

Описание

Психолого-педагогической развивающей программы
«Как стать активным и успешным» (Формирование субъектности через преобразование тревожности у детей младшего школьного возраста 7-11 лет)

Авторы:

Рудомазина Виктория Михайловна

Педагог-психолог ГБОУ ЦПМСС «Взаимодействие»,

Аспирант

Московского Городского Психолого-Педагогического Университета

Специальности: 19.00.13 — психология развития, акмеология

Иовлева Татьяна Евгеньевна

Кандидат психологических наук, доцент кафедры общей психологии

Московского Городского областного университета

2016 г.

ВВЕДЕНИЕ

В последнее десятилетие произошли существенные изменения в сфере образования, воспитания и развития детей. К великому сожалению личность, ее уникальность и индивидуальная траектория развития постепенно отходят на второй план. Чаще в современной научной литературе можно встретить термины «единый государственный стандарт» и «образовательные программы». Эти ограничения и подведения под общий знаменатель приводят к определенным успехам и образовательным достижениям, но неминуемо влекут за собой преобразования в образе современного ребенка: потеря самостоятельности и необходимости принимать какие-либо решения без участия взрослых. Ситуация неоднозначная, так как с одной стороны ребенок находится в зоне комфорта и не нуждается в проявлении повышенной активности и осознанности собственных поступков, с другой стороны – он лишен индивидуальности и автономности, которые отвечают за разнообразность и красочность его личности. Кроме этого, в общении современные дети сталкиваются с потерей интереса к личности другого, отсутствием терпения к «непохожести» собеседника на себя. Это приводит к деструктивным формам общения, выражающимся в ссорах, крике и попытках силой получить желаемое. Современные изменения в образе детей являются следствием «обособленности» и являются преградой в построении конструктивных форм коммуникации.

Специалисты в области педагогики и психологии, напротив, настроены оптимистично и решительно: «В каждом ребенке горит огонек желания быть хорошим», «Яркая личность всегда сверкает талантом, обращенным к другим людям» [6]. На этих тезисах строится наша развивающая программа, представленная на конкурс. Возвращаясь к личности самого ребенка, подобная социальная ситуация развития проявляется в повышенной тревожности как ситуативного, так и личностного характера. На наш взгляд переживания, неуверенность и трудности ребенка не являются препятствием в развитии, а, напротив, стимулируют к преобразованию своей личности, умению составлять сценарий своих поступков и целей в жизни. Этот тезис нашел свое отражение в понятии субъектности – особой форме деятельности человека (авторской субъектной активности).

Отечественные психологи Л.И. Божович и Л.И. Анцыферова рассматривали феномен субъектности как важнейшее качество личности, способность овладевать миром, творить себя, создавать нечто новое в социуме [1]. В процессе работы над диссертацией было доказано, что субъектность определяется наличием у ребенка соответствующих ее атрибутов: активная позиция, инициативность, надситуативность, прогнозирование, рефлексия. Содержание программы строилось на представление о том, что субъектность может быть «оживлена», преобразоваться в свойство личности человека только в коллективе, при взаимодействии с окружающим миром [6].

Для реализации всех перечисленных задач была составлена психологопедагогическая развивающая программа: **«Формирование субъектности через преобразование тревожности у детей младшего школьного возраста».**

1. Пояснительная записка

1.1 Актуальность и практическая значимость

Актуальность программы определяется высоким научным интересом к проблеме преодоления тревожности у детей в младшем школьном возрасте и необходимости изучения функций субъектности, как качественно иного свойства личности в регуляции проявления тревожности детей младшего школьного возраста.

Практическая значимость программы развивающих занятий направлена на преодоление детской тревожности, имеющей как ситуативный, так и личностный характер. В результате проведенного исследования стало возможным утверждать, что преодоление тревожности осуществляется через развитие основных атрибутов субъектности. Так, при повышении уровня субъектности тревожный ребенок получает психологические ресурсы, позволяющие преодолевать собственные переживания, адаптироваться к трудностям и стараться их предвидеть, анализируя возможные ошибки. Данная программа построена на развитии активной жизненной позиции, позволяющей ребенку не прятаться от своих страхов, а стараться их преодолеть, адекватно оценивая себя и раскрывая свои возможности и способности. Процесс преодоления тревожности не является травмирующим событием, требующим снова и снова проигрывать волнующую ситуацию, ребенку не предлагается осознать свои страхи и пережить их заново – на занятиях дети косвенно обсуждают свои переживания, стратегии поведения, эффективные

способы решения трудных ситуаций. В качестве защитного барьера между ребенком и его переживаниями используются герои сказок, мультиков, персонажи историй, играющие символическое значение и оказывающие терапевтическое воздействие.

Сценарии занятий напоминают увлекательную историю, путешествуя по которой ребенок безболезненно для себя может попробовать себя как в роли сказочного персонажа, так и современного супер героя. Не замечая обучающего момента занятий, ребенок становится частью сделанных самостоятельно открытий, приобретая новые знания и умения. Каждое занятие построено на ощущении ребенком ситуации успеха, в которой работать над своими личными качествами становится еще приятней и интересней.

Важно отметить, что отличительной особенностью нашей программы является комплексный характер, включающий развитие как эмоциональной, познавательной, так и коммуникативной сферы ребенка. В процессе игровой деятельности дети сталкиваются с необходимостью договариваться, учитывать желание каждого и строить совместную деятельность, в соответствии с общими задачами, так как заинтересованы в одобрении и получении желаемого результата. Основным содержательным блоком программы является сплочение группы, командообразование, развитие эффективных способов взаимодействия в группе младших школьников. Также программа включает блок, направленный на раскрепощение, снятие эмоциональных и поведенческих зажимов, тревожности и неуверенности в себе. Так как, субъектность предполагает «авторскую позицию», считается необходимым развитие творческого мышления (креативности), актерского мастерства, позволяющего ребенку чувствовать себя более свободно и уверенно, используя вербальные и невербальные средства коммуникации.

Развитие атрибутов субъектности осуществлялось в несколько этапов, заключающихся в понимании смысла каждого атрибута и необходимости применения ребенку в его жизни (присвоение личного смысла); изучении тех ситуаций, в которых может применяться этот атрибут; получение механизмов и способов по развитию данного атрибута. По данному алгоритму детям предъявлялся каждый атрибут субъектности.

Содержание развивающей программы включало семь смысловых блоков, каждый из которых состоял от 2 до 5 занятий:

- Знакомство. Командообразование;
- Снятие напряжения. Раскрепощение;
- Развитие активной позиции; ➤ Развитие инициативности;

Материал к проекту «Как стать активным и успешным» (Формирование субъектности через преобразование тревожности у детей младшего школьного возраста 7-11 лет)»
Рудомазина В. М., Иовлева Т.Е.

- Развитие надситуативности;
- Развитие прогнозирования;
- Развитие рефлексии. Подведение итогов.

Программа полна методическими наработками (диагностический пакет методик, дневник занятий, таблица динамики развития тревожности и субъектности, поведенческая шкала тревожности и др.), которые делают проведение программы специалистами наиболее удобным, служат интересным материалом для обмена опытом.

1.2 Цель, задачи и направленность программы

Цель психолого-педагогической развивающей программы заключается в преодолении тревожности у детей младшего школьного возраста и развитии атрибутов субъектности, которые являются ресурсами для осознанного самовыражения.

Задачи:

1. Преодоление травмирующих переживаний;
2. Развитие навыков самопрезентации;
3. Развитие потенциала и навыков самоконтроля;
4. Развитие позитивного отношения к миру;
5. Развитие личностно-ориентированных партнерских взаимоотношений.

Показания. Программа развивающих занятий направлена на работу с детьми младшего школьного возраста с 7-11 лет (1-4 класс), проводится в формате групповых занятий в рамках профилактической или развивающей работы педагога-психолога образовательных учреждений.

Рекомендуется для детей:

- С низкой или высокой ситуативной или личностной тревожностью;
- Со слабой нервной системой и трудностями в проявлении эмоций;
- Низкой успеваемостью;
- Проблемами в общении с взрослыми и сверстниками;
- Пассивной стратегией поведения;
- Недостатком инициативности;

- Неумением выходить за пределы конкретной ситуации;
- Неспособностью прогнозировать; □ Неспособностью к рефлексии.

Программа также рассчитана на детей, которые имеют трудности в общении со сверстниками, выражении себя, несамостоятельности, отсутствии социальных навыков взаимодействия с окружающим миром.

1.3 Принципы работы

Развивающая программа строится на следующих принципах работы: 1.

Системность и цикличность подачи материала. Содержание программы строится на смене тематических блоков, имеющих определенный смысловой конструкт и последовательность в предъявлении на занятиях.

2. **Доступность.** Содержание занятий понятно и доступно, соответствует возрасту и социальной ситуации развития детей младшего школьного возраста.

3. **Наглядность.** Изложенный материал преподносится в наглядной форме, опираясь на примеры знакомых ребенку персонажей мультимедиа, фильмов и сказок.

4. **Содержательность (информативность).** В ходе каждого занятия ребенок получает новые знания о себе и окружающем мире.

5. **Практичность.** В процессе занятия ребенку предлагаются ситуации, в которых он может опробовать и оценить полученные знания, понять как, и в каких ситуациях можно ими воспользоваться.

6. **Индивидуальность.** В процессе занятия учитываются индивидуальные особенности личности каждого ребенка, его темп, возможности, ресурсы.

7. **Не навреди.** В случае дискомфорта ребенка в группе или наличия трудностей в эмоциональной или познавательной сфере, существенно отличавшихся по уровню от остальных детей - рекомендуется вывести ребенка из группы и перевести на индивидуальные занятия. Возможно, через какое-то время он сможет вернуться в свою группу или продолжить заниматься с другой подгруппой.

8. **Зона ближайшего развития.** Занятия строятся на личностном росте участников группы в процессе взаимодействия друг с другом. Это возможно за счет разного уровня тревожности и атрибутов субъектности.

9. **Проблемность.** Каждое занятие строится на решении какой-либо проблемы. В начале сценария программы проблема занятий носит коллективный характер, затем отношение к ней и решение становится личным достоянием ребенка.
10. **Осознанность.** В процессе получения новых знаний, ребенок учится анализировать, оценивать и наблюдать, что приводит к осознанности полученных знаний и навыков.
11. **Контроль и отслеживание результативности занятий.** В процессе проведения программы специалист ведет дневник занятий, где анализирует поведение группы в целом и развитие каждого из участников группы. Это позволит контролировать эффективность взаимодействия с каждым ребенком, не теряя связи с ним и траектории развития.

1.4 Продолжительность и реализация программы

Проведение программы рассчитано на 35 часов, 10 из которых занимает диагностический блок, направленный на индивидуальную и групповую работу с учащимися, 25 совместных занятий в группе.

1.5 Форма и режим занятий

Принцип малой группы. Для результативной и качественной работы по данной программе рекомендуется формирование малых групп 7-15 человек. Поскольку программа лично ориентирована и учитывает отслеживание траектории развития каждого ребенка, превышение по количеству детей в группе может привести к снижению эффективности работы.

Время занятий. Занятия рекомендуется проводить два раза в неделю по 40 мин. При таком темпе эффективность и развивающий эффект программы наиболее велик.

1.6 Формы контроля за реализацией программы

До и после проведения программы проводится комплексная диагностика уровней тревожности и субъектности.

Полученные результаты до проведения программы позволяют определить необходимость участия в программе, дает возможность выявить причины и содержание тревожности ребенка, установить контакт с каждым из них. После проведения программы рекомендуется провести повторный диагностический срез, включающий те же методики,

для оценки ожидаемых сдвигов в развитии атрибутов субъектности и преодолении тревожности.

Для проведения диагностики рекомендуется использовать следующие *методики*:

1. Методика, направленная на диагностику тревожности:
 - Шкала явной тревожности СМАС (адаптация А.М. Прихожан);
2. Методики, направленные на диагностику субъектности и ее атрибутов:
 - Метод незаконченных предложений А.Б.Орлова в модификации *автора программы*;
 - Прием «Сочинение сказки» (*авторская разработка*);
 - Опросник учителей: «Шкала субъектности» (*авторская разработка*);

1.7 Ожидаемый результат

Учителя

В процессе проведения программы психолог знакомится не только с группой детей, но и с учителями (классными руководителями) этих учебных классов – они дают оценку со стороны, составляют характеристику поведения школьников в учебной ситуации, формируют представление об интересах класса, способностях и уровне развития. В процессе работы рекомендуется периодически взаимодействовать с учителями, рассказывать о достигнутых результатах и давать рекомендации по закреплению пройденного материала, индивидуальные особенности учащихся.

Развивающая и профилактическая работа позволит повысить грамотность преподавательского состава, заинтересовать инструментарием и вариативностью общения с учащимися.

Как результат учитель сможет увидеть несколько возможных вариантов решения различных ситуаций, подачи материала, найти различные формы объяснения и обращения к личности школьника, заинтересоваться результатом педагогической работы, получить эмоциональную разгрузку за счет обсуждения с другим специалистом и разделением ответственности.

Младшие школьники

После проведения развивающей программы у детей снижается уровень тревожности чаще всего на один уровень (хотя в процессе апробации программы были отмечены случаи, когда тревожность снижалась на два уровня), преодолевается неуверенность и замкнутость в себе, страх самовыражения и направленность на собственные переживания. Увеличивается уровень субъектности, выражающийся в развитии соответствующих атрибутов:

Активная позиция

Ребенок не боится проявлять авторскую активность, основанную на самостоятельном принятии решения, проявлении желания что-либо сделать. Активность ребенка выражается во всех сферах деятельности как ответ на происходящее вокруг него, не безразличие и принятие ответственности за происходящее.

Инициативность

Ребенок стремится проявить инициативу в любой ситуации, не боясь ошибиться, заявив вслух о своей точке зрения, способность аргументации и отстаивания собственных интересов.

Надситуативность

Ребенок не ограничивается ситуацией, в которой находится в данный момент, его мышление отличается вариативностью и гибкостью. Это позволяет находить несколько вариантов решений, ставить сверхзадачу, испытывая свои способности и возможности.

Прогнозирование

Ребенок просчитывает возможные пути решения, последствия и развитие событий. Это позволяет планировать свою деятельность, просчитывая возможные трудности и преграды, добиваясь максимального результата.

Рефлексия

Ребенок анализирует свои поступки, осознает свои слабые и сильные стороны, ставит перед собой цели и задачи, умеет взаимодействовать с окружающими, используя информационное пространство как ресурс для развития.

Специалист

В течение работы над программой психолог ведет дневник занятий, в который записывает результаты и особенности восприятия содержания программы каждым ребенком. Это способствует развитию не только детей, но и специалиста, проводившего занятия. Личностный рост психолога выражается в применении на занятиях импровизации, вариативности, творческого подхода и нестандартного мышления. Не смотря на тщательно проработанный сценарий занятий, невозможно предугадать реакции детей, которым изначально трудно в силу тревожности и эмоциональной напряженности. Потому психолог нуждается в ежедневной тренировке, супервизии и самообразовании.

2. Учебно–тематический план

№ занятия	Тема и краткое содержание материала, изучаемого на занятии (основные вопросы)	Количество часов	Форма реализации	Материально-техническое оснащение занятий	Формы и методы контроля
1	2	3	4	5	6
Тема 1. ПЕРВИЧНАЯ ДИАГНОСТИКА, ФОРМИРОВАНИЕ ГРУППЫ (5 часов)					
1	Проведение первичной диагностики тревожности и субъектности;	3	Индивидуальная и групповая	Бланки методик карандаши, ручки, бумага.	Поведенческая шкала тревожности

2	Обработка результатов, формирование группы	2	Заочно	Ключ к методикам.	Анализ полученных результатов диагностики
Тема 2. ЗНАКОМСТВО, КОМАНДООБРАЗОВАНИЕ (5 часов)					
3	Занятие 1 «Знакомство, установление правил группы»	1	Тренинг	Бумага, цветные карандаши, мягкая игрушка	Эмоциональный фон группы, рефлексия в конце занятия
4	Занятие 2 «Продолжаем знакомство»	1	Тренинг	Мягкая игрушка, таблица настроения, цветные смайлики, магнитофон	Таблица настроения, рефлексия в конце занятия
5	Занятие 3 «Голос»	1	Тренинг	Бумага, цветные карандаши	Таблица настроения, рефлексия в конце занятия
6	Занятие 4 «Паровоз доверия»	1	Тренинг	Веревка, пластиковые тарелки, трубочки, газета, магнитофон	Таблица настроения, рефлексия в конце занятия
7	Занятие 5 «Пожалуйста...приручи меня!»	1	Тренинг	Отрывок текста из «маленького принца», магнитофон (расслабляющая музыка)	Доверие и сплоченность группы
Тема 3. РАСКРЕПОЩЕНИЕ, СНЯТИЕ НАПРЯЖЕНИЯ (3 часа)					
8	Занятие 6 «Сказка на ковре»	1	Тренинг	Сказка: «ГусеницаКрапивница». Магнитофон (музыка звуков природы);	Таблица настроения, рефлексия в конце занятия
9	Занятие 7 «Актерское мастерство»	1	Тренинг	Ручка, линейка, карандаши	Таблица настроения, рефлексия в конце занятия
10	Занятие 8 «Сказки наоборот»	1	Тренинг	Магнитофон с музыкой разных жанров	Способность участников группы вместе организовать творческую деятельность
Тема 4. АКТИВНАЯ ПОЗИЦИЯ (3 часа)					

11	Занятие 9	1	Активное	Письмо,	Ответное письмо
	«Письмо»		слушание	бумага, цветные карандаши.	детей, рефлексия в конце занятия
12	Занятие 10 «Любое препятствие преодолевается настойчивостью или зачем мне быть активным?»	1	Занятиеисследование	Маленький резиновый мяч, объявление из газеты, банка «Умных мыслей»	Таблица настроения, рефлексия в конце занятия
13	Занятие 11 «Как научиться быть активным»	1	Занятиеисследование	Таблица настроения, карточки цветов, объявление из газеты, таблица с буквами, банка «Умных мыслей».	Таблица настроения, рефлексия в конце занятия
Тема 5. ИНИЦИАТИВНОСТЬ (3 часа)					
14	Занятие 12 «Зачем мне быть инициативным?»	1	Занятиеисследование	Книжка с загадками, банка «Умных мыслей».	Проявление инициативности, рефлексия в конце занятия
15	Занятие 13 «Сказка про инициативность»	1	Мозговой штурм	Сказка, таз с водой, яблоко, бумага, карандаши, задания конкурса, банка «Умных мыслей».	Высказывания детей, рефлексия в конце занятия
16	Занятие 14 «Как я преодолеваю трудности»	1	Дискуссия, закрепление знаний	Комплект плакатов «Как я преодолеваю трудности», пустые карточки из бумаги, карандаши, банка «Умных мыслей».	Решения ситуаций, рефлексия в конце занятия
Тема 6. НАДСИТУАТИВНОСТЬ (3 часа)					
17	Занятие 15 «Зачем мне делать больше, чем просят?»	1	Урокисследование	Сказка, тест О.М. Дьяченко, банка «Умных мыслей».	Интерпретация методики, рефлексия занятия

Материал к проекту «Как стать активным и успешным» (Формирование субъектности через преобразование тревожности у детей младшего школьного возраста 7-11 лет)
 Рудомазина В. М., Иовлева Т.Е.

18	Занятие 16 «Кораблекрушение. Задача и сверхзадача»	1	Тренинг	Веревка, плед, газета, пластиковые трубочки, пустая бутылка, коробка спичек (пустая), лист бумаги, фломастер, магнитофон.	Выполнение заданий, рефлексия в конце занятия
19	Занятие 17 «На грани своих возможностей»	1	Контроль знаний и умений учащихся	Магнитофон, картинки (приложение), банка «умных мыслей»	Выполнение заданий, рефлексия в конце занятия
Тема 7. ПРОГНОЗИРОВАНИЕ (3 часа)					

20	Занятие 18 «Зачем планировать свои поступки?»	1	Урокисследование	Денискины рассказы, банка «умных мыслей»	Проявление прогнозирования, рефлексия в конце занятия
21	Занятие 19 «Создание города»	1	Тренинг	Строительный материал (кубики, конструктор), бумага, карандаши, фломастеры, банка «Умных мыслей».	Выполнение задания, рефлексия в конце занятия
22	Занятие 20 «Мой проект»	1	Самопрезентация	Таблица «Мой проект», бумага, карандаши, фломастеры, банка «Умных мыслей».	Презентация проекта
Тема 8. РЕФЛЕКСИЯ (4 часа)					
23	Занятие 21 «Мой внутренний голос»	1	Дискуссия, открытый диалог	Самодельная ширма для кукольного театра, персонажи сказки (мальчик, мама, бабушка, дети, кошка), бумага, цветные карандаши, банка «Умных мыслей».	Способность анализировать, обсуждать

24	Занятие 22 «Страна чувств и эмоций»	1	Тренинг	Семейные фотографии, карточки с названием эмоций, банка «Умных мыслей».	Рефлексия в конце занятия
25	Занятие 23 «Что? Где? Когда?»	1	Коллективная работа	Бумага, карандаши, вопросы в конвертах, секундомер, фигурка или картинка совы, банка «Умных мыслей».	Результат коллективной работы, рефлексия в конце занятия
26	Занятие 24 «Дерево успеха»	1	Активный диалог	Бумага, клей, карандаши, бумажное дерево, кружки (яблоки), банка «Умных мыслей».	Ответы детей при составлении дерева успеха, обратное письмо, составленное детьми
Тема 9. ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ, ВТОРИЧНАЯ ДИАГНОСТИКА (6 часов)					
27	Занятие 25 «Ладочки на прощание»	1	Дискуссия, контроль знаний и умений учащихся	Бумага, клей, карандаши, банка «Умных мыслей».	Заключительная рефлексия
28	Проведение вторичной диагностики тревожности и субъектности	5	Индивидуальная и групповая	Бланки методик, карандаши, ручки, бумага.	Результаты диагностики, поведенческая шкала тревожности

Всего: 35 часов

2.1 Содержание программы:

Тема 1: «ПЕРВИЧНАЯ ДИАГНОСТИКА, ФОРМИРОВАНИЕ ГРУППЫ»

1. Знакомство с детьми;
2. Определение уровней тревожности и субъектности;
3. Формирование списка группы, взаимодействие с классными руководителями.

Тема 2: «ЗНАКОМСТВО, КОМАНДООБРАЗОВАНИЕ»

1. Создание доверительной атмосферы и положительного эмоционального настроения внутри группы;

Материал к проекту «Как стать активным и успешным» (Формирование субъектности через преобразование тревожности у детей младшего школьного возраста 7-11 лет)»
Рудомазина В. М., Иовлева Т.Е.

2. Обучение эффективным формам взаимодействия друг с другом;
3. Развитие интереса к личности сверстника, понимание уникальности каждого участника группы;
4. Создание коллектива, готового к совместному развитию.

Тема 3: «РАСКРЕПОЩЕНИЕ, СНЯТИЕ НАПРЯЖЕНИЯ»

1. Снятие психологических зажимов и неуверенности в себе;
2. Снятие мышечных, телесных зажимов;
3. Создание позитивной атмосферы для развития творческого мышления.

Тема 4: «АКТИВНАЯ ПОЗИЦИЯ»

1. Развитие активной жизненной позиции;
2. Проигрывание активной позиции в разных ситуациях;
3. Развитие кругозора и представлений о позициях в поведении человека.

Тема 5: «ИНИЦИАТИВНОСТЬ»

1. Развитие представлений о понятии инициативность;
2. Развитие механизмов для эффективного проявления инициативности;
3. Проявление инициативности в решении различных ситуациях.

Тема 6: «НАДСИТУАТИВНОСТЬ»

1. Развитие представлений о надситуативности;
2. Развитие представлений о задаче или сверхзадаче;
3. Свобода выбора и выход за границы конкретной ситуации.

Тема 7: «ПРОГНОЗИРОВАНИЕ»

1. Развитие представлений о прогнозировании;
2. Понимание смысла применения прогнозирования в жизни;
3. Планирование своей деятельности;
4. Самостоятельная постановка цели, планирование долговременных задач.

Тема 8: «РЕФЛЕКСИЯ»

1. Развитие представлений о рефлексии;
2. Понимание необходимости применения атрибута рефлексии;
3. Развитие представлений о чувствах и эмоциональном состоянии;
4. Развитие опыта коллективной работы.

Тема 9: «ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ, ВТОРИЧНАЯ ДИАГНОСТИКА»

1. Обобщение полученных знаний;
2. Развитие навыков структурирования полученного материала;
3. Проведение повторной диагностики уровней тревожности и субъектности;
4. Оформление таблицы динамики развития тревожности и субъектности.

Список литературы:

1. Анцыферова Л.И. «Психологическое содержание феномена “субъект” и грани субъектно-деятельностного подхода»/ Институт психологии Российской академии наук. Москва
2. Березин, Ф.Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека/ Ф.Б. Березин. – Л.,1988.–С.187.
3. Дорис Бретт «Жила-была девочка, похожая на тебя...», психотерапевтические истории для детей»: Независимая фирма «Класс»; М., 2006г.
4. Ермохина О. Н. Формирование надситуативной познавательной активности школьников/Дис. ... канд. психол.: 13.00.01 Ульяновск, 2006 г., 200 с. РГБ ОД, 61:06-13/2627
5. Новиков П.В. Развитие рефлексии у младших школьников/ Дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 : М., 1998 190 с. РГБ ОД, 61:98-19/106-4
6. Осницкий А.К. Психологические механизмы самостоятельности//М., Обнинск: ИГСОЦИН, 2010.-232 с.
7. Прихожан А.М. Тревожность у детей и подростков: Москва-Воронеж, 2000г.
8. Волосенко А.В., Мазуренко Т. Б. «Технологии формирования инициативности, самостоятельности, ответственности Мониной Г.Б.» (развивающая психологопедагогическая программа внеурочной деятельности обучающихся), Норильск 9. Хухлаевой О.В. Хухлаева О.Е. Лабиринт души: терапевтические сказки, под ред. /Академический проект., М., 2005 г.
10. <http://www.psy.su/psyche/pol/> Влияние тревожности на успеваемость обучения младшего школьного возраста, 2014 год, педагогика (дипломная работа)