**Нагаева Анна Николаевна**

**Методология и методы построения экспериментальной работы по психолого-педагогическому сопровождению детей с повышенным уровнем тревожности**

*Аннотация*: в данной работе представлен практический анализ проблемы проявления феномена тревожности у детей дошкольного возраста, оказывающего негативное влияние на социализацию ребенка в целом. Проведен содержательный анализ необходимости психолого-педагогического сопровождения детей дошкольного возраста с повышенным уровнем тревожности.

*Ключевые слова:* тревожность, дети дошкольный возраст, психолого-педагогическое сопровождение.

Abstract: this paper presents a practical analysis of the problem of existence of the phenomenon of anxiety in preschool children and its negative impact on the socialization of the child in General. A substantive analysis of the need of psychological-pedagogical support of preschool children with a high level of anxiety.

Keywords: anxiety, children of preschool age, psycho-pedagogical support.

Старший дошкольный возраст – очень важный этап в развитии ребенка. Это период его приобщения к миру общечеловеческих ценностей, время установления первых отношений с взрослыми и сверстниками. Порой мы, педагоги, не задумываемся насколько важны формы общения с детьми, и почему у детей появляются замкнутость, зажатость, агрессия, чувство тревоги, страха. На сегодняшний день одной из актуальных проблем является сохранение эмоционального благополучия ребенка, а именно: положительного самоощущения, комфортности внутреннего состояния, спокойствия, позитивного отношения к себе и к окружающему миру, адекватного оценивания ребенком своих возможностей. В настоящее время увеличилось число тревожных детей, отличающихся повышенным беспокойством, неуверенностью, эмоциональной неустойчивостью. Возникновение и закрепление тревожности связано с неудовлетворенностью возрастных потребностей ребенка [3,56].

В психологической литературе можно встретить разные определения понятия «тревожности», хотя большинство исследований сходится в признании необходимости рассматривать его дифференцированно - как ситуативное явление и как личностную характеристику. Мы придерживаемся определения А.М. Прихожан, которая характеризует тревожность как переживание эмоционального дискомфорта, связанного с ожиданием неблагополучия, с предчувствием грозящей опасности [4,87]. Проблема поиска эффективных методов и приемов коррекцию тревожности до сих пор остается актуальной. Важно отметить, что на сегодняшний день средства массовой информации, фильмы, мультфильмы несут в себе достаточно большой заряд агрессии. И наиболее подвержен этому негативному воздействию дошкольный возраст, возраст становления ребенка как личности. Поэтому перед педагогами, в современном обществе, возникает проблема формирования эмоциональной сферы детей. В рамках заявленной проблематики остановимся подробнее на процессе методологии и методики построения экспериментальной работы. В ходе опытно-экспериментальной работы ставятся следующие задачи:

1. диагностика уровня снижения тревожности у дошкольников;

2. организация и проведение коррекционно-развивающих занятий;

3. развитие психолого-педагогической компетентности педагогов, воспитателей, родителей.

Существующую проблему для начала необходимо диагностировать. Для выявления уровня тревожности используются методики, такие как:

1.Тест тревожности Р. Тэммла, М. Дорки, В. Амена.

2.Тест А.И.Захарова на оценку уровня тревожности ребенка.

3. Методика «Лесенка» Дембо-Рубинштейн (модификация В.Г. Щур).

После обработки и интерпретации, полученных с помощью методик данных нам удалось определить уровень тревожности каждого ребенка, участвующего в исследовании. Исследование свидетельствует о повышенной тревожности, эмоционального дискомфорта детей, которые необходимо корректировать [3,42].

Психолого-педагогическое сопровождение осуществляется по трем направлениям, обеспечивающим создание необходимых условий для снижения повышенной тревожности детей:

* групповые занятия, семинары и тренинги с работниками ДОУ и родителями по проблеме повышенной тревожности у детей
* консультирование всех участников образовательного процесса – педагогов, воспитателей, родителей;
* разработка и реализация методов и средств по снижению высокой тревожности у детей старшего дошкольного возраста

Первое направление психолого-педагогического сопровождения включает в себя проведение теоретических семинаров, в ходе которых педагогов и родителей знакомят с научными и практическими исследованиями по проблеме повышенной тревожности детей старшего дошкольного возраста.

Групповые занятия и тренинги с работниками дошкольного образовательного учреждения направлены на углубление и закрепление теоретических знаний.

В ходе групповых занятий используются следующие методы и формы работы: деловая игра, психогимнастика, имитационные игры.

Второе направление психолого-педагогического сопровождения реализуется через индивидуальное консультирование всех участников образовательного процесса:

* по результатам проведения психолого-педагогической диагностики;
* по проблемам тревожности ребенка;
* по вопросам улучшения взаимоотношений с ребенком.

Третье направление включает в себя разработку и реализацию методов и средств, целью которых является снижение повышенной тревожности детей старшего дошкольного возраста.

В ходе занятий используются следующие методы и приемы: инновационная программа: «Волшебный круг» К.Бэндера, комплекс игровых занятий, способствующих снижению высокой тревожности у детей. Для его разработки использовались игровые занятия М.А.Панфиловой, психогимнастик Е.А .Алябьевой.

Таким образом, были разработаны три блока занятий.

Первый блок - (развлекательные занятия), включает объединение детей в подгруппы. Предлагаемые приемы обеспечивают создание доброй, безопасной ситуации, где дети чувствуют взаимопонимание, поддержку, желание помочь в решении проблем.

Второй блок (коррекционно- направленные занятия ) осуществляет основную коррекционную работу в подгруппах детей. Обучению их саморегуляции и снятию психоэмоционального напряжения. Используются игровые приемы (с принятием ролей, правил и др.).

Третий блок (развлекательные, обучающие, контрольные занятия) включает закрепление полученных навыков и форм общения в совместных играх детей. Также в группе были созданы условия для снижения высокого уровня тревожности детей - уголок психологической разгрузки, театр эмоций,уголок настроения, дидактические материалы, мешочек желаний и т.д.).

Таким образом, представленный опыт психолого-педагогического сопровождения детей старшего дошкольного возраста с повышенным уровнем тревожности позволяет сделать вывод об эффективности и устойчивости полученных результатов.

При совместной работы педагога и родителей у детей было отмечено: появление чувства защищенности, спокойствия; снижение уровня тревожности; получение ребенком навыков социального поведения; появление и отработка ребенком новых форм взаимодействия с окружающими; снижение количества страхов; повышение произвольности поведения; обеспечение принятия родителями личностных изменений у ребенка.

В целом полученные результаты позволяют говорить об эффективности метода игровой коррекции личностных новообразований, в частности – высокого уровня тревожности, препятствующих нормальному личностному развитию дошкольников.

**Литература**

1. Астапов В.М. Тревожность у детей. – СПб.: Питер, 2004.
2. Вербовская Е. В. Социально-эмоциональный статус ребенка старшего дошкольного возраста/ Е. В. Вербовская, И. Н. Кольцова // Мир психологии. — 2010. — № 2. — С. 93–104.
3. Макшанцева Л.В. Диагностика и профилактика тревожности у дошкольников. автореф. дис. ... д-ра психол. наук. - М., 2000.
4. Прихожан А.М. Психология тревожности: дошкольный и школьный возраст.- 2-е изд. - СПб.: Питер, 2009. (Серия «Детскому психологу»).
5. Фрейд А. Норма и патология детского развития // А. Фрейд, З. Фрейд. Детская сексуальность и психоанализ детских неврозов. - СПб., 1997.