький 14%
77.	Середня 26%	Середній 23%	Низький 11%	Середній 23%
78.	Низька 11%	Високий 58%	Середній 23%	Високий 58%
79.	Середня 23%	Низький 17%	Низький 17%	Низький 17%
80.	Низька 16%	Високий 53%	Високий 58%	Високий 58%
81.	Середня 21%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
82.	Середня 21%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
83.	Середня 23%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
84.	Середня 25%	Низький 14%	Низький 14%	Низький 14%
85.	Середня 26%	Середній 23%	Низький 11%	Середній 23%
86.	Низька 11%	Високий 58%	Середній 23%	Високий 58%
87.	Середня 23%	Низький 17%	Низький 17%	Низький 17%

88.	Низька 16%	Високий 53%	Високий 58%	Високий 58%
89.	Середня 21%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
90.	Середня 21%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
91.	Середня 23%	Середній 21%	Середній 21%	Середній 21%
92.	Середня 25%	Низький 14%	Низький 14%	Низький 14%
93.	Середня 26%	Середній 23%	Низький 11%	Середній 23%
94.	Низька 11%	Високий 58%	Середній 23%	Високий 58%
95.	Середня 23%	Низький 17%	Низький 17%	Низький 17%
96.	Низька 16%	Високий 53%	Високий 58%	Високий 58%

Після проведення групової корекційно-розвивальної роботи у 24 дитини були виявлені низькі показники тривожності, у 51- середній рівень, у 21 - показники тривожності залишилися високими.

Таким чином, у 36 осіб з 96 вдалося знизити рівень тривожності. Це свідчить у тому, що корекційно-розвивальна робота, спрямована на зниження тривожності у дітей дошкільного віку виявилася ефективною.

Висновки по розділу 3.

1. Складена програма психолого-педагогічного супроводу тривожних дітей спрямована на зміцнення психологічного здоров'я дітей дошкільного віку та орієнтована на вирішення деяких проблем розвитку дитини.

Мета програми: корекція рівня тривожності дітей старшого дошкільного віку у межах психолого-педагогічного супроводу.

Створення та впровадження практико-орієнтованої програми психолого-педагогічного супроводу передбачає гуманізацію педагогічного процесу та методів виховання дітей. Її суть полягає у занепокоєнні за життя дітей, їхні проблеми, їх труднощі, переживаннями та прагненнями звертатись до справжньої, реальної «Я» дитини.

Наголошуючи на діяльній спрямованості цього підходу, «орієнтацію не на об'єкт, а на роботу з ним», головне «в тому, щоб організувати співпрацю з дитиною, спрямовану на її самопізнання, пошук шляхів самоврядування внутрішнім світом і системою відносин». Гуманістичний підхід передбачає створення психолого-педагогічних умов для цілісного розвитку внутрішніх задатків дитини, її духовних та пізнавальних потреб.

Завдання програми:

- розширення можливостей розуміння тривожної дитини значущими дорослими;
- вироблення батьками та педагогами ефективних навичок взаємодії з тривожною дитиною;
- надання допомоги педагогам у створенні умов гармонізації емоційно-особистісного розвитку дитини.

Критерії ефективності програми:

- зниження тривожності;
- зниження кількості страхів;
- підвищення впевненості у собі;

– підвищення психолого-педагогічної компетенції дорослих

Організація комплексного підходу (психолог-педагог-батько), наповнення його певним змістом, знанням теорій, вміннями здійснювати психолого-педагогічну підтримку тривожних дошкільнят, сприяє вирішенню певних завдань, спрямованих на зниження високого рівня тривожності у старших дошкільнят, допомогу дитині, навчання дітей конструктивної взаємодії з навколишнім світом та набуття навичок соціально прийнятних способів поведінки

Етапи психолого-педагогічного супроводу тривожної дитини:

етап – діагностичний.

Мета: виявлення тривожних дітей та причин, що зумовлюють емоційну нестабільність (анкетування). Діагностика.

Досвідчений вихователь у перші ж дні знайомства з дітьми зрозуміє, хто з них має підвищену тривожність. Однак перш ніж робити остаточні висновки, необхідно спостерігати за дитиною, яка викликає побоювання, у різні дні тижня, під час навчання та вільної діяльності, у спілкуванні з іншими дітьми.

Першим кроком психолога у роботі з тривожною дитиною має стати з'ясування можливих причин такої поведінки. Необхідно спробувати зібрати якомога повнішу інформацію про поведінку дитини у групі дитячого садку, вдома, у громадських місцях. З цією метою можна використовувати такі діагностичні методи:

- спостереження;
- бесіда та анкетування батьків та вихователів;
- проектні методики.

Даний варіативний діагностичний пакет дозволить психологу розібратися в причинах тривожності дитини та намітити подальшу роботу з нею:

етап – реалізація заходів щодо усунення виявлених проблем.

Мета: профілактика та корекція тривожності у дітей старшого дошкільного віку.

етап – діагностичний.

Мета: визначення ефективності проведених заходів (повторна діагностика).

Основні блоки програми:

Діагностичний блок. Мета - первісна психодіагностика дитини, дитячо-батьківських взаємин, вихователів. Для відстеження результативності проведеної роботи діагностика можна провести після закінчення програми супроводу.

Інформаційний блок. Мета - розкриття конкретного змісту тих питань, які включає дана проблема.

Корекційний блок. Мета - гармонізація та оптимізація емоційно-особистісної сфери дитини, формування та закріплення ефективних навичок взаємодії з тривожною дитиною педагогів та батьків, розширення можливостей розуміння ними тривожної дитини.

Технології, методи та прийоми, що використовуються в даній програмі:

Казкотерапія – активізація ресурсів, потенціалу особистості, усвідомлення почуттів, емоцій.

Ігротерапія - використовується для зниження напруженості, м'язових затискачів, тривожності, страхів та підвищення впевненості у собі.

Тілесна терапія – сприяє зниженню м'язових затискачів, напруги, тривожності.

Арт-терапія – актуалізація страхів, підвищення впевненості, розвиток дрібної моторики, зниження тривожності.

Релаксація - Підготовка тіла та психіки до діяльності, зосередження на своєму внутрішньому світі, звільнення від зайвої нервової напруги.

Концентрація - Зосередження на своїх зорових, звукових та тілесних відчуттях, на емоціях, почуттях та переживаннях.

Функціональна музика - заспокійлива та відновлююча музика сприяє зменшенню емоційної напруженості, перемикає увагу.

Було проведені спеціальні заняття для дошкільнят, використовуючи розвиваючі ігри та вправи.

Програма була складена з кількох блоків, для дослідно-практичної роботи, що відповідають меті дослідження:

«Корекція тривожності. Формування соціальної довіри» та «Гармонізація суперечливості особистості. Формування адекватної самооцінки у дітей віком».

Заняття будувалися на матеріалі, близькому та зрозумілому дітям, пов'язаному з актуальними для них проблемами.

Мета програми: Допомогти дітям старшого дошкільного віку впоратися з переживаннями, які перешкоджають їхньому нормальному емоційному самопочуттю та спілкуванню з однолітками.

Зміст програми:

Блок 1. Корекція тривожності. Формування соціальної довіри. (4 заняття).

Завдання:

1. Допомогти у подоланні негативних переживань та зняття страхів.
2. Зменшити тривожність.
3. Виховати впевненість у собі.
4. Зменшити емоційну напругу.

Блок 2. Гармонізація суперечливості особистості. Формування адекватної самооцінки в дітей віком. (4 заняття).

Завдання:

1. Коригувати поведінку за допомогою рольових ігор.
2. Вчити розпізнавати емоції за зовнішніми сигналами.
3. Зняти емоційну напругу.
4. Створити позитивний емоційний настрій.
5. Тренувати психомоторні функції.

Розроблена серія із 8 занять розрахована на термін 4 тижні. Структура та методи проведення занять відповідають засадам соціально-психологічного тренінгу. Тривалість занять – 30-35 хвилин. Заняття проводилися двічі на тиждень.

Методологічною основою цієї програми є ідеї про роль гри у вихованні дошкільнят. Стійкі афективні бар'єри, що виникають у житті дитини, долаються їм набагато легше у грі. Тому гра та ігрові форми роботи – це найбільш адекватні засоби корекції психічного розвитку особистості дитини.

Програма розрахована на дітей 6-7 років та включає пізнавальні заняття, ігрові міні-тренінги та вправи з тілесно-орієнтованих технік. Корекційна робота велася на основі принципу формуючого та помірного навчання. Усі заняття мали гнучку структуру, розроблену з урахуванням вікових особливостей дітей та ступеня вираженості дефекту. Заняття будувалися на основі принципів інтегрування (включення елементів музичної арттерапії, танцювально-рухової терапії), системності та наступності. Вибір тематики занять визначався характером порушення розвитку та підбором найбільш адекватної тактики корекційно-розвивальної роботи. Форми роботи визначалися цілями занять, котрим характерне поєднання як традиційних прийомів і методів (фронтальні та індивідуальні заняття), і інноваційних (малювальні тести, малювання під музику та інших.).

Було зроблено припущення, що у процесі занять у дітей мають розвинутися комунікативні якості, збагачуватися емоційний досвід, активізуватися мислення, усвідомлюватись і переживатись успіхи-невдачі, результати діяльності, проектуватись суспільні взаємодії та рухові акти, формуватись особистісна орієнтація. Настрій дітей, їхній психологічний стан у конкретні моменти були підставою варіювання методів, прийомів та структури занять.

Структуру занять можна представити як послідовних етапів. У кожному занятті необов'язково є всі етапи.

- ритуал привітання, розігрів дітей, тобто вправи та ігри, спрямовані на активізацію психічних процесів, емоційного та фізичного стану дітей;

- створення проблемної ситуації на тему заняття у вигляді використання ігрового чи сюрпризного моментів, інсценування, зачитування художніх текстів чи розповідання казки чи історії;

- дискусія щодо проблеми з індивідуальними висловлюваннями дітей, де педагог є організатором дискусії та призводить дітей до необхідності узагальнення сказаного, тобто до вирішення проблеми;

- можливе малювання на тему (з діагностичною чи профілактично корекційною метою);

- ігри, спрямовані на розвиток спілкування та емоційної сфери дітей: програвання значущих для дітей ситуацій за їх участю з метою корекції порушень у сфері міжособистісних відносин; зняття тривожності, ігри на гармонізацію особистості дитини та загальну згуртованість групи;

- релаксація;

- ритуал прощання.

2. Якісний аналіз результатів тесту тривожності показав, що понад 50% (високий рівень тривожності) ознак тривожності є у 24 дітей.

Від 20-50% (середній рівень тривожності) ознак тривожності: у 48 дітей.

Менше 20% (низький рівень тривожності) ознак тривожності є у 24 дітей.

Аналіз результатів спостереження показав, що понад 50% (високий рівень тривожності) ознак тривожності є у 24 дітей.

Від 20 – 50 % (середній рівень тривожності) ознак тривожності у 48 дітей. Менше 20% (низький рівень тривожності) ознак тривожності у 24 дітей. При цьому в деяких дітей найбільше ознак тривожності в діяльності в режимні моменти, в організованій діяльності, в неорганізованій діяльності.

Після проведення групової корекційно-розвивальної роботи у 24 дитини були виявлені низькі показники тривожності, у 51- середній рівень, у 21 - показники тривожності залишилися високими.

Таким чином, у 36 осіб з 96 вдалося знизити рівень тривожності. Це свідчить у тому, що корекційно-розвивальна робота, спрямована на зниження тривожності у дітей дошкільного віку виявилася ефективною.

ВИСНОВКИ

1. У психологічній літературі можна зустріти різні визначення поняття тривожності, хоча більшість дослідників сходяться у визнанні необхідності розглядати його диференційовано - як ситуативне явище і як особистісну характеристику з урахуванням перехідного стану та його динаміки.

Розрізняють тривожність як емоційний стан і як стійку властивість, рису особистості чи темпераменту.

Сучасні дослідження тривожності спрямовані на відмінність ситуативної тривожності, що пов'язана з конкретною зовнішньою ситуацією, і особистісної тривожності, що є стабільною властивістю особистості, і яка впливає навіть на розробку методів аналізу тривожності, як результату взаємодії особистості та її оточення.

Тривожність - це багатозначний психологічний термін, який описують як певний стан індивідів в обмежений час, і стійке властивість будь-якої людини. Аналіз літератури останніх дозволяє розглядати тривожність з різних точок зору, що допускають твердження про те, що підвищена тривожність виникає і реалізується в результаті складної взаємодії когнітивних, афективних та поведінкових реакцій, що провокуються при впливі на людину різними стресами.

Тривога - як риса особистості пов'язана з генетично детермінованими властивостями функціонуючого мозку людини, що зумовлюють постійно підвищеним почуттям емоційного збудження, емоцій тривоги.

Тривога проявляється як негативний емоційний стан у вигляді занепокоєння, страху, агресії, яке було викликане незадоволенням їх домагань успіху. Також емоційне неблагополуччя типу тривожності спостерігається у дітей із високою самооцінкою. Вони претендують на те, щоб бути «найкращими» учнями, займати високе положення у колективі, тобто були високі претензії у певних галузях, проте, реальних можливостей реалізації своїх домагань вони не мали.

Таким чином, якщо розглядати тривогу чи тривожність як стан, переживання, чи як більш менш стійку особливість особистості, то несуттєво, наскільки вона адекватна ситуації. Таке переживання перестає бути показником тривожності суб'єкта. Переживання ж тривоги без достатніх підстав означає, що сприйняття світу є спотвореним, неадекватним. Адекватні стосунки зі світом порушуються. У цьому випадку йдеться про тривожність як особливу властивість людини, особливий вид неадекватності.

2. Виділяють два основні види тривожності. Першим із них - ситуативна тривожність, тобто породжена деякою конкретною ситуацією, яка об'єктивно викликає занепокоєння. Даний стан може, виникає у будь-якої людини напередодні можливих неприємностей та життєвих ускладнень. Цей стан є цілком нормальним, а й відіграє свою позитивну роль. Воно виступає мобілізуючим механізмом, що дозволяє людині серйозно підійти до вирішення проблем, що виникають. Ненормальним є швидше зниження ситуативної тривожності, коли людина перед обличчям серйозних обставин демонструє безладність і безвідповідальність, що найчастіше свідчить про інфантильну життєву позицію, недостатню сформованість самосвідомості.

Інший вид – особистісна тривожність. Вона може розглядатися як особистісна риса, що виявляється в постійній схильності до переживань тривоги в різних життєвих ситуаціях, у тому числі і таких, які об'єктивно до цього не мають. Вона характеризується станом несвідомого страху, невизначеним відчуттям загрози, готовністю сприйняти будь-яку подію як несприятливу та небезпечну. Дитина, схильна до такого стану, постійно перебуває в настороженому і пригніченому настрої, у нього утруднені контакти з навколишнім світом, який сприймається ним як страшний і ворожий. Закріплюючись у процесі становлення характеру до формування заниженої самооцінки та похмурого песимізму.

До факторів ризику виникнення тривожності можна віднести недоліки сімейного виховання, помилки педагогічного впливу, а також пренатальні та натальні фактори. У деяких дітей дошкільного віку мовленнєві та

комунікативні труднощі перешкоджають встановленню та підтримці контактів з однолітками, це є причиною виникнення тривожності.

Емоції та почуття є відображенням реальної дійсності у формі переживань. Різні форми переживання почуттів (емоції, афекти, настрої, стреси, пристрасті та ін.) утворюють разом емоційну сферу людини.

Вирізняють такі види почуттів, як моральні, інтелектуальні та естетичні. За класифікацією, запропонованою К. Ізардом, виділяються емоції фундаментальні та похідні. До фундаментальних відносять: 1) інтерес-хвилювання, 2) радість, 3) подив, 4) горе-страждання, 5) гнів, 6) огида, 7) презирство, 8) страх, 9) сором, 10) вину. Інші – похідні. При з'єднанні фундаментальних емоцій виникає такий комплексний емоційний стан, як тривожність, яка може поєднувати в собі і страх, і гнів, і провину, і інтерес-збудження.

У дітей старшого дошкільного та молодшого шкільного віку тривожність ще не є стійкою рисою характеру і при проведенні відповідних психолого-педагогічних заходів можна суттєво знизити тривожність дитини, якщо педагоги та батьки, які виховують її, дотримуватимуться потрібних рекомендацій.

Виділяють два основних види тривожності: перший вид - ситуативна тривожність, тобто породжена деякою конкретною ситуацією, яка об'єктивно викликає занепокоєння. Інший вид - особистісна тривожність. Дитина, схильна до такого стану, постійно перебуває в настороженому і пригніченому настрої, у нього утруднені контакти з навколишнім світом, який сприймається ним як страшний і ворожий. Закріплюючись у процесі становлення характеру до формування заниженої самооцінки та похмурого песимізму.

Емоції відіграють важливу роль у житті дітей: допомагають сприймати дійсність та реагувати на неї. Виявляючись у поведінці, вони дають інформацію дорослим про те, що дитині подобається, не подобається чи засмучує. Тривожність як певний емоційний настрій з переважанням почуття занепокоєння і страху зробити щось не те, не так, не відповідати

загальноприйнятими вимогами і нормами розвивається ближче до 7 і особливо 8 років при великій кількості нерозв'язних і страхів, що йдуть з більш раннього віку. Головним джерелом тривог для дошкільнят та молодших школярів виявляється родина. Надалі вже для підлітків така роль сім'ї значно зменшується; натомість удвічі зростає роль школи.

Серед причин, що викликають дитячу тривожність, на першому місці – це неправильне виховання та несприятливі стосунки дитини з батьками, особливо з матір'ю. Так відкидання, неприйняття матір'ю дитини викликає в неї тривогу через неможливість задоволення потреби у коханні, у ласці та захисті. У цьому випадку виникає страх: дитина відчуває умовність матеріального кохання («Якщо я зроблю погано, мене не любитимуть»). Незадоволення потреби дитини в коханні спонукатимуть її домагатися її задоволення будь-якими способами. Дитяча тривожність може бути наслідком і симбіотичних відносин дитини з матір'ю, коли мати почувається єдиним цілим з дитиною, намагається захистити її від труднощів та неприємностей життя. Вона «прив'язує» себе, оберігаючи від уявних, неіснуючих небезпек. В результаті дитина відчуває занепокоєння, коли залишається без матері, легко губиться, хвилюється і боїться. Замість активності та самостійності розвиваються пасивність та залежність.

3. Проблема діагностики та профілактики дитячої тривожності заслуговує на особливу увагу, оскільки, формується у властивість та особистісну якість дитини - дошкільника, тривожність може проявлятися і в шкільному віці і в дорослому житті, стати стійкою особистісною рисою, бути причиною неврозів та психосоматичних захворювань. Дослідно-практична робота з корекції тривожності дітей була організована на базі дитячих садків № 203, № 21, № 195 м. Дніпра. Кількість дітей: 96, вік – 6-7 років. Завдання дослідно-практичної роботи: провести початкову діагностику, розробити та провести серію занять із корекції тривожності.

Спостереження. На першому етапі роботи було проведено діагностичне обстеження дітей з метою виявлення рівня їхньої особистісної тривожності.

Було проведено діагностику рівня тривожності дітей за програмою спостереження, розробленою на основі тесту тривожності. Фіксація даних спостережень відбувалася в такий спосіб. Протягом 2-3 днів було проведено спостереження за дітьми у різних видах діяльності та занесені результати до спеціального листа спостережень. Протягом дня фіксувалася наявність чи відсутність цієї ознаки у поведінці дитини знаками «+» чи «-».

Для виявлення тривожних дітей були використана наступна схема спостереження. Були виділені такі одиниці спостереження (прояви тривожності): - підвищена збудливість; підвищена напруженість, скутість; страх перед усім новим, невідомим; невпевненість у собі, занижена самооцінка; очікування неприємності, невдач, несхвалення старших (у ситуаціях спілкування/в інших ситуаціях-поза спілкуванням); надмірна чутливість до оцінки негативних вражень; надобережність у сприйнятті негативної оцінки; старанність, розвинене почуття відповідальності; безініціативність, пасивність, боязкість; відмова від діяльності, якщо вона викликає труднощі; самостійна робота у випадках складнощі не продовжує; не може ухвалити рішення, зробити вибір, подолати опір.

Додатково аналізувалися дані щодо спостережень у різних видах діяльності.

Тест тривожності . Для підвищення об'єктивності дослідження був використаний тест тривожності.

Мета - тест дозволяє діагностувати тривожність дитини віком від чотирьох до семи років стосовно ряду типових йому життєвих ситуацій спілкування з іншими людьми.

Методика «Драбинка».

Мета дослідження: визначити особливості самооцінки дитини (як загального ставлення до себе) та уявлень дитини про те, як її оцінюють інші люди. За допомогою цього тесту було досліджені високий, середній та низький рівень самооцінки дитини.

У роботі було використано Методику «Побоювання та страхи у дітей».

Мета: Дана методика є індивідуальною розмовою з дітьми за списком. Розмову ведуть неквапливо, докладно, перераховуючи страхи та чекаючи від дитини відповідей «так» чи «ні». Усього в основному списку 29 страхів. Як одиниця відліку використовується середня кількість страхів для кожної дитини. У нормі для дітей 6-7 років для хлопчиків має бути 9 страхів, для дівчаток – 12. Були досліджено високий, середній та низький емоційний рівень у дітей.

Тест «Незакінчені речення».

Мета методики: виявити, чого боїться дитина.

Завдання: закінчити речення. Це дозволяє провести діагностику актуального стану дитини. Механізм проєкції, закладений у зміст методики дозволяє також визначити приховані джерела страхів та рівень внутрішньої напруги.

За допомогою цього тесту було розглянуто високий, середній та низький рівень страхів у дітей.

Рисунковий тест «Кінетичний малюнок сім'ї».

Мета: дослідження міжособистісних відносин у сім'ї (очима дитини); виявлення відносин у сім'ї, що викликають тривогу та емоційність у дитини.

Методика «Батьківське ставлення до дітей».

Мета: вивчити виявлення батьківського ставлення до дітей.

Методика проведення: батькам було запропоновано бланки з питаннями (61 питання). На кожне питання передбачалася або позитивна, або негативна відповідь.

4. Тест тривожності. Високий рівень - аналіз результатів спостереження показав, що більше 50% (високий рівень тривожності) ознак тривожності є у 24 дітей, це свідчить про погану адаптацію до навколишнього світу у дошкільнят.

Середній рівень - від 20 - 50% (середній рівень тривожності) в інших дітей. Це говорить про недостатньо хорошу емоційну пристосованість, адаптованість дитини до навколишнього.

Низький рівень - менш ніж 20% (низький рівень тривожності) ознак тривожності: не виявлено. Це добре пристосовані діти.

Аналізуючи результати спостережень, можна зауважити, що у більшості обстежуваних дітей проявів тривожності в організованій діяльності більше, ніж у інших видах діяльності. Це може бути пов'язане зі страхом не відповідати очікуванням оточуючих, зокрема освітян.

Високий рівень тривожності. Якісний аналіз результатів тесту тривожності показав, що понад 50 % ознак тривожності є у 36 дітей (високий рівень тривожності).

Середній рівень тривожності – від 20 – 50 % ознак тривожності: у решти дітей (середній рівень тривожності).

Низький рівень тривожності – менше 20 % (низький рівень тривожності) ознак тривожності: не виявлено.

Ситуація «Дитина-доросла» Аналізуючи таблицю кількісної обробки даних за тестом тривожності було виявлено, що найбільший рівень тривожності в ситуаціях «дитина-доросла» є у 12 дітей.

Ситуація «Дитина-дитина»

Найбільший рівень тривожності у ситуаціях «дитина-дитина» в інших дітей. Тому можна зробити висновок про те, що причина виникнення тривожності у більшості дітей у цій групі є порушення в системі взаємодії «дитина-дитина».

Таким чином, більшість дітей дошкільного віку, які живуть у великому мегаполісі, відчуваючи вплив стресогенів різної природи та характеру, мають високий або середній рівень підвищеної тривожності. Одна з основних причин криється у порушенні дитячо-батьківських відносин. Аналізуючи результати спостережень, можна назвати, що з більшості обстежуваних дітей проявів тривожності в організованій діяльності більше, ніж у інших видах діяльності. Це може бути пов'язано зі страхом не відповідати очікуванням оточуючих, зокрема педагогів

Методика «Драбинка». Виявлено, що у 36 дітей: - низька самооцінка - це свідчить, що діти відчують дефіцит уваги, любові, підтримки, емоційної захищеності з боку дорослих

У решти дітей середня самооцінка - це говорить, що для дошкільника характерна висока самооцінка, а середня та низька можуть свідчити про відхилення в емоційній сфері.

Загалом кількість дітей з високим, низьким та середнім рівнем тривожності становила:

Високий рівень тривожності – 36 чол. (38%), що говорить про недостатню емоційну пристосованість дітей до тих чи інших соціальних ситуацій.

Середній рівень тривожності – 60 чол. (62%), що говорить про невпевнене ставлення до поведінки з оточуючими людьми.

Низький рівень тривожності - 0 чол (0 %), свідчить, добре адаптованих дітей у цій групі немає.

Таким чином, дані дослідження підтвердили, що існує зв'язок між проявом тривожності та самооцінкою особистості. Дитина з підвищеним рівнем особистісної тривожності схильна сприймати загрозу своїй самооцінці. Як правило, у нього формується неадекватна занижена самооцінка. Типовим проявом заниженої самооцінки є підвищена тривожність.

Формуючий експеримент дослідження включав проведення з дітьми занять, спрямованих на зниження реакцій страху у дітей. Тест «Кінетичний малюнок сім'ї» . До високого рівня дитячо-батьківських відносин віднесені малюнки, де дитині комфортно в сім'ї, на малюнку присутні всі члени сім'ї, у центрі малюнка - сама дитина в оточенні батьків; зображує себе та батьків вбраними, ретельно промальовує кожну лінію, на обличчях дорослих та дитини – посмішка, простежується спокій у позах, рухах. Аналіз малюнків показав, що з 96 сімей до високого рівня дитячо-батьківських відносин можна

віднести лише 29 сімей (30%), що говорить про оптимальний рівень батьківських відносин

Середній рівень дитячо-батьківських відносин: відсутність будь-кого з членів сім'ї, наявність занепокоєння, дитина малює себе сумною, далеко від батьків, наявність ворожості стосовно дорослих через штрихування деталей, відсутність деяких частин тіла (рук, рота). До середнього рівня дитячо-батьківських відносин можна віднести 47 сімей (50%), що говорить про нейтральний рівень батьківських відносин.

Низький рівень дитячо-батьківських відносин: наявність одного з батьків з предметом, що загрожує дитині (ремінь), залякане вираз обличчя дитини, відчуття емоційної напруги через використання в малюнку темних фарб. До низького рівня дитячо-батьківських відносин ми віднесли 20 сімей (20%), що говорить про негативний рівень батьківських відносин

Після того, як діти намалювали сім'ю, було запропоновано низку питань, відповіді на які дозволили виявити причини, що викликають у дітей тривожність у системі дитячо-батьківських відносин:

- фізичне покарання - 3%, що говорить про те, що до дитини вдома застосовують загрозу сили;
- відсутність спілкування з батьками -10%, що говорить про брак уваги з боку батьків;
- неблагополучна обстановка в сім'ї (алкоголізм одного з батьків) - 5%, що говорить про те, що дитині некомфортно в таких умовах, їй потрібний спокій;
- спілкування з дитиною на підвищених тонах - 6%, це говорить про те, що у сім'ї на дитину постійно підвищують голос.

Методика «Незакінчені речення». Результати цього дослідження допомогли виявити ставлення дітей до батьків. У 50% випадках діти іноді відчувають емоційний дискомфорт.

- Хороші взаємини склалися в 30 сім'ях (30 %), це говорить про те, що дитина відчувається досить комфортно в цій сім'ї.

– Погані взаємини. У 66 сім'ї (70 %) дітей не влаштовують стосунки з обома батьками або з одним з них, що говорить про те, що в цій сім'ї немає взаєморозуміння.

За результатами дослідження були виявлені причини, що викликають тривожність у дитини:

- страх фізичного покарання;
- страх залишитися вдома одному;
- відсутність батьківської ласки;
- крики батьків за провини.

Тест-опитувач батьківського ставлення . Найбільш оптимальним є такий рівень батьківських відносин, як

– кооперація – це соціально бажаний образ батьківської поведінки. батько високо оцінює здібності своєї дитини, відчуває почуття гордості за неї, заохочує ініціативу і самостійність, намагається бути з нею на рівних, що говорить про оптимальний рівень батьківських відносин у цій сім'ї;

– до нейтрального рівня можна віднести стосунки на кшталт «симбіоз» та «маленький невдаха». батьки бачить свою дитину молодше у порівнянні з реальним віком, прагнуть задовольнити її потреби, захистити від труднощів і неприємностей життя, не надають їй самостійності-в сім'ї присутній нейтральний рівень батьківських відносин;

– до негативного рівня батьківських відносин відносять такий тип батьківських відносин, як відкидання та «авторитарна гіперсоціалізація», то говорить про негативне батьківське ставлення у сім'ї.

Таким чином, за результатами цієї методики можна казати про те, що більшість сімей використовують неефективні відносини з дитиною, що призводить до розростання тривожності у дітей.

Порівняльний аналіз. Порівнюючи дані за цією методикою та результати тестів, спрямованих на обстеження дітей, виявлено, що порушення у

батьківських відносинах з дітьми впливають на їхній емоційний стан, зокрема, на прояв тривожності.

В результаті проведеного дослідження, підсумовуючи отримані результати, виділені рівні дитячо-батьківських відносин у сім'ї. Критеріями визначення рівнів дитячо-батьківських відносин є:

- дитяче відношення до батьків;
- знання батьків про виховання дитини;
- батьківське відношення до дітей.

Високий рівень – характеризується достатнім обсягом знань та уявлень батьків про виховання дитини. Дитина в сім'ї почувається комфортно та затишно. Батьки поважають свою дитину, схвалюють її інтереси та плани, намагаються у всьому допомогти їй, заохочують її ініціативу та самостійність.

Середній рівень – характеризується недостатнім обсягом знань та уявлень батька про виховання дитини. Батьки порушують взаємини з дітьми, дитина почувається самотньою, вони не надають їй самостійності.

Низький рівень – характеризується незнанням батьків про виховання дітей. Дитина не задоволена своїм сімейним становищем, відчуває підвищену тривожність. Батьки сприймають свою дитину поганою, непристосованою, невдачливою, відчувають по відношенню до дитини дратівливість і образ.

Результати обстежень:

7. високий рівень (29 дітей);
8. середній рівень (47 дітей);
9. низький рівень (20 дітей);

Результати проведеного дослідження показали, що середній і низький рівні розвитку дитячо-батьківських відносин викликають особливу увагу, оскільки у відносинах батьків з дітьми простежуються деякі порушення, які позначаються на появі у дітей тривожності.

Причинами, що спричинили зростання тривожності у дітей, є те, що:

- у батьків не сформовано повне уявлення про виховання дитини;

- дитина не відчуває себе затишно та комфортно в сім'ї (вона не задоволена своїм становищем у сім'ї);
- діти ростуть в умовах дефіциту добра, ласки, кохання, бояться покарання;
- у сім'ї несприятлива обстановка, надмірна опіка.

5. Складена програма психолого-педагогічного супроводу тривожних дітей спрямована на зміцнення психологічного здоров'я дітей дошкільного віку та орієнтована на вирішення деяких проблем розвитку дитини.

Мета програми: корекція рівня тривожності дітей старшого дошкільного віку у межах психолого-педагогічного супроводу.

Створення та впровадження практико-орієнтованої програми психолого-педагогічного супроводу передбачає гуманізацію педагогічного процесу та методів виховання дітей. Її суть полягає у занепокоєнні за життя дітей, їхні проблеми, їх труднощі, переживаннями та прагненнями звертатись до справжньої, реальної «Я» дитини.

Наголошуючи на діяльній спрямованості цього підходу, «орієнтацію не на об'єкт, а на роботу з ним», головне «в тому, щоб організувати співпрацю з дитиною, спрямовану на її самопізнання, пошук шляхів самоврядування внутрішнім світом і системою відносин». Гуманістичний підхід передбачає створення психолого-педагогічних умов для цілісного розвитку внутрішніх задатків дитини, її духовних та пізнавальних потреб.

Завдання програми:

- розширення можливостей розуміння тривожної дитини значущими дорослими;
- вироблення батьками та педагогами ефективних навичок взаємодії з тривожною дитиною;
- надання допомоги педагогам у створенні умов гармонізації емоційно-особистісного розвитку дитини.

Критерії ефективності програми:

- зниження тривожності;
- зниження кількості страхів;
- підвищення впевненості у собі;
- підвищення психолого-педагогічної компетенції дорослих

Організація комплексного підходу (психолог-педагог-батько), наповнення його певним змістом, знанням теорій, вміннями здійснювати психолого-педагогічну підтримку тривожних дошкільнят, сприяє вирішенню певних завдань, спрямованих на зниження високого рівня тривожності у старших дошкільнят, допомогу дитині, навчання дітей конструктивної взаємодії з навколишнім світом та набуття навичок соціально прийнятних способів поведінки

Етапи психолого-педагогічного супроводу тривожної дитини:

етап – діагностичний.

Мета: виявлення тривожних дітей та причин, що зумовлюють емоційну нестабільність (анкетування). Діагностика.

Досвідчений вихователь у перші ж дні знайомства з дітьми зрозуміє, хто з них має підвищену тривожність. Однак перш ніж робити остаточні висновки, необхідно спостерігати за дитиною, яка викликає побоювання, у різні дні тижня, під час навчання та вільної діяльності, у спілкуванні з іншими дітьми.

Першим кроком психолога у роботі з тривожною дитиною має стати з'ясування можливих причин такої поведінки. Необхідно спробувати зібрати якомога повнішу інформацію про поведінку дитини у групі дитячого садку, вдома, у громадських місцях. З цією метою можна використовувати такі діагностичні методи:

- спостереження;
- бесіда та анкетування батьків та вихователів;
- проектні методики.

Даний варіативний діагностичний пакет дозволить психологу розібратися в причинах тривожності дитини та намітити подальшу роботу з нею:

етап – реалізація заходів щодо усунення виявлених проблем.

Мета: профілактика та корекція тривожності у дітей старшого дошкільного віку.

етап – діагностичний.

Мета: визначення ефективності проведених заходів (повторна діагностика).

Основні блоки програми:

Діагностичний блок. Мета - первісна психодіагностика дитини, дитячо-батьківських взаємин, вихователів. Для відстеження результативності проведеної роботи діагностика можна провести після закінчення програми супроводу.

Інформаційний блок. Мета - розкриття конкретного змісту тих питань, які включає дана проблема.

Корекційний блок. Мета - гармонізація та оптимізація емоційно-особистісної сфери дитини, формування та закріплення ефективних навичок взаємодії з тривожною дитиною педагогів та батьків, розширення можливостей розуміння ними тривожної дитини.

Технології, методи та прийоми, що використовуються в даній програмі:

Казкотерапія – активізація ресурсів, потенціалу особистості, усвідомлення почуттів, емоцій.

Ігротерапія - використовується для зниження напруженості, м'язових затискачів, тривожності, страхів та підвищення впевненості у собі.

Тілесна терапія – сприяє зниженню м'язових затискачів, напруги, тривожності.

Арт-терапія – актуалізація страхів, підвищення впевненості, розвиток дрібної моторики, зниження тривожності.

Релаксація - Підготовка тіла та психіки до діяльності, зосередження на своєму внутрішньому світі, звільнення від зайвої нервової напруги.

Концентрація - Зосередження на своїх зорових, звукових та тілесних відчуттях, на емоціях, почуттях та переживаннях.

Функціональна музика - заспокійлива та відновлююча музика сприяє зменшенню емоційної напруженості, перемикає увагу.

Було проведені спеціальні заняття для дошкільнят, використовуючи розвиваючі ігри та вправи.

Програма була складена з кількох блоків, для дослідно-практичної роботи, що відповідають меті дослідження:

«Корекція тривожності. Формування соціальної довіри» та «Гармонізація суперечливості особистості. Формування адекватної самооцінки у дітей віком».

Заняття будувалися на матеріалі, близькому та зрозумілому дітям, пов'язаному з актуальними для них проблемами.

Мета програми: Допомогти дітям старшого дошкільного віку впоратися з переживаннями, які перешкоджають їхньому нормальному емоційному самопочуттю та спілкуванню з однолітками.

Зміст програми:

Блок 1. Корекція тривожності. Формування соціальної довіри. (4 заняття).

Завдання:

1. Допомогти у подоланні негативних переживань та зняття страхів.
2. Зменшити тривожність.
3. Виховати впевненість у собі.
4. Зменшити емоційну напругу.

Блок 2. Гармонізація суперечливості особистості. Формування адекватної самооцінки в дітей віком. (4 заняття).

Завдання:

1. Коригувати поведінку за допомогою рольових ігор.

2. Вчити розпізнавати емоції за зовнішніми сигналами.
3. Зняти емоційну напругу.
4. Створити позитивний емоційний настрій.
5. Тренувати психомоторні функції.

Розроблена серія із 8 занять розрахована на термін 4 тижні. Структура та методи проведення занять відповідають засадам соціально-психологічного тренінгу. Тривалість занять – 30-35 хвилин. Заняття проводилися двічі на тиждень.

Програма розрахована на дітей 6-7 років та включає пізнавальні заняття, ігрові міні-тренінги та вправи з тілесно-орієнтованих технік. Корекційна робота велася на основі принципу формуючого та помірною навчання. Усі заняття мали гнучку структуру, розроблену з урахуванням вікових особливостей дітей та ступеня вираженості дефекту. Заняття будувалися на основі принципів інтегрування (включення елементів музичної арттерапії, танцювально-рухової терапії), системності та наступності. Вибір тематики занять визначався характером порушення розвитку та підбором найбільш адекватної тактики корекційно-розвивальної роботи. Форми роботи визначалися цілями занять, котрим характерне поєднання як традиційних прийомів і методів (фронтальні та індивідуальні заняття), і інноваційних (малювальні тести, малювання під музику та інших.).

Було зроблено припущення, що у процесі занять у дітей мають розвинутися комунікативні якості, збагачуватися емоційний досвід, активізуватися мислення, усвідомлюватись і переживатись успіхи-невдачі, результати діяльності, проектуватись суспільні взаємодії та рухові акти, формуватись особистісна орієнтація. Настрій дітей, їхній психологічний стан у конкретні моменти були підставою варіювання методів, прийомів та структури занять.

Структуру занять можна представити як послідовних етапів. У кожному занятті необов'язково є всі етапи.

- ритуал привітання, розігрів дітей, тобто вправи та ігри, спрямовані на активізацію психічних процесів, емоційного та фізичного стану дітей;
- створення проблемної ситуації на тему заняття у вигляді використання ігрового чи сюрпризного моментів, інсценування, зачитування художніх текстів чи розповідання казки чи історії;
- дискусія щодо проблеми з індивідуальними висловлюваннями дітей, де педагог є організатором дискусії та призводить дітей до необхідності узагальнення сказаного, тобто до вирішення проблеми;
- можливе малювання на тему (з діагностичною чи профілактично корекційною метою);
- ігри, спрямовані на розвиток спілкування та емоційної сфери дітей: програвання значущих для дітей ситуацій за їх участю з метою корекції порушень у сфері міжособистісних відносин; зняття тривожності, ігри на гармонізацію особистості дитини та загальну згуртованість групи;
- релаксація;
- ритуал прощання.

6. Якісний аналіз результатів тесту тривожності показав, що понад 50% (високий рівень тривожності) ознак тривожності є у 24 дітей.

Від 20-50% (середній рівень тривожності) ознак тривожності: у 48 дітей.

Менше 20% (низький рівень тривожності) ознак тривожності є у 24 дітей.

Аналіз результатів спостереження показав, що понад 50% (високий рівень тривожності) ознак тривожності є у 24 дітей.

Від 20 – 50 % (середній рівень тривожності) ознак тривожності у 48 дітей. Менше 20% (низький рівень тривожності) ознак тривожності у 24 дітей. При цьому в деяких дітей найбільше ознак тривожності в діяльності в режимні моменти, в організованій діяльності, в неорганізованій діяльності.

Після проведення групової корекційно-розвивальної роботи у 24 дитини були виявлені низькі показники тривожності, у 51- середній рівень, у 21 - показники тривожності залишилися високими.

Таким чином, у 36 осіб з 96 вдалося знизити рівень тривожності. Це свідчить у тому, що корекційно-розвивальна робота, спрямована на зниження тривожності у дітей дошкільного віку виявилася ефективною.

ПЕРЕЛІК ПОСИЛАНЬ

1. Атемасова О. А. Проблеми розвитку та корекція емоційної сфери молодших школярів. Харків: ТОВ Видавництво «Ранок», 2011. 176 с.
2. Бабаян Ю. О., Коновалюк О. О. Взаємозв'язок тривожності та навчальної успішності молодших школярів. Збірник наукових праць: Психологічні науки. 2014. Вип. 12 (103). С. 18–21.
3. Бех І. Д. Особистісно зорієнтоване виховання: науково-метод. посібник. Київ: ІЗМН, 1998. 204 с.
4. Білоусова Н. М. Феномен «переживання»: теоретичні та прикладні аспекти проблеми. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Психологічні науки. 2015. Вип. 126. С. 11–16.
5. Боштан В. Соціальний контекст тривожності у психоаналізі, екзистенційній та гуманістичній психології. Вісник Прикарпатського університету. Філософські і психологічні науки. Івано-Франківськ, 2015. Вип. 19. С. 118-124.
6. Булах І. С., Хомич Г. О., Виногородський А. М., Сабанадзе І. О. Соціально-психологічні аспекти процесу адаптації учнів: навчально-методичний посібник. Київ: КДПУ ім. М. П. Драгоманова, Переяслав-Хмельницький державний педагогічний інститут ім. Г. С. Сковороди, 1997. 180 с.
7. Волошок О.В. Особистісні чинники тривожності студентської молоді // Вісн. Одес. нац. ун-ту. Психологія 2012. Вип. 8. С. 479-484.
8. Вольнова Л., Дьоміна Г. Чинники виникнення та посилення та посилення проявів тривоги у дітей дошкільного віку. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія : Психологічні науки. 2020. Вип. 9 (54). С. 32–45
9. Галієва О.М. Диференціація понять «тривога» та «тривожність». // Психологія та соціальна робота. Київ, 2019. Т. 24. Вип.1 (49). С. 32-48.
10. Гордова О. В. Психологічні аспекти вираження переживань

першокласників в контексті проблеми шкільної адаптації. 2008. URL: <https://ela.kpi.ua/bitstream/123456789/8761/1/16.pdf>

11. Гуд Г. О. Психологічна характеристика негативних переживань дітей молодшого шкільного віку// Актуальні проблеми рекреаційної психології та педагогіки дитинства: матеріали V Міжнар. наук.-практ. конф. (Одеса, 14 – 15 вересня 2018). Одеса: Букаєв В. В., 2018. С. 129–133.

12. Гуд Г. О. Негативні переживання дітьми молодшого шкільного віку, зумовлені соціальними чинниками// Психологія людини: свідомість та реальність: зб. матеріалів VIII Міжнар. наук.-практ. конф. (Ніжин, 30–31 жовтня 2018). Ніжин: НДУ імені М. Гоголя, 2018. С. 44–47.

13. Гуд Г. О. Динаміка вираженості негативних переживань в учнів молодшого шкільного віку// Особистість у сучасному просторі: матеріали наукового круглого столу (Київ, 7 грудня 2018). Київ, 2018.

14. Гуд Г. О. Особливості розвитку негативних переживань у молодшому шкільному віці// Психологічний часопис. Інститут психології імені Г. Костюка НАПН України. 2019. Т. 5. №4. С.38–52. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/psch_2019_5_4_5.

15. Гуд Г. О. Рівнева диференціація прояву тривожності у молодших школярів: емпіричний аспект дослідження// Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України / гол. ред. С. Д. Максименко. Київ: Видавництво «Фенікс», 2019. Том XII. Вип. 25. С. 64– 76.

16. Гуд Г. О. Психолого-педагогічні засоби профілактики та корекції негативних переживань молодших школярів// Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України / гол. ред. С. Д. Максименко. Київ; Ніжин: ПП Лисенко М. М., 2019. Том IX. Вип. 12. С. 83–96.

17. Гуд Г. О. Психологічні особливості формування толерантності до негативних переживань у молодших школярів. Теоретичні і прикладні проблеми психології: зб. наук. праць / гол. ред. колег. Н. Є. Завацька.

Сєвєродонецьк: СНУ ім. В. Даля, 2020. № 1 (51). С. 62–81.

18. Депутат Н.І. Передумови виникнення тривожності у дітей дошкільного віку із затримкою психічного розвитку. Педагогічна освіта: теорія і практика. 2011. № 8. С. 390-395. Режим доступу : http://nbuv.gov.ua/UJRN/znppo_2011_8_69

19. Дмитріюк Н.С. Проблема тривожності у старших дошкільників: деякі емпіричні кореляти та індикатори// Актуальні проблеми психології. 2015. № 10(27). С. 133-143. URL : <http://appsychology.org.ua/data/jrn/v10/i27/14.pdf>

20. Драган А. Розвиток міжособистісних відносин дітей молодшого шкільного віку. Науковий вісник МНУ ім. В. О. Сухомлинського. 2015. № 1 (48). С. 117–120.

21. Ентоні М., Рова Карен. Розлад соціальної тривоги. Львів: Свічадо, 2018. 122 с.

22. Завгородня О. В. Проблема психологічного здоров'я: спроба теоретичного аналізу// Практична психологія та соціальна робота. 2007. № 1. С. 55–60

23. Залеська О. Діти в умовах травматичної кризи// Психолог: всеукраїнська газета для психологів, учителів, соціальних педагогів. 2015. № 11–12. С. 35–38.

24. Зелінська Т. М. Амбівалентність особистості: теорія, діагностика і психокорекція. Навчальний посібник. К.: Каравела, 2016. 256 с.

25. Іванова Т.В. Тривога як психологічний феномен/ Т.В. Іванова, І. Зимогляд// Соціально-гуманітарні аспекти розвитку сучасного суспільства: матеріали Всеукраїнської наукової конференції викладачів, аспірантів, співробітників та студентів, м. Суми, 23-24 квітня 2015 року. Суми: СумДУ, 2015. С. 237-239.

26. Казаннікова О. Особливості проявів тривожності в молодших школярів// Науковий вісник Херсонського державного університету. 2014. Т. 1. Вип. 1. С. 176–180.

22. Кіріченко Д. І. Причини та ознаки тривожності у дітей молодшого шкільного віку/ Д. І. Кіріченко. Соціально-психологічні технології розвитку особистості: зб. наук. праць за матеріалами V Міжнародної науковопрактичної конференції молодих вчених, аспірантів та студентів (м. Херсон, 14 травня 2020 р.). Херсон : ФОП Вишемирський В.С., 2020. 265 с.
27. Кириленко Т. С. Пошук гармонії: емоційні переживання та стани особистості (вчинково-орієнтований підхід). Київ: Видавничо-поліграфічний центр «Київський університет», 2004. 100 с.
28. Кириленко Т. С. Психологія: емоційна сфера особистості: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Київ: Либідь, 2007. 253 с.
29. Кириленко Т. С., Давискиба І. П. Емоційні переживання в процесі самореалізації особистості// Наука і освіта. 2010. № 9. С. 71–74.
30. Ковальчук О. Виникнення тривожності у дітей та профілактика страхів// Психолог. 2009. № 11–12. С. 22–23.
31. Козлюк О. А., Руденко Н. М. Особливості розвитку тривожності дошкільників у системі дитячо-батьківських взаємин// Проблеми сучасної психології : збірник наукових праць КПНУ імені Івана Огієнка. 2017. Вип. 36. С. 131–145.
32. Кононко О. Л. Соціально-емоційний розвиток особистості (у дошкільному дитинстві): навч. посіб. для вищ. навч. закладів. Київ: Освіта, 1998. 255 с.
33. Корекційно-розвиткова програма формування стійкості до стресу у дітей дошкільного віку та школярів «Безпечний простір»: навч.-метод. посіб. / Богданов С. О. та ін., за ред. С. О. Богданова, В. Г. Панка. Схвалено для використання Інститутом модернізації змісту освіти МОН України (лист від 08.06.2017, № 21.1/12-Г-300), ухвалено до друку за рекомендацією вченої ради НаУКМА від 25.05.2017, протокол № 7. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v5480729-18#Text>
34. Коцур Н. І., Годун Н. І. Психоемоційні стреси в школярів:

ризика розвитку та шляхи запобігання. Молодий вчений. 2017. № 91 (491). С. 97–100.

35. Коць Є.М. Психологічні особливості когнітивно-поведінкових стратегій осіб із соціальною тривожністю: дис. канд. психол. н.: 19.00.01; Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки; Луцьк, 2018. 213 с.

36. Кочерга О. Чутливість психофізіологічних систем та їх вплив на навчання учнів// Початкова школа. 2017. № 3. С. 1–4.

37. Кошлань І. Г. Тривожність у підлітків-акцентуантів// Наука і освіта. 2012. № 6. С. 109-113.

38. Кутішенко В. Корекційна робота психолога та педагога / соціального працівника з профілактики та подолання агресивної поведінки молодших школярів// Початкова школа. 2018. № 1. С. 54–56.

39. Кутішенко В. П. Психологічне здоров'я молодших школярів в контексті їх соціальної взаємодії з дорослими. URL: <https://core.ac.uk/reader/33688254>

40. Легін В. Б Рефлексивні вміння у навчальній діяльності молодших школярів // Молодий вчений. 2018. № 10 (62). С. 74–77

41. Лелюх-Степанчук О. О. Особливості емоційного розвитку дітей молодшого шкільного віку// Теорія і практика сучасної психології. 2018. № 2. С. 140–144.

42. Макаренко О. Вінс В., Голубєва М., Ходос О. Психолого-педагогічні особливості прояву стресу у молодших школярів. // Соціальна психологія. 2008. № 6. С. 122–130.

43. Макаренко О., Голубєва М. Психологічні аспекти подолання стресу// Соціальна психологія. 2010. № 2. С. 18–27.

44. Максим О. В. Психологічні механізми адаптації дітей з порушеннями розвитку саморегуляції до соціокультурного середовища. Проблеми освіти: збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С.

Костюка Національної АПН України / за ред. С. Д. Максименка. Т. XV. Част. 4. Київ: «ГНОЗІС», 2013. С. 34–40.

45. Максименко К. С. Психічні стани як вияв існування особистості. Наук. записки / Ін-т психології ім. Г. С. Костюка АПН України; за ред. С. Д. Максименка. Вип. 26. Київ, 2005. С. 62–67.

46. Максименко С. Д. Переживання як категоріальна основа сучасної загальної та медичної психології// Психологічні науки: зб. наук. праць. Т. 2. Вип. 9. С. 5–9.

47. Макух О. І. Особливості межових психічних станів молодших школярів у процесі навчальної діяльності: автореф. дис. канд. психол. наук: 19.00.07 / Ін-т психології ім. Г. С. Костюка АПН України. Київ, 2009. 20 с.

48. Маркер К., Ейлворд Е. Генералізований тривожний розлад. Львів: Свічадо, 2017. 123 с.

49. Міщенко, М.П., & Хавіна, І.В. (2017). Психологічні особливості страхів і тривожності у дітей дошкільного віку. О.Г. Романовський (Ред.), Проблеми та перспективи формування національної гуманітарно-технічної еліти : матеріали міжнародної науково-практичної конференції студентів, аспірантів та молодих вчених «Психолого-педагогічні аспекти формування управлінського потенціалу сучасної молоді: теорія і практика», (21 жовтня 2016 р.). (Вип. 46 (50), с. 18-31). Харків: НТУ «ХПІ». URL : <http://repository.kpi>.

50. Омельченко, Яніна. Психологічна допомога дітям з тривожними станами [Текст] / Я. Омельченко, З. Кісарчук. К. : Шкільний світ, 2008. 112 с.

51. Пасічніченко А. В. Особливості тривожності дітей дошкільного віку. Вісник Харківського національного університету. Серія : Психологія. 2012. № 109. С. 93–95.

52. Петренко В.Є. Вікові аспекти психологічної корекції тривожності. Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. Серія 12: Психологічні науки. Київ, 2014. Вип. 44. С. 175-180.

53. Помиткіна Л. В. Соціально-психологічні чинники шкільної тривожності молодших школярів// Актуальні проблеми психології. 2015. Т. 10, Вип. 27. С. 482–492.
54. Ревть А., Карпенко О. Особливості тривожності дітей дошкільного віку: теоретичні аспекти. Людинознавчі студії. Серія : Педагогіка, 2022. № 14(46). С. 36–41
55. Сарасон Дж. Стрес, тривожність та когнітивні втручання: реакція на тест. J. of Personality and Social Psychology. 1984. Т. 46. С. 929–938.
56. Севастьянова Т. В. Позбавляємося від агресії за допомогою гри// Дошкільне виховання. 2008. № 12. С. 77–80.
57. Сімович О. Г. Психологічні особливості прояву психічних станів у дітей молодшого шкільного віку// Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки. 2015. № 2 (27). С. 69–77.
58. Склярєнко О. М. Психологічні детермінанти та психокорекція шкільних страхів у молодших школярів: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / Нац. пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова. Київ, 2005. 22 с.
59. Славіна Н. С. Вплив особливостей сімейних відносин на емоційну сферу дитини. Наукові записки Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / за ред. акад. С. Д. Максименка. Київ: Міленіум, 2006. Вип. 27. 536 с.
60. Ставицька, С.О. (1998). Психолого-педагогічні умови подолання особистісної тривожності у дітей молодшого шкільного віку. (Автореф. дис. канд. психол. наук). Київ.
61. Сторож О. В. Тривожність як детермінанта творчої соціалізації особистості. Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць / Ін-т психології ім. Г.С. Костюка НАПН України. Т. 1: Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія. Київ, 2016. Вип. 44. С. 160–165.
62. Стоссел С. Епоха тривожності. Страх, надії, неврози і пошуки душевного спокою. Київ: Центр навчальної літератури, 2019. 450 с.

63. Стрілецька І. І. Особистісна тривожність як складний полідетермінований психічний процес / І. І. Стрілецька // Інсайт: [зб. наук. праць студентів, аспірантів та молодих вчених / ред. кол. І.В. Шапошникова, О. Є. Блинова та ін.]. Вип. 13. Херсон: ПП Вишемирський В.С., 2016. С. 299–301.
64. Тесленко М.М. Дослідження впливу тривожності підлітка на його статусне положення у груп однолітків// Психологія і особистість. 2016. № 2(10). Ч. 1. С.105- 115.
65. Томчук С. М., Томчук М. І. Психологія тривоги, страху та агресії особистості в освітньому процесі: монографія. Вінниця: КВНЗ «ВАНО», 2018. 200 с.
66. Халько М. С. Емпіричне дослідження переживання тривожності у дітей молодшого шкільного віку// Теорія і практика сучасної психології. 2019. № 1. Т. 2. С. 139–143.
67. Чабан О. С., Хаустова О. О., Жабенко О. Ю. Ситуаційна соціокультурна тривога: сучасні провокації та їх психосоматичні розв'язання. *НейроNews*. 2010. Вип. 4. С. 10-15.
68. Чиньона І.І. Особливості впливу тривожності на розвиток соціального інтелекту студентів: дис. канд. психол. наук: 19.00.05. Херсон; Східноукраїнський національний університет імені Володимира Даля. 2017. 240 с.
69. Чуйко О.В., Іванова І.В. Вплив рівня тривожності на успішність навчальної діяльності// Актуальні проблеми психології. Психологія особистості. Психологічна допомога особистості. 2017.Том XI.. Вип. 16. Київ, С.215-226.
70. Шапранова Т. А., Родькіна К. О. Профілактика навчального стресу// Практична психологія та соціальна робота. 2009. № 7. С. 31–34.
71. Шатковська О. І., Кушнір Ю. В. Особливості шкільної тривожності в підлітковому віці як соціально-педагогічна проблема// Молодий вчений. 2017. № 11 (51). С. 835–838.

72. Ale, Ch.M., Chorney D.B., Brice, Ch.S., & Morris, T.L. Facial affect recognition and social anxiety in preschool children. *Early Child Development and Care*. 2010. № 180 (10). P. 1349-1359. <https://doi.org/10.1080/03004430903059318>
73. Alkozei, A., Cooper, P.J., & Creswell, C. Emotional reasoning and anxiety sensitivity: Associations with social anxiety disorder in childhood. *Journal of Affective Disorders*. 2014. № 152–154 (Jan.). P. 219-228. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2013.09.014>
74. Apetroaia, A., Hill, C., & Creswell, C. Parental responsibility beliefs: associations with parental anxiety and behaviours in the context of childhood anxiety disorders. *Journal of Affective Disorders*. 2015. № 188 (1 Dec.). P. 127-133. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2015.08.059>
75. Burns R., Kaufman S. Kinetic family drawings (K-F-D);: An introduction to understanding children through kinetic drawings. Brunner/Mazel, 1970. 160 p.
76. Campbell-Sills L., Barlow D. H., Brown, T A., Hofmann S. G. Effects of suppression and acceptance on emotional responses on individuals with anxiety and mood disorders. *Behavior Research and Therapy*. 2006. № 44 (9).
77. Campbell S. B. Behavior problems in preschool children: Clinical and developmental issues. New York : Guilford Publications, Inc., 2006. 334 p.
78. Dougherty, L.R., Tolep, M.R., Bufferd, S.J., Olino, Th.M., Dyson, M., & Traditi, J. Preschool anxiety disorders: comprehensive assessment of clinical, demographic, temperamental, familial, and life stress correlates. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*. 2013. № 42(5). P. 577-589. <https://dx.doi.org/10.1080%2F15374416.2012.759225>
79. Friedman, B.H. An autonomic flexibility-neurovisceral integration model of anxiety and cardiac vagal tone. *Biological Psychology*. 2007. № 74. P. 185-199. <https://doi.org/10.1016/j.biopsycho.2005.08.009>

80. Dorkey M., Amen E. W. A continuation study of anxiety reactions in young children by means of a projective technique // *Genetic Psychology Monographs*, 1947. № 35(2). P. 139-183
81. Hudson, J.L., Dodd, H.F. & Bovopoulos, N. Temperament, family environment and anxiety in preschool children. *Journal of Abnormal Child Psychology*. 2011. № 39 (7). P. 1573-2835. <https://doi.org/10.1007/s10802-011-9502-x>
82. Izard Carroll E. *The Psychology of Emotions* Springer New York, NY 2004. 452 p.
83. Lazarus R. S., Cohen-Charash Y. Discrete emotions in organizational life. *Emotions at work: Theory, research and applications for management* / Edited by Payne Roy L., Cary L. Cooper. 2001. Vol. 4584. P. 45–85.
84. Lazarus, R.S., Dodd, H.F., Majdandžić, M., Vente, W.de, & Hudson, J.L. The relationship between challenging parenting behaviour and childhood anxiety disorders. *Journal of Affective Disorders*. 2016. № 190 (15 Jan.). P. 784-791. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2015.11.032>
85. Parkinson, B., Totterdell, R., Briner, R.B. and Reynolds, S. *Changing Moods: The Psychology of Mood and Mood Regulation*. Longman, London, 1996.
86. Shamir-Essakow, G., Ungerer, J.A, & Rapee, R.M. Attachment, behavioral inhibition, and anxiety in preschool children. *Journal of Abnormal Child Psychology*. 2005. № 33 (2, April). P. 131-143. <https://doi.org/10.1007/s10802-005-1822-2>
87. Spielberger C. *Encyclopedia of Applied Psychology* Academic Press, 2004 2688 p
88. Wolff S. *Children under stress*. N.Y.: Penguin, 1973. 283 p.