



УДК 159.9.072

КОРРЕКЦИЯ ТРЕВОЖНОСТИ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА  
В УЧРЕЖДЕНИЯХ ИНТЕРНАТНОГО ТИПА

**Листик Е.М.**

*кандидат психологических наук, доцент департамента психологии,  
институт педагогики и психологии образования*

*ГАОУ ВО «Московский городской педагогический университет»*

*г. Москва*

[elena.listik@mail.ru](mailto:elena.listik@mail.ru)

**Курганова Е. А.**

*кандидат психологических наук, доцент департамента психологии,  
институт педагогики и психологии образования*

*ГАОУ ВО «Московский городской педагогический университет»*

*г. Москва*

[e\\_kurg@mail.ru](mailto:e_kurg@mail.ru)

**Аннотация.** В статье представлено исследование уровня тревожности у детей дошкольного возраста, находящихся в учреждении социальной поддержки (приют). Показывается, что тревожность в среде воспитанников социальных учреждений выступает одной из наиболее часто диагностируемых проблем эмоциональной сферы. Раскрываются причины, лежащие в основе нарушений эмоционально-личностной сферы у детей дошкольного возраста-социальных сирот.

Рассматриваются наиболее эффективные подходы к коррекционно-развивающей работе с детьми дошкольного возраста, находящихся в учреждении социальной поддержки (приют).

**Ключевые слова:** коррекция, тревожность, дети дошкольного возраста, учреждения интернатного типа, метод десенсибилизации, поведенческая

терапия.

CORRECTION OF ANXIETY IN PRESCHOOL CHILDREN IN  
RESIDENTIAL INSTITUTIONS

**Listik E.M.**

*assistant professor*

*Institute of Pedagogy and Psychology of Education,  
Moscow City Pedagogical University*

*Moscow*

[elena.listik@mail.ru](mailto:elena.listik@mail.ru)

**Kurganova E.A.**

*assistant professor*

*Institute of Pedagogy and Psychology of Education,  
Moscow City Pedagogical University*

*Moscow*

[e\\_kurg@mail.ru](mailto:e_kurg@mail.ru)

**Annotation.** *The article presents a study of the level of anxiety in preschool children who are in a social support institution (shelter). It is shown that anxiety among pupils of social institutions is one of the most frequently diagnosed problems of the emotional sphere. The reasons underlying the disorders of the emotional and personal sphere in preschool children-social orphans are revealed.*

*The most effective approaches to correctional and developmental work with preschool children in a social support institution (shelter) are considered.*

**Keywords:** *correction, anxiety, preschool children, residential institutions, desensitization method, behavioral therapy.*

Проблема коррекции эмоционально-личностной сферы детей, воспитывающихся в социальных учреждениях, является актуальной для современной системы социальной поддержки и помощи населению. Одной из особенностей эмоционально-личностной сферы детей дошкольного возраста, воспитывающихся в учреждениях интернатного типа, является высокий уровень

тревожности. Данное обстоятельство обусловлено многочисленными причинами, основными из которых, по мнению исследователей социальных сирот (Быков, Шульга, 2021; Курганова, Листик, 2021; Burtosh O.P., Burtosh T.P., 2020; Gasilina, Litvinenko, Zebzeeva, Mendigalieva, 2020; Guntrip, 1977), являются негативный опыт взаимодействия в семье, сложная жизненная ситуация с высокой степенью неопределенности, трудности в коммуникативной сфере, низкие академические успехи. Так, ученые Н.В. Имедадзе, К. Хорни и др. считают, что тревожность связана с неудовлетворением ведущих потребностей, прежде всего, социальных (Имедадзе, 1966; Хорни, 1997).

В данной статье мы рассмотрим основные проявления тревожного поведения и определим наиболее эффективные подходы к психологической коррекции данных состояний в группе детей дошкольного возраста, находящихся в учреждении социальной поддержки.

Прежде всего, дадим определение тревожности как сложного эмоционального состояния, которое может проявляться по-разному. Тревожность - это переживание эмоционального дискомфорта, связанное с ожиданием неблагоприятия, предчувствием грозящей опасности. По мнению А.М. Прихожан, «тревожность является сложным эмоционально-личностным образованием, включающим в себя когнитивный, эмоциональный и операциональный аспекты» (Прихожан, 2009, с.5). У детей младших возрастных групп тревожность выражается ситуативно и не является глобальной характеристикой личности. По мере взросления тревожность часто приобретает более выраженный характер и выступает генерализированным личностным образованием, определяющим всю линию поведения ребенка или подростка.

В рамках данной статьи мы обращаемся к выборке детей дошкольного возраста, которые оказались в сложной жизненной ситуации и постоянно проживают в социальном учреждении интернатного типа. Государственная система опеки и воспитания детей, оставшихся без родительского попечения, представляет собой систему различных типов учреждений, по форме относящихся к интернатным и организующих круглосуточное пребывание

детей. К основным из них относятся дома ребенка, приюты, детские дома, школьные интернаты.

Исследование тревожности проводилось в дошкольной группе воспитанников приюта (4 -7 лет) (стационарного отделения Центра социальной реабилитации детей и подростков г. Долгопрудного). В диагностической части исследования определялись уровни тревожности дошкольников (60 человек). Были использованы следующие диагностические методики: тест тревожности Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен, тест «Сказка» Л. Дюсс, изучение продуктов деятельности, метод наблюдения (Сакович, 2004).

В таблице №1 представлены результаты диагностики по методике Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен.

Таблица 1 - Уровень тревожности детей дошкольного возраста

Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
3 дет / 5%	19 дет / 31,7%	38 дет/ 63,3%

Результаты диагностики показали, что большинство детей имеют высокий уровень тревожности. В данной методике ситуации на стимульных картах представляют отношения ребенка со сверстниками, родителями и режимные моменты (сон, одевание, умывание и др.). Качественный анализ каждого случая позволил выявить общую тенденцию по выборке в целом: чаще всего грустное настроение дети выбирают в ситуациях взаимодействия со взрослыми, на втором месте по выбору грустного настроения стоят ситуации взаимодействия со сверстниками. Дети с низким уровнем тревожности, как правило, в ситуациях с явным агрессивным подтекстом давали ответы, что у ребенка радостное лицо. Мы предполагаем, что подобный выбор и объяснение детей в пользу безопасности ситуации агрессии со стороны сверстников или взрослых связан со страхом перед агрессией и вытеснением подобной эмоции.

В рисунке 1 рассматриваются результаты диагностики по методике Л. Дюсс. Данный тест направлен на выявление у детей дошкольного и младшего школьного возраста эмоциональных реакций, переживаний, связанных с семейными ситуациями и проблемами взросления. Из предложенных сказок в тесте мы уделили больше внимание анализу двух последних: «Новость» и «Дурной сон», которые позволили выявить наличие тревожности у дошкольников в трудной жизненной ситуации.

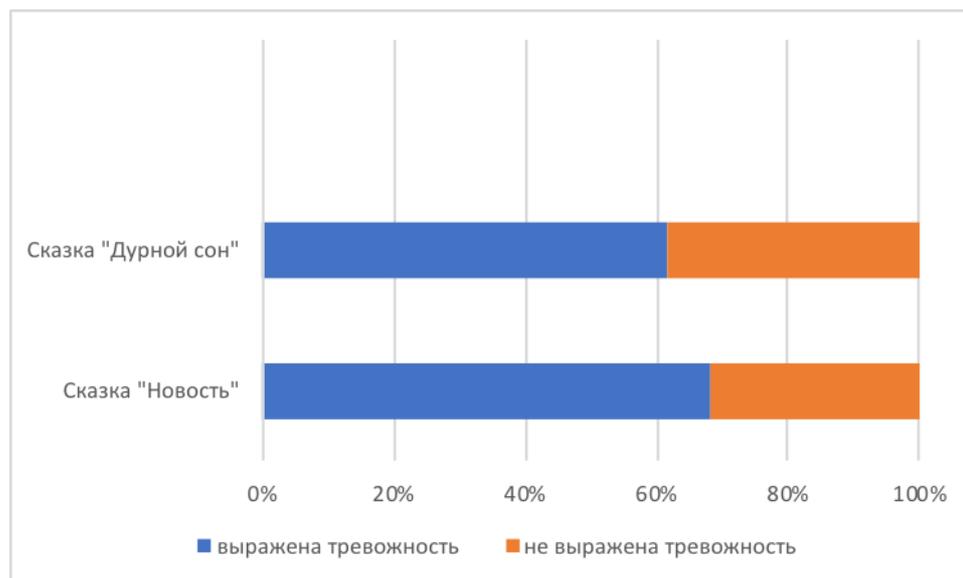


Рис. 1 - Уровень тревожности детей дошкольного возраста

Анализ данных диаграммы позволяет сделать вывод, что более половины детей имеют выраженный уровень тревожности. Судя по ответам и поведению детей в процессе диагностики, мы выявили, что больший процент детей проявляют переживания ожидания угрозы и неблагополучия по материалу обеих сказок.

Обобщение полученных данных по обоим методикам показало высокий уровень тревожности у 66,7% детей, т. е. у большей части выборки.

Таким образом, было выявлено, что большая часть детей, живущих постоянно (более полугода) в условиях центра социальной реабилитации, демонстрируют ситуативный, либо постоянный высокий уровень тревожности в поведении в разных видах деятельности, что свидетельствует о постоянном стрессе и неблагополучии общего эмоционального состояния, а также

необходимости организации психологической помощи и проведении психокоррекционных мероприятий.

После сбора данных об особенностях проявления тревожности у каждого воспитанника психологом учреждения были разработаны и реализованы несколько психокоррекционных программ, направленных на снижение уровня тревожности в ситуациях общения со сверстниками, общения с персоналом центра, оптимизации общего эмоционального фона.

На основе анализа данных диагностики были выявлены «болевы точки» каждого ребенка, ситуации, вызывающие стресс и переживание неблагополучия, на основе которых мы разработали психолого-педагогическую коррекционную программу. Коррекция тревожности проводилась с детьми в течение двух месяцев, два раза в неделю (индивидуальная и групповая формы работы). В ходе коррекционных мероприятий использовались игры-импровизации, разыгрывание запланированных сюжетов, методы арт-терапии, использовался составленный для каждого ребенка список с иерархией стимулов, вызывающих тревогу, беспокойство, и метод релаксации.

Опишем подробнее использование поведенческого подхода к психологической коррекции. В нашей статье мы остановим свое внимание на методе поведенческой терапии, который был разработан в середине двадцатого столетия Д. Вольпе и назван методом систематической десенсибилизации. Эффективность и достаточно простое использование в психологической практике позволили данной технологии получить широкое признание в работе с детьми, страдающими эмоциональными нарушениями, страхами, повышенной тревожностью, фобиями. Этот метод стал первой попыткой распространения идей бихевиоризма на практику психокоррекционной работы. По мнению Д. Вольпе, возникновение неадекватной тревожности основано на механизме условно-рефлекторной связи (Бурменская, Захарова, Карабанова, 2002).

Проиллюстрируем использование метода систематической десенсибилизации на примере психокоррекции тревожных состояний детей дошкольного возраста, проживающих в приюте более трех месяцев и

демонстрирующих тревожное состояние в большинстве ситуаций и видов деятельности.

Детям предлагалось с помощью взрослого сочинить маленькие истории о бесстрашном герое, который не боится темноты, незнакомых людей, новой еды, неизвестности и т. п. Все тревожные ситуации были связаны исключительно с актуальными для детей переживаниями.

По ходу истории или сказки придуманный герой преодолевал все трудности и испытания. Сначала мог так же, как дети, испугаться, отказаться от преодоления, но затем находил способ справиться со своей тревогой (изготавливал себе талисман, придумывал заклинание, искал помощников и другие способы).

Второй этап работы с детьми предполагал тематическое рисование. Детям предлагалось нарисовать серию рисунков по сказке, где разворачивалась ситуация преодоления трудностей героем-победителем.

Следующий этап предполагал игру–драматизацию, в которой дети наделялись ролями из своих сказок. Каждый ребенок на занятиях побывал в роли героя-победителя.

И заключительный этап включал в себя разыгрывание реальных тревожных ситуаций (зайти в темную комнату, в комнату к незнакомым людям, съесть новое блюдо, сходить в мед. кабинет, сделать прививку и т. д.).

Таким образом, в игровом контексте мы двигались от отдаленных упоминаний тревожных ситуаций к более близким, от условных к реальным. Мы постепенно моделировали поведение в ситуациях, прежде вызывающих у ребенка тревогу и страх.

На чем особенно необходимо заострить внимание при организации коррекционных занятий с дошкольниками, так это на особой роли игры, которая выступает оптимальной формой предъявления тревожащих стимулов. Именно в игре обеспечивается достаточная визуализация «пугающих» объектов и вместе с тем сохраняется свобода ребенка в отношении данных объектов и ситуаций, поскольку они реализуются в воображаемой обстановке, полностью подвластны

ребенку и не представляют реальной угрозы. Именно игра создает возможность создания и сохранения положительного настроения, переживания удовольствия от процесса, которое может быть сохранено даже при встрече с ситуациями, вызывающими тревогу. Также именно игра справляется с задачей расширения поведенческого репертуара ребенка, и так как в детском возрасте тревожность перед определенными ситуациями часто обусловлена отсутствием знаний об адекватных способах поведения в них, то благодаря выстраиванию игровых моделей и наблюдению за адекватным поведением в них взрослого или сверстника, тревожность в конкретных ситуациях удается значительно снизить или преодолеть.

После проведения этапа коррекции была проведена повторная диагностика эмоционально-личностной сферы воспитанников учреждения интернатного типа.

При повторной диагностике были использованы те же диагностические методики. В таблице №2 представлены обобщенные результаты диагностики по обоим методикам.

Таблица 2 – Уровень тревожности детей дошкольного возраста на контрольном этапе исследования

Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
7 дет / 11,7%	42 дет / 70%	11 дет / 18,3%

Количественный анализ данных показал, что распределение детей по уровням изменилось (на первом месте стоит группа детей со средним уровнем выраженности тревожности, на втором месте по численности группа детей с высоким уровнем тревожности и меньше всего детей с низким уровнем тревожности). Большинство дошкольников после проведения коррекции тревожности на контрольном этапе исследования показали средний уровень тревожности. Выявлена положительная динамика в снижении тревожности

дошкольников в условиях интернатного учреждения.

Качественный анализ данных позволил выявить следующие результаты. Значительная группа дошкольников стала способна разыгрывать богатые игровые сюжеты, использовать предметы-заместители в коррекционных целях, что на ранних этапах психокоррекции для большинства было недоступно. Например, придумывание или изготовление личного талисмана или волшебного средства для храбрости, бодрости, радости и т. д.

Обучение детей способам самопомощи (релаксация, приемы воображения) снижает уровень тревожности. Также была выявлена закономерность - сензитивность дошкольников к психокоррекционным воздействиям. На первых занятиях дети чувствовали себя неуверенно, избегали групповых форм деятельности, интерпретировали комические ситуации как угрожающие и тревожные. После четвертого занятия стали «обучать» кукол, сказочных героев улыбаться и быть доброжелательными к окружающим. После восьмого-девятого занятия перестали использовать игрушки в качестве психологической защиты и начали транслировать в повседневную жизнь усвоенные в процессе коррекционной работы способы нивелирования тревожности, на последних занятиях появилось двигательное раскрепощение и устойчивое радостное настроение. После проведенной коррекционной работы уровень тревожности в группе дошкольников значительно снизился.

Механизмами нивелирования детской тревожности являются снижение значимости тревожащих детей объектов, вытеснение отрицательных эмоциональных состояний посредством их осознания в ходе дифференциации и имитации, идентификации себя с сильными адаптивными персонажами.

Проведенное нами эмпирическое исследование свидетельствует о том, что эффективным средством снижения детской тревожности является психокоррекция, основанная на использовании приемов игротерапии, поведенческой и арт-терапии, предполагающих снижение отрицательных и тревожных эмоциональных состояний.

## Литература

1. Быков, А. В. (2021) Психологическая служба в учреждениях социально-педагогической поддержки детей и подростков: учебное пособие для вузов / А. В. Быков, Т. И. Шульга. 2-е изд. Москва: Издательство Юрайт.
2. Имедадзе Н.В. (1966) Тревожность как фактор учения в дошкольном возрасте. *Психологические исследования*, 1966, 49-57.
3. Возрастно-психологический подход в консультировании детей и подростков: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Г.В. Бурменская, Е.И. Захарова, О.А. Карабанова и др. М.: Издательский центр «Академия», 2002. 416 с.
4. Курганова Е.А., Листик Е.М. (2021) Психологическая адаптация дошкольников в социальном приюте для детей и подростков. *Известия института педагогики и психологии образования МГПУ*. Получено с <http://izvestia-ippo.ru/kurganova-e-a-listik-e-m-psikhologiches/>
5. Прихожан А.М. (2009) Психология тревожности: дошкольный и школьный возраст. СПб: «Питер».
6. Сакович Н.А. (2004) Использование креативных методов в коррекционно-развивающей работе психологов системы образования. Ч. 2. Сказкотерапевтические технологии: учебно-методическое пособие. АПО, Минск
7. Хорни К. (1997) Наши внутренние конфликты. Невроз и развитие личности: Собрание сочинений в 3-х т., Т. 1. М.
8. Burtosh O.P., Burtosh T.P. (2020) The effectiveness of various types of psychological correction of anxiety in primary school // *Behavioral Sciences*. 2020. Т. 10. 1. 20.
9. Gasilina M.A., Litvinenko N.V., Zebzeeva V.A., Mendigalieva A.K. (2020) Diagnosis and correction of maladaptive behavior in older preschoolers // *Universal Journal of Educational Research*. 2020. Т. 8. 9. 4313-4324.
10. Guntrip H. (1977) Personality structure and human interaction: The developing synthesis of psycho-dynamic theory. N.Y., Intern. Up. Pr., 1977. 456.

