

КОРРЕКЦИЯ ТРЕВОЖНОСТИ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Качкын уулу А.¹, Токтогонова Д.Ж.², Бактыбек кызы В.³

(1)доцент кафедры дошкольной, школьной педагогики и образовательных технологий КНУ им. Ж. Баласагына, к.п.н., altyuulu@mail.ru

(2),(3)магистранты кафедры дошкольной, школьной педагогики и образовательных технологий КНУ им. Ж. Баласагына dankafk@mail.ru, venera_97@mail.ru.

Аннотация: статья посвящена влиянию тревожности детей младшего школьного возраста на процесс обучения, формирование личности и некоторым способам коррекции. При рассмотрении мнения ученых по проблемам тревожности были выявлены социально-психологические причины тревожности у детей младшего школьного возраста. В результате этой проблемы выяснилось, что в младших классах ухудшается организация учебной деятельности и возникают трудности в общении со сверстниками и учителями. Психическое здоровье и когнитивная сфера детей младшего школьного возраста играют важную роль потому что именно в этот период формируются фундаментальные знания учащихся и обеспечивается эффективное прохождение следующего периода. Чтобы решить эту проблему сначала были выявлены уровень тревожности учащихся с помощью психодиагностических методик, затем в экспериментальной группе была запущена программа, состоящая из арт-терапевтических техник коррекции тревожности.

Ключевые слова: младший школьный возраст, школа, учитель, родители, тревога, коррекция, методы исследования, психодиагностические методики.

КЕНЖЕ МЕКТЕП КУРАКТАГЫ БАЛДАРДЫН ТЫНЧСЫЗДАНУУСУН КОРРЕКЦИЯЛОО

Качкын уулу А.¹, Токтогонова Д.Ж.², Бактыбек кызы В.³

(1)Ж.Баласагын атындагы КУУнун мектепке чейинки, мектеп педагогикасы жана билим берүүнүн технологиялары кафедрасынын доценти, п.и.к., altyuulu@mail.ru,

(2),(3)Ж.Баласагын атындагы КУУнун Мектепке чейинки, мектеп педагогикасы жана билим берүүнүн технологиялары кафедрасынын магистрантары, dankafk@mail.ru, venera_97@mail.ru

Аннотация: макала тынчсыздануунун кенже мектеп курактагы балдардын окуу процессине, инсандыгынын калыптанышына таасир этүүсү жана коррекциялоонунун айрым жолдоруна арналды. Тынчсыздануу боюнча изилдөөчүлөрдүн пикири каралып кенже мектеп курактагы балдардын тынчсыздануусунун социалдык-психологиялык себептери аныкталды. Бул көйгөйдүн натыйжасында кенже мектеп окуучулардын окуу ишмердигинин уюштурулушу начарлап, курдаштары жана мугалимдер менен пикир алышууда кыйынчылыктарга туш болоору айкындалды. Кенже мектеп курактагы балдардын психикалык саламаттыгы жана когнитивдик сферасы маанилүү анткени бул мезгилде окуучулардын фундаменталдык билимдери калыптанып, кийинки мезгилдин натыйжалуу өтүүсү камсыздалат. Алгач окуучулардын тынчсыздануусунун деңгээли психодиагностикалык методикалардын жардамы менен аныкталды, андан соң эксперименталдык топко тынчсызданууну коррекциялоочу арт-терапиялык техникалардан

турган программа ишке киргизилип, атайын тандалып алган топтун окуучуларына колдонулду.

Түйүндүү сөздөр: кенже мектеп курак, мектеп, мугалим, ата-эне, тынсыздануу, коррекция, изилдөөнүн методдору, психодиагностикалык методикалар.

CORRECTION OF ANXIETY IN PRIMARY SCHOOL CHILDREN

Kachkyn uulu A.¹, Toktogonova D.D.², Baktybek kyzy V.³

(1) Associate professor of the department of preschool, school pedagogy and educational technologies of Kyrgyz National University named after J. Balasagyn, candidate of pedagogical sciences, altyuulu@mail.ru

(2),(3) Undergraduates of the department of preschool, school pedagogy and educational technologies of the Kyrgyz National University named after Zh. Balasagyn damkafk@mail.ru, yenera_97@mail.ru

Annotation: *the article is devoted to the influence of anxiety of primary school children on the learning process, personality formation and some methods of correction. When considering the opinion of scientists on the problems of anxiety, the socio-psychological causes of anxiety in primary school children were identified. As a result of this problem, it turned out that the organization of educational activities worsens in the lower grades and difficulties arise in communicating with peers and teachers. The mental health and cognitive sphere of primary school children play an important role because it is during this period that the fundamental knowledge of students is formed and the effective passage of the next period is ensured. To solve this problem, the level of anxiety of students was first identified using psychodiagnostic techniques, then a program consisting of art-therapeutic techniques for correcting anxiety was launched in the experimental group.*

Ключевые слова: *младший школьный возраст, школа, учитель, родители, тревога, коррекция, методы исследования, психодиагностические методики.*

Киришүү. Кыргыз Республикасынын билим берүү жаатында болуп жаткан модернизациялык процесстер билим берүүнүн сапатын жакшыртууга багытталган. Анын алкагында мектепке чейинки билим берүү мекемелерден тартып жогорку окуу жайда билим алуу, квалификацияга ээ болуу маселелери окумуштуу-методистердин көңүл борборунда. Мына ушул милдеттерди чечүүдө башталгыч класстарда окуучулардын саламаттыгы, алардын берилип жаткан окуу материалдарын өздөштүрүүсү жана мектеп шарттарында ыңгайлашуусу дагы көйгөйлүү маселелердин бири.

Кенже мектеп курак жогорку психикалык процесстердин интенсивдүү өнүккөн мезгили, бул куракта баланын кыймыл аракети аң сезимдүү келип, берилген тапшырмаларды жоопкерчиликтүү аткарганга умтулат. Бирок көңүлү жайында эмес, ар нерсеге алаксыган ашыкча тынсызданган бала мектеп программасын өздөштүрүүдө, курдаштары менен пикир алышууда кыйынчылыктарга туш болот. Тынсызданууну азайтуу жана билим алуу процессин жакшыртуу изилдөө ишибиздин актуулдуулугун аныктайт.

Көйгөйдүн аныкталышы жана аткарылуучу милдеттер. А.М. Прихожан тынчсыздануу адамга күтүлбөгөн коркунучка байланыштуу эмоционалдык ыңгайсыздыктын келип чыккандыгын көрсөтөт деп белгилейт. Тынчсызданууну эмоционалдык абал катары жана инсандын туруктуу касиетин, сапатын, темпераментин камтыган түшүнүк [9, 84-б.].

Мектептеги тынчсыздануу толкундануу, окуу кырдаалдарында өзүнө карата жаман мамилени күтүү, мугалимдер жана курдаштар тарабынан терс баа берүү менен мүнөздөлөт. Мектептеги тынчсыздануу сезими күчөгөн кенже мектеп окуучулары өзүлөрүнүн кемчиликтерине сезимтал келишет, жүрүм-турумдарынын, чечимдеринин тууралыгына ишенишпейт [6].

Мына ушул көйгөйдү чечүүдө педагог жана психолог тарабынан атайын коррекциялык иштердин комплекси жүргүзүлүүгө тийиш. “Коррекция” латын тилинен которгондо correctio - түздөө, оңдоо corrigere – тууралоо - адамдын психикалык же физикалык өнүгүүсүндөгү кемчиликтерди психологиялык-педагогикалык каражаттары жана дарылоо чаралары аркылуу оңдоо же басаңдатууну түшүндүрөт [3].

Сунуш кылынган чечим жана анын теориялык негиздемеси. Ишибиздин алкагында арт-терапиялык методдордун комплекси колдонулду. Психологиялык коррекциянын бул ыкмасы көркөм ишмердүүлүк аркылуу баланын инсандыгын ачып берүү, өнүктүрүү менен байланышкан педагогикалык, психологиялык жана медициналык билимди айкалыштырат.

"Арт-терапия" термини биринчи жолу 1938-жылы Адриан Хилл тарабынан иштелип чыккан. Башында арт-терапия ыкмалары З. Фрейддин ой-пикирине негизделип, адамдын ички дүйнөсү өзүнөн-өзү жаралган сайын визуалдык түрдө болот деп белгилеген [33]. Арт-терапиянын ыкмаларды баланын эмоционалдык чыңалуусун басаңдатып, коомдо натыйжалуу баарлашуусун камсыздайт, алар: көркөм өнөр, оюн, фототерапия, кум, жомок, музыка, бий ж.б. терапиялардын түрлөрү [1,7].

Бишкек шаарындагы “Чердачок” жеке сүрөт-студиясынын мугалими, гештальт-терапевт Е.Гуляева балдар менен иштөөдө арт-терапиянын сүрөт тартуу ыкмасын колдонуп келет. Анын ою боюнча, музыкалык терапия, фототерапия, денеге багытталган арт-терапия ыкмаларын ж.б. айкалыштырган коррекциялык жана өнүгүү сабактарын жүргүзүү эң натыйжалуу, анткени баланын өзүнүн чыгармачылык жөндөмүн жана кыялдарын ишке ашырууга мүмкүнчүлүгү болот деп баса белгилейт.

Изилдөөнүн максатына ылайык эксперименталдык иш үч этапта жүргүзүлдү: 1-диагностикалык (изилдөөнүн башында); 2-коррекциялык-өнүктүрүүчү; 3-контролдук диагностика (изилдөөнүн аягында).

Эксперименталдык иштин максаты: кенже мектеп окуучуларынын тынчсыздануусун арт-терапиялык метод аркылуу коррекциялоо жана диагностикалык жол менен текшерүү.

Практикалык изилдөө жана тыянактар. Изилдөөгө Кара-Балта шаарынын Панфилов орто мектебинин 3-класстарынын 15 окуучусу контролдук топ, ал эми 15 окуучу эксперименталдык топко катышты.

Изилдөөнүн максаттарына ылайык, тынчсызданууну изилдөө үчүн төмөнкү методикаларды колдондук: 1- «Паравоз» методикасы (С. В. Велиева) позитивдик жана негативдик психикалык абалды аныктоо [2]; 2-Филлипстин методикасы (анкета) – кенже мектеп окуучуларындагы мектептеги тынчсыздануунун мүнөзүн жана деңгээлин изилдөө; 3-Балдардын тынчсыздануусу боюча тесттин модификациясы (Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амэн) методикасы колдонулду [10];

1. *«Паравоз» методикасы (С. В. Велиева).* Максаты: оң жана терс психикалык абалдын деңгээлин аныктоого багытталган. Колдонулуучу материалдар: ак поезд жана 8 ар кандай түстөгү вагондор (кызыл, сары, жашыл, көк, кочкул кызыл, боз, күрөң, кара). Вагондор аралаш ак фонго жайгаштырылган.

“Паравоз” методикасынын жыйынтыгы менен текшерүүчү жана эксперименталдык топтордогу балдар 7 упайдан 8 упайга чейин негативдик психикалык абалды көрсөтүштү. Эки топтун окуучулары жалпысынан бирдей деңгээлде экени анык болду.

2) *Кенже мектеп окуучуларынын тынчсыздануусунун деңгээлин аныктоо (Филлипстин анкетасы).* Методиканын максаты - кенже мектеп жашындагы балдардын мектепке байланыштуу тынчсызданууларын жана алардын деңгээлин аныктоо болду. Тест 58 суроодон туруп окуучуларга окулуп жана жазуу түрүндө сунушталды. Ар бир суроого бир беткей "ооба" же "жок" деп жооп берүү керек болгон [6,9].

3) *Балдардын тынчсызданууларын текшерүү (Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амэн).* Максаты: балдардын оң же терс эмоционалдык абалынын деңгээлин изилдөө. Эреже катары, тынчсыздануунун эң чоң деңгээли бала-бала мамилесин моделдөөчү кырдаалда байкалат ("Кичинекей балдар менен ойноо", "Агрессиянын объектиси", "Улуу балдар менен ойноо", "Агрессивдүү кол салуу", "Изоляция"). Кичинекей балдар-чоңдор мамилелерин моделдөөчү сүрөттөрдө ("Баланын жана эненин ымыркай менен болушу", "Сөгүш", "Ата-энеси бар бала"), ошондой эле күнүмдүк иш-аракеттерди символдоштурган жагдайларда ("Кийим кийүү", "жалгыз уктоо", "Жууну", "оюнчуктарды алуу", "Жалгыз тамактануу". Бул методиканын диагностикалык этабында текшерүүчү жана эксперименталдык топтун көрсөткүчтөрү жалпысынан

окшош болду. Анда тынчсыздануунун деңгээлдери орто жана жогору экенин көрүүгө болот [10].

Ошентип үч методиканын жардамы менен текшерүүчү жана эксперименталдык топтордун тынчысыздануу деңгээлдери жогору экенин аныктай алдык. Кенже мектеп окуучусу мектепте билим алууда ар кандай кыйынчылыктарга туш болуу менен билим алуу, курдаштары менен пикир алышууда, эмоциалык жооп кайтарууда көйгөйлөрдү башынан өткөргөнү бизге белгилүү болду.

Мына ушуга байланыштуу тынчсызданууну инсандык сапат катары жеңилдетүүнү, булчундун тартыштыгынын деңгээлин төмөндөтүү жана балдар менен байланышуу максатында "Кенже мектеп окуучулардын эмоционалдык өнүгүүсү" деген арттерапиялык программа иштеп чыгуу зарылдыгы пайда болду.

Программаны ишке ашыруу үчүн биз төмөнкү кадамдарды жасадык:

– Адистердин кеңешин алуу жана макулдашуу (Ш.Токомбаев гешталь-терапевт, арт-терапиянын кум, сүрөт тартуу, дене терапияларын кеңири колдонот; Е.Гуляева гештальт-терапевт, сүрөт тарттыруунун колдонот);

– кенже мектеп окуучуларынын тынчсыздануу деңгээлин диагностикалоо;

– тарбиячыларга, ата-энелерге "Топтогу тынчсызданган бала", "Дене тарбия жана музыка сабагында тынчсызданып жаткан балага кантип жардам берүү керек" деген сунуштар;

– диагноздун жыйынтыктары боюнча ата-энелерге жекече кеңеш берүү: "Балага тынчсызданууну жеңүүгө жардам берүү" сунуштары;

– балдардын өнүгүү динамикасын жана сабактардын натыйжалуулугун көзөмөлдөө максатында балдарды психологиялык диагностикадан өткөрүү;

– диагностиканын натыйжалары боюнча мугалимдерге жана ата-энелерге кеңеш берүү [4,8].

Бул программа кенже мектеп окуучуларынын тынчсызданууларын азайтууга багытталган. Кенже мектеп окуучуларынын тынчсыздануу деңгээлин төмөндөтүү актуалдуу көйгөйлөрдүн бири, анткени жогорку тынчсыздануу кенже мектеп окуучуларынын ар кандай иш-аракеттеринин натыйжаларына терс, деструктивдүү таасирин тийгизет. Программанын максаты: эмоционалдык жана денелик чыңалуудан арылтуу менен кенже мектеп окуучуларынын тынчсыздануусун басаңдатуу болуп саналат.

Кимдер колдоно алышат: психологдор, педагогдор; музыка, дене тарбия жана сүрөт мугалимдери.

Милдеттер: 1-психологиялык жана булчуң чыңалууну басандатуу; 2-проблемалык кырдаалды чечүү боюнча көндүмдөрдү өнүктүрүүгө көмөктөшүү; 3-өзүн-өзү баалоону өнүктүрүү.

Программада колдонулган ыкмалар: драматерапиясы, көркөм терапиясы, жомок терапиясы, фототерапия, оюн терапиясы, дене терапиясы.

Жумуш формасы: топтук жана жекече иш узактыгы 20 мүнөт, 10 саатка пландаштырылган. Контингент – кенже мектеп курактагы балдар.

Күтүлүүчү натыйжа: Программанын аягында балдар жайбаракат болуп, коммуникативдик байланышта болушат, өз алдынча чечим чыгара алышат, жакын чөйрөдөн тышкары социалдык байланыштарда активдүү болушат.

Арт-терапиялык программаны изилдөө ишибиздин эксперименталдык тобуна гана колдондук, анын натыйжасында тынсыздануунун жыйынтыгы оң жакка өзгөргөнүн көрө алабыз. Программаны ишке ашырууда мектептеги сүрөт, музыка жана дене тарбия сабагынан берген мугалимдер менен биргеликте өткөрүлдү [8].

Эксперименталдык ишибиздин коррекциялоочу-өнүктүрүүчү этабынан кийин “Паравоз” методикасынын жыйынтыктары өзгөргөнүн баса белгилөөгө болот, эксперименталдык топтун негативдик психикалык абалы 8 упайдан 3-4 упайга азайды. Ошол эле мезгилде текшерүүчү топтуку тынчсыздануу, өзүнө-ишенбөө деген ж.б. психикалык чыңалуулар азайбаганын аныктай алдык.

Ишибиздин кийинки бөлүгүндө Филипстин методикасы аркылуу коррекциялык программдан кийин мектептеги тынчсыздануусун текшердик. Эксперименталдык топтун окуучулары тынчсыздануу, коркуу, чочулоо, мугалимдер менен байланыш түзүүдө көйгөйлөргө туш болуу ж.б маселелердин деңгээли азайганын баса белгилөөгө болот. Эксперименталдык топтун 14 тү тынчсыздануу кыйла азайганын көрө алдык.

Изилдөөнүн жыйынтыгы. Коррекциялык-өнүктүрүүчү эксперименттен кийин эксперименталдык топтун тынчсыздануусунун деңгээли кыйла азайды. Эгерде эксперименттин констатациялык этабында бул көрсөткүч 93% түзсө, ал эми сунушталган арт-терапиялык программдан кийин 47%га төмөндөдү.

Жыйынтыктоо. Демек жогоруда сунуш кылынган жана ишке киргизилген программанын жыйынтыгы менен эксперименталдык топтун тынчсыздануусу кыйла азайганын көрүүгө болот. Балдар активдүү, көңүлү туруктуу, мугалимдин берген тапшырмаларын орду менен аткарып, тактап айтканда коркуу, чочулоо көрүнүштөрү байкалган жок.

Мына ошентип коюлган милдеттер толугу менен аткарылып, бул көйгөйдү изилдөө иши актуалдуулугун жоготпойт жана дагы тереңирээк эмпирикалык изилдөөлөрдү талап кылат деп жыйынтыктоого болот.

КОЛДОНУЛГАН АДАБИЯТТАРДЫН ТИЗМЕСИ:

1. **Ахмедова С. А.** Профилактика и снижение агрессивности младших школьников средствами арт-терапии // *Материалы XIII Всероссийской научно-практической конференции молодых ученых, аспирантов и студентов, посвященной 20-летию ТИ (ф) ФГАОУ ВПО «СВФУ» (5 – 7 апреля 2012г.). - Нерюнгри, 2012. - С. 12-14.*
2. **Велиева С. В.** Диагностика психических состояний детей дошкольного возраста: учеб.-методическое пособие // *сост. С.В. Велиева. - СПб. : Речь, 2005. - 240 с.*
3. *Большой толковый психологический словарь. / Перевод с англ. Ребер Артур. – М.: АСТ, Вече, 2001. – 560 с.*
4. **Качкын уулу А.** Психологиялык-педагогикалык кырдаалдарды чечүүдө мугалимдин кесиптик-педагогикалык маданиятынын ролу // «Наука и инновационные технологии» №4/2021(21), Бишкек, 2021, С.53-58.
5. **Киселева М. В.** Арт-терапия в работе с детьми. Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов., работающих с детьми. - СПб. : Речь, 2007. - 160 с.
6. **Коломенский Я. Л, Панько Е. А., Изумнов С. А.** Психическое развитие детей в норме и патологии. Психологическая диагностика, профилактика и коррекция. - СПб. : Питер, 2004. - 480 с.
7. **Крамер Э.** Арт-терапия с детьми. - М. : Владос, 2013. - 320 с.
8. **Орлова Л. В.** Арт-терапия в коррекции детских страхов // *Всероссийский фестиваль педагогических идей «Открытый урок» 2012-2013 уч.г. Режим доступа: <http://festival.1september.ru>*
9. **Прихожан А. М.** Психология тревожности: дошкольный и школьный возраст. - СПб. : Питер, 2009 - 192 с.
10. *Тест тревожности (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен) / Дерманова И. Б. Диагностика эмоционально-нравственного развития. - СПб. : [б. и.] 2002. - С. 19-28.*

Рецензент – пед.и.д., профессор Мааткеримов Нурсапар Оролбекович, Ж.Баласагын атындагы КУУ, tynystanov@yahoo.com