

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Алтайский государственный гуманитарно-педагогический
университет имени В.М. Шукшина»
(АГГПУ им. В.М. Шукшина)

Психолого-педагогический факультет
Кафедра педагогики и психологии

Направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование
Профиль подготовки Психология образования

**Влияние стиля семейного воспитания на тревожность в младшем
школьном возрасте**

Выпускная квалификационная работа

Допустить к защите

Зав. кафедрой педагогики и психологии
«__» _____ 2018 г.

Манузина Елена Борисовна

_____ *подпись*

Выполнил студент
П-ЗПО131 группы
Филатова
Ольга Владимировна

_____ *подпись*

Научный руководитель
канд. пед. наук, доцент
Першина
Наталья Анатольевна

_____ *подпись*

Оценка _____
«__» _____ 2018 г.

Председатель ГЭК
Скоркина
Татьяна Васильевна

_____ *подпись председателя ГЭК*

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Алтайский государственный гуманитарно-педагогический
университет имени В.М. Шукшина»
(АГГПУ им. В.М. Шукшина)

АННОТАЦИЯ
на выпускную квалификационную работу бакалавра

студентки Филатовой Ольги Владимировны П-ЗПО131 группы
Направление _Психолога Педагогическое образование
Профиль (при наличии) Психология образования
Тема «Влияние стиля семейного воспитания на тревожность в младшем школьном
возрасте»

Key words: anxiety, anxiety, anxiety, fear, younger schoolchildren.

Abstract: The work is devoted to the study of the problem of the influence of the style of family education on anxiety in the younger school age; it is proved that anxiety as a property of the person determines the behavior of the younger schoolboy.

Among the most urgent problems of modern psychology, one of the main places is the state of anxiety and the related concept of anxiety. The factor of family upbringing is now being identified as the central cause of the emergence of anxiety in children (S.V. Kovalev, A.I. Zakharov, I. Kogan and others).

The relevance of interpersonal relations in the family and their impact on the formation of the personality and behavior of children is as follows: a very important factor of the emotional balance and mental health of the child is the stability of the family environment. Of great importance is the "quality" of the family, its educational ability. The family, unable to educate, leads to serious violations in the process of socialization of the child.

In this regard, the direction of the study, within which the theme of the work is formulated, is relevant for psychology, for it is based on objective problems caused by the study of the influence of the style of family education as an integral part of family relations on the level of anxiety in younger schoolchildren.

Автор ВКР

Филатова О.В.

Оглавление

Введение.....	4
Глава I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИЗУЧЕНИЯ ВЛИЯНИЯ СТИЛЯ СЕМЕЙНОГО ВОСПИТАНИЯ НА ТРЕВОЖНОСТЬ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ	8
1.1. Изучение стиля семейного воспитания в отечественной и зарубежной психологии.....	8
1.2. Изучение тревожности в отечественной и зарубежной психологии	25
1.3. Психологические особенности детей младшего школьного возраста..	30
1.4. Причины возникновения тревожности в семьях, имеющих детей младшего школьного возраста	35
Вывод по первой главе	45
ГЛАВА II. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ВЛИЯНИЯ СТИЛЯ СЕМЕЙНОГО ВОСПИТАНИЯ НА ТРЕВОЖНОСТЬ В МЛАДШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ.....	48
2.1. Описание экспериментальной выборки и методик исследования	48
2.2. Анализ и интерпретация результатов исследования	50
2.3. Методическое обоснование и описание программы направленной на преодоления тревожности у детей, вызванной нарушениями в детско- родительских отношениях (Формирующий этап).....	56
2.4. Определение эффективности программы на преодоление тревожности у детей, вызванной нарушениями в детско-родительских отношениях (контрольный этап).....	54
Вывод по второй главе	60
Заключение	62
Список использованной литературы.....	63
Приложение 1. Методики, применяемые в исследовании.....	66
Приложение 2. Программа, направленная на преодоление тревожности у детей, вызванной нарушениями в детско-родительских отношениях	71
Приложение 3. Табличные результаты исследования	76

ВВЕДЕНИЕ

В последнее время в России наблюдается изменение привычного уклада жизни и нравственно-ценностных ориентаций, ухудшение психологического климата в семье, которые являются причинами роста отклонений в личностном развитии и социальном поведении подрастающего поколения. Тревожность относится к числу наиболее частых поводов обращения родителей к психологу, при этом в последние годы количество таких обращений существенно возросло.

Современная российская семья сталкивается с весьма сложными проблемами. Это связано с увеличением числа малообеспеченных семей, с факторами, ухудшающими здоровье населения, с изменением традиционных ролей в семье, особенно роли женщины, с ростом количества неполных семей. Особенно осложнен процесс воспитания личности в тех семьях, где бытует пьянство, иждивенство, родители ведут полукриминальный образ жизни. Становится неблагоприятной и жизнь детей: ухудшается их здоровье, условия быта; увеличивается число детей-беспризорников, растет детская преступность и социальное сиротство; чаще встречаются случаи детского алкоголизма и наркомании, жестокого обращения с детьми и насилия над ними.

Стиль родительского отношения или стиль семейного воспитания обозначает совокупность способов и приемов общения по отношению к ребенку.

Родительская установка и реакция – это обобщенные, характерные, ситуационно неспецифические способы воспитания родителя с ребенком, это образ действий по отношению к ребенку.

Среди причин, вызывающих детскую тревожность, на первом месте, по мнению Е. Савиной – это неправильное воспитание и неблагоприятные отношения ребенка с родителями, особенно с матерью, неприятие матерью

ребенка вызывает у него тревогу из-за невозможности удовлетворения потребности в любви, в ласке и защите. В этом случае возникает страх: ребенок ощущает условность материальной любви («Если я сделаю плохо, меня не будут любить»). Неудовлетворение потребности ребенка в любви будут побуждать его добиваться ее удовлетворении любыми способами. У детей младшего школьного возраста доминирует ситуативная тревожность.

Представители различных психологических школ занимались изучением взаимоотношений родителей и ребенка и рассматривали их как важный источник детского развития. Научные основы для разработки проблемы отношений заложены в фундаментальных исследованиях психологами Л.С. Выготским, М.И. Лисиной, С.Л. Рубинштейном, Л.И. Божович и продолжены в различных контекстах другими исследователями.

Среди наиболее актуальных проблем современной психологии одно из главных мест занимает состояние тревоги и связанное с ним понятие тревожности. Не влияя в целом на интеллектуальное развитие, высокая степень тревожности может отрицательно сказаться на формировании личности ребенка. Фактор семейного воспитания, выделяется в настоящее время в качестве центральной причины возникновения тревожности у детей (С.В. Ковалёв, А.И. Захаров, И. Коган и другие).

Актуальность межличностных отношений в семье и их влияние на формирование личности и поведение детей заключается в следующем: очень важный фактор эмоциональной уравновешенности и психического здоровья ребенка – это стабильность семейной среды. Большое значение имеет «качество» семьи, её воспитательная способность. Семья, неспособная воспитывать, приводит к серьезным нарушениям в процессе социализации ребенка. В процессе близких взаимоотношений с матерью, отцом, братьями, сестрами, дедушками, бабушками и другими родственниками у ребенка с первых дней жизни формируется структура его личности. Он входит в мир своих родных, перенимает нормы их поведения.

Поэтому родители в жизни ребенка играют важную роль. Они дают первые образцы поведения. Ребенок подражает, и стремится быть похожим на мать и отца. Когда родители понимают, что во многом от них самих зависит формирование личности ребенка, то они ведут себя так, что все их поступки и поведение в целом способствуют формированию у ребенка тех качеств и такого понимания человеческих ценностей, которые они хотят ему передать. Такой процесс воспитания можно считать вполне сознательным, так как постоянный контроль за своим поведением, за отношением к другим людям, внимание к организации семейной жизни позволяет воспитывать детей в наиболее благоприятных условиях, способствующих их благоприятной социализации.

В связи с этим, направление исследования, в рамках которого сформулирована тема работы, является актуальным для психологии, ибо основано на объективных проблемах, вызванных нарушениями личностного развития в детском возрасте.

Целью выпускной квалификационной работы является изучение влияния стиля семейного воспитания как неотъемлемой части семейных отношений на уровень тревожности у младших школьников.

Объект исследования - детская тревожность и причины ее возникновения.

Предмет исследования - является влияние стилей семейного воспитания на тревожность младших школьников.

Гипотеза исследования строилась на предположениях о том, что: стиль семейного воспитания влияет на уровень тревожности младшего школьника.

Задачами выпускной квалификационной работы являются:

1. Рассмотреть историю изучения проблемы стиля семейного воспитания и тревожности в отечественной и зарубежной психологии.

2. Охарактеризовать возрастные особенности детей младшего школьного возраста.
3. Описать особенности проявления тревожности у младших школьников.
4. Провести анализ и дать интерпретацию результатов исследования.
5. Дать рекомендации педагогам и родителям по снижению тревожности у школьников.

Методы исследования - анализ литературы, наблюдение, эксперимент. Методическое обеспечение: Опросник родительского отношения (Варга А.Я., Столин В.В.); Методика “Измерения уровня тревожности Тейлора” (адаптированная Немчиным Т.А.).

Практическая значимость работы заключается в том, что полученные результаты могут быть использованы в работе психолога, социального педагога, классного руководителя.

Экспериментальная база: МБОУ «СОШ №1» г. Бийска. В эксперименте участвовало 25 младших школьников, возраст участников эксперимента 7-11 лет.

Апробация результатов исследования: результаты исследования обсуждались:

- На кафедре педагогики и психологии;
- Основные положения исследования обсуждены на Всероссийской заочной научно-практической студенческой конференции «Развитие личности в образовательном пространстве: проблемы и перспективы», которая состоялась 18 мая 2018 года на базе ФГБОУ ВО «АГГПУ им. В.М. Шукшина».
- Исследование получило апробацию и внедрение в практику в форме представления учреждению результатов исследования.

Работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка литературы, приложений.

ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИЗУЧЕНИЯ ВЛИЯНИЯ СТИЛЯ СЕМЕЙНОГО ВОСПИТАНИЯ НА ТРЕВОЖНОСТЬ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

1.1. Изучение стиля семейного воспитания в отечественной и зарубежной психологии

Межличностные отношения - психологические отношения, основанные на взаимной готовности субъектов к определенному типу неформального взаимодействия и общения, сопровождающегося чувством симпатии - антипатии. В межличностных отношениях участвуют механизмы восприятия и понимания друг друга [9, с.71].

Родительские позиции оказывают влияние на поведение ребенка в семье. Отталкиваемый и отвергаемый ребенок чувствует себя ненужным, лишним, отодвинутым в семье на второй план. Такие дети иногда борются за свое положение в семье или пытаются обратить на себя внимание плохим поведением, которое не одобряется их родителями, но помогает ребенку стать центром семейного внимания.

Таким же лишним ребенок чувствует себя тогда, когда родители уклоняются от общения с ним, не участвуя в играх, почти не замечают его, постоянно заняты своими делами.

Дети родителей, чрезмерно их оберегающих, чаще всего занимают показную позицию, излишне выдвинутую на задний план. Они сосредотачивают на себе внимание всех окружающих. Потребности этих детей доминируют над потребностями других членов семьи. К такому ребенку относятся как к божеству, которому все служат. Подобную позицию чаще занимает единственный ребенок, или самый младший, или один из детей, склонный к заболеваниям, о здоровье которого родители чрезмерно тревожатся и не могут преодолеть эти волнения.

Ребенок, от которого слишком много требуют, которого принуждают и которым командуют, также не имеет надлежащей позиции. На нем, как и на излишне оберегаемом ребенке, концентрируется внимание родителей, однако перед ним выдвигаются требования, которые не ставятся перед другими членами семьи. Даже в малейшей степени за ним не признается право на самостоятельные действия. Родители вообще не уважают его права в отличие от признания прав других членов семьи.

Правильные воспитательные позиции родителей, выражаются в первую очередь в восприятии ребенка как личности, определяют одновременно и позицию ребенка в семье как полноправного члена, к правам и потребностям которого относятся в родном доме с уважением. В современной семье все прочнее укореняется демократический стиль жизни, обеспечивающий ребенку по отношению к родителям, более равноправную позицию.

Позиция ребенка в семье изменяется в зависимости от его возраста. Чем меньше ему лет, тем центральнее место он занимает в семье, тем сильнее его зависимость от родителей. Когда он становится старше, то его зависимость уменьшается, наоборот, растет его автономность, заметно уравниваются его права с другими членами семьи.

На позицию ребенка влияет число детей в семье. Позиция единственного ребенка отличается от позиции ребенка в многодетной семье, так же как и первенца - от самого младшего. Наконец, особая позиция: у единственной девочки среди братьев и единственного мальчика среди сестер. Соперничество среди детей в многодетной семье - явление весьма частое. К различиям, связанным с возрастом или полом, может добавляться выделение родителями кого - то из детей. Это вызывает ревность остальных членов семьи [2].

В любом периоде жизни человека родители являются для него примером как личности. Благодаря этому с детских лет большинство людей в своем поведении подражают родителям, которые с колыбели одаривают его

одним из прекрасных человеческих проявлений - родительской любовью. Эта взаимосвязь имеет огромное значение для ребенка, так как влияет на формирование характера, жизненных позиций, на его поведение, отношение к людям, в целом на формирование его личности.

Благодаря эмоциональной связи любящие и понимающие свои обязанности родители с малых лет формируют у ребенка нормы и стиль поведения, объясняют ему мир человеческих ценностей, внушают, что можно, а что не следует делать. Ребенок в процессе развития усваивает эти наказания, запреты, взгляды так, что они становятся его собственными убеждениями, то есть человек создает свою систему ценностей.

Родители формируют интересы ребенка, советуют ему выбрать те или иные спортивные занятия, влияют на выбор друзей, на решение вопроса будущей профессии, на его отношение к сексуальным проблемам, на выработку социальной позиции. Имея свою, заимствованную у родителей систему ценностей, ребенок может сопоставлять ее с взглядами и поведением своих друзей-ровесников.

Для формирования собственного «я» решающим фактором являются взгляды и поведение родителей. Благодаря их правильной позиции ребенок создает о себе определенное мнение. При суровой и отвергающей позиции ребенок ощущает страх и оценивает себя негативно.

Возникновение у детей различного типа нарушений в поведении, связанных с семейной средой, свидетельствует о снижении воспитательной функции родительской семьи.

К тяжелым последствиям отклонений в семейном воспитании следует отнести преступность, социальный паразитизм, тунеядство, азартные игры, алкоголизм, наркоманию, умственную недоразвитость, психические заболевания и другие патологические явления, источником которых в большинстве случаев стала среда, окружавшая ребенка в семье.

Известно, что семья как малая социальная группа является наилучшей воспитательной средой.

Однако некоторые факторы, связанные с составом семьи, состоянием ее внутренних взаимоотношений или воспитательно-неверными позициями родителей, могут вызывать снижение воспитательной способности семьи. Эти факторы могут приводить к нарушениям в поведении детей и даже к отрицательным явлениям в формировании их личности.

Одним из факторов, нарушающих выполнение воспитательных функций семьи, могут быть изменения в ее составе. Семья является такой малой группой, которая постоянно развивается и видоизменяется.

В выполнении воспитательной функции по отношению к детям главную роль играет супружеская пара - отец и мать. В связи с этим говорят о полной семье и неполной, когда отсутствует один из родителей. Стабильность семейной среды является важным фактором для эмоционального равновесия и психического здоровья ребенка. Распад семьи, вызванный разводом или раздельным проживанием родителей, всегда приносит глубокое потрясение и оставляет у ребенка прочную обиду, которую можно лишь смягчить. Это явление - существенная общественно-воспитательная проблема.

Разлука с одним из родителей может привести к появлению у ребенка чувства страха, депрессию и ряд других симптомов невроза.

Атмосфера напряженности и конфликтных семейных ситуации действует на ребенка резко отрицательно. Дом перестает быть для него опорой, он теряет чувство безопасности, исчезает тот источник, которым была для него семья, когда в ней царила эмоциональная связь родителей, когда они и мир их ценностей были примером для подражания. Нарушение такой стабильности семейной системы может привести ребенка, особенно в подростковом и юношеском возрасте, к поискам опоры вне дома. В таком состоянии дети

легче поддаются внешним влияниям, так как стремятся к разрядке внутреннего напряжения.

При этом надо помнить, что чем дольше по времени разногласия в семье, тем сильнее их отрицательное влияние на ребенка [2, с.90].

В кризисном состоянии почти всегда, кажется, что ничего нельзя изменить. Даже если это действительно так, то все одно выход есть - человек способная изменить свое отношение к тому, что случилось.

Поскольку успех в решении сложной жизненной ситуации зависит, прежде всего, от самого человека. Рассмотрим отношения ее к собственным возможностям решить конфликт, преодолеть напряженность, уменьшить тревогу.

Прежде всего, определимся с пониманием понятия "самореабилитация".

Реабилитация в личностном контексте - это активизация функций конструктивно-положительного приспособления к социуму после преодоления сложной жизненной ситуации. Это восстановления на более высоком качественном уровне, если человек становится способным конструктивнее одолевать трудность, чем к началу психолого-реабилитационных влияний.

В отличие от реабилитации как профессиональной помощи человеку, который попал в жизненную кризисную ситуацию, самореабилитация направлена на самостоятельную работу человека с собою в сложных жизненных обстоятельствах, которые нельзя назвать еще кризисными. Самореабилитация - это самопомощь в по возможности продуктивному преодолении внутренних и внешних препятствий, выходе из затруднительного положения, возвращении и временно утраченную траекторию жизненного пути [12, с.107].

Такая психологическая помощь оказывает содействие раскрытию субъективного потенциала человека, стимулирует самостоятельные поиски

внутренней целостности, гармоничности, новых возможностей саморазвития, самоосуществление, облегчает разработку индивидуальных стратегий преобразования проблемной ситуации, устаревшего, хронического конфликта, болезненного состояния на этапы личностного взросления, приближение к себе, к собственной сущности.

Безусловно, существует определенная связь между характеристиками субъективного смыслового пространства и эффективностью адаптационных возможностей человека. Важными параметрами в субъективной картине ситуации выступают, во-первых, представления о ситуации, во-вторых, представление о способах ее преодоления. Здесь будет идти речь про так называемое "copingbehavior", совладание, то есть об индивидуальном способе взаимодействия с ситуацией в соответствии с его собственной логикой, значимостью для человека и его сегодняшними возможностями [12, с.135].

Зачем человеку совладать с ситуацией? Чтобы быстрее и эффективнее адаптироваться к ней, привыкать к новым сложным условиям, хотя бы, таким образом, уменьшив внутреннее напряжение, снизив стрессогенность [12, с.138] того, что все равно уже происходит. Главная задача совладания - обеспечить и поддержать определенный уровень психического и физического здоровья, хотя бы минимальную, но все же таки удовлетворенность собою, своей деятельностью, общением [12, с.146].

Совладание может быть как целиком осознаваемым, так и несознательным со всеми переходными формами частичного, временного осознания. Классические защитные механизмы, которые их впервые описан З. Фрейдом, типа рационализации, проекции, подавления могут выступать знакомыми любому по собственному опыту примерами овладение.

Совладание - это такое поведение, которое используется человеком для управления собственным предвидением и переживанием кризисной ситуации. Это непрерывные попытки в мыслях и действиях отвечать

конкретным требованиям, которые их диктует ситуация, и не только отвечать, а немного опережать их, быть к ним готовой [3, с.51].

Существуют такие общие типы совладания:

- 1) проблемно-сфокусированное совладание, если взаимосвязь человека со средой изменяется благодаря действиям преодоления;
- 2) эмоционально-сфокусированное совладание, если изменяется лишь способ интерпретации того, что происходит;
- 3) избегание, которое может комбинироваться как с проблемно-сфокусированным, так и с эмоционально-сфокусированным совладанием.

Если мы не сможем своевременно совладать с ситуацией, она совладеет нас. Мы захлебнемся в собственных страданиях, не имея сил действовать, или будем импульсивно начинать одну пробу решить жизненную коллизию за другой, не давая себе шансов спокойно взвесить аргументы, определить обстоятельства, продумать план действий.

Совладание выполняет очень важную функцию регуляции эмоциональных состояний. Благодаря нему человек берет себя у руки, ощущая готовность что-то изменить в собственной жизни, с чего-то начать трудный путь вперед. Можно сказать, что совладание выполняет также и функцию постепенного решения проблемы. В обоих случаях возможны как действенный, так и сугубо воображаемый модусы реагирования на затруднительные обстоятельства.

К стратегиям совладания традиционно относят также поиск поддержки, если человек самостоятельно обращается к родным, друзьям, знакомых, чтобы поделиться своими проблемами, хотя бы немного успокоиться, эмоционально разрядиться.

Реальные возможности совладания, своевременного решения проблемы зависят также от стадии кризисных переживаний. Жизненный кризис может быть разной глубины: этажный, средний и глубокий. Даже глубочайший, опаснейший для человека кризис сначала всегда есть этажным, и если

относиться к себе внимательно, если владеть привычками самореабилитации, к тяжелой стадии, если без вмешательства специалиста-психолога не обойтись, не дойдет [12, с.129].

Влияние структуры семьи на формирование личности ребенка неразрывно связано с царящими в семье отношениями. Дисгармония семейных отношений дает ребенку образцы агрессивности, непостоянства, враждебности и асоциального поведения.

В жизни каждого человека его родители играют одну из главных ролей. От отношения отца и матери к своему ребенку во многом зависит процесс формирования его личности. Мироззрение, становление характера, нравственные основы, отношение к духовным и материальным ценностям в первую очередь воспитываются у детей родителями. А зависит этот процесс во многом от того, как удовлетворяются в семье основные потребности ребенка, насколько правильно с точки зрения его развития и воспитания проявляются родительские позиции.

У детей много потребностей, но мы ограничиваемся характеристикой только основных [8, с.53]:

1. Потребность в любви, доброжелательности и теплоте чувств, называемая также потребностью в эмоциональном контакте. Ребенок должен чувствовать интерес родителей ко всем его словам и действиям. Со своей стороны дети проявляют большой интерес к жизни родителей.
2. Необходимость в самоутверждении как личности, у которой развиваются и реализуются свои индивидуальные способности.
3. Потребность в уважении. Ребенок плохо себя чувствует, если к нему относятся пренебрежительно и несерьезно, если его унижают, критикуют и непрерывно поучают. От постоянной критики он будет склонен ощущать свою неполноценность.

Неудовлетворение основных потребностей детей очень быстро проявляется в нарушениях поведения ребенка и в формировании отрицательных черт личности.

Рассматривая основные типы родительских отношений, необходимо иметь в виду влияние каждого из них на формирование поведения и определенных черт личности ребенка.

Позиция отвержения способствует формированию у ребенка таких черт, как агрессивность, непослушание, сварливость, лживость, склонность к воровству и асоциальному поведению. Эта родительская позиция тормозит эмоциональное развитие детей. В ряде случаев она вызывает у них пугливость, беспомощность.

Если родители проявляют позицию уклонения от общения со своим ребенком, то он может вырасти человеком, неспособным к установлению прочных эмоциональных связей, следовательно, эмоционально неустойчивым. Чаще всего такие дети неспособны к настойчивости и сосредоточенности в учебе, недоверчивы, боязливы, у них нередки конфликты с родителями и школой.

Родительская позиция чрезмерной требовательности очень часто лишает ребенка веры в собственные силы, воспитывает у него неуверенность, робость, чрезмерную впечатлительность и покорность, мешает сосредоточенности. У него могут появиться трудности в учебе и в отношениях с окружающими людьми.

При родительской позиции признания прав ребенка он постепенно вырабатывает дружеское, лояльное отношение ко всем членам семьи. Дети таких родителей больше полагаются на себя и стараются быть по возможности независимыми. Эти дети более инициативны, что благоприятствует возникновению у них творческого начала.

Родительская позиция чрезмерного оберегания может вызывать у ребенка запаздывание социальной зрелости. Зависимость от матери или отца,

пассивность, отсутствие инициативы, податливость и поведение типа «избалованное дитя» может сформировать у ребенка, с одной стороны, чрезмерную самоуверенность, высокое мнение о своей личности, дерзость, чрезмерную требовательность и даже тиранию по отношению к родителям, а с другой стороны - беспокойство, постоянное чувство тревоги, боязни.

Когда родители дарят ребенку разумное доверие, воспитывают в нем свободную личность, тогда он может прекрасно общаться с ровесниками, быть находчивым, остроумным, сообразительным, в меру самоуверенным, способным разобраться в различных общественных ситуациях.

Динамика семейной жизни и характер эмоционального отношения родителей к ребенку имеют существенное значение для формирования его личности.

В каждой семье объективно складывается определенная, далеко не всегда осознанная ею система воспитания. Здесь имеется в виду и понимание целей воспитания, и формулировка его задач, и более или менее целенаправленное применение методов и приемов воспитания, учет того, что можно и чего нельзя допустить в отношении ребенка. Психологами выделены 4 тактики воспитания в семье и отвечающие им 4 типа семейных взаимоотношений, являющиеся и предпосылкой и результатом их возникновения: диктат, опека, "невмешательство" и сотрудничество [4, с.69].

Диктат в семье проявляется в систематическом поведении одними членами семейства (преимущественно взрослыми) инициативы и чувства собственного достоинства у других его членов [4, с.72].

Родители, разумеется, могут и должны предъявлять требования к своему ребенку, исходя из целей воспитания, норм морали, конкретных ситуаций, в которых необходимо принимать педагогически и нравственно оправданные решения. Однако те из них, которые предпочитают всем видам воздействия приказ и насилие, сталкиваются с сопротивлением ребенка, который отвечает на нажим, принуждение, угрозы своими контрмерами:

лицемерием, обманом, вспышками грубости, а иногда откровенной ненавистью. Но даже если сопротивление оказывается сломленным, вместе с ним оказываются сломленными и многие ценные качества личности: самостоятельность, чувство собственного достоинства, инициативность, вера в себя и в свои возможности. Безоглядная авторитарность родителей, игнорирование интересов и мнений ребенка, систематическое лишение его права голоса при решении вопросов, к нему относящихся, - все это гарантия серьезных неудач формирования его личности.

Опека в семье - это система отношений, при которых родители, обеспечивая своим трудом, удовлетворение всех потребностей ребенка, ограждают его от каких-либо забот, усилий и трудностей, принимая их на себя. Вопрос об активном формировании личности отходит на второй план. В центре воспитательных воздействий оказывается другая проблема - удовлетворение потребностей ребенка и ограждение его от трудностей. Родители, по сути, блокируют процесс серьезной подготовки их детей к столкновению с реальностью за порогом родного дома. Именно эти дети оказываются более неприспособленными к жизни в коллективе [4, с.75].

Как раз эти дети, которым, казалось бы, не на что жаловаться, начинают восставать против чрезмерной родительской опеки. Если диктат предполагает насилие, приказ, жесткий авторитаризм, то опека - заботу, ограждение от трудностей. Однако результат во многом совпадает: у детей отсутствует самостоятельность, инициатива, они так или иначе отстранены от решения вопросов, лично их касающихся, а тем более общих проблем семьи.

На признании возможности и даже целесообразности независимого существования взрослых от детей, строиться тактика "невмешательства". При этом предполагается, что могут сосуществовать два мира: взрослые и дети, и ни тем, ни другим не следует переходить намеченную таким образом

линию. Чаще всего в основе этого типа взаимоотношений лежит пассивность родителей как воспитателей.

Сотрудничество как тип взаимоотношений в семье предполагает опосредованность межличностных отношений в семье общими целями и задачами совместной деятельности, ее организацией и высокими нравственными ценностями. Именно в этой ситуации преодолевается эгоистический индивидуализм ребенка. Семья, где ведущим типом взаимоотношений является сотрудничество, обретает особое качество, становится группой высокого уровня развития – коллективом [4, с.79].

Большое значение в становлении самооценки имеет стиль семейного воспитания, принятые в семье ценности.

Можно выделить три стиля семейного воспитания: - демократический - авторитарный - попустительский (либеральный) [8, с.106].

При демократическом стиле, прежде всего, учитываются интересы ребенка. Стиль "согласия".

При авторитарном стиле родителями навязывается свое мнение ребенку. Стиль "подавления".

При попустительском стиле ребенок предоставляется сам себе.

Школьник видит себя глазами близких взрослых, его воспитывающих. Если оценки и ожидания в семье не соответствуют возрастным и индивидуальным особенностям ребенка, его представление о себе кажется искаженными.

М.И. Лисина [6, с.82] проследила развитие самосознания младших школьников в зависимости от особенностей семейного воспитания. Дети с точным представлением о себе воспитываются в семьях, где родители уделяют им достаточно много времени; положительно оценивают их физические и умственные данные, но не считают уровень их развития выше, чем у большинства сверстников; прогнозируют хорошую успеваемость в школе. Этим детей часто поощряют, но не подарками; наказывают, в основном, отказом от общения. Дети с заниженным представлением о себе

растут в семьях, в которых с ними не занимаются, но требуют послушания; низко оценивают, часто упрекают, наказывают, иногда - при посторонних; не ожидают от них успехов в школе и значительных достижений в дальнейшей жизни.

От условий воспитания в семье зависит адекватное и неадекватное поведение ребенка. Дети, у которых занижена самооценка, недовольны собой. Это происходит в семье, где родители постоянно порицают ребенка, или ставят перед ним завышенные задачи. Ребенок чувствует, что он не соответствует требованиям родителей. (Не говорите ребенку, что он некрасив, от этого возникают комплексы, от которых потом невозможно избавиться).

Неадекватность также может проявляться с завышенной самооценкой. Это происходит в семье, где ребенка часто хвалят, и за мелочи и достижения дарят подарки (ребенок привыкает к материальному вознаграждению). Ребенка наказывают очень редко, система требования очень мягкая.

Адекватное представление - здесь нужна гибкая система наказания и похвалы. Исключается восхищение и похвала при нем. Редко дарятся подарки за поступки. Не используются крайние жесткие наказания. В семьях, где растут дети с высокой, но не с завышенной самооценкой, внимание к личности ребенка (его интересам, вкусам, отношениям с друзьями) сочетается с достаточной требовательностью. Здесь не прибегают к унижительным наказаниям и охотно хвалят, когда ребенок того заслуживает. Дети с пониженной самооценкой (не обязательно очень низкой) пользуются дома большей свободой, но эта свобода, по сути, - бесконтрольность, следствие равнодушия родителей к детям и друг к другу [6, с. 89].

Школьная успеваемость является важным критерием оценки ребенка как личности со стороны взрослых и сверстников. Отношение к себе как к ученику в значительной мере определяется семейными ценностями. У ребенка на первый план выходят те его качества, которые больше всего

заботят его родителей - поддержание престижа (дома задаются вопросы: "А кто еще получил пятерку?"), послушание ("Тебя сегодня не ругали?") и т.д. В самосознании маленького школьника смещаются акценты, когда родителей волнуют не учебные, а бытовые моменты в его школьной жизни ("В классе из окон не дует?", "Что вам давали на завтрак?"), или вообще мало что волнует - школьная жизнь не обсуждается или обсуждается формально. Достаточно равнодушный вопрос: "Что было сегодня в школе?" рано или поздно приведет к соответствующему ответу: "Ничего особенного", "Все нормально".

Родители задают и исходный уровень притязаний ребенка - то, на что он претендует в учебной деятельности и отношениях. Дети с высоким уровнем притязаний, завышенной самооценкой и престижной мотивацией рассчитывают только на успех. Их представления о будущем столь же оптимистичны. Дети с низким уровнем притязаний и низкой самооценкой не претендуют на многое ни в будущем, ни в настоящем. Они не ставят перед собой высоких целей и постоянно сомневаются в своих возможностях, быстро смиряются с тем уровнем успеваемости, который складывается в начале обучения.

Взрослые, недовольные падающей продуктивностью учебной работы ребенка, все больше и больше сосредотачиваются на этих вопросах в общении с ним, что усиливает эмоциональный дискомфорт.

Получается замкнутый круг: неблагоприятные личностные особенности ребенка отражаются на его учебной деятельности, низкая результативность деятельности вызывает соответствующую реакцию окружающих, а эта отрицательная реакция в свою очередь, усиливает сложившиеся у ребенка особенности. Разорвать этот круг можно, изменив установки и оценки родителей. Близкие взрослые, концентрируя внимание на малейших достижениях ребенка. Не порицая его за отдельные недочеты,

снижают уровень его тревожности и этим способствуют успешному выполнению учебных заданий.

Второй вариант - демонстративность - особенность личности, связанной с повышенной потребностью в успехе и внимании к себе окружающих. Источником демонстративности обычно становится недостаток внимания взрослых к детям, которые чувствуют себя в семье заброшенными, "недолюбленными" [6, с.93]. Но бывает, что ребенку оказывается достаточное внимание, а оно его не удовлетворяет в силу гипертрофированной потребности в эмоциональных контактах. Завышенные требования к взрослым предъявляются не безнадзорными, а наоборот, наиболее избалованными детьми. Такой ребенок будет добиваться внимания, даже нарушая правила поведения. ("Лучше пусть ругают, чем не замечают"). Задача взрослых - обходиться без нотаций и назиданий, как можно менее эмоционально делать замечания, не обращать внимание на легкие проступки и наказывать за крупные (скажем, отказом от запланированного похода в цирк). Это значительно труднее для взрослого, чем бережное отношение к тревожному ребенку.

Если для ребенка с высокой тревожностью основная проблема - постоянное неодобрение взрослых, то для демонстративного ребенка - недостаток похвалы.

Третий вариант - "уход от реальности" [6, с.98]. Наблюдается в тех случаях, когда у детей демонстративность сочетается с тревожностью. Эти дети тоже имеют сильную потребность во внимании к себе, но реализовать ее не могут благодаря своей тревожности. Они мало заметны, опасаются вызвать неодобрение своим поведением, стремятся к выполнению требований взрослых. Неудовлетворенная потребность во внимании приводит к нарастанию еще большей пассивности, незаметности, что затрудняет и так недостаточные контакты. При поощрении взрослыми активности детей, проявлении внимания к результатам их учебной

деятельности и поисках путей творческой самореализации достигается относительно легкая коррекция их развития.

Крайние, самые неблагоприятные для развития ребенка случаи - жесткий, тотальный контроль при авторитарном воспитании и почти полное отсутствие контроля, когда ребенок оказывается предоставленным самому себе, безнадзорным. Существует много промежуточных вариантов:

Родители регулярно указывают детям, что им делать;

Ребенок может высказать свое мнение, но родители, принимая решение, к его голосу не прислушиваются;

Ребенок может принимать отдельные решения сам, но должен получить одобрение родителей, родители и ребенок имеют почти равные права, принимая решение;

Решение часто принимает сам ребенок;

Ребенок сам решает подчиняться ему родительским решениям или нет.

Остановимся на наиболее распространенных стилях семейного воспитания, определяющего особенности отношений ребенка с родителями и его личностное развитие.

Демократичные родители ценят в поведении ребенка и самостоятельность, и дисциплинированность. Они сами предоставляют ему право быть самостоятельным в каких-то областях своей жизни; не ущемляя его прав, одновременно требуют выполнения обязанностей. Контроль, основанный на теплых чувствах и разумной заботе, обычно не слишком раздражает; он часто прислушивается к объяснениям, почему не стоит делать одного и стоит сделать другое. Формирование взрослости при таких отношениях проходит без особых переживаний и конфликтов.

Авторитарные родители требуют от ребенка беспрекословного подчинения и не считают, что должны ему объяснять причины своих указаний и запретов. Они жестко контролируют все сферы жизни, причем могут это делать и не вполне корректно. Дети в таких семьях обычно

замыкаются, и их общение с родителями нарушается. Часть детей идет на конфликт, но чаще дети авторитарных родителей приспосабливаются к стилю семейных отношений и становятся неуверенными в себе, менее самостоятельными.

Ситуация осложняется, если высокая требовательность и контроль сочетаются с эмоционально холодным, отвергающим отношением к ребенку. Здесь неизбежна полная потеря контакта.

Еще более тяжелый случай - равнодушные и жестокие родители. Дети из таких семей редко относятся к людям с доверием, испытывают трудности в общении, часто сами жестоки, хотя имеют сильную потребность в любви.

Сочетание безразличного родительского отношения с отсутствием контроля - гипопека - тоже неблагоприятный вариант семейных отношений. Детям позволяется делать все, что им вздумается, их делами никто не интересуется. Поведение становится неконтролируемым. А дети, как бы они иногда не бунтовали, нуждаются в родителях как в опоре, они должны видеть образец взрослого, ответственного поведения, на который можно было бы ориентироваться.

Гиперопека - излишняя забота о ребенке, чрезмерный контроль за всей его жизнью, основанный на тесном эмоциональном контакте, - приводит к пассивности, несамостоятельности, трудностям в общении со сверстниками.

Личностной особенностью в этом возрасте может стать тревожность. Высокая тревожность приобретает устойчивость при постоянном недовольстве учебной работой со стороны родителей. Допустим, ребенок заболел, отстал от одноклассников и ему трудно включиться в процесс обучения. Если переживаемые им временные трудности раздражают взрослых, возникает тревожность, страх сделать что-то плохо, неправильно. Тот же результат достигается в ситуации, когда ребенок учится достаточно успешно, но родители ожидают большего и предъявляют завышенные, нереальные требования.

Из-за нарастания тревожности и связанной с ней низкой самооценки снижаются учебные достижения, закрепляется неуспех. Неуверенность в себе приводит к ряду других особенностей - желанию бездумно следовать указаниям взрослого, действовать только по образцам и шаблонам, боязни проявить инициативу, формальному усвоению знаний и способов действий.

1.2. Изучение тревожности в отечественной и зарубежной психологии

Понимание тревожности было внесено в психологию психоаналитиками и психиатрами. Многие представители психоанализа рассматривали тревожность как врожденное свойство личности, как изначально присущее человеку состояние.

Основатель психоанализа З.Фрейд утверждал, что столкновение биологических влечений человека с социальными запретами порождает неврозы и тревожность. Естественный выход из этого положения З.Фрейд видит в сублимировании «либидиозной энергии», то есть в направлении энергии на другие жизненные цели: производственные и творческие. Удачная сублимация освобождает человека от тревожности [22, с.43].

В индивидуальной психологии А. Адлер предлагает новый взгляд на происхождение неврозов. По мнению Адлера, в основе невроза лежат такие механизмы, как страх, боязнь жизни, боязнь трудностей, а также стремление к определенной позиции в группе людей, которую индивид в силу каких-либо индивидуальных особенностей или социальных условий не мог добиться, то есть отчетливо видно, что в основе невроза лежат ситуации, в которых человек в силу тех или иных обстоятельств, в той или иной мере испытывает чувство тревоги.

Адлер выдвигает три условия, которые могут привести к возникновению у ребенка неправильной позиции и стиля жизни. Эти условия следующие:

1. Органическая, физическая неполноценность организма.

2. Избалованность.

3. Отверженность ребенка [22, с.157].

Проблема тревожности стала предметом специального исследования у неофрейдистов и, прежде всего у К. Хорни [26, с.76].

В теории Хорни главные источники тревоги и беспокойства личности коренятся не в конфликте между биологическими влечениями и социальными запретами, а являются результатом неправильных человеческих отношений. В книге «Невротическая личность нашего времени» Хорни насчитывает 11 невротических потребностей [26, с.80]. К. Хорни считает, что при помощи удовлетворения этих потребностей человек стремится избавиться от тревоги, но невротические потребности ненасыщаемы, удовлетворить их нельзя, а, следовательно, от тревоги нет путей избавления.

В большой степени К. Хорни близок С. Салливен [12, с.161]. Он известен как создатель «межличностной теории». Салливен считает, что у человека есть исходное беспокойство, тревога, которая является продуктом межличностных (интерперсональных) отношений. Тревога вызывается действительными или мнимыми угрозами безопасности человека [25, с.74]. Салливен так же, как и Хорни, рассматривает тревожность не только как одно из основных свойств личности, но и как фактор, определяющий ее развитие [39, с.44].

Иначе подходит к пониманию тревожности Э. Фромм [2, с.177]. Он подходит к проблеме психического дискомфорта с позиции исторического развития общества. Фромм, Хорни и Салливен пытаются показать различные механизмы избавления от тревоги. Фромм считает, что все эти механизмы, в том числе «бегство от себя», лишь прикрывает чувство тревоги, но полностью не избавляет индивида от нее. Наоборот, чувство изолированности усиливается, ибо утрата своего «Я» составляет самое болезненное состояние. Психические механизмы бегства от свободы

являются иррациональными, по мнению Фромма, они не являются реакцией на окружающие условия, поэтому не в состоянии устранить причины страдания и тревоги [2, с.178].

Таким образом, можно сделать вывод о том, что тревожность основана на реакции страха, а страх является врожденной реакцией на определенные ситуации, связанные с сохранением целостности организма. Авторы не делают различия между беспокойством и тревожностью. И то и другое появляется как ожидание неприятности, которая однажды вызвала у ребенка страх. Тревога или беспокойство - это ожидание того, что может вызвать страх. При помощи тревоги ребенок может избежать страха.

Анализируя и систематизируя рассмотренные теории можно выделить несколько источников тревоги, которые в своих работах выделяют авторы:

Тревога из-за потенциального физического вреда.

Тревога из-за потери любви (любви матери, расположения сверстников).

Тревога может быть вызвана чувством вины, которая обычно проявляется не ранее 4-х лет.

Тревога из-за неспособности овладеть средой.

Тревога может возникнуть и в состоянии фрустрации.

Тревога свойственна каждому человеку в той или иной степени.

В возникновении тревоги большое значение придается семейному воспитанию, роли матери, взаимоотношениям ребенка с матерью. Период детства является предопределяющим последующее развитие личности.

В отечественной психологической литературе, можно встретить разные определения понятия тревожности, хотя большинство исследователей сходятся в признании необходимости рассматривать его дифференцированно - как ситуативное явление и как личностную характеристику с учетом переходного состояния и его динамики.

Так, А.М. Прихожан указывает, что тревожность - это «переживание эмоционального дискомфорта, связанное с ожиданием неблагополучия, с

предчувствием грозящей опасности» Ею были выделены формы тревожности:

- 1) Открытые формы: острая, нерегулируемая тревожность; регулируемая и компенсирующая тревожность; культивируемая тревожность.
- 2) Закрытые (замаскированные) формы тревожности названы ею «масками». В качестве таких масок выступают: агрессивность; чрезмерная зависимость; апатия; лживость; лень; чрезмерная мечтательность [19,с.46].

По определению Р.С. Немова: «Тревожность - постоянно или ситуативно проявляемое свойство человека приходить в состояние повышенного беспокойства, испытывать страх и тревогу в специфических социальных ситуациях» [15, с.265].

По определению А.В. Петровского [18, с.54]: «Тревожность - склонность индивида к переживанию тревоги, характеризующаяся низким порогом возникновения реакции тревоги; один из основных параметров индивидуальных различий. Тревожность обычно повышена при нервно-психических и тяжелых соматических заболеваниях, а также у здоровых людей, переживающих последствия психотравмы, у многих групп лиц с отклоняющимся субъективным проявлением неблагополучия личности».

Г.Г. Аракелов, Н.Е. Лысенко, Е.Е. Шотт, в свою очередь, отмечают, что тревожность - это многозначный психологический термин, который описывают как определенное состояние индивидов в ограниченный момент времени, так и устойчивое свойство любого человека [3, с.74].

Проблема тревожности имеет и другой аспект - психофизиологический. Второе направление в исследовании беспокойства, тревожности идет по линии изучения тех физиологических и психологических особенностей личности, которые обуславливают степень данного состояния.

Отечественные психологи, изучавшие состояние стресса, внесли в его определение различные толкования. В.С. Мерлин определяет стресс, как психологическое, а не нервное напряжение, возникающее в «крайне трудной

ситуации». При всех различиях в толковании понимания «стресса», все авторы сходятся в том, что стресс - это чрезмерное напряжение нервной системы, возникающее в весьма трудных ситуациях. Ясно потому, что стресс никак нельзя отождествлять с тревожностью, хотя бы потому, что стресс всегда обусловлен реальными трудностями, в то время как тревожность может проявляться в их отсутствии [14, с.49].

И.В. Имедадзе [3, с.30] прямо связывает состояние тревоги с предчувствием фрустрации. По ее мнению, тревога возникает при антиципации ситуации, содержащей опасность фрустрации актуализированной потребности.

Таким образом, стресс и фрустрация при любом их понимании включают в себя тревогу.

Подход к объяснению склонности к тревоге с точки зрения физиологических особенностей свойств нервной системы мы находим у отечественных психологов. Так, в лаборатории Павлова И.П. [13, с.28], было обнаружено, что, скорее всего нервный срыв под действием внешних раздражителей происходит у слабого типа, затем у возбудимого типа и меньше всего подвержены срывам животные с сильным уравновешенным типом с хорошей подвижностью.

Таким образом, рассмотрением проблемы тревожности в зарубежной психологии занимались З. Фрейд, К. Хорни, Э. Фромм, К. Роджерс и др., в отечественной психологии этот вопрос рассматривали такие психологи как А.М. Прихожан, М.С. Неймарк, И.В. Имедадзе и др. Выделяются различия в понятиях тревога и тревожность.

Так тревога является ситуативной, связанной с конкретной внешней ситуацией, тогда как тревожность является стабильным свойством личности. Мы в своем исследовании будем опираться на положения А.М. Прихожан, которая считает что тревожность - это «переживание эмоционального

дискомфорта, связанное с ожиданием неблагоприятного исхода, с предчувствием грозящей опасности» [19, с. 27].

1.3. Психологические особенности детей младшего школьного возраста

Младший школьный возраст - это возраст 6-11-летних детей, обучающихся в 1 - 3(4) классах начальной школы. Границы возраста и его психологические характеристики определяются принятой на данный временной отрезок системой образования, теорией психического развития, психологической возрастной периодизацией.

Это возраст относительно спокойного и равномерного физического развития. Происходит функциональное совершенствование мозга - развивается аналитико-систематическая функция коры; процесс торможения становится всё более сильным, хотя по-прежнему преобладает процесс возбуждения, и младшие школьники в высокой степени возбудимы и импульсивны [6, с.28].

Начало школьного обучения означает переход от игровой деятельности к учебной как ведущей деятельности младшего школьного возраста, в которой формируются основные психические новообразования. Резко изменяется весь уклад жизни ребенка, его социальное положение в коллективе, семье. Основной, ведущей деятельностью становится отныне учение. Разумеется, далеко не сразу у младших школьников формируется правильное отношение к учению. Вначале у него формируется интерес к самому процессу учебной деятельности без осознания её значения. Только после возникновения интереса к результатам своего учебного труда формируется интерес к содержанию учебной деятельности, к приобретению знаний. Авторитет учителя - самая важная предпосылка для обучения и воспитания в младших классах [9, с.138].

Учебная деятельность в начальных классах стимулирует, прежде всего, развитие психических процессов непосредственного познания окружающего мира - ощущений и восприятий.

Младшие школьники отличаются остротой и свежестью восприятия, своего рода созерцательной любознательностью. Наиболее характерная черта восприятия этих учащихся - его малая дифференцированность, где совершают неточности и ошибки в дифференцировке при восприятии сходных объектов. Хотя он может целенаправленно рассматривать предметы и рисунки, им выделяются, так же как и в дошкольном возрасте, наиболее яркие, "бросающиеся в глаза" свойства - в основном, цвет, форма и величина. Если для дошкольников было характерно анализирующее восприятие, то к концу младшего школьного возраста, при соответствующем обучении, появляется синтезирующее восприятие. Развивающийся интеллект создает возможность устанавливать связи между элементами воспринимаемого.

Следующая особенность восприятия учащихся в начале младшего школьного возраста - тесная связь его с действиями школьника. Воспринять предмет для ребёнка - значит что-то делать с ним, что-то изменить в нём, произвести какие-либо действия, взять, потрогать его. Характерная особенность учащихся - ярко выраженная эмоциональность восприятия. В процессе обучения восприятие углубляется, становится более анализирующим, дифференцирующим, принимает характер организованного наблюдения [11, с.108].

Именно в младшем школьном возрасте развивается внимание. Без сформированности этой психической функции процесс обучения невозможен. Младший школьник может сосредоточено заниматься одним делом 10-20 минут. В 2 раза увеличивается объём внимания, повышается его устойчивость, переключение и распределение. Некоторые возрастные особенности присущи вниманию учащихся начальных классов. Основная из них - слабость произвольного внимания.

Младший школьник обычно может заставить себя сосредоточенно работать лишь при наличии близкой мотивации (перспективы получить отличную отметку, заслужить похвалу учителя, лучше всех справиться с заданием и т. д.). Значительно лучше в младшем школьном возрасте развито непроизвольное внимание. Всё новое, неожиданное, яркое, интересное само собой привлекает внимание учеников, без всяких усилий с их стороны.

Индивидуальные особенности личности младших школьников оказывают влияние на характер внимания. Так, у детей сангвинического темперамента кажущаяся невнимательность проявляется в чрезмерной активности. Сангвиник подвижен, непоседлив, разговаривает, но его ответы на уроках свидетельствуют о том, что он работает с классом. Флегматики и меланхолики пассивны, вялы, кажутся невнимательными. Но на самом деле они сосредоточены на изучаемом предмете, о чём свидетельствуют их ответы на вопросы учителя [2, с.10].

Возрастные особенности памяти в младшем школьном возрасте развиваются под влиянием обучения. Усиливается роль и удельный вес словесно-логического, смыслового запоминания и развивается возможность сознательно управлять своей памятью и регулировать её проявления. У младших школьников более развита наглядно-образная память, чем словесно-логическая. Они лучше, быстрее запоминают и прочнее сохраняют в памяти конкретные сведения, события, лица, предметы, факты, чем определения, описания, объяснения. Младшие школьники склонны к механическому запоминанию без осознания смысловых связей внутри запоминаемого материала.

Основная тенденция развития воображения в младшем школьном возрасте - это совершенствование воссоздающего воображения. Оно связано с представлением ранее воспринятого или созданием образов в соответствии с данным описанием, схемой, рисунком и т. д. Творческое воображение как создание новых образов, связанное с преобразованием, переработкой

впечатлений прошлого опыта, соединением их в новые сочетания, комбинации, также развивается [24, с.105].

Под влиянием обучения происходит постепенный переход от познания внешней стороны явлений к познанию их сущности. Доминирующей функцией в младшем школьном возрасте становится мышление. Завершается наметившийся в дошкольном возрасте переход от наглядно-образного к словесно-логическому мышлению. В конце младшего школьного возраста (и позже) проявляются индивидуальные различия среди детей. Психологами выделяются группы "теоретиков" или "мыслителей", которые легко решают учебные задачи в словесном плане, "практиков", которым нужна опора на наглядность и практические действия, и "художников" с ярким образным мышлением. У большинства детей наблюдается относительное равновесие между разными видами мышления. Мышление начинает отражать существенные свойства и признаки предметов и явлений, что даёт возможность делать первые обобщения, первые выводы, проводить первые аналогии, строить элементарные умозаключения. На этой основе у ребёнка постепенно начинают формироваться элементарные научные понятия [2, с.12].

Независимо от того, когда ребенок пошел в школу, он в какой-то момент развития проходит через кризис. Это период рождения социального "Я". Кризис 7 лет представляет собой внутренние изменения ребенка при относительно незначительных внешних изменениях и социальных взаимоотношений личности ребенка и окружающих людей. Детей смущают потребности в том, чтобы занять новое, более "взрослое" положение в жизни и выполнять работу, важную не только для них самих, но и для окружающих. И, как ни странно, это не обязательно учеба в школе. Это могут быть и помощь родителям по дому, и в их работе, и занятия спортом, и самостоятельный уход за домашними животными.

Появляется новый уровень самосознания - осознание себя не только как мальчика, сына, партнера по игре, но и как друга, ученика, одноклассника. У ребенка появляется осознание своего социального Я, то есть себя в обществе. Ему важно, как он общается с окружающими и как они общаются с ним [9, с.140].

Предпосылками перехода ребенка на следующий возрастной этап во многом связан с психологической готовностью ребенка к школе. Очень часто притязания родителей ребенка не совпадают с развитием ребенка, с его реальными психологическими возможностями. В этом случае внутриличностные проблемы ребенка обостряются. Иногда это приводит к невротическим нарушениям личности ребенка.

Оценка успеваемости в начале школьного обучения, по существу, является оценкой личности в целом и определяет социальный статус ребенка. Полноценное развитие личности предполагает формирование чувства компетентности, которое Э. Эриксон считает главным новообразованием данного возраста. Учебная деятельность - основная деятельность для младшего школьника, и если в ней ребёнок не чувствует себя компетентным, его личностное развитие искажается [11, с.108].

В младшем школьном возрасте закладывается фундамент нравственного поведения, происходит усвоение моральных норм и правил поведения, начинает формироваться общественная направленность личности [9, с.140].

Характер младших школьников отличается некоторыми особенностями. Прежде всего они импульсивны - склонны незамедлительно действовать под влиянием непосредственных импульсов, побуждений, не подумав и не взвесив всех обстоятельств, по случайным поводам. Причина - потребность в активной внешней разрядке при возрастной слабости волевой регуляции поведения. Нередко наблюдается капризность, упрямство. Обычная причина их - недостатки семейного воспитания.

Младшие школьники очень эмоциональны. Всё, что дети наблюдают, о чём думают, что делают, вызывает у них эмоционально окрашенное отношение, они не умеют сдерживать свои чувства, контролировать их внешнее проявление, они очень непосредственны и откровенны в выражении чувств. Эмоциональность выражается в их большой эмоциональной неустойчивости, частой смене настроений, склонности к аффектам, кратковременным и бурным проявлениям радости, горя, гнева, страха [2, с.14].

Большие возможности предоставляет младший школьный возраст для воспитания коллективистских отношений. За несколько лет младший школьник накапливает при правильном воспитании важный для своего дальнейшего развития опыт коллективной деятельности - деятельности в коллективе и для коллектива [9, с.141].

Всё это необходимо учитывать не только учителю на уроке, но в первую очередь - дома, самым близким ребёнку людям, от которых в большой степени зависит, как ребёнок будет реагировать на возможные школьные неудачи и какие уроки он из них вынесет.

1.4. Причины возникновения тревожности в семьях, имеющих детей младшего школьного возраста

В предыдущей главе мы сделали попытку систематизировать мнения ряда авторов зарубежной и отечественной психологии по рассматриваемой проблеме. Итак, в основе тревожности лежит, по мнению ряда авторов, внутренний конфликт. В жизни ребенка школа становится одним из определяющих факторов в становлении личности.

Изучена и установлена динамика возникновения тревожности у детей разного возраста, выявлено несколько причин возникновения тревожности, связь тревожности и половозрастных особенностей. Среди причин, которые вызывают тревожность выделяют следующие:

- положение в семье,
- успеваемость в школе,
- умственные способности,
- уверенность в себе,
- социально-психологический климат в коллективе,
- адекватность физического развития.

Все рассматриваемые нами исследования не как не связывают факторы возникновения тревожности и возрастные особенности детей, у которых выявлена повышенная тревожность.

Мы знаем, что для каждого возраста существует своя специфическая социальная ситуация, т. е. определенные соотношения условий социальной сферы и внутренних условий формирования личности. Взаимодействие внешних и внутренних факторов порождает типичные психологические особенности, общие для людей одного возраста.

В психологии много работ посвящено изучению младшего школьного возраста - Л. С. Выготский, Д. Б. Эльконин (89), Г. А. Цукерман (85) и многие другие.

Возрастными границами этого периода служит время обучения в начальной школе.

С поступлением ребенка в школу в его жизни происходят существенные изменения, коренным образом меняется социальная ситуация развития, формируется учебная деятельность, которая является для него ведущей. Именно на основе учебной деятельности развиваются основные психологические новообразования младшего школьного возраста.

Как подчеркивал Д.Б.Эльконин, «у ребенка происходит перестройка всей системы отношений с действительностью» (89).

Итак, в школе возникает новая социальная ситуация отношений. Система «ребенок - взрослый» дифференцируется:
«ребенок - учитель»

«ребенок - взрослый»

«ребенок - родители»

«ребенок - дети»

В психологической литературе можно встретить разные определения понятия «тревожность», хотя большинство исследований сходятся в признании необходимости рассматривать его дифференцированно - как ситуативное явление и как личностную характеристику с учетом переходного состояния и его динамику.

Так А. М. Прихожан указывает, что 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 [14, с.39].

По определению Р. С. Немова, «тревожность - постоянно или ситуативно проявляемое свойство человека приходить в состояние повышенного беспокойства, испытывать страх и тревогу в специфических социальных ситуациях» [15, с.60].

Е. Савина, доцент кафедры психологии Орловского государственного педагогического Университета, считает, что тревожность определяется как устойчивое отрицательное переживание беспокойства и ожидания неблагополучия со стороны окружающих [18, с.11].

По определению С. С. Степанова «тревожность - переживание эмоционального неблагополучия, связанное с предчувствием опасности или неудачи» [19, с.138].

Таким образом понятием «тревожность» психологи обозначают состояние человека, которое характеризуется повышенной склонностью к переживаниям, опасениям и беспокойству, имеющей отрицательную эмоциональную окраску.

Выделяют два основных вида тревожности. Первым из них - это так называемая ситуативная тревожность, т. е. порожденная некоторой конкретной ситуацией, которая объективно вызывает беспокойство. Данное состояние может, возникает у любого человека в преддверии возможных неприятностей и жизненных осложнений. Это состояние не только является вполне нормальным, но и играет свою положительную роль. Оно выступает своеобразным мобилизирующим механизмом, позволяющим человеку серьезно и ответственно подойти к решению возникающих проблем. Ненормальным является скорее снижение ситуативной тревожности, когда человек перед лицом серьезных обстоятельств демонстрирует безалаберность и безответственность, что чаще всего свидетельствует об инфантильной жизненной позиции, недостаточной сформулированности самосознания [9, с.126].

Другой вид - так называемая личностная тревожность. Она может рассматриваться как личностная черта, проявляющаяся в постоянной склонности к переживаниям тревоги в самых различных жизненных ситуациях, в том числе и таких, которые объективно к этому не располагают [9, с.127] характеризуются состоянием безотчетного страха, неопределенным ощущением угрозы, готовностью воспринять любое событие как неблагоприятное и опасное. Ребенок, подверженный такому состоянию, постоянно находится в настороженном и подавленном настроении, у него затруднены контакты с окружающим миром, который воспринимается им как пугающий и враждебный. Закрепляясь в процессе становления характера к формированию заниженной самооценки и мрачного пессимизма.

У детей младшего школьного возраста доминирует ситуативная тревожность.

Среди причин, вызывающих детскую тревожность, на первом месте, по мнению Е. Савиной - это неправильное воспитание и неблагоприятные отношения ребенка с родителями, особенно с матерью [19, с.107], неприятие

матерью ребенка вызывает у него тревогу из-за невозможности удовлетворения потребности в любви, в ласке и защите. В этом случае возникает страх: ребенок ощущает условность материальной любви («Если я сделаю плохо, меня не будут любить»). Неудовлетворение потребности ребенка в любви будут побуждать его добиваться ее удовлетворении любыми способами.

Детская тревожность может быть следствием и симбиотических отношений ребенка с матерью, когда мать ощущает себя единым целым с ребенком, пытается оградить его от трудностей и неприятностей жизни. Она «привязывает» к себе, предохраняя от воображаемых, несуществующих опасностей. В результате ребенок испытывает беспокойство, когда остается без матери, легко теряется, волнуется и боится. Вместо активности и самостоятельности развиваются пассивность и зависимость [4, с.97].

В тех случаях, когда воспитание основывается на завышенных требованиях, с которыми ребенок не в силах справиться или справляется с трудом, тревожность может вызываться боязнью не справиться, сделать не так, как нужно, нередко родители культивируют «правильность» поведения: отношение к ребенку может включать в себя жесткий контроль, строгую систему норм и правил, отступление от которых влечет за собой порицание и наказание. В этих случаях тревожность ребенка может порождаться страхом отступление от норм и правил, устанавливаемых взрослыми («Если я буду делать не так, как сказала мама, она не будет меня любить», «Если поступаю не так, как надо, меня накажут»).

Причиной возникновения тревоги всегда является внутренний конфликт, противоречивость стремлений ребенка, когда одно его желание противоречит другому, одна потребность мешает другой. Противоречивое внутреннее состояние ребенка может быть вызвано: противоречивыми требованиями к нему, исходящие из разных источников (или даже из одного источника: бывает, что родители противоречат сами себе, то позволяя, то

грубо запрещая одно и то же); неадекватными требованиями, несоответствующие возможностям и стремлениям ребенка; негативными требованиями, которые ставят ребенка в униженное, зависимое положение. Во всех трех случаях возникает чувство "потери опоры"; утраты прочных ориентиров в жизни, неуверенность в окружающем мире.

В основе внутреннего конфликта ребенка может лежать внешний конфликт - между родителями. Однако смешивать внутренний и внешний конфликты совершенно недопустимо; противоречия в окружающей обстановке ребенка далеко не всегда становятся его внутренними противоречиями. Совсем не каждый ребенок становится тревожным, если его мать и бабушка недолюбливают друг друга и воспитывают его по-разному. Лишь когда ребенок принимает близко к сердцу обе стороны конфликтующего мира, когда они становятся частью его эмоциональной жизни, создаются все условия для возникновения тревоги.

В душе ребенка конфликтуют не воспитательные системы мамы и бабушки, а его собственное желание не огорчать маму, его же собственное стремление нравиться бабушке. Точно также не распад семьи сам по себе делает ребенка тревожным, а внутренняя несовместимость добрых чувств к обоим родственникам, ставшим друг другу врагами. Почему же сходные внешне конфликты у одних детей проникают в глубь души, тогда как другие ребята остаются к ним равнодушными? Причин много, но главная - какие отношения для ребенка являются значимыми.

Когда, к примеру, единственной значимой фигурой для ребенка оказывается мать, то самые незначительные трения в их отношениях могут превратиться в душевную трагедию. Не будем "бояться волков" - тех возможных противоречий, которые могут возникнуть между оберегающей заботой семьи и нормами мужественности, ценимыми в мальчишеских компаниях. Надо все же "ходить в лес" - именно многообразие, переплетение значимых отношений позволяет ребенку разрешать противоречия то тут, то

там возникающие в жизни. Конфликт не ведет к тревоге, когда есть множество точек опоры.

Но ведь избежать конфликтов ни кому не удастся; значит ли это, что ребенок обречен на тревогу? Вовсе нет. Детей, заболевших неврозами лишь оттого, что их испугала внезапно залаявшая собака, или расстроил накричавший учитель, или вывела из себя скандальная ссора в семье, - таких детей фактически не существует. По отношению к таким одноразовым стрессам ребенок гораздо устойчивее, чем думают. Природа снабдила человека мощным механизмом забывания, который избавляет наше сознание от обязанностей нести тяжелый груз неприятных воспоминаний.

Тревога проникает в душу ребенка, лишь, когда конфликт пронизывает всю его жизнь, препятствуя реализации его важнейших потребностей.

К этим важнейшим потребностям относятся: потребность в физическом существовании (пище, воде, свободе от физической угрозы и т.д.); потребность в близости, в привязанности к человеку или к группе людей; потребность в независимости, в самостоятельности, в признании права на собственное "я"; потребность в самореализации, в раскрытии своих способностей, своих скрытых сил, потребность в смысле жизни и цели.

Одной из самых частых причин тревожности является завышенные требования к ребенку, негибкая, догматическая система воспитания, не учитывающая собственную активность ребенка, его интересы, способности и склонности. Наиболее распространенная система воспитания - "ты должен быть отличником". Выраженные проявления тревоги наблюдаются у хорошо успевающих детей, которых отличают добросовестность, требовательность к себе в сочетании с ориентацией на отметки, а не на процесс познания.

Бывает, что родители ориентируют на высокие, не доступные ему достижения в спорте, искусстве, навязывают ему (если это мальчик) образ настоящего мужчины, сильного смелого, ловкого, не знающего поражений, не соответствие которому (а соответствовать этому образу невозможно)

больно бьет по мальчишескому самолюбию. К этой же области относится навязывание ребенку чуждых ему (но высоко ценимых родителями) интересов, например как туризм, плавание. Ни одно из этих занятий само по себе не плохо. Однако выбор хобби должен принадлежать самому ребенку. Принудительное участие ребенка в делах, которые не интересуют школьника, ставит его в ситуацию неизбежного неуспеха.

Стремясь выработать у ребенка такие качества как добросовестность, послушание, аккуратность, учителя нередко усугубляют и без того нелегкое положение ребенка, увеличивая пресс требований, невыполнение которых влечет для него внутреннее наказание. Без сомнения, добросовестное отношение к делу необходимо, однако дело школьника (учение) - особое дело, в котором процесс важнее результата и слабо с ним связан. Если рабочий трудится прежде всего ради результата, например ради производства какой-либо детали, то ребенок учится не для того, чтобы решить ту или иную задачу: она давно решена и ответ помещен в конце задачника.

Смысл учения - в самом процессе учения и развития, ориентация на результат, а тем более на отметку как конечную цель всех стараний школьника в сочетании с завышенными требованиями родителей способствует перенапряжению его сил, извращают их направленность. От отметки часто зависит отношение к ребенку значимых для него людей. Ребенок чувствует, что отношение к нему прямо пропорционально его успеваемости, и оценки становятся средством достигнуть расположения родителей, учителей, одноклассников.

Сама интенсивность переживания тревоги, уровень тревожности у мальчиков и девочек различны. В младшем школьном возрасте мальчики более тревожны, чем девочки. В девять-одиннадцать лет интенсивность переживаний у обоих полов выравнивается, а после двенадцати лет общий уровень тревожности у девочек в целом возрастает, а у мальчиков несколько

снижается, хотя именно среди мальчишек встречаются ребята с серьезными нарушениями в этой сфере [11, с.45].

Различаются девочки и мальчики тем, с какими ситуациями они связывают свою тревогу, как ее объясняют, чего опасаются.

Последствия тревожных переживаний.

Состояние чистой или как говорят психологи, "свободно плавающей", тревоги крайне трудно перенести. Неопределенность, неясность источника угрозы делает поиск выхода из положения очень трудным, сложным. Испытывая гнев, я могу бороться. Испытывая печаль, я могу искать утешения. Но в состоянии тревоги я не могу ни защищаться, ни бороться, потому что не знаю против чего бороться и защищаться.

Как только возникает тревога, в душе ребенка включается целый ряд механизмов, которые "перерабатывают" это состояние во что-то другое, пусть тоже неприятное, но не столь невыносимое. Такой ребенок может внешне производить впечатление спокойного и даже самоуверенного, но необходимо научиться распознавать тревожность и "под маской".

Внутренняя задача, которая стоит перед эмоционально неустойчивым ребенком: в море тревоги найти островок безопасности и постараться как можно лучше его укрепить, закрыть со всех сторон от бушующих волн окружающего мира. На начальном этапе формируется чувство страха: ребенок боится оставаться в темноте, или опоздать в школу, или отвечать у доски. Страх - первая производная тревоги. Его преимущество - в том, что у него есть граница, а значит, и всегда остается какое-то свободное пространство вне этих границ[20,56].

Тревожные дети отличаются частыми проявлениями беспокойства и тревоги, а также большим количеством страхов, причем страхи и тревога возникают в тех ситуациях, в которых ребенку, казалось бы, ничего не грозит. Тревожные дети отличаются особой чувствительностью. Так, ребенок может тревожиться: пока он в саду, вдруг с мамой что-нибудь случится.

Тревожные дети нередко характеризуются низкой самооценкой, в связи с чем у них возникает ожидание неблагополучия со стороны окружающих. Это характерно для тех детей, чьи родители ставят перед ними непосильные задачи, требуя этого, что дети выполнить не в состоянии, причем в случае неудачи их, как правило, наказывают, унижают («Ничего ты делать не умеешь! Ничего у тебя не получается!»).

Тревожные дети очень чувствительны к своим неудачам, остро реагируют на них, склонны отказываться от той деятельности, например рисования, в которой испытывают затруднения.

У таких детей можно заметить заметную разницу в поведении на занятиях и вне занятий. Вне занятий это живые, общительные и непосредственные дети, на занятиях они зажаты и напряжены. Отвечают на вопросы воспитателя тихим и глухим голосом, могут даже начать заикаться. Речь их, может быть как очень быстрой, торопливой, так и замедленной, затрудненной. Как правило, возникает длительное возбуждение: ребенок теребит руками одежду, манипулирует чем-нибудь.

Тревожные дети имеют склонность к вредным привычкам невротического характера (они грызут ногти, сосут пальцы, выдергивают волосы, занимаются онанизмом). Манипуляция с собственным телом снижает у них эмоциональное напряжение, успокаивают.

Распознать тревожных детей помогает рисование. Их рисунки отличаются обилием штриховки, сильным нажимом, а также маленькими размерами изображений. Нередко такие дети «застревают» на деталях, особенно мелких.

У тревожных детей серьезное, сдержанное выражение лица, опущенные глаза, на стуле сидит аккуратно, старается не делать лишних движений, не шуметь, предпочитает не обращать на себя внимание окружающих. Таких детей называют скромными, застенчивыми. Родители сверстников обычно ставят их в пример своим сорванцам: «Смотри, как

хорошо ведет себя Саша. Он не балуется на прогулке. Он каждый день аккуратно складывает игрушки. Он слушается маму». И, как ни странно, весь этот перечень добродетелей бывает правдой - эти дети ведут себя «правильно».

Но некоторых родителей волнует поведение своих детей. «Саша совсем .Любит делать только то, к чему привык. Никак не удастся заинтересовать его чем-то новым. «Люба очень нервная. Чуть что - в слезы. И не хочет играть с ребятами - боится, что они поломают ее игрушки». «Алеша постоянно жметя к маминой юбке - не оттащишь.

Таким образом, поведение тревожных детей отличается частыми проявлениями беспокойства и тревоги, такие дети живут в постоянном напряжении, все время ощущая угрозу, чувствуя, что в любой момент могут столкнуться с неудачами.

Вывод по первой главе

Среди причин, вызывающих детскую тревожность, на первом месте, по мнению Е. Савиной – это неправильное воспитание и неблагоприятные отношения ребенка с родителями, особенно с матерью, неприятие матерью ребенка вызывает у него тревогу из-за невозможности удовлетворения потребности в любви, в ласке и защите. В этом случае возникает страх: ребенок ощущает условность материальной любви («Если я сделаю плохо, меня не будут любить»). Неудовлетворение потребности ребенка в любви будут побуждать его добиваться ее удовлетворении любыми способами. У детей младшего школьного возраста доминирует ситуативная тревожность.

Детская тревожность может быть следствием и симбиотических отношений ребенка с матерью, когда мать ощущает себя единым целым с ребенком, пытается оградить его от трудностей и неприятностей жизни. Она «привязывает» к себе, предохраняя от воображаемых, несуществующих опасностей. В результате ребенок испытывает беспокойство, когда остается

без матери, легко теряется, волнуется и боится. Вместо активности и самостоятельности развиваются пассивность и зависимость [4, с.97].

Одной из самых частых причин тревожности является завышенные требования к ребенку, негибкая, догматическая система воспитания, не учитывающая собственную активность ребенка, его интересы, способности и склонности. Наиболее распространенная система воспитания - "ты должен быть отличником". Выраженные проявления тревоги наблюдаются у хорошо успевающих детей, которых отличают добросовестность, требовательность к себе в сочетании с ориентацией на отметки, а не на процесс познания.

Неадекватный стиль воспитания, проявляющийся в виде доминирования родителя над ребенком, игнорировании его реальных потребностей, эмоциональном отвержении ребенка, занижении его возможностей, отношении как к более слабому - приводит к повышению уровня тревожности у ребенка.

Наиболее приемлемым для ребенка типом отношения взрослого можно назвать тот, при котором родитель принимает и уважает индивидуальность ребенка, симпатизирует ему, одобряет его интересы и планы, кооперируется с ним, помогает ему, высоко оценивает интеллектуальные и творческие способности, поощряет инициативу и самостоятельность, старается быть с ним на равных.

В любом периоде жизни человека родители являются для него примером как личности. Благодаря этому с детских лет большинство людей в своем поведении подражают родителям, которые с колыбели одаривают его одним из прекрасных человеческих проявлений - родительской любовью. Эта взаимосвязь имеет огромное значение для ребенка, так как влияет на формирование характера, жизненных позиций, на его поведение, отношение к людям, в целом на формирование его личности.

Благодаря эмоциональной связи любящие и понимающие свои обязанности родители с малых лет формируют у ребенка нормы и стиль

поведения, объясняют ему мир человеческих ценностей, внушают, что можно, а что не следует делать. Ребенок в процессе развития усваивает эти наказания, запреты, взгляды так, что они становятся его собственными убеждениями, то есть человек создает свою систему ценностей.

ГЛАВА II. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ВЛИЯНИЯ СТИЛЯ СЕМЕЙНОГО ВОСПИТАНИЯ НА ТРЕВОЖНОСТЬ В МЛАДШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ

2.1. Описание экспериментальной выборки и методик исследования

В эксперименте участвовало 25 младших школьников МБОУ «СОШ №1» г. Бийска. Возраст участников эксперимента 7-11 лет.

Экспериментальное исследование проводилась в три этапа:

1. Констатирующий.
2. Формирующий.
3. Контрольный.

Целью экспериментального исследования является выявление тревожности у детей младшего школьного возраста, и предположить о наличии связи с неблагополучным типом семейных отношений.

Задачи экспериментального исследования:

1. Исследовать уровни тревожности у детей младшего школьного возраста.
2. Разработать и реализовать программу, направленную на преодоления тревожности у детей, вызванной нарушениями в детско-родительских отношениях.
3. Проанализировать результаты и выявить эффективность внедрения.

Для выявления детей с ярко выраженной тревожностью были использованы Методика “Измерения уровня тревожности Тейлора”

1. Методика “Измерения уровня тревожности Тейлора” (адаптированная Немчиным Т.А.).

Методика предназначена для измерения уровня тревожности.

Опросник состоит из 50 утверждений. Он может предъявляться испытуемому либо списком, либо, как набор карточек с утверждениями.

Подсчитывается количество ответов испытуемого, свидетельствующих о тревожности.

Оценка 40-50 баллов рассматривается как показатель очень высокого уровня тревожности, 25-40 баллов свидетельствуют о высоком уровне тревоги, 15-25 баллов - о среднем (с тенденцией к высокому) уровне, 5-15 баллов - о среднем (с тенденцией к низкому) уровне, и 0-5 баллов - о низком уровне тревожности.

Далее работа направлена на выявление знаний родителей о ребёнке и изучение родительских отношений с детьми.

При работе с родителями можно использовать следующие методы:

- анкетирование;
- тестирование.

2. Родительское отношение к детям” (А.Я. Варга, В.В. Столин).

Инструкция: “Внимательно прочитайте утверждения, против каждого поставьте ответ “верно”, если оно совпадает с вашим отношением к своему ребёнку, или “не верно”, если не совпадает.

3. “Кинетический рисунок семьи”.

Цель: - исследование межличностных отношений в семье (глазами ребёнка); - выявление отношений в семье, вызывающих тревогу у ребёнка.

Методика проведения:

Ребёнку предлагается лист бумаги, карандаши. Ставится условие: необходимо нарисовать свою семью так, чтобы её члены были чем-либо заняты.

Формативными особенностями считается качество изображения: тщательность прорисовки или небрежность в рисовании отдельных членов семьи, красочность изображения, положение объектов на листе, заштрихованность, размеры.

Содержательными характеристиками рисунка являются: изображение деятельности членов семьи, их взаимное расположение по отношению друг к

другу и к ребёнку, присутствие или отсутствие членов семьи и самого ребёнка, а также соотношение людей и вещей на рисунке.

Анализ результатов рисунков осуществлялся по следующим показателям:

1. Наличие беспокойства у детей об отношении к ним взрослых.
2. Эмоциональное напряжение и дистанция.
3. Дискомфорт.
4. Наличие враждебности по отношению к взрослым.

На основании этих показателей выявили уровни влияния семейных отношений на ребёнка.

К высокому уровню детско-родительских отношений относим рисунки, где ребёнку комфортно в семье, на рисунке присутствуют все члены семьи, в центре рисунка - сам ребёнок в окружении родителей; изображает себя и родителей нарядными, тщательно прорисовывает каждую линию, на лицах взрослых и ребёнка - улыбка, прослеживается спокойствие в позах, движениях.

Средний уровень детско-родительских отношений: отсутствие кого-либо из членов семьи, наличие беспокойства, ребёнок рисует себя грустным, вдали от родителей, наличие враждебности по отношению к взрослым через штриховку деталей, отсутствие некоторых частей тела (рук, рта).

Низкий уровень детско-родительских отношений: наличие одного из родителей с предметом, угрожающим для ребёнка (ремень), запуганное выражение лица ребёнка, ощущение эмоционального напряжения через использование в рисунке тёмных красок.

Наличие враждебности по отношению к родителям прослеживается через прорисовку таких деталей, как разведённые руки, растопыренные пальцы, оскаленный рот и т.д.

2.2. Анализ и интерпретация результатов исследования

По результатам тестирования мы можем судить, что далеко не во всех семьях царит атмосфера положительных детско-родительских отношений. В основном они носят переменный характер.

На наш взгляд, причинами, повлекшими за собой возрастание тревожности у детей, является то, что:

- у родителей не сформировано полное представление о воспитании ребенка;
- ребенок не ощущает себя уютно и комфортно в семье (он не удовлетворен своим положением в семье);
- дети растут в условиях дефицита добра, ласки, любви; боятся наказания;
- в семье - неблагоприятная обстановка; чрезмерная опека.

1. В результате проведенного тестирования родителей по тесту «Родительское отношение к детям» (А.Я. Варга, В.В. Столин).

Цель: изучить выявление родительского отношения к детям.

Методика проведения: Родителям были предложены бланки с вопросами (61 вопрос). На каждый вопрос предполагался либо положительный, либо отрицательный ответ.

Основанием для оценки служил ключ к опроснику, который позволил выявить уровень родительских отношений.

На наш взгляд, наиболее оптимальным является такой уровень родительских отношений, как кооперация - это социально желаемый образ родительского поведения. Родитель высоко оценивает способности своего ребёнка, испытывает чувство гордости за него, поощряет инициативу и самостоятельность, старается быть с ним на равных.

К нейтральному уровню можно отнести отношения по типу «симбиоз» и «маленький неудачник». Родитель видит своего ребёнка младше по сравнению с реальным возрастом, стремится удовлетворить его потребности, оградить от трудностей и неприятностей жизни, не предоставляет ему самостоятельности.

К отрицательному уровню родительских отношений мы отнесли такой тип родительских отношений, как отвержение и «авторитарная гиперсоциализация». Родитель воспринимает своего ребёнка плохим, неприспособленным. Требует от него безоговорочного послушания и дисциплины. По большей части испытывает к ребёнку злость, раздражение, досаду.

Проанализировав ответы родителей, мы получили следующую картину родительского отношения к детям:

Оптимальные родительские отношения к ребёнку наблюдаются в 10 семьях (40 %). К нейтральному уровню можно отнести 10 семей (40 %). Родительские отношения, которые носят отрицательный характер, проявляются в пяти семьях (20 %).

По результатам этой методики мы видим, что большинство семей используют неэффективные отношения с ребёнком, что приводит к разрастанию тревожности у детей.

Сравнивая данные по этой методике и результаты тестов, направленных на обследование детей, мы обнаружили, что нарушения в родительских отношениях к детям оказывают влияние на их эмоциональное состояние, в частности, на проявление тревожности.

Таким образом, в результате проведенного исследования, суммируя полученные результаты, мы выделили уровни детско-родительских отношений в семье. Критериями определения уровней детско-родительских отношений для нас явились:

- детские отношения к родителям;
- знания родителей о воспитании ребенка;
- родительские отношения к детям.

Высокий уровень – характеризуется достаточным объемом знаний и представлений родителя о воспитании ребенка. Ребенок в семье чувствует себя комфортно и уютно. Родители уважают своего ребенка, одобряют его

интересы и планы, стараются во всем помочь ему, поощряют его инициативу и самостоятельность.

Средний уровень — характеризуется недостаточным объемом знаний и представлений родителя о воспитании ребенка. Родители нарушают взаимоотношения с детьми, ребенок чувствует себя одиноким, они не предоставляют ему самостоятельности.

Низкий уровень – характеризуется незнанием родителей о воспитании детей. Ребенок не удовлетворен своим семейным положением, испытывает повышенную тревожность. Родители воспринимают своего ребенка плохим, неприспособленным, неудачливым, испытывают по отношению к ребенку раздражительность и обиду.

Как показала, корреляции наиболее значимыми оказались показатели отношения родителей по типу отвержения и разделения. Для получения более достоверных выводов по разным аспектам родительского отношения нужна большая статистика (большее количество испытуемых).

2. В результате проведенного исследования по Методике “Измерения уровня тревожности Тейлора” на группе учащихся нами было выявлены особенности тревожности, данные представлены в таблице (табл.1)

Таблица 1

Особенности тревожности школьников, согласно методике «Шкала тревожности» на констатирующем этапе эксперимента (N = 25)

Название группы	Уровень тревожности %			всего
	Высокий	Средний	Низкий	
Экспериментальная группа «А»	38% 5 детей	38% 5 детей	24% 3 детей	100% 13детей
Контрольная группа «Б»	42% 5 детей	42% 5 детей	16% 2 детей	100% 12детей

Данные таблицы наглядно свидетельствуют о том, что обе группы респондентов практически идентичны по своему составу, то есть, их тревожность представлена в одинаковом соотношении уровней: «высокого», «среднего» и «низкого».

3. В результате проведенного исследования по методике “Кинетический рисунок семьи” на группе учащихся нами было выявлено количественное соотношение детей с детско-родительских отношений, данные представлены в таблице 2.

Таблица 2

Количественное соотношение детей с детско-родительских отношений по методике “Кинетический рисунок семьи” на констатирующем этапе эксперимента(N = 25)

Название группы	Уровень		
	Высокий	Средний	Низкий
Экспериментальная группа «А»	38% 5 детей	46% 6 детей	16% 2 детей
Контрольная группа «Б»	42% 5 детей	34% 4 ребенка	24% 3 ребенка

Анализ результатов показал, что:

Итак, нами было выявлено 2 детей в экспериментальной группе, которые не удовлетворены своим положением в семье и 3 детей в контрольной группе. Они часто испытывают дискомфорт. Это видно по рисунку, где они изображают себя вдалеке от взрослых, а также с грустным выражением лица.

И наоборот, 10 детей в семье имеет положительные детско-родительские отношения. На их рисунках семья изображена в полном составе, где ребенок помещен в центре, а также преобладание светлых тонов. В этих семьях царит благоприятная обстановка, забота.

В качестве примера разберём несколько рисунков. Настя С. помещает себя в центр в окружении папы и мамы. Изображает себя и родителей весёлыми, счастливыми, все линии чётко прорисовывает, на рисунке много цветов. Всё это свидетельствует о благополучии в детско-родительских отношениях.

На рисунке Гали К. изображена вся семья за ужином. На лицах взрослых и ребёнка – улыбки, линии чётко прорисованы, в позах взрослых и ребёнка прослеживается спокойствие. По рисунку видно, что девочке в этой семье комфортно и уютно.

И 10 детей, где дети в семье не всегда чувствуют себя комфортно и уютно. На наш взгляд, это происходит, потому что присутствует чрезмерная опека или чрезмерная строгость, что вызывает повышенную тревожность в поведении детей. Следовательно, 15 детей имеют тревожность:

- страх наказания;
- боязнь сделать что-то не так, за что потом его не будут любить.

Рассмотрим в качестве примера рисунок Игоря П. Мальчик изобразил только себя и папу, они достаточно удалены друг от друга, что говорит о чувстве отверженности. Помимо этого, папа занимает достаточно агрессивную позицию: руки раскинуты в стороны, пальцы длинные, подчёркнутые. Мама на рисунке отсутствует. Анализируя этот рисунок, можно понять, что ребёнок не удовлетворён своим положением в семье и отношением к нему родителей.

После того, как дети нарисовали семью, мы предложили ряд вопросов, ответы на которые позволили нам выявить причины, вызывающие у детей тревожность в системе детско-родительских отношений:

- физическое наказание;
- отсутствие общения с родителями;
- общение с ребёнком на повышенных тонах.

Таким образом, результаты проведенного эмпирического исследования свидетельствуют о необходимости работы, направленной на преодоления тревожности у детей, вызванной нарушениями в детско-родительских отношениях.

2.3. Методическое обоснование и описание программы направленной на преодоления тревожности у детей, вызванной нарушениями в детско-родительских отношениях (Формирующий этап)

Для преодоления тревожности у детей, вызванной нарушениями в детско-родительских отношениях, нами была составлена программа, направленная на их коррекцию.

Цель коррекционной программы:

создание психолого-педагогических условий для преодоления тревожности у детей через коррекцию детско-родительских отношений;

Задачи:

1. Формирование знаний о психолого-педагогических особенностях ребенка.
2. Формирование позитивных взаимоотношений между родителями и детьми.
3. Коррекция тревожности у детей в системе детско-родительских отношений.

Принципы:

1. Принцип системности - определяет использование в работе профилактических, коррекционных и развивающих задач.
2. Принцип единства диагностики и коррекции - отражает целостность процесса оказания психологической помощи.
3. Деятельностный принцип - определяет пути и способы реализации поставленных целей.
4. Принцип комплексности методов психологического воздействия -

определяет использование многообразия методов, приёмов.

Методы и приёмы:

1. Групповая дискуссия.
2. Психогимнастика.
3. Ролевая игра.
4. Релаксация.

Структура занятия:

1. Вводная часть (приветствие, разминка).
2. Основная часть (совокупность методов и приёмов, способствующих повышению стрессоустойчивости участников группы).
3. Заключительная часть (рефлексия: обмен мнениями, чувствами о проведённом занятии; ритуал прощания).

Форма организации: групповая.

Коррекционная программа была направлена на работу с детьми. Содержание работы реализовывалось через ряд этапов: пропедевтический; вводный; развивающий; контрольно-оценочный.

Условия реализации: На формирующем этапе в исследовании приняло участие 13 детей экспериментальной группы. В результате предшествующей диагностики мы выявили высокий и средний уровень тревожности и предположили, что этих детей не устраивают взаимоотношения с родителями. Программа состоит из 12 занятий. При соблюдении режима проведения - два раза в неделю, цикл рассчитан на два месяца. Каждое занятие рассчитано на один академический час.

Ожидаемые результаты: предложенная программа будет способствовать преодолению тревожности у детей, вызванной нарушениями в детско-родительских отношениях.

Тематический план

Программа, направленная на преодоление тревожности у детей, вызванной нарушениями в детско-родительских отношениях представлена в **приложении 2**.

2.4. Определение эффективности программы на преодоление тревожности у детей, вызванной нарушениями в детско-родительских отношениях(контрольный этап)

В соответствии с целью и задачами данной работы было организовано экспериментальное исследование эффективности программы, направленная на преодоление тревожности у детей, вызванной нарушениями в детско-родительских отношениях.

Итак, по итогам констатирующего этапа были сформированы экспериментальная и контрольная группа.

Экспериментальную группу составили дети с высоким и средним уровнем тревожности, которые подвергались гармонизирующему воздействию.

Контрольную группу составили дети с низким и средним уровнями тревожности, не подвергающиеся гармонизирующему воздействию.

На контрольном этапе эксперимента была проведена повторная диагностика показателей тревожности с помощью тех же методик: Методика “Измерения уровня тревожности Тейлора” (адаптированная Немчиным Т.А.)

С целью обобщения полученных данных была составлена **таблица 3.**

Таблица 3

Особенности тревожности школьников, согласно методике «Шкала тревожности» на контрольном этапе эксперимента (N = 25)

Название группы	Уровень тревожности %			всего
	Высокий	Средний	Низкий	
Экспериментальная группа «А»	8%	38%	54%	100%
	1 ребенок	5 детей	7 детей	13 детей
Контрольная	34%	50%	16%	100%
	4 детей		2 детей	12 детей

группа «Б»		6 детей		
------------	--	---------	--	--

Как следует из данных, представленных в **таблице 3**, на контрольном этапе в экспериментальной группе результаты следующие: у 5 детей средний уровень тревожности, у 7 детей - низкий уровень тревожности, и лишь у одного ребенка высокая тревожность. А в контрольной группе результаты следующие: высокий уровень тревожности у 4 детей, средний у 6 детей, а низкий у 2 детей.

Таблица 4

Количественное соотношение детей с детско-родительских отношений по методике “Кинетический рисунок семьи” на контрольном этапе эксперимента

Название группы	Уровень		
	Высокий	Средний	Низкий
Экспериментальная группа «А»	62% 8детей	38% 5детей	0%
Контрольная группа «Б»	34 % 4 детей	50% 6 ребенка	16% 2 ребенка

Итак, полученные результаты в ходе исследования, свидетельствуют о том, что после проведённой работы в экспериментальной группе результаты улучшились: высокий уровень стал на 20% выше, чем в контрольной группе; низкий уровень, который был характерен на констатирующем этапе, на данном этапе исследования в экспериментальной группе - отсутствует.

Показатели тревожности по группам для каждого испытуемого приведены в **приложении 4-5**.

В **таблице 5** представлены средние показатели тревожности на констатирующем и контрольных этапах в двух группах: контрольной и экспериментальной.

Из представленных в **таблице 5** данных видно, что в экспериментальной группе на контрольном этапе средний показатель тревожности составил 13 баллов.

В контрольной группе средний показатель составил 20 баллов, также как и на констатирующем этапе, поскольку в контрольной группе дети с высоким и средним уровнями тревожности не подвергались гармонизирующему воздействию. Как видно из **рисунка 5**, снижение показателей по тесту тревожности оказалось более выраженным в экспериментальной группе, что является следствием гармонизирующей работы.

Таблица 5

Средние показатели тревожности в контрольной и экспериментальной группах по методике «Шкала тревожности» (N=25)

Группа	Констатирующий этап	Контрольный этап
Контрольная (N = 12)	20	20
Экспериментальная (N = 13)	19	13

Подводя итог экспериментальному исследованию, можно сделать вывод, что все приведённые данные, полученные в ходе эксперимента, свидетельствуют о том, что гармонизирующая работа оказалась продуктивной.

Таким образом, результаты проведенного эмпирического исследования свидетельствуют о необходимости работы, направленной на преодоления тревожности у детей, вызванной нарушениями в детско-родительских отношениях. Предложенная программа с элементами тренинговых упражнений и игр, направленная на снижение тревожности и гармонизации детско-родительских отношений показала свою эффективность.

Вывод по второй главе

Анализ литературы и проведенное психологическое исследование указывают на то, что отношение родителя, к ребенку понимающееся, как система разнообразных чувств и поступков и проявляющее в стиле воспитания и социальной установке оказывает значительное влияние на формирование личности ребенка.

В соответствии с целью работы было организовано и проведено эмпирическое исследование, направленное на анализ особенностей проявления тревожности и возможности её снижения у младших школьников. В ходе исследования была проведена диагностика по методике **«Шкала тревожности»**. По результатам диагностики сделан вывод о том, что детям с высоким и средним уровнем тревожности необходима работа гармонизирующего воздействия по снижению тревожности у младших школьников.

Исходя из полученных данных, нами была составлена программа, направленная на снижение тревожности и гармонизации детско-родительских отношений. Для проверки эффективности предложенной программы был организован эксперимент. Результаты исследования показали, что реализация программы с применением упражнений и игр позволяет значительно снизить уровень тревожности у младших школьников.

Таким образом, предложенная программа, направленная на снижение тревожности и гармонизации детско-родительских отношений, показала эффективность. Исходя из этого, важно подчеркнуть, что психологической службе необходимо проводить систематическую работу по снижению тревожности и гармонизации детско-родительских отношений.

Заключение

Как показал анализ литературных источников, вопросами родительского отношения занимаются многие ученые, как зарубежные, так и отечественные (С. Броди, А. Болдуин, А.Я. Варга, Е.О. Смирнова). В изучении проблем тревожности можно выделить таких ученых как К. Хорни, С. Салливан, А.М. Прихожан, Т.В. Драгунова и др.

Для подтверждения гипотезы мы использовали две методики, одна из которых направлена на выявление типа родительского отношения, а другая на определение уровня тревожности у детей. Изучение проблемы влияния типа детско-родительских взаимоотношений на эмоциональную сферу ребенка позволяет статистически доказать, что дисгармония отношений «родитель - ребенок» является существенным фактором, обуславливающим повышенный уровень тревожности у детей. Как показала, корреляции наиболее значимыми оказались показатели отношения родителей по типу отвержения и разделения. Для получения более достоверных выводов по разным аспектам родительского отношения нужна большая статистика (большее количество испытуемых).

Неадекватный стиль воспитания, проявляющийся в виде доминирования родителя над ребенком, игнорировании его реальных потребностей, эмоциональном отвержении ребенка, занижении его возможностей, отношении как к более слабому - приводит к повышению уровня тревожности у ребенка.

Наиболее приемлемым для ребенка типом отношения взрослого можно назвать тот, при котором родитель принимает и уважает индивидуальность ребенка, симпатизирует ему, одобряет его интересы и планы, кооперирует с ним, помогает ему, высоко оценивает интеллектуальные и творческие способности, поощряет инициативу и самостоятельность, старается быть с ним на равных

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. *Алешина, Ю.Е.* Индивидуальное и семейное психологическое консультирование [Текст] / Ю.Е. Алешина. - М.: Независимая фирма "Класс", 2007. - 208с.
2. *Акопян Л.С.* Школьные страхи и тревожность детей младшего школьного возраста, обучающихся в образовательных учреждениях разного типа [Текст] / Л.С. Акопян, Т.В. Никифорова // Вестник Самарской гуманитарной академии - 2009. - №1. - С. 47-50.
3. *Артюхова, И. С.* Развитие мышления, внимания, памяти, саморегуляции у младших школьников [Текст] / И. С. Артюхова, М. Б. Богус. - М. : Чистые пруды, 2008. - 30 с.
4. *Астанов, В.М.* Тревожность у детей - СПб: Питер Пресс, 2004. - 224с.
5. *Бодалев, А.А.* О взаимосвязи общения и отношения [Текст] / А.А. Бодалев // Вопросы психологии. - 1994. – С. 122-127.
6. *Брель, Е.Ю.* Социально-психологические факторы формирования тревожности у младших школьников и пути ее профилактики и коррекции :дис. ... канд. психол. наук [Текст] / Е.Ю. Брель // - Ин-т образования Сибири, Дальнего Востока и Севера РАО. - Томск, 1996. - 120 с.
7. *Выготский, Л.С.* Вопросы детской психологии - СПб.: СОЮЗ, 1997. - 224с.
8. *Гузанова, Т.В.* Изменения в распределении школьных страхов первоклассников в течение учебного года [Текст] / Т.В. Гузанова // Психологическая наука и образование. - 2009. - №5.
9. *Гуров, В.А.* Тревожность как показатель психологического здоровья младших школьников и личностные особенности педагога [Текст] / В.А. Гуров // Сибирский учитель. - 2006. - №4. - С. 27-28.
10. *Дубровина И.В.* Практическая психология в образовании [Текст] / И.В. Дубровина. - М.: 2000.

11. Жукова, М. В. Социализация младших школьников в современных условиях [Текст] / М. В. Жукова // Социализация молодежи в условиях развития современного образования. - Новосибирск : НГПУ, 2004. - Ч. 1. - С. 138-146.
12. Захаров, А.И. Неврозы у детей и психотерапия [Текст] / А.И. Захаров // - СПб.: СОЮЗ, 1998. - 336с.
13. Захарова, Т. Г. Психологические особенности детей младшего школьного возраста [Текст] / Т. Г. Захарова // Герценовские чтения. Начальное образование. - 2011. - Т. 2, № 1. - С. 106-110.
14. Изард, К.Е. Эмоции человека [Текст] / К.Е. Изард. - М.: Издательство Московского ун.-та, 1980.
15. Марцинковская, Т.Д. Ваш тревожный ребенок [Текст] / Т.Д. Марцинковская. - М.: Издательский центр Вентана-Граф, 2005. - 32с.
16. Микляева, А.В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция [Текст] / А.В. Микляева. - СПб.: Речь, 2006. - 128с.
17. Немов, Р.С. Психология: [Текст] / Р.С. Немов. - Словарь справочник: В 2 ч. - М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003. - 352с.
18. Николаева, М. Помогите малышу почувствовать себя успешным [Текст] / М. Николаева // Сельская шк. - 2007. - № 2. - С. 113-118.
19. Обухова, Л.Ф. Детская психология: теории, факты, проблемы [Текст] / Л.Ф. Обухова. - М.: Тривола, 1995. - 371с.
20. Петровский, А.В. Дети и тактика семейного воспитания [Текст] / А.В. Петровский. - М.: Знание, 1981. - 95с.
21. Прихожан, А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика [Текст] / А.М. Прихожан. - М.: МПСИ, 2000. - 304 с.
22. Рогов, Е.И. Настольная книга практического психолога в образовании: Учебное пособие [Текст] / Е.И. Рогов. - М.: ВЛАДОС, 1996.

23. Словарь психолога-практика. / Сост. Головин С.Ю. - Мн.: Харвест, 2001.
24. *Спиваковская, А.С.* Обоснование психологической коррекции неадекватных родительских позиций [Текст] / А.С. Спиваковская. - М.: Просвещение, 1981. - 115 с.
25. *Троценко С.Н.* Особенности школьной тревожности обучающихся начальной школы с задержкой психического здоровья [Текст] / С.Н. Троценко, Т.Н. Филютина // Вестник КГУ им. Некрасова - 2012. - Т.18. - 56-59.
26. *Феррои, Л.М.* Причины возникновения тревожности и ее проявления у детей дошкольного и младшего школьного возраста [Текст] / Л.М. Феррои // Шк. здоровья. - 2005. - № 3. - С. 32-38. - Библиогр.: с. 37-38 (23 назв.).
27. *Ханычева, И.А.* Психологическое сопровождение личностного развития младших школьников [Текст] / И.А. Ханычева // Психология и шк. - 2004. - № 2. - С. 103-107.
28. *Холл, К.* Теория личности [Текст] / Холл К., Линдсей Г. // Пер с англ. - М.: изд-во ЭКСМО-Пресс, 1999. - 592с.
29. *Хорни, К.* Невротическая личность нашего времени: перевод с англ. - М.: Айрис - пресс, 2004. - 480с.
30. *Хухлаева, О. В.* Психологическая поддержка детей со страхами [Текст] / О. В. Хухлаева // Школьный психолог. - 2001. - № 40, 41, 46; - 2002. - № 6.
31. *Шапарь, В.Б.* Практическая психология. Психодиагностика отношений между родителями и детьми : науч.-попул. литература [Текст] / В.Б. Шапарь. - Ростов н/Д : Феникс, 2006, - 427 с.
32. *Шнейдер, Л.Б.* Семейная психология: учебное пособие для вузов [Текст] / Л.Б Шнейдер. - 2-е изд.- М.: Деловая книга, 2006. - 768с.
33. *Эйдемиллер, Э.Г.* Психология и психотерапия семьи [Текст] / Э.Г. Эйдемиллер., В. Юстицкис. - СПб.: Питер, 1999 - 656с.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1**МЕТОДИКИ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ В ИССЛЕДОВАНИИ****ТЕСТ-ОПРОСНИК РОДИТЕЛЬСКОГО ОТНОШЕНИЯ****(А.Я. ВАРГА, В.В. СТОЛИН)**

Инструкция: “Внимательно прочитайте утверждения, против каждого поставьте ответ “верно”, если оно совпадает с вашим отношением к своему ребёнку, или “не верно”, если не совпадает.

1. Я всегда сочувствую своему ребёнку.
2. Я считаю своим долгом знать всё, что думает мой ребёнок.
3. Я уважаю своего ребёнка.
4. Мне кажется, что поведение моего ребёнка значительно отклоняется от нормы.
5. Нужно подольше держать ребёнка в стороне от реальных жизненных проблем, если они его травмируют.
6. Я испытываю к ребёнку чувство расположения.
7. Хорошие родители ограждают ребёнка от трудностей жизни.
8. Мой ребёнок часто неприятен мне.
9. Я всегда стараюсь помочь моему ребёнку.
10. Бывают случаи, когда издевательское отношение к ребёнку приносит ему большую пользу.
11. Я испытываю досаду по отношению к своему ребёнку.
12. Мой ребёнок ничего не добьётся в жизни.
13. Мне кажется, что дети потешаются над моим ребёнком.
14. Мой ребёнок часто совершает такие поступки, которые кроме презрения, ничего не стоят.
15. Для своего возраста мой ребёнок немножко незрелый.
16. Мой ребёнок ведёт себя плохо специально, чтобы досадить мне.
17. Мой ребёнок впитывает в себя всё дурное, как “губка”.
18. Моего ребёнка трудно научить хорошим манерам при всём старании.
19. Ребёнка следует держать в строгих рамках, тогда из него вырастет порядочный человек.
20. Я люблю, когда друзья моего ребёнка приходят к нам в дом.
21. Я принимаю участие в своём ребёнке.
22. К моему ребёнку “липнет” всё дурное.
23. Мой ребёнок не добьётся ничего в жизни.
24. Когда в компании знакомых говорят о детях, мне немножко стыдно, что мой ребёнок не такой умный и способный, как бы мне хотелось.
25. Я жалею своего ребёнка.

26. Когда я сравниваю своего ребёнка со сверстниками, они кажутся мне взрослее и по поведению, и по суждениям.
27. Я с удовольствием провожу с ребёнком всё свободное время.
28. Я часто жалею о том, что мой ребёнок растёт и взрослеет, и с нежностью вспоминаю его маленьким.
29. Я часто ловлю себя на враждебном отношении к ребёнку.
30. Я мечтаю о том, чтобы мой ребёнок достиг всего того, что мне не удалось в жизни.
31. Родители должны приспосабливаться к ребёнку, а не только требовать этого от него.
32. Я стараюсь выполнять все просьбы моего ребёнка.
33. При принятии семейных решений следует учитывать мнение ребёнка.
34. Я очень интересуюсь жизнью моего ребёнка.
35. В конфликте с ребёнком я часто могу признать, что он по-своему прав.
36. Дети рано узнают, что родители могут ошибаться.
37. Я всегда считаюсь с ребёнком.
38. Я испытываю к ребёнку дружеские чувства.
39. Основная причина капризов моего ребёнка - эгоизм, упрямство и лень.
40. Невозможно нормально отдохнуть, если проводить отпуск с ребёнком.
41. Самое главное, чтобы у ребёнка было спокойное и беззаботное детство.
42. Иногда мне кажется, что мой ребёнок не способен ни на что хорошее.
43. Я разделяю увлечения своего ребёнка.
44. Мой ребёнок может вывести из себя кого угодно.
45. Я понимаю огорчения своего ребёнка.
46. Мой ребёнок часто раздражает меня.
47. Воспитание ребёнка - сплошная нервотрепка.
48. Строгая дисциплина в детстве развивает сильный характер.
49. Я не доверяю своему ребёнку.
50. За строгое воспитание дети благодарят потом.
51. Иногда мне кажется, что ненавижу своего ребёнка.
52. В моём ребёнке больше недостатков, чем достоинств.
53. Я разделяю интересы своего ребёнка.
54. Мой ребёнок не в состоянии что-либо сделать самостоятельно, а если и сделает, то обязательно не так.
55. Мой ребёнок вырастет неприспособленным к жизни.
56. Мой ребёнок нравится мне таким, какой он есть.
57. Я тщательно слежу за состоянием здоровья моего ребёнка.
58. Нередко я восхищаюсь своим ребёнком.

59.Ребёнок не должен иметь секретов от родителей.

60.Я невысокого мнения о способностях моего ребёнка и не скрываю этого от него.

61.Очень желательно, чтобы ребёнок дружил с теми детьми, которые нравятся его родителям.

Высокий тестовый балл интерпретируется как:

- отвержение;
 - социальная желательность;
 - симбиоз;
 - гиперсоциализация;
- инфантилизация (инвалидизация).

ПРИЛОЖЕНИЕ 2**Шкала проявления тревожности Т.А. Немчина**

Цель: измерение уровня тревожности у детей младшего школьного возраста

Опросник состоит из 50 утверждений. Он может предъявляться испытуемому либо списком, либо как набор карточек с утверждениями.

Инструкция: «Вам предлагается ознакомиться с набором высказываний, касающихся черт характера. Если вы согласны с утверждением, ответьте «да», либо «нет» - если не согласны. Долго не задумывайтесь, важен первый пришедший вам в голову ответ.

Вопросы

1. обычно я спокоен и вывести меня из себя нелегко.
2. мои нервы расстроены не больше, чем у других людей.
3. у меня редко бывают запоры.
4. у меня редко бывает головная боль.
5. я редко устаю.
6. я почти всегда чувствую себя вполне счастливым.
7. я уверен в себе.
8. практически я никогда не краснею.
9. по сравнению со своими друзьями, я считаю себя вполне смелым человеком.
10. я краснею не чаще, чем другие.
11. у меня редко бывает сердцебиение.
12. обычно мои руки достаточно теплые.
13. я застенчив не более, чем другие.
14. мне не хватает уверенности в себе.
15. порой мне кажется, что я ни на что не годен.
16. у меня бывают периоды такого беспокойства, что я не могу усидеть на месте.
17. мой желудок сильно беспокоит меня.
18. у меня не хватает духа вынести все предстоящие тревоги.
19. я хотел бы быть таким же счастливым, как другие.
20. мне кажется порой, что передо мной нагромождены такие трудности, которые мне не преодолеть.
21. мне нередко снятся кошмарные сны.
22. я замечаю, что мои руки начинают дрожать, когда я пытаюсь что-либо сделать.
23. у меня чрезмерно беспокойный и прерывистый сон.
24. меня весьма тревожат возможные неудачи.
25. мне приходилось испытывать страх в тех случаях, когда точно знал, что мне ничто не угрожает.

26. мне трудно сосредоточиться на работе.
27. я работаю с большим напряжением.
28. я легко прихожу в замешательство.
29. почти все время испытываю тревогу из-за кого-либо или чего-либо.
30. я склонен принимать все слишком в серьез.
31. я часто плачу.
32. меня нередко мучают приступы рвоты и тошноты.
33. раз в месяц или чаще у меня бывает расстройство желудка.
34. я часто боюсь, что вот-вот покраснею.
35. мне очень трудно сосредоточиться на чем-либо.
36. мое материальное положение весьма беспокоит меня.
37. нередко я думаю о таких вещах, о которых ни с кем не хотелось бы говорить.
38. у меня бывали периоды, когда тревога лишала меня сна.
39. временами, когда я нахожусь в замешательстве, у меня появляется сильная потливость, что очень смущает меня.
40. даже в холодные дни я легко потею.
41. временами я становлюсь таким возбужденным, что мне трудно заснуть.
42. я – человек легко возбудимый.
43. временами я чувствую себя совершенно беспокойным.
44. порой мне кажется, что мои нервы сильно расшатаны и я вот-вот выйду из себя.
45. я часто ловлю себя на том, что меня что-то тревожит.
46. я гораздо чувствительнее, чем большинство других людей.
47. я почти все время испытываю чувство голода.
48. ожидания меня нервируют.
49. жизнь для меня связана с необычным напряжением.
50. меня нередко охватывает отчаяние.

Обработка и интерпретация результатов теста

Ключ к тесту

Подсчитывается количество ответов испытуемого, свидетельствующих о тревожности.

- Ответы «Да» на высказывания: 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50.

- Ответы «Нет» на высказывания: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13.

Ответы, совпадающие с ключом оцениваются в 1 балл. Количество баллов суммируется.

Оценка результатов теста

- 40-50 баллов рассматриваются как показатель очень высокого уровня тревожности,
- 25-40 баллов свидетельствуют о высоком уровне тревожности,
- 15-25 баллов – о среднем (с тенденцией к высокому) уровне тревожности,

- 5-15 баллов – о среднем (с тенденцией к низкому) уровне тревожности,
- 0-5 баллов – о низком уровне тревожности.

Приложение 3

**Программа, направленная на преодоление тревожности у детей,
вызванной нарушениями в детско-родительских отношениях**

Тематический план

№ занятия, название, цель занятия	Методы и приемы	Радикалы для психологического наблюдения	Критерии эффективности
1. Знакомство. Цель: первичный психологический контакт, снятие напряжения	- «Знакомство» - «Имя превратилось» - «Рисунок имени»	1. Проявление активности на занятии 2. Эмоциональные реакции	1. Интерес (возник или нет друг к другу, к занятию) 2. положительный эмоциональный фон.
2. Тревожность. Что это? Цель: прояснение вместе с детьми существующей проблемы	- «Переинтерпретация» - беседа (конкретные примеры) - «Дыхание» - рисование своего страха и др. эмоций	1. Проявление активности на занятии 2. Эмоциональные реакции 3. отношение к тревожности	1. Интерес. 2. максимальная включенность в процесс занятия 3. положительный эмоциональный фон
3. Как справиться с тревожностью. Цель: научить детей расслабляться, снимать напряжение	- «Воздушный шарик» - «Штанга» - «Сосулька» - рисунок на свободную тему	1. Проявление активности на занятии 2. Эмоциональные реакции 3. Специфические реакции по преодолению тревожности	1. Интерес 2. Положительный эмоциональный фон 3. максимальная включенность в процесс занятия.

<p>4. Как справиться с тревожностью.</p> <p>Цель: научить детей расслабляться, снимать напряжение.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - «Корабль и ветер» - «Шалтай-болтай» - «Винт» 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Проявление активности на занятии 2. Эмоциональные реакции 3. Специфические реакции по преодолению тревожности 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Интерес 2. Положительный эмоциональный фон 3. Естественное поведение детей 4. Вовлеченность в процесс занятия
<p>5. Как справиться с тревожностью.</p> <p>Цели:</p> <ul style="list-style-type: none"> - научить снимать напряжение - выработать стратегии поведения в трудных ситуациях 	<ul style="list-style-type: none"> - «Дыхание» - Ролевая игра (куклы) - «Насос и мяч» - Рисунок на свободную тему 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Проявление активности на занятии 2. Эмоциональные реакции 3. Специфические реакции по преодолению тревожности 4. Интеллектуальная проработка тревожности 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Интерес (к занятию и друг другу) 2. Положительный эмоциональный фон 3. Включенность в процесс работы 4. Желание группового взаимодействия 5. Проявление инициативы
<p>6. Тревожность и самооценка.</p> <p>Цели:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Обучить приему нормализации душевного 	<ul style="list-style-type: none"> - «Приятные воспоминания» - «Неоконченные предложения» 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Проявление активности на занятии 2. Эмоциональные реакции 3. Интеллектуальная 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Интерес (к занятию и друг другу) 2. Положительный эмоциональный фон

<p>состояния</p> <p>- дать понятие о самооценности человеческого «Я»</p> <p>- Повышение самооценки</p>	<p>- «Комплименты»</p> <p>- Дискуссия «Самое-самое»</p>	<p>проработка самооценки</p>	<p>3. Включенность в процесс работы</p> <p>4. Желание группового взаимодействия</p> <p>5. Проявление инициативы</p>
<p>7. Тревожность и самооценка.</p> <p>Цели:</p> <p>- обучение навыкам решения проблемных ситуаций</p> <p>-Продолжить развитие навыков самоанализа и самооценки</p>	<p>«Переформулировка задачи»</p> <p>- «Я дарю тебе...»</p> <p>- «Моя вселенная»</p> <p>- «Воздушный шарик»</p>	<p>1. Проявление активности на занятии</p> <p>2.Эмоциональные реакции</p> <p>3.Интеллектуальная проработка самооценки</p>	<p>1. Интерес (к занятию и друг другу)</p> <p>2. Положительный эмоциональный фон</p> <p>3. Включенность в процесс работы</p> <p>4. Желание группового взаимодействия</p> <p>5. Проявление инициативы</p>
<p>8. Репетиция - 1.</p> <p>Цели:</p> <p>- обучение приемам для решения трудных ситуаций</p> <p>- обучить медитативной технике для релаксации</p>	<p>- «Репетиция»</p> <p>- «Водопад»</p> <p>- Рисунок на свободную тему «Моя семья на отдыхе»</p>	<p>1. Проявление активности на занятии</p> <p>2.Эмоциональные реакции</p> <p>3.Интеллектуальная проработка тревожности</p>	<p>1. Интерес (к занятию и друг другу)</p> <p>2. Положительный эмоциональный фон</p> <p>3. Включенность в процесс работы</p> <p>4. Желание группового</p>

			<p>взаимодействия</p> <p>5. Проявление инициативы</p> <p>6. Снижение уровня тревожности детей</p>
<p>9. Репетиция - 2.</p> <p>Цели:</p> <p>- продолжить обучение приемам снятия напряжения</p> <p>- продолжить обучение приемам для решения трудных ситуаций</p>	<p>- Рисунок на свободную тему «Красивый рисунок»</p> <p>- «мысленная тренировка»</p> <p>- «Репетиция»</p> <p>- «Дыхание»</p>	<p>1. Проявление активности на занятии</p> <p>2. Эмоциональные реакции</p> <p>3. Интеллектуальная проработка тревожности</p>	<p>1. Интерес (к занятию и друг другу)</p> <p>2. Положительный эмоциональный фон</p> <p>3. Включенность в процесс работы</p> <p>4. Желание группового взаимодействия</p> <p>5. Снижение уровня тревожности детей</p>
<p>10. Закрепление</p> <p>Цель: закрепить навыки и связать их с реальной жизнью</p>	<p>- «Воздушный шарик»</p> <p>- «Штанга»</p> <p>- «комплименты»</p> <p>- «Я дарю тебе...»</p> <p>- «Репетиция»</p>	<p>1. Проявление активности на занятии</p> <p>2. Эмоциональные реакции</p> <p>3. Интеллектуальная проработка тревожности</p>	<p>1. Интерес (к занятию и друг другу)</p> <p>2. Положительный эмоциональный фон</p> <p>3. Включенность в процесс работы</p> <p>4. Желание</p>

			<p>группового взаимодействия</p> <p>5. Проявление инициативы</p> <p>6. Естественное поведение детей.</p> <p>7. Уменьшение уровня тревожности</p>
<p>11-12. Заключение. Итоги.</p> <p>Цель: обобщение полученного опыта.</p>	<p>-«беседа»</p> <p>- «релаксация» (рисунок волшебной страны)</p>	<p>1. Проявление активности на занятии</p> <p>2. Эмоциональные реакции</p>	<p>1. Интерес (к занятию и друг другу)</p> <p>2. Положительный эмоциональный фон</p> <p>3. Включенность в процесс работы</p> <p>4. Желание группового взаимодействия</p> <p>5. Проявление инициативы</p> <p>6. Естественное поведение детей</p> <p>7. Уменьшение тревожности.</p>

Табличные результаты исследования

Таблица 6

Показатели тревожности в контрольной и экспериментальной группах
на констатирующем этапе исследования (N=25)

<i>Ф.И.О.</i>	<i>Балл</i>	<i>Уровень</i>
1	26	высокая тревож.
2	5	Низкая тревож
3	15	Средняя тревож.
4	31	высокая тревож.
5	32	высокая тревож.
6	4	Низкая тревожность
7	28	высокая тревож
8	38	высокая тревож.
9	22	Средняя тревож
10	24	высокая тревож.
11	14	Средняя тревож
12	36	высокая тревож.
13	34	высокая тревож.
14	15	Средняя тревож
15	29	высокая тревож.
16	29	высокая тревож.
17	13	Средняя тревож
18	5	Низкая тревож
19	15	Средняя тревож
20	4	Низкая тревож
21	18	Средняя тревож
22	5	Низкая тревож
23	13	Средняя тревож
24	16	Средняя тревож
25	15	Средняя тревож

Таблица 7

Показатели тревожности в контрольной и экспериментальной группах
на контрольном этапе исследования (N=25)

Ф.И.О.	Балл	Уровень
1	15	Средняя тревож
2	5	Низкая тревож
3	5	Низкая тревожность
4	31	высокая тревож.
5	32	высокая тревож.
6	4	Низкая тревожность
7	28	Средняя тревож
8	38	высокая тревож.
9	22	Средняя тревож
10	24	Средняя тревож
11	14	Средняя тревож
12	36	высокая тревож.
13	34	высокая тревож.
14	6	Низкая тревожность
15	17	Средняя тревож
16	15	Средняя тревож
17	7	Низкая тревожность
18	5	Низкая тревож
19	15	Средняя тревож
20	4	Низкая тревож
21	18	Средняя тревож
22	5	Низкая тревож
23	13	Средняя тревож
24	16	Средняя тревож
25	5	Низкая тревожность