МБДОУ «Детский сад компенсирующего вида № 53 Сказка»

Система работы по коррекции тревожности детей дошкольного возраста

Педагог-психолог Женина Ирина Геннадьевна

Терминологическое пространство проблемы



• "Тревожность - постоянно или ситуативно проявляемое свойство человека приходить в состояние повышенного беспокойства, испытывать страх и тревогу в специфических социальных ситуациях".

Р.С. Немов

• «Тревожность — это переживание эмоционального дискомфорта, связанное с ожиданием неблагополучия, с предчувствием грозящей опасности. Различают тревожность как эмоциональное состояние и как устойчивое свойство, черту личности или темперамента.»

А. М. Прихожан

• «Тревогу с одной стороны можно рассматривать как врожденную реакцию на опасность, присущую каждой личности, с другой стороны - степень тревожности человека зависит от степени интенсивности обстоятельств (стимулов), вызывающих чувство тревоги, с которыми сталкивается человек, взаимодействуя с окружающей средой.»

М.С. Каган

Основные теоретические положения



- Тревожность имеет ярко выраженную возрастную специфику, которая обнаруживается в её источниках, содержании, формах проявления и запрете.
- Для каждого возрастного периода существуют определённые области, объекты действительности, которые вызывают повышенную тревогу большинства детей, вне зависимости от наличия реальной угрозы или тревожности как устойчивого состояния.
- У каждого человека существует свой оптимальный или желательный уровень тревожности полезной тревожности, назначение которой является обеспечение безопасности субъекта на личностном уровне.

Диагностика тревожности

Н.Н.Мельникова, Д.М.Полев, О.Б.Елагина «ГОТОВНОСТЬ К ОБУЧЕНИЮ В ШКОЛЕ» батарея методик, форма А

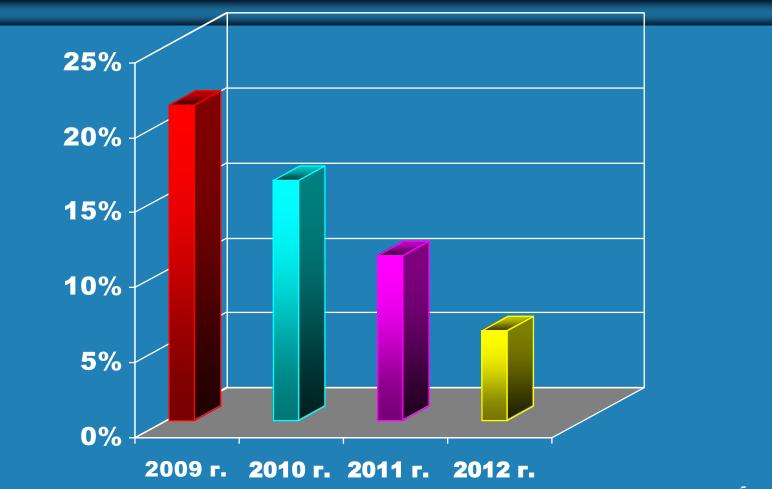
Цель:

констатация факта присутствия тревожности на данный момент.

Изучение тревожности:

- •наблюдение в ситуации тестирования;
- •изучение графических проявлений тревожности;
- •эмоциональный блок

Динамика показателей тревожности



Условия, при которых формируется тревожность

по А. Адлеру

Органическая физическая неполноценность организма

• Тревожность, напрямую связанная с детскородительскими и семейными отношениями, стилем воспитания

Тревожность, как эмоциональный настрой, преобладание чувства беспокойства

Тревожность как свойство темперамента

Перечень диагностических материалов.

- Анализ генезиса детской тревожности
- Изучение психофизических параметров
- Тест тревожности (Р.Тэммл, М.Дорки, В. Амен)
- Контент анализ рисуночных тестов:

Тест "Кинестетический рисунок семьи" (Р.Бернс, С.Кауфман)

Проективный тест «Человек под дождём» (психолог Н.Юринова)

Тест «Автопортрет» (адаптирован Р. Бернсом) Тест «Картина мира»

Проективная методика "Семья животных" (для детей 5 лет и старше)

Методика Дж. Бука "Дом - дерево – человек»

• Проективный вербальный метод « Расскажи историю» (Луиза Дюсс)

Перечень диагностических материалов.

- Интерпретавная проективная методика. Тест "Рука» (Э.Вагнер,З.Пиатровский, Б.Бриклин)
- Методика «Удержание глаз закрытыми»
- "Диагностика эмоциональных отношений в семье" (Е.Бине)
- Методика "Эмоциональная лесенка" (модификация Т. Дембо
 С.Я. Рубинштейна)
- Карта наблюдения «Эмоциональное благополучие» (дневник наблюдений)
- Карта наблюдений (разработана Д. Стоттом)
- Опросник детского поведения Ш. Эйберг, опросники (для родителей и воспитателей)

Виды тревожности

Тревожность ситуационная

Тревожность, как устойчивое образование, закреплённая большим количеством стрессовых ситуаций

Генетически обусловленная личностная тревожность

Личностная тревожность (на уровне расстройства)

Показатели тревожности

- + Диагностика тревожности родителей
- + Диагностика тревожности педагогов
- + Диагностика невротизации педагогов
- + Дополнительные показатели (по необходимости)

Этапы коррекции тревожности

І этап «Естественной психокоррекции»

II этап «Семейный»

Ш этап «Педагогический»

IV этап «Специальный»

Атмосфера доброжелательности по созданию ситуаций успеха

- Выстраивание чёткой и понятной для ребёнка системы правил;
- «Снятие» ответа с помощью специальных приёмов;
- повышение уровня мотивации через личностноориентированное взаимодействие;
- авансирование;
- скрытая инструкция;
- персональная исключительность (поддержка индивидуальности);
- психологическое и педагогическое внушение;
- высокая оценка детали;
- трансляция позитивных успехов ребёнка ему самому, другим детям и родителям.

II этап «Семейный»

Задачи:

- повышение психолого-педагогической компетентности родителей по проблеме тревожности и стилям воспитания;
- «обновление» чувств к ребёнку;
- коррекция тревожности родителей;
- коррекция детско-родительских и внутрисемейных отношений (по возможности);
- стимулирование эффективных приёмов воспитания и коррекции тревожности ребёнка в семье;
- психологическая поддержка;
- обеспечение обратной связи.

Ш этап «Педагогический»

Задачи:

- повышение психолого-педагогической компетентности педагогов по проблеме тревожности;
- обучение практическим приёмам коррекции тревожности ребёнка и семьи;
- «снятие» тревожности педагога индивидуально подобранными методами;
- психологическая поддержка.

IV этап «Специальный»

Задачи:

- делегирование полномочий с целью непосредственной коррекции тревожности детей;
- создание условий для детей с целью преодоления страхов и тревожности;
- коррекция специальными средствами и методами;
- обеспечение обратной связи между участниками.

IV этап «Специальный психологический»

Профилактика тревожности

Коррекция психического развития

Психофизический уровень

Работа со страхами

Психотерапевтическая методика

Коррекция личностного развития

Ситуационные варианты

Метод десенсибилизации

Метод хохочущи фотографий

Цикл упражнений «Первый шаг»

Обучение **расслаблению**

Психологический массаж

Упражнения на преодоление препятствий

Минуты шалости

Представления о школе в рисунках





Представления о учителе в рисунках









Ассоциации родителей

- Внешняя атрибутика (слова, рисунки, связанные с школьными принадлежностями парта, книжка, портфель, тетради, доска и т.п.)
- Эмоциональные реакции (страх, ужас, грусть, мороз по коже и т.п.)
- Образные представления (паук с паутиной, лестница в небо, здание школы с окнами зашторенными или с решётками и т.п.)
- *Представления, связанные с людьми* (слова и рисунки учитель, друзья, дети)
- Представления, связанные с областью знаний (слова –знания, интересное, новое и т. п.)

Авторские разработки

- Релаксационный тренинг «Чаша радости» (старший дошкольный возраст)
- Тренинговые занятия по развитию самоосознания детей старшего дошкольного возраста
- Тренинговые занятия по личностной готовности детей к обучению в школе.
- Цикл арт-терапевтических занятий для детей и взрослых (терапия творческим самовыражением)
- Игротерапия для детей и взрослых

Арт-терапия в коррекции тревожности





Графическая музыка



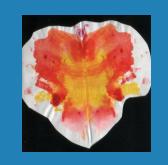


Пластилиновая живопись





Арт-терапия в коррекции тревожности







Работа со страхами

Пятна Роршарха

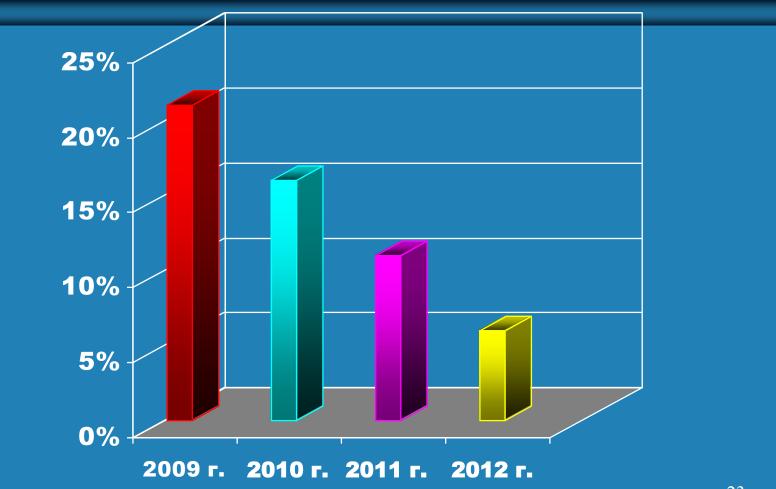


«Ниточное» рисование





Динамика показателей тревожности





Спасибо за внимание!

Педагог-психолог Женина Ирина Геннадьевна