

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования

«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
ЛЕСОСИБИРСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ—  
филиал Сибирского федерального университета


Кафедра психологии развития личности

Утверждаю  
Заведующий кафедрой  
Ласер Н.В. Басалаева  
подпись      инициалы, фамилия  
« 04 » 06 2021г.

## БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА

44.03.02 Психолого-педагогическое образование  
код-наименование направления

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ВОЗМОЖНОСТИ КОРРЕКЦИИ  
ШКОЛЬНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ И АГРЕССИВНОСТИ У МЛАДШИХ  
ШКОЛЬНИКОВ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ РАЗНОГО  
ГЕНЕЗА

Руководитель  доц.каф., канд. психол. наук  
подпись, дата      должность, ученая степень

Т.Ю. Артюхова  
инициалы, фамилия

Выпускник   
подпись, дата

А.Л. Сингилеева  
инициалы, фамилия

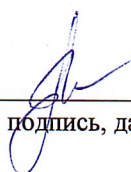
Лесосибирск 2021

Продолжение титульного листа БР по теме: «Психолого-педагогические возможности коррекции школьной тревожности и агрессивности у младших школьников с задержкой психического развития разного генеза».

Консультанты  
по разделам:

_____	_____	_____
Наименование раздела	подпись, дата	инициалы, фамилия
_____	_____	_____
Наименование раздела	подпись, дата	инициалы, фамилия

Нормоконтролер

  
\_\_\_\_\_

подпись, дата

Т.В. Казакова

инициалы, фамилия

## РЕФЕРАТ

Выпускная квалификационная работа по теме: «Психолого-педагогические возможности коррекции школьной тревожности и агрессивности у младших школьников с задержкой психического развития разного генеза» содержит 63 страницы текстового документа, 40 использованных источников, 7 таблиц, 3 рисунка, 1 приложение.

Число детей, попадающих в категорию ЗПР ежегодно увеличивается. Такие дети нуждаются в особой поддержке со стороны образовательного учреждения в преодолении трудностей, вызванных данной особенностью.

**ЗАДЕРЖКА ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ, ШКОЛЬНАЯ ТРЕВОЖНОСТЬ, АГРЕССИВНОСТЬ, МЛАДШИЕ ШКОЛЬНИКИ.**

Цель данной работы – изучение в теоретическом и экспериментальном аспектах психолого-педагогической коррекции школьной тревожности и агрессивности младших школьников с ЗПР разного генеза.

Разработали и внедрили коррекционно-развивающую программу для уменьшения агрессивности и школьной тревожности у младших школьников с задержкой психического развития.

Таким образом, мы можем сделать вывод, что снижение показателей агрессивности и школьной тревожности у младших школьников с ЗПР произошло вследствие своевременного выявления и коррекции. Повторная диагностика показала эффективность мер, которая подтверждена положительными количественными изменениями повторной диагностики. Все это показывает эффективность разработанной и внедренной нами системы занятий коррекции и развития.

## СОДЕРЖАНИЕ

1	Теоретические аспекты психолого-педагогической коррекции школьной тревожности и агрессивности у младших школьников с задержкой психического развития разного генеза.....	8
1.1	Феноменология задержки психического развития. Задержка психического развития разного генеза.....	8
1.2	Тревожность и агрессивность у младших школьников с задержкой психического развития разного генеза.....	10
1.3	Характеристика процесса психолого-педагогической коррекции школьной тревожности и агрессивности у младших школьников с задержкой психического развития разного генеза...	21
2	Экспериментальное изучение возможности психолого-педагогической коррекции тревожности и агрессивности младших школьников с задержкой психического развития разного генеза.....	29
2.1	Организация и методы исследования. Анализ полученных результатов. Констатирующий эксперимент.....	29
2.2	Коррекционно-развивающая программа для снижения уровня тревожности и агрессивности у младших школьников с ОВЗ. Формирующий эксперимент.....	32
2.3	Анализ результатов повторного исследования.....	35
	Заключение.....	40
	Список использованных источников.....	42
	Приложение А Коррекционно-развивающая программа для снижения уровня тревожности и агрессивности у младших школьников с ОВЗ...	48

## ВВЕДЕНИЕ

Актуальность темы настоящего исследования обусловлена пристальным вниманием, которое оказывается поддержке детей с нарушениями интеллекта. По данным Министерства образования Российской Федерации, 60% детей, поступающих в первый класс начальной школы, находятся в группе риска по дезадаптации в школе. Среди них особое место занимают дети с ЗПР. В связи с этим необходим дифференцированный подход с четкими критериями тестирования таких детей и оказания им психологической поддержки на всех этапах обучения.

Соответственно, в отношении этой группы детей принимаются определенные меры, вплоть до разработки образовательных стандартов и оказания им психологической поддержки на всех этапах обучения.

Младшие школьники с задержкой психического развития, безусловно, отличаются от других школьников. В целом они характеризуются сенсорными состояниями, уровнем самооценки и потребностей, что отражается на характере социальных отношений в учебном процессе. Несовершеннолетние с нарушениями интеллекта, дисбалансом в психической сфере и неразвитыми компенсаторными и психологическими защитами реже переживают неблагоприятные случаи, приводящие к не успешности.

В настоящий момент довольно мало практической информации о том, как проводить психолого-педагогическую коррекцию школьной тревожности и агрессивности у младших школьников с диагнозом ЗПР. Именно в этом видим значимость нашей работы.

Цель исследования: изучение в теоретическом и экспериментальном аспектах возможности психолого-педагогической коррекции школьной тревожности и агрессивности младших школьников с ЗПР разного генеза.

Объект: школьная тревожность и агрессивность у детей с ЗПР в младшем школьном возрасте.

Предмет исследования: изменения показателей школьной тревожности и агрессивности у младших школьников с ЗПР разного генеза в результате психолого-педагогической коррекции.

Задачи исследования:

- 1) проанализировать литературу по теме исследования; описать особенности проявления школьной тревожности и агрессивности у детей с ЗПР и психолого-педагогические аспекты коррекции;
- 2) подобрать методики, направленные на психологическую диагностику школьной тревожности и агрессивности у младших школьников с ЗПР разного генеза;
- 3) исходя из результатов диагностики, разработать коррекционно-развивающую программу для снижения уровня тревожности и агрессивности у младших школьников с ОВЗ, проанализировать полученные результаты.

С целью решения задач работы применены методы психолого-педагогического исследования:

- 1) теоретические методы, включающие обзор психолого-педагогической литературы, относящейся к теме исследования;
- 2) эмпирические методы включает тестирование младших школьников, использует бланковые методики (графическая методика «Кактус» (М. А. Панфилова) и проективная методика для диагностики школьной тревожности (А. М. Прихожан), диагностика самооценки «Лесенка»);
- 3) методы количественной и качественной оценки экспериментальных данных.

Методологической основой исследования выступили труды исследователей школьной тревожности и агрессивности у младших школьников с ЗПР – Ю. В. Бобрик [4], К. М. Галкова [9], С. В. Дюкшина [14], Е. А. Князева [16] и др.

База исследования: МБОУ «Средняя школа № 6» г. Ачинска Красноярского края.

Выборка исследования: 5 младших школьников с диагнозом «задержка психического развития» в возрасте 9 лет.

Этапы исследования:

I этап (сентябрь-декабрь 2020 г.) – изучение теоретических аспектов темы исследования, определение методов и выборки экспериментального исследования.

II этап (январь-февраль 2021 г.) – проведение экспериментального исследования школьной тревожности и агрессивности у младших школьников с ЗПР.

III этап (апрель-май 2021 г.) – количественный и качественный анализ полученных в ходе исследования результатов, разработка программы работы педагога-психолога с школьной тревожностью и агрессивностью у младших школьников с ЗПР, оформление результатов в виде выпускной квалификационной работы.

Результаты исследования были представлены к публикации в международном научно-практическом журнале «Форум молодых ученых».

Практическая значимость работы: систематизация теоретических материалов по проблеме психолого-педагогической коррекции школьной тревожности и агрессии у младших школьников с ЗПР разного генеза. Данная работа может быть полезна студентам при написании курсовых и выпускных квалификационных работ, а также педагогам и психологам, работающим с младшими школьниками, имеющими ЗПР.

Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников, включающего 40 источников, и приложения. Результаты исследования представлены в 7 таблицах и 3 рисунках. Общий объем работы составляет 63 страницы.

# Глава 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ ШКОЛЬНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ И АГРЕССИВНОСТИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ РАЗНОГО ГЕНЕЗА

## **1.1 Феноменология задержки психического развития. Задержка психического развития разного генеза**

Психолого-педагогические определения Задержка психического развития (ЗПР) – это наиболее распространенное психофизическое нарушение развития, встречающееся у всех детей. Согласно достоверной информации, предоставленной различными авторами, от 6% до 11% детей являются умственно отсталыми по разным причинам. Заминки в психологическом развитии представляют собой «конечную» форму эктодермы, выраженную в скорости созревания различных психических функций. В целом, это расстройство характеризуется различными периодами нарушений, а также широким диапазоном тяжести и последующих.

Первоначально в очных исследованиях медицинские работники демонстрировали несоответствие умственной отсталости. Термин «умственная отсталость» был введен Г. Е. Сухаревой. Исследуемые симптомы характеризовались, прежде всего, сниженным темпом психического развития, личностной незрелостью, незначительными нарушениями когнитивных задач, различиями в структуре и количестве, гипосмией, озабоченностью развитием вознаграждения и оборота [20].

Словарь «Коррекционная педагогика и специальная психология» Н. В. Новоторцевой определяет задержку в психологическом развитии как «нарушение нормального темпа психического развития, проявляющееся в замедленном темпе созревания в эмоционально-интеллектуальной сфере и умственной отсталости (интеллектуальные способности ребенка не соответствуют его возрасту). В. В. Лебединский в своей книге «Нарушения психологического формирования детей» утверждает, что «в некоторых



случаях, несомненно, существуют различия в задержке формирования психологической сферы (различные психологические проблемы младенчества). В книге Л. Г. Мустаевой «Коррекционно-педагогические и социально-психологические нюансы сопровождения детей с нарушениями интеллекта», ЗПР – это «состояние нетяжелой умственной отсталости, характеризующееся задержкой психического развития, личностной незрелостью, психическими нарушениями, не являющимися серьезными нарушениями познания и волевых качеств, «считается родовым термином» [27].

Изучением цереброваскулярных нарушений у детей занимались К. С. Лебединская и ее коллеги по лаборатории в 1970-х и 1980-х годах. Из этиологической теории было выведено, что наиболее распространенными вариантами умственной отсталости являются конституциональная, соматическая, психиатрическая и цереброваскулярная умственная отсталость.

В школьном возрасте дети становятся зависимыми от неблагоприятных факторов и вырабатывают компенсаторные личностные и поведенческие реакции. Эти реакции включают снижение самооценки, беспокойство и протестное поведение. Для достижения желаемого результата сходство характеризуется неустойчивым произвольным уровнем высшего психического функционирования и эпизодической поведенческой сенсорной регуляцией, при этом эпизодическая регуляция все относительно развита на моторном уровне.

Таким образом, можно сделать вывод, что в результате теоретической работы российских ученых в настоящее время имеются конкретные достижения в клинических и психолого-педагогических исследованиях детей с нарушениями интеллекта [5].

Застой интеллектуального развития (ЗИР) – это понятие, говорящее о непостоянных и необратимых интеллектуальных нарушениях, задержках, часто возникающих в школе, проявляющихся в общем запасе знаний, несвободном мышлении, незрелом мышлении, низком умственном

планировании, преобладании интереса к игре, резком насыщении умственного труда.

Анализируя существующие классификации интеллектуальных расстройств, можно сделать вывод, что они в основном отражают клинический и психический темперамент, а по своей природе эта группа расстройств настолько неоднородна, что нереально выделить единую образовательную классификацию [15].

Проанализировав основные психологические характеристики молодых людей с нарушениями интеллекта, можно с полной уверенностью сказать, что они нуждаются в значимой и систематической поддержке со стороны педагогов и психологов, что определяет необходимость психолого-педагогического сопровождения данной группы детей.

## **1.2 Тревожность и агрессивность у младших школьников с задержкой психического развития разного генеза**

Российская энциклопедия возрастных нарушений дает следующее определение задержки психического развития. «Проблема, при которой дети, достигшие школьного возраста, остаются в кругу дошкольных игр и не следуют нормальному темпу психического развития». В случае ЗПР у детей отсутствует способность участвовать в школьной работе, принимать школьные задания и добросовестно их выполнять. Немецкие исследователи Г. Эссер и А. Вишкон выделяют следующее определение психологических нарушений обучения: «это неудачи, которые не могут быть отнесены к совокупным интеллектуальным, физическим или психическим недостаткам и проявляются как ограничения конкретных многофункциональных вероятностей» [37, с.11].

Общее ядро ФГОС для учащихся с ограниченными возможностями здоровья направлено на обеспечение равных возможностей для детей в получении качественного, соответствующего требованиям образования, учитывающего их особые образовательные потребности. В настоящее время

реальному обучению может серьезно помешать школьная тревожность, которая характерна практически для большинства, например, названных категорий [36].

Е.А. Тютинина, изучая проблему психолого-педагогического сопровождения детей, обнаружила, что при сохранении личностной тревожности, если есть демоны такого характера, они чрезмерно проявляются и подозреваются. Вмешательство в поведение и работу детей становится максимальным, когда они не получают достаточной поддержки извне. Тревога в этой ситуации часто вызвана развитием эго, чрезмерными требованиями и наличием достаточно сильной внутренней тревоги [28].

Диагностическая оценка детей с хронической болезнью почек, как правило, требует больших затрат ресурсов и времени. Во-первых, это связано с выбором инструментов исследования. При работе с личностной и эмоциональной сферой важно учитывать не только возрастные и личностные особенности, но и возможные реакции детей с соматическим ЗПР на процесс диагностики. Метод должен не только отвечать на рассматриваемые вопросы, но и предотвращать увеличение количества побочных явлений. При диагностике школьной тревожности важно помнить, что, задавая честные вопросы, можно исказить ответы ребенка из-за защитной реакции.

Субъективность в восприятии информации присуща каждому человеку. Информация от трех человек также может быть рассмотрена, но это может быть контрпродуктивным для поддержки диагноза, особенно для обоснования процесса модификации [2].

Во-вторых, сам процесс диагностики должен быть основан на ряде обоснований, самым важным из которых является уважение к индивидуальности ребенка. Одним из важнейших шагов в успешном диагностическом процессе является личный контакт с учеником, и этот контакт должен быть доведен до уровня доверия в процессе исправления работы. При этом, например, исследователь может столкнуться с препятствиями. Кроме всего прочего, экспериментатор может не иметь возможности установить надлежащий контакт с конкретным учеником по целому ряду независимых от него причин [18].

В этом случае одно из возможных решений - пригласить другого человека для диагностики проблемы. Рациональный контакт может снизить ценность объективных данных. Чрезмерное знакомство с испытуемым может снизить надежность теста.

В-третьих, полученные результаты следует рассматривать в свете статистических данных каждого ребенка и результатов исследований специалистов. При подготовке материалов для диагностики симптомов тревоги у подростков с нарушениями интеллекта важно проверить качество полученных данных. Сочетание различных методов исследования может снизить вероятность получения неверной информации [9].

Анализ данных нескольких исследований позволяет предположить, что большой процент детей с физическими заболеваниями имеют школьные тревожные расстройства. Нередко в развитии этих эмоций возникают нарушения. Это связано либо с близостью нейропластических слоев, либо с физическим недостатком, налагаемым специфической системой ограничений и запретов, в которую они иногда попадают. На практике мы извлекли группу тревожных детей, которые считали, что не могут нормально учиться.

Когда уровень тревожности в школе наиболее высок, учебная деятельность значительно усложняется, а приобретение практических навыков затрудняется. В первую очередь, она влияет на поведение подростков, их социальные навыки и категории межличностного общения. В целом, перед разработкой коррекционного плана или программы для умственно отсталых рекомендуется провести всестороннее диагностическое тестирование [19].

Исходя из убеждений когнитивно-поведенческой терапии, подавленная добрая воля является требованием для различных способностей:

- 1) физическое-психическое: первая часть показывает подавленное настроение, тревогу, физические трудности, апатию, нарушения сна, анорексию и т.д., более или менее соответствующие физическому состоянию.

- 2) когнитивный: беспомощность и безнадежность – основные симптомы. В это время появляются сильные чувства неполноценности своего характера («у

меня ничего не получится»), оценки жизни («моя жизнь бессмысленна») и мрачные мысли, например, мысли о самоубийстве.

3) двигательный порядок: импульсивное расстройство считается проявлением интеллектуальной чрезмерности. Пациенту не хватает спонтанности и желания работать. Трудно делать выводы, и уровень напряжения снижается. О депрессии следует думать только в том случае, если эти признаки сохраняются в течение нескольких месяцев и не проходят.

Тревога, страх и гнев – признаки того, что человек страдает от сердечных заболеваний. В это время эти признаки похожи на признаки маленького ребенка с депрессией, но диагнозы PDD и депрессии, скорее всего, будут несовместимы, что приведет к плохому отношению к ним и плохому выздоровлению маленького ребенка [39].

Депрессия у детей с PDD часто проявляется как последствия занятости и стресса повседневной жизни, но также может быть связана с текущим испорченным мировоззрением. Депрессия может быть частью неврологического или пограничного расстройства. У маленьких детей это может быть предвестником соответствующих признаков у взрослых.

Признаки депрессии различаются в зависимости от пола и возраста. У совсем маленьких детей глубокие и глубокие нарушения жизненно важных функций, такие как физические трудности, диссоциативная боль, повышенная двигательная дисфункция, снижение умственных способностей, беспричинно продолжительные боли, жалобы, неспособность вставать по утрам, нарушения сна, потеря аппетита и боли в различных частях тела, часто возникают до наступления совершеннолетия [35].

Недержание, ночные кошмары, запоры, нарушения покоя и расслабления, судороги, навязчивые мысли, значительная потеря или увеличение языковых и моторных навыков, а также безнадежность, нарушения сна, суицидальные мысли и даже попытки самоубийства.

Малыши могут испытывать различную степень беспокойства, включая нежелание, чтобы их развлекали, нежелание, чтобы их будили извне, нежелание

говорить о своих потребностях, нежелание общаться со сверстниками или родственниками, нежелание спать среди ночи, нежелание спать в течение длительных периодов времени и сонливость. Малыши, как правило, наиболее подавлены перед утром, совсем не играют, не могут хорошо ходить с места на место или менять игрушки. Ночью они проявляют себя с лучшей стороны [6].

Частота подавленных сексуальных сигналов увеличивается с возрастом. До взрослого возраста между мальчиками и девочками нет никакой разницы. Образование и зрелость могут противостоять депрессии. В подростковом возрасте эта способность снижается. Учащиеся начальной школы склонны регулировать свое воображение более концептуальным образом, чем младшие школьники [3].

Сниженное настроение характеризуется склонностью к застенчивости, робости и страху, сопровождается задержкой в развитии таких черт личности, как спонтанность и независимость. Эти дети коварны в своем интересе к играм, имеют проблемы с общением, переживают из-за неудачи в учебе и не могут вписаться в коллектив [4].

В своих собственных исследованиях Н. Л. Белопольская изучала сенсорные реакции детей с нарушениями интеллекта на неудачу. Авторы выявили существование различных типов реакций на неудачу. Они были связаны с различиями в способности детей чутко предсказывать истории. В связи с этим была разработана коррекционная система, позволяющая детям самостоятельно справляться с историями о неудачах путем развития соответствующих навыков сенсорного прогнозирования [7].

Такая работа важна для детей в процессе обучения, поскольку она регулирует познавательную деятельность. Низкая способность адекватно реагировать на сбои, а также длительность и стабильность этого развития дали возможность работать в прогностическом режиме. Эта гипотеза была подтверждена в ходе последующего исследования. Результаты исследования показали значимость влияния психического состояния на умственную работу умственно отсталых детей. Исследование показало, что переживаниям

умственно отсталых детей не хватает зрелости, соответствующей всем показателям эмоциональной организации. Этот факт приводит к плохому выполнению адаптивных задач и плохой саморегуляции смысла, что влияет на поведение ребенка и затрудняет социализацию [10].

Недоразвитость основных инструментов смыслообразования присутствует на протяжении всей истории коммуникации. Маленькие дети неверно оценивают интенсивность установок психической оценки друг друга и не способны полностью воспринимать изменения расстояния в разговоре. Дисфункция ценности 2 проявляется в стремлении ребенка к фиксированному поведению, неспособности гибко реагировать на новые формы работы и неспособности адаптироваться к новой среде [22].

Во многих случаях страх и гнев у детей с ЗПР объясняются вторым уровнем статуса низкого функционирования. У детей с умственной отсталостью уровень 3 проявляется в виде двух типов нарушений. В случае с низким уровнем функционирования у ребенка снижается желание активно исследовать мир, он не может правильно оценить свои способности и испытывает тревогу в неопределенных жизненных ситуациях. При гиперфункции дети не имеют адекватной потребности в расширении, что может привести к гневу и негативным эмоциям. Гипотиреоз может влиять на навыки общения, развитие некоторых личностных качеств и общее состояние эмоциональной системы у детей с нарушениями интеллекта. Это исследование показало, что гипотетические значения эмоционально-поведенческой организации характеризуют детей с нарушениями интеллекта. Гипотетическое состояние ценностей основной эмоциональной организации влияет на ее развитие, состояние всей подчиненной эмоциональной организации, а также на формирование лучших впечатлений, регулируемое ими поведение, формирование и развитие личности. Это влияние обусловлено, прежде всего, неспособностью субъекта при слабом впечатлении от неполноты механизмов поведенческого контроля устанавливать соответствующие эмоциональные

отношения со средой, а значит, управлять поставленными поведенческими задачами и ценить соответствующие потребности [5].

В детском возрасте наиболее распространёнными формами проявления агрессивности являются:

- упрямство;
- драчливость;
- приступы гнева, ярости, негодования;
- желание обидеть, унижить, оскорбить; властность;
- неумение понять интересы другого;
- разрушительные действия.

Чаще всего дети склонны к проявлению агрессии в речевой форме.

Основные виды речевой агрессии:

1. Оскорбление,
2. Враждебное замечание,
3. Угроза,
4. Грубое требование и грубый отказ,
5. Возражение (протест),
6. Сплетня
7. Клевета,
8. Насмешка,
9. Жалоба (донос).

Фрустрация (от лат. Frustratio – обман, расстройство, разрушение планов):

1) Состояние ума, выраженное в терминах соответствующих характеристик.

2) Состояние ума, выраженное в терминах соответствующих эмпирических или поведенческих характеристик, вызванное непреодолимой проблемой, возникшей при достижении цели или выполнении задачи.

3) Состояние неудачи или депрессии, возникающее в результате пережитого несчастья.



Эта область связана с межличностными событиями и проблемами, которые могут возникать в различных ситуациях в повседневной жизни.

М. Розенцвейг выделяет три возможности справиться с фрустрацией.

1) Внешние (внешне-карательные) ориентации характеризуются выражением гнева в ответ на непубличные или личные ситуации, объекты или социальные обстоятельства. В ответ обычно обвиняют внешний признак или участника истории или выдвигают требования к другому человеку улучшить ситуацию и облегчить нужду.

2) Эгоцентрические (внутренне карательные) ориентации характеризуются неограниченным выражением самобичевания и требований к себе. Такая реакция обычно включает в себя обязательство принять разочарование, повторяющееся добро или признание своей вины или ответственности за то, что человек допустил или пересмотрел историю.

3) Несубъективная (импунитивная) ориентация характеризуется отсутствием гнева, обвинений, грубости, отрицания или проблематизации истории или событий, обвинения или возложения ответственности на одну из сторон, а также выражением желания полностью разрешить трудности [34].

С. Розенцвейг показывает три аналогичных ответа.

1) Образы с преобладанием препятствий (фиксация внимания на препятствии, стрессоре, помехе, фрустрирующем факторе, явлении, объекте, который создает непреодолимую ситуацию).

2) Образы самооправдания (самооправдание, приведение аргументов в свою защиту, обвинение других, чтобы избежать санкций и т.д.); и 3) образы упорства-решения (не сдаваться, настаивать на разрешении истории различными способами, т.е. не желая забывать незаконченную историю, найти выход, закончить конструктивно и т.д.).

Из комбинации направлений и типов реакций можно вывести девять типов реакций, которые соответствуют личностям в историях фрустрации [23].

1) экстравертированное, основанное на препятствиях изображение. Эмоциональные и динамические реакции: разочарование, гнев на разочарование

(препятствия создают непреодолимую силу), желание немедленно изменить историю, слабость. Вербальные реакции: назвать человека, который вас раздражает, или описать неудачное выполнение задания («теперь я ничего не могу сделать», «стул, ты мне мешаешь», «отвали, я сам»). Поведенческая реакция: неконтролируемое проявление недовольства, разочарования или гнева, вызывающее тревогу у окружающих. У экстравертных людей с преобладанием барьеров есть такие психологические защиты, как «фиксация на барьере» и «фиксация на цели». Например, ребенок плачет, потому что у него отобрали игрушку, а он не хочет ее возвращать, или ребенок разбивает чашку, из которой пьет, и винит себя за разбитую чашку.

2) интровертный, замкнутый образ. Эмоционально-динамические реакции: обида, гнев, плохое настроение, осознание того, что разговор в данный момент идет не очень хорошо, раскаяние, самоуничижение. Вербальные реакции: «Это все моя вина», «Да, это все моя вина», «Я такой неуклюжий» и т.д. Поведенческие реакции: подчинение наказанию, неподвижность, бездействие. Невербальные реакции: закатывание глаз, «медленная» моторика и т.д. Внутреннее карательное вмешательство, доминирующее, включает психологические защиты, такие как самосознание, подчинение и уход, которые являются предпосылками для критического разговора. Например, ребенок испортил игрушку, испытывает вину за себя, стоит с опущенной головой и ждет наказания.

3) резкие, обструктивные, доминирующие образы Эмоциональная реакция, негативные эмоции низкой интенсивности. Вербальная реакция: «Ну, это просто кнопка оторвалась, ничего страшного», «Это не важно, мне не нужно обращать внимание», «Ничего страшного, это очень распространенная вещь». Поведенческая реакция: прекращение выполнения задания и постепенное возобновление деятельности. Эти формы психологической защиты, такие как подчинение, отрицание и уход, можно разделить на неустранимые и препятствующие. Пример: ребенок, которому сказали, что ему нельзя играть со спичками, продолжает играть с другими предметами, не расстраиваясь.

4) экстравертированные, самозащитные образы. Эмоционально-динамические реакции: гнев, направленный на другого человека или какой-то объект, является самым сильным, названным в качестве предпосылки для сложных повествований, демонстрирующих разочарование, ненависть, чувство слабости, растерянности и обиды. Вербальные ответы: «Это все твоя вина», «Это не моя вина, это кто-то другой виноват», «Это его вина, миска соскользнула» и т.д. Поведенческая реакция: обвинение или упрек кому-то в рассказе, кто тоже суетится, или ребенок может ударить другого человека или замахнуться на взрослого. Пример: ребенок ломает игрушку своего брата и пытается отругать своего «опекуна».

5) интровертный, самозащитный образ. Динамические эмоциональные реакции: обида, стыд, растерянность, тревога. Вербальный ответ: «Да, я виновен. Но я не хотел». Или: «Я не мог найти инструменты, чтобы сделать ботинок, но я опоздал». Другими словами, заявление в свою защиту. Поведенческая реакция: уход, стыд. Невербальная реакция: руки на груди, голова опущена, как бы отбиваясь от удара. Тип внутреннего наказания/самозащиты реагирует на эту психологическую защиту, защищая себя и приводя аргументы в свою защиту. Пример: когда взрослый ругает ребенка, который сделал что-то не так, ребенок будет считать, что это сделал он, даже если ребенок ссылается на смягчающие обстоятельства.

6) жесткий, самозащитный образ. Аффективно-динамическая реакция: когда появляется важная сюжетная линия, впечатление остается в основном неизменным, соответствующим предыдущему воспринимаемому состоянию. Вербальные ответы: «Это не больно», «Есть другие игрушки», «В следующий раз мы будем играть с другой игрушкой» и т.д. Поведенческие реакции: поиск альтернативных занятий, предложение поведения, не вызывающего фрустрации, предложение альтернатив или задач. Для импульсивных и самозащитных типов обратитесь к следующим психологическим защитами: отрицание, замещение, альтернативные ключевые истории, фантазии. Пример: ребенок ломает предмет и берет другую игрушку взамен сломанной.

7) экстравертная личность, настойчив в разрядке образов. Эмоционально-динамические негативные реакции: гнев, обида, раздражительность, рассеянность, спокойствие, застывание впечатлений («застревание»).  
Вербальные реакции Поведенческие реакции: отказ от раздражителей, поврежденных предметов; невербальные реакции: установление зрительного контакта с раздражителями, установление зрительного контакта с желаемыми объектами в рассказе Внешне карательные и упрямо терпимые ответы - это такие психологические защиты: внешний гнев, разрушение истории конструктивным способом с помощью других людей (взрослых или других детей), и придерживание цели. Точно так же ребенок, меняющий свое имя, не в состоянии совершить важный исторический марш, он пытается решить его, отстраняясь, во всяком случае, от поведения другого человека, по сути дела делая ситуацию непреодолимой. Все эти типы детей долго плачут, закатывают истерики, не реагируют на поведение взрослых и имеют возможность «переключить» свое внимание на свежую тему.

8) интроверт, упрямый образ толерантности. Эмоциональные/мотивационные реакции: стыд, желание разрешить историю, желание устранить ключевую историю, энергетическое чувство дистресса Вербальные ответы: «Я исправлю это», «Я сделаю это», «Я сделаю это снова» и т.д. Поведенческая реакция: саботаж объекта фрустрации, проработка ключевой истории». Ответный, персеверативно-революционный тип соответствует надвигающейся психологической защите. То есть, найти конструктивный выход из критической истории через свои действия. Пример: ребенок пытается починить разбитый стакан.

9) жесткий и стойкий растворяющийся образ. Эмоционально-динамическая реакция: безразличие к поведению окружающих в критической истории. Спокойствие. Эмоциональное состояние ребенка остается неизменным до появления ключевого сюжета. Вербальный ответ: «Ничего страшного, я скоро поправлюсь», «Ничего страшного, я скоро поправлюсь», «Я скоро поправлюсь», «Я буду в порядке, пока не выйду замуж». Поведенческая реакция: продолжайте

работать и наблюдайте за поведением окружающих. Например, ребенок падает и получает травму, но реагирует спокойно: «Не волнуйся, ты скоро поправишься [11].

### **1.3 Характеристика процесса психолого-педагогической коррекции школьной тревожности и агрессивности у младших школьников с задержкой психического развития разного генеза**

Помимо первичной оценки, целью диагностики является оценка динамики и модификаций психологического развития ребенка на его регулярных этапах. Для оценки готовности к школе детей с нарушениями интеллекта были разработаны различные методы. В этой книге описываются обстоятельства и методы проведения диагностических оценок, способы оценки результатов каждого пункта, а также даются советы по выбору подходящих критериев для школьных оценок. Совместный анализ результатов тестов, проведенных всеми специалистами ПМПК, позволяет сформировать целостную картину характера и потенциала развития ребенка, найти универсальный трек будущего развития ребенка, определить необходимые модификации и последовательность развития, согласовать модификации с ребенком [14]. В структуре работы ПМПК задачей психолога является определение временной значимости взросления ребенка и зон, приближающихся к зрелости, выявление характеристики эмоциональной и колебательной сфер ребенка, личностные данные и межличностные отношения со сверстниками, воспитателями и другими взрослыми [17].

Коррекционные и развивающие задания направлены на такие домены у детей младшего возраста с нарушениями интеллекта, как эмоциональный и флуктуационный домены, личностный домен и когнитивный домен [8].

Тонкие сферы персонажей продолжают развиваться, а их ошибки исправляются. По этой причине важно контролировать всегда эмоции. Эмоции более здоровые, стабильные и масштабные. Более высокие уровни эмоций дети

воспринимаются как сострадание, эмпатию, способность понимать чувства других сверстников и взрослых и способность сопереживать окружающим [5].

Соответствующие эмоциональные реакции во всех случаях приобретаются благодаря способности узнавать эмоциональные состояния посредством внешних выражений, таких как имитация, мимика, жесты и позы. Таким образом, дети учатся предсказывать смысл поведенческих реакций, стоящих за сенсорными репрезентациями внешнего мира, и реагировать соответствующим образом. Дети младшего возраста с нарушениями интеллекта отличаются от своих сверстников психологическим состоянием, самооценкой и ценностью своих потребностей, что фактически отражается на их отношениях с обществом [1].

В данном случае это означает развитие и коррекцию эмоциональных и личностных дефицитов. Это означает гармонизацию эмоциональной сферы младенца, предупреждение и устранение эмоционально-негативных симптомов и других отклонений в поведении, предупреждение и преодоление неблагоприятных демонов характера и формирующихся моральных ценностей, создание и обучение средствам адаптации к новой социальной среде, создание условий для развития самосознания и соответствующего самовосприятия, формирование социальных впечатлений, формирование характера ребенка и формирование личности [40].

Она включает помощь ребенку в развитии и рационализации сенсорных навыков, это предполагает овладение невербальными средствами для выражения эмоций, распознавание смысла и ценности человеческих действий каждого человека в сенсорном контексте, а также контроль, мониторинг и оценку фактического личного поведения самого ребенка в свете приобретенных знаний, навыков и умений. В итоге выполнения задания часть детей способны визуально определить ряд сенсорных и психологических барьеров, выраженных в различных ситуациях через различные позы, жесты, мимику, пантомимику и движения тела. Детей учат легко и приемлемо выражать свои эмоции, чувства и ценить разные невербальные проявления,

отражающие их собственные чувства, и замечать элементы изящества, присущие выражению впечатлений их сверстниками. Усилия по улучшению сенсорных навыков детей направлены на то, чтобы они осознали значение и ценность всех действий человека в сенсорных ситуациях. Для достижения желаемых результатов детей просят принять различные модели поведения и предоставить сенсорные истории как нечто само собой разумеющееся, основываясь на их убеждениях относительно этих моделей [12].

Работа специалистов в области психического здоровья по укреплению уверенности и снижению тревожности у детей с нарушениями интеллекта осуществляется с помощью следующих инструкций. Как помочь детям развить жизнеутверждающее мышление и мировоззрение, полезное отношение к будущей работе, способность преодолевать страх и преодолевать неприятные воспоминания, уважение к себе и уверенность в своих способностях, навыках и сильных сторонах [21].

Развивая позитивные установки и жизнеутверждающее мировоззрение, внимание детей концентрируется на том, что интересно, хорошо, удовлетворяет, подходит и приносит пользу. Дети с нарушениями интеллекта имеют особенные пороки. Таким образом, сенсорное и гуманистическое развитие детей является примерно целостным. Работа специалистов по психическому детскому здоровью в этом контексте характеризуется тем, что дети развивают энтузиазм и положительные эмоции к окружающему миру раньше других, развивают навыки и осознание отношений, возникающих в результате непонимания, и учатся саморегулировать эмоциональные состояния и избегать событий. Это занятие, которое проводят профессиональные психологи, чтобы помочь детям улучшить навыки общения [24].

Работа экспертов-психологов по развитию коммуникативных навыков у детей с нарушениями интеллекта описана в пособии О.В. Залесской.

Консультирование и профилактическая деятельность. В этой области учителя и воспитатели поддерживают развитие и ориентацию детей с

умственной отсталостью. Психологи дают рекомендации с учетом возраста ребенка, особенностей типа личности, физического и психологического состояния, организуют мероприятия по повышению профессиональной ответственности педагогов (в том числе воспитателей) при выполнении коррекционно-воспитательных задач [38].

Основной задачей профессиональной психолого-педагогической подготовки является выявление самых слабых мест и препятствий в познавательном и личностном развитии детей, путей их преодоления и разработка более адекватных методов взаимодействия педагогов и детей. Психологическое образование учителей и специалистов может принимать различные формы: лекции и семинары для учителей, круглые столы, дебаты, знакомство с основами работы с особыми детьми, организация школьных советов, подготовка родительских собраний по определенным темам, которые волнуют родителей и администрацию школы, индивидуальные просветительские консультации [16].

Успешная работа по исправлению и развитию требует не только сотрудничества всех специалистов учреждения, но и сильной поддержки и поощрения со стороны совета директоров. Практика показывает, что большинство опекунов либо совершенно равнодушны к процессу взаимодействия с психологами и другими специалистами, либо игнорируют трудности, либо неправильно с ними справляются. Пропаганда среди лиц, осуществляющих уход, также проводится коллективно через консультации, семинары, встречи и просмотр фрагментов занятий с детьми [26].

«Музыкальная терапия – это специфическая модель музыкальной работы, используемая для восстановления индивида, пропедевтики, стабилизации и изменению различных нежелательных черт личности через музыкальную деятельность. В наше время музыкальная терапия практикуется в большинстве стран Европы, включая США, Великобританию, Германию и Швецию. В России по инициативе В.М. Бехтерева в 1913 году было основано «Общество лечебно-



воспитательного значения музыки и гигиены» и систематизировано своеобразное «собрание лечебной музыки» [30].

Последние эксперименты показали, что слушание повышает настроение и энергию детей, уменьшает психологическое и физическое напряжение, снимает тревожность (Брусиловский Л.С., Забилов В.Я., Копытин А.И., Петрукин В.И., Томчик С.А., Фалетова О.М.). Так, было установлено, что прослушивание музыки в минорном ключе способствует уменьшению неврастения и тревоги. В этом случае он вызывает временную тревогу спокойнее, чем длительную. В этом случае прослушивание музыки на высоких клавишах для снятия тревоги усиливает напряжение и агрессивность [33].

Уравновешивание нежелательных психологических явлений происходит вследствие музыкального расслабления, которое рассматривается как способ сдерживания и проработки нежелательных психологических явлений, как узкий метод музыкальной терапии, направленной на снятие физического и психологического напряжения посредством введения человека в определённое состояние (Е. Умрюхин).

Существует три типа саморегуляции психических состояний: сенсорных, волевых и случайных. Сенсорная саморегуляция – это форма психологической саморегуляции, которая очень комплексно использует все тело. Такое расположение может быть необходимо, поскольку сенсорная стимуляция выше определенного уровня может вызвать нарушения в противоположном направлении. Добровольная саморегуляция – это механизм осуществления сильного контроля над своей жизнью для поддержания физического и психического функционирования. Добровольная саморегуляция – это способность готовиться к выполнению любой задачи или роли, преодолевать внезапные препятствия и преобразовывать свое окружение. Это процесс предоставления индивидуумам соответствующих целевых моделей поведения и задач, которые готовят их к выполнению любой задачи или роли, преодолению неожиданных препятствий и преобразованию окружающей среды. Саморегуляция имеет три предпосылки и последствия:

- успокаивающее последствие (снимает психологический стресс),
- восстанавливающее последствие (уменьшает симптомы усталости),
- активирующее последствие (повышает психофизиологическую реактивность).

Релаксация рассматривается как средство профилактики, коррекции и разрушения неблагоприятных психологических состояний и чувствительности [29].

Структура мозга ритмична, и было обнаружено, что музыкальные стимулы из окружающего мира сильно воздействуют на гипоталамус [9]. Природные явления (приливы и отливы, восход и заход солнца, сезонные перемены), биоритмы (ритм сердца, дыхание и работа внутренних органов) и циркадные ритмы (периодические изменения интенсивности любого биологического явления, связанного с чередованием дня и ночи, или биологические часы организма, поддерживающие чередование сна и бодрствования). Такой ритм ребенок запоминает с самого рождения. Понимание правдоподобности мозговых процессов

В таких жанрах, как нянькина поэзия (М.Н. Мельников) и фольклор материнства и отрочества (Ф.С. Капица), при серьезном отношении к физическим, физиологическим и психологическим возможностям и потребностям детей в любом возрасте, «важность сохранения постепенного потока нервных импульсов на протяжении веков. Существование конденсированного материала, отобранного, сенсibiliзирoванного на протяжении веков и бережное управление»; Г.Н. Волков указывает, что правильный родной язык является питательной почвой для развитой личности; рассмотрим взгляд Э.Л. Инденбаума на раннее развитие ребенка, что социальные стандарты низки, а акцент часто делается на сложности когнитивных способностей, с которыми или без которых развитие младенца сильно задерживается. Песни матерей вовлекают детей в сюжетные картины, способствуют детско-родительскому общению, формируют интерес младших к внешнему окружению, и помогают личностному самосовершенствованию [41].

Применяя различные стили устного народного творчества для умственной подзарядки, фольклор объединяет художественное творчество, общение, знания и повседневные операции, способствуя формированию памяти, метафорического мышления, морально-эстетических областей, быстрой умственной реакции, отслеживанию, синтезу, припоминанию, сравнению и творчеству. Создаются инициативы [1].

Мы приходим к выводу, что он развивает потенциал самовыражения. Обучают рассуждению, убеждению и дедукции. Изучение местного языка дает ребенку возможность понять уровень знаний жителей страны, укрепить личные разговорные навыки и применять их в коротком и широком общении. Эстетическая природа всех рассматриваемых жанров всегда призвана вызвать интерес ребенка, помочь снять напряжение, поощрить и сразу же исключить ученика из общих средств учебного поведения. Простота, лаконичность и разнообразие произведений детского фольклора являются эффективными коррекционными средствами для психологического формирования [25].

Проявления незрелости и инертности психологического типа проявляются в ненужных поведенческих реакциях на общество. А именно: конфликты, тревожные впечатления, неспособность наладить Психическое равновесие, чувство дискомфорта и трудности с адаптацией к окружающей среде. Эти дети психологически и сенсорно сформированы не так как остальные и нуждаются в особом психическом подкреплении и обогащении [31].

Впечатления, которые люди испытывают по-разному, выражаются и внешне: движения тела, мимика, тональность, тон голоса, интенсивность тона, цветовые изменения тона. В данном исследовании мы измерили способность детей младшего школьного возраста с умственной отсталостью и задержкой психического развития идентифицировать внешние проявления своих психических состояний через мимику, то есть выразительные движения лицевых мышц [36].

Таким образом, детям не хватало критической способности оценивать свое сенсорное поведение, поддерживать психологические отношения с другими людьми и регулировать свои сенсорные состояния. У учителей возникают дополнительные проблемы, связанные с формированием пенистых коллективов и социализацией детей. Как следствие, уменьшается способность социума (семьи, школьного коллектива и т.д.) воспитывать подрастающее поколение. Неумение проявлять эмпатию к другим и игнорирование взаимосвязи между причинно-следственными факторами, которые объясняют природу действий таких детей: ситуативное, не имеющее логики. Результатом этого можно увидеть, что родители, учителя и воспитатели ежедневно сталкиваются с довольно серьезными трудностями из-за пробелов в знаниях. Педагоги обязаны сконцентрироваться на формировании психологической сферы своих подопечных, чтобы не только выполнить задачу образовательного процесса, но и контролировать динамику роста учеников. Изучение образовательных контекстов показывает, что влияние на сенсорные зоны детей, как правило, носит спонтанный и не систематический характер. Задача формирования впечатлений часто является формальной, но не указана в целях планируемой работы [1].

Глава 2 ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИЗУЧЕНИЕ ВОЗМОЖНОСТИ  
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ ТРЕВОЖНОСТИ И  
АГРЕССИВНОСТИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С ЗАДЕРЖКОЙ  
ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ РАЗНОГО ГЕНЕЗА

**2.1 Организация и методы исследования. Анализ полученных результатов.**

**Констатирующий эксперимент**

ЗПР у младших школьников является проблемой, требующей планомерного решения с помощью специалистов, которая все больше волнует учителей, родителей и психологов.

Учитывая ограниченный потенциал и низкую успеваемость детей с ЗПР, диагноз должен быть поставлен в короткие сроки, используемые методы должны быть минимальными, а работа требует сторонней поддержки.

Для экспериментального изучения детей с ЗПР мы использовали три методики: «Лесенка» В.Г. Щур, «Кактус» (М.А. Панфилова) и проективная методика для диагностики школьной тревожности (А.М. Прихожан).

Первой проводилась диагностика «Лесенка» В.Г. Щур.

Цель методики: исследование самооценки детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста.

Диагностика была проведена по одному, была зачитана инструкция: «Если всех детей посадить на этой лесенке, то на трех верхних ступеньках окажутся хорошие дети: умные, добрые, сильные, послушные – чем выше, тем успешнее (показывают: «хорошие», «очень хорошие», «самые хорошие»). А на трех самых нижних ступеньках сядут худшие дети – чем ниже, тем хуже («плохие», «очень плохие», «самые плохие»). На средней ступеньке дети средние. Покажи, куда ты бы посадил себя. Почему?»

После реплик ребенка, ему задавали вопросы: «Ты такой на самом деле или хотел бы быть таким? Пометь, какой ты на самом деле и каким хотел бы быть». «Покажи, на какую ступеньку тебя поставили бы родители, преподаватель».

На основании полученных результатов, была составлена таблица 1.

Таблица 1 – Результаты диагностики самооценки у младших школьников с ЗПР (методика «Лесенка»)

Респонденты	Завышенная	Адекватная	Заниженная
Ваня П.	+		
Ира К.		+	
Владимир Н.			+
Константин Р.			+
Влада И.			+

По результату диагностики по методике «Кактус» мы смогли выявить уровень агрессивности детей с диагнозом ЗПР. Из этих данных можно сделать вывод, что 60% испытуемых проявили признаки агрессивности. Об этом свидетельствует наличие длинных, плотных штырей. Результаты показали, что 60 % испытуемых имели низкую самооценку, а 20% детей завышали свою самооценку. Для этих детей были характерны частые споры со сверстниками из-за различий в восприятии. Им также было трудно принимать критику в свой адрес, что иногда приводило к конфликтам со взрослыми. Шестьдесят процентов опрошенных детей имели низкую самооценку, которую можно резюмировать следующим образом. Они были "тихими", "неуверенными" и "постоянно сомневались в себе". У этих детей очень мало друзей.

Графическая методика «Кактус» (М.А. Панфилова).

Цель: данного метода - понять сенсорныеэмоционально-личностной сферы детей младшего школьного возраста.

Процедура выполняется следующим образом. «На листе бумаги нарисуй кактус - таким, каким ты его себе представляешь».

При проведении индивидуальной диагностики испытуемому выдавался лист бумаги форматом А 4 и простой карандаш.

На основании результатов была составлена таблица 2.

Таблица 2 – Результаты диагностики агрессивности детей младшего школьного возраста с ЗПР

Респонденты	Высокий уровень	Средний уровень	Низкая уровень
Ваня П.	+		
Ира К.		+	
Владимир Н.	+		
Константин Р.	+		
Влада И.			+

60% детей имели высокий уровень агрессивности, а 20% - умеренный. Первый уровень агрессии проявлялся в форме физической и вербальной. Дети пытаются причинить боль себе, другим людям или другим предметам. Они также могут пытаться причинить вред своим сверстникам или взрослым. Данное исследование помогло нам понять, что респонденты нуждаются в работе по коррекции такого рода нарушения.

Проективная методика диагностики школьной тревожности (адаптация А. М. Прихожан)

Методика предназначена для диагностики школьной тревожности у учащихся 6-11 лет. Стимульный материал состоит из двух наборов (для мальчиков и для девочек (рис. 7.2) по 12 рисунков размером 18 x 13 см.

Была проведена по одному.

Зачитали план действий в ходе исследования. «Я прошу тебя пофантазировать и рассказать о том, что происходит на картинках. Приглядишься хорошо, изображения у меня чуть-чуть отличаются от обычных, у людей не нарисованы лица.

Так задумано, для того чтобы веселее было фантазировать. Я покажу тебе изображения, а ты будешь придумывать, какие эмоции у мальчика (девочки) на каждой картинке и по какой причине оно именно такое». Можно дать список эмоций при возникновении затруднений.

На основании результатов была составлена таблица 3.

Таблица 3 – Результаты диагностики школьной тревожности у младших школьников с ЗПР

Респонденты	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Ваня П.	+		
Ира К.		+	
Владимир Н.	+		
Константин Р.	+		
Влада И.			+

По результату проективной методики А.М. Прихожан мы смогли выявить уровень тревожности у младших школьников с диагнозом ЗПР. Из полученных данных можно сделать вывод о том, что у 60% испытуемых были выявлены признаки тревожности. Общий уровень тревожности вычисляется по «неблагополучным» ответам обследуемого, характеризующим настроение ребенка на картинке как грустное, печальное, сердитое, скучное. Тревожным можно считать ребенка, давшего семь и более подобных ответов из 10.

Для этого нужно разработать коррекционно-развивающую программу для снижения уровня тревожности и агрессивности у младших школьников с ОВЗ.

## **2.2 Коррекционно-развивающая программа для снижения уровня тревожности и агрессивности у младших школьников с ОВЗ.**

### **Формирующий эксперимент**

В последние годы возникла острая необходимость в оказании поддержки детям с нарушениями интеллекта. По официальным данным, среди младших школьников, многие относятся к категории риска школьной дезадаптации. Особое место среди этих детей занимают дети с ЗПР. В этой связи приобретает особую важность дифференцированный подход к определению условий обучения детей данной категории и их психологическое сопровождение на всех этапах обучения.



В рамках реализации диагностического этапа были использованы такие методики: «Кактус» (М.А. Панфилова) и проективная методика для диагностики школьной тревожности (А.М. Прихожан)

По результатам исследований сделан вывод, что дети с ЗПР проявляют большую тревожность и агрессивность по отношению к школе и учению, чем их нормально развивающиеся сверстники.

При построении коррекционно-развивающей работы учитываются принцип системности развития, единства диагностики и коррекции, коррекция «сверху вниз» (создание зоны ближайшего развития), учёт возрастных особенностей ребенка [32].

Данная программа направлена на снятие эмоционального дискомфорта у младших школьников, создание ситуации успеха, а также на коррекцию агрессии у учащихся с задержкой психического развития. Таким образом, система представленных на занятиях задач и упражнений позволит решить проблемы тревожностью и агрессией у младших школьников с ЗПР.

Цель: создание условий для минимизации проявления школьной тревожности и агрессивности у младших школьников с ЗПР.

Задачи:

1. Формировать навыки самоконтроля у младших школьников с ЗПР.
2. Создавать условия для эмоционального благополучия младшего школьника с ЗПР.
3. Формировать адекватную самооценку у младших школьников с ЗПР.

Организация занятий.

Число занятий: 9 занятий

Форма работы групповая и индивидуальные консультации.

Индивидуальные будут иметь место при семейных проблемах.

Таблица 4 – Содержание занятий педагога-психолога с детьми младшего школьного возраста с ЗПР

№ занятия	Цель занятия	Содержание занятия
Занятие 1	Создание благоприятного настроения, раскрепощение детей.	Приветствие «Комплименты»

		«Водопад» Корабль и ветер «Мне понравилось, как ты сегодня...» Рефлексия Прощание
Занятие 2	Создание условий для анализа своих страхов, прояснить свои чувства и проговорить это, а также снять напряжение, вызванное переживанием трудной ситуации.	Приветствие “Танцующие руки” Индивидуальный диагностический рисунок «Почему дети боятся ходить в школу...» Рефлексия Прощание
Занятие 3	Создание условий для расслабления мышц рук и спины, дать возможность ребенку почувствовать себя успешным.	Приветствие «Скалолаз» “Насос и мяч” Рефлексия Прощание
Занятие 4	Развитие доверия друг к другу, тесный тактильный контакт.	Приветствие “Корабль и ветер” “Шалтай-Болтай” Рефлексия Прощание
Занятие 5	Создание условий для развития положительных эмоциональных реакций.	Приветствие “Дудочка” «Слепой танец» Рефлексия Прощание
Занятие 6	Создание условий для возможности детям почувствовать себя сильными и смелыми, способствовать повышению самооценки..	Приветствие “Зайки и слоники” «Мне понравилось, как ты сегодня...» “Сосулька” Рефлексия Прощание
Занятие 7	Формирование связной речи, снятие страхов, развитие внимания, эмоциональной сферы.	Приветствие Игра «Сказочка-указочка» Игра «Всё за мною повторяй, только не показывай щеки (нос, живот, зубы...)). Рефлексия Прощание
Занятие 8	Развитие мелкой моторики рук, выработка у ребенка позитивного взгляда на окружающий мир.	Приветствие Массаж кистей рук «Мышка». Упражнение «Рукавицы». Мышечное расслабление. Рефлексия Прощание

Окончание таблицы 4

Занятие 9	Анализ имеющейся проблемы и поиск путей выхода из проблемной ситуации.	Приветствие Корабль и ветер” Беседа с детьми Рефлексия
-----------	--	---

В процессе занятий должна корректироваться имеющаяся у детей проблема с агрессивностью и школьной тревожностью.

Чтобы решить проблему школьной тревожности и агрессивности у младших школьников с ЗПР, требуется создать условия коррекции, способствующие коррекции самооценки и личностному росту младших школьников. Эти действия требуют точного подхода ко всем аспектам школьной жизни.

Во время обучения таких детей, нужно отдавать себе отчет о том, что Ваша роль в этом процессе неимоверно велика.

Предлагаемая коррекционно-развивающая программа учитывает все вышеприведенные требования, как для педагогических работников, так и для педагогов-психологов, работающих с детьми младшего школьного с ЗПР. Программа состоит из 9 занятий, направленных на снижение агрессивности и школьной тревожности у младших школьников с ЗПР.

### **2.3 Анализ результатов повторного исследования**

Для оценки эффективности программы и представленных в ней занятий нами была проведена повторная диагностика по методике «Лесенка» В.Г. Щур.

Условия и критерии диагностики, соответствовали первичным. Были сформированы доверительные отношения с респондентами, что облегчило процедуру обследования.

Все были уверены в хороших результатах.

Результаты представлены в таблице 5.

Таблица 5 – Повторная диагностика уровня самооценки младших школьников с ЗПР

Респонденты	Завышенная	Адекватная	Заниженная
Ваня П.	+		
Ира К.		+	
Владимир Н.		+	
Константин Р.		+	
Влада И.			+

Результаты сопоставительного исследования представлены в диаграмме (рис.1).

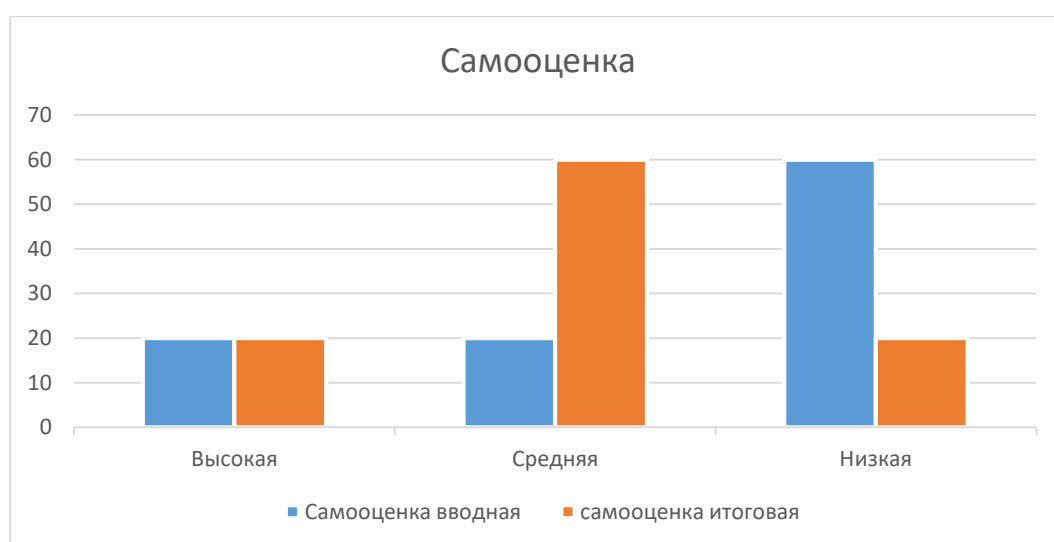


Рисунок 1 – Сопоставительный анализ первичной и повторной диагностик по методике «Лесенка» В.Г. Щур

Данные в таблице 5 и рис.1 показывают, что произошли положительные изменения в уровне самооценки респондентов. Стал преобладать адекватный уровень самооценки по сравнению с вводной диагностикой.

Второй повторно была проведена графическая методика «Кактус» (М.А. Панфилова) для выявления уровня агрессии на данный момент с целью увидеть результат проделанной работы.

Результаты представлены в таблице 6.

Таблица 6 – Повторная диагностика уровня агрессии по методике «Кактус» (М.А. Панфилова)

Респонденты	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Ваня П.			+
Ира К.		+	
Владимир Н.			+
Константин Р.	+		
Влада И.			+

На рисунке 2 представлен сопоставительный анализ первичной и повторной диагностик по методике «Кактус» (М.А. Панфилова).

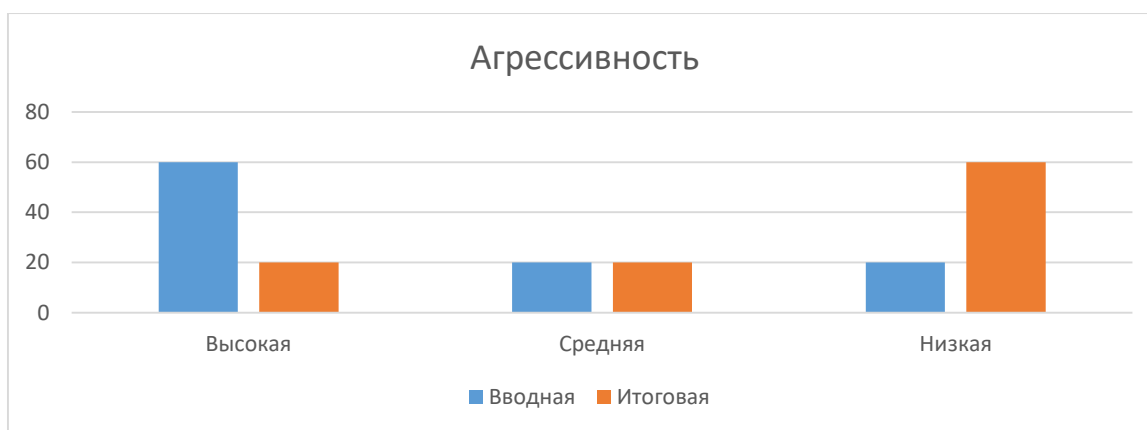


Рисунок 2 – Сопоставительный анализ первичной и повторной диагностик по методике «Кактус» (М.А. Панфилова)

На основании таблицы 6 и рис.2. Можно говорить о изменениях в уровне агрессивности, которая ранее была на высоком уровне у большинства респондентов. После проведённой работы у 60% отмечен низкий уровень проявления агрессивности.

Третьей методикой вновь была проведена проективная методика диагностики школьной тревожности (адаптация А. М. Прихожан).

Школьная тревожность должна была снизиться после занятий по программе.

Результаты представлены в таблице 7.

Таблица 7 – Результаты повторной диагностики школьной тревожности по методике А.М. Прихожан

Респонденты	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Ваня П.			+
Ира К.		+	
Владимир Н.			+
Константин Р.	+		
Влада И.			+

На рисунке 3 представлено сравнение первичной и повторной диагностик по методике А.М. Прихожан.

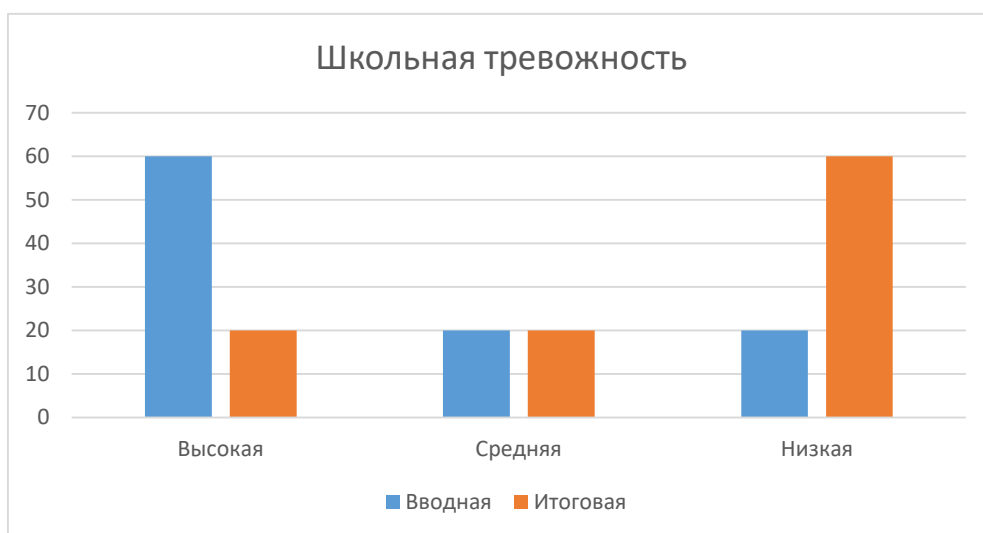


Рисунок 3 – Сопоставительный анализ первичной и повторной диагностики по методике А.М. Прихожан

Посмотрев на диаграмму, можно сказать о изменениях в уровне школьной тревожности до и после проведения коррекционно-развивающей программы.

Таким образом, мы можем сделать вывод, что снижение показателей агрессивности и школьной тревожности у младших школьников с ЗПР произошло вследствие своевременного выявления и коррекции. Повторная диагностика показала эффективность мер, которая подтверждена

положительными количественными изменениями повторной диагностики. Все это показывает эффективность разработанной и внедренной нами программы коррекции и развития.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Итак, проблема задержки психического развития в детском возрасте, является чрезвычайно актуальной, как с точки зрения науки, так и с позиции психологии. Необходимо изучить особенности детей с задержкой психического развития, разработать коррекционно-развивающую программу для уменьшения уровня агрессии и школьной тревожности у младших школьников с ЗПР. Эти задачи мы и попытались решить в настоящей работе.

В отечественной дефектологии понятие «задержка психического развития» является психолого-педагогическим и характеризует, прежде всего, отставание в развитии психической деятельности ребёнка. Проблема задержки психического развития и трудностей обучения этих детей выступает как одна из наиболее актуальных психолого-педагогических проблем.

В экспериментальном исследовании приняли участие 5 младших школьников. Для изучения психологических особенностей детей с диагнозом ЗПР, были выбраны 3 методики. Первой была проведена «Лесенка», которая направлена на определение уровня самооценки. 80 % выборки имеют неадекватную самооценку. У 20 % детей самооценка завышенная. У 60% обследованных самооценка носит заниженный характер. По результату диагностики по методике «Кактус» мы смогли выявить уровень агрессивности детей с диагнозом ЗПР. Из полученных данных можно сделать вывод о том, что у 80% испытуемых были выявлены признаки агрессивности. Об этом говорило наличие иголок, длинных, близко расположенных друг к другу. У 60% ребят в работах прослеживается высокий уровень агрессивности, а у 20% средний. Третьей была проективная методика диагностики школьной тревожности (адаптация А. М. Прихожан), которая показала, что у 60% респондентов была выявлена школьная тревожность на высоком уровне.

Исходя из результатов диагностики, разработали коррекционно-развивающую программу для уменьшения агрессивности и школьной тревожности у младших школьников с задержкой психического развития.



Данные в таблице 5 и рис.1 показывают, что произошли положительные изменения в уровне самооценки респондентов. Стал преобладать адекватный уровень самооценки по сравнению с вводной диагностикой.

На основании таблицы 6 и рис2. Можно говорить о изменениях в уровне агрессивности, которая ранее была на высоком уровне у большинства респондентов. После проведённой работы у 60% отмечен низкий уровень проявления агрессивности.

Посмотрев на диаграмму, можно сказать о изменениях в уровне школьной тревожности до и после проведения коррекционно-развивающей программы.

Таким образом, мы можем сделать вывод, что снижение показателей агрессивности и школьной тревожности у младших школьников с ЗПР произошло в следствии своевременного выявления и коррекции. Вторичная диагностика показала эффективность мер, которая подтверждена положительными количественными изменениями вторичной диагностик. Все это показывает эффективность разработанной и внедренной нами программы коррекции и развития.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Артемьева, Т. П. Изучение и развитие эмоциональной сферы младших школьников с умственной отсталостью и задержкой психического развития / Т. П. Артемьева // Специальное образование. – 2016. – № 1 (41). – С. 5-15.
2. Базарбаева, Г. В. Развитие психических процессов у детей с задержкой психического развития [Электронный ресурс] / Г. В. Базарбаева // Студенческий научный форум-2016 : VIII Междунар. студ. электрон. науч. конф. – 2016. – № 5. – Режим доступа: <https://www.top-technologies.ru>.
3. Бахарев, А. В. Развитие инклюзивных практик в истории современного российского образования : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01 / Бахарев Алексей Викторович. – Москва, 2018. – 26 с.
4. Бобрик, Ю. В. Медицинские и педагогические аспекты школьной тревожности у детей с задержкой психического развития / Ю. В. Бобрик, Д. Э. Науменко // Таврический журнал психиатрии. – 2015. – Т. 19, № 2 (71). – С. 31-34.
5. Бойкова, О. В. Психолого-педагогическое сопровождение обучающихся с задержкой психического развития / О. В. Бойкова, О. В. Гвоздева, З. А. Мухина // Проблемы современного педагогического образования : сб. науч. тр. – Ялта, 2019. – № 62. – Ч. 2. – С. 40-42.
6. Бокова, О. А. Психолого-педагогическое сопровождение обучающихся в образовательной среде : современные теоретические предпосылки исследования / О. А. Бокова, С. И. Тарахов // Мир науки, культуры, образования. – 2019. – № 5 (78). – С. 243-247.
7. Бреннер, Д. А. Актуальные вопросы развития инклюзивного образования / Д. А. Бреннер, Т. В. Сафонова // Практическая дефектология. – 2017. – № 2 (10). – С. 3-7.
8. Буйлова, Л. Н. Что изменит новый "Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным

общеобразовательным программам"? / Л. Н. Буйлова // Воспитание школьников. – 2019. – № 4. – С. 20-32.

9. Галкова, К. М. Специфика агрессивности и тревожности у детей младшего школьного возраста в семьях с разными детско-родительскими отношениями / К. М. Галкова // Вестник психофизиологии. – 2015. – № 3. – С. 64-69.

10. Голощапов, А. В. Зарубежные методы профилактики и коррекции задержек психического развития у детей. Метод ритмической стимуляции Х. Бломберга и нейрофизиологической интеграции неонатальных рефлексов С. Г. Блайт / А. В. Голощапов // Психологическое сопровождение образования : теория и практика : сб. статей по материалам VI Международной науч.- практ. конф., Йошкар-Ола, 24-26 декабря 2015 г. – Йошкар-Ола : АНО ВПО "Межрегиональный открытый социальный институт", 2016. – С. 103-108.

11. Дмитриева, Е. Е. Психологические особенности социализации детей дошкольного и младшего школьного возраста с ограниченными возможностями здоровья : монография / Е. Е. Дмитриева, О. Н. Двуреченская. – Москва : Флинта, 2017. – 136 с.

12. Дмитриева, Н. Ю. Детская психосоматика. Почему болеют наши дети? / Н. Ю. Дмитриева. – Москва : Феникс, 2016. – 152 с.

13. Дубровина, И. В. Психологическая культура и задачи воспитания в современной школе / И. В. Дубровина // Вестник практической психологии образования. – 2018. – № 1–2 (54–55). – С. 6-11.

14. Дюкшина, С. В. Взаимосвязь агрессивности и типа поведения в конфликте у младших школьников с задержкой психического развития / С. В. Дюкшина, Е. В. Хвостова // Изучение и образование детей с различными формами дизонтогенеза : материалы межрегионал. науч.-практ. конф. студентов, аспирантов, магистрантов и слушателей (Екатеринбург, 21 апреля 2011 г.). – Екатеринбург, 2011. – С. 240-243.

15. Егорова, П. А. Психологическое сопровождение обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью в условиях

модернизации отечественного образования / П. А. Егорова, И. В. Ивенских, С. В. Сорокоумова // Практическая дефектология. – 2017. – № 5 (66). – С. 258-260.

16. Князева, Е. А. Особенности эмоционального развития младших школьников с задержкой психического развития / Е. А. Князева, Л. Е. Шипова. – Москва : Евразийское научное объединение, 2019. – С. 403-405.

17. Коновко, Н. А. Психолого-педагогическое взаимодействие в коррекционно-развивающей работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья / Н. А. Коновко, Т. В. Шалупина // Психолого-педагогическая поддержка детей с ограниченными возможностями здоровья : сб. науч. ст. : [в 2 ч.] / Департамент образования г. Москвы, Гос. автоном. образоват. учреждение высш. образования г. Москвы " Моск. гор. пед. ун-т" (ГАОУ ВО МГПУ), Ин-т психологии, социологии и соц. отношений ; [сост. С.М. Валявко ; под науч. ред. Б.М. Когана, С.М. Валявко]. – Москва, 2016. – Ч. 2. – С. 134-138.

18. Коротовских, Т. В. Основные направления коррекции тревожности младших школьников с задержкой психического развития / Т. В. Коротовских // Обучение и воспитание : методики и практика. – 2015. – № 18. – С. 75-80.

19. Крылов, В. И. Психопатологические синдромы детского и подросткового возраста : учеб. пособие для студентов, клин. ординаторов и врачей / В. И. Крылов, В. Р. Пиотровская, Л. М. Хоффрен; под ред. Н. Г. Незнанова. – Санкт-Петербург : РИЦ ПСПбГМУ, 2017. – 20 с.

20. Коробейников, И. А. От вариантов развития детей с ЗПР к образовательным маршрутам / И. А. Коробейников, Н. В. Бабкина // Воспитание и обучение детей с нарушениями развития. – 2016. – № 1. – С. 20-26.

21. Кудинова, М. В. Социально-культурная деятельность как средство инклюзий людей с ограниченными возможностями здоровья / М. В. Кудинова // Культура и искусство как важнейшая часть единого образовательного пространства столичного мегаполиса : материалы 4 науч. – практ. конф. Ин-та культуры и искусств Моск. гор. пед. ун-та (г. Москва, 11-25 апр. 2019 г.) / под

общ. ред. С.М. Низамутдиновой ; [ГАОУ ВО МГПУ ; [среди рец. В.В. Афанасьев]. – Москва, 2019. – С. 107-111.

22. Куренкова, С. А. Современные технологии в оптимизации модели образовательного пространства в условиях инклюзии / С. А. Куренкова // Логопед. – 2018. – № 6. – С. 112-115.

23. Ларионова, С. О. Нравственное поведение детей младшего школьного возраста с нарушениями развития : учебно-методическое пособие / С. О. Ларионова; Урал. гос. пед. ун-т. – 2-е изд., испр., доп. и перераб. – Екатеринбург : Ажур, 2016. – 108 с.

24. Ларионова, С. О. Психологическое сопровождение вторичной профилактики девиантности у детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития : методические рекомендации / С. О. Ларионова. – Екатеринбург : Ажур, 2016. – 232 с.

25. Лебедева, О. В. Проблема формирования психологического здоровья детей с задержкой психического развития / О. В. Лебедева, С. Н. Сорокоумова // Дефектология. – 2016. – № 1. – С. 21-26.

26. Маркова, О. В. Взаимосвязь тревожности и учебной мотивации в младшем школьном возрасте / О. В. Маркова // Современный взгляд на проблемы педагогики и психологии : Междунар. науч.-практ. конф. г. Уфа, 10 сентября 2018 г. : сб. науч. тр. – Уфа : Инновационный центр развития образования и науки, 2018. – С. 114-117.

27. Мелешникова, А. С. К вопросу об изучении влияния тревожности на проявление склонности к риску у подростков / А. С. Мелешникова, М. Г. Гераськина // Педагогика и психология как ресурс развития современного общества: проблемы сетевого взаимодействия в инклюзивном образовании: материалы VII Междунар. науч.-практ. конф. посвященной 100-летию РГУ имени С. А. Есенина. г. Рязань, 08-10 октября 2017г. : сб. ст. – Рязань : Рязанский гос. ун-т имени С.А. Есенина, 2017. – С. 145-148.

28. Мищенко, З. И. Психолого-педагогическое сопровождение детей с задержкой психического развития в массовых классах школы / З. И. Мищенко,

Л. И. Мищенко // Научный результат. Педагогика и психология образования. – 2017. – Т. 3, № 2 (12). – С. 46-53.

29. Петрова, Н. В. Модель психолого-педагогического сопровождения детей младшего школьного возраста с проблемами в интеллектуальном развитии / Н. В. Петрова, А. Н. Аутлева, Ю. Ю. Шавернева // Историческая и социально-образовательная мысль. – 2016. – Т. 8, № 5. – С. 134-139.

30. Семенова, Л. Э. Психологическое благополучие субъектов инклюзивного образования : учебно-методическое пособие / Л. Э. Семенова. – Электрон. текстовые данные. – Саратов : Вузовское образование, 2019. – 84 с.

31. Скок, Н. И. Психокоррекционные упражнения для детей с задержкой психического развития / Н. И. Скок, Л. В. Федорова // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. – 2016. – № 3. – С. 64-72.

32. Стебляк, Е. А. Методические подходы к коррекции восприятия и понимания социального мира детьми с интеллектуальной недостаточностью / Е. А. Стебляк // Дефектология. – 2016. – № 1. – С. 27-34.

33. Тихонова, И. В. Проблемы психолого-педагогического сопровождения инклюзивного образования школьников / И. В. Тихонова, Н. С. Шипова, Е. А. Иванова // Ярославский педагогический вестник. – 2018. – № 6. – С. 267-277.

34. Узких, Н. Ю. Диагностика эмоциональной сферы у детей дошкольного возраста с задержкой психического развития : обзор диагностического инструментария // Изучение и образование детей с различными формами дизонтогенеза : материалы Всерос. науч.-практ. конф. студентов, магистрантов, аспирантов и слушателей. – Екатеринбург, 2015. – С. 176-179.

35. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья / М-во образования и науки Рос. Федерации. – Москва : Просвещение, 2017. – 404 с.

36. Холоднова, Л. Ф. Социологическое исследование проблем совместного обучения детей с нарушенным и нормальным развитием в условиях реализации образовательного стандарта / Л. Ф. Холоднова // "Проблемы реализации ФГОС для детей с ограниченными возможностями здоровья" : сб. ст. по материалам круглого стола (17 фев. 2016 г.) / Департамент образования г. Москвы, Гос. автоном. образоват. учреждение высш. образования г. Москвы "Моск. гор. пед. ун-т" (ГАОУ ВО МГПУ), Ин-т спец. образования и комплекс. реабилитации, Лаб. инклюзив. образования ; [сост. И. Ю. Левченко, А. С. Павлова, М. В. Шешукова]. – Москва, 2016. – С. 68-74.

37. Чаткина, С. Н. Оптимизация уровня тревожности младших школьников / С. Н. Чаткина, М. В. Архипова // Евсевьевские чтения. Сер. Наука и образование: актуальные психологические проблемы и опыт решения: Междунар. науч.-практ. конф. с элементами научной школы для молодых ученых "51-е Евсевьевские чтения", посвященной 70-летию Победы в Великой Отечественной войне г. Саранск, 14-15 мая 2017 г. : сб. тр. – Саранск : Мордовский гос. ин-т имени М.Е. Евсевьева, 2017. – С. 200-203.

38. Шигина, Е. П. Коррекция самооценки и уровня притязаний младших школьников с задержкой психического развития в процессе их психолого-педагогического сопровождения // Молодой ученый. – 2017. – № 2 (136). – С. 713-715.

39. Шмакова, С. В. Актуальные вопросы инклюзивного образования / С. В. Шмакова // Педагогическая мастерская. Все для учителя! – 2019. – № 4. – С. 7-10.

40. Яковлева, И. М. Международная конференция по инклюзивному образованию - выбор стратегии развития / И. М. Яковлева // Дефектология. – 2018. – № 3. – С. 66-70.

## ПРИЛОЖЕНИЕ А

### **Коррекционно-развивающая программа для снижения уровня тревожности и агрессивности у младших школьников с ОВЗ**

Проблема сопровождения детей с задержкой психического развития (ЗПР) приобрела в последние годы особую актуальность. По данным Министерства образования РФ, среди детей, поступающих в первый класс, 60% относятся к категории риска школьной дезадаптации. Особое место среди этих детей занимают дети с ЗПР. В этой связи приобретает особую важность дифференцированный подход к определению условий обучения детей данной категории и их психологическое сопровождение на всех этапах обучения.

В рамках реализации диагностического этапа были использованы такие методики: «Кактус» (М.А. Панфилова) и проективная методика для диагностики школьной тревожности (А.М. Прихожан)

По результатам исследований сделан вывод, что дети с ЗПР проявляют большую тревожность и агрессивность по отношению к школе и учению, чем их нормально развивающиеся сверстники.

При построении коррекционно-развивающей работы учитываются принцип системности развития, единства диагностики и коррекции, коррекция «сверху вниз» (создание зоны ближайшего развития), учёт возрастных особенностей ребенка.

Данная программа направлена на снятие эмоционального дискомфорта у младших школьников, создание ситуации успеха, а также на коррекцию агрессии у учащихся с задержкой психического развития. Таким образом, система представленных на занятиях задач и упражнений позволит решить проблемы тревожностью и агрессией у младших школьников с ЗПР.

Цель: создание условий для минимизации проявления школьной тревожности и агрессивности у младших школьников с ЗПР;

Задачи:

4. Формировать навыки самоконтроля у младших школьников с ЗПР.



5. Создавать условия для эмоционального благополучия младшего школьника с ЗПР.
6. Формировать адекватную самооценку у младших школьников с ЗПР.

### **Организация занятий.**

12 занятий (4-5 недель)

**Форма работы** групповая и индивидуальные консультации.

### **Методы:**

Медитативные упражнения, терапевтические сказки (метафорические ассоциативные карты), арт-терапия

Материал каждого занятия рассчитан на 35-40 минут.

1. Психогимнастика (1-2 минуты). Выполнение упражнений для улучшения мозговой деятельности является важной частью занятия. Эксперименты психологов совершенно убеждают, в том, что под влиянием физических упражнений улучшаются показатели различных психических процессов, лежащих в основе творческой деятельности: увеличивается объём памяти, повышается устойчивость внимания, ускоряется решение элементарных интеллектуальных задач, убыстряются психомоторные процессы.

2. Разминка (3-5 минут). Основной задачей данного этапа является создание у ребят определённого положительного эмоционального фона, включение в работу. Уровень сложности низкий, задания способные вызвать интерес и рассчитанные на сообрази

тельность, быстроту реакции, окрашенные немалой долей юмора. Но они же и подготавливают ребёнка к активной учебно-познавательной деятельности.

3. Кинезиологические, телесно-ориентированные занятия. 4. Тренировка психических механизмов, лежащих в основе познавательных способностей: памяти, внимания, воображения, мышления (10-15 минут). Задания, используемые на этом этапе занятия не только способствуют развитию этих столь необходимых качеств, но и позволяют, неся соответствующую дидактическую нагрузку, углублять знания ребят, разнообразить методы и приёмы познавательной деятельности, выполнять творческие упражнения. Все

задания подобраны так, что степень их трудности увеличивается от занятия к занятию.

5. Весёлая переменка (3-5 минут). Динамическая пауза, проводимая на занятиях, не только развивает двигательную сферу ребёнка, но и способствует развитию умения выполнять несколько различных заданий одновременно.

6. Логически-поисковые задания. На данном этапе предлагаются задания, обучающие детей: наблюдать, сравнивать, обобщать, находить закономерности, строить простейшие предположения, проверять их, делать выводы, «добывать» новую информацию, решать кроссворды, пользоваться выразительными средствами русского языка.

7. Корректирующая гимнастика для глаз (1-2 минуты). Выполнение корректирующей гимнастики для глаз способствует как повышению остроты зрения, так и снятию зрительного утомления и достижению состояния зрительного комфорта

8. Графический диктант. Штриховка (10 минут). В процессе работы с графическими диктантами формируются внимание, глазомер, зрительная память ребенка, аккуратность, фантазия; развивается внутренняя и внешняя речь, логическое мышление, активизируются творческие способности.

### **Ожидаемые результаты:**

- скорректированы возможные агрессивные и негативистические проявления;
- развиты механизмы, обеспечивающие адаптацию ребенка к новым социальным условиям (в том числе снятие тревожности, робости и т.п.);
- ребенок владеет самопознанием и сформирована адекватная самооценка;

### **Содержание программы**

**Цель занятий:** Создание условий для снижения уровня школьной, тревожности и агрессивности младших школьников с ЗПР.

### **Задачи:**

1. Формировать навыки самоконтроля у младших школьников с ЗПР.

2. Создавать условия для эмоционального благополучия младшего школьника с ЗПР.
3. Формировать адекватную самооценку у младших школьников с ЗПР.

### **Занятие 1: "Давайте познакомимся: подготовка к путешествию".**

Материалы: сюрпризы, плакаты с изображениями кораблей, наши законы, карты путешествий, распечатанные изображения водопадов, бумага для написания судового журнала (например, календарь)

Психолог. Скажите, любите ли вы путешествовать: ..... Сейчас я приглашаю вас в увлекательное путешествие. Как насчет лодки? ..... Это нелегкое путешествие. Используйте свое воображение и фантазию, и ваша личность будет вести вас вперед. Вы понимаете, о чем мы говорим?

#### **Комплименты.**

Цель: Создание позитивной атмосферы.

"В этот момент я буду задумчиво смотреть друг на друга. Теперь давайте по очереди похвалим первого члена нашей команды. И как много похвалы может дать каждый из нас. .... (Сколько нас таких?) ... Пожалуйста, встаньте в круг, и мы начнем.

- Теперь еще одна основная вещь. Я думаю, что нам обязательно нужно решить, как мы будем путешествовать. Я храбрый главный моряк, и мы уважаем друг друга.

Когда люди разговаривают и говорят о важных вещах, я стараюсь слушать и не перебивать.

Когда дела идут не очень хорошо, мы помогаем и поддерживаем друг друга.

Мы не спорим. Это портит мне поездку.

Мы делаем это в команде и не боимся высказывать свое мнение.

Итак, вот правила, остальное зависит от вашего воображения.

#### **"Водопад".**

Цель: развитие воображения.

"Сядьте, закройте глаза, вдохните, выдохните и сделайте несколько глубоких вдохов. Представьте, что вы стоите возле водопада. Но это не обычный водопад. Воды нет, но есть мягкий мир, падающий на него. Представьте, что вы стоите рядом с этим водопадом и почувствуйте, как прекрасный мир струится над вами. .... Почувствуйте, как расслабляется лоб, затем рот, затем мышцы шеи. .... Позвольте миру течь по вашим плечам и затылку, мягко и спокойно. По мере того, как мир будет стекать по вашей спине, вы почувствуете, как напряжение в спине исчезает, и вы становитесь мягким и расслабленным.

Затем огонь входит в вашу душу и живот. Вы почувствуете расслабление друг друга и сможете делать глубокие вдохи и выдохи без усилий. Это поможет вам оставаться очень расслабленным.

### **"Лодка и ветер".**

Цель: создание условий для позитивной атмосферы.

"Представьте себе описанную выше ситуацию. Парусник плывет по волнам и внезапно останавливается. Чтобы помочь ему, вы взываете к ветру. Вдохните и поднесите к нему лицо. .... Затем подуйте в рот, на этот раз бормоча что-то, и дайте ветру унести лодку. Попробуйте еще раз. Я хочу почувствовать шум ветра! Я думаю. Это занятие можно повторить три раза.

Психолог: У меня все хорошо. Теперь я готов к следующей поездке. Но прежде чем мы попрощаемся, у меня есть для вас очень хорошая игра.

### **"Сейчас .... это отличный способ сделать это".**

Цель: Создание положительной обратной связи, которая повышает самооценку и укрепляет их веру в себя.

"Теперь, каждый в круге, после того, как вы подумали об этом в течение минуты, скажите человеку справа от вас, что вам нравится, как он сейчас себя ведет. Давайте я вам покажу (психолог указывает на детей сзади).

## **Занятие 2 "Страна образов"**

Материалы: плакаты с изображениями кораблей, законы нашей страны, туристические карты, 4 плаката, краски, 10 кисточек, тетради, бумага А4, мелки

Психолог: Здравствуйте, смелые лидеры. Я рад, что вы все на борту нашего корабля. Мы собираемся отправиться в наше первое путешествие и составили карту, куда мы направляемся: Правильно. Я бы хотел придать парусам немного ветра. Вы помните, как это делается?

### **"Танцующие руки".**

Цель: Создание условий для гармонизации состояния.

Положите "ватный диск" на пол. Держите его в обеих руках. Выберите любимый цвет для каждой руки. Сядьте перед хлопком. Закройте глаза и с помощью рук нарисуйте рисунок на бумаге, пока играет музыка. Двигайте руками в такт музыке. Затем посмотрите, что у вас получилось" (2-3 минуты). Игра ведется в такт музыке. Когда рисунок будет закончен, спросите детей: "Как у вас получилось?"

Психолог: Вы сделали прекрасную картину. Мы отдадим его жителям Лисовандии. Потому что они находятся в сложной ситуации. Они находятся в трудной ситуации и нуждаются в поддержке. Вы так не думаете? .....

На рисунке представлен диагностический лист "Почему дети боятся ходить в школу ....

Цель: создание условий для анализа страхов.

Люди в этой стране боятся ходить в школу. У каждого свои причины. Мы должны подумать о том, почему дети боятся ходить в школу. Затем на листе бумаги нарисуйте изображение вашего окружения. Дети потратят 5-7 минут на рисование картинки мелками.

Затем опишите картину и обстановку и спросите детей, что они чувствуют, что их пугает и что они хотят сделать.

Часть 2: Теперь предложите им связаться со своим партнером. Поставьте плетеный венок на пол или стол и раскрасьте ладони двух детей краской. Оставьте четкий след на каждом из них.

Скажите: "Увидимся в следующий раз (церемония прощания)".

## **Занятие 3: Урок физкультуры**

Материалы: плакат с изображением корабля, наши законы, карта маршрута, мяч.

Психолог: Здравствуйте, это моя отважная команда. Я рад, что вы все на нашем корабле. Сегодня мы отправимся в наше второе путешествие. Вот карта. Куда мы сегодня едем? ..... Правильно. Нашим парусам нужен воздух. Вы помните его имя?

### **"Лодка и ветер".**

Цель: Создание условий для позитивного настроения детей.

"Сделайте глубокий вдох и растяните силу своего лица": ..... Теперь сделайте глубокий вдох ртом и позвольте ветру унести вашу лодку. Попробуйте еще раз. Я хочу слышать шум ветра! Я думаю. Вы можете повторить это упражнение три раза.

Психолог: Сейчас вы подошли к берегу лодки. Как вы думаете, что больше всего нравится жителям этой земли? ..... Психолог: да. Они двигают телом и играют во всевозможные веселые игры. Они поддерживают здоровье, силу и хорошее самочувствие жителей этой земли. Давайте поиграем в игру под названием.

### **"Гантель".**

#### **Вариант 1.**

Цель: создание условий для расслабления мышц спины.

"Теперь мы с тобой станем тяжелоатлетами. Представьте себе тяжелую гантель на полу. Вдохните и с помощью вытянутых рук поднимите гантель с пола. Это тяжелый груз. На выдохе опустите гантель на пол и сделайте вдох. Попробуйте еще раз.

ПСИХОЛОГ: Отныне мы будем ходить в горы как настоящие спортсмены. Мы будем скалолазами. Вы можете угадать, кто это? ..... МОРРИСОН: Да, мы можем это сделать. Это очень опасно, и скалолазание требует большого мужества. Но все мы знаем, что смелый человек - это не тот, кто ничего не боится (таких людей в мире нет), а тот, кто знает, как преодолеть страх. Давайте попробуем, а?

### **"Альпинисты".**

Цель: Создание условий для доверительных и близких отношений друг с другом.

Дети становятся плечом к плечу (изображая скалу) и ставят ноги на линию (которая является краем скалы). Это нормально, когда стойка скалы (вытянутые руки) влияет на движение. Один ребенок будет альпинистом. Они должны пройти от одного конца скалы до другого, преодолевая любые препятствия. Дети в очереди не помогали ему и не болели за него, но он мог их обнять. Когда этот ребенок встает на скалу, он становится карнизом, а следующий ребенок становится альпинистом. Весь должен быть альпинистом.

Позже в ходе упражнения попросите детей рассказать о том, что они чувствуют.

Психолог: они отличные альпинисты и умеют преодолевать трудности. После трудного подъема облегчите им подъем. Поиграйте в игру под названием "Насос и мяч".

### **Насос и мяч.**

Цель: Создание условий для расслабления как можно большего числа мышц тела.

"Один человек держит большой мяч, а другой накачивает и надувает его. Мяч располагается так, чтобы все тело было прямым, ноги полусогнуты, а руки и шея расслаблены. Тело слегка наклонено вперед, голова направлена вниз (мяч не надувается). Каждый раз, когда вы добавляете воздух, шар расширяется все больше и больше: первое "с" растягивает ваши ноги и колени для воздуха, второе "с" растягивает ваше туловище, третье "шар" поднимает вашу голову, а четвертое "шлепок" раздувает ваше лицо и сводит ваши руки к бокам. Шарик надувается. Насос останавливается. Товарищ отсоединяет шланг насоса от шара.  
....

Церемония прощания.

## **Занятие 4: Освещение**

Материалы: плакат с изображениями кораблей, наши законы, карта путешествия, корона, трон, список слов (количество предложений зависит от количества детей в группе. Количество предложений зависит от количества детей в группе), рассказ об именах мальчиков в группе, раздаточный материал для домашнего задания.

Психолог: Здравствуйте, отважная группа. Рад видеть вас на нашей яхте. Сегодня мы совершим наше третье путешествие. Вот карта, показывающая, куда мы сегодня отправимся. .... Правильно. Нам нужно, чтобы воздух попадал в паруса. Вы помните его имя?

### **"Корабль и ветер".**

Цель: Создание условий для благоприятного настроения детей.

"Сделайте глубокий вдох и сильно вытяните лицо": .... Теперь сделайте глубокий вдох ртом и позвольте ветру унести лодку. Попробуйте еще раз. Я хочу слышать шум ветра! Я думаю. Вы можете повторить это упражнение три раза.

### **"Шалтай-Болтай".**

Цель: Создание условий для расслабления мышц рук, спины и груди.

"Давай поиграем в игру". Его зовут Шалтай-Болтай. Это Шалтай-Болтай.

Шалтай-Болтай.

Он садится у стены.

Шалтай-Болтай.

(Он уснул. С. Маршак).

ПСИХОЛОГ: И вы оба прекрасные художники. Вы отлично справились со своим мини-спектаклем. Я уверен, что обитатели Литературного театра получили огромное удовольствие. Знаете ли вы, в какие игры они любят играть? Я скажу тебе! Писатели знают множество захватывающих историй только по их именам. Каждый день они выбирают нового короля и рассказывают ему эти истории. Хотели бы вы попробовать эту игру?

Увидимся в следующий раз (прощальная церемония).

## **Занятие 5: Страна музыки**



Материалы: плакаты с изображением кораблей, законов нашей страны, карты путешествий, музыка, магнитофон, повязка на глаза

Психолог: Здравствуйте, отважный экипаж. Рад видеть вас на нашем корабле. Сегодня мы совершим наше четвертое путешествие. Вот карта, куда мы сегодня отправимся: ..... Положительная сторона. Нам нужно, чтобы воздух попадал в паруса. Вы помните его имя?

### **"Корабль и ветер".**

Цель: Создание условий для благоприятного настроения детей.

"Сделайте глубокий вдох и сильно вытяните лицо. .... Теперь громко выдохните через рот и позвольте ветру надуть лодку. Попробуйте еще раз. Я хочу слышать шум ветра! Я думаю. Вы можете повторить это упражнение три раза.

ПСИХОЛОГ: Теперь дайте волю своему воображению. Нам предстоит долгий путь.

### **"Кусок трубы".**

Цель: Создание условий для расслабления мышц лица.

Давайте сыграем в небольшую игру "удар". Сделайте неглубокий вдох и поднесите дыхательную трубку близко к губам. Медленно начните выдыхать, следя за тем, чтобы губы складывались в цилиндрическую форму во время выдоха.

Психолог. Вам интересно, какой у них любимый танец? Позвольте мне объяснить вам это.

### **"Танец слепых".**

Цель: Создание условий для укрепления доверия друг к другу и снятия излишнего мышечного напряжения.

В "Танце пары" одному человеку завязывают глаза, и он "видит" другого. Другой человек остается "видимым" и может ехать "невидимым". Теперь возьмитесь за руки и танцуйте вместе под спокойную музыку (от 1 до 2 минут). Теперь поменяйтесь ролями. Помогите своему партнеру самому надеть повязку на глаза.

Увидимся в следующий раз (церемония прощания).

### **Занятие 6 - Наука**

Материалы: плакат с изображениями кораблей в нашем праве, карта путешествия, воздушные шары, показывающие количество детей в группе, фотоаппарат, яркие картинки животных, насекомых и растений, ноутбук для просмотра фотографий, сделанных классом.

Здравствуйте, бесстрашная команда. Спасибо, что поднялись на борт нашего судна. Сегодня мы находимся в пятом путешествии. Вот карта, показывающая, куда мы сегодня отправимся. .... Правильно. Нашим парусам нужен воздух. Вы помните имя?

#### **"Ледник".**

Цель: Создание условий для расслабления мышц рук.

"Господа, позвольте мне попытаться придумать загадку.

"Есть белые прищепки.

С крыши свисают белые гвозди".

Свет горит.

Гвоздь расшатался.

Да, это сосулька. Предположим, что это сосулька. Когда вы читаете строки 1-2, вдохните и поднимите руки над головой, затем расслабьте руки и прочитайте строки 3-4 Отлично, давайте попробуем ..... Давай, давай играть. Это здорово!"

Психолог: мне было очень приятно. Вы проделали огромную работу. Сейчас я хочу порекомендовать вам игру под названием "Кролик и слон".

#### **"Кролик и слон".**

Цель: создание условий для прочувствования себя сильными и мужественными, а также помочь им повысить самооценку.

Во-первых, мы с вами будем кроличьими птенцами. Расскажите, что делает кролик, когда чувствует опасность. О, я знаю, она дрожит. Давайте посмотрим, как он покачивается. Прижмите им уши, сделайте их маленькими и незаметными, заставьте вилять хвостами и лапами и скажите: "Подожди, дай мне посмотреть на твоего ребенка". Позвольте мне посмотреть, что делают кролики,

когда слышат шаги человека. Дети бегают и прячутся стаями или в классах". Что делают кролики, когда видят волка ..... . Учительница играла с детьми несколько минут". Теперь мы все высокие, сильные, храбрые слоны. Покажите им, как слоны ходят спокойно, смиренно, гордо и бесстрашно. Что делает слон, когда видит человека? Чувствует ли он страх? Нет. Они знакомятся с ним и, увидев его, спокойно продолжают свой путь. Скажи мне, что делать. Расскажите, что делает слон, когда встречает тигра. .... Дети в течение нескольких минут играли роль храброго слона".

Во второй половине упражнения дети сели за стол, чтобы обсудить, кем они хотят быть и почему они хотят быть именно этим человеком.

Психолог. Мне очень понравилось. Теперь давайте поиграем в игру "Мне нравится, как ты сегодня выглядишь".

**"Мне нравится, как вы сегодня работаете .....". .**

Цель: Создание условий для осуществления обратной связи детей, чтобы повысить их самооценку и уверенность в себе.

"Подумав минуту, скажите человеку справа от вас в круге, какой замечательный поступок вы совершили сегодня. Давайте начнем.

Увидимся в следующий раз (церемония прощания).

### **Занятие 7**

Цель: Создание условий для развития связной речи, снижения тревожности, развития внимания и чувствительности.

Приветствие.

- Доброе утро. Я продолжаю скользить взглядом по твоим векам. Ты не спишь? Соедините большой и указательный пальцы, чтобы получился «глаз».

Доброе утро. Это идет из вашего уха. Нежно погладьте свое ухо.

Ты не спишь? Положите ладони на уши.

Доброе утро. Погладьте свою руку.

Ты не спишь? Погладьте свою руку. Доброе утро, ножки. Погладьте свои бедра. Ты не спишь? Топайте ногами.

Доброе утро, солнце. Вытяните руки в стороны. Я проснулся! Я проснулся.  
- Я проснулся. - Большая улыбка.

Это сказка.

Ты ведь не устал? Покажите мне вашу руку.

Это твоя правая щека.

Это твоя левая щека.

Ты не слабый, ты сильный.

Привет, верхняя губа.

Привет, нижняя губа.

# Я люблю тебя так же сильно, как ты любишь меня #

# Это не потолок, это крыша моего рта #

# Мой язык во рту #

Когда мой рот открыт...

# Мой язык идет вперед #

# У этих губ есть одна общая черта.

- Улыбка натянутая. Более плотная челюсть.

Это как отвисшая челюсть.

# Вы идете по странной дороге #

- # Есть нелепый язык, который, кажется, скрывает #

# И под рядом зубов #

Левые, правые, передние, зубы во рту.

Правая сторона - это правый угол рта, а левая сторона - левый угол рта.

Это завораживающая картина. Это верх, это спина, это бок. .... Я знаю все, что нужно знать о внутренней стороне рта.

Правила игры таковы: "кроме лица (нос, живот, зубы .....) Повторяй за мной. Пожалуйста, не показывай мне".

Учитель пытается обмануть детей, сразу же называя части тела или лица. Детям напоминают, что нельзя показывать "запрещенные" части тела или лица.

Большое спасибо. Встреча подходит к концу.

Прощание

## Занятие 8

Цель: Создание условий для развития ловкости рук и позитивного отношения к окружающему миру.

### **Приветствие.**

#### **Ручной массаж "мышь".**

Маленький мышонок в пещере.

Тихо жует колос хлеба.

Царапает лапами колени.

"Хруст, хруст!"

- Что это за звук? Пальцы сжимались и разжимались, сжимаясь в кулаки. Это как мышь в норе, питающаяся хлебными крошками. Потрите ладони друг о друга.

#### **Дыхательное упражнение "Мышь нюхает.**

Дети вдыхают через нос понемногу, затем ненадолго задерживают дыхание, а затем выдыхают на более длительное время.

Практикуйте "варежки". Вязание бабушкиных лисьих варежек Все лисьи варежки: потрите большой палец о подушечки других пальцев. За живого Сашу, живую Марту, живого Колю и живую Олю. Поочередно массируйте пальцы левой руки, начиная с большого пальца (повторите, когда будете массировать пальцы правой руки). Маленькие перчатки - для Наташи из Шантрель. С перчатками - да, да, да! - Потрите ладони друг о друга. Вам не нужно чувствовать холод, у нас есть валенки - ответ маленькому щенку. Нам не нужна ни метель, ни снежная буря: .... Миша, попробуй". Техника "Я в кадре". Во-первых, чтобы выяснить интересы и предпочтения детей, спросите: "Что вы любите есть? Что вы любите делать в школе или на улице? Во что вы любите играть? Любите ли вы рисовать? Читать? Танцы? С кем вы любите играть? Вы помогаете взрослым или детям?" И так далее.

Расслабьте мышцы.

Повторите для "олень", "перьев", "лодки" и "мяча". Практикуйте "хобот" (расслабьте мышцы губ).

Расслабление.

Повторите упражнение "Волшебные сны".

Прощание.

### **Занятие № 9 "Отражение"**

Материалы: плакат с лодкой, наш закон, карта путешествия, рисунки детей из урока 2, история, которую придумали дети, бумага формата А4, фломастеры.

Психолог: здравствуйте, моя отважная команда. Я рад видеть вас всех на палубе нашего корабля. Сегодня мы отправимся в наше последнее путешествие домой. Давайте поднимем ветер в паруса. Вы помните, как мы это делали?

#### **"Лодка и ветер".**

Цель: Создание условий для благоприятного настроения детей.

"Вдохните воздух и сильно напрягите щеки. .... Теперь шумно выдохните через рот и позвольте ветру пронестись над лодкой. Давайте попробуем еще раз. Я хочу слышать шум ветра! . Это упражнение можно повторить три раза.

Поговорите с детьми.

Психолог: Теперь я хочу, чтобы вы вспомнили все поездки, которые вы совершили до сих пор. Расскажите нам, что вам нравится и что вы помните: ..... И мне очень нравятся ваши рисунки!

- Обсудите с детьми их личные диагностические карты (занятие 2). Попросите их нарисовать метафору для сложной ситуации в школе. Пусть дети выскажут свои опасения. Как группа, подумайте, как разрядить ситуацию. Попробуйте разыграть это.

Психолог: помните ли вы какие-нибудь игры, в которые играли? Какой из них был лучшим? ..... (Сыграйте в расслабляющую игру).

Разговоры с моими детьми.

Помните, как мы дома придумывали сказки? Сегодня я хочу напомнить вам об этом. Я люблю их читать. Их очень интересно читать. И я хочу задать вам несколько вопросов.

- Поговорите со своими детьми об их рассказах о трудностях в школе. Я попрошу их использовать в качестве примера свои собственные трудности в

школе. Я попрошу их выразить свои чувства. Затем попросите их придумать решение в своей группе. Воспроизведите его и посмотрите, как это происходит.

Психолог: Я думаю, что наша поездка была успешной. Теперь мы знаем, что нам не нужно волноваться или беспокоиться о чем-либо. И вы поняли, как это сделать самостоятельно. После нашего путешествия, я думаю, вы станете мудрее и увереннее.

Я хочу, чтобы ты нарисовал, что ты чувствовал в тот момент, и подписал это на память для меня. Я сохраню его в своем бортовом журнале, чтобы он напоминал мне о нашей поездке, когда будет трудно (дети рисовали маркерами на бумаге формата А4 в течение нескольких минут).