

Всероссийское СМИ

«Академия педагогических идей «НОВАЦИЯ»

Свидетельство о регистрации Эл №ФС 77-62011 от 05.06.2015 г.

(выдано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций)

Сайт: akademnova.ru

e-mail: akademnova@mail.ru

Коновалова К.В. Арт-терапия, как метод понижения тревожности младших школьников // Академия педагогических идей «Новация». Серия: Студенческий научный вестник. – 2016. – № 05 (май). – АРТ 45-эл. – 0,1 п.л. - URL: <http://akademnova.ru/page/875550>

РУБРИКА: ПЕДАГОГИКА И ПСИХОЛОГИЯ

Коновалова К.В.

студентка 4 курса факультета психологии

Научный руководитель: Ваньков А.Б., к. психол. н.

Тульский государственный педагогический университет им. Л.Н.Толстого

г. Тула, Российская Федерация

Арт-терапия, как метод понижения тревожности младших школьников

На основе исследований А.М. Прихожан, Божович Л.И. в настоящее время количество детей с повышенной тревожностью значительно возросло. В основном это связано с детско-родительскими отношениями, и отношениями ученик-учитель. Например, воспитание в авторитарном стиле. Такие контакты взрослого с ребенком имеют властный характер, ребенок утрачивает уверенность в себе и в своих собственных силах, он всегда беспокоится о получении негативной оценки, непрерывно испытывает чувство беспокойности. Или воспитание по типу гиперопеки, т.е. крайне близкими отношениями ребенка с одним из родителей, обычно с матерью. Также, тревожность может возникнуть вследствие столкновения ребенка с требованиями обучения и кажущейся невозможностью им соответствовать. Например, большинство младших школьников переживают не из-за плохих отметок, а из-за боязни испортить отношения с учителем [1, 6]. К числу

факторов, вызывающих повышенную тревожность можно также отнести компьютерные игры, следствием которых является компьютерная зависимость [7].

Школьная тревожность — это специфический вид тревожности, проявляющейся во взаимодействии ребенка с различными компонентами образовательной среды и закрепляющейся в этом взаимодействии. Школьная тревожность младшего школьника является очевидным признаком затруднений в процессе школьной адаптации. Начиная с подросткового возраста, она может формироваться и закрепляться в рамках личностной тревожности как психического свойства учащегося. Повышенная школьная тревожность препятствует эффективной учебной деятельности независимо от того, осознается она самим ребенком или нет [3]. А.М. Прихожан, рассматривая причины тревожности, отмечает, что «она порождается конфликтным строением самооценки, а так же внутренним конфликтом ребенка, сходным с тем, что лежит в основе всего комплекса переживаний, обозначаемых как "аффект неадекватности" [6].

Результаты исследования эмоционального состояния у учащихся 3-4 классов (по тесту Филлипса, методике Тейлора «Изучение уровня тревожности» (адаптированной Немчиным Т.А.), «Детский вариант шкалы явной тревожности» (СМАС), графической методике «Кактус» М.А. Панфиловой на выявление состояния эмоциональной сферы ребенка) свидетельствуют, что из 30 участников исследования повышенным уровнем тревожности обладают 19 детей. Для коррекции тревожности была разработана коррекционная программа, в которой использовался метод арт-терапии, а именно рисование. После проведения коррекционной программы результаты тестов значительно изменились: из 19 участников исследования,

Всероссийское СМИ

«Академия педагогических идей «НОВАЦИЯ»

Свидетельство о регистрации Эл №ФС 77-62011 от 05.06.2015 г.

(выдано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций)

Сайт: akademnova.ru

e-mail: akademnova@mail.ru

которые обладали повышенной тревожностью, всего у 9 опрошенных тревожность осталась на том же уровне [4].

Важным фактором успешности работы явилась мотивация самих участников группы. Этому поспособствовали индивидуальные консультации с учащимися, на которых доступным языком рассказывалось о целях работы группы, форме ее проведения («интересные игры», «рисунки», «сочинения сказок» и т.д.). В ходе проведения коррекционной программы, также были задействованы и родители, им были даны психолого-педагогические рекомендации для оптимизации психического развития личности ребенка: создание условий для развития самостоятельности в поведении ребенка; создание для ребенка ситуации успеха; дозирование эмоциональных нагрузок; создание оптимальной организации режима дня; обсуждение с ребенком правил и норм, с которыми он встречается в школе, объяснение их необходимости и целесообразности, важно, чтобы у ребенка была возможность обсудить свои школьные дела, учебу и отношения с друзьями в семье, с родителями [5].

Сравнительный анализ результатов диагностики на констатирующем и контрольном этапах эксперимента позволил сделать выводы о положительной динамике коррекционной программы и предоставленных рекомендаций учителям и родителям тревожных учеников младшего школьного возраста. Данное исследование показало эффективность использования арт-терапевтических методов и рекомендаций, данных родителям и учителям школьников при коррекции повышенного уровня тревожности младших школьников.

Всероссийское СМИ

«Академия педагогических идей «НОВАЦИЯ»

Свидетельство о регистрации Эл №ФС 77-62011 от 05.06.2015 г.

(выдано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций)

Сайт: akademnova.ru

e-mail: akademnova@mail.ru

Список использованной литературы:

1. Гуров В.А, Тревожность и здоровье младших школьников, журнал: «Вестник Томского университета» № 4, 2009, 56-59 с.
2. Крамер Э. Арт-терапия с детьми, изд-во «Генезис», 2013 – 320 с.
3. Малкова Е.Е. Тревожность и развитие личности: Монография. - СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 2013 - 268 с.
4. Малахова А., Диагностика и коррекция тревожности и страхов у детей, изд-во Детство-Пресс, 2016-208 с.
5. Микляева, А.В., Румянцева, П.В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция / А.В. Микляева, П.В. Румянцева - СПб.: Речь, 2004- 48 с.
6. Прихожан А.М., "Психология тревожности: дошкольный и школьный возраст", СПб.: Питер, 2009 - 192 с.
7. Симатова О.Б., Гранина О.В., Тревожность как фактор риска и протекции игровой компьютерной аддикции у подростков, журнал: гуманитарный вектор. Серия: Педагогика, психология № 1, 2012, 235-239 с.

Дата поступления в редакцию: 27.05.2016 г.

Опубликовано: 29.05.2016 г.

© Академия педагогических идей «Новация», электронный журнал, 2016

© Коновалова К.В., 2016