Коррекция ситуативной тревожности младших школьников, как одна из ведущих задач современной школы.

На сегодняшний день проблема тревожности занимает особое место в современном образовательном процессе. В связи с этим главной задачей современной системы образования является оптимизация учебно-воспитательного процесса, осуществляемая за счет увеличения объема содержания изучаемого материала, разработки и применения новых методов обучения, поиска и создания необходимых условий для полноценного развития учащихся.

Наряду с этим одной из задач современной школы и общества в целом является сохранение и укрепление психологического здоровья учащихся. Необходимость решения этой проблемы возрастает особенно сегодня, когда стремительно растет количество детей, переживающих эмоциональное неблагополучие, связанное со школой. Это приводит к соматическому ослаблению школьников и развитию неврозов.

Поэтому проблема высокой ситуативной тревожности, как показателя эмоционального неблагополучия учащихся, накладывающего отпечаток не только на состояние их психического и физического здоровья, но и на успешность учебной деятельности, является весьма актуальной.

Цели и задачи программы.

Цель программы: оптимизировать уровень ситуативной тревожности младших школьников.

Общие задачи программы:

1.Обучить младших школьников приемам саморегуляции.

2.Сформировать навыки, способствующие позитивному выходу из ситуации возникновения тревожного состояния.

3.Скорректировать негативные личностные особенности, способствующие повышению ситуативной тревожности.

Работа по преодолению тревожности ведется по трем направлениям:

1.Обучить школьника приемам и методам овладения своим волнением, повышенной тревожностью.

2.Расширить функциональные и операциональные возможности школьника, сформировать у него необходимые навыки, умения, знания и т.п., ведущие к повышению результативности деятельности, созданию «запаса прочности».

3.«Перестроить» особенности личности школьника, прежде всего, его самооценку и мотивацию. Одновременно необходимо проводить работу с семьей школьника и его учителями с тем, чтобы они могли выполнять свою часть коррекции.

Проведение данной программы проходило в рамках реализации модели психолого-педагогической коррекции ситуативной тревожности младших школьников.

Цель коррекции – снизить высокий уровень ситуативной тревожности младших школьников

Диагностический блок

Цель – выявить фактор риска (тревожность) по методикам:

- методика диагностики школьной тревожности (Филлипс);

- проективная методика «несуществующее животное»;

- проективная методика диагностики школьной тревожности (А. М. Прихожан)

Установочный блок

Цель – побудить желание взаимодействовать, повысить уверенность в себе

Коррекционный блок

Цель – реализовать программу психолого-педагогической коррекции ситуативной тревожности младших школьников, включающую в себя: 1) обучение приёмам саморегуляции; 2) психологические упражнения

Оценочный блок

Цель – измерить уровень ситуативной тревожности младших школьников

Результат – оптимальный уровень ситуативной тревожности

Рис. 1. Модель психолого-педагогической коррекции ситуативной тревожности младших школьников.

Методы, используемые для оценивания в начале и после завершения применения программы.

Методы исследования:

теоретические – изучение проблемы в психолого-педагогической литературе, изучение школьной документации, обобщение, схематизация, моделирование;

эмпирические – формирующий эксперимент, тестирование по методикам:

- методика диагностики школьной тревожности (Филлипс);

- проективная методика «Несуществующее животное»;

- проективная методика для диагностики школьной тревожности (А. М. Прихожан);

статистические – критерий φ\* или угловое преобразование Фишера.

Как показал статистический анализ разработанная нами программа психолого-педагогической коррекции ситуативной тревожности младших школьников эффективна для: снижения общей тревожности в школе, страха ситуации проверки знаний, страхов в отношениях с учителями в ситуациях школьного обучения.