**ПРОГРАММА ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ**

**ШКОЛЬНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ И СТРАХОВ**

**У ПЕРВОКЛАССНИКОВ**

|  |  |
| --- | --- |
|  | Программа составлена учителем начальных классов МАОУ «Бабкинская средняя школа» высшей квалификационной категории  **Зуевой Светланой Владимировной** |

П.КУКУШТАН

2022

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

**СОДЕРЖАНИЕ**

|  |  |
| --- | --- |
| Обоснование актуальности программы коррекции и развития | 3 |
| Цель и задачи коррекционно-развивающей программы | 5 |
| Принципы коррекции и развития, которые реализуются в программе | 5 |
| Методы коррекции | 6 |
| Механизмы реализации программы | 8 |
| Структура программы | 9 |
| Тематический план | 11 |
| Система взаимодействия | 14 |
| Планируемые результаты | 15 |
| Критерии оценки достижения планируемых результатов | 16 |
| Библиографический список | 17 |
| Приложение | 18 |

**ПРОГРАММА ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ**

**СТРАХОВ И ШКОЛЬНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ**

**У ПЕРВОКЛАССНИКОВ**

1. **ОБОСНОВАНИЕ АКТУАЛЬНОСТИ**

**ПРОГРАММЫ КОРРЕКЦИИ И РАЗВИТИЯ**

Настоящая программа психолого-педагогической коррекции страхов и школьной тревожности у первоклассников разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования /приказ Министерства образования и науки РФ от 06.10.2009г. № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования».

В настоящее время увеличилось число тревожных детей, отличающихся повышенным беспокойством, неуверенностью, эмоциональной неустойчивостью. О возрастании тревожности и страхов у детей свидетельствуют специальные экспериментальные исследования [2]. Младший школьный возраст является наиболее ответственным этапом школьного детства. Высокая сензитивность этого возрастного периода определяет большие потенциальные возможности разностороннего развития ребенка. Начало исследованию проблем, касающихся данного возрастного этапа, было положено психологической школой Д.Б. Эльконина и В.В. Давыдова [11].

На современном этапе развития психологической науки проблемы младшего школьного возраста, в частности это касается области психоэмоционального развития личности учащихся, привлекают большое внимание ученых. Ими занимались Б.И. Кочубей, Е.В. Новикова, Н.Л. Кряжева, Е. Лютова, Г. Монина, И.М. Первушина, А.М. Прихожан, О.Е. Хухлаев, О.В. Хухлаева и другие.

Проблематика возрастных страхов, способов их диагностики и психологической коррекции раскрывается в исследованиях Е.П. Ильина, А.И. Захарова, К. Изарда, А.М. Прихожан, Е.В. Лисиной, Н.С. Карпенко, М.В. Осориной, Л.С. Акопян, А.И. Тащевой, О.М. Скляренко и других.

Актуальность исследования проблемы определяется тем, что с возрастом у детей меняются мотивы поведения, отношение к окружающему миру, взрослым, сверстникам. И от того, смогут ли педагоги увидеть эти перемены, понять изменения, происходящие с ребенком, будет зависеть тот положительный эмоциональный контакт, который является основой нервно - психического здоровья ребенка.

Страх является объектом изучения в различных отраслях науки – философии, психологии, педагогики, психиатрии, физиологии и т.д. С целью дифференциации феномена страха от схожих психологических состояний (тревоги, посттравматического стрессового нарушения, фобии) мы определяем страх как в целом негативное эмоциональное состояние, связанное с отражением в сознании конкретной угрозы для жизни и благополучия, подразумевающее переживание какой-либо реальной или воображаемой опасности [4].

Переживание страхов следует отличать от состояния тревоги. В отличие от страхов «тревога – это эмоциональное состояние, называемое в быту волнением, тягостным переживанием. Она возникает у человека перед неизвестностью или всякой ответственной деятельностью, в успешном осуществлении которой он не уверен» [5]. В страхе и в тревоге есть общий эмоциональный компонент в виде чувства волнения и беспокойства, т.е. в обоих понятиях отображено восприятие угрозы или отсутствие чувства безопасности. Страх и тревога нередко встречаются вместе.

Школьная тревожность - широкое понятие, включающее различные аспекты устойчивого школьного эмоционального неблагополучия. 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 [8].

Поводом для написания программы явилось большое количество симптомов, характерных для нарушения психологического здоровья у первоклассников: страхи, неуверенность в себе, тревожность… Для организации групповой работы с детьми необходима самостоятельная программа, направленная на коррекцию эмоциональной сферы, снижение количества страхов.

Причинами возникновения школьной тревожности и повышения количества страхов у первоклассников могут быть:

* учебные перегрузки;
* неспособность учащихся справиться со школьной программой;
* неадекватные ожидания со стороны родителей;
* низкая самооценка учащегося;
* неблагоприятные отношения с педагогом;
* неприятие детским коллективом.

1. **ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ**

**КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ**

Основная **цель коррекционно-развивающей программы** - снижение уровня школьной тревожности и страхов у первоклассников в период адаптации к школе.

**Задачи:**

* развитие эмоциональной саморегуляции;
* формирование адекватной самооценки учащихся;
* создание благоприятного психологического климата в коллективе;
* развитие навыков конструктивных коммуникаций.

1. **ПРИНЦИПЫ КОРРЕКЦИИ И РАЗВИТИЯ,**

**КОТОРЫЕ РЕАЛИЗУЮТСЯ В ПРОГРАММЕ**

Занятия данной программы строятся с учетом основных принципов коррекционной работы:

- соблюдение интересов ребёнка. Принцип определяет позицию педагога-психолога, который призван помочь в решении проблем ребёнка, действуя в его интересах и с максимальной пользой;

- принцип системности коррекционных и развивающихзадач**.** В ходе занятий параллельно решаются коррекционная и развивающая задачи: у детей максимально сглаживается уровень школьной тревожности и страхов и развиваются навыки саморегуляции и коммуникации;

- принцип единства диагностики и коррекцииреализуется в двух аспектах:

1. Началу коррекционной работы предшествует этап диагностического обследования, позволяющий выявить характер и силу проявления проблем развития ребенка, сделать заключение об их возможных причинах и на основании этого заключения строить коррекционную работу.
2. Реализация коррекционно-развивающей работы требует от психолога постоянного контроля динамики изменений личности, поведения, эмоциональных состояний, чувств и переживаний ребенка. В программе роль подобного «индикатора» играют цветовые творческие работы детей, которые объединяются в «Альбом наших успехов» (см. приложение 1). Такой контроль позволяет вовремя вносить коррективы в коррекционно-развивающую работу.

- деятельностный принцип коррекции определяет тактику проведения коррекционной работы через активизацию деятельности каждого ученика (участие в играх, упражнениях, инсценировках…), в ходе которой создается необходимая основа для позитивных сдвигов в развитии личности ребенка;

- учет индивидуальных особенностей личности позволяет наметить программу оптимизации в пределах психофизических особенностей каждого ребенка. Упражнения и игры, используемые на занятиях, позволяют наиболее полно раскрыть индивидуальные возможности каждого ребенка, его склонности, интересы, настроение…

- принцип учета эмоциональной окрашенности материала предполагает, чтобы игры, задания и упражнения создавали благоприятный, эмоциональный фон, стимулировали положительные эмоции.

1. **МЕТОДЫ КОРРЕКЦИИ**

При выборе методов и приёмов психологической коррекции необходимо опираться на специфику группы (уровень количества страхов), склонности, интересы детей, желательно учитывать даже настроение. Важно, чтоб каждый ребёнок чувствовал себя на занятии комфортно, свободно. Этому способствует игровой персонаж – ёжик Тимка, который объединяет сюжеты историй и рассказов, текстов для обсуждения.

Сюжеты рассказов можно брать непосредственно из реальной жизни детей или придумывать заранее. В ходе занятия рассказы обсуждаются и обыгрываются детьми. На протяжении всего времени реализации программы Тимка вместе с детьми преодолевает возникающие проблемы и усваивает приемы саморегуляции, а именно:

- упражнения на мышечную релаксацию снижают уровень возбуждения, снимают напряжение. Обучение допустимым способам выражения гнева: бить «грушу»; метать дротики, мешочки в мишень, пинать мяч…;

* дыхательная гимнастика действует успокаивающе на нервную систему;
* мимическая гимнастика снимает общее напряжение, играет большую роль в формировании выразительной речи детей;

Для психологической коррекции страхов используются следующие методы и приемы:

1. Использование игротерапии. Игра способствует проявлению инициативы, самостоятельности ребенка, развивает умение владеть эмоциями и принимать решения. Цель психологически направленных игр состоит в снятии избытка торможения, скованности и страхов. В игре травмирующие жизненные обстоятельства переживаются в условном, а значит, ослабленном виде и, кроме того, происходит их эмоциональное отреагирование:

- игра «Как я представляю свой страх»;

- игра «Прогони страх»;

- игра «Петушиный бой»;

- мыльные пузыри;

- надувание шаров…

4. Использование сказкотерапии:

- сочинить сказку (рассказ) на тему страха (обязательно элементы юмора и счастливый конец);

- сочинить сказку (историю), в которой страшного героя жаль;

- использовать инсценировку (финал – победа над страхом) …

5. Важную роль на занятиях играет цвет. Он не только позволяет ребёнку выразить своё настроение и видение ситуации, но и даёт возможность психологу отследить эмоциональное состояние каждого ученика. Так как большинство ребят любят рисовать, целесообразно использовать приём тематического рисования. Работы лучше выполнять цветными карандашами или красками.

Коррекционные возможности данного метода связаны с предоставлением ребенку практически неограниченных возможностей для самовыражения в продуктах творчества, утверждением и познанием своего «Я». Важнейшей техникой арт-терапевтического воздействия является техника активного воображения, направленная на то, чтобы столкнуть лицом к лицу сознательное и бессознательное и примирить их между собой посредством аффективного взаимодействия. Создаваемые младшими школьниками продукты объективируют их аффективное отношение к миру, облегчают процесс коммуникации и установления отношений со значимыми другими (педагогами, сверстниками, родственниками и т.д.) [3]. Интерес к результатам творчества со стороны окружающих, принятие ими продуктов творчества повышают самооценку младшего школьника и степень его самопринятия и самоценности [1]. Арт-терапия способствует расслаблению, снятию напряженности у детей:

- рисование пружинок, свободная штриховка;

- нарисовать страх, сжечь, порвать…

- нарисовать страх, посадить в клетку, закрыть на замок;

- нарисовать страх маленьким, а себя рядом большим, сильным, вооружённым;

- нарисовать страх, подружиться с ним… (см. приложение 2).

На основе рисунков возможно создание *«Книги нестрашных страхов»* (см. приложение 3). Рекомендуется обращаться к ней на каждом занятии. Рассматривать побеждённые страхи, гордиться собой. На занятиях можно спросить ребят: «Вспомните, какой был страх? Как он изменился? Каким стал?...». Изменения отображаются в рисунке-схеме, на которой ребёнок может ясно видеть результаты своей работы: уменьшение и исчезновение страха. Причём дополнения в рисунок-схему дети могут вносить не только на занятиях. Это можно делать в любое время, когда кажется, что страх стал меньше и всё реже ребёнка беспокоит (см. приложение 4).

В конце каждого занятия выполняются коллективные творческие работы, которые объединяются в «Альбом наших успехов». Выбор цвета определяет настроение ребёнка. «Цветовые» данные можно заносить в сводную таблицу, что позволяет контролировать динамику на протяжении реализации программы.

1. **МЕХАНИЗМЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

Механизмом реализации коррекционно-развивающей программы является деятельность педагога-психолога, обеспечивающая системное сопровождение первоклассников, а именно:

- диагностическое обследование с целью выявления детей, нуждающихся в коррекционно-развивающей работе;

- разработка и реализация коррекционно-развивающей программы по снижению уровня школьной тревожности и страхов;

- привлечение к реализации программы педагогов и родителей через консультативную и просветительскую работу;

- диагностическое обследование с целью определения результативности проведенной работы;

- прогнозирование дальнейшей деятельности педагога-психолога по профилактике и коррекции школьной тревожности и страхов.

1. **СТРУКТУРА ПРОГРАММЫ**

Данная программа рассчитана на детей 7 лет. Занятия групповые, в каждой группе 10 – 12 человек. Программа предполагает 10 занятий в рамках внеурочной деятельности, которые проводятся один раз в неделю по 30 минут. Реализация программы уместна в первом полугодии первого класса.

Можно выделить 3 этапа реализации программы:

1. этап – диагностический (вводная диагностика).

С целью выявления детей с повышенным уровнем тревожности и страхов в сентябре с первоклассниками проводится диагностическое обследование. В него входят:

1. Тест школьной тревожности Филлипса, который помогает выявить факторы тревожности, влияющие на учебную деятельность ребёнка, его эмоциональное состояние, взаимодействие с окружающими. Тест Филлипса, предназначен для работы с детьми младшего и среднего школьного возраста, является стандартизированной психодиагностической методикой, позволяя оценить не только общий уровень тревожности, но и определить качественное своеобразие переживания ситуативной тревожности, которая связана с различными областями школьной жизни, а именно: страх самовыражения, страхи ситуаций проверки знаний, страхи не соответствовать ожиданиям окружающих, проблемы и страхи в отношениях с учителями [6] (см. приложение 8).

2. Тест «Страхи в домиках» (авторы методики – А.И. Захаров и М. А. Панфилова).Методика выявления страхов, разработанная А.И. Захаровым, позволяет установить наличие страхов у младших школьников, определить их характер, сравнить полученные результаты свозрастными нормами, определенными автором данной методики [4] (см. приложение 9).

**3.** Тест «Кактус» **(**графическая методика М.А. Панфиловой). Тест проводится с детьми с 4-х лет с целью выявления состояния эмоциональной сферы ребенка, наличия агрессии, ее направленности и интенсивности [7] (см. приложение 10).

На основе полученных результатов формируется группа детей, нуждающихся в коррекционных занятиях. В группе 10 - 12 человек.

2 этап – практический.

Цель: профилактика и коррекция нарушений психологического здоровья первоклассников.

Рекомендуется определённая схема проведения подобных занятий.

Часть 1. Вводная.

Цель – установить эмоциональный контакт в группе, создать позитивное настроение.

Начинать занятия рекомендуется с ритуала приветствия и разминки. Как и ритуал прощания, приветствие является важным моментом работы с группой, позволяет сплотить детей, создать атмосферу группового доверия и принятия, что в свою очередь важно для плодотворной работы. Ритуалы могут быть придуманы самой группой в процессе обсуждения, могут быть предложены психологом. Ритуал предлагается и исполняется в первый раз уже на первом занятии, и задача взрослого – неукоснительно выполнять его каждую встречу, наблюдая за тем, чтобы в него были включены все дети. Желательно, чтобы в ходе развития группы контроль над исполнением ритуала перешел к детям [9].

Разминка является средством воздействия на эмоциональное состояние детей, уровень их активности, выполняет важную функцию настройки на продуктивную групповую деятельность. Разминка может проводиться не только в начале занятия, но и между отдельными упражнениями в случае, если психолог видит необходимость как-то изменить актуальное эмоциональное состояние детей. Соответственно, разминочные упражнения необходимо выбирать с учетом актуального состояния группы и задач предстоящей деятельности. Определенные разминочные упражнения позволяют активизировать детей, поднять их настроение, другие, напротив, направлены на снятие эмоционального чрезмерного возбуждения. В начале занятия можно использовать игры с именами, дарить воображаемые подарки и сюрпризы, просто подмигивать друг другу.

Часть 2. Работа со страхами. Основное содержание занятия представляет собой совокупность психотехнических упражнений и приёмов, направленных на решение задач данной коррекционно-развивающей программы. Эта часть состоит из нескольких этапов.

Этап 1. Рисование страха. Дети изображают страх с помощью образов, слов, красок..., придумывают ему имя, цвет, форму.

Этап 2. Знакомство с приёмами борьбы со страхом.

Этап 3. Борьба со страхом.

Часть 3. Завершающая.

Цель – усилить «Я» ребёнка: повысить самооценку, уверенность в себе и своих силах, закрепить положительные эмоции. Рефлексия занятия предполагает оценку занятия в двух аспектах: эмоциональном (понравилось – не понравилось, было хорошо – было плохо и почему), и смысловом (почему это важно, зачем мы это делали). Рефлексия предполагает, что дети сами или с помощью взрослого отвечают на вопрос, зачем это нужно, как это может помочь в жизни, дают обратную эмоциональную связь друг другу и психологу. В конце занятия ребята могут поаплодировать друг другу, говорить комплименты, добрые слова, пожелания… Можно использовать музыку, танец.

3 этап – контрольный (итоговая диагностика).

Цель: определение эффективности коррекционной работы.

В целях оценки результатов освоения первоклассниками программы коррекционной работы целесообразно использовать две формы диагностики: вводную и итоговую.

Проводить коррекционную работу по устранению страхов и тревожности лучше в малой группе, где число участников варьируется до 10 - 12 человек.

Преимущества групповой формы работы по сравнению с индивидуальной:

* общая тревожность детей в группе снижается, так как они видят, что страхи есть у всех и это вполне нормально;
* дети в группе становятся более инициативными;
* групповая работа позволяет детям повысить самооценку, развивать способность к рефлексии.

Во время занятий дети сидят в кругу – на стульчиках или на полу. Круг – это возможность открытого общения. Форма круга создает ощущение целостности, завершенности, придает гармонию отношениям детей, позволяет им ощутить особую общность, облегчает взаимопонимание и взаимодействие.

1. **ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ЗАНЯТИЙ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема** | **Цели** | **Формы работы, упражнения** |
| 1 | «Давайте знакомиться!» | Цель: знакомство с детьми, создание позитивного настроя, сплочение детей, эмоциональное и мышечное расслабление, повышение уверенности в себе. | 1. Ритуал приветствия 2. Упражнение «Давайте знакомиться!» 3. Упражнение «Клубочек» 4. Упражнение «Я – лев!» 5. Упражнение «Одуванчик» 6. Упражнение «Шепталки – кричалки» 7. Рефлексия 8. Ритуал прощания |
| 2 | «Страх мой – враг мой» | Цель: осознание своего эмоционального состояния, создание условий для преодоления детьми чувства страха, снижение психоэмоционального напряжения. | 1. Ритуал приветствия  2. Упражнение «В зоопарке»  3. Упражнение «Страхи в мешке»  4. Упражнение «Стряхивание страха»  5. Упражнение «Комплимент»  6. Рефлексия  7. Ритуал прощания |
| 3 | «У страха глаза велики» | Цель: создание условий для преодоления детьми чувства страха, снижение психоэмоционального напряжения, повышение уверенности в себе, снятие мышечных зажимов. | 1. Ритуал приветствия  2. Упражнение «Пропой имя»  3. Работа с текстом Носова Н. «Живая шляпа»  4. Упражнение «Пружинки»  5. Упражнение «Аплодисменты»  6. Рефлексия  7. Ритуал прощания |
| 4 | «В гостях у Бабы Яги» | Цель:создание условий для преодоления детьми чувства страха, снижение психоэмоционального напряжения, повышение уверенности в себе. | 1. Ритуал приветствия  2. Упражнение «Шепталки – кричалки»  3. Работа со сказкой «Бабка-Ежка»  4. Упражнение «Художники»  5. Рефлексия  6. Ритуал прощания |
| 5 | «Школа смельчаков» | Цель: снижение школьной тревожности, повышение чувства уверенности в своих силах, самопринятия. | 1. Ритуал приветствия  2. Упражнение «Поймай моль»  3.Упражнение «Кто умеет?»  4.Работа со сказкой «О девочке и строгой учительнице» О.В. Хухлаева [10].  5.Упражнение «Поймай мигалку!»  6. Рефлексия  7. Ритуал прощания |
| 6 | «Безопасное убежище» | Цель:снижение школьной тревожности, повышение уверенности в себе, снижение эмоционального напряжения. | 1. Ритуал приветствия  2. Упражнение «Росток»  3.Упражнение «Закончи предложение»  4. Упражнение «Храбрец»  5. Упражнение «Волшебные конфеты»  6. Рефлексия  7. Ритуал прощания |
| 7 | «Поединок со страхом» | Цель:создание условий для преодоления детьми чувства страха, снижение мышечных зажимов. | 1. Ритуал приветствия  2. Упражнение «Походки»  3. Работа по мультфильму «Котенок по имени Гав»  4. Рисование на тему «Я не боюсь!»  5. Упражнение «Пузыри страха»  6. Рефлексия  7. Ритуал прощания |
| 8 | «Моя кровать – моя крепость» | Цель: способствовать развитию умения справляться с чувством страха, тревоги, способствовать развитию эмпатии, умению сопереживать другим. | 1. Ритуал приветствия  2. Упражнение «Обезьянки»  3. Работа со сказкой «Добрая фея – Темная ночка»  4. Упражнение «Жмурки»  5. Упражнение «Букет из шаров»  6. Рефлексия  6. Ритуал прощания |
| 9 | «Не страшно, а смешно» | Цель: снижение школьной тревожности, повышение уверенности в себе, снижение эмоционального напряжения. | 1. Ритуал приветствия  2. Упражнение «Сюрприз»  3.Упражнение «Веселая история о монстре»  4. Игра «Петушиный бой»  5. Рефлексия  6. Ритуал прощания |
| 10 | «Я не боюсь!» | Цель:освобождение от отрицательных эмоций, повышение уверенности в своих силах. | 1. Ритуал приветствия  2. Игра «Цветок»  3. Упражнение «Здравствуй!»  4. Упражнение «Нет грусти и тревоге!»  5. Упражнение «Я больше не боюсь!»  6. Упражнение «Желаю тебе»  7. Рефлексия  8. Ритуал прощания |

1. **СИСТЕМА ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ**

Для результативной коррекционно-развивающей работы необходима система взаимодействия педагога-психолога с другими участниками образовательного процесса.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Участники  образоват. процесса | Функции участников  образовательного процесса | Направления работы  педагога-психолога |
| Педагог | * Повышение педагогами психологической компетентности. * Создание доброжелательного климата, доверительных отношений, организации педагогической поддержки детей в период адаптации к школе. * Выработка стратегии индивидуального (личностно-ориентированного) подхода к учащимся. * Формирование комфортной образовательной среды. | * Индивидуальное консультирование.   Консультирование и просвещение педагогов, предполагающее как собственно психологическое консультирование по запросам, так и совместную психолого-педагогическую работу по анализу учебной программы и ее адаптации к конкретным детям. Отдельный аспект – консультирование педагогов по вопросам, касающимся организации педагогической поддержки детей с повышенным уровнем тревожности и страхов [11]. |
| Родители | * Повышение психологической компетентности родителей в вопросах, которые наиболее актуальны с точки зрения переживаемого детьми периода развития. * Создание доброжелательных, доверительных отношений с детьми. * Формирование комфортных условий для занятий ребенка дома. | * Выступление на родительском собрании по теме: «Осторожно: страхи!» (психолог знакомит родителей с понятием «страх», его видах, и, главное, о доступных способах борьбы с ним). * Анкетирование родителей «Тревожен ли мой ребенок?» (см. приложение 5). * Оформление памяток «Родителям тревожного ребенка», «Если ребенок боится…» (см. приложение 6,7). * Индивидуальное консультирование (по запросу) родителей первоклассников по результатам вводной диагностики и итогам коррекционно-развивающей работы. |

1. **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

В результате целенаправленной деятельности поснижению уровня школьной тревожности и страхов у первоклассников ожидаются следующие результаты:

* снижение уровня тревожности у детей;
* снижение количества страхов;
* повышение уровня самооценки;
* улучшение взаимодействия в сложившемся коллективе;
* овладение учащимися некоторым способами саморегуляции.

1. **КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ**

**ДОСТИЖЕНИЯ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ**

Основным критерием оценки достижения планируемых результатов освоения первоклассниками программы коррекционной работы выступает наличие положительной динамики обучающихся в качественных показателях, отражающих преодоление отклонений в развитии: дети будут более коммуникабельными, внимательными, спокойными, уверенными в себе, способными контролировать свое эмоциональное состояние.

Оценка количественных результатов освоения первоклассниками программы коррекционной работы осуществляется с помощью диагностических методик:

1. Тест школьной тревожности Филлипса.

2. Тест «Страхи в домиках».

3. Тест «Кактус».

Предполагается, что количество детей с высоким уровнем тревожности снизится на 30-40 %, на 20-30 % снизится количество детей с высоким уровнем страхов.

Диагностики, обладая такими характеристиками, как научность, информативность, наличие обратной связи, позволяют осуществить не только оценку достижений планируемых результатов освоения обучающимися программы коррекционной работы, но и вносить (в случае необходимости) коррективы в ее содержание и организацию.

1. **БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК**

1. Акопян, Л.С. Особенности преодоление страхов у детей младшего школьного возраста / Л.С. Акопян // Образование и саморазвитие. - 2010. - № 17. - с. 218.

2. Быстрова, Е.В. Изучение особенностей проявления тревожности у детей младшего школьного возраста / Е.В. Быстрова // Современные научные исследования и инновации. - 2015. - № 9. Ч. 2 [Электронный ресурс]. URL: <http://web.snauka.ru/issues/2015/09/57749>.

3. Вараксина, А.В. Анализ программ коррекции страхов у младших школьников средствами арт-терапии / А.В. Вараксина // Молодой ученый. - 2015. - № 21. - с. 700-703.

# 4. Захаров, А.И. Происхождение и психотерапия детских неврозов: моногр. / А.И. Захаров. - СПб.: КАРО, 2011. – 266 с.

# 5. Ильин, Е.П. Психология страха: моногр. / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2017. – 344 с.

6. Моргулец, Г.Г. Преодоление тревожности и страхов у первоклассников: учебно-метод. пособие / Г.Г. Моргулец, О.В. Расулова. – М.: Учитель, 2019. – 136 с.

7. Панфилова, М.А. Игротерапия общения: Тесты и коррекционные игры: практическое пособие для психологов, педагогов и родителей / М.А. Панфилова. - М.: «Издательство ГНОМ и Д», 2001. - 160 с.

8. Прихожан, А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика / А.М. Прихожан. - М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2000. — 304 с.

9. Саржанова А.С., Егенисова А.К. Детские страхи и пути их преодоления. / А. С. Саржанова, А. К. Егенисова // Современные наукоёмкие технологии. - 2013. - № 7. - с. 155-157.

10. Хухлаева О.В., Хухлаев О.Е. Лабиринты детской души. Терапевтическая сказка: моногр. / О.В. Хухлаева, О.Е. Хухлаев. - М.: Академический проект, 2019. - 176 с.

11. Цукерман Г.А., Поливанова К.Н. Введение в школьную жизнь: Программа адаптации детей к школьной жизни / Г.А. Цукерман, К.Н. Поливанова. М.: ВИТА-ПРЕСС, 2012. - 120 с.

**Приложение 1**

*«Альбом наших успехов»*



**Приложение 2**

*Упражнение «Нарисовать страх и подружиться с ним»*



**Приложение 3**

*«Книга нестрашных страхов»*



**Приложение 4**

*Рисунок-схема «Исчезновение страха»*



**Приложение 5**

# *Анкета по выявлению тревожности у детей*

# *Г.П. Лаврентьевой, Т.М. Титаренко*

Инструкция: ответьте, пожалуйста, на предложенные утверж­дения либо «да», либо нет».

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Ребенок** | Да | Нет |
| 1. Не может долго работать не уставая |  |  |
| 2. Ему трудно сосредоточиться на чем-то |  |  |
| 3. Любое задание вызывает излишнее беспокойство |  |  |
| 4. Во время выполнения заданий очень напряжен, скован |  |  |
| 5. Смущается чаще других |  |  |
| 6. Часто говорит о возможных  неприятностях |  |  |
| 7. Как правило, краснеет в незнакомой обстановке |  |  |
| 8. Жалуется, что снятся страшные сны |  |  |
| 9. Руки обычно холодные и влажные |  |  |
| 10. Нередко бывает расстройство стула |  |  |
| 11. Сильно потеет, когда волнуется |  |  |
| 12. Не обладает хорошим аппетитом |  |  |
| 13. Спит беспокойно, засыпает с трудом |  |  |
| 14. Пуглив, многое вызывает у него страх |  |  |
| 15. Обычно беспокоен, легко расстраивается |  |  |
| 16. Часто не может сдержать слезы |  |  |
| 17. Плохо переносит ожидание |  |  |
| 18. Не любит браться за новое дело |  |  |
| 19. Не уверен в себе, в своих силах |  |  |
| 20. Боится сталкиваться с трудностями |  |  |

Суммируйте количество ответов «да», чтобы получить общий балл тревожности.

Высокая тревожность - 15 - 20 баллов.

Средняя тревожность - 7 – 14 баллов.

Низкая тревожность - 1 - 6 баллов.

**Приложение 6**

*Памятка для родителей тревожного ребенка*

1. Старайтесь создавать для ребенка ситуации, где бы он смог проявить свои таланты, достоинства, чтобы приобрести уверенность в себе и заслужить уважение сверстников: совместные праздники, спортивные игры, посещайте бассейн, походы в парк, театр, кино, на выставки.

2. Не сравнивайте ребенка с окружающими.

3. Чаще используйте телесный контакт.

4.Способствуйте повышению самооценки ребенка, чаще хвалите его, но так, чтобы он знал, за что.

5.Общаясь с ребенком, не подрывайте авторитет других значимых для него людей.

6. Контролируйте свои реакции на различные жизненные ситуации, будьте во всем примером ребенку.

7. Не предъявляйте к ребенку завышенных требований. ребенок должен чувствовать, что его принимают и ценят вне зависимости от его достижений, успехов.

8. Будьте последовательны в воспитании ребенка.

9. Старайтесь делать ребенку как можно меньше замечаний.

10. Ежедневно отмечайте успехи ребенка, сообщая о них в присутствии других членов семьи.

11. Необходимо отказаться от слов, унижающих достоинства ребенка.

12. Не надо кричать ни на детей, ни в присутствии детей.

13. Наказание использовать лишь в крайних случаях.

14. Необходимо, чтобы в семье царило доверие и уважение.

**Приложение 7**

*Советы родителям «Если ребенок боится…»*

1. Не стоит заниматься "закаливанием", т. е. если ребенок боится темноты и спать один, не запирайте его в комнате, "чтобы привыкал". Вы еще больше напугаете ребенка, но это самое меньшее, что может произойти. Последствия таких "закаливаний" печальны: неврозы, заикания, отклонения в развитии.
2. Не относитесь к страхам детей как к капризам, тем более нельзя ругать и наказывать детей за "трусость".
3. Не принижайте значение страха для самого ребенка, не игнорируйте его жалобы. Важно дать почувствовать ребенку, что вы его хорошо понимаете: объяснить малышу, что "монстров" не существует, обычно невозможно.
4. Постоянно уверяйте ребенка, что он в полной безопасности, тем более, когда вы, родитель, рядом с ним. Ребенок должен верить вам.
5. Обсуждайте с малышом его страхи. Главная задача родителей – понять, что именно беспокоит его и что явилось причиной страха.
6. Постарайтесь отвлекать ребенка. Например, когда у него началась паника, займите его игрой, наблюдением за чем-нибудь. Больше разговаривайте с ребенком!
7. Поддерживайте ребенка, но не идите на поводу. Например, если ребенок боится огня, можно не включать в его присутствии газовую плиту, такое поведение успокоит малыша, но не избавит его от страха.

**Приложение 8**

*Тест школьной тревожности Филлипса*

**Цель**: Изучение уровня и характера тревожности, связанной со школой у детей младшего и среднего школьного возраста.  
Тест состоит из 58 вопросов, которые могут зачитываться школьникам, а могут и предлагаться в письменном виде. На каждый вопрос требуется однозначно ответить «Да» или «Нет».  
**Инструкция.**«Ребята, сейчас Вам будет предложен опросник, который состоит из вопросов о том, как Вы себя чувствуете в школе. Старайтесь отвечать искренне и правдиво, здесь нет верных или неверных, хороших или плохих ответов. Над вопросами долго не задумывайтесь.  
На листе для ответов вверху запишите свое имя, фамилию и класс. Отвечая на вопрос, записывайте его номер и ответ «+», если Вы согласны с ним, или «–» если не согласны».

**Текст опросника**  
1. Трудно ли тебе держаться на одном уровне со всем классом, быть как все?  
2. Волнуешься ли ты, когда учитель говорит, что собирается проверить, насколько ты знаешь материал?  
3. Трудно ли тебе работать в классе так, как этого хочет учитель?  
4. Снится ли тебе временами, что учитель в ярости оттого, что ты не знаешь урок?  
5. Случалось ли, что кто-нибудь из твоего класса бил или ударял тебя?  
6. Часто ли тебе хочется, чтобы учитель не торопился при объяснении нового материала, пока ты не поймешь, что он говорит?  
7. Сильно ли ты волнуешься при ответе или выполнении задания?  
8. Случается ли с тобой, что ты боишься высказываться на уроке, потому что боишься сделать глупую ошибку?  
9. Дрожат ли у тебя колени, когда тебя вызывают отвечать?  
10. Часто ли твои одноклассники смеются над тобой, когда вы играете в разные игры?  
11. Случается ли, что тебе ставят более низкую оценку, чем ты ожидал?  
12. Волнует ли тебя вопрос о том, не оставят ли тебя на второй год?  
13. Стараешься ли ты избегать игр, в которых делается выбор, потому что тебя, как правило, не выбирают?  
14. Бывает ли временами, что весь дрожишь, когда тебя вызывают отвечать?  
15. Часто ли у тебя возникает ощущение, что никто из твоих одноклассников не хочет делать то, что хочешь ты?  
16. Сильно ли ты волнуешься перед тем, как начать выполнять задание?  
17. Трудно ли тебе получать такие отметки, каких ждут от тебя родители?  
18. Боишься ли ты временами, что тебе станет дурно в классе?  
19. Будут ли твои одноклассники смеяться над тобой, если ты сделаешь ошибку при ответе?  
20. Похож ли ты на своих одноклассников?  
21. Выполнив задание, беспокоишься ли ты о том, хорошо ли с ним справился?  
22. Когда ты работаешь в классе, уверен ли ты в том, что все хорошо запомнишь?  
23. Снится ли тебе иногда, что ты в школе не можешь ответить на вопрос учителя?  
24. Верно ли, что большинство ребят относятся к тебе по–дружески?  
25. Работаешь ли ты более усердно, если знаешь, что результаты твоей работы будут сравниваться в классе с результатами твоих одноклассников?  
26. Часто ли ты мечтаешь о том, чтобы поменьше волноваться, когда тебя спрашивают?  
27. Боишься ли ты временами вступать в спор?  
28. Чувствуешь ли ты, что твое сердце начинает сильно биться, когда учитель говорит, что собирается проверить твою готовность к уроку?  
29. Когда ты получаешь хорошие отметки, думает ли кто-нибудь из твоих друзей, что ты хочешь выслужиться?  
30. Хорошо ли ты себя чувствуешь с теми из твоих одноклассников, к которым ребята относятся с особым вниманием?  
31. Бывает ли, что некоторые ребята в классе говорят что–то, что тебя задевает?  
32. Как ты думаешь, теряют ли расположение те из учеников, которые не справляются с учебой?  
33. Похоже ли на то, что большинство твоих одноклассников не обращают на тебя внимания?  
34. Часто ли ты боишься выглядеть нелепо?  
35. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся учителя?  
36. Помогает ли твоя мама в организации вечеров, как другие мамы твоих одноклассников?  
37. Волновало ли тебя когда-нибудь, что думают о тебе окружающие?  
38. Надеешься ли ты в будущем учиться лучше, чем сейчас?  
39. Считаешь ли ты, что одеваешься в школе так же хорошо, как и твои одноклассники?  
40. Часто ли ты задумываешься, отвечая на уроке, что думают о тебе в это время другие?  
41. Обладают ли способные ученики какими–то особыми правами, которых нет у других ребят в классе?  
42. Злятся ли некоторые из твоих одноклассников, когда тебе удается быть лучше их?  
43. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся одноклассники?  
44. Хорошо ли ты себя чувствуешь, когда остаешься один на один с учителем?  
45. Высмеивают ли временами одноклассники твою внешность и поведение?  
46. Думаешь ли ты, что беспокоишься о своих школьных делах больше, чем другие ребята?  
47. Если ты не можешь ответить, когда тебя спрашивают, чувствуешь ли ты, что вот–вот расплачешься?  
48. Когда вечером ты лежишь в постели, думаешь ли ты временами с беспокойством о том, что будет завтра в школе?  
49. Работая над трудным заданием, чувствуешь ли ты порой, что совершенно забыл вещи, которые хорошо знал раньше?  
50. Дрожит ли слегка твоя рука, когда ты работаешь над заданием?  
51. Чувствуешь ли ты, что начинаешь нервничать, когда учитель говорит, что собирается дать классу задание?  
52. Пугает ли тебя проверка твоих заданий в школе?  
53. Когда учитель говорит, что собирается дать классу задание, чувствуешь ли ты страх, что не справишься с ним?  
54. Снилось ли тебе временами, что твои одноклассники могут сделать то, что не можешь ты?  
55. Когда учитель объясняет материал, кажется ли тебе, что твои одноклассники понимают его лучше, чем ты?  
56. Беспокоишься ли ты по дороге в школу, что учитель может дать классу проверочную работу?  
57. Когда ты выполняешь задание, чувствуешь ли ты обычно, что делаешь это плохо?  
58. Дрожит ли слегка твоя рука, когда учитель просит сделать задание на доске перед всем классом?

**Обработка и интерпретация результатов**  
При обработке результатов выделяют вопросы, ответы на которые не совпадают с ключом теста. Например, на 58-й вопрос ребенок ответил «Да», в то время как в ключе этому вопросу соответствует «–», то есть ответ «Нет». Ответы, не совпадающие с ключом — это проявление тревожности. При обработке подсчитываются:  
1. Общее число несовпадений по всему тесту. Если оно больше 50%, можно говорить о повышенной тревожности ребенка, если больше 75% от общего числа вопросов теста — о высокой тревожности.  
2. Число совпадений по каждому из 8 факторов тревожности, выделяемых в тесте. Уровень тревожности определяется также, как и в первом случае. Анализируется общее внутреннее эмоциональное состояние школьника, во многом определяющееся наличием тех или иных тревожных синдромов (факторов) и их количеством.  
Распределение вопросов по факторам

|  |  |
| --- | --- |
| Факторы | № вопросов |
| 1. Общая тревожность в школе | 2, 4, 7, 12, 16, 21, 23, 26, 28, 46, 47,48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58 Е=22 |
| 2. Переживание социального стресса | 5, 10, 15, 20, 24, 30, 33, 36, 39, 42,44 Е=11 |
| 3. Фрустрация потребности в достижении успеха | 1, 3, 6, 11, 17, 19, 25, 29, 32, 35, 38, 41, 43  **Е=13** |
| 4. Страх самовыражения | 27, 31, 34, 37, 40, 45 Е=6 |
| 5. Страх ситуации проверки знаний | 2, 7, 12, 16, 21, 26 Е=6 |
| 6. Страх несоответствовать ожиданиям окружающих | 3, 8, 13, 17, 22 Е=5 |
| 7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу | 9, 14, 18, 23, 28 Е=5 |
| 8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями | 2, 6, 11, 32, 35, 41, 44, 47 Е=8 |

**Ключ к вопросам:**  
«+» — Да  
«–» — Нет

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 – | 19 – | 37 – | 55 – |
| 2 – | 20 + | 38+ | 56 – |
| 3 – | 21 – | 39+ | 57 – |
| 4 – | 22 + | 40 – | 58 – |
| 5 – | 23 – | 41+ |  |
| 6 – | 24 + | 42 – |  |
| 7 – | 25 + | 43+ |  |
| 8 – | 26 – | 44+ |  |
| 9 – | 27 – | 45 – |  |
| 10 – | 28 – | 46 – |  |
| 11+ | 29 – | 47 – |  |
| 12 – | 30 + | 48 – |  |
| 13 – | 31 – | 49 – |  |
| 14 – | 32 – | 50– |  |
| 15 – | 33 – | 51 – |  |
| 16 – | 34 – | 52 – |  |
| 17 – | 35 + | 53 – |  |
| 18 – | 36+ | 54– |  |

**Результаты:**  
1) Число несовпадений знаков («+» — Да, «–» — Нет) по каждому фактору  
(– абсолютное число несовпадений в процентах: < 50%; ³ 50%; ³ 75%).  
Для каждого респондента:  
2) Представление этих данных в виде индивидуальных диаграмм.  
3) Число несовпадений по каждому измерению для всего класса:  
–– абсолютное значение — < 50%; ³ 50%; ³ 75%.  
4) Представление этих данных в виде диаграммы.  
5) Количество учащихся, имеющих несовпадения по определенному фактору ³ 50% и ³ 75% (для всех факторов).  
6) Представление сравнительных результатов при повторных замерах.  
7) Полная информация о каждом учащемся (по результатам теста).

**Содержательная характеристика каждого синдрома (фактора)**  
1. Общая [**тревожность**](http://www.vashpsixolog.ru/index.php/working-with-parents/51-interviews-advice-for-parents/434-anxiety-in-children) в школе — общее состояние ребенка, связанное с различными формами его включения в жизнь школы.  
2. Переживание социального [**стресса**](http://www.vashpsixolog.ru/index.php/psychology-for-all/98-psychosomatics/450-stress) — эмоциональное состояние ребенка, на фоне которого развиваются его социальные контакты (прежде всего — со сверстниками).  
3. Фрустрация потребности в достижении успеха — неблагоприятный психический фон, не позволяющий ребенку развивать свои потребности в успехе, достижении высокого результата и т. д.  
4. Страх самовыражения — негативные эмоциональные переживания ситуаций, сопряженных с необходимостью самораскрытия, предъявления себя другим, демонстрации своих возможностей.  
5. Страх ситуации проверки знаний — негативное отношение и переживание тревоги в ситуациях проверки (особенно — публичной) знаний, достижений, возможностей.  
6. Страх не соответствовать ожиданиям окружающих — ориентация на значимость других в оценке своих результатов, поступков и мыслей, тревога по поводу оценок, даваемых окружающим, ожидание негативных оценок.  
7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу — особенности психофизиологической организации, снижающие приспособляемость ребенка к ситуациям стрессогенного характера, повышающие вероятность неадекватного, деструктивного реагирования на тревожный фактор среды.  
8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями — общий негативный эмоциональный фон отношений со взрослыми в школе, снижающий успешность обучения ребенка.

**Приложение 9**

*Методика выявления детских страхов “Страхи в домиках”*

**Авторы методики**: А.И. Захаров и М. Панфилова.

**Цель:**выявление и уточнение преобладающих видов страхов (страх темноты, одиночества, смерти, медицинские страхи и т. д.) у детей старше 3-х лет.

**Инструкция и описание**: Прежде чем помочь детям в преодолении страхов, необходимо выяснить, весь спектр страхов и каким конкретно страхам они подвержены.

Данная методика подходит в тех случаях, когда ребенок еще плохо рисует или не любит рисовать (хотя такое задание даже не интересующиеся рисованием дети принимаю обычно с удовольствием). Взрослый рисует контурно два дома (на одном или на двух листах): черный и красный. И потом предлагает расселить в домики страхи из списка (взрослые называет по очереди страхи). Записывать нужно те страхи, которые ребенок поселил в черный домик, т.е. признал, что он боится этого. У детей постарше можно спросить: “Скажи, ты боишься или не боишься …”.

Беседу следует вести неторопливо и обстоятельно, перечисляя страхи и ожидая ответа “да” - “нет” или “боюсь” - “не боюсь”. Повторять вопрос о том, боится или не боится ребенок, следует только время от времени. Тем самым избегается наводка страхов, их непроизвольное внушение. При стереотипном отрицании всех страхов просят давать развернутые ответы типа “не боюсь темноты”, а не “нет” или “да”. Взрослый, задающий вопросы, сидит рядом, а не напротив ребенка, не забывая его периодически подбадривать и хвалить за то, что он говорит все как есть. Лучше, чтобы взрослый перечислял страхи по памяти, только иногда заглядывая в список, а не зачитывая его.

После выполнения задания ребенку предлагается закрыть черный дом на замок (нарисовать его), а ключ - выбросить или потерять. Данный акт успокаивает актуализированные страхи.

Инструкция*:* “В черном домике живут страшные страхи, а в красном - не страшные. Помоги мне расселить страхи из списка по домикам”.

Ты боишься:

1.когда остаешься один;  
2. нападения;  
3. заболеть, заразиться;  
4. умереть;  
5. того, что умрут твои родители;  
6. каких-то детей;  
7. каких-то людей;  
8. мамы или папы;  
9. того, что они тебя накажут;  
10. Бабы Яги, Кощея Бессмертного, Бармалея, Змея Горыныча, чудовища. (У школьников к этому списку добавляются страхи невидимок, скелетов, Черной руки, Пиковой Дамы - вся группа этих страхов обозначена как страхи сказочных персонажей);  
11. перед тем как заснуть;  
12. страшных снов (каких именно);  
13. темноты;  
14. волка, медведя, собак, пауков, змей (страхи животных);  
15. машин, поездов, самолетов (страхи транспорта);  
16. бури, урагана, наводнения, землетрясения (страхи стихии);  
17. когда очень высоко (страх высоты);  
18. когда очень глубоко (страх глубины);  
19. в тесной маленькой комнате, помещении, туалете, переполненном автобусе, метро (страх замкнутого пространства);  
20. воды;  
21. огня;  
22. пожара;  
23. войны;  
24. больших улиц, площадей;  
25. врачей (кроме зубных);  
26. крови (когда идет кровь);  
27. уколов;  
28. боли (когда больно);  
29. неожиданных, резких звуков, когда что-то внезапно упадет, стукнет (боишься, вздрагиваешь при этом);  
30. сделать что-либо не так, неправильно (плохо - у дошкольников);  
31. опоздать в сад (школу).

**Анализ результатов:** Анализ полученных результатов заключается в том, что экспериментатор подсчитывает страхи в черном доме и сравнивает их с возрастными нормами. Совокупные ответы ребенка объединяются в несколько групп по видам страхов. Если ребенок в трех случаях из четырех-пяти дает утвердительный ответ, то этот вид страха диагностируется как имеющийся в наличии. Из 31 вида страхов, выделенных автором, у детей наблюдаются от 6 до 15. У городских детей возможное количество страхов доходит до 15.

Все перечисленные здесь страхи можно разделить на несколько групп:

• медицинские страхи - боль, уколы, врачи, болезни;

• страхи, связанные с причинением физического ущерба - транспорт, неожиданные звуки, пожар, война, стихии;

• страх смерти (своей);

• боязнь животных;

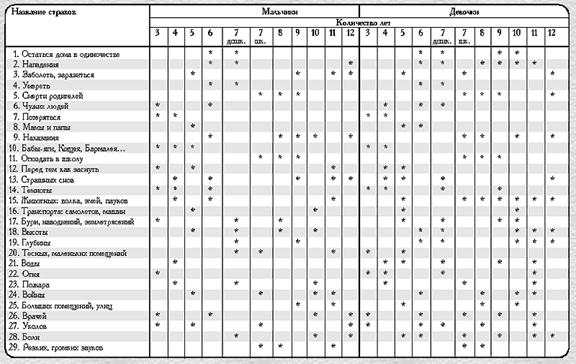
• страхи сказочных персонажей;

• страх темноты и кошмарных снов;

• социально-опосредованные страхи - людей, детей, наказаний, опозданий, одиночества;

• пространственные страхи - высоты, глубины, замкнутых пространств;

Наличие большого количества разнообразных страхов у ребенка - это показатель преневротического состояния.



**Приложение 10**

*Графическая методика «Кактус»*

**Автор:**М.А. Панфилова.

**Цель:**исследование эмоционально-личностной сферы ребенка.  
**Инструкция и описание**: При проведении диагностики испытуемому выдается лист бумаги форматом А4 и простой карандаш. Возможен вариант с использованием цветных карандашей восьми «люшеровских» цветов, тогда при интерпретации учитываются соответствующие показатели теста Люшера.  
Инструкция: «На листе бумаги нарисуй кактус - таким, каким ты его себе представляешь». Вопросы и дополнительные объяснения не допускаются.  
  
После завершения рисунка ребенку в качестве дополнения можно задать вопросы, ответы которые помогут уточнить интерпретацию:

1. Этот кактус домашний или дикий?  
2. Этот кактус сильно колется? Его можно потрогать?  
3. Кактусу нравиться, когда за ним ухаживают, поливают, удобряют?  
4. Кактус растет один или с каким-то растением по соседству? Если растет с соседом, то, какое это растение?  
5. Когда кактус подрастет, то, как он изменится (иголки, объем, отростки)?

**Анализ результатов:**

При обработке результатов принимаются во внимание данные, соответствующие всем графическим методам, а именно:

* пространственное положение
* размер рисунка
* характеристики линий
* сила нажима на карандаш

Кроме того, учитываются специфические показатели, характерные именно для данной методики:

* характеристика «образа кактуса» (дикий, домашний, женственный и т.д.)
* характеристика манеры рисования (прорисованный, схематичный и пр.)
* характеристика иголок (размер, расположение, количество)

По результатам обработанных данных по рисунку можно диагностировать качества личности испытуемого ребенка:

* Агрессивность – наличие иголок, особенно их большое количество. Сильно торчащие, длинные, близко расположенные друг к другу иголки отражают высокую степень агрессивности.
* Импульсивность – отрывистые линии, сильный нажим.
* Эгоцентризм, стремление к лидерству – крупный рисунок, расположенный в центре листа.
* Неуверенность в себе, зависимость – маленький рисунок, расположенный внизу листа.
* Демонстративность, открытость – наличие выступающих отростков в кактусе, вычурность форм.
* Скрытность, осторожность – расположение зигзагов по контуру или внутри кактуса.
* Оптимизм – изображение «радостных» кактусов, использование ярких цветов в варианте с цветными карандашами.
* Тревожность – преобладание внутренней штриховки, прерывистые линии, использование темных цветов в варианте с цветными карандашами.
* Женственность – наличие мягких линий и форм, украшений, цветов.
* Экстравертированность – наличие на рисунке других кактусов или цветов.
* Интровертированность – на рисунке изображен только один кактус.
* Стремление к домашней защите, чувство семейной общности – наличие цветочного горшка на рисунке, изображение домашнего кактуса.
* Отсутствие стремления к домашней защите, чувство одиночества – изображение дикорастущего, пустынного кактуса.