

# Быгынанова Лена Андреевна



Дата рождения -12 октября 1966 года

Образование – высшее,

Учебное заведение,

специальность – СВФУ, организатор-методист

Педагогический стаж – 16 лет

Категория – 1

Награждения – Почетная грамота МО РС (Я)

2006 г.

Семейное положение – замужем,  
имеет 4 детей



## ТЕМА ИССЛЕДОВАНИЯ:

Выявление детской  
эмоциональной  
тревожности и его  
устранение методом  
игровой терапии

Проблема эмоционального самочувствия ребенка является одной из актуальных. Ученые доказали, что между душевным равновесием и физическим здоровьем существует тесная взаимосвязь, что положительное эмоциональное состояние есть важнейшее условие позитивного психического развития личности. Тревожность обычно повышена при нервно-психических и тяжелых соматических заболеваниях, а также у здоровых людей переживающих психотравмы, у лиц с отклоняющимся поведением. Наличие тревожности в дошкольном возрасте может негативно повлиять на становление

**Гипотеза:** Работа с детьми высоким уровнем тревожности будет эффективной, если:

-планомерно и систематически включать в

образовательный процесс комплекс коррекционных игр;

-будет обеспечено правильное психолого-

педагогическое руководство

со стороны воспитателей и родителей.

***Цель исследования–***

**выявить и устранить детскую  
эмоциональную тревожность  
методом игровой терапии.**

## **Задачи:**

- **Выявить причины эмоциональной тревожности у детей старшего дошкольного возраста**
- **Проверить эффективность коррекционно – развивающих занятий в коррекции детской тревожности**

**Предмет исследования:**  
*тревожность как эмоциональная  
проблема у детей дошкольного  
возраста*

**Объект исследования:** коррекция  
детской эмоциональной тревожности  
методом игровой терапии

## **Методы исследования:**

- детский тест тревожности Р. Тэмгла, М. Дорки и В. Амена
- социометрия (Коломинский Я. Л.)

**Экспериментальная база**  
**исследования:** детский сад «Теремок»,  
села Дэбдиргэ Таттинского улуса.



**Научная новизна** заключается в том, что в ходе исследования определены условия устранения тревожности, уточнены теоретические подходы, выявлены методы и приемы устранения эмоциональной тревожности у детей старшего дошкольного возраста.

**Практическая значимость**  
**исследования:** разработаны  
рекомендации по предупреждению и  
устранению тревожности у детей  
дошкольного возраста. Материалы могут  
быть использованы для психолого-  
педагогического просвещения родителей.

**Экспериментальное исследование**  
проводилось в Таттинском улусе, с.  
Дэбдиргэ, в старшей группе, детского  
сада «Теремок» с ноября 2007 года по  
апрель 2008 года.

Участвовало 17 детей.



*Для выявления уровня тревожности у детей старшего дошкольного возраста был проведен **тест определения***

**индекса тревожности Р. Тэмбла, М.Дорки, В. Амена .**

*Эта методика позволяет определить тревожность по отношению к ряду типичных для ребенка жизненных ситуаций взаимодействия с другими людьми, где соответствующее свойство личности проявляется в наибольшей степени.*

В тестировании принимали участие 17 детей. Протоколы подвергаются количественному анализу. На основании данных протокола вычисляется индекс тревожности ребенка (И.Т.)

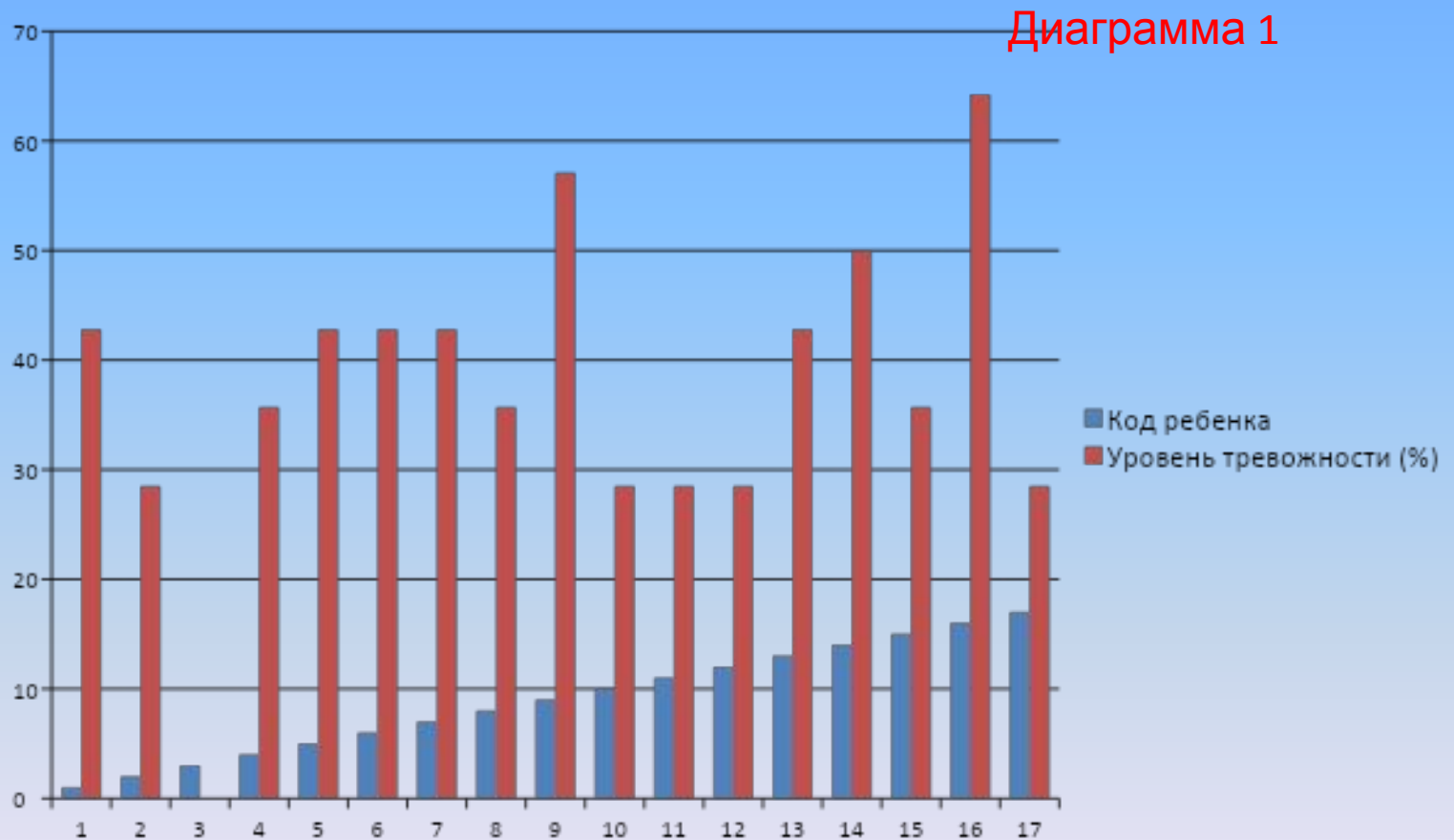
Например:

Код ребенка	Вычисление ИТ	ИТ(%)
1	$ИТ=6:14*100\%$	42,8%
2	$ИТ=4:14*100\%$	28,5%
3	$ИТ=5:14*100\%$	35,7%

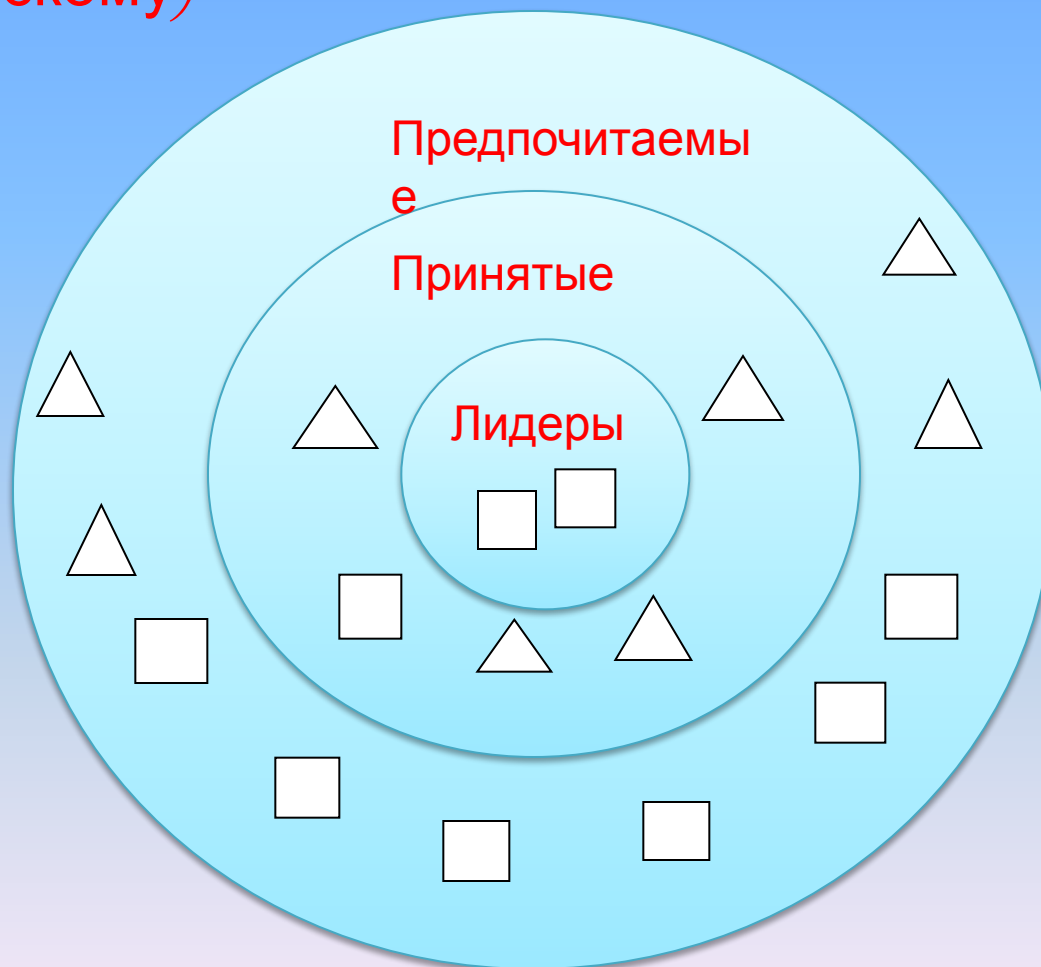
В зависимости от уровня тревожности все дети подразделяются на три группы:

- А) Высокий уровень тревожности (ИТ выше 50%) – у 3 детей;
- Б) Средний уровень тревожности – (ИТ от 20 до 50%) – 14 детей;
- В) Низкий уровень тревожности – (ИТ от 0 до 20%) – не выявлено;

На основании данных теста тревожности была построена диаграмма, отражающая уровень тревожности



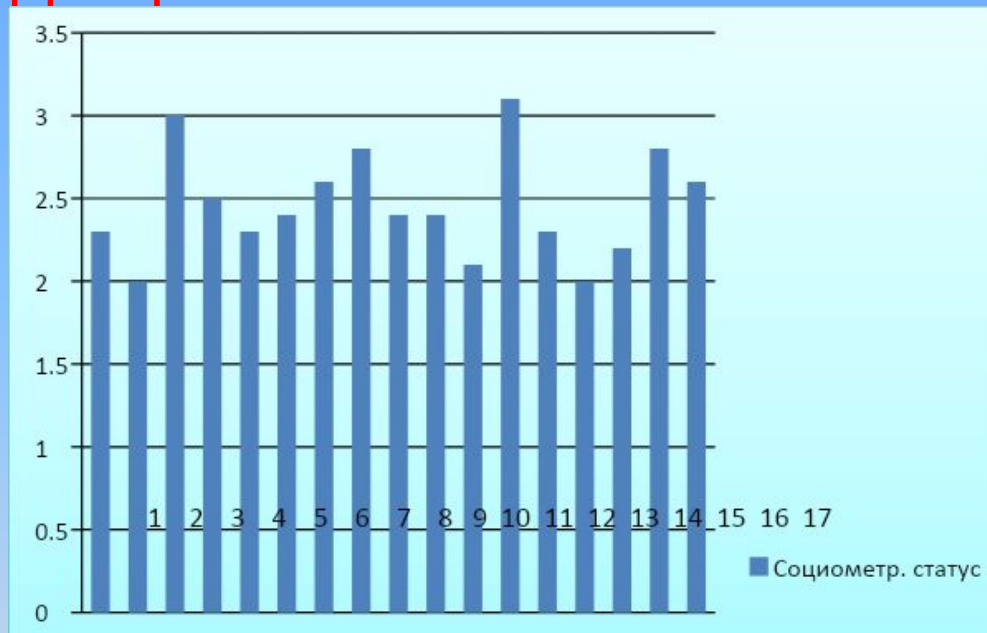
Чтобы наглядно отобразить межличностные отношения и структуру коллектива, дети расположены в зависимости от их статуса на орбитах социогаммы. (Социометрия по Я. Л. Коломинскому)





# Социометрический статус ребенка в старшей группе

## Диаграмма 2



В результате проведенного социометрического исследования в группе детей старшего дошкольного возраста с целью изучения межличностных отношений определены статусные категории каждого ребенка.

В итоге: «лидеры» - 2 человека, «принятые» – 5 человек, «предпочитаемых» - 10. В категории «предпочитаемых»

Анализируя основы психокоррекционной работы с детьми, следует отметить, что в дошкольном возрасте одним из наиболее эффективных методов является **игровая терапия**. Так как известно, что игра представляет собой естественный вид творчества детей, действия, в котором моделируется, отражается доступная пониманию ребенка окружающая действительность.

В игре ребенок получает возможность непосредственного приобретения ценного жизненного опыта. Для коррекции высокого уровня тревожности данным методом я провела работу по адаптированной программе **«Развитие эмоционально – волевой сферы детей старшего дошкольного возраста»** (И. Залесская, С. Антонова), целью которой является снижение уровня тревожности дошкольника путем снятия эмоционального и телесного напряжения.



## «Развитие эмоционально-волевой сферы детей старшего дошкольного возраста»

### Коррекционно-развивающая программа (адаптированная) (Выявление и устранение

тревожности)

Программа разработана для детей старшего дошкольного возраста. Состоит из 10 занятий. Продолжительность каждого занятия 30 минут. Занятия проводятся во второй половине дня, 1-2 раза в неделю. Программа предполагает работу с группой 6-7 человек.

## Задачи программы:

- Формирование осознанного восприятия эмоций.
- Умение адекватно выражать эмоциональные состояния.
- Умение понимать эмоциональное состояние других людей.
- Снять эмоциональное и мышечное напряжение.
- Снизить тревожность, агрессию.
- Развивать навыки взаимодействия друг с другом.
- Совершенствовать внимание, речь, восприятие, воображение.
- Повышение групповой сплоченности.

## Формы и методы работы:

- Метод игровой коррекции: ролевые игры; психогимнастика.
- Арт-терапия: рисуночная; музыкотерапия; элементы танцевальной терапии; творческое рассказывание.
- Метод модификации поведения: кукольная драматизация; поведенческий тренинг.
- Релаксационный метод.

## **Принципы использования игры с коррекционными целями:**

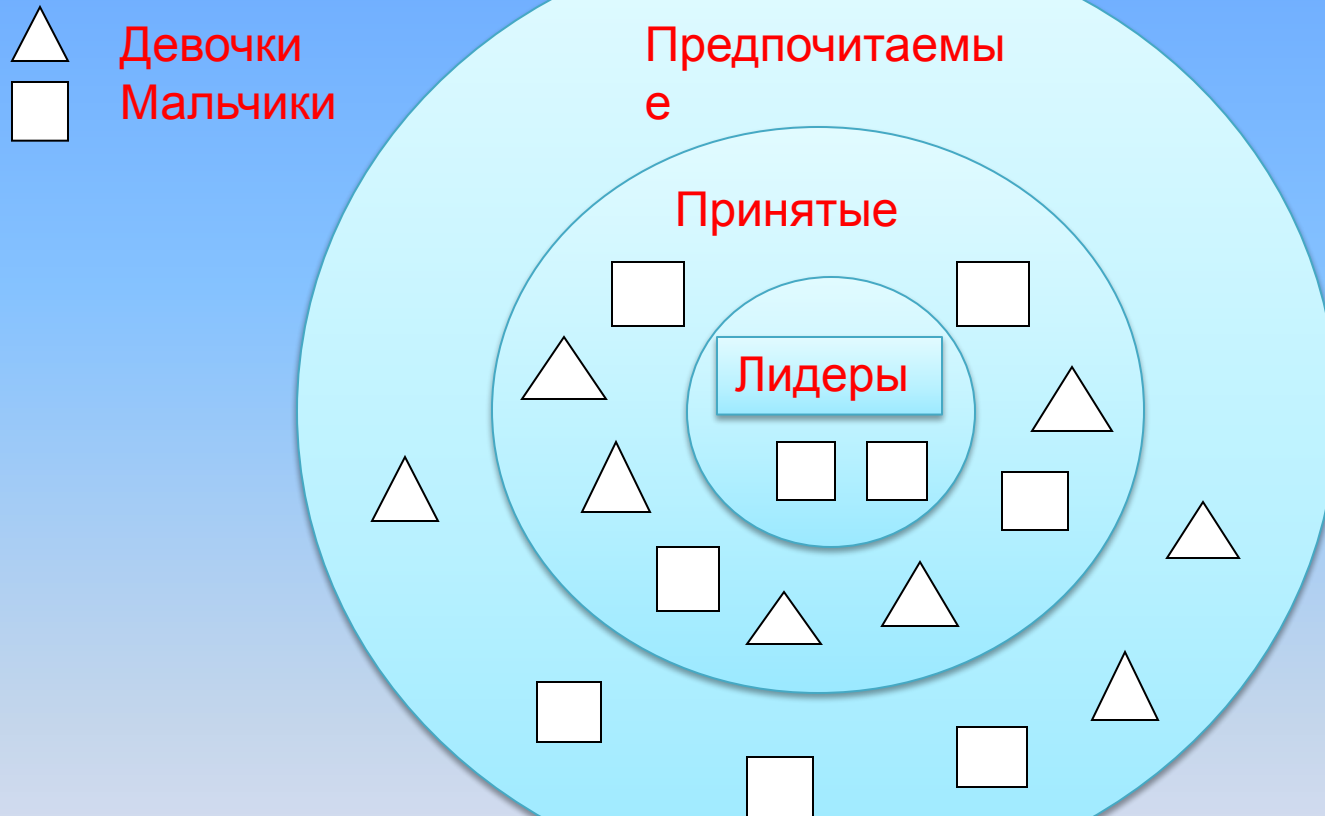
1. Погружение в игру.
2. Равенство игровых отношений.
3. Спонтанность и импровизация в игре.
4. Организующее начало игры.
5. Условность игрового действия.
6. Эмоциональное отреагирование в игре.
7. Перемена (чередование) ролей.



Члены групп (код)	Проблема в начале занятий	Результат в конце занятий
3	Замкнутость, неуверенность в себе, заниженная самооценка.	Стал более раскрепощенным, Удастся контролировать себя в разных ситуациях.
4	Раздражительный, вспыльчивый, иногда чрезмерно застенчив.	Стал более собран, спокойнее, научился расслабляться, появилась открытость.
9	Тихий голос, замедленный темп деятельности, трудности в общении.	Стала более ответственна, самостоятельна. Начала проявлять активность. Возрос темп деятельности.
14	Неуверенность в себе, тихий голос, замкнутость.	Начала проявлять активность, стала более эмоциональной.
16	Чрезмерная плаксивость, капризность, обидчивость,	Стал спокойнее, появилась открытость, улучшился

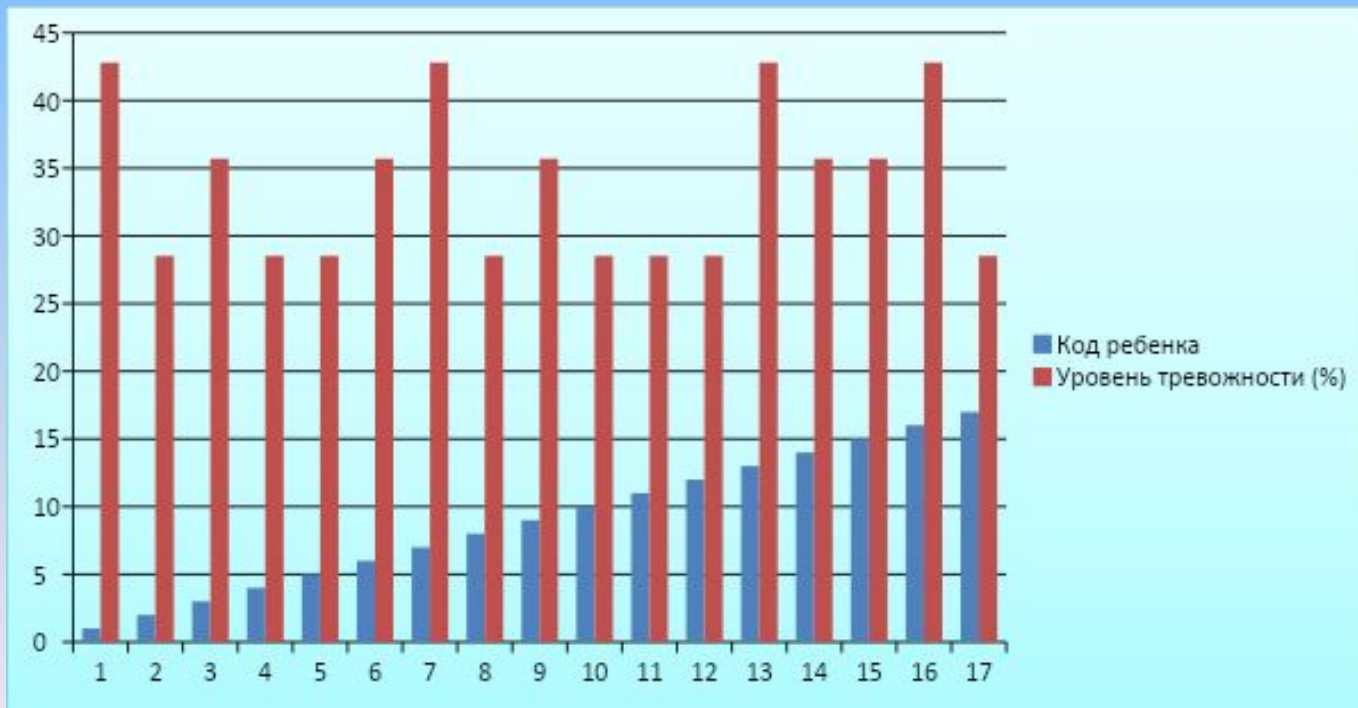


# Социометрический статус детей в группе к концу проведенного эксперимента



По итогам повторного социометрического анализа к «принятым» детям прибавилось 4 человека, что показывает снижение уровня тревожности у «предпочитаемых» детей и улучшение межличностных

Сравнивая результаты тестирования до и после устранения, можно проследить разницу уменьшения тревожности процентных данных  
Диаграмма 3





## Заключение

Проведенное экспериментальное исследование позволило наметить решение одной из важных теоретических проблем выявления педагогических условий при устранении тревожности у детей старшего дошкольного возраста. В нашей работе с детьми высшим уровнем тревожности мы использовали для устранения тревожности игры, так как известно, что игра представляет собой естественный вид творчества детей, действия, в котором моделируется, отражается доступная пониманию ребенка окружающая действительность. В игре происходит отреагирование чувств и желаний, постижение нового опыта социального взаимодействия, развития воображения и расширение круга общения, приобретаются новые знания и

В результате проведенной нами работы мы добились ощутимых результатов: в конце эксперимента полученная разница результатов позволяет говорить об эффективности игры для устранения детской тревожности, препятствующей нормальному личностному развитию старших дошкольников. Проведенные работы помогли детям уменьшить свои сомнения и страхи, беспокойства и агрессии, чувства вины, обрести уверенность в себе, в своих силах.

Таким образом, проведенные исследования доказывают поставленную нами *гипотезу*, что работа с детьми, с высоким уровнем тревожности будет эффективной, если планомерно и систематически включать в образовательный процесс комплекс коррекционных игр и обеспечить правильное психолого-педагогическое руководство со стороны воспитателей, психологов и родителей.



**Спасибо за  
внимание!**