

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
ЛЕСОСИБИРСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ –
филиал Сибирского федерального университета

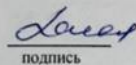
Психологии развития личности
кафедра

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

44.03.02 Психолого-педагогическое образование
код и наименование направления подготовки, специальности

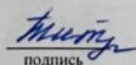
КОРРЕКЦИЯ ШКОЛЬНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ У ДЕТЕЙ ИЗ
ПРИЕМНЫХ СЕМЕЙ СРЕДСТВАМИ ИЗОТЕРАПИИ

Руководитель


подпись

Н.В. Басалаева
инициалы, фамилия

Выпускник


подпись

А.В. Титко
инициалы, фамилия

Лесосибирск 2019

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
ЛЕСОСИБИРСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ –
филиал Сибирского федерального университета

Психологии развития личности
кафедра

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

44.03.02 Психолого-педагогическое образование
код и наименование направления подготовки, специальности

КОРРЕКЦИЯ ШКОЛЬНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ У ДЕТЕЙ ИЗ
ПРИЕМНЫХ СЕМЕЙ СРЕДСТВАМИ ИЗОТЕРАПИИ
тема

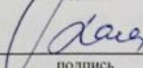
Работа защищена «27» июня 2019 г. с оценкой «хорошо»

Председатель ГЭК



подпись

И.О. Логинова
инициалы, фамилия

Члены ГЭК


подпись

Н.В. Басалаева
инициалы, фамилия


подпись

С.В. Митросенко
инициалы, фамилия

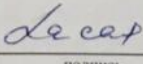

подпись

М.М. Темботова
инициалы, фамилия


подпись

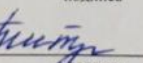
М.В. Левчук
инициалы, фамилия

Руководитель


подпись

Н.В. Басалаева
инициалы, фамилия

Выпускник


подпись

А.В. Титко
инициалы, фамилия

Лесосибирск 2019

РЕФЕРАТ

Выпускная квалификационная работа по теме: «Коррекция школьной тревожности у детей из приемных семей средствами изотерапии» содержит 70 страниц текстового документа, 40 использованных источников, 10 таблиц, 8 рисунков, 3 приложения.

ТРЕВОЖНОСТЬ, ШКОЛЬНАЯ ТРЕВОЖНОСТЬ, КОРРЕКЦИЯ, ДЕТИ ИЗ ПРИЕМНЫХ СЕМЕЙ, ИЗОТЕРАПИЯ

Актуальность исследования школьной тревожности у учащихся из приемных семей определяется тем, что данная категория детей в большей степени сталкивается с факторами, способствующими возникновению школьной тревожности. Эти факторы связаны с новой социальной ролью (приемный ребенок) и изменениями системы требований со стороны приемных родителей. Семейное воспитание, взаимоотношения с одноклассниками и учителями, все это может создавать не благоприятный эмоциональный фон для становления личности и способствовать развитию и формированию школьной тревожности.

Цель работы: изучение в теоретическом и практическом аспектах школьной тревожности у детей из приемных семей и возможности ее коррекции средствами изотерапии.

Обобщая результаты исследования школьной тревожности у детей из приемных семей, мы пришли к выводу, что у 57,1% учащихся выявлен высокий уровень школьной тревожности, у 42,9% средний уровень школьной тревожности. С целью коррекции школьной тревожности у детей из приемных семей нами была разработана и реализована система занятий с использованием изотерапии в экспериментальной группе. Сопоставляя результаты первичной и повторной диагностики, мы пришли к выводу, что реализованная нами система занятий с использованием изотерапии является эффективным средством коррекции школьной тревожности у детей из приемных семей.

СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	5
1 Теоретические аспекты изучения школьной тревожности у детей из приемных семей и возможности ее коррекции средствами изотерапии.....	9
1.1 Школьная тревожность: понятие, причины	9
1.2 Проявление школьной тревожности у детей из приемных семей	13
1.3 Возможности использования изотерапии в коррекции школьной тревожности у детей из приемных семей.....	17
2 Экспериментальное исследование школьной тревожности у детей из приемных семей и возможности ее коррекции средствами изотерапии.....	22
2.1 Организация и методы исследования. Анализ результатов первичной диагностики	22
2.2 Система занятий с использованием изотерапии.....	42
2.3 Сопоставительный анализ результатов первичной и повторной диагностики	49
Заключение	65
Список использованных источников	67
Приложение А	71
Приложение Б.....	72
Приложение В.....	85

ВВЕДЕНИЕ

Согласно исследованию, основанному на данных Росстата за 2018 год, наибольшее количество детей-сирот (2214 человек) живет в Красноярском крае [30].

Актуальность исследования тревожности у учащихся из приемных семей определяется тем, что данная категория детей в большей степени сталкивается с факторами, способствующими возникновению школьной тревожности. Эти факторы связаны с новой социальной ролью (приемный ребенок) и изменениями системы требований со стороны приемных родителей. Школьная успешность, учебные перегрузки, семейное воспитание, взаимоотношения с одноклассниками и учителями, все это может создавать не благоприятный эмоциональный фон для становления личности и способствовать развитию и формированию тревожности.

Многие существующие в настоящее время коррекционные программы в большей степени направлены только на снижение тревожности как симптома, как проявления уже случившегося эмоционального неблагополучия, и не предполагают преодоление причин ее возникновения [2]. При этом остается не ясной основа школьной тревожности детей из приемных семей, в качестве источника формирования устойчивой школьной тревожности рассматривают либо только накопленный детьми опыт негативных переживаний, либо связывают ее с их индивидуально-типологическими особенностями.

В связи с этим актуальным становится вопрос коррекции школьной тревожности у детей из приемных семей. Одним из средств коррекции школьной тревожности является изотерапия, целью которой является влияние на психоэмоциональное состояние личности.

Согласно этому, изотерапия может стать эффективным методом снижения школьной тревожности, которую испытывают учащиеся из приемных семей. Приемы изотерапии позволяют выявить ситуации, которые

вызывают тревожность у детей из приемных семей и проработать данные проблемы, реконструируя в символической форме травмирующую ситуацию и найти ее разрешение через переструктурирование этой ситуации на основе креативных способностей детей.

Исходя из этого, метод изотерапии может применяться в работе с такой психологической проблемой как школьная тревожность детей из приемных семей.

Цель исследования: изучение в теоретическом и практическом аспектах школьной тревожности у детей из приемных семей и возможности ее коррекции средствами изотерапии.

Объект исследования: школьная тревожность как психологический феномен.

Предмет исследования: школьная тревожность у детей из приемных семей и возможности ее коррекции средствами изотерапии.

Задачи исследования:

1. Раскрыть содержание понятия «школьная тревожность», причины ее возникновения.

2. Рассмотреть особенности проявления школьной тревожности у детей из приемных семей.

3. Изучить возможности использования изотерапии в коррекции школьной тревожности у детей из приемных семей.

4. Организовать экспериментальное исследование по изучению школьной тревожности у детей из приемных семей, проанализировать полученные результаты.

5. Разработать и реализовать систему занятий с использованием изотерапии, направленную на снижение уровня школьной тревожности у детей из приемных семей, оценить ее эффективность для выборки исследования.

Для достижения цели и задач исследования были определены следующие методы исследования:

1. Анализ психолого-педагогической литературы по теме исследования.
2. Эмпирические методы: тестирование (опросник «Многомерная оценка детской тревожности» (автор – Е.Е. Ромицына); методика «Диагностика школьной тревожности» (автор – Р. Филлипс));
3. Методы интерпретации и описания данных: количественный и качественный анализ результатов.

Теоретико–методологическую основу исследования составляют научные исследования по проблеме тревожности А.М. Прихожан, Т.А. Ратановой, Ч.Д. Спилбергера; исследования влияния изотерапии на эмоциональное состояние школьников М.В. Киселевой, А.И. Копытина, Л.Д. Лебедевой, А.А. Осиповой.

Экспериментальная база исследования представлена муниципальным бюджетным общеобразовательным учреждением «Новокаргинская СОШ № 5» п. Новокаргино в декабре 2018 г. – мае 2019 г. Выборка представлена детьми из приемных семей в количестве 14 человек: 6 девочек, 8 мальчиков. Возраст испытуемых варьировал от 10 до 13 лет.

Этапы исследования:

I этап (декабрь 2018 г.) – изучение теоретических аспектов проблемы школьной тревожности у детей из приемных семей, определение категориального аппарата, определение методов и выборки экспериментального исследования, проведение первичной диагностики школьной тревожности у детей из приемных семей.

II этап (январь 2019 г. – апрель 2019 г.) – разработка и реализация системы занятий с использованием изотерапии с детьми из приемных семей.

III этап (апрель 2019 г. – май 2019 г.) – проведение повторной диагностики школьной тревожности у детей из приемных семей, анализ полученных результатов исследования, определение эффективности системы занятий, оформление выпускной квалификационной работы.

Результаты исследования были представлены на конференциях разного уровня: Всероссийской научно-практической конференции «Актуальные проблемы развития человека в современном обществе» (Лесосибирск, 2018); внутривузовской научно-практической конференции «Современное педагогическое образование: теоретический и прикладной аспект» (Лесосибирск, 2019). По теме выпускной квалификационной работы опубликована 1 статья.

Практическая значимость выпускной квалификационной работы состоит в том, что в ней проанализирован и систематизирован теоретический материал по проблеме школьной тревожности, выявлены причины и проявления школьной тревожности у детей из приемных семей, а так же разработана система занятий для снижения уровня школьной тревожности с применением средств изотерапии, эффективность которой доказана экспериментально.

Структура работы: выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников (40 наименований), 3 приложения. В работе содержится 10 таблиц и 8 рисунков. Общий объем работы составляет 70 страниц.

Глава 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИЗУЧЕНИЯ ШКОЛЬНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ У ДЕТЕЙ ИЗ ПРИЕМНЫХ СЕМЕЙ И ВОЗМОЖНОСТИ ЕЕ КОРРЕКЦИИ СРЕДСТВАМИ ИЗОТЕРАПИИ

1.1 Школьная тревожность: понятие, причины

Школьная тревожность является предметом изучения отечественных и зарубежных авторов: А.М. Прихожан, Т.А. Ратановой, Ч.Д. Спилбергера, которые рассматривают данное понятие в контексте с понятием «тревожность» [25; 27; 34]. Поэтому считаем целесообразным уточнить понятие «тревожность».

Существует множество определений понятия «тревожность», но чаще ее рассматривают как эмоциональное состояние и как устойчивое свойство, черту личности или темперамента.

Тревожность – это свойство личности, проявляющееся в склонности испытывать тревогу в различных условиях деятельности при воздействии стрессовых факторов и в ситуациях неопределенности [4; 25].

А.М. Прихожан считает, что тревожность представляет собой «переживание эмоционального дискомфорта, связанного с ожиданием неблагополучия, с предчувствием грозящей опасности» [26, с. 6].

Некоторые исследователи, например А.И. Захаров, отождествляют понятия «страх» и «тревожность». Но в отличие от страха, который зарождается конкретными факторами, и связан в первую очередь с угрозой жизни человека как живого существа, тревожность обычно имеет неопределенный характер и возникает при угрозе (иногда воображаемой) человеку как личности. Полагается, что при возникновении опасности страху предшествует тревожность, то есть пока ситуация и обстоятельства не осознаны и не конкретизированы человек чувствует состояние тревоги, но как только человек осознает всю ситуацию то чувство тревоги перерастает в страх или совсем исчезает [7].

Ф.Б. Березин рассматривает тревожность как сложное, комплексное состояние, имеющее разнообразные проявления. По его мнению, тревожный ряд включает несколько аффективных феноменов, сменяющих друг друга в определённой последовательности по мере нарастания тревоги: ощущение внутренней напряженности, гиперестезические реакции, собственно тревога как центральный элемент рассматриваемого ряда, страх, ощущение неотвратимости надвигающейся катастрофы, тревожно-боязливое возбуждение [3].

Ч.Д. Спилбергер классифицирует тревожность как личностную (базовая черта личности, закреплённая в детстве и проявляющаяся в отношении субъективно-значимых событий) и ситуативную (критерий интенсивности беспокойства, возникающего в отношении типичных событий) [34].

Таким образом, под понятием «тревожность» психологи понимают состояние человека, которое характеризуется большой подверженностью к подозрению, переживаниям и сомнениям, носящим отрицательный эмоциональный фон.

В зависимости от внешнего фактора, тревожность подразделяют на школьную, социально-коммуникативную и т.д. Такая тревожность получила название частной [17].

Понятие «школьная тревожность» описано многими учеными, оно рассматривается очень широко и включает в себя различные аспекты устойчивого школьного эмоционального неблагополучия [1;13; 24].

Б.И. Кочубей определяет школьную тревожность, как постоянно или ситуативно проявляемое свойство человека приходить в состояние повышенного беспокойства, испытывать страх и тревогу в специфических социальных ситуациях [14]. То есть школьная тревожность является результатом взаимодействия личности с ситуацией.

Т.А. Ратанова отмечает, что «школьная тревожность проявляется в склонности ученика реагировать на широкий круг ситуаций, связанных с

различными формами включения в жизнь школы, переживанием состояния тревоги» [27, с. 50]. При этом исследователь говорит о том, что высокий уровень школьной тревожности свидетельствует об эмоциональном неблагополучии учащихся. Опасность высокой тревожности, по мнению Т.А. Ратановой, заключается в том, что она оказывает негативное влияние на успешность выполнения деятельности, психическое и соматическое здоровье [27].

А.М. Прихожан пишет: «школьная тревожность выражается в волнении, повышенном беспокойстве в учебных ситуациях, в классе, ожидании плохого отношения к себе, отрицательной оценки со стороны педагогов и сверстников» [26, с. 32]. Согласно этому, автор обращает внимание на то, что учащийся постоянно чувствует собственную неадекватность, неполноценность, не уверен в правильности своего поведения, своих решений.

Таким образом, мы можем отметить, что в целом школьная тревожность – это специфический вид тревожности, характерный для определенного класса ситуаций – ситуаций взаимодействия ученика с различными компонентами образовательной среды школы.

Наряду с этим в исследованиях как отечественных, так и зарубежных ученых отмечается, что нормальный (оптимальный) уровень тревожности необходим для эффективного приспособления к действительности [34].

Чрезмерно высокий уровень тревожности, который определяется повышенной частотой переживания состояния тревоги, указывает на дезадаптивную реакцию, проявляющуюся в общей дезорганизации поведения и деятельности [14; 36].

Анализ литературы показывает, что формирование школьной тревожности как устойчивой черты личности может быть связано с множеством причин:

- особенности организации учебно-воспитательного процесса;

- личностные особенности учителя и специфика взаимодействия педагога с учениками;
- проблемы во взаимоотношениях с одноклассниками;
- особенности детско-родительских отношений;
- уровень школьной успеваемости;
- личностные особенности учащихся [19; 23].

Как указывает А.М. Прихожан, ведущей причиной возникновения тревожности являются противоречивые требования к ребенку, исходящие со стороны значимых взрослых, и неадекватные по отношению к нему ожидания, несоответствующие его возможностям и ставящие его в зависимое положение. Когда подобные противоречия становятся частью эмоциональной жизни детей, появляются все условия для развития у них тревожности как устойчивого свойства личности [26].

Частое столкновение с тревожными ситуациями вызывает развитие тревожности как устойчивого свойства личности и закрепление в поведении ученика специфических реакций, выполняющих защитную и компенсаторную функции [4].

К таким поведенческим реакциям относятся: формирование школьных страхов; появление привычек, односторонних увлечений, склонности к фантазированию и повторению «ритуальных» действий; проявление вербальной и невербальной агрессии по отношению к окружающим в ситуациях, вызывающих тревогу [17].

Таким образом, мы раскрыли содержание понятия «школьная тревожность», и в нашем исследовании, под школьной тревожностью будем понимать эмоциональное состояние учащегося, выражающееся в негативных поведенческих реакциях, в ситуациях взаимодействия с различными компонентами образовательной среды школы. Причинами возникновения школьной тревожности могут быть: особенности организации учебно-воспитательного процесса; личностные особенности учителя и специфика взаимодействия педагога с учениками; проблемы во взаимоотношениях с

одноклассниками; особенности детско-родительских отношений; уровень школьной успеваемости; личностные особенности учащихся.

1.2 Проявление школьной тревожности у детей из приемных семей

Тревожность – состояние целесообразного подготовительного повышения сенсорного внимания и моторного напряжения в ситуации возможной опасности, обеспечивающее соответствующую реакцию на страх. Склонность индивида к переживанию тревоги, характеризующаяся низким порогом возникновения тревоги, один из основных параметров индивидуальных различий [20].

А. Ребер отмечает, что тревожность – это субъективное проявление неблагополучия личности. Она обычно повышена: 1) при заболеваниях нервнопсихических и тяжёлых соматических; 2) у здоровых людей, переживающих последствия психической травмы; 3) у многих групп людей с отклоняющимся поведением [28].

Термин «тревожность» используется для обозначения относительно устойчивых индивидуальных различий в склонности индивида испытывать это состояние. Эта особенность напрямую не проявляется в поведении, но её уровень можно определить исходя из того, как часто и как интенсивно у человека наблюдаются состояния тревоги. Личность с выраженной тревожностью склонна воспринимать окружающий мир как заключающий в себе опасность и угрозу в значительно большей степени, чем личность с низким уровнем тревожности [1].

В отечественной психологии тревожность традиционно рассматривалась как проявление неблагополучия, вызванное соматическими заболеваниями. Современный подход к феномену тревожности основывается на том, что последнюю не следует рассматривать как изначально негативную черту личности; она представляет собой сигнал неадекватности структуры деятельности субъекта по отношению к ситуации. Для каждого человека

характерен свой оптимальный уровень тревожности, так называемая полезная тревожность, которая является необходимым условием развития личности [13].

Г.Ш. Габдрева под тревожностью понимает свойство личности, проявляющееся в склонности испытывать тревогу при воздействии стрессовых факторов и в ситуациях неопределенности [4].

Одной из таких ситуаций неопределенности, которая может являться причиной проявления тревожности у детей из приемных семей, является факт помещения их в приемные семьи. Под приемной семьей понимается форма принятия на воспитание в семью несовершеннолетних детей, оставшихся без попечения родителей [6].

Опираясь на содержание понятия «тревожность», мы можем предположить, что проявления школьной тревожности у детей из приемных семей будут носить личностный и ситуативный характер, связанный с психологическими особенностями данной категории детей.

Рассмотрим психологические особенности детей из приемных семей, представленные в работах исследователей.

По данным многих исследований, например Е.Б. Жуйковой, дети, воспитывающиеся в приемных семьях, отличаются резко выраженной дезадаптацией, которая усиливается многими психотравмирующими факторами: изъятием ребенка из семьи, помещением ребенка в чужую семью и сопровождается нежеланием идти на контакт с приемными родителями, отчуждением, стрессовыми состояниями, в связи с чем у приемных детей резко снижается эффективность их деятельности как в социальной, так и в учебной сфере [6]. То есть, факт воспитания в приемной семье может являться дополнительной ситуацией, провоцирующей школьную тревожность у приемных детей.

Исследователи отмечают, что у детей из приемных семей обнаруживают целый ряд свойств, свидетельствующих о значительных нарушениях в их эмоционально-волевой и коммуникативной сферах.

Соответственно, для них характерны: повышенная тревожность, фобии, раздражительность, вспыльчивость, депрессивное состояние, склонность к конфронтации и др. [5].

Поведение детей, воспитывающихся в приемных семьях, характеризуется проявлением раздражительности, вспышками гнева, проявлением агрессии, преувеличенным реагированием на события и взаимоотношения, обидчивостью, провоцированием конфликтов со сверстниками, неумением общаться с ними [22].

По мнению Н.В. Гибадуллина, детям из приемных семей свойственны следующие симптомы эмоциональных нарушений: страх перед выполнением школьных заданий, перед одиночеством в группе, учителями; чувство неполноценности по отношению к сверстникам как с точки зрения способностей к учебе, так и в социальном и материальном отношении; застенчивость, неуверенность, негативизм (ребенок заранее относится отрицательно к требованиям учителей); враждебность (устойчивое чувство недоброжелательности к учителям и товарищам, доминирующее у ребенка даже вне школы); агрессивность и активное сопротивление требованиям школы и нормам отношений между ровесниками; изолированность от школы; отсутствие успехов в учебе при нормальном умственном развитии; устойчивые симптомы угнетенности и депрессии, усталости и переутомления; незаинтересованность и раздражительность при выполнении школьных заданий; уход в себя, характеризующийся чрезмерной застенчивостью, тревогой, и другие [5].

Р.В. Овчарова заостряет внимание на том, что дети из приемных семей переживают постоянную тревогу, боясь выглядеть хуже других, чувствуют себя никому ненужными, брошенными. Считают, что весь мир настроен враждебно, что им хотят причинить вред. Потребность в признании иногда выходит на передний план и становится необходимостью. Впоследствии это ведет к снижению учебно-познавательной мотивации, заинтересованности в

дружеских отношениях, уважения и, как следствие, школьной дезадаптации [23].

Таким образом, представленная нами краткая характеристика психологических особенностей детей из приемных семей, позволяет сделать вывод о том, что именно категория детей, попадающих в приемные семьи, в большей степени подвержена проявлениям школьной тревожности, так как свойственные им психологические особенности способствуют появлению проблем во взаимоотношениях с приемными родителями, одноклассниками, учителями, что может стать причиной повышенной тревоги, переживаний, опасений и школьной дезадаптации.

Исследование проблемы школьной тревожности детей из приемных семей показало, что дети данной категории, действительно, значительно чаще оказываются неуспешными, так как привязанность к внешним критериям и слабость внутренних установок, затрудненность в выборе и оценке собственных действий, обеспечивают повышенную чувствительность к социальному сравнению, создают условия для субъективного переживания неуспеха даже при отсутствии реальных оснований для этого. Проявлению школьной тревожности способствует накопленный неблагоприятный эмоциональный опыт, запоминание преимущественно негативных, неуспешных событий прошлой жизни [6].

Тревожность детей из приемных семей определяется чрезмерным беспокойством, чувством беспомощности, повышенными требованиями к себе, самокритичностью, низкой самооценкой, выраженной потребностью в поощрении и одобрении взрослых (приемных родителей, педагогов) [5].

Причинами возникновения тревожности у детей из приемных семей могут являться ситуации, связанные с возможностью огорчить, расстроить приемных родителей, резкое изменение привычной обстановки, неприятие со стороны сверстников, боязнь неудачи, чувство одиночества, неполноценности, незащищенности, оценочные ситуации [22].

Таким образом, мы рассмотрели особенности проявления школьной тревожности у детей из приемных семей такие, как: повышенная склонность к переживаниям, опасениям и беспокойству, связанная с ситуациями взаимодействия с приемными родителями, учителями и сверстниками.

1.3 Возможности использования изотерапии в коррекции школьной тревожности у детей из приемных семей

Тревожность сопровождается неблагоприятно окрашенным эмоциональным фоном, что в свою очередь оказывает негативное влияние на деятельность, поступки и мысли человека. Эффективным средством профилактики и коррекции эмоциональной сферы является метод изотерапии, который создает для ребенка безопасное и защищенное пространство, способствует личностному развитию учащегося [16; 18; 33].

Изотерапия – один из эффективных инструментов психологической работы, основанный на применении средств изобразительного искусства и являющийся наиболее распространенным направлением арттерапии [27].

Ряд отечественных исследователей отмечают, что сущность изотерапии заключается в том, что посредством творческого самовыражения своих внутренних проблем на бумаге, человек доносит психотерапевту информацию о существующей проблеме, которую не решился бы озвучить при помощи словесного контакта. Для людей, неспособных рассказать о своих проблемах, изотерапия зачастую является единственным методом диалога между ним и психотерапевтом, так как выразить свои эмоции посредством творчества гораздо проще, нежели рассказать о них [32].

Таким образом, изотерапия в работе с детьми из приемных семей позволяет:

1. Облегчить процесс коррекции. Неосознаваемые внутренние конфликты и переживания часто бывает легче выразить с помощью зрительных образов, чем высказать в процессе вербальной коррекции.

2. Проработать мысли и чувства, которые дети из приемных семей привыкли подавлять. Иногда невербальные средства являются единственно возможными для выражения сильных переживаний.

3. Сконцентрировать внимание на ощущениях и чувствах. Изотерапия дает хорошую возможность для экспериментирования с кинестетическими и зрительными ощущениями [32].

Можно сказать, что благодаря методу изотерапии возможно снять эмоциональное напряжение, то есть скорректировать негативные эмоциональные состояния, свойственные детям из приемных семей, такие как переживания, опасения и беспокойство.

Изотерапия лучше других методов психотерапии формирует способность человека к творческому мышлению, решению запутанных жизненных задач, навыки нахождения разнообразных вариантов выхода из сложившейся ситуации, раскрывает скрытые и неведомые ранее творческие способности человека, помогает легче пережить неприятные моменты жизни, приобрести бесценный опыт решения проблем [8].

Согласно этому, из всех методов арттерапии изотерапия имеет самый широкий спектр показаний. Так, исследователями отмечается, что в коррекционной работе с учащимися, она может быть направлена на корригирование проблем личностного развития и поведения, одной из которых является повышенный уровень тревожности [11].

Опираясь на работы А.М. Прихожан по проблеме коррекции школьной тревожности, мы можем отметить, что в коррекционной работе с детьми из приемных семей нужно учитывать такие основные составляющие, как возможность повысить самооценку ребенка и его уверенность в себе; научить его расслабляться и создавать гармоничное пространство вокруг; поднять уровень саморегуляции и самоконтроля в стрессовых ситуациях.

Такие составляющие коррекции тревожности реализуются как в индивидуальной, так и в групповых и смешанных формах работы с ребенком. А.М. Прихожан выделяет основные средства и методы коррекционной

работы с повышенной тревожностью школьников: последовательная десенсибилизация как последовательное помещение и проработка ситуаций, вызывающих наиболее сильное беспокойство, изображение тревоги и тревожных ситуаций на листе бумаги [26].

Ценное свойство изотерапии в коррекции школьной тревожности у детей из приемных семей заключается в том, что этот способ снижения тревожности отличается своей мягкостью, и в то же время глубиной своего воздействия. Поскольку тревожность есть переживание эмоционального свойства, то возможности изотерапии, как универсального способа работы с эмоциями, довольно широки [9].

Сеансы изотерапии могут проходить как в групповой, так и в индивидуальной форме. Групповая форма отличается возможностью налаживания социальных связей, индивидуальная форма позволяет работать с тяжелой степенью тревожности, когда взаимодействие с группой отягчается эмоциональным состоянием личности [35].

Рассмотрим приемы изотерапии, используемые в работе с детьми из приемных семей, с целью коррекции школьной тревожности.

Под приемами изотерапии понимаются способы воздействия, с помощью которых осуществляется коррекция школьной тревожности у детей из приемных семей [21].

Согласно тому, что повышенная склонность к переживаниям, опасениям и беспокойству у детей из приемных семей связана с ситуациями взаимодействия с приемными родителями, учителями и сверстниками, приемы работы должны быть направлены на коррекцию психоэмоционального состояния детей в данных ситуациях.

На основании этого, мы можем выделить следующие приемы коррекции школьной тревожности при работе с детьми из приемных семей:

- 1) Рисование на свободную или заданную тему, где предметом изображения выступает сам приемный ребенок и его отношения с окружающими людьми. При рисовании ребенок должен попытаться

смоделировать реальные и воображаемые жизненные ситуации, вызывающие состояние школьной тревожности.

Темой для рисования могут быть рисунки «Моя семья», «Я в школе», «Я дома», «Я сейчас», «Я в будущем», «Мои друзья», «Мои одноклассники», «Мои учителя» и т.д.

2) Изображение в рисунке абстрактных понятий в виде созданных воображением приемного ребенка эмоциональных состояний и чувств «Тревога», «Счастье», «Беспокойство» «Радость» и т.п.

Данный прием требует от детей высокой способности к символизации, так как изображаемое эмоциональное чувство не обладает физической оболочкой, что при выполнении приемными детьми задания позволит им проанализировать психологическое и нравственное содержание изображаемых событий и явлений, и переосмыслить значение этих событий.

3) Совместная изобразительная деятельность.

Данный прием направлен как на решение проблемы оптимизации общения и взаимоотношений детей из приемных семей со сверстниками, так и на оптимизацию детско-родительских отношений.

4) Обсуждение полученных изображений, позволяет выявить переживания детей, помочь преодолеть негативные эмоциональные состояния, осознание собственных проблем и путей их решения.

Согласно этому, используя рассмотренные нами приемы изотерапии в работе с детьми из приемных семей, можно решить следующие задачи:

- акцентировать внимание детей из приемных семей на ситуации, вызывающие школьную тревожность;

- создать оптимальные условия, способствующие наиболее четкой вербализации и проработке тех мыслей и чувств, которые вызывают у детей негативные эмоции;

- помочь детям из приемных семей найти приемлемый выход негативным эмоциональным состояниям.

Таким образом, возможности изотерапии в коррекции школьной тревожности у детей из приемных семей связаны, прежде всего, с коррекцией психоэмоционального состояния личности, направленной на выявление ситуаций, провоцирующих школьную тревожность данных учащихся, осознание собственных проблем и поиск решений, способствующих формированию конструктивного общения с приемными родителями, педагогами и сверстниками.

Глава 2 ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ШКОЛЬНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ У ДЕТЕЙ ИЗ ПРИЕМНЫХ СЕМЕЙ И ВОЗМОЖНОСТИ ЕЕ КОРРЕКЦИИ СРЕДСТВАМИ ИЗОТЕРАПИИ

2.1 Организация и методы исследования. Анализ результатов первичной диагностики

Экспериментальное исследование школьной тревожности у детей из приемных семей проводилось на базе МБОУ «Новокаргинская СОШ № 5» п. Новокаргино. Выборка исследования представлена детьми из приемных семей в количестве 14 человек. Из них – 7 человек вошли в экспериментальную группу, и 7 человек – в контрольную группу. Возраст испытуемых варьировал от 10 до 13 лет.

Этапы экспериментального исследования:

I этап (декабрь 2018 г.) – определение методов и выборки экспериментального исследования, проведение первичной диагностики школьной тревожности у детей из приемных семей.

II этап (январь 2019 г. – апрель 2019 г.) – разработка и реализация системы занятий с использованием изотерапии с детьми из приемных семей.

III этап (апрель 2019 г. – май 2019 г.) – проведение повторной диагностики школьной тревожности у детей из приемных семей, анализ полученных результатов исследования, определение эффективности системы занятий.

Исходя из целей и задач исследования, был подобран следующий комплекс методик: опросник «Многомерная оценка детской тревожности» (автор – Е.Е. Ромицына); методика «Диагностика школьной тревожности» (автор – Р. Филлипс).

Ниже опишем содержание методик, использованных в экспериментальном исследовании.

1. Опросник «Многомерная оценка детской тревожности» (автор – Е.Е. Ромицына).

Цель – диагностика тревожности у детей.

Текст опросника содержит 100 вопросов, на которые предлагается отвечать «да» или «нет». Психодиагностическая структура методики включает в себя 10 параметров-шкал:

Шкала 1. «Общая тревожность», результаты которой отражают общий уровень тревожных переживаний ребенка в последнее время, связанных с особенностями его самооценки, уверенности в себе и оценкой перспективы.

Шкала 2. «Тревога в отношениях со сверстниками», результаты которой отражают уровень тревожных переживаний, обусловленных проблемными взаимоотношениями с другими детьми и подростками.

Шкала 3. «Тревога, связанная с оценкой окружающих», результаты которой отражают уровень специфической тревожной ориентации ребенка на мнение других в оценке своих результатов, поступков и мыслей, уровень тревоги по поводу оценок, даваемых окружающими, в связи с ожиданием негативных оценок с их стороны.

Шкала 4. «Тревога в отношениях с учителями», результаты которой отражают уровень тревожных переживаний, обусловленных взаимоотношениями с педагогами в школе и влияющих на успешность обучения ребенка.

Шкала 5. «Тревога в отношениях с родителями», результаты которой отражают уровень тревожных переживаний, обусловленных проблемными взаимоотношениями с взрослыми, выполняющими родительские функции, а также характера тревожного реагирования ребенка в связи с родительским отношением и оценкой его родителями.

Шкала 6. «Тревога, связанная с успешностью в обучении», результаты которой отражают уровень тревожных опасений ребенка, оказывающих непосредственное влияние на развитие у него потребности в успехе, достижении высокого результата.

Шкала 7. «Тревога, возникающая в ситуациях самовыражения», результаты которой отражают уровень тревожных переживаний ребенка в

ситуациях, сопряженных с необходимостью самораскрытия, предъявления себя другим, демонстрации своих возможностей.

Шкала 8. «Тревога, возникающая в ситуациях проверки знаний», результаты которой отражают уровень тревоги ребенка в ситуациях проверки его знаний, достижений, возможностей.

Шкала 9. «Снижение психической активности, обусловленное тревогой», результаты которой отражают уровень реагирования на тревожный фактор среды признаками астении, оказывающей влияние на приспособляемость ребенка к ситуациям стрессогенного характера.

Шкала 10. «Повышенная вегетативная реактивность, обусловленная тревогой», результаты которой отражают уровень выраженности психовегетативных реакций в ответ на тревожный фактор среды, свидетельствующих об особенностях психовегетативной реактивности в эмоциональной и поведенческой сферах, особенно в ситуациях стрессогенного характера [29].

Тестирование рассчитано на детей и подростков школьного возраста (от 8 до 18 лет).

Испытуемому предъявляется инструкция в устной или письменной форме, текст опросника и бланк для регистрации ответов. Время заполнения бланка не ограничивается, однако, испытуемому предлагается отвечать на вопросы, по возможности быстро, не обдумывая. Кроме того, возможным представляется его использование, как в индивидуальной работе, так и при массовых исследованиях.

2. Методика «Диагностика школьной тревожности» (автор – Р. Филлипс).

Цель – изучение уровня и характера тревожности, связанной со школой.

Тест состоит из 58 вопросов, которые могут зачитываться школьникам, а могут и предлагаться в письменном виде. На каждый вопрос требуется однозначно ответить «Да» или «Нет». При обработке результатов выделяют

вопросы, ответы на которые не совпадают с ключом теста. Ответы, не совпадающие с ключом, – это проявления тревожности.

При обработке подсчитывается:

1. Общее число несовпадений по всему тексту. Если оно больше 50 %, можно говорить о повышенной тревожности ребенка, если больше 75 % от общего числа вопросов теста – о высокой тревожности.

2. Число совпадений по каждому из 8 факторов тревожности, выделяемых в тексте. Уровень тревожности определяется так же, как в первом случае. Анализируется общее внутреннее эмоциональное состояние школьника, во многом определяющееся наличием тех или иных тревожных синдромов (факторов) и их количеством.

Содержательная характеристика каждого синдрома (фактора).

1) Общая тревожность в школе – общее эмоциональное состояние ребенка, связанное с различными формами его включения в жизнь школы.

2) Переживания социального стресса – эмоциональное состояние ребенка, на фоне которого развиваются его социальные контакты (прежде всего – со сверстниками).

3) Фрустрация потребности в достижении успеха – неблагоприятный психический фон, не позволяющий ребенку развивать свои потребности в успехе, достижении высокого результата и т. д.

4) Страх самовыражения – негативные эмоциональные переживания ситуаций, сопряженных с необходимостью самораскрытия, предъявления себя другим, демонстрации своих возможностей.

5) Страх ситуации проверки знаний – негативное отношение и переживание тревоги в ситуациях проверки (особенно – публичной) знаний, достижений, возможностей.

6) Страх не соответствовать ожиданиям окружающих – ориентация на значимость других в оценке своих результатов, поступков и мыслей, тревога по поводу оценок, даваемых окружающими, ожидание негативных оценок.

7) Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу – особенности психофизиологической организации, снижающие приспособляемость ребенка к ситуациям стрессогенного характера, повышающие вероятность неадекватного, деструктивного реагирования на тревожный фактор среды.

8) Проблемы и страхи в отношениях с учителями – общий негативный эмоциональный фон отношений со взрослыми в школе, снижающий успешность обучения ребенка.

Опишем результаты экспериментального исследования школьной тревожности у детей из приемных семей по опроснику «Многомерная оценка детской тревожности» (автор – Е.Е. Ромицына). Результаты представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Результаты исследования тревожности у детей из приемных семей (экспериментальная группа) по опроснику «Многомерная оценка детской тревожности» (автор – Е.Е. Ромицына)

№ испытуемого	Название шкал								
	Общая тревожность	Тревога во взаимоотношениях со сверстниками	Тревога в связи с оценкой окружающих	Тревога во взаимоотношениях с учителями	Тревога во взаимоотношениях с родителями	Тревога, связанная с успешностью в обучении	Тревога, возникающая в ситуациях самовыражения	Тревога, возникающая в ситуациях проверки знаний	Средний показатель тревожности
1	С	Н	Н	С	С	С	Н	С	С
2	С	С	В	К	К	С	С	Н	В
3	К	В	В	К	С	С	К	С	В
4	С	В	С	С	С	С	С	С	С
5	В	В	В	К	К	Н	С	Н	В
6	С	В	В	С	С	С	С	С	С
7	В	С	С	В	К	С	С	С	В

Условные обозначения

К - крайне высокий уровень; В – высокий уровень; С – средний уровень; Н – низкий уровень

Анализируя полученные результаты, мы можем отметить, что у детей экспериментальной группы выявлен высокий и средний уровень

тревожности. Высокий показатель тревожности имеют 4 испытуемых (57,1%), средний уровень тревожности выявлен у 3 детей (42,9%).

Данные, представленные в таблице 1, мы наглядно изобразили на рисунке 1.

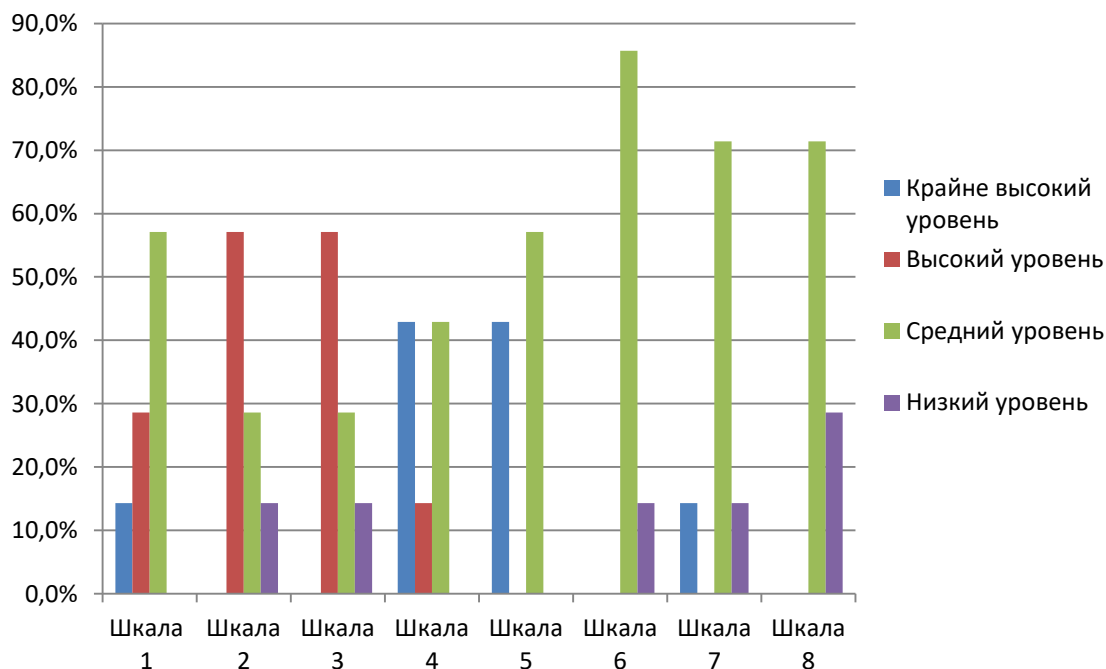


Рисунок 1 – Результаты исследования тревожности у детей из приемных семей (экспериментальная группа)

Условные обозначения: Шкала 1 – Общая тревожность; Шкала 2 – Тревога во взаимоотношениях со сверстниками; Шкала 3 – Тревога в связи с оценкой окружающих; Шкала 4 – Тревога во взаимоотношениях с учителями; Шкала 5 – Тревога во взаимоотношениях с родителями; Шкала 6 – Тревога, связанная с успешностью в обучении; Шкала 7 – Тревога, возникающая в ситуациях самовыражения; Шкала 8 – Тревога, возникающая в ситуациях проверки знаний.

Анализируя данные, представленные в таблице 1 и на рисунке 1, мы отмечаем, что у детей из приемных семей преобладает средний (42,9%) и высокий (57,1%) уровень тревожности, это свидетельствует о том, что дети экспериментальной группы испытывают чувство тревоги в определенных ситуациях, связанных со школьной жизнью.

Анализ результатов, полученных по шкале «Тревога во взаимоотношениях со сверстниками», показал, что 4 человека (57,1%) имеют высокие показатели, что говорит о тревожных переживаниях, связанных с проблемными взаимоотношениями с другими детьми. Средний уровень тревожности по данной шкале выявлен у 2 детей (28,6%). Это может говорить о том, что данные дети могут периодически испытывать чувство тревоги при взаимоотношениях со сверстниками. 1 испытуемый экспериментальной группы (14,3%) имеет низкий уровень тревожности. Этому ребенку не свойственно чувство тревоги при общении со сверстниками.

По шкале «Тревога в связи с оценкой окружающих» у 4 детей экспериментальной группы (57,1%) выявлен высокий уровень. Это свидетельствует о том, что данные дети ориентированы на мнение окружающих и боятся негативной оценки с их стороны. 2 детей (28,6%) имеют средний показатель тревожности по данной шкале. Это может свидетельствовать об адекватной реакции испытуемых на мнение окружающих. 1 испытуемый экспериментальной группы (14,3%) имеет низкий уровень тревожности по данной шкале. Это говорит о том, что данному ребенку безразлично мнение и реакция окружающих людей.

Анализ результатов, полученных по шкале «Тревога во взаимоотношениях с учителями», показал, что 3 детей (42,9%) имеют крайне высокий уровень; высокий показатель тревожности по данной шкале у 1 испытуемого (14,3%). Это свидетельствует о том, что данные дети испытывают чувство тревоги при взаимоотношениях с учителями. У 3 детей экспериментальной группы (42,9%) выявлен средний показатель тревожности по данной шкале, что говорит об адекватной реакции детей во взаимодействии с учителями.

По шкале «Тревога во взаимоотношениях с родителями» у 3 детей экспериментальной группы (42,9%) выявлен крайне высокий уровень, следовательно, эти дети испытывают тревогу, связанную с проблемными

отношениями с родителями. 4 детей (57,1%) имеют средний показатель тревожности по данной шкале. Это свидетельствует об адекватности реакции во взаимоотношениях с родителями и возможностях возникновения тревоги, связанной с конкретной ситуацией.

Анализируя результаты, полученные по шкале «Тревога, связанная с успешностью в обучении», мы отмечаем, что 6 детей (85,7%) имеют средний показатель тревожности по данной шкале. Этот факт свидетельствует о том, что данные дети экспериментальной группы не испытывают чувство тревоги и беспокойства для достижения результатов. 1 испытуемый (14,3%) имеет низкий уровень тревожности по данной шкале. Это говорит о инфантильной жизненной позиции данного ребенка, недостаточной сформированности самосознания, препятствующий личностному развитию и продуктивной деятельности.

По шкале «Тревога, возникающая в ситуациях самовыражения» у 1 испытуемого (14,3%) выявлен крайне высокий показатель, что свидетельствует, как о недостаточном уровне самооценки данного испытуемого, так и о том, что в некоторых ситуациях самовыражения он испытывает чувство тревоги. 5 детей экспериментальной группы (71,4%) имеют средний уровень тревожности по данной шкале. Данным детям свойственно испытывать чувство тревоги в ситуациях самораскрытия и демонстрации своих возможностей. 1 испытуемый (14,3%) имеет низкий показатель тревожности по данной шкале, то есть у него не возникает чувство тревоги в ситуациях самовыражения.

Анализ результатов, полученных по шкале «Тревога, возникающая в ситуациях проверки знаний», показал, что 5 детей экспериментальной группы (71,4%) имеют средний уровень тревожности по данной шкале. Это свидетельствует о том, что им не свойственно испытывать чувство тревоги в ситуациях проверки знаний. 2 испытуемым (28,6%) характерен низкий уровень тревожности по данной шкале, то есть эти респонденты не испытывают чувство тревоги при проверке знаний.

Таким образом, анализ данных, полученных при помощи опросника «Многомерная оценка детской тревожности» (автор – Е.Е. Ромицына), показал, что у 3 детей (42,9%) экспериментальной группы выявлен средний уровень тревожности, 4 детей (57,1%) имеют высокий показатель тревожности.

Таблица 2 – Результаты исследования тревожности у детей из приемных семей (контрольная группа) по опроснику «Многомерная оценка детской тревожности» (автор – Е.Е. Ромицына)

№ испытуемого	Название шкал								
	Общая тревожность	Тревога во взаимоотношениях со сверстниками	Тревога в связи с оценкой окружающих	Тревога во взаимоотношениях с учителями	Тревога во взаимоотношениях с родителями	Тревога, связанная с успешностью в обучении	Тревога, возникающая в ситуациях самовыражения	Тревога, возникающая в ситуациях проверки знаний	Средний показатель тревожности
1	С	С	С	С	С	С	С	С	С
2	В	В	В	В	К	Н	С	Н	В
3	Н	С	С	Н	В	Н	С	Н	С
4	В	С	С	В	В	В	С	В	В
5	С	В	С	В	С	В	С	В	С
6	В	В	В	К	К	К	В	В	В
7	В	К	К	В	В	К	В	С	В

Условные обозначения:

К - крайне высокий уровень

В – высокий уровень

С – средний уровень

Н – низкий уровень

Данные, представленные в таблице 2, мы наглядно изобразили в виде рисунка 2.

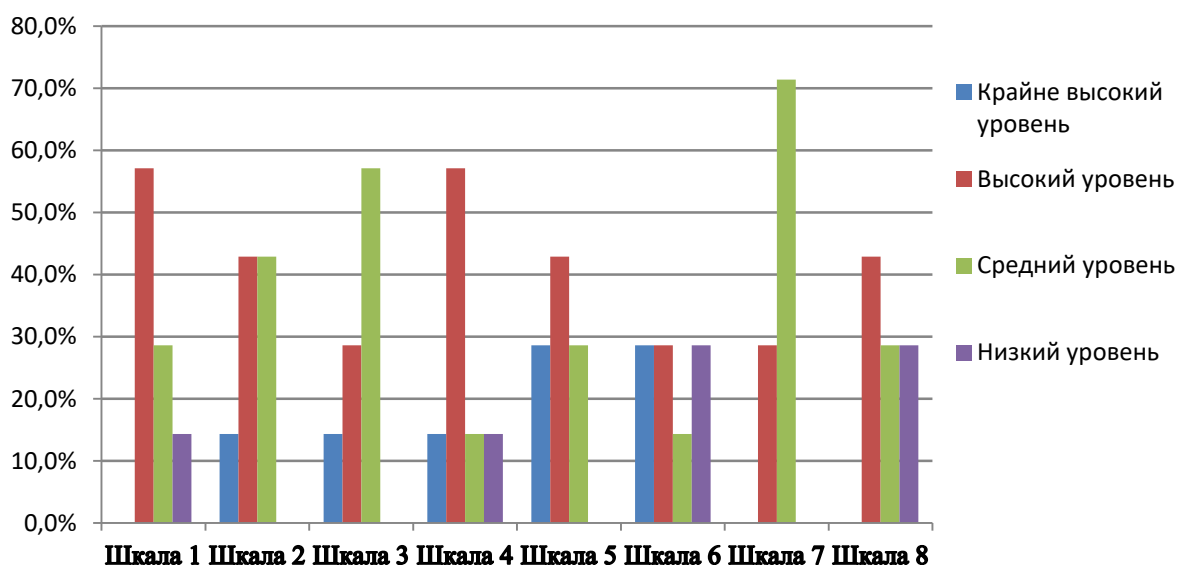


Рисунок 2 – Результаты исследования тревожности у детей из приемных семей (контрольная группа)

Условные обозначения: Шкала 1 – Общая тревожность; Шкала 2 – Тревога во взаимоотношениях со сверстниками; Шкала 3 – Тревога в связи с оценкой окружающих; Шкала 4 – Тревога во взаимоотношениях с учителями; Шкала 5 – Тревога во взаимоотношениях с родителями; Шкала 6 – Тревога, связанная с успешностью в обучении; Шкала 7 – Тревога, возникающая в ситуациях самовыражения; Шкала 8 – Тревога, возникающая в ситуациях проверки знаний.

Анализируя данные, представленные на рисунке 2, мы отмечаем, что у детей из приемных семей контрольной группы преобладает высокий (57,1%) и средний (42,9%) уровень тревожности. Это говорит о том, что данные дети испытывают чувство тревоги и неуверенности в себе в определенных ситуациях, связанных со школьной жизнью.

По шкале «Тревожность во взаимоотношениях со сверстниками» 1 испытуемый (14,3%) имеет крайне высокий уровень, у 3 испытуемых (42,9%) выявлен высокий показатель. Данный факт свидетельствует о тревожных переживаниях, связанных с проблемными взаимоотношениями данных детей с другими детьми. Средний уровень тревожности по данной шкале выявлен у 3 детей (42,9%). Это может свидетельствовать о том, что данные

дети могут периодически испытывать чувство тревоги при взаимодействии со сверстниками.

По шкале «Тревога в связи с оценкой окружающих» крайне высокий уровень выявлен у 1 испытуемого (14,3%); высокий уровень тревожности по данной шкале имеют 2 детей (28,6%). Это говорит о том, что данные дети ориентированы на мнение окружающих и боятся негативной оценки с их стороны. У 4 детей контрольной группы (57,1%) выявлен средний показатель тревожности по данной шкале, что может свидетельствовать об адекватной реакции испытуемых на мнение окружающих.

У 1 ребенка контрольной группы (14,3%) выявлен крайне высокий уровень по шкале «Тревога во взаимоотношениях с учителями», 4 детей (57,1%) имеют высокий показатель тревожности по данной шкале. Данный факт свидетельствует о том, что эти дети испытывают чувство тревоги, в ситуациях взаимодействия с учителями в школе. 1 ребенку контрольной группы (14,3%) характерен средний показатель тревожности по данной шкале. Это свидетельствует о том, что данный ребенок адекватно реагирует на ситуации взаимодействия с учителями в школе; у 1 ребенка (14,3%) – низкий уровень тревожности по данной шкале. Следовательно, данный ребенок не испытывает трудностей во взаимоотношениях с учителями.

По шкале «Тревога во взаимоотношениях с родителями» у 2 детей контрольной группы (28,6%) выявлен крайне высокий уровень школьной тревожности, 3 детей (42,9%) имеют высокий уровень тревожности по данной шкале. Эти дети испытывают тревогу, связанную с проблемными отношениями с родителями. У 2 детей (28,6%) выявлен средний показатель по данной шкале, что говорит об адекватности реакции во взаимодействии с родителями и возможностях возникновения тревоги связанной с конкретной ситуацией.

По шкале «Тревога, связанная с успешностью в обучении» крайне высокий уровень школьной тревожности имеют 2 ребенка (28,6%), у 2 испытуемых (28,6%) выявлен высокий показатель тревожности по данной

шкале, что свидетельствует о беспокойстве детей, связанном с достижениями результатов в учебе. У 1 испытуемого (14,3%) выявлен средний уровень тревожности. Это свидетельствует о том, что данному ребенку не свойственно испытывать чувство тревоги и беспокойства в ситуациях, связанных с достижением результатов в учебе. 2 детей (28,6%) имеют низкий показатель тревожности, чаще всего это свидетельствует об инфантильной жизненной позиции, недостаточной сформированности самосознания, препятствующему личностному развитию и продуктивной деятельности.

Анализ результатов, полученных по шкале «Тревога, возникающая в ситуациях самовыражения», показал, что 2 детей контрольной группы (28,6%) имеют высокий показатель тревожности, что говорит о недостаточном уровне самооценки данных испытуемых, и о том, что в некоторых случаях самовыражения они испытывают чувство тревоги. У 5 испытуемых контрольной группы (71,4%) выявлен средний уровень тревожности по данной шкале. Следовательно, данным детям свойственно испытывать чувство тревоги в ситуациях самораскрытия и демонстрации своих возможностей.

По шкале «Тревога, возникающая в ситуациях проверки знаний» 3 испытуемым контрольной группы (42,9%) характерен высокий показатель тревожности, что свидетельствует о повышенном проявлении беспокойства при проверке знаний. 2 детей (28,6%) имеют средний уровень тревожности по данной шкале. Это свидетельствует о том, что им не свойственно испытывать чувство тревоги в ситуациях проверки знаний. У 2 детей (28,6%) выявлен низкий уровень тревожности по данной шкале. Эти дети не испытывают чувства тревоги в ситуациях проверки знаний.

Анализ результатов диагностики тревожности у детей из контрольной группы показал, что 3 детей (42,9%) имеют средний показатель тревожности, у 4 детей контрольной группы (57,1%) выявлен высокий уровень тревожности.

Результаты индивидуальных числовых данных детей из приемных семей экспериментальной и контрольной групп по результатам первичной диагностики по опроснику «Многомерная оценка детской тревожности» (автор – Е.Е. Ромицына) представлены в таблицах А.1 и А.2 (Приложение А).

Таким образом, анализ результатов уровня тревожности детей из приемных семей экспериментальной и контрольной групп, полученных по опроснику «Многомерная оценка детской тревожности» (автор – Е.Е. Ромицына), показал, что наибольшее проявление переживаний, опасений и беспокойства у детей из приемных семей связано с ситуациями взаимодействия с приемными родителями, учителями и сверстниками, оценкой окружающих.

Опишем результаты экспериментального исследования уровня и характера тревожности, связанной со школой, детей из приемных семей (экспериментальная группа) по методике «Диагностика школьной тревожности» (автор – Р. Филлипс). Результаты представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Результаты исследования школьной тревожности у детей из приемных семей (экспериментальная группа) по методике «Диагностика школьной тревожности» (автор – Р. Филлипс)

Факторы	Нормальный уровень		Повышенный уровень		Высокий уровень	
	чел.	%	чел.	%	чел.	%
Общая тревожность в школе	1	14,3	3	42,9	3	42,9
Переживания социального стресса	1	14,3	2	28,6	4	57,1
Фрустрация потребности в достижении успеха	-	-	3	42,9	4	57,1
Страх самовыражения		-	4	57,1	3	42,9
Страх ситуации проверки знаний	2	28,6	5	71,4	-	-

Страх соответствовать ожиданиям окружающих	не	1	14,3	-	-	6	85,7
Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу		-	-	4	57,1	3	42,9
Проблемы и страхи в отношениях с учителями		-	-	3	42,9	4	57,1

Анализируя результаты, представленные в таблице 3, мы отмечаем, что 3 детей (42,9%) имеют повышенный уровень школьной тревожности, для 3 детей (42,9%) характерен высокий показатель школьной тревожности. Это свидетельствует о том, что данные дети склонны переживать тревожность разной степени, находясь в школе: в процессе обучения, общения и взаимодействия с учителями и сверстниками, то есть большинство испытуемых экспериментальной группы расценивают ситуацию школьного обучения как угрожающую. У 1 испытуемого (14,3%) выявлен нормальный показатель по шкале «Общая тревожность в школе», то есть ситуации, связанные с обучением в школе, не вызывают у него тревоги и беспокойства.

Данные, представленные в таблице 3, мы наглядно изобразили в виде диаграммы, представленной на рисунке 3.

Анализируя данные, представленные на рисунке 3, мы отмечаем, что детям из приемных семей экспериментальной группы свойственны повышенный (42,9%) и высокий (42,9%) уровень школьной тревожности, что свидетельствует о проявлениях беспокойства в ситуациях обучения в школе.

По шкале «Переживания социального стресса» повышенный уровень школьной тревожности выявлен у 2 детей экспериментальной группы (28,6%); высокий показатель школьной тревожности по данной шкале характерен 4 испытуемым (57,1%). Это указывает на то, что эмоциональное состояние данных детей, на фоне которого развиваются их социальные контакты, является напряженным и негативно окрашенным, что создает

предпосылки к развитию беспокойства и тревоги, прежде всего при взаимодействии со сверстниками. 1 испытуемый (14,3%) имеет нормальный уровень школьной тревожности по данной шкале, что говорит о эмоционально устойчивом состоянии при взаимодействии со сверстниками.

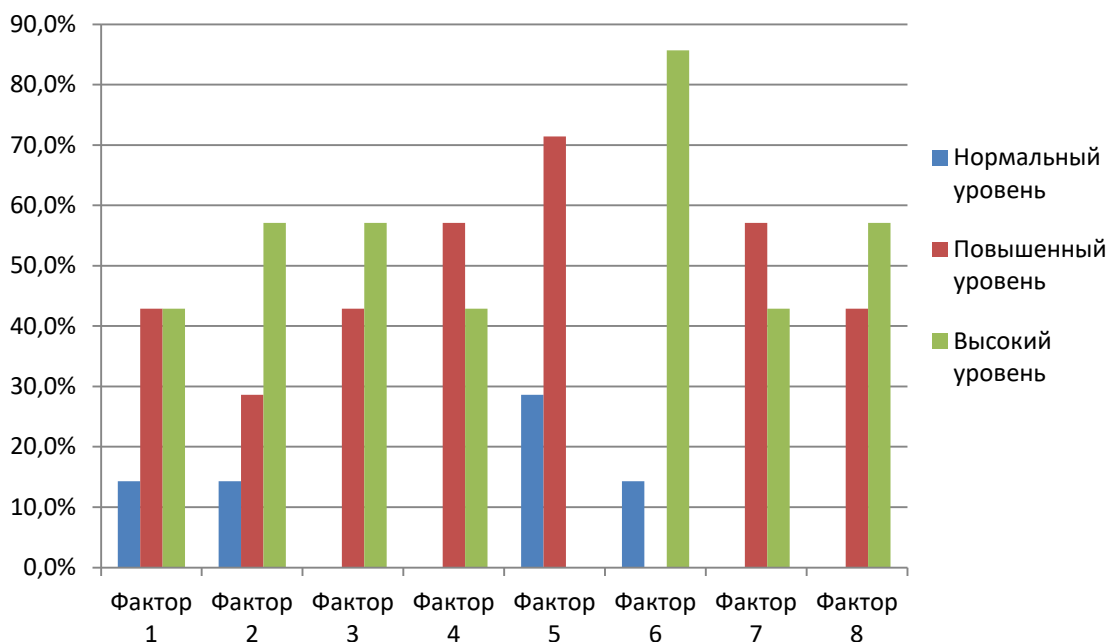


Рисунок 3 – Результаты исследования уровня школьной тревожности у детей из приемных семей (экспериментальная группа)

Условные обозначения:

Фактор 1 – Общая тревожность в школе;

Фактор 2 – Переживание социального стресса;

Фактор 3 – Фрустрация потребности достижения успеха;

Фактор 4 – Страх самовыражения;

Фактор 5 – Страх ситуации проверки знаний;

Фактор 6 – Страх не соответствовать ожиданиям окружающих;

Фактор 7 – Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу;

Фактор 8 – Проблемы и страхи в отношениях с учителями.

Результаты, полученные по шкале «Фрустрация потребности достижения успеха», показали, что 3 ребенка экспериментальной группы (42,9%) имеют повышенный показатель школьной тревожности; 4 детей из приемных семей (57,1%) – высокий уровень школьной тревожности. Это

свидетельствует о том, что в ситуации школьного обучения в поведении данных детей наблюдаются неблагоприятные факторы, которые не позволяют им развивать свои потребности в успехе, в достижении высоких результатов.

По шкале «Страх самовыражения» у 4 детей (57,1%) выявлен повышенный уровень школьной тревожности; для 3 детей (42,9%) характерен высокий показатель школьной тревожности по данной шкале. Это указывает на то, что данные дети испытывают чувство тревоги в ситуации самораскрытия себя перед другими.

Анализируя данные, полученные по шкале «Страх ситуации проверки знаний», мы отмечаем, что у 5 человек (71,4%) выявлен повышенный уровень школьной тревожности. Это говорит о том, что данные дети настолько не уверены в своих знаниях, что ситуация проверки знаний беспокоит их, вызывая негативные эмоции. Для 2 детей (28,6%) характерен нормальный показатель школьной тревожности по данной шкале. Это свидетельствует о том, что данные дети не испытывают чувство тревоги при проверке знаний.

По шкале «Страх не соответствовать ожиданиям окружающих» 6 детей экспериментальной группы (85,7%) имеют высокий уровень школьной тревожности. Эти дети ориентированы на мнение и оценку окружающих людей, данная ситуация вызывает у них повышенное беспокойство. У 1 испытуемого (14,3%) выявлен нормальный показатель школьной тревожности по данной шкале, для этого ребенка значима собственная оценка происходящего.

Результаты, полученные по шкале «Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу», показали, что у 4 детей (57,1%) выявлен повышенный уровень школьной тревожности, 3 детей (42,9%) имеют высокий показатель школьной тревожности по данной шкале. Этим детям свойственна низкая приспособляемость к ситуациям стрессогенного характера.

По шкале «Проблемы и страхи в отношениях с учителями» у 3 испытуемых (42,9%) выявлен повышенный уровень школьной тревожности; 4 детей экспериментальной группы (57,1%) имеют высокий показатель школьной тревожности. Это указывает на то, что данные дети испытывают тревогу в ситуации взаимодействия с учителями.

Опишем результаты экспериментального исследования уровня и характера тревожности, связанной со школой, детей из приемных семей (контрольная группа) по методике «Диагностика школьной тревожности» (автор – Р. Филлипс). Результаты представлены ниже в таблице 4.

Таблица 4 – Результаты исследования школьной тревожности у детей из приемных семей (контрольная группа) по методике «Диагностика школьной тревожности» (автор – Р. Филлипс)

Факторы	Нормальный уровень		Повышенный уровень		Высокий уровень	
	чел.	%	чел.	%	чел.	%
Общая тревожность в школе	1	14,3	2	28,6	4	57,1
Переживания социального стресса	-	-	3	42,9	4	57,1
Фрустрация потребности в достижении успеха	2	28,6	1	14,3	4	57,1
Страх самовыражения	2	28,6	3	42,9	2	28,6
Страх ситуации проверки знаний	2	28,6	2	28,6	3	42,9
Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	-	-	4	57,1	3	42,9
Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	-	-	3	42,9	4	57,1
Проблемы и страхи в отношениях с учителями	1	14,3	1	14,3	5	71,4

Анализ результатов диагностики уровня школьной тревожности у детей контрольной группы, представленных в таблице 4, показал, что у 2 детей (28,6%) выявлен повышенный уровень школьной тревожности, 4 ребенка (57,1%) имеют высокий показатель школьной тревожности по шкале «Общая тревожность в школе»; для 1 испытуемого (14,3%) характерен низкий уровень школьной тревожности по данной шкале. Таким образом, большинство испытуемых контрольной группы испытывают тревожность в ситуациях школьного обучения.

Данные, представленные в таблице 4, мы наглядно изобразили на рисунке 4.

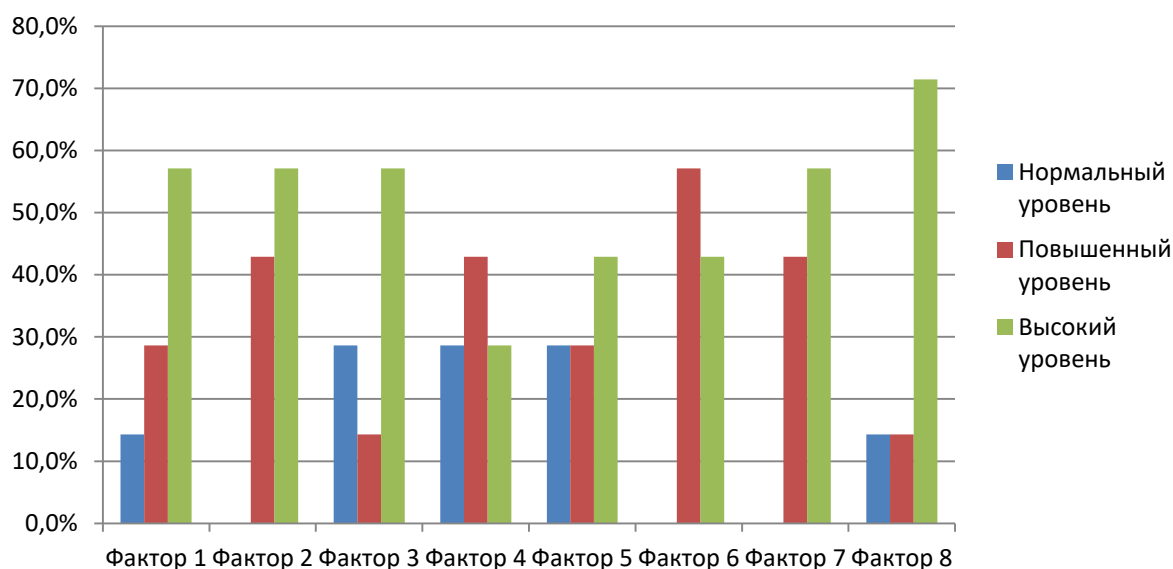


Рисунок 4 – Результаты исследования уровня школьной тревожности у детей из приемных семей (контрольная группа)

Условные обозначения:

Фактор 1 – Общая тревожность в школе;

Фактор 2 – Переживание социального стресса;

Фактор 3 – Фрустрация потребности достижения успеха;

Фактор 4 – Страх самовыражения;

Фактор 5 – Страх ситуации проверки знаний;

Фактор 6 – Страх не соответствовать ожиданиям окружающих;

Фактор 7 – Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу;

Фактор 8 – Проблемы и страхи в отношениях с учителями.

Анализируя данные, представленные на рисунке 4, мы отмечаем, что детям из приемных семей контрольной группы свойственны повышенный (28,6%) и высокий (57,1%) уровень тревожности, что свидетельствует о проявлениях беспокойства в ситуациях обучения в школе.

По шкале «Переживания социального стресса» повышенный уровень школьной тревожности выявлен у 3 детей контрольной группы (42,9%); высокий показатель школьной тревожности по данной шкале имеют 4 испытуемых (57,1%). Это указывает на то, что данные дети испытывают чувство тревоги в ситуациях взаимодействия со сверстниками.

Результаты, полученные по шкале «Фрустрация потребности достижения успеха», показали, что у 1 испытуемого (14,3%) выявлен повышенный уровень тревожности; для 4 детей (57,1%) характерен высокий показатель школьной тревожности по данной шкале. Это свидетельствует о том, что в ситуации школьного обучения в поведении данных детей наблюдаются неблагоприятные факторы, которые не позволяют им достигать высоких результатов. Нормальный уровень школьной тревожности по шкале «Фрустрация потребности достижения успеха» имеют 2 детей (28,6%), для них ситуация школьного обучения не является тревожной.

По шкале «Страх самовыражения» у 3 детей (42,9%) выявлен повышенный уровень школьной тревожности; 2 детей контрольной группы (28,6%) имеют высокий уровень школьной тревожности. Это указывает на то, что данные дети испытывают чувство тревоги в ситуации самораскрытия себя перед другими. У 2 испытуемых (28,6%) выявлен нормальный показатель школьной тревожности по данной шкале. Эти дети не боятся продемонстрировать себя перед другими людьми, такие ситуации не вызывают у них тревоги и беспокойства.

Анализируя данные, полученные по шкале «Страх ситуации проверки знаний», мы отмечаем, что 2 испытуемых (28,6%) имеют повышенный уровень школьной тревожности; высокий показатель школьной тревожности по данной шкале выявлен у 3 детей (42,9%). Этот факт свидетельствует о

том, что данные дети испытывают чувство тревоги в ситуациях проверки знаний. Для 2 детей (28,6%) характерен нормальный уровень школьной тревожности по данной шкале. Этим детям не свойственно состояние тревоги при проверке знаний.

По шкале «Страх не соответствовать ожиданиям окружающих» у 4 детей (57,1%) выявлен повышенный уровень школьной тревожности; 3 детей (42,9%) имеют высокий показатель школьной тревожности. Эти дети ориентированы на мнение и оценку окружающих людей, данная ситуация вызывает у них повышенное беспокойство.

Результаты, полученные по шкале «Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу», показали, что 3 детей (42,9%) имеют повышенный уровень школьной тревожности, у 4 детей (57,1%) выявлен высокий показатель школьной тревожности по данной шкале. Соответственно, у данных детей снижена приспособляемость к ситуациям стрессогенного характера.

По шкале «Проблемы и страхи в отношениях с учителями» у 1 испытуемого (14,3%) выявлен повышенный уровень школьной тревожности; 5 детей (71,4%) имеют высокий показатель школьной тревожности. Это указывает на то, что данные дети испытывают тревогу в ситуации взаимодействия с учителями. У 1 испытуемого (14,3%) выявлен низкий уровень школьной тревожности по данной шкале. Этот ребенок не испытывает негативных чувств при взаимодействии с учителями.

Таким образом, обобщая результаты исследования, мы можем отметить, что детям из приемных семей экспериментальной и контрольной групп характерен повышенный либо высокий уровень тревожности в школе. Беспокойство и тревогу у них вызывают ситуации, связанные с переживаниями социального стресса при взаимодействии со сверстниками, страх не соответствовать ожиданиям окружающих, проблемы и страхи в отношениях с учителями, следовательно, встает необходимость коррекции школьной тревожности у детей из приемных семей.

Ниже мы представим систему занятий с использованием изотерапии, которая была реализована с детьми из приемных семей экспериментальной группы.

2.2 Система занятий с использованием изотерапии

Нами была разработана и реализована система занятий с использованием изотерапии при работе с детьми из приемных семей экспериментальной группы. Система занятий апробирована на базе муниципального бюджетного образовательного учреждения «Новокаргинская СОШ № 5» п. Новокаргино в январе 2019 – апреле 2019 года.

Цель: коррекция школьной тревожности детей из приемных семей.

Система занятий ориентирована на решение следующих задач:

1. Создать условия для снижения уровня школьной тревожности.
2. Развивать навыки общения и эффективного взаимодействия.
3. Формировать навыки конструктивного общения с приемными родителями, педагогами и сверстниками.

Система занятий основана на следующих принципах:

- принцип учета возрастно-психологических особенностей;
- отсутствия осуждений и оценки;
- доверия и открытости;
- поэтапного погружения и выхода из травмирующей ситуации;
- сохранение тайны происходящего.

Ожидаемые результаты:

- накопление эмоционально-положительного опыта;
- снятие эмоционального напряжения, снижение повышенного уровня тревожности;
- овладение конструктивными навыками взаимодействия с приемными родителями, педагогами и сверстниками.

Данные занятия рассчитаны на групповую форму работы с детьми из приемных семей. Оптимальное количество участников – 5-7 человек.

Групповая форма проведения занятий:

- позволяет акцентировать внимание детей из приемных семей на ситуации, вызывающие школьную тревожность;
- создать оптимальные условия, способствующие наиболее четкой вербализации и проработке тех мыслей и чувств, которые вызывают у детей негативные эмоции;
- помочь детям из приемных семей найти приемлемый выход негативным эмоциональным состояниям.

Система работы состоит из 15 занятий, каждое из которых имеет свою направленность и вместе с тем, в силу многостороннего воздействия изотерапии, позволяет решать несколько задач одновременно. Занятия проводятся 1 раз в неделю во второй половине дня на протяжении четырех месяцев. Продолжительность каждого занятия 1,5 часа.

Во время занятий кабинет делится на две зоны: в первой зоне стоят стулья по количеству участников в форме круга. Здесь проходит начало и окончание занятий, а также проводятся разогревающие и завершающие игры и упражнения, проходит обсуждение работ. Вторая зона предполагает наличие столов, за которыми участники работают во время творческой части занятий. Все занятия проводятся с использованием музыкального сопровождения, которое подбирается в соответствии с целями и задачами занятий.

Каждое занятие имеет определенную структуру, представленную в таблице 5.

Таблица 5 – Структура занятия с использованием изотерапии

№ п/п	Название этапа	Цель этапа	Содержание этапа	Длительность этапа
1	Приветствие	Эмоциональный настрой	Ритуал приветствия	3 минуты
2	Разогрев	Снятие эмоционального напряжения. Создание настроения на совместную работу	Парные или коллективные психологические игры и упражнения	15 минут
3	Основная часть	Приобретение нового опыта, соответствующего цели занятия	Применение изотерапевтических техник	45 минут
4	Обсуждение	Осознание проделанной работы. Актуализация чувств и личных достижений	Обсуждение и обмен чувствами	15 минут
5	Завершение	Получение «группового ресурса», обратной связи	Парные или коллективные психологические игры и упражнения	10 минут
6	Прощание	Закрепление эмоционального настроения	Ритуал прощания	2 минуты

Важным этапом занятия наряду с этапом использования техник изотерапии является этап обсуждения. Выделяются некоторые требования к процессу проведения данного этапа:

1. Необходимо дать ребенку возможность рассказать о своей работе так, как он этого хочет.

2. Ребенок самостоятельно комментирует те или иные части рисунка, проясняет их значение, описывает определенные формы, предметы как персонажи, что позволяет избежать преждевременных предположений относительно содержания работы.

3. Необходимо побуждать ребенка фокусировать внимание на цветах, учитывать то, что цвета могут использоваться по-разному: отражать свойства объектов или отношение автора к этим объектам.

4. Необходимо фиксировать особенности интонации, положение тела, выражение лица, ритм дыхания ребенка, используя эти наблюдения для дальнейшего его расспроса, либо при сильном напряжении, для переключения на другую тему.

5. Необходимо помогать ребенку, осознать связь между его высказываниями о работе или ее частях и его жизненной ситуацией, осторожно задавая ему вопросы о том, что в его жизни происходит и как это может отражать его работа.

6. Стоит обратить особое внимание на отсутствующие части изображения и пустые пространства на рисунке. Необязательно, что отсутствие той или иной части должно иметь ту или иную символическую нагрузку. Важно, как объясняет это сам ребенок.

7. Необходимо попросить ребенка рассказать о том, что он чувствовал в процессе создания работы, до ее начала, а также после ее завершения. Также необходимо спрашивать о самочувствии ребенка в разные периоды работы, таким образом можно избежать многих защитных реакций.

Календарно–тематическое планирование с указанием даты проведения, названия занятия и его цели представлено в таблице 6.

Таблица 6 – Календарно–тематическое планирование

№ занятия	Дата проведения занятия	Название занятия	Цель занятия	Используемая изотерапевтическая техника
1	15.01.2019	«Футболка с надписью»	Знакомство и сплочение группы	Рисование на мокрой бумаге

Продолжение таблицы 6

2	22.01.2019	«Маска»	Снятие психоэмоционального напряжения, снижение тревожности	Рисование на заданную тему
3	29.01.2019	«Моя семья»	Формирование навыков конструктивного общения с приемными родителями	Кляксография
4	05.02.2019	«Я сейчас»	Создание условий для снижения уровня школьной тревожности	Рисование пластилином
5	12.02.2019	«Я в будущем»	Снятие психоэмоционального напряжения	Дополнительное рисование
6	19.02.2019	«Мой портрет»	Снятие психоэмоционального напряжения, снижение тревожности	Граттаж
7	26.02.2019	«Мой страх»	Снятие психоэмоционального напряжения, снижение тревожности	Размывание и бесконтактное рисование
8	05.03.2019	«Мои учителя»	Развитие способности посмотреть на проблему с другой стороны	Парное рисование
9	12.03.2019	«Рисуем настроение»	Снятие психоэмоционального напряжения, снижение тревожности	Спонтанное рисование
10	19.03.2019	«Карта моей души»	Снятие психоэмоционального напряжения, снижение тревожности	Отпечатки
11	26.03.2019	«Коллективная композиция»	Снятие психоэмоционального напряжения, снижение тревожности	Сочетание разных техник
12	02.04.2019	«Цветоформы»	Развитие воображения, актуализация чувств и снятие эмоционального напряжения	Техника раздувания краски
13	09.04.2019	«Мои одноклассники»	Развитие навыков общения и эффективного взаимодействия	Коллаж
14	16.04.2019	«Моя школа»	Формирование навыков конструктивного общения с педагогами и сверстниками	Рисование на заданную тему
15	23.04.2019	«Каракули»	Снятие психоэмоционального напряжения	Коллективное рисование

Для примера приведем содержание первого занятия.

Занятие 1 «Футболка с надписью»

1) Ритуал приветствия

Участникам группы предлагается взять заранее заготовленные карточки для бейджиков и написать на них свое имя так, как бы они хотели, чтобы к ним обращались во время занятий.

Надев бейджики, группа образует круг. Каждый участник по очереди выходит в центр круга и представляется, например: «Меня зовут Маша, но мне бы хотелось, чтобы меня называли Мария». Все хором говорят ему фразу приветствия: «Здравствуй, Мария! Нам очень приятно видеть тебя сегодня!». Свой выход в круг ребята могут сопровождать, любимы движениями, жестами и мимикой.

Следующий этап первого занятия заключается в знакомстве участников с правилами работы в группе. Помимо предложенных ведущим правил, данный список может быть расширен дополнительными правилами, предложенными и принятыми всеми членами группы. Ребятам предлагается оформить общепринятые правила на листе ватмана и закрепить их на стене комнаты, в которой будут проходить дальнейшие занятия.

Правила групповой работы предлагаемые ведущим:

1. «Здесь и теперь». Предметом анализа и обсуждения являются те процессы, которые происходят в группе в данный момент. Этот же принцип распространяется на чувства, мысли и переживания. Важно то, что происходит сейчас. Это позволит детям сосредоточить внимание на себе, способствуя развитию навыков самоанализа и рефлексии.

2. «Искренность и открытость». Дети берут на себя обязательство не лицемерить и не лгать в общении друг с другом. Самораскрытие, направленное на другого, позволяет стать самим собой, получить и предоставить честную обратную связь.

3. «Принцип Я». Основное внимание сосредоточено на процессах самопознания, самоанализе и рефлексии. Оценка другого осуществляется через высказывание собственных чувств и переживаний. Допустимы только Я-высказывания.

4. «Активность». Желательно активное участие всех.

5. «Конфиденциальность». Вся информация относительно конкретных участников должна сохраняться в группе – это условие психологической безопасности и самораскрытия.

2) Разогрев

Участники встают в круг, закрывают глаза и протягивают правую руку в центр круга. По сигналу ведущего каждый игрок должен соединить свою вытянутую руку с рукой другого участника. Затем все вытягивают левую руку и также находят себе второго партнера, сомкнув уже левые руки. Ведущий следит за тем, чтобы каждый держал руки двух ребят. Участники открывают глаза. Они должны распутаться, не разжимая рук (разрешается только изменение положения кистей, чтобы не происходило вывихов). В результате все участники образуются круг, либо несколько сцепленных колечек или несколько независимых кругов или пар.

3) Основное занятие

Ведущий: «Возьмите, пожалуйста, шаблоны футболок, вырезанные из ватманов, намочите их губкой и нанесите на них с помощью кисти акварель. Не ограничивайтесь одним цветом, смешайте несколько цветов, понаблюдайте, как они сливаются, растекаются. Полученные узоры можно трансформировать в образы, которые будут символизировать ваши увлечения, любимые занятия, хобби. В конце работы каждый из вас должен придумать свой девиз, то к чему он стремится, чего хочет добиться, о чем мечтает и нанести его на футболку».

4) Обсуждение

Участники рассаживаются по кругу. Представляют свои работы, рассказывая о себе с помощью символов и надписи, изображенных на футболке.

Вопросы для обсуждения:

1. Возникли ли у вас трудности во время создания вашего девиза?
2. Какие чувства вы испытывали во время экспериментирования с цветами?

5) Завершение

Участникам предлагается надеть на левую руку прозрачную перчатку (клеенчатую, медицинскую) и сесть в круг. Левую ладонь «отдать» соседу справа, а правой рукой с помощью фломастеров нарисовать веселое настроение на ладони соседа слева.

Ведущий: «Сейчас мы с вами поделились хорошим настроением друг с другом, а теперь посмотрите, пожалуйста, еще раз на соседей справа и слева. Прежде чем закончить наше первое занятие, мы скажем каждому в отдельности, что нам понравилось в нем».

6) Ритуал прощания

Участники группы встают в круг. Ведущий подходит к одному из ребят и начинает хлопать, этот участник идет с ведущим к другому участнику и они хлопают ему вместе, и так каждому из ребят. Последнему ребенку аплодируют все. Последовательность выбора участников должна меняться на каждом занятии.

Занятия 2-15 представлены в приложении Б.

Ниже опишем результаты повторной диагностики школьной тревожности детей из приемных семей.

2.3 Сопоставительный анализ результатов первичной и повторной диагностики

С целью оценки эффективности системы занятий с использованием изотерапии нами было проведено повторное диагностическое обследование детей из приемных семей. В качестве диагностического инструментария выступали методики, которые использовались при первичном диагностическом обследовании.

Проанализируем результаты первичного и повторного исследования уровня тревожности детей из приемных семей экспериментальной группы по

опроснику «Многомерная оценка детской тревожности» (автор – Е.Е. Ромицына). Результаты представлены ниже в таблице 7.

Таблица 7 – Результаты первичного и повторного исследования уровня тревожности у детей из приемных семей (экспериментальная группа) по опроснику «Многомерная оценка детской тревожности» (автор – Е.Е. Ромицына)

№ испытуемого	Название шкал															
	Общая тревожность		Тревога во взаимоотношениях со сверстниками		Тревога в связи с оценкой окружающих		Тревога во взаимоотношениях с учителями		Тревога во взаимоотношениях с родителями		Тревога, связанная с успешностью в обучении		Тревога, возникающая в ситуациях самовыражения		Тревога, возникающая в ситуациях проверки знаний	
	I	II	I	II	I	II	I	II	I	II	I	II	I	II	I	II
1	С	С	Н	С	Н	С	С	С	С	С	С	С	Н	С	С	С
2	С	С	С	С	В	С	К	В	К	С	Н	С	С	С	Н	С
3	К	С	В	С	В	С	К	В	С	С	С	С	К	В	С	С
4	С	С	С	С	С	С	С	С	С	С	С	С	С	С	С	С
5	В	С	В	С	В	С	К	С	К	С	Н	С	Н	С	Н	С
6	С	С	В	С	В	С	С	С	С	С	С	С	С	С	С	С
7	В	С	С	С	С	С	В	С	К	С	С	С	С	С	С	С

Условные обозначения:

I – первичная диагностика

II – повторная диагностика

К – крайне высокий уровень

В – высокий уровень

С – средний уровень

Н – низкий уровень

Результаты индивидуальных числовых данных детей из приемных семей экспериментальной и контрольной групп по результатам повторной диагностики по опроснику «Многомерная оценка детской тревожности» (автор – Е.Е. Ромицына) представлены в таблицах В.1 и В.2 (Приложение В).

Проанализировав результаты первичной и повторной диагностики, мы можем отметить, что у большинства испытуемых экспериментальной группы значительно изменился уровень тревожности. Так, при первичном диагностическом исследовании наряду со средним уровнем тревожности по многим шкалам преобладал крайне высокий и высокий показатель и в незначительной мере отмечался низкий уровень тревожности. При повторном проведении исследования, мы отмечаем у детей экспериментальной группы отсутствие крайне высокого и низкого уровня тревожности, а также значительное увеличение среднего показателя тревожности по всем шкалам данной методики. Сопоставляя результаты, полученные по всем шкалам опросника при первичной и повторной диагностике, мы отмечаем, что в экспериментальной группе изменился средний показатель тревожности. Так, при первичной диагностике высокий уровень тревожности выявлен у 57,1% испытуемых, средний уровень тревожности имеют 42,9% подростков экспериментальной группы. При повторной диагностике у всех (100%) испытуемых выявлен средний показатель тревожности. Таким образом, анализируя полученные данные, можно сказать, что у большинства детей данной группы общее тревожное состояние, связанное с ситуациями школьного обучения, снизилось, уровень тревожности достиг оптимального уровня.

Для наглядности, данные первичной и повторной диагностики по опроснику «Многомерная оценка детской тревожности» (автор – Е.Е. Ромицына) мы представили в диаграммах. Результаты сравнительного анализа данных уровня тревожности детей экспериментальной группы представлены на рисунке 5.

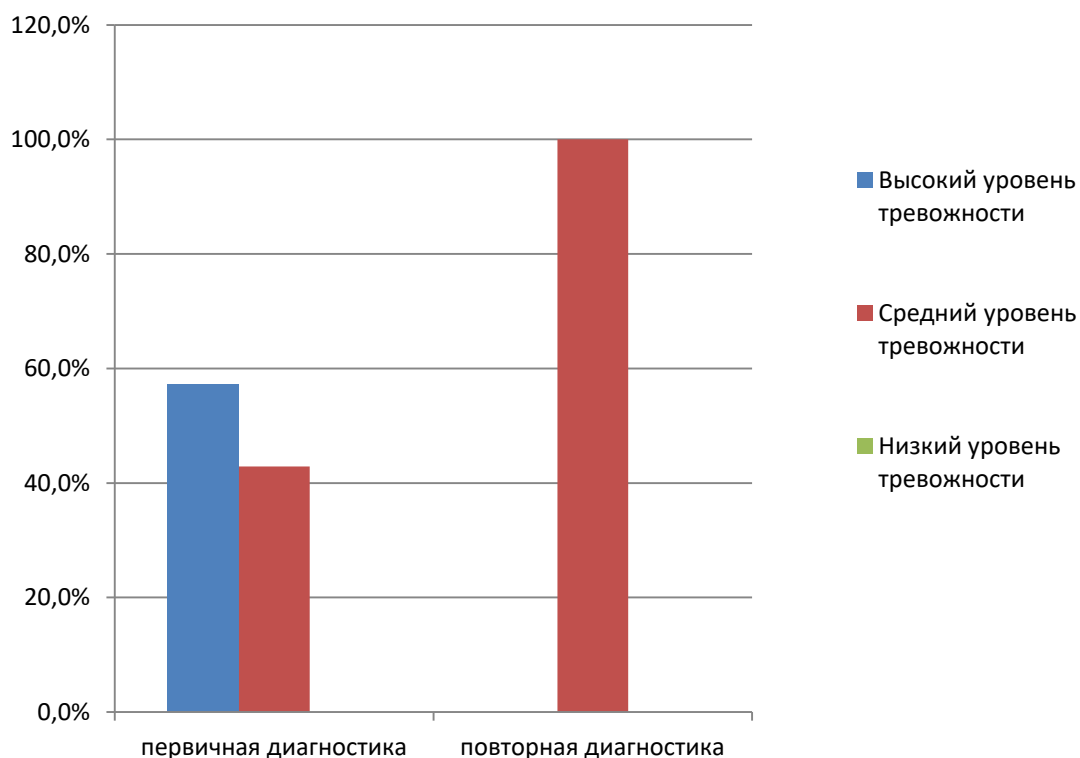


Рисунок 5 – Средний показатель тревожности в экспериментальной группе по опроснику «Многомерная оценка детской тревожности» (автор – Е.Е. Ромицына)

Сопоставляя результаты первичной и повторной диагностики уровня тревожности у детей из приемных семей экспериментальной группы, мы отмечаем, что после реализации системы занятий с использованием изотерапии у всех детей экспериментальной группы выявлен средний уровень тревожности.

Опишем результаты первичного и повторного экспериментального исследования уровня тревожности детей из приемных семей контрольной группы по опроснику «Многомерная оценка детской тревожности» (автор – Е.Е. Ромицына). Результаты представлены ниже в таблице 8

Таблица 8 – Результаты первичного и повторного исследования уровня тревожности у детей из приемных семей (контрольная группа) по опроснику «Многомерная оценка детской тревожности» (автор – Е.Е. Ромицына)

№ испытуемого	Название шкал															
	Общая тревожность		Тревога во взаимоотношениях со сверстниками		Тревога в связи с оценкой окружающих		Тревога во взаимоотношениях с учителями		Тревога во взаимоотношениях с родителями		Тревога, связанная с успешностью в обучении		Тревога, возникающая в ситуациях самовыражения		Тревога, возникающая в ситуациях проверки знаний	
	I	II	I	II	I	II	I	II	I	II	I	II	I	II	I	II
1	С	С	С	С	С	С	С	С	С	С	С	С	С	С	С	С
2	В	В	В	В	В	В	В	В	К	К	Н	Н	С	С	Н	Н
3	Н	Н	С	С	С	С	Н	Н	В	В	Н	Н	С	С	Н	Н
4	В	В	С	С	С	С	В	В	В	В	В	В	С	С	В	В
5	С	С	В	В	С	С	В	В	С	С	В	В	С	С	В	В
6	В	В	В	В	В	В	К	К	К	К	К	К	В	В	В	В
7	В	В	К	К	К	К	В	В	В	В	К	К	В	В	С	С

Условные обозначения:

I – первичная диагностика

II – повторная диагностика

К – крайне высокий уровень

В – высокий уровень

С – средний уровень

Н – низкий уровень

Сопоставляя результаты первичной и повторной диагностики, мы отмечаем, что у детей контрольной группы изменились результаты индивидуальных числовых данных, представленные в таблице В.2 (Приложение В), при этом уровни не изменились. При первичном и повторном диагностическом исследовании 4 ребенка (57,1%) имеют высокий уровень тревожности; у 3 испытуемых (42,9%) выявлен средний уровень тревожности. Таким образом, средний показатель тревожности у подростков контрольной группы не изменился.

Результаты сравнительного анализа данных уровня тревожности детей контрольной группы представлены на рисунке 6.

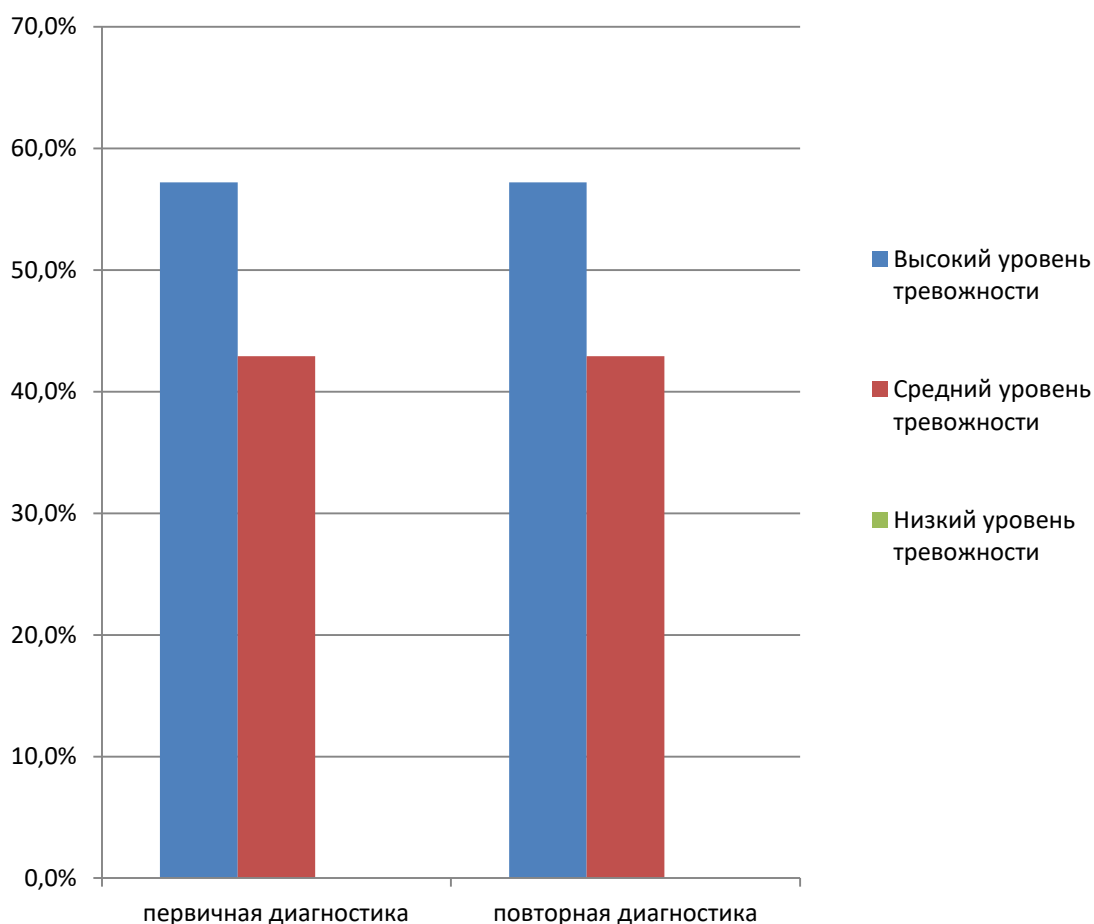


Рисунок 6 – Уровень тревожности в контрольной группе по опроснику «Многомерная оценка детской тревожности» (автор – Е.Е. Ромицына)

Сопоставляя результаты первичной и повторной диагностики уровня тревожности у детей из приемных семей контрольной группы, мы отмечаем, что показатель тревожности данных детей остался на прежнем уровне.

Опишем результаты первичного и повторного экспериментального исследования уровня и характера тревожности, связанной со школой, детей из приемных семей (экспериментальная группа) по методике «Диагностика школьной тревожности» (автор – Р. Филлипс). Результаты представлены ниже в таблице 9.

Таблица 9 – Результаты первичного и повторного исследования школьной тревожности у детей из приемных семей (экспериментальная группа) по методике «Диагностика школьной тревожности» (автор – Р. Филлипс)

Факторы	Нормальный уровень				Повышенный уровень				Высокий уровень			
	I		II		I		II		I		II	
	чел.	%	чел.	%	чел.	%	чел.	%	чел.	%	чел.	%
Общая тревожность в школе	1	14,3	4	57,1	3	42,9	2	28,6	3	42,9	1	14,3
Переживания социального стресса	1	14,3	4	57,1	2	28,6	2	28,6	4	57,1	1	14,3
Фрустрация потребности в достижении успеха	-	-	4	57,1	3	42,9	2	28,6	4	57,1	1	14,3
Страх самовыражения	-	-	5	71,4	4	57,1	2	28,6	3	42,9	-	-
Страх ситуации проверки знаний	2	28,6	4	57,1	5	71,4	3	42,9	-	-	-	-
Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	1	14,3	3	42,9	-	-	2	28,6	6	85,7	2	28,6
Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	-	-	4	57,1	4	57,1	3	42,9	3	42,9	-	-
Проблемы и страхи в отношениях с учителями	-	-	3	42,9	3	42,9	4	57,1	4	57,1	-	-

Условные обозначения:

I – первичная диагностика

II – повторная диагностика

Сопоставляя результаты первичной и повторной диагностики, мы отмечаем, что по шкале «Общая тревожность в школе» при первичной диагностике у 3 детей (42,9%) выявлен высокий уровень школьной тревожности, после проведения занятий с использованием изотерапии высокий уровень школьной тревожности характерен для 1 ребенка (14,3%).

При первичной и повторной диагностике 2 испытуемых (28,6%) имеют повышенный уровень школьной тревожности. По результатам первичной диагностики 1 испытуемому (14,3%) свойственен нормальный показатель школьной тревожности, тогда как при повторной диагностике нормальный уровень школьной тревожности выявлен у 4 испытуемых экспериментальной группы (57,1%). Анализируя полученные данные, мы делаем вывод, что после реализации системы занятий с использованием изотерапии уменьшилось число испытуемых экспериментальной группы с высоким и повышенным уровнем школьной тревожности.

По шкале «Переживания социального стресса» при первичной диагностике у 4 детей (57,1%) выявлен высокий уровень школьной тревожности, по результатам повторной диагностики высокий уровень школьной тревожности характерен для 1 испытуемого (14,3%). Кроме того, при первичной и повторной диагностике 2 детей (28,6%) имеют повышенный уровень школьной тревожности. У 1 ребенка (14,3%) при первичной диагностике выявлен нормальный показатель школьной тревожности, тогда как после проведения занятий с использованием изотерапии нормальный уровень школьной тревожности свойственен 4 испытуемым (57,1%). Сопоставляя полученные результаты, мы делаем вывод, что после реализованной системы занятий с использованием изотерапии количество детей из приемных семей с высоким уровнем тревожности по данной шкале уменьшилось с 57,1% до 14,3%.

По шкале «Фрустрация потребности в достижении успеха» при первичной диагностике высокий уровень школьной тревожности выявлен у 4 детей экспериментальной группы (57,1%), при повторной диагностике высокий уровень тревожности характерен для 1 ребенка (14,3%). При этом повышенный уровень школьной тревожности при первичной диагностике выявлен у 3 детей (42,9%), тогда как при повторной диагностике повышенный уровень школьной тревожности имеют 2 испытуемых (28,6%). При повторном диагностическом обследовании для 4 детей (57,1%)

характерен нормальный уровень школьной тревожности. Анализируя полученные данные, мы делаем вывод, что уменьшилось число испытуемых с высоким показателем школьной тревожности по данной шкале с 57,1% до 14,3%.

Сопоставляя результаты первичного и повторного диагностического обследования, мы отмечаем, что по шкале «Страх самовыражения» при первичной диагностике 3 детей (42,9%) имеют высокий уровень школьной тревожности, после проведения занятий с использованием изотерапии высокий уровень школьной тревожности по данной шкале не был выявлен ни у одного ребенка экспериментальной группы. При первичной диагностике у 4 детей (57,1%) выявлен повышенный показатель школьной тревожности, при повторном диагностическом обследовании повышенный уровень школьной тревожности свойственен 2 испытуемым (28,6%). При этом после реализации системы занятий с использованием изотерапии 5 детей (71,4%) имеют нормальный уровень школьной тревожности. Мы отмечаем, что после реализованной системы занятий с использованием изотерапии детям экспериментальной группы не свойственен высокий показатель школьной тревожности в ситуациях самовыражения.

По шкале «Страх ситуации проверки знаний» при первичной диагностике повышенный уровень школьной тревожности выявлен у 5 детей экспериментальной группы (71,4%), после проведения занятий по изотерапии повышенный уровень школьной тревожности имеют 3 детей (42,9%). При первичной диагностике для 2 детей (28,6%) характерен нормальный показатель школьной тревожности, тогда как при повторной диагностике нормальный уровень школьной тревожности свойственен 4 испытуемым (57,1%). Анализируя полученные данные, мы делаем вывод, что уменьшилось число испытуемых с повышенным уровнем школьной тревожности по данной шкале с 71,4% до 42,9%.

По шкале «Страх не соответствовать ожиданиям окружающих» при первичной диагностике 6 детей (85,6%) имеют высокий уровень школьной

тревожности, после проведения занятий по изотерапии у 2 детей (28,6%) выявлен высокий и повышенный уровень школьной тревожности. Кроме того, у 1 ребенка (14,3%) при первичной диагностике выявлен нормальный уровень школьной тревожности, после проведения занятий по изотерапии нормальный показатель школьной тревожности характерен для 3 детей (42,9%). Сопоставляя полученные результаты, мы делаем вывод, что после реализованной системы занятий с использованием изотерапии уменьшилось число испытуемых, которым свойственен высокий уровень школьной тревожности по данной шкале (с 85,6% до 28,6%).

Сопоставляя результаты первичного и повторного диагностического обследования, мы отмечаем, что по шкале «Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу» при первичной диагностике 3 детей (42,9%) имеют высокий уровень школьной тревожности, тогда как при повторной диагностике у детей экспериментальной группы не выявлено высокого уровня школьной тревожности по данной шкале. При первичной диагностике у 4 детей (57,1%) выявлен повышенный показатель школьной тревожности, после проведения занятий с использованием изотерапии повышенный уровень школьной тревожности свойственен 3 испытуемым (42,9%). При этом у 4 детей (57,1%) при повторной диагностике выявлен нормальный показатель школьной тревожности. Анализируя полученные данные, мы делаем вывод, что после реализованной системы занятий с использованием изотерапии детям экспериментальной группы не свойственен высокий уровень школьной тревожности по данной шкале, у них повысилась приспособляемость к ситуациям стрессогенного характера.

По шкале «Проблемы и страхи в отношениях с учителями» при первичном диагностическом обследовании высокий уровень школьной тревожности имеют 4 детей (57,1%), при повторной диагностике высокий уровень не выявлен ни у одного ребенка экспериментальной группы. При этом повышенный показатель школьной тревожности при первичной диагностике характерен для 3 детей (42,9%), при повторной диагностике

повышенный уровень школьной тревожности выявлен у 4 детей (57,1%), для остальных 3 детей (42,9%) свойственен нормальный уровень школьной тревожности по данной шкале. Сопоставляя полученные результаты, мы отмечаем, что увеличилось число испытуемых с нормальным уровнем школьной тревожности по данной шкале с 0% до 42,9%.

Данные первичного и повторного экспериментального исследования уровня школьной тревожности детей из приемных семей (экспериментальная группа) по методике «Диагностика школьной тревожности» (автор – Р. Филлипс) предоставлены на рисунке 7.

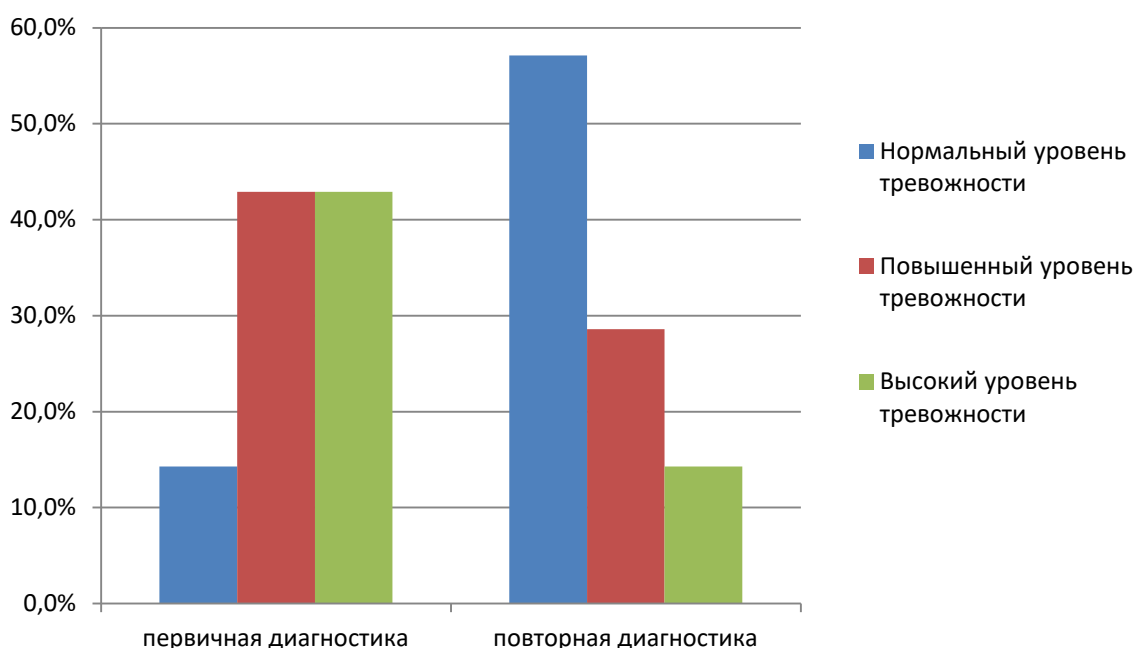


Рисунок 7 – Уровень школьной тревожности в экспериментальной группе по методике «Диагностика школьной тревожности» (автор – Р. Филлипс)

Сопоставляя результаты первичной и повторной диагностики уровня школьной тревожности у детей из приемных семей экспериментальной группы, мы отмечаем, что после реализации системы занятий с использованием изотерапии уменьшилось число испытуемых с повышенным и высоким уровнем школьной тревожности. По результатам повторной диагностики 57,1% детей имеют нормальный уровень школьной тревожности.

Опишем результаты первичного и повторного экспериментального исследования уровня и характера тревожности, связанной со школой, детей из приемных семей (контрольная группа) по методике «Диагностика школьной тревожности» (автор – Р. Филлипс). Результаты представлены в таблице 10.

Сопоставляя результаты первичной и повторной диагностики, мы отмечаем, что у детей контрольной группы по шкалам «Переживания социального стресса» и «Страх самовыражения» не произошло никаких изменений.

По шкале «Общая тревожность в школе» при первичной диагностике высокий уровень школьной тревожности выявлен у 4 детей (57,1%), при повторной диагностике этот показатель имеют 5 испытуемых (71,4%). Кроме того, повышенный уровень школьной тревожности при первичной диагностике выявлен у 2 детей (28,6%), при повторной диагностике повышенный уровень школьной тревожности характерен для 1 ребенка (14,3%). По результатам первичной и повторной диагностики нормальный показатель школьной тревожности выявлен у 1 испытуемого (14,3%). Анализируя полученные данные, мы отмечаем, что среди испытуемых контрольной группы увеличилось число детей с высоким уровнем общей тревожности в школе с 57,1% до 71,4%.

По шкале «Страх ситуации проверки знаний» при первичном диагностическом обследовании высокий уровень школьной тревожности имеют 3 детей (42,9%), при повторной диагностике высокий уровень школьной тревожности выявлен у 2 испытуемых (28,6%). Повышенный уровень школьной тревожности при первичной диагностике выявлен у 2 детей (28,6%), при повторной диагностике повышенный показатель школьной тревожности характерен для 3 испытуемых (42,9%). По результатам первичной и повторной диагностики 2 испытуемым (28,6%) свойственен нормальный уровень школьной тревожности по данной шкале.

Мы констатируем, что уменьшилось число испытуемых с высоким уровнем школьной тревожности в ситуации проверки знаний с 42,9% до 28,6%.

Таблица 10 – Результаты первичного и повторного исследования школьной тревожности у детей из приемных семей (контрольная группа) по методике «Диагностика школьной тревожности» (автор – Р. Филлипс)

Факторы	Нормальный уровень				Повышенный уровень				Высокий уровень			
	I		II		I		II		I		II	
	чел	%	чел	%	чел	%	чел	%	чел	%	чел	%
Общая тревожность в школе	1	14,3	1	14,3	2	28,6	1	14,3	4	57,1	5	71,4
Переживания социального стресса	-	-	-	-	3	42,9	3	42,9	4	57,1	4	57,1
Фрустрация потребности в достижении успеха	2	28,6	3	42,9	1	14,3	1	14,3	4	57,1	3	42,9
Страх самовыражения	2	28,6	2	28,6	3	42,9	3	42,9	2	28,6	2	28,6
Страх ситуации проверки знаний	2	28,6	2	28,6	2	28,6	3	42,9	3	42,9	2	28,6
Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	-	-	-	-	4	57,1	3	42,9	3	42,9	4	57,1
Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	-	-	-	-	3	42,9	5	71,4	4	57,1	2	28,6
Проблемы и страхи в отношениях с учителями	1	14,3	3	42,9	1	14,3	4	57,1	5	71,4	-	-

Условные обозначения:

I – первичная диагностика

II – повторная диагностика

По шкале «Страх не соответствовать ожиданиям окружающих» при первичном диагностическом обследовании у 3 детей (42,9%) выявлен высокий уровень школьной тревожности, тогда как при повторной диагностике высокий показатель школьной тревожности по данной шкале

имеют 4 испытуемых (57,1%). При этом при первичной диагностике повышенный уровень школьной тревожности выявлен у 4 детей (57,1%), при повторной диагностике этот показатель характерен для 3 детей (42,9%). Мы отмечаем, что среди детей контрольной группы увеличилось число испытуемых с высоким уровнем школьной тревожности по данной шкале с 42,9% до 57,1%.

Сопоставляя результаты первичной и повторной диагностики, мы отмечаем, что по шкале «Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу» при первичной диагностике 4 детей (57,1%) имеют высокий уровень школьной тревожности», при повторной диагностике высокий показатель выявлен у 2 детей (28,6%). При этом для 3 детей (42,9%) при первичной диагностике характерен повышенный уровень школьной тревожности, при повторной диагностике этот показатель свойственен 5 испытуемым (71,4%). Анализируя полученные результаты, мы констатируем, что среди испытуемых контрольной группы уменьшилось число детей с низким уровнем приспособляемости к ситуациям стрессогенного характера с 57,1% до 28,6%.

По шкале «Проблемы и страхи в отношениях с учителями» при первичном диагностическом обследовании 5 детей (71,4%) имеют высокий уровень школьной тревожности, тогда как при повторной диагностике высокий показатель не выявлен ни у одного испытуемого контрольной группы. У 1 ребенка (14,3%) при первичной диагностике выявлен повышенный уровень тревожности, при повторной диагностике повышенный уровень имеют 4 детей (57,1%). При этом у 1 испытуемого контрольной группы (14,3%) при первичной диагностике выявлен нормальный уровень школьной тревожности по данной шкале, тогда как при повторной диагностике нормальный уровень школьной тревожности свойственен 3 испытуемым (42,9%). Анализируя полученные данные, мы отмечаем, что среди испытуемых контрольной группы увеличилось число испытуемых,

которые не испытывают чувство тревоги в ситуации взаимодействия с учителями с 14,3% до 42,9%.

Данные первичного и повторного экспериментального исследования уровня школьной тревожности детей из приемных семей (контрольная группа) по методике «Диагностика школьной тревожности» (автор – Р. Филлипс) представлены на рисунке 8.

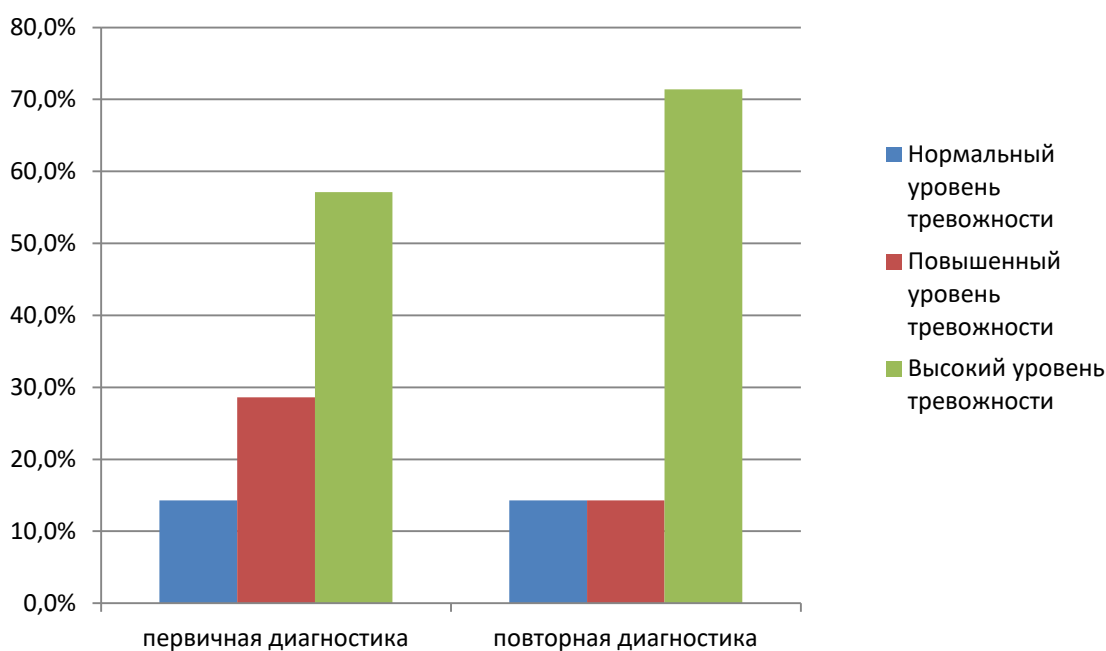


Рисунок 8 – Уровень школьной тревожности в контрольной группе по методике «Диагностика школьной тревожности» (автор – Р. Филлипс)

Сопоставляя результаты первичной и повторной диагностики уровня школьной тревожности у детей из приемных семей контрольной группы, мы отмечаем, что в данной группе детей повысились показатели школьной тревожности у 1 испытуемого (14,3%). По результатам повторной диагностики среди детей контрольной группы преобладает высокий уровень школьной тревожности (71,4%).

Обобщая полученные результаты первичной и повторной диагностики детей экспериментальной группы по опроснику «Многомерная оценка детской тревожности» (автор – Е.Е. Ромицына) и методике «Диагностика школьной тревожности» (автор – Р. Филлипс), мы отмечаем, что после

реализации системы занятий с использованием изотерапии у 4 испытуемых (57,1%) снизились показатели школьной тревожности.

Таким образом, реализованная нами система занятий с использованием изотерапии является эффективным методом коррекции школьной тревожности у детей из приемных семей.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проанализировав психологическую литературу, мы пришли к выводу, что под школьной тревожностью понимается эмоциональное состояние учащегося, выражающееся в негативных поведенческих реакциях, в ситуациях взаимодействия с различными компонентами образовательной среды школы. Причинами возникновения школьной тревожности могут быть: особенности организации учебно–воспитательного процесса; личностные особенности учителя и специфика взаимодействия педагога с учениками; проблемы во взаимоотношениях с одноклассниками; особенности детско-родительских отношений; уровень школьной успеваемости; личностные особенности учащихся.

Школьная тревожность у детей из приемных семей характеризуется повышенной склонностью к переживаниям, опасениям и беспокойству, связанной с ситуациями взаимодействия с приемными родителями, учителями и сверстниками.

Возможности изотерапии в коррекции школьной тревожности у детей из приемных семей связаны, прежде всего, с коррекцией психоэмоционального состояния личности, направленной на выявление ситуаций, провоцирующих школьную тревожность данных учащихся, осознание детьми собственных проблем и поиск решений, способствующих формированию конструктивного общения с приемными родителями, педагогами и сверстниками.

Мы провели экспериментальное исследование школьной тревожности у детей из приемных семей в экспериментальной и контрольной группах с использованием следующих методик: опросник «Многомерная оценка детской тревожности» (автор – Е.Е. Ромицына); методика «Диагностика школьной тревожности» (автор – Р. Филлипс). На основании полученных результатов первичной диагностики большинство детей из приемных семей имеют высокий уровень школьной тревожности.

Нами разработана и реализована система занятий с использованием изотерапии с детьми экспериментальной группы. После реализации системы занятий с использованием изотерапии нами проведена повторная диагностика школьной тревожности детей экспериментальной и контрольной групп. Обобщая полученные результаты первичной и повторной диагностики детей экспериментальной группы по опроснику «Многомерная оценка детской тревожности» (автор – Е.Е. Ромицына) и методике «Диагностика школьной тревожности» (автор – Р. Филлипс), мы отмечаем, что снизились показатели школьной тревожности у 4 испытуемых (57,1%).

Сопоставляя результаты первичной и повторной диагностики, мы пришли к выводу, что реализованная нами система занятий с использованием изотерапии является эффективным средством коррекции школьной тревожности у детей из приемных семей.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Баданина, Л. П. Основы общей психологии / Л. П. Баданина. – Москва : Флинта, 2012. – 448 с.
2. Баталина, В. П. Коррекция уровня тревожности младших школьников средствами арт-терапии [Электронный ресурс] / В. П. Баталина // Научное сообщество студентов: Междисциплинарные исследования: сб. ст. по мат. VIII междунар. студ. науч.-практ. конф. – 2018. – № 5. – Режим доступа: <https://sibac.info/archive/meghdis>.
3. Березин, В. Ф. Психическая адаптация и тревога. Хрестоматия / В. Ф. Березин. – Санкт-Петербург : Питер, 2000. – 410 с.
4. Габдрева, Г. Ш. Основные аспекты проблемы тревожности в психологии / Г. Ш. Габдрева // Тонус. – 2000. – № 5. – С. 45-50.
5. Гибадуллин, Н. В. Мотивация принятия детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, в замещающую семью / Н. В. Гибадуллин // Фундаментальные исследования. – 2014. – № 9. – С. 27-29.
6. Жуйкова, Е. Б. Психологическая характеристика мотивации к воспитанию приемного ребенка в семье / Е. Б. Жуйкова, Л. С. Печникова // Психологическая наука и образование. – 2014. – № 4. – С. 46-53.
7. Захаров, А. И. Происхождение и психотерапия детских неврозов: монография / А. И. Захаров. – Санкт-Петербург : КАРО, 2006. – 144 с.
8. Иванова, И. В. Применение арттерапевтических приемов в практике педагогической поддержки детей группы риска / И. В. Иванова, Е. Н. Буслаева // EuropeanSocialScienceJournal. – 2015. – № 11. – С. 182-187.
9. Каяшева, О. И. Арт-терапия: теория и основные методы в психологической практике / О. И. Каяшева. – Санкт-Петербург : НИЦ АРТ, 2015. – 452 с.
10. Кирьянова, С. И. Возможности арт-терапии как метода социокультурной поддержки и коррекции в современном мире / С. И. Кирьянова, А. Л. Авдеенко // В сборнике: Социально-культурная

деятельность: векторы исследовательских и практических перспектив
Материалы Международной электронной научно-практической
конференции. – 2017. – С. 238-243.

11. Киселева, М. В. Арт-терапия в практической психологии и социальной работе / М. В. Киселева. – Санкт-Петербург : Речь, 2014. – 336 с.

12. Копытин, А. И. Арт-терапия детей и подростков / А. И. Копытин, Е. Е. Свистовская. – Москва : Когито-центр, 2015. – 197 с.

13. Коржова, Н. С. Школьная тревожность у детей младшего школьного возраста и возможности ее оптимизации посредством арт-технологий / Н. С. Коржова, К. В. Новикова // В сборнике: Материалы секционных заседаний 56-й студенческой научно-практической конференции ТОГУ. – 2016. – С. 254-258.

14. Кочубей, Б. И. Эмоциональная устойчивость школьника / Б. И. Кочубей, Е. В. Новикова // Психологическое консультирование в школе. – Пермь : Зап.-Урал. учеб.-науч. центр, 1993. – С. 99-115.

15. Лебедева, Л. Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий / Л. Д. Лебедева. – Санкт-Петербург : Речь, 2015. – 256 с.

16. Леонтьева, Т. В. Эмоциональное развитие подростков средствами арт-терапии / Т. В. Леонтьева // Вестник Казанского государственного университета культуры и искусств. – 2014. – № 2. – С. 65-69.

17. Литвиненко, Н. В. Школьная тревожность как показатель нарушения адаптации школьников к образовательной среде / Н. В. Литвиненко // Современные проблемы науки и образования. – 2014. – № 5. – С. 62-67.

18. Макарычева, Т. Ф. Современная арт-терапия в работе с подростками: традиционные методы и новые подходы / Т. Ф. Макарычева // В сборнике: Образовательный кластер региона: синтез обучения и личностного развития материалы Межрегиональной научной конференции. Восточно-Европейский институт, 2017. – С. 194-199.

19. Микляева, А. В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция / В. Микляева, П. Румянцева. – Санкт-Петербург : Речь, 2004. – 248 с.
20. Михайлова С. С. Коррекция тревожности подростков средствами арт-терапии [Электронный ресурс] // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2017. – Т. 6. – С. 147-150. – Режим доступа: <http://e-koncept.ru/2017/770051.htm>.
21. Назарова, З. Я. Изотерапия в коррекционной работе / З. Я. Назарова // Наука, образование, общество: проблемы и перспективы развития: сборник научных трудов по материалам Международной научно-практической конференции: в 10 ч. – Тамбов, 2013. – С. 104-106.
22. Овчарова, Р. В. Практическая психология образования / Р. В. Овчарова. – Москва : Академия, 2003. – 448 с.
23. Овчарова, Р. В. Психология родительства / Р. В. Овчарова. – Москва, 2005. – 386 с.
24. Осипова, А. А. Общая психокоррекция: учебное пособие / А. А. Осипова. – Москва : Сфера, 2002. – 510 с.
25. Петровский, Л. В. Психология: словарь / Под общей ред. Л. В. Петровского. М. Г. Ярошевского. – Москва : Политиздат, 2014. – 634 с.
26. Прихожан, А. М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика / А. М. Прихожан. – Москва : МОДЭК, 2000. – 304 с.
27. Ратанова, Т. А. Школьная тревожность как фактор когнитивных особенностей младших школьников / Т. А. Ратанова, Э. В. Лихачева // Человеческий капитал. – 2016. – № 1. – С. 50-58.
28. Ребер, А. Большой толковый психологический словарь / А. Ребер. – Москва, 2000. – 592 с.
29. Ромицына, Е. Е. Психодиагностическая методика для многомерной оценки детской тревожности: пособие для врачей и психологов / Е. Е. Ромицына Е. – Санкт-Петербург, 2007. – 57 с.

30. Россия в цифрах: крат. стат. сб. / Росстат. – Москва, 2018. – 522 с.
31. Савлучинская, Н. В. Теория и методика применения арт-педагогических технологий в работе с детьми / Н. В. Савлучинская, М. С. Павлова // Современные проблемы науки и образования. – 2016. – № 3. – С. 228.
32. Свиридова, А. Н. Возможности изотерапии в работе с подростками, находящимися в социально опасном положении / А. Н. Свиридова, Н. В. Басалаева, Т. В. Казакова, Т. В. Захарова // Вестник Кемеровского государственного университета. – 2015. – № 3. – С. 232-237.
33. Свиридова, А. Н. Изотерапия как метод работы с подростками, находящимися в социально опасном положении / А. Н. Свиридова // Gaudeamus Igitur. – 2016. – № 3. – С. 20-24.
34. Спилбергер, Ч. Д. Методологические проблемы исследования тревоги / Ч. Д. Спилбергер. – Москва : Альфа-книга, 2011. – 285 с.
35. Старовойтов, А. В. Рубежи современной арт-терапии: от теории к практике / А. В. Старовойтов // Гуманитарные науки. – 2015. – № 4. – С. 95-100.
36. Эйдельман, Л. Н. Исследование школьной тревожности в процессе креативно-оздоровительной деятельности / Л. Н. Эйдельман // Научно-теоретический журнал «Ученые записки». – 2014. – № 1. – С. 192-195.
37. Эндрюс, Т. Искусство лечения цветом / Т. Эндрюс. – Москва : ЦАИ, 2000. – 176 с.
38. Юстицкис, В. Психология и психотерапия семьи / В. Юстицкис. – Санкт-Петербург : Питер, 2008. – 656 с.
39. Яковлев, В. Ф. Виртуальные миры трансового рисунка / В. Ф. Яковлев. – Москва: Класс, 2006. – 205 с.
40. Яшная, О. Н. Детская тревожность [Электронный ресурс] / О. Н. Яшная. – 2015. – Режим доступа: <http://www.liveinternet.ru/users/3306911>.

ПРИЛОЖЕНИЕ А

Таблица А.1 – Результаты первичной диагностики по опроснику «Многомерная оценка детской тревожности» (автор – Е.Е. Ромицына) (экспериментальная группа)

№ испытуемого	Шкалы							
	Общая тревожность	Тревога во взаимоотношениях со сверстниками	Тревога в связи с оценкой окружающих	Тревога во взаимоотношениях с учителями	Тревога во взаимоотношениях с родителями	Тревога, связанная с успешностью в обучении	Тревога, возникающая в ситуациях самовыражения	Тревога, возникающая в ситуациях проверки знаний
1	3	2	2	4	4	3	1	4
2	4	3	7	11	11	6	5	2
3	12	10	8	11	6	5	11	6
4	4	7	6	5	5	6	4	5
5	8	8	10	11	11	1	3	2
6	5	7	8	6	6	5	4	6
7	9	6	6	10	11	6	6	5

Таблица А.2 – Результаты первичной диагностики по опроснику «Многомерная оценка детской тревожности» (автор – Е.Е. Ромицына) (контрольная группа)

№ испытуемого	Шкалы							
	Общая тревожность	Тревога во взаимоотношениях со сверстниками	Тревога в связи с оценкой окружающих	Тревога во взаимоотношениях с учителями	Тревога во взаимоотношениях с родителями	Тревога, связанная с успешностью в обучении	Тревога, возникающая в ситуациях самовыражения	Тревога, возникающая в ситуациях проверки знаний
1	6	5	5	5	4	3	6	3
2	8	7	10	9	11	2	3	1
3	2	3	5	0	8	1	5	2
4	7	6	4	9	10	9	6	10
5	4	7	6	9	5	7	5	8
6	7	7	9	11	11	12	10	9
7	7	12	12	9	8	11	10	6

СИСТЕМА ЗАНЯТИЙ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ИЗОТЕРАПИИ ПО КОРРЕКЦИИ ШКОЛЬНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ У ДЕТЕЙ ИЗ ПРИЕМНЫХ СЕМЕЙ

Занятие 2 «Маска»

Цель: снятие психоэмоционального напряжения, снижение тревожности.

Ритуал приветствия:

Ведущий предлагает всем участникам группы встать в круг. Каждый по очереди делает шаг к центру круга и произносит свое имя в той форме, которая ему самому особенно нравится. После этого по сигналу ведущего все делают шаг к центру и повторяют его имя. Сам участник не двигается и молча наблюдает за этим.

Разогрев: Упражнение «Ветер дует на...»

Ведущий начинает игру словами: «Ветер дует на...» Чтобы участники побольше узнали друг о друге, заканчивать эту фразу необходимо словами «...на светловолосых», «...на тех, кто в красном», «у кого есть брат, сестра», «кто любит сладкое» и т.д. Все светловолосые (имеющие братьев и т.д.) собираются в группу, поднимают руки вверх и раскачиваются из стороны в сторону, подражая деревьям, на которые дует ветер.

Основная часть

Нарисовать маску в том цвете, какое настроение на данный момент. Обращаем внимание на то, как изображены глаза, рот, есть ли тревожность. После того, как маски готовы, предлагается примерить их на себя, рассмотреть себя в зеркало. Можно предложить побыть в роли персонажа, произнести звуки, посмеяться или попугать кого-либо. Какая маска, какому настроению соответствует, показать с помощью мимики то настроение, с которым они делали маску. Когда маска готова, предлагается придумать имя, рассказ, какая по характеру, что любит, чего боится, с кем живет.

Обсуждение:

1. Понравилась или не понравилась вам маска? Расскажите о своих ощущениях.

2. Кто получился веселым, грустным?

Завершение:

Детям предлагается вспомнить все то, что вспоминается им как хорошее. Это могут быть хорошие фильмы, запахи, предметы. Затем ведущий просит детей подумать, что из своего списка они могли бы подарить окружающим и нарисовать это. После этого дети по очереди делают «подарки» группе в виде рисунков.

Ритуал прощания: см. занятие 1

Занятие 3 «Моя семья»

Цель: формирование навыков конструктивного общения с приемными родителями

Ритуал приветствия:

Участники встают по кругу, кладут руки на плечи друг другу и говорят слова приветствия

Разогрев:

Упражнение «За что меня любит мама...папа...сестра...и т.д.». Детям предлагается сказать, за что их любят взрослые и за что они любят взрослых.

Основная часть

Детям предлагается взять краски нескольких цветов, сделать кляксу и получить отпечаток на другом листе (можно путем сложения листа пополам), затем, посмотрев на кляксу нужно представить, на какого члена семьи она похожа.

Обсуждение:

Дети представляют свои работы и рассказывают о трудностях, с которыми они сталкиваются в семье.

Завершение:

Каждый участник группы на листе бумаги сверху пишет свое имя, затем обводит свою руку карандашом. На каждом пальце предлагается написать какое-либо свое качество, можно раскрасить пальцы в разные цвета. Затем «ладошки» пускаются по кругу и другие участники между пальцев могут написать другие качества, которые присущи тому, чья ладошка.

Ритуал прощания: см. занятие 1

Занятие 4 «Я сейчас»

Цель: создание условий для снижения уровня школьной тревожности.

Ритуал приветствия:

Ведущий предлагает всем участникам группы встать в круг. Каждый по очереди делает шаг к центру круга и произносит свое имя в той форме, которая ему самому особенно нравится. После этого по сигналу ведущего все делают шаг к центру и повторяют его имя. Сам участник не двигается и молча наблюдает за этим.

Разогрев:

Упражнение «Корабль и ветер». «Представьте себе, что наш парусник плывет по волнам, но вдруг он остановился. Давайте поможем ему и пригласим на помощь ветер. Вдохните в себя воздух, сильно втяните щеки, а теперь шумно выдохните через рот воздух, и пусть вырвавшийся на волю ветер подгоняет кораблик. Давайте попробуем еще раз. Я хочу услышать, как шумит ветер!»

Основная часть

Детям предлагается нарисовать себя пластилином на листе бумаги, изобразив себя в настоящем времени.

Обсуждение:

Обсуждение того, что состояние, настроение можно менять подобно пластилину. «Мы сами лепим свой мир»

Завершение:

Участникам предлагается раскрасить двух человечков в любой последовательности, но строго поделив их на «злого» и «доброго». Анализ рисунков (обсудить трудности и успехи в рисовании болезни и здоровья, выборе цветов).

Ритуал прощания: см. занятие 1

Занятие 5 «Я в будущем»

Цель: снятие психоэмоционального напряжения.

Ритуал приветствия:

Представь, с каким цветком ты себя ассоциируешь.

Разогрев:

Упражнение «Росточек под солнцем». Дети превращаются в маленький росточек (сворачиваются в клубочек и обхватывают колени руками) все чаще пригревает солнышко, и росточек начинает расти и тянуться к солнышку.

Основная часть

Детям предлагается нарисовать себя в будущем. После того как рисунки закончены, все обсуждают, что же позволило детям добиться такого прекрасного будущего. Какие усилия им пришлось приложить для этого?

Завершение:

Детям предлагается сочинить историю на тему: «Я хочу быть, как...» и затем изобразить своего героя.

Ритуал прощания: см. занятие 1

Занятие 6 «Мой портрет»

Цель: снятие психоэмоционального напряжения, снижение тревожности.

Ритуал приветствия:

Ведущий предлагает всем участникам группы встать в круг. Каждый по очереди делает шаг к центру круга и произносит свое имя в той форме, которая ему самому особенно нравится. После этого по сигналу ведущего все

делают шаг к центру и повторяют его имя. Сам участник не двигается и молча наблюдает за этим.

Разогрев:

Работа с зеркалом. Рассмотреть себя. В оба глаза. Сначала один, потом второй. Сказать свое имя и сказать: «Я люблю тебя».

Основная часть

Ребята, все мы очень разные, в разных ситуациях мы ведем себя по-разному. Я прошу вас нарисовать картинку, изображающую различные аспекты своей личности. Как выглядит ваша приятная сторона? Как – злая? А как – испуганная или смелая? У нас множество сторон личности. Вы можете изобразить различные стороны своей личности как угодно.

Обсуждение:

Предложить детям придумать итоговый жизнеутверждающий девиз из нескольких слов

Завершение:

Упражнение «Доверяющее падение». Дети встают друг против друга и сцепляют руки. Один из детей встаёт на стульчик и падает спиной на сцепленные руки.

Ритуал прощания: см. занятие 1

Занятие 7 «Мой страх»

Цель: снятие психоэмоционального напряжения, снижение тревожности.

Ритуал приветствия: см. занятие 6

Разогрев:

Упражнение «Страшная сказка по кругу». Дети и взрослый сочиняют вместе страшную сказку. Они говорят по очереди, по 1-2 предложения каждый. Сказка должна нагромоздить так много страшного, чтобы это страшное превратилось в смешное.

Основная часть

Детям предлагается нарисовать свои страхи, никому не показывая. После обсуждения предлагается переделать свой страх, трансформировать его во что-то позитивное. Например, представить, что у страха хорошее настроение, как он тогда выглядит? Или попробовать сделать свой рисунок смешным, красивым. В конце работы все начинают показывать язык, «корчить рожи» своему страху.

Обсуждение:

Детям по очереди показывают рисунки «страхов», только что нарисованных, все вместе придумывают, чего боялись эти дети и как им можно помочь.

Завершение:

Ведущий заранее готовит карточки с рисунками кошки, собаки, поросенка и т.п. Дети берут карточки из стопки и озвучивают то животное, которое нарисовано на их карточке. Сначала надо произнести эти звуки с нейтральной интонацией, а затем – передавая голосом чувство (гнев, радость, нежность и т.п.). Остальные участники угадывают, какое чувство изображает каждый ребенок.

Ритуал прощания: см. занятие 1

Занятие 8 «Мои учителя»

Цель: развитие способности посмотреть на проблему с другой стороны.

Ритуал приветствия:

Разогрев:

Ведущий предлагает детям посоревноваться в умении хвастаться. Они хвастаются по очереди, например, одна говорит: «Я красивая», другой: «А я смелый», следующий: «А я доброжелательный», и т.п. Ведущий при этом подбадривает детей. Нужно стремиться к тому, чтобы сказать про себя как можно больше хорошего. Затем, дети говорят хорошее друг про друга.

Основная часть

Ведущий предлагает нарисовать учителя в трех зеркалах:

в зелёном – таким, каким они представляют его;

в голубом – каким они хотят, чтобы он был;

в красном – каким его видят одноклассники.

Обсуждение:

Участники рассказываются по кругу. Представляют свои работы, рассказывая о своих переживаниях, связанных с ситуациями общения с учителями.

Завершение:

Упражнение «Доверяющее падение». Дети встают друг против друга и сцепляют руки. Один из детей встаёт на стульчик и падает спиной на сцепленные руки.

Ритуал прощания: см. занятие 1

Занятие 9 «Рисуем настроение»

Цель: снятие психоэмоционального напряжения, снижение тревожности.

Ритуал приветствия: см. занятие 8

Разогрев:

Игра – ассоциация «На что похоже моё настроение?»

Дети по кругу при помощи сравнения говорят, на что похоже настроение. Начинает ведущий: «Моё настроение похоже на белое пушистое облачко в спокойном голубом небе».

Основная часть

Детям предлагается изобразить настроение или чувства при помощи только форм, линий, цветов, текстуры, тональности и т.д., но не с помощью конкретных предметов.

Предварительно проводится обсуждение того, как различные цвета и формы могут создать различное настроение (например, красный может

выражать возбуждение, гнев или энергию; гладкие формы могут казаться более спокойными, чем острые). Однако важно помнить о том, что восприятие цвета или формы может различаться у разных людей. Нельзя приписывать цвета и формы определенному настроению или чувству, нельзя давать им какое-то одно толкование.

Обсуждение:

Дети представляют свои работы и обсуждают изображения.

Завершение: Дети перебрасываются мячиком и громко перечисляют то, что они умеют хорошо делать. Например: «Я умею хорошо петь!», «Я умею хорошо рисовать!» и т.п.

Ритуал прощания: см. занятие 1

Занятие 10 «Карта моей души»

Цель: снятие психоэмоционального напряжения, снижение тревожности.

Ритуал приветствия: см. занятие 7

Разогрев:

Детям предлагается предложения, которые нужно закончить.

«Я люблю...», «Меня любят...», «Я не боюсь...», «Я верю...»,

«В меня верят...», «Обо мне заботятся...».

Основная часть

Ребята, каждый из вас уникален и талантлив, сегодня мне бы хотелось, чтобы вы изобразили картину того момента вашей жизни, когда вы лучше всего себя чувствовали, вам было хорошо, спокойно.

Обсуждение:

Обсуждаются результаты работы.

Завершение: см. занятие 6

Ритуал прощания: см. занятие 1

Занятие 11 «Коллективная композиция»

Цель: снятие психоэмоционального напряжения, снижение тревожности.

Ритуал приветствия: см. занятие 8

Разогрев:

Стоя в кругу, все берутся за руки. Глядя в глаза соседа, ребенок говорит: «Мне нравится в тебе....». Принимающий кивает головой и отвечает: «Спасибо, мне очень приятно!». Упражнение продолжается по кругу. Далее обсуждаем чувства, которые испытали дети при выполнении данного задания.

Основная часть

Детям рассказывается о последовательности цветов радуги. На большом листе ватмана они по очереди каждый рисует одну полоску радуги. Когда все дети нарисуют по полоске, на полосках необходимо написать качества, которые помогают им находить друзей, дружить, быть добрыми и т.д. По окончании рисунок можно украсить цветами, деревьями, птицами и т.д.

Обсуждение:

Коллективное обсуждение работы.

Завершение:

Каждому участнику дается карточка с написанной фразой, не имеющей окончания. Без всякой предварительной подготовки он должен продолжить и завершить фразу. Высказывание должно быть искренним.

Примерное содержание карточек:

«Особенно мне нравится, когда люди, окружающие меня...»

«Чего мне иногда по-настоящему хочется, так это ...»

«Иногда люди не понимают меня, потому что я ...»

«Верю, что я ...»

«Мне бывает стыдно, когда я ...»

«Особенно меня раздражает, что я ...» и т.п.

Ритуал прощания: см. занятие 1

Занятие 12 «Цветоформы»

Цель: развитие воображения, актуализация чувств и снятие эмоционального напряжения.

Ритуал приветствия: см. занятие 4

Разогрев:

Ведущий рассказывает детям о том, что один маленький мальчик придумал такие слова: «Пусть всегда будет солнце, пусть всегда будет небо, пусть всегда будет мама, пусть всегда буду я!». После этого ведущий предлагает придумать каждому свое самое заветное «пусть» и изобразить это. По окончании упражнения все дети хором кричат: «Пусть всегда будет...», а один из детей добавляет свое желание, затем то же самое проводится для всех детей группы.

Основная часть

Детям предлагается при помощи трубочки раздувать краску на листе бумаги, придавая ей любой желаемый образ.

Обсуждение:

Коллективное обсуждение работы.

Предполагает безоценочное обсуждение изображения.

Завершение: Участники игры по очереди говорят, на какое время года, погоду, природное явление похоже их настроение от сегодняшнего занятия.

Ритуал прощания: см. занятие 1

Занятие 13 «Мои одноклассники»

Цель: развитие навыков общения и эффективного взаимодействия.

Ритуал приветствия: см. занятие 2

Разогрев:

Упражнение «Волшебная кондитерская». Ребята, сегодня я предлагаю вам на некоторое время превратиться в кондитерские изделия. Все вы –

кондитерские изделия. Сейчас подумайте буквально минуту, каким именно изделием вы являетесь (есть ли среди нас торты, пирожные, пряники и т.д.) (изделия не должны повторяться) и по кругу назовите себя, обязательно рассказав какими качествами вы обладаете: какие на вкус, в какой упаковке и т.д. Внимательно запоминайте, кто есть кто.

Основная часть

Детям предлагается набор из 10 цветов (каждому цвету соответствует свой характер), необходимо изобразить своих одноклассников в соответствии со своими представлениями о его настроении и характере.

Обсуждение:

Предполагает оценку себя каждым ребенком, задаются вопросы относительно трудностей, которые они испытывают при общении с одноклассниками.

Завершение:

Упражнение «Тень». Один ребенок ходит по помещению и делает разные движения, неожиданные повороты, приседания, нагибается в стороны, кивает головой, машет руками и т. д. Все встают в линию за ним на небольшом расстоянии. Они – его тень и должны быстро и четко повторять его движения. Затем ведущий меняется.

Ритуал прощания: см. занятие 1

Занятие 14 «Моя школа»

Цель: формирование навыков конструктивного общения с педагогами и сверстниками.

Ритуал приветствия: см. занятие 2

Разогрев:

Ребятам предлагается дополнить два предложения: «Больше всего я радуюсь, когда...», «Больше всего я огорчаюсь, когда...».

Дети получают по лепестку ромашки, сделанной из бумаги, на котором они пишут все, что их радует, затем, лепестки собираются в цветок. Затем они пишут то, что их огорчает.

Предлагается ответить на вопрос: «Как ты думаешь, что радует, а что огорчает твоих родителей, учителя?»

Основная часть

Ребята, подумайте, как школа изменила вашу жизнь, что важного и ценного с вами происходит? Изобразить вашу школьную жизнь, нарисуйте события, переживания, изменения и то, что для вас важно.

Обсуждение:

Предполагает безоценочное обсуждение рисунков.

Завершение: см. занятие 1

Ритуал прощания: см. занятие 1

Занятие 15 «Каракули»

Цель: снятие психоэмоционального напряжения.

Ритуал приветствия:

Представить себя группе не прибегая к словам, а использовать только рисунки. Задание: нарисуйте плакат, иллюстрирующий ваш образ.

Разогрев:

Упражнение «Звериное пианино». Дети садятся на корточки в одну линию. Они – клавиши пианино, которые звучат голосами разных животных. Ведущий раздает «клавишам» их голоса (кошки, собаки, лягушки и т.п.). Далее ведущий-пианист то быстро, то медленно дотрагивается до головок детей – «нажимает на клавиши». Клавишам нужно «звучать» голосами соответствующих животных.

Основная часть

Каждый своим фломастером рисует каракули; законченную работу передает кому-либо из детей. Ребенок имеет право любым образом перевернуть лист, который поочередно рассматривают все; каждый ребенок

вносит в рисунок лишь линейные дополнения; все участвуют в создании законченной композиции по несколько раз; путешествие рисунка из рук в руки продолжается до тех пор, пока каждый не решит, что ему больше нечего к нему дорисовать.

Обсуждение:

Обсуждение того, что участники видят на рисунке, какие сюжеты или образы, что привнес в коллективную деятельность каждый и как его труд повлиял на ход и результат общей работы. Один из детей начинает рассказывать историю по рисунку, другой продолжает и так до тех пор, пока группа не придет к соглашению относительно окончания рассказа.

Завершение:

Ребенок-водящий становится Взрослым. Он встает на стул, ведущий помогает ему принять взрослую позу, соответствующее выражение лица. Затем ведущий становится «корреспондентом газеты или журнала» и берет у ребенка интервью, в котором спрашивает его о семье, учителях, одноклассниках, друзьях.

Ритуал прощания: см. занятие 1

ПРИЛОЖЕНИЕ В

Таблица В.1 – Результаты повторной диагностики по опроснику «Многомерная оценка детской тревожности» (автор – Е.Е. Ромицына) (экспериментальная группа)

№ испытуемого	Шкалы							
	Общая тревожность	Тревога во взаимоотношениях со сверстниками	Тревога в связи с оценкой окружающих	Тревога во взаимоотношениях с учителями	Тревога во взаимоотношениях с родителями	Тревога, связанная с успешностью в обучении	Тревога, возникающая в ситуациях самовыражения	Тревога, возникающая в ситуациях проверки знаний
1	3	4	4	4	3	3	3	4
2	5	3	6	10	6	5	5	3
3	6	6	5	9	6	5	10	5
4	3	6	6	5	5	6	4	5
5	6	6	5	6	6	5	4	3
6	5	5	4	5	6	5	4	5
7	6	6	5	6	6	6	5	5

Таблица В.2 – Результаты повторной диагностики по опроснику «Многомерная оценка детской тревожности» (автор – Е.Е. Ромицына) (контрольная группа)

№ испытуемого	Шкалы							
	Общая тревожность	Тревога во взаимоотношениях со сверстниками	Тревога в связи с оценкой окружающих	Тревога во взаимоотношениях с учителями	Тревога во взаимоотношениях с родителями	Тревога, связанная с успешностью в обучении	Тревога, возникающая в ситуациях самовыражения	Тревога, возникающая в ситуациях проверки знаний
1	5	5	6	4	5	4	5	4
2	7	8	9	10	11	1	3	2
3	2	4	5	0	7	2	6	2
4	8	5	4	10	9	10	6	9
5	4	7	5	7	5	8	6	9
6	8	7	8	11	11	11	9	10
7	7	11	12	8	7	11	7	4