

Мельникова Мария Петровна

магистрант

Научный руководитель

Иванова Наталья Георгиевна

канд. психол. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Красноярский государственный
педагогический университет им. В.П. Астафьева»

г. Красноярск, Красноярский край

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ ТРЕВОЖНОСТИ ПОДРОСТКОВ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

Аннотация: в статье рассматриваются результаты исследования тревожности подростков с задержкой психического развития, выделены особенности тревожности. Разработана и апробирована программа психолого-педагогической коррекции тревожности подростков с задержкой психического развития. Результаты контрольного этапа эксперимента свидетельствуют об эффективности программы.

Ключевые слова: Ключевые слов: задержка психического развития, тревожность, коррекция, самооценка, социализация.

Проблема тревожности актуальна во все времена, для всех возрастных групп без исключения. Особенно это актуально для подростков, т. к. учебные перегрузки, неадекватные ожидания со стороны взрослых и сверстников, распространенные причины тревожности в данном возрасте [7].

Как отмечал Л.С. Выготским, возраст 13–14 лет более сложно воспринимается подростками, поскольку он связан с пиком эмоциональной напряженности и трактуется как кризис 13 лет. Автор отмечает, что именно у подростков чаще всего доминирует высокий уровень тревожности, страхи и др. [2]. Особенно это актуально для подростков с задержкой психического развития.

Для исследования тревожности подростков с задержкой психического развития нами было проведено исследование. Базой эмпирического исследования послужила средняя школа №76 г. Красноярск. В обследовании принимало участие 20 подростков с задержкой психического развития в возрасте 13–14 лет.

Методики, используемые в исследовании: Шкала личностной тревожности, автор: А.М. Прихожан, Тест тревожности Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен, Методика «Несуществующее животное».

Проанализировав полученные результаты констатирующего этапа эксперимента, были установлены, что подростки обеих групп демонстрировали нежелание обучаться в школе, замкнутость, низкую самооценку. Подростки испытывали тревогу и страхи в отношениях со взрослыми и сверстниками: они боялись поднять руку или отвечать перед всем классом, наблюдалось отсутствие коммуникации. Рисунки таких детей отличались наличием штриховки, неуверенных линий, отмечаются обведения и исправления рисунка, а порой даже стирание элементов рисунка, темные цвета.

Выявленные результаты диагностики привели нас к выводу о необходимости проведения психокоррекционных мероприятий по снижению тревожности подростков с задержкой психического развития.

Цель формирующего этапа эксперимента заключалась в разработке и апробации программы психолого-педагогической коррекции тревожности подростков с задержкой психического развития. Программа была направлена на снижение уровня тревожности подростков с задержкой психического развития. Ведущим методом снижения уровня тревожности стал метод проблемной ситуации.

Первый блок программы был направлен на снижение самооценочной тревожности. На данных занятиях мы развивали представления о собственной уникальности каждого подростка и формировали адекватную самооценку. Второй блок был направлен на снижение межличностной тревожности. Подростков обучали способам взаимодействия и выражения своих мыслей, чувств. Третий блок был направлен на снижение уровня школьной тревожности. В результате работы над данным

блоком мы работали над снятием эмоционального напряжения, формированием навыка публичных выступлений и повышением учебной мотивации.

Результаты контрольного этапа эксперимента позволили сделать выводы: результаты контрольной группы практически аналогичны результатам констатирующего этап эксперимента. Эти участники, как и прежде, подвержены тревоге. Сохраняются проблемы и страхи в отношениях со взрослыми и сверстниками. Рисунки насыщены темными тонами, штриховкой, указывающими на чувство внутреннего стеснения, высокий уровень тревожности.

Результаты экспериментальной группы показали, что подростки с задержкой психического развития научились отстаивать свою самостоятельность, удовлетворять потребности в самопознании и самоутверждении. У них появилась уверенность в себе, они стали выражать свои мысли и чувства. Сформировались правила поведения, позволяющие в дальнейшем справляться с защитной агрессией, пониженной самооценкой.

Таким образом, результаты эмпирического исследования свидетельствуют об эффективности программы психолого-педагогической коррекции тревожности подростков с задержкой психического развития.

Список литературы

1. Волков Б.С. Возрастная психология: учебное пособие для вузов / Б.С. Волков. – Ч. 1. – М.: Владос, 2005. – EDN QXOJPH
2. Выготский Л.С. Детская психология: собрание сочинений / Л.В. Выготский. – в 6 т. Т. 4. – М.: Говорящая книга, 2014.
3. Заширинская О.В. Психология детей с задержкой психического развития. Хрестоматия: учебное пособие для студентов факультетов психологии / О.В. Заширинская. – СПб.: Речь, 2003. EDN ATYYLG
4. Игумнова Т.Т. Арт-терапия и ее использование в практике общеобразовательного учреждения / Т.Т. Игумнова // Психология, социология и педагогика. – 2021. – №3.
5. Прихожан А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика / А.М. Прихожан. – М.: НПО «МОДЭК», 2020.

6. Тест «Несуществующее животное» / под ред. Т.Д. Марцинковской. – М., 2001.

7. Marantz R.H. Understanding the Anxious Mind. The New York Times Magazine for the primary physician. – 2009. – №29 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.nytimes.com/2009/10/04/magazine/04anxiety-t.html> (дата обращения 13.11.2023).