

шестве одаренный ребенок очень нуждается в родительской поддержке, чтобы остаться открытым, гибким, самостоятельным и сохранить психическое здоровье и формировать адекватный уровень самооценки.

Библиографический список:

1. *Битянова М.Р.* Работа с ребенком в образовательной среде: решение задач и проблем развития: Научно методическое пособие для психологов и педагогов. – Москва: МГППУ, 2006. 96 с.

2. *Грабовский А.И.* К вопросу о классификации видов детской одаренности / А.И. Грабовский // Педагогика. 2003. №8. С.13-18.

3. *Дьяченко О.М.* Одаренный ребенок. Москва: Просвещение, 1997. 228 с.

4. *Путляева, Л.* О задатках и способностях / Л. Путляева // Дошкольное воспитание. 2006. №4. С.43-45

5. *Сивашинская Е.Ф.* Детская одаренность и раннее обучение / Е.Ф. Сивашинская // Пачатковае навучанне: сям'я, дзіцячы сад, школа. 2005. №5. С.41-47.

М.П. Лебедева
Владимир, Влади́мирский государственный
университет им. А. Г. и Н. Г. Столетовых

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ ТРЕВОЖНОСТИ СРЕДСТВАМИ МУЗЫКОТЕРАПИИ

В настоящее время подростковая тревожность распространённое явление, отличающаяся повышенным беспокойством, неуверенностью, эмоциональной неустойчивостью, поэтому современное образовательное пространство нуждается в эффективных психологических приёмах и средствах оказания поддержки подросткам с повышенным уровнем тревожности. Тревожность как состояние оказывает, в основном, отрицательное, дезорганизирующее влияние на результаты деятельности как детей

дошкольного, младшего школьного, подросткового возрастов, так и взрослых, и является показателем неблагополучия личностного развития.

В психологической литературе, можно встретить разные определения понятия тревожности, хотя большинство исследователей сходятся в признании необходимости рассматривать его дифференцированно – как ситуативное явление и как личностную характеристику с учетом переходного состояния и его динамики.

Так, А.М. Прихожан указывает, что тревожность – это «переживание эмоционального дискомфорта, связанное с ожиданием неблагополучия, с предчувствием грозящей опасности».

Школьная тревожность – это сравнительно мягкая форма проявления эмоционального неблагополучия ребенка. Она выражается в волнении, повышенном беспокойстве в учебных ситуациях, в классе, в ожидании плохого отношения к себе, отрицательной оценки со стороны педагогов, сверстников. Ребенок постоянно чувствует собственную неадекватность, неполноценность, не уверен в правильности своего поведения, своих решений.

Актуальность темы определяется широкой распространенностью эмоциональных комплексов среди школьников. Они являются причиной возникновения неврозов и различных расстройств.

В связи с этим психологами и терапевтами в настоящее время используются самые разнообразные методы коррекции эмоционально-личностных расстройств у детей. Одним из таких методов является музыкотерапия.

Нами было проведено исследование, цель которого заключалась в выявлении особенностей тревожности младших подростков.

Мы предполагали, что в период перехода в среднее звено у детей младшего подросткового возраста уровень тревожности завышен.

На первом этапе была проведена комплексная диагностика тревожности с использованием следующих психологических методик:

методика С.Э. Филлипса «Тест школьной тревожности»; методика А.М. Прихожан «Шкала личностной тревожности»; методика Е.Е. Ромицыной «Многомерная оценка детской тревожности»; проективная методика М.З. Друкаревич «Несуществующее животное».

По результатам методики на определение школьной тревожности наличие высокого (25%) и повышенного (45%) уровня выявлены у большинства учащихся. Определены так же наиболее тревожащие испытуемых подростков факторы школьной тревожности: страх не соответствовать ожиданиям окружающих (60%); страх ситуации проверки знаний (75%); фрустрация потребности в достижении успеха (70%).

По результатам диагностики личностной тревожности с помощью методики А.М. Прихожан общий бал показал 40% - низкий, 50% - повышенный и 10% - высокий уровень тревожности, при этом наиболее высокую оценку получили межличностная (70%) и магическая (65%) тревожность.

Далее применялась методика многомерной оценки детской тревожности Е.Е. Ромицыной, в результате которой высокие показатели мы получили у следующих шкал: тревога, связанная с успешностью в обучении (70%), тревога, возникающая в ситуациях самовыражения (65%), снижение психической активности, обусловленное тревогой (75%).

По результатам исследования проективной методики «Несуществующее животное» признаки тревожности мы выявили у 65% учащихся, что ставит нас перед острой необходимостью продолжения углубленного исследования возможных причин тревожности учащихся.

В целом исследование показало, что в период перехода в среднее звено у детей младшего подросткового возраста уровень тревожности завышен. Исходя из данных, полученных в результате проведения диагностики, нами была составлена и апробирована на практике авторская программа коррекции проявления тревожности у младших подростков с помощью музыкальной терапии.

Коррекционная работа по снижению тревожности была проведена на базе МБОУ «СОШ №43» города Владимира, в которой принимали участие 13 учеников 5-х классов: 8 девочек и 5 мальчиков, в возрасте 11-12 лет.

Цель коррекционной программы: улучшение самочувствия и эмоционального фона за счет снижения уровня тревожности.

Задачи коррекционной программы:

- снять эмоциональное напряжение;
- развить эмоциональную и сенсорную сферы;
- приобрести новые средства эмоциональной экспрессии.

В ходе нашего экспериментального исследования было проведено 6 занятий по 40 - 50 минут каждое. Все занятия состояли из трех частей: вводная часть, основная, заключительная. С целью проверки эффективности коррекционной работы по музыкотерапии, направленной на снижение тревожности у младшего подростка, была проведена повторная диагностика, которая позволила проследить динамику снижения тревожности у испытуемых. Для повторной диагностики нами использовались те же методы, что и в начале исследования.

Результаты повторной диагностики показали, что общий уровень школьной (30%) и личностной (45%) тревожности резко снизился.

В целом, при сравнении результатов, полученных при первичном и вторичном диагностическом исследовании, можно сделать следующие выводы: 1. Уровень межличностной и магической тревожности опустился с высокого до повышенного; 2. Уровень школьной тревожности, в том числе проблемы и страхи не соответствовать ожиданиям окружающих; страх ситуации проверки знаний и фрустрация потребности в достижении успеха опустились до среднего. 3. Уровень общей тревожности стал средним.

Результаты говорят об эффективности психокоррекционной работы по музыкотерапии, направленной на коррекцию тревожности.

Библиографический список:

1. *Артпедагогика* и арттерапия в специальном образовании: учебник для вузов / Е.А. Медведева [и др.]. Москва: Академия, 2001. 248 с.
2. *Вольперт И.Е.* Психотерапия / И. Е. Вольперт // *Медицина*. 1972. 232 с.
3. *Кудрявцева Н.* Тревога как социальная болезнь / Н. Кудрявцева // *Химия и жизнь*. 2004. №11. С.10-14
4. *Левитов Н. Д.* Психическое состояние беспокойства, тревоги / Н.Д. Левитов // *Вопросы психологии*. 1969. №1. С.131-138.
5. *Прихожан А.М.* Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. Москва: Московский психолого-социальный институт, Изд-во НПО «МОДЭК», 2000. 304 с.
6. *Практикум по арт-терапии* / А. И. Копытин. Санкт-Петербург: Питер, 2000. 285 с.

Н.А. Попкова
Владимир, Владимирский государственный
университет им. А. Г. и Н. Г. Столетовых

ИССЛЕДОВАНИЕ ВЛИЯНИЯ ОСОБЕННОСТЕЙ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВОЙ СФЕРЫ НА УСПЕШНОСТЬ В СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ГИМНАСТОК

Одной из приоритетных задач национальной политики стало развитие профессионального спорта, подготовка квалифицированных спортсменов для участия в олимпиаде, а также поддержание здоровья подрастающего поколения. Все это порождает значимость психологических исследований в области психологии спорта.

В настоящее время при подготовке гимнасток к соревнованиям зачастую упор делается только на физическую сторону, т.е. качество