



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ  
КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ

Психолого-педагогическая коррекция страхов старших  
дошкольников

Выпускная квалификационная работа по направлению  
44.04.02 Психолого-педагогическое образование  
Направленность программы магистратуры  
«Психолого-педагогическое консультирование»  
Форма обучения заочная

Проверка на объем заимствований:  
98,94 % авторского текста

Работа Королева к защите  
«2» 02 2022 г.  
зав. кафедрой ТиПП  
Кондратьева О.А. Кондратьева О.А.

Выполнил:  
Студентка группы ЗФ-310/270-2-1  
Терехова Мария Дмитриевна

Научный руководитель:  
к. п. н., доцент  
Капитанец Елена Германовна

Челябинск  
2022

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	4
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ СТРАХОВ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....	9
1.1 Феномен страхов в психолого-педагогической литературе.....	9
1.2. Особенности страхов детей старшего дошкольного возраста .....	15
1.3 Модель психолого-педагогической коррекции страхов старших дошкольников.....	23
ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ СТРАХОВ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....	30
2.1. Этапы, методы и методики исследования.....	30
2.2 Характеристика выборки и анализ результатов исследования.....	35
ГЛАВА 3. ОПЫТНО- ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ СТРАХОВ У СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ.....	41
3.1. Содержание программы психолога – педагогической коррекции страхов у детей старшего дошкольного возраста.....	41
3.2. Анализ результатов коррекционной работы.....	48
3.3 Психолого-педагогические рекомендации педагогам и родителям для преодоления страхов у детей старшего дошкольного возраста.....	52
3.4 Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику.....	57
ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....	63
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ .....	66
ПРИЛОЖЕНИЕ 1 Методики диагностики исследования страхов у старших дошкольников.....	73
ПРИЛОЖЕНИЕ 2 Результаты констатирующего исследования страхов старших дошкольников .....	86

ПРИЛОЖЕНИЕ 3	Программа психолого-педагогической коррекции страхов старших дошкольников.....	89
ПРИЛОЖЕНИЕ 4	Результаты опытно-экспериментального исследования страхов старших дошкольников .....	101
ПРИЛОЖЕНИЕ 5	Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику.....	108

## ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. В современной реальности повышается количество стрессовых факторов, влияющих на личность. Этому негативному влиянию особенно подвержены дети дошкольного возраста, так как ребенок может стать жертвой влияния множеств неблагоприятных факторов, способствуя замедлению психических процессов развития личности. Одним из таких факторов считаются детские страхи.

С одной стороны, страхи в дошкольном возрасте естественны и необходимы, они развивают воображение ребенка, его творческие способности. С другой стороны - когда страхи становятся стабильным состоянием личности и приводят к отрицательным эмоциям, они начинают тормозить личностное развитие, приводят к появлению тревожных симптомов. Такие стойкие страхи становятся предметом изучения и коррекции для педагогов и психологов.

Значительное увеличение числа детей дошкольного возраста с различными страхами, которые приводят к повышенной возбудимости и тревожности ребенка, к отставанию развития потенциальных возможностей личности и его внутреннего мира, актуализируют тему исследовательской деятельности.

Страх, одна из главных человеческих эмоций, долгое время изучался в различных психологических школах и направлениях (У. Джемс, Н. Ланге, К. Изард, Ст. Холл, З.Фрейд и др). Выделяют множество определений страха, их видов и форм, сформулированы функции и причины их возникновения. Изучением страха в психологической и педагогической науках изучались иностранными (Д. Боулби, М. Рахман, Черсворт Т., Грей Дж., Томкинс С., Рейнгольд Г. и др.) и отечественными учеными (А.И. Захаров, Е.Г. Макарова, Спиваковская А.С., Панфилова М.А., Овчарова Р.В., Неймер Ю.Л. и др.). Несмотря на столь обширные

исследования в зарубежной и отечественной литературе, тема остается малоизученной.

Проблема работы. Несмотря на достаточную исследованность обозначенной проблемы, в последние годы, как свидетельствуют специальные экспериментальные исследования, отмечается тенденция к увеличению количества детей дошкольного возраста со страхами (В.В. Абраменкова, И.В. Дубровина, В.И. Гарбузов, А.И. Захаров, А.С. Спиваковская, Л.С. Акопян, О.В. Талипина, и др.)

Наличие страхов в детском возрасте требует особого внимания, так как это может стать фактором нарушения развития личности (В.И. Гарбузов, В.В. Лебединский и др.). Страхи представляют собой сложный процесс, когда боятся дети, а за них переживают окружающие взрослые, ещё больше подкрепляя эти страхи или запуская новые.

Все вышесказанное объясняет актуальность темы исследования «Психолого-педагогическая коррекция страхов старших дошкольников», способствует формированию объекта, предмета, цели и задач, гипотезы исследовательской деятельности.

Цель исследования: теоретически изучить и экспериментально осуществить психолого-педагогическую коррекцию страхов старших дошкольников.

Объект исследования: страхи старших дошкольников.

Предмет исследования: психолого–педагогическая коррекция страхов старших дошкольников.

Гипотеза исследования: проявления страхов у старших дошкольников изменятся, если провести целенаправленную работу по реализации программы психолого-педагогической коррекции страхов у старших дошкольников.

Задачи:

1. Осуществить анализ психолого-педагогической литературы по проблеме страхов детей дошкольного возраста.

2. Рассмотреть психологические особенности проявления страхов у детей младшего дошкольного возраста.

3. Теоретически обосновать модель психолого-педагогической коррекции страхов старших дошкольников

4. Определить этапы, методы, методики исследования, провести анализ результатов констатирующего эксперимента.

5. Дать характеристику выборки и проанализировать результаты исследования.

6. Разработать и реализовать программу психолого-педагогической коррекции страхов старших дошкольников.

7. Разработать рекомендации родителям и педагогам по коррекции страхов старших дошкольников.

8. Разработать технологическую карту внедрения результатов исследования в практику.

Теоретико-методологической основой исследования являются:

– теоретические концепции ведущих отечественных психологов о закономерностях развития детской психики, понимания дошкольного детства как особого периода в становлении личности (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, В.С. Мухина, С.Л. Рубинштейн, Д.Б. Эльконин);

– теоретико-экспериментальные подходы к изучению детских страхов (И.В. Дубровина, К. Изард, А.И. Захаров, А.А. Осипова, А. С. Спиваковская, О.В. Хухлаева и др.);

– положения личностно-ориентированного подхода (Б.Г. Ананьев, Л.С. Выготский, И.С. Якиманская и др.);

– положения деятельностного подхода (В.В. Давыдов, П.Я. Гальперин, А.Н. Леонтьев, Д.Б. Эльконин и др.)

– положения аксиологического подхода (Б.Г. Ананьев, Ш.А. Амоношвили, Ю.К. Бабанский, и др.)

Методы исследования. Для решения поставленных в исследовании задач был использован комплекс методов, включающих в себя:

1. Методы теоретического исследования: теоретический анализ литературы по теме исследовательской работы, анализ и синтез полученных результатов, целеполагание, моделирование.

2. Методы эмпирического исследования: констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, тестирование;

3. Методы психодиагностического исследования: Методика выявления страхов с помощью специального теста тревожности. (Р.Теммл, М.Дорки, В. Амен.), диагностика количества страхов («Страхи в домиках» А.И. Захарова, М.А. Панфиловой.), «Дом-Дерево-Человек».

4. Математико-статистический: Т-критерий Вилкоксона.

Научная новизна исследования: построена, обоснована и апробирована структурно-функциональная модель психолого-педагогической коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста; обоснована организация и содержание программы психолого-педагогической коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста.

Теоретическая значимость исследования заключается в следующем:

- проанализирован, обобщен и систематизирован материал психолого-педагогической и методической литературы по проблеме исследования;
- сконструирована структурно-функциональная модель психолого-педагогической коррекции страхов детей младшего дошкольного возраста на основе личностно-деятельностного и аксиологического подходов.

Практическая значимость исследования заключается в том, что предложенная программа психолого-педагогической коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста может быть использована в методической работе дошкольной образовательной организации, в деятельности педагогов-психологов по профилактике и коррекции детских страхов.

База исследования – МДОУ д/с «Тополек» г.Советский. В исследовании принимали участие 18 воспитанников подготовительной группы 6-7 лет.

Апробация и внедрение результатов исследования осуществлялось с помощью публикации статьи «Психолого-педагогическая коррекция страхов старших дошкольников» в электронном научно-практическом журнале «Трибуна ученого» №2 – 2022 – URL: <https://tribune-scientists.ru/articles/2176>.

Структура и объём квалификационной работы: квалификационная работа состоит из введения, трёх глав, заключения, списка литературы, приложений.



# ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ СТРАХОВ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

## 1.1 Феномен страхов в психолого-педагогической литературе

Понятие страха разрабатывалось многочисленными исследователями и имеет различные определения. В одном из актуальных сейчас психологических словарей, изданном под редакцией В.В. Юрчук, мы находим, что «страх – аффективно чувственная эмоция, которая возникает в обстоятельствах превентивности – угрозы – боязни за свою социальную или же биологическую экзистенцию у субъекта» [цит. по 71].

Большой толковый словарь по психологии (А. Ребер) трактует страх как «эмоциональное состояние, возникающее в присутствии или предвосхищении опасного или вредного стимула. Страх обычно характеризуется внутренним, субъективным переживанием очень сильного возбуждения, желания бежать или нападать и рядом симпатических реакций» [8].

По З. Фрейду «страх – это состояние аффекта – объединение определённых ощущений ряда удовольствия – неудовольствия с соответствующими иннервациями разрядки напряжения и их восприятия, а так же вероятно, и отражение определённого значимого события» [цит. по 34].

Р.Ф. Овчарова рассматривает страх, как эмоционально заострённое, отражение в сознании человека конкретной угрозы для его жизни и благополучия [39]. Известный физиолог И.П. Павлов трактует страх как «проявление естественного рефлекса, пассивно-оборонительной реакции с лёгким торможением коры больших полушарий. Страх основывается на инстинкте самосохранения, имеет защитный рефлекс и сопровождается определёнными физиологическими изменениями высшей нервной деятельности» [34].

А.В. Петровский, Ю.А. Неймер и М.Г. Ярошевский рассматривают страх как «эмоциональное состояние, возникающее в ситуациях угрозы биологическому или социальному существованию индивида и направленное на источник действительной и воображаемой опасности» [47].

По мнению А. И. Захарова, страх - это своеобразная фундаментальная эмоция, которая вырабатывается как ответ на воздействие потенциально угрожающего стимула. Ученый рассматривал страх, как естественный сопровождающий фактор развития человека. Еще существует классификация страхов (А. И. Захаров) в зависимости от их характера (личностные, природные, ситуативные, социальные), по мере реального существования (реальные и воображаемые), по мере интенсивности (острые и хронические) [19].

К. Изард, А. И. Захаров, М. И. Чистякова, Л. С. Выготский рассматривали страх как одну из сильнейших эмоций человека. Эмоция страха обусловлена защитным характером, основана на самосохранении. Согласно Г. Крайгу, страх является эмоцией, способствующей научению, если проявляется в мягкой форме [цит. по 14]. Появление страха стимулируется каким-либо угрожающим действием. Есть две угрозы, которые носят фатальный и одновременно универсальный в своём роде характер. То есть это уничтожение главных ценностей в жизни, противоборствование важнейшим критериям жизни - здоровью, самоутверждению, благополучию в личном и социальном понимании, самому существованию. Но и помимо крайних проявлений страха всегда подразумевает переживание какой-нибудь настоящей или воображаемой опасности [цит. по 21].

Сегодня страх в психологической науке рассматривается в контексте психологии эмоций, одного из наиболее перспективных её направлений. По мнению Н.И. Рейнвальда необходимость самосохранения может, исходя из обстоятельств, найти воплощение в пассивно-оборонительной

эмоции – страхе. А именно страх рассматривается и как некий защитный механизм собственного личностного «Я». Страх причисляется учёными к одной из фундаментальных (основных) эмоций. В отличие от боли и иных видов страдания, которые вызываются настоящим действием опасных для жизни факторов, страх появляется заранее. Характер угрозы влияет на интенсивность и специфику переживания страха, которые варьируется в большом диапазоне оттенков (опасение, боязнь, испуг, ужас). Если источник опасности не определен или не осознан, появляющееся чувство классифицируют как тревогу [21].

Страх - это специфическое острое эмоциональное состояние, уникальная чувственная реакция, проявляющая себя в опасной ситуации. Во всех случаях страх вызывается конкретной и близкой, уже наступившей опасностью. Страх - аффективное отражение в сознании конкретной угрозы для благополучия и жизни человека. Страх имеет защитный характер, основывается на инстинкте самосохранения и сопровождается определенными физиологическими изменениями высшей нервной деятельности. В обобщённом виде эмоции страха появляются в ответ на действие угрожающего характера. Страх имеет функцию предупреждения субъекта о грозящей ему опасности, позволяет заострить внимание на ее источнике, провоцирует на поиск выхода из сложившейся ситуации. В моменты, когда страх перевоплощается в панический страх, ужас, он может включить поведенческие стереотипы (оцепенение, защитная агрессия, избегание) [3]

В социальной сфере развития человека страх выступает как одно из средств воспитания: например, сформированный страх осуждения используется как фактор регулировки поведения. Лица с высокой личностной тревожностью намного чаще реагируют даже на нейтральные стимулы проявлениями беспокойства, тревожности, страха. Существует генетическая предрасположенность к социальному страху, которая как правило показывает себя в боязни перед аудиторией. В психологической

литературе часто встречаются разные определения понятия «тревожность», хотя большинство исследований сходятся в признании необходимости рассматривать его дифференцированно - как ситуативное явление и как личностную характеристику с учетом переходного состояния и его динамику [3].

По определению С.С. Степанова «тревожность – переживание эмоционального неблагополучия, связанное с предчувствием опасности или неудачи». А.М. Прихожан показывает, что тревожность - это переживание эмоционального дискомфорта, связанное с ожиданием неблагополучия, с предчувствием грозящей опасности. Тревожность различается как эмоциональное состояние, как устойчивое свойство, черта личности или темперамента. Е.А. Савина, считает, что тревожность можно определить как устойчивое отрицательное переживание беспокойства и ожидания неблагополучия со стороны окружающих [48].

По определению Р.С. Немова, «тревожность – ситуативно или постоянно проявляемое свойство человека приходить в состояние повышенного беспокойства, испытывать страх и тревогу в специфических социальных ситуациях». Многие представители психоанализа рассматривали тревожность как врожденное свойство личности, как изначально присущее человеку состояние [34].

Тревога (беспокойство) является ожиданием того события, которое может послужить причиной возникновения страха. Благодаря тревоге ребенок пытается избежать страха. Подвергая анализу и систематизации вышеописанные теории можно акцентировать внимание на некоторых источниках тревоги, которые выделяют авторы в своих трудах:

- тревога из-за возможного физического вреда. Данный вид беспокойства появляется в результате ассоциирования некоторых стимулов, угрожающих болевыми ощущениями, опасностью, физическим дискомфортом;

- тревога из-за возможности потерять любовь (любовь мамы, хорошего отношения ровесников);

- тревога возникает из-за чувства вины, которое часто проявляется после 4-х лет. У детей после 5 лет чувство вины характеризуется чувствами самоуничижения, досады на самого себя, осознание себя недостойным;

- тревога из-за неумения совладать со средой. Эта тревога появляется, когда ребёнок ощущает, что не в силах справиться с проблемами, которые накладывает среда. Тревога похожа на ощущение неполноценности, однако не идентична ему;

- тревога иногда появляется и в состоянии фрустрации. Фрустрация трактуется как переживание, появляющееся при возникновении разного рода препятствий к достижению поставленной цели или важной потребности. Нет абсолютной независимости между условиями, которые являются причиной фрустрации и теми, которые провоцируют тревожность (потеря любви родных и тому подобное) и авторы не показывают четкого различия между данными понятиями.

Анализирование основополагающих работ указывает, что в понятии природы тревоги у иностранных авторов можно выявить два подхода – понимание тревожности как реакции на враждебный человеку окружающий мир и понимание тревожности как первоначально присущего людям свойства, а именно выведение тревожности из социальных характеристик жизнедеятельности.

В психологических изданиях часто встречаются различные определения понятия тревожности, хотя большее количество исследователей сходятся в потребности брать его на рассмотрение дифференцированно – как личностную характеристику и как ситуативное явление, при учете переходного состояния и его динамического изменения. Тревожность обычно повышается при тяжелых соматических болезнях и нервно-психических, а также у здоровых людей, переживших последствия

психотравмы, у многих групп лиц с отклоняющимся субъективным проявлением неблагополучия личности.

В настоящее время исследования тревожности имеют направленность на различие ситуативной тревожности, связанной с конкретной внешней ситуацией, и личностной тревожности, являющейся стабильным свойством личности, а также на разработку методов анализа тревожности, как результата взаимодействия личности и ее окружения [5].

Страх можно также рассматривать как выражение тревоги в конкретной, объективизированной форме, если предчувствия непропорциональны опасности и тревога начинает носить затяжной характер. Тревожность выделяют как устойчивую черту и как эмоциональное состояние, индивидуальную психологическую особенность, проявляющуюся в склонности к часто повторяющимся интенсивным переживаниям состояния тревоги.

Иногда представляет собой некоторый особый клапан для выхода находящийся под ним тревоги. Страх условно разделяют на ситуативный и личностный. Ситуативный страх проявляет себя в непривычной, достаточно опасной или вызывающей шок обстановке, например, при нападении собаки. Часто он возникает в результате психического заражения паникой в группе людей, тревожных предчувствий со стороны родственников, конфликтов и житейских неурядиц [5].

Страх, обусловленный личностью, предопределяется характером человека, например, его чрезмерной мнительностью, и способен проявляться при контактах с чужими людьми или в незнакомой обстановке. Ситуативный и личностно обусловленный страхи часто перемешиваются и дополняют друг друга. Страх воображаемый и реальный, хронический и острый.

Острые и реальные страхи предопределяются ситуацией, а хронический и воображаемый – особенными характеристиками личности. На патологический страх указывают его крайние, драматические стороны

выражения (потрясение, эмоциональный шок, ужас) или навязчивое, затяжное, труднообратимое течение, произвольность, то есть полное отсутствие контроля со стороны сознания, как неблагоприятное воздействие на характер, межличностные отношения и адаптации человека к окружающей реальности .

## 1.2 Особенности страхов детей старшего дошкольного возраста

Практически все дети дошкольного возраста подвержены возрастным страхам. При этом особо ярко страхи проявляются у детей, которые отличаются особой эмоциональной чувствительностью, что является одной из особенностей их психического и личностного развития.

Стоит обратить внимание на то, что помимо возрастных страхов, у детей дошкольного возраста встречаются невротические страхи. И. Кулинцова отмечает, что невротические страхи являются результатом длительных и неразрешимых переживаний или острых психических потрясений, а также недостаточной уверенности в себе, отсутствия адекватной самооценки, психологической защиты, наличия многочисленных страхов [цит. по 28].

А.И. Захаров отмечает, что невротические страхи, в отличие от возрастных страхов являются более длительными и имеют более выраженный аффективный заряд, который блокирует процесс самопознания и творческого раскрытия личности детей [19].

О том, что возрастные страхи отличаются непродолжительностью, указывает Н. Николаева, которая также акцентирует внимание на том, что возрастные страхи исчезают без следа, а с невротическими страхами дети не могут справиться самостоятельно [37].

Л. Островская, изучая детские страхи, выделила ряд особенностей, которые сопровождают появление страхов у детей: скованность, замкнутость, низкий уровень коммуникабельности по сравнению с

другими детьми, робость, недоверчивость, чрезмерная настороженность [53].

О.М. Дьяченко, Т.В. Лаврентьева рассматривая вопрос об особенностях детских страхов, пришли к выводу о том, что детские страхи являются своего рода спутниками и показателями развивающегося воображения детей. У детей часто появляются страхи после просмотра фильмов и чтения книг, которые могут показаться взрослому человеку абсолютно безобидными и даже забавными [цит. по 53].

В свою очередь Л. Островская обращает внимание на то, что дети дошкольного возраста по причине незнания закономерностей природы, могут пугаться некоторых ее совершенно безобидных явлений, таких как порыв ветра, гудящий провод, прощуршавший в кустах ежик и т.д. Этот испуг может перейти в устойчивый страх, в случае если ребенок отмечает аналогичную реакцию у взрослого. Получается, что взрослый может стать источником детских страхов. То, что взрослых может быть источником детских страхов подтверждается и такими особенностями дошкольного возраста как высокая подражательность и внушаемость [53].

Наряду с этим возникновение детских страхов может быть обусловлено недомоганием, а также различными перегрузками нервной системы. Однако, как отмечает автор, главной причиной появления детских страхов является неправильное воспитание.

В.И. Гарбузов акцентирует внимание на то, что детские страхи могут быть также вызваны или спровоцированы болью. Так, например, дети могут испытывать страх высоты, которому предшествовало падение с лестницы, повлекшее сильные ушибы [12].

Наиболее чувствительными к страхам являются дети старшего дошкольного возраста. Согласно точке зрения А.И. Захарова, к этому возрасту у детей в основных чертах завершается созревание эмоциональной сферы, а также развивается воображение и умение ставить себя на место другого человека. Все это в целом способствует расширению



восприятия страхов и усилению их переживания, которое становится более глубоким [19].

Наиболее сильным, как отмечает А.И. Захаров, в дошкольном возрасте является страх смерти. Этот страх возникает у детей в связи с осознанием необратимостью. В пространстве и времени происходящих возрастных изменений. Дело в том, что со временем дети начинают понимать, что, становясь старше и старше они тем самым все более приближаются к смерти, неизбежность которой и вызывает беспокойство как эмоциональное неприятие рациональной необходимости умереть. То есть, ребенку впервые приходит понимание того, что смерть является неизбежным фактом биографии [19].

В большинстве случаев дети самостоятельно справляются с такого рода переживаниями, однако для того чтобы это так происходило необходимо обеспечить жизнерадостную атмосферу в семье. Родители не должны быть заикленными на таких темах как болезнь и смерть, тем более они не должны проецировать все эти темы на ребенка, говоря, что с ним тоже может такое случиться. Потому что если ребенок сам по себе беспокойный, то подобные темы только усилят возрастную страх смерти.

Как отмечал З. Фрейд, наиболее выраженным страх смерти встречается у детей, которые отличаются особой эмоциональностью и впечатлительностью, а также обладают способностью к абстрактному и отвлеченному мышлению. В большинстве случаев страх смерти встречается у девочек, что объясняется более высокой степенью проявления инстинкта сохранения в отличие от мальчиков. Наряду с этим, у мальчиков наблюдается более осязаемая связь страха смерти себя, а в последующем, родителей со страхами чужих, незнакомых лиц, начиная с 8-9 месяцев жизни.

Следовательно, мальчик, боящийся других людей, будет более подвержен страху смерти, чем девочка, у которой нет такого резкого противопоставления [цит. по 66].

А.И. Захаров считает, что степень подверженности страхов у детей старшего дошкольного возраста возрастает в том случае, если их родители ссорятся между собой. В таких ситуациях происходит перерождение возникшего беспокойства в страх, так как дети не могут повлиять на конфликт взрослых [19].

В свою очередь В.И. Гарбузов в проблеме детских страхов выделяет три особо важных момента [12]:

1. Взрослым не следует пугать детей ни дядями, ни тетями, ни бабайками, ничем ради послушания. Так как любое запугивание стимулирует появление страха смерти. Взрослые должны указывать на реальные опасности, а не на выдуманные. Воспитание страхом является жестоким воспитанием и может повлечь такие последствия как воспитание тревожной мнительной личности, стать причиной чрезмерной тревожности, а также спровоцировать пассивность и подавить творческое начало.

2. Взрослые никогда не должны стыдить детей за испытываемый страх, поскольку такое отношение также расценивается как жестокость. Дело в том, что стыд и страх взаимосвязаны и под влиянием насмешек у ребенка из чувства стыда начинает скрываться страх, но он не исчезает, а, наоборот усиливается. В таких ситуациях ребенок остается наедине со своими страхами, даже несмотря на то, что у него есть родители.

Если взрослому не удастся помочь ребенку справиться с чувством страха, то в таком случае страх покорит психику ребенка и поспособствует тому, что ребенок начнет чувствовать себя одиноким и беззащитным. В стремлении избавиться от страха, ребенок прибегнет к его действиям, которые способствуют закреплению вредных привычек: начнет сосать язык, палец и т.д. При этом общее состояние ребенка будет пассивно. У таких детей часто отмечают склонность к депрессии. Постепенно страх будет разрастаться, а это уже будет угрожать неврозом.

3. Ребенок не должен оставаться один в незнакомой обстановке, например, если может появиться что-то неожиданное и пугающее. Ребенок должен исследовать неизвестное только рядом с взрослым.

Старший дошкольный возраст является периодом эмоционального наполнения «Я» ребенка. В этом возрасте ребенок уже может выразить свои чувства словами, при этом у него отмечается четко сформулированное стремление к пониманию, доверию, близости с другими людьми. В старшем дошкольном возрасте также формируется чувство общности, то есть появляется понятие «мы» под которым ребенок первоначально позиционирует себя и родителей, а чуть позже себя и своих сверстников.

Также отмечается возрастание самостоятельности, то есть ребенок уже может находить для себя какое-то занятия, не требует постоянного присутствия взрослого, а также проявляет интерес к общению со сверстниками. В старшем дошкольном возрасте у ребенка развивается фантазия, а вместе с тем есть вероятность появления воображаемых страхов.

Также в этом возрасте происходит наиболее усиленное формирование таких эмоций, как любовь, нежность, сочувствие и сострадание.

Д.И. Фельдштейн акцентирует внимание на том, что наибольшее влияние оказывает фактор страхов, включающий страхи одиночества. В старшем дошкольном возрасте, по мнению исследователя, страх одиночества, который основан на диффузном чувстве беспокойства, конкретизируется страхом нападения, который воплощен в сказочных персонажах [цит. по 66].

Эти страхи расшифровываются следующим образом: когда ребенок остается один или без поддержки родителей, он испытывает чувство опасности и инстинктивный страх перед угрожающими его жизни сказочными персонажами. Иначе говоря, ребенок не чувствует себя

настолько защищенным, чтобы сопротивляться в воображении отрицательному воздействию сказочных персонажей [41].

В старшем дошкольном возрасте происходит ряд изменений психологического характера. Так, у детей старшего дошкольного возраста отмечается значительное развитие абстрактное мышления, а также способность к обобщениям, классификациям, осознание категории времени и

пространства является одной из характеристик в старшем дошкольном возрасте.

Также в старшем дошкольном возрасте складывается опыт межличностных отношений, который основан на умении ребенка принимать и играть роли, а также предвидеть и планировать действия другого, понимать его чувства и намерения. Более гибкими становятся отношения с людьми, более того, эти отношения также отличаются разносторонностью и целенаправленностью. В старшем дошкольном возрасте происходит формирование системы ценностей или ценностных ориентаций, чувство дома, родства, понимание значения семьи для продолжения рода.

Д.И. Фельдштейн указывает на то, что вплоть до пяти лет мальчики могут торжественно заявлять матери о своем желании жениться на ней, когда они вырастут, при этом у девочек проявляется желание выйти замуж за отца.

Это не должно вызывать насмешек со стороны взрослых, так как также может способствовать зарождению такого страха быть непонятым. Начиная с пяти лет дети «женятся» или «выходят замуж» уже за своих сверстников.

Таким образом, они воспроизводят в игровой ситуации форму отношений взрослых. Однако, когда по каким-то причинам выбранный ребенком партнер отказывается в игровой форме «создать семью» у

ребенка может появиться страх быть непринятым, что приводит к порождению комплекса неполноценности [цит. по 66].

Г.А. Урунтаева к особенностям старшего дошкольного возраста также относит появление таких качеств как общительность и потребность в дружбе.

В детском саду, отмечает автор, наблюдается преобладание общение со сверстниками одного пола, при этом принятие в этой среде означает самоотвержение, что в свою очередь оказывает влияние на адекватность самооценки. Стремление завести друзей, стать часть определенной группы, также имеет особое значение для ребенка, так как неудовлетворение этого стремления также может спровоцировать появление новых страхов, например, страха одиночества [58].

Дети начинают подражать авторитетным взрослым, перенимать их привычки, манеру поведения, а также стиль взаимоотношений с родителями другого пола. И в это время их поведение должно быть принято и понято. А в случаях, когда в этом подражании отмечаются какие-то отклонения, то тогда, безусловно, они должны быть откорректированы. Однако ни в коем случае нельзя смеяться, зло подшучивать над формирующийся личностью.

Обобщая ряд исследований в области детских страхов, можно выявить факторы, участвующие в возникновении страхов у детей дошкольного возраста:

- наличие страхов у родителей, главным образом у матери;
- тревожность в отношениях с ребенком, избыточное предохранение его от опасностей и изоляция от общения со сверстниками;
- излишне ранняя рационализация чувств ребенка, обусловленная чрезмерной принципиальностью родителей или их эмоциональным неприятием детей;

- большое количество запретов со стороны родителя того же пола или полное предоставление свободы ребенку родителем другого пола, а также многочисленные нереализуемые угрозы всех взрослых в семье;

- отсутствие возможности для ролевой идентификации с родителем того же пола, преимущественно у мальчиков, создающее проблемы в общении со сверстниками и неуверенность в себе;

- конфликтные отношения между родителями;

- психические травмы типа испуга, обостряющие возрастную чувствительность детей к тем или иным страхам;

- психологическое заражение страхами в процессе общения со сверстниками и взрослыми.

Таким образом, почва для появления страхов может быть подготовлена, и как пишет Е.Е. Алексеева, остается лишь появиться угрожающему стимулу, который спровоцирует неадекватное проявление ребенка [2].

Изменения психического характера в старшем дошкольном возрасте закладывают фундамент для дальнейшего формирования личности, именно поэтому взрослым, составляющим близкий круг общения (родители, воспитатели, родственники и т.д.) необходимо с пониманием относиться к детям.

Более того, взрослые должны предотвратить появление таких ситуаций, которые могли бы напугать ребенка и тем самым нарушить процесс нормального развития детей. Необходимо помнить об основных возрастных особенностях детей для того чтобы воспитывать детей в материалистическом духе. То есть детям необходимо дать научное объяснение различным явлениям природы, а также раскрыть ее закономерности. Детям необходимо создавать радостное мироощущение, настроение мажора, оптимизма и раскованности.

Стоит обратить внимание на то, что в старшем дошкольном возрасте возрастные страхи обладают динамичностью, а также отмечается

преобладание одного страха над другим. Страхи взаимосвязаны со стихиями, боязнь родительского наказания, смерть животных, потерей родителей и их болезни, опоздать и быть непринятым сверстниками.

Безусловно, наиболее эффективным средствами предупреждения развития страхов у детей является обеспечение эмоционального комфорта для ребенка в семье и внимание к его чувствам и переживаниям.

### 1.3 Модель психолого-педагогической коррекции страхов у старших дошкольников

Анализ литературы по проблеме, а также сформулированные во введении выпускной квалификационной работы цели и задачи работы, позволили нам разработать дерево целей исследования (системный подход к процессу целеполагания, разработанный доктором психологических наук В.И. Долговой).

Дерево целей – это структурированная, построенная по иерархическому принципу (распределенная по уровням ранжированная) совокупность целей программы, плана, в которой выделены генеральная цель («вершина дерева»); подчиненные ей подцели первого, второго и последующего уровней («ветви дерева»).

При построении «дерева целей» его проектирование идет по методу «от общего к частному».

Алгоритм построения «дерева целей» следующий:

1. Определение генеральной (общей) цели.
2. Разделение общей цели на подцели (подцели 1-го уровня).
3. Разделение подцелей 1-го уровня на подцели 2-го уровня.
4. Разделение подцелей 2-го уровня на более детальные составляющие (подцели 3-го уровня).

Основная ценность построения дерева целей – это отображение способа достижения генеральной цели через составление иерархического перечня понятных и достижимых целей нижнего уровня.

Представим далее дерево целей психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников.

В психолого-педагогической практике метод «дерева целей» применяется В.И. Долговой. В ее работах отмечено, что как метод планирования, дерево целей представляет собой как траекторные, определяющие направление движения к заданным стратегическим целям, так и точечные, определяющие достижение тактических целей, которые характеризуют степень приближения к заданным целям по заданной траектории.

Графическое изображение «Дерева целей» исследования психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников представлено на рисунке 1.

На основе дерева целей мы разработали модель психолого педагогической коррекции страхов у дошкольников.

В психолого-педагогической литературе под «моделью» понимается представление способов обучения практической деятельности, основанное на личностно-ориентированном подходе, с целью формирования какого либо качества личности

Модель – упрощенный мысленный или знаковый образ какого-либо объекта или системы объектов, используемый в качестве их «заместителя» и средства оперирования.

Модели выступают аналогами объектов исследования и сходны с ними в наиболее существенных характеристиках. Моделирование – метод познания, состоящий в построении и исследовании моделей [60].

Психологическое моделирование – метод, воспроизводящий определенную психическую деятельность с целью ее исследования или совершенствования путем имитации жизненных ситуаций в лабораторной обстановке [15].



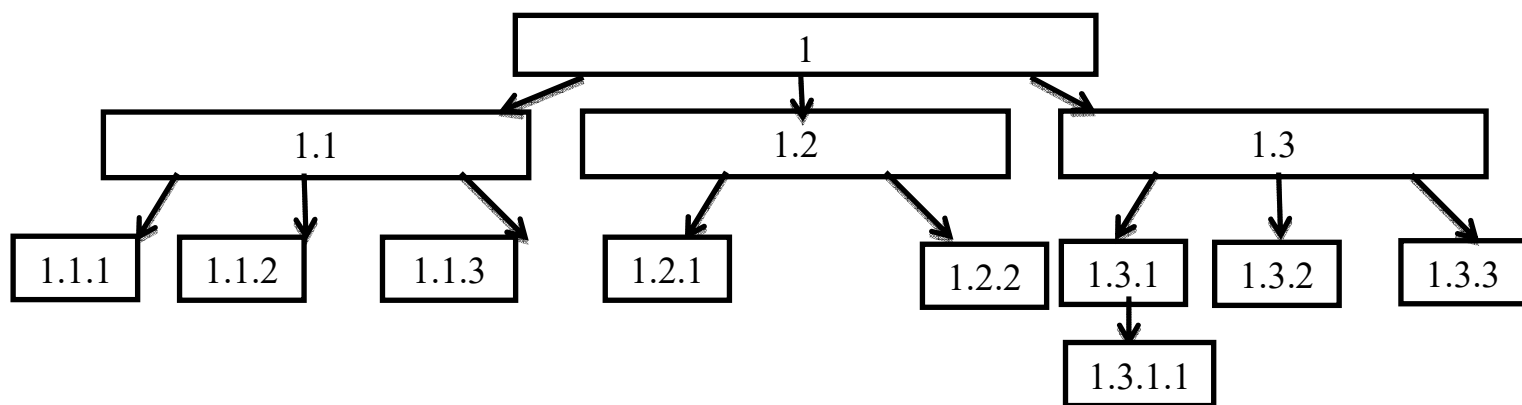


Рисунок 1 – «Дерево целей» психолого-педагогической коррекции страхов старших у дошкольников

Описание «дерева целей»:

1. Генеральная цель – теоретически изучить и экспериментально осуществить психолого-педагогическую коррекцию страхов старших дошкольников;
  - 1.1. Теоретически обосновать проблему страхов дошкольников;
    - 1.1.1. Изучить феномен страхов в психолого-педагогической литературе;
    - 1.1.2. Определить особенности страхов дошкольников;
    - 1.1.3. Разработать структурно-функциональную модель психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников;
  - 1.2. Организовать опытно-экспериментальное исследование по психолого-педагогической коррекции страхов старших дошкольников;
    - 1.2.1. Определить методы и методики для проведения диссертационного исследования;
    - 1.2.2. Провести первичную диагностику и выявить уровень подверженности страхам дошкольников;
  - 1.3. Проанализировать результаты деятельности по психолого-педагогической коррекции страхов старших дошкольников;
    - 1.3.1. Разработать и внедрить в практику программу психолого-педагогической коррекции страхов старших дошкольников ;

1.3.1.1. Провести вторичную диагностику после проведенных мероприятий в соответствии с разработанной программой;

1.3.2. Дать характеристику формирующего этапа исследовательской деятельности;

1.3.3. Разработать технологическую карту внедрения по психолого-педагогической коррекции страхов старших дошкольников.

Применение моделирования необходимо, если исследование того или иного явления путем простого наблюдения, опроса, эксперимента невозможно в силу его труднодоступности. В этом случае создается искусственная модель изучаемого объекта, которая включает в себя условия повторения всех свойств и параметров данного объекта. На созданной модели проводится теоретическое исследование явлений объекта, делаются выводы.

Опираясь на результаты теоретического исследования, на анализ научных исследований по проблеме страхов и на основе «дерева целей» мы составили модель психолого-педагогической коррекции страхов старших дошкольников.

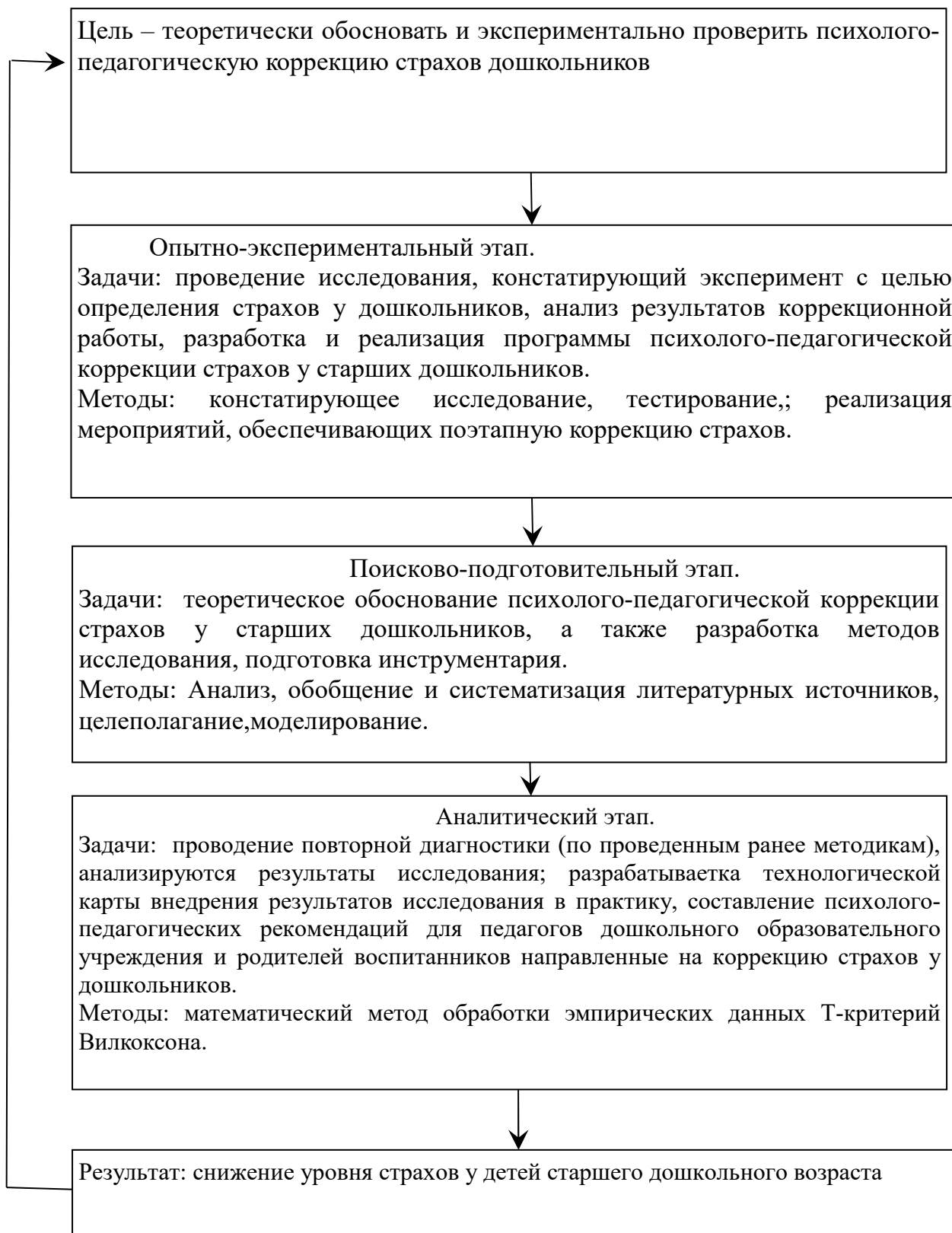


Рисунок 2 – Модель психолого-педагогической коррекции страхов старших дошкольников

Модель психолого-педагогической коррекции страхов старших дошкольников включает 3 этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный, аналитический.

Поисково-подготовительный этап отображает теоретическое обоснование психолого-педагогической коррекции страхов у старших дошкольников, а также разработка методов исследования, подготовка инструментария.

Опытно-экспериментальный этап включает в себя проведение исследования, констатирующий эксперимент с целью определения страхов у дошкольников, анализ результатов коррекционной работы, разработка и реализация программы психолого-педагогической коррекции страхов у старших дошкольников.

После проведенных мероприятий, на аналитическом этапе проводится повторная диагностика (по проведенным ранее методикам), анализируются результаты исследования; разрабатывается технологическая карта внедрения результатов исследования в практику, составляются психолого-педагогические рекомендации для педагогов дошкольного образовательного учреждения и родителей воспитанников направленные на коррекцию страхов у дошкольников.

## Выводы по главе 1

Глава теоретического анализа коррекции страхов у старших дошкольников посвящена изучению феномена страха в психолого-педагогической литературе, выявлению возрастных особенностей страхов у представителей старшего дошкольного возраста и анализу средств коррекции страхов у старших дошкольников.

Рассматривая феномен страха в психолого-педагогической литературе (П.С. Гуревич, К.Э. Изорд, Е.П. Ильин, А. Кемпинский, А.И. Кравченко, О.С. Фролова, Ю.В. Щербатых и др.) было выявлено, что под страхом понимают эмоциональное состояние, отражающее защитную

биологическую реакцию человека при переживании им реальной или мнимой опасности для здоровья и благополучия. Страх выполняет разнообразные функции в жизни человека и сопровождает его на всех возрастных периодах, однако, не смотря на целесообразность своего возникновения, страх становится препятствием для достижения поставленных личностью целей.

Изучение особенности страхов детей старшего дошкольного возраста показало, что существует несколько методологических подходов и концепций к рассмотрению возникновения страхов дошкольников (в рамках инстинктивных механизмов, поведенческих реакций и в результате социального научения).

Ведущим страхом старшего дошкольника является страх смерти – его формирование означает осознание ребенком необратимости в пространстве и времени протекающих временных и возрастных изменений. Кроме этого, для старших дошкольников характерны страхи животных, страхи сказочных персонажей, страх глубины, страхи ночных кошмаров, страх природных катаклизмов (огонь, пожар, наводнение) и физического ущерба (нападение, война), страх заболеть, страхи, связанные с усвоением социальных норм (наказания, опоздания).

## ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ СТРАХОВ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

### 2.1 Этапы, методы и методики исследования

Проведение опытно-экспериментального исследования включает в себя проведение нижеследующих этапов работы:

- 1) поисково-подготовительный: изучение психолого-педагогической литературы по проблематике исследования;
- 2) опытно-экспериментальный: диагностика страхов дошкольников 6-7 лет при помощи методик: выявления страхов у детей с помощью специального теста тревожности (Р. Теммл, М. Дорки, В. Амен); выявление страхов с помощью диагностики количества страхов при помощи теста «Страхи в домиках» (А.И. Захаров, М.А. Панфилова); выявление страхов с помощью рисования («Дом-Дерево-Человек»); разработка и проведение программы психолого-педагогической коррекции страхов старших дошкольников.
- 3) контрольно-обобщающий: анализ реализации программы психолого-педагогической коррекции страхов старших, внедрение полученных результатов в практику.

Система применяемых в исследовании методов и методик была определена исходными методологическими предпосылками, а также целями и задачами всего экспериментального исследования и его отдельных этапов. Задачи констатирующего и контрольного этапов исследования требовали применения метода эксперимента. Метод эксперимента предполагает искусственное создание психологической ситуации и изучение того или иного психического явления, процесса, развивающихся в этой ситуации. Создавая специальные условия для эксперимента, обеспечивающие проявление психического процесса, свойства, экспериментатор получает возможность неоднократно повторять

эксперимент, получает возможность, проводя исследование с разными испытуемыми в одинаковых условиях, установить возрастные и индивидуальные особенности развития исследуемых психических процессов. По своему усмотрению экспериментатор может менять условия эксперимента, что открывает широкие возможности для нахождения и обоснования наиболее эффективных приемов в учебно-воспитательной работе с детьми. Эксперимент является наиболее эффективным способом выявления причинно-следственной зависимости между изучаемыми переменными. Эксперимент отличается активным вмешательством исследователя в ситуацию.

В процессе экспериментального исследования проблемы психолого-педагогической коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста применялось тестирование. Достоинством этого метода является небольшая продолжительность, а также возможность исследования большого количества испытуемых, что позволяет применить современные статистические методы.

Беседа как метод научного исследования использовался на всех этапах экспериментальной работы. Она организовывалась с целью выявления индивидуальных особенностей детей. Неоднократное применение метода беседы в процессе групповой работы с дошкольниками в рамках программы психолого-педагогической коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста позволило выявить изменения характеристик личности детей и определить их динамику.

При выявлении страхов с помощью специального теста тревожности (Р. Теммл, М. Дорки, В. Амен), задача состояла в том, чтобы исследовать и оценить тревожность ребенка в типичных для него жизненных ситуациях, где соответствующее качество личности проявляется в наибольшей степени.

Тест состоит из 14 рисунков размером 8,5 x 11 см. Каждый рисунок представляет собой некоторую типичную для жизни ребенка ситуацию.

Каждый рисунок выполнен в двух вариантах: для девочки (на рисунке изображена девочка) и для мальчика (на рисунке изображен мальчик). Лицо ребенка на рисунке не прорисовано, дан лишь контур головы. Каждый рисунок снабжен двумя дополнительными рисунками детской головы, по размерам точно соответствующими контуру лица на рисунке. На одном из дополнительных рисунков изображено улыбающееся лицо ребенка, на другом – печальное.

Рисунки показывают ребенку в строго перечисленном порядке один за другим. Беседа проходит в отдельной комнате. Предъявив ребенку рисунок, педагог дает инструкцию.

Диагностика количества страхов с помощью теста «Страхи в домиках» (А.И. Захаров, М.А. Панфилова) проводилась с целью выявления и уточнения преобладающих видов страхов (страх темноты, одиночества, смерти, медицинские страхи и т. д.).

Беседа о страхах А. И. Захарова предполагает выявление и уточнение преобладающих видов страхов (страх темноты, одиночества, смерти, медицинские страхи и т. д.). Прежде чем помочь детям в преодолении страхов, необходимо выяснить, каким конкретно страхам они подвержены. Выяснить весь спектр страхов можно специальным опросом при условии эмоционального контакта с ребенком, доверительных отношений и отсутствия конфликта. О страхах следует расспрашивать кому-нибудь из знакомых взрослых или специалистов при совместной игре или дружеской беседе. Впоследствии самим родителям уточнить, чего именно и насколько боится ребенок.

Беседа представляется как условие для избавления от страхов посредством их проигрывания и рисования. 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 произвольное 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.

Совокупные ответы ребенка объединяются в несколько групп по видам страхов, которые были сформулированы А. И. Захаровым. Если ребенок в трех случаях из четырех-пяти дает утвердительный ответ, то этот вид страха диагностируется как имеющийся в наличии. Проведение этой методики является достаточно простым и не требующим специальной подготовки.

Ребенку предлагается нарисовать два дома – красный и черный (возможен вариант предъявления ребенку листа с уже нарисованными домами). В эти дома либо самостоятельно (если это младшие школьники и более старшие дети), либо с помощью экспериментатора (если это дошкольники) детям предлагается расселить страхи: в красный дом – «нестрашные», в черный – «страшные» страхи. После выполнения задания ребенку предлагается закрыть черный дом на замок (нарисовать его), а ключ выбросить или потерять. Автор предполагает, что данный акт успокаивает актуализированные страхи. Анализ полученных результатов заключается в том, что экспериментатор подсчитывает страхи в черном доме и сравнивает их с возрастными нормами. А. И. Захаров предлагает возрастные нормы страхов и их распределение (по полу и возрасту). Из 29 страхов, выделенных автором, у детей наблюдаются от 6 до 15. У городских детей возможное количество страхов доходит до 15.

Проективная методика выявления страхов у детей с помощью рисования «Дом-Дерево-Человек» проводится с целью оценить личность исследуемого, уровень его развития, работоспособности и интеграции;

получить данные, касающиеся сферы его взаимоотношений с окружающим миром в целом и с конкретными людьми в частности.

Обследуемому предлагают нарисовать дом, дерево и человека. Затем проводят детально разработанный опрос. Выбор предметов для рисования автор обосновывает тем, что они знакомы каждому обследуемому, наиболее удобны как объекты для рисования и, наконец, стимулируют более свободные словесные высказывания, нежели другие объекты.

Каждый рисунок - это своеобразный автопортрет, детали которого имеют личностное значение.

По рисунку можно судить об аффективной сфере личности, ее потребностях и т. д.

В начале проводится индивидуальная беседа, в которой происходит установление эмоционального контакта, формирование мотивации на выполнение заданий.

Перед ребенком ставится задача: нарисовать, как можно лучше, дом, дерево и человека. На все уточняющие вопросы ребенка следует отвечать, что он может рисовать так, как ему хочется. Само выполнение теста состоит из двух частей: процесса рисования и беседы после него. Богатую информацию дает наблюдение за тем, как ребенок рисует. Записываются все спонтанные высказывания, отмечаются какие-либо непривычные движения. Когда ребенок заканчивает рисовать, ему задается ряд вопросов о его рисунке.

Методики диагностики страхов дошкольников образовательной организации представлены в приложении 1.

Математико-статистический анализ осуществлялся с помощью Т-критерия Вилкоксона. Данный критерий используется для сопоставления показателей, измеренных в двух разных условиях на одной и той же выборке испытуемых. Он позволяет установить не только направленность изменений, но и их выраженность. Суть метода состоит в том, что мы сопоставляем выраженность сдвигов в том и ином направлениях по

абсолютной величине. Для этого мы сначала ранжируем все абсолютные величины сдвигов, а потом суммируем ранги. Если сдвиги в положительную и в отрицательную сторону происходят случайно, то суммы рангов абсолютных значений их будут примерно равны. Если же интенсивность сдвига в одном из направлений перевешивает, то сумма рангов абсолютных значений сдвигов в противоположную сторону будет значительно ниже, чем это могло бы быть при случайных изменениях.

Этапы проведения диагностики:

- 1) диагностика страхов у дошкольников;
- 2) анализ полученных результатов;
- 3) разработка и реализация программы психолого-педагогической коррекции страхов старших дошкольников;
- 4) оценка –прогноз успешности реализации программы психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников.

Статистический метод математической обработки эмпирических данных Т-критерий Вилкоксона применяется для сопоставления показателей, измеренных в двух разных условиях на одной и той же выборке испытуемых. Он позволяет установить не только направленность изменений, но и их выраженность. С его помощью мы определяем, является ли сдвиг показателей в каком-то одном направлении более интенсивным, чем в другом.

## 2.2 Характеристика выборки и анализ результатов исследования

Исследование проводилось в МАДОУ детский сад «Тополек». В нем приняли участие 18 детей старшего дошкольного возраста подготовительной группы, соответственно дети 6 - 7 летнего возраста.

Нами были использованы следующие методики:

1. Методика выявления страхов с помощью специального теста тревожности. (Р.Теммл, М.Дорки, В. Амен.).

2. Диагностика количества страхов (тест: «Страхи в домиках» А.И. Захарова, М.А. Панфиловой.)

3. «Дом-Дерево-Человек».

Результаты проведенной диагностики по методике выявления страхов с помощью специального теста тревожности (Р.Теммл, М.Дорки, В. Амен.) представлены в таблице 1 (приложение 2)

В группе исследования показали следующие результаты: низкий уровень тревожности у 5% (у 1 ребенка), средний уровень - 60 % (у 11 детей), высокий уровень тревожности – у 35% (у 6 детей).

В основном дети переживают тревожность, вызванную стрессовыми ситуациями (укладывание спать, точное выполнение требований взрослых, агрессия со стороны других детей, наказание и др.). Кроме того, тревожность носит и личностный характер, когда ребенок стабильно сталкивается с расхождениями между своими реальными возможностями и высоким уровнем достижений, которого ждут от него взрослые.

В процессе исследования дети с высокими показателями тревожности проявляли беспокойство, неуверенность в себе, в правильности своих ответов. Их интересовало, что и как отвечали другие дети, проявляли вредные привычки невротического характера – кусали ногти, качали ногой, покусывали нижнюю губу и так далее. У некоторых из этой категории детей можно было наблюдать физиологические признаки повышенной тревожности – учащалось дыхание, потели ладони рук, проявлялась гиперемия в области лица и шеи.

Результаты исследования в группе отражены на рисунке 3 [Приложение 2, таблицы 1,2]

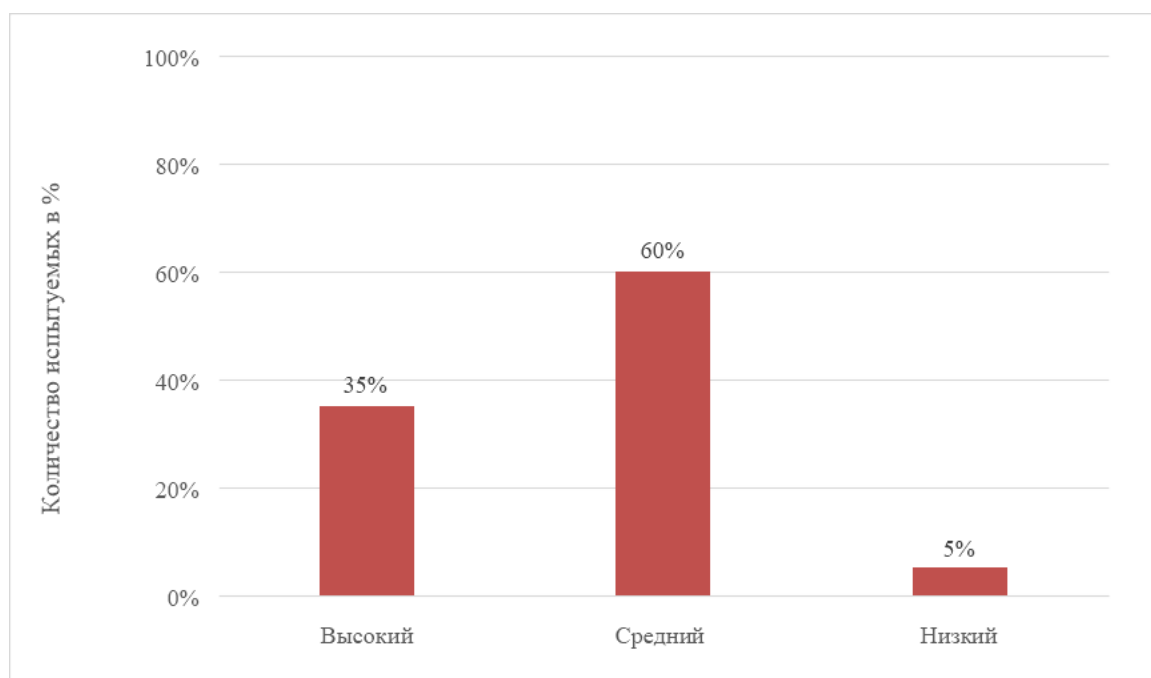


Рисунок 3 – Результаты диагностики страхов старших дошкольников с помощью теста тревожности (Р.Теммл, М.Дорки, В. Амен.)

Результаты по методике «Страхи в домиках» А.И. Захарова, М.А. Панфиловой представлены на рисунке 4 (приложение 2, таблица 2).

Анализируя таблицу 2, можно говорить о том, что для большинства старших дошкольников (56%) характерен страх темноты, далее ранговое распределение страхов старших дошкольников было построено следующим образом: 6 дошкольников (36%) - страх крови, 5 дошкольников (28%) - страх врачей, 4 дошкольников (20%) - страх сказочных персонажей; 4 дошкольников (20%) - страх стихий, 4 дошкольников (20%) - страх животных.

Полученные данные свидетельствуют, что для представителей дошкольного возраста в большей степени характерны: страх темноты, страх крови и страх врачей.

Первичная диагностика показала, что наименьшее чувства страха вызывает страх транспорта - 3 дошкольника (16%).

Представим полученные данные на рисунке 4 [Приложение 2, таблицы 3,4].

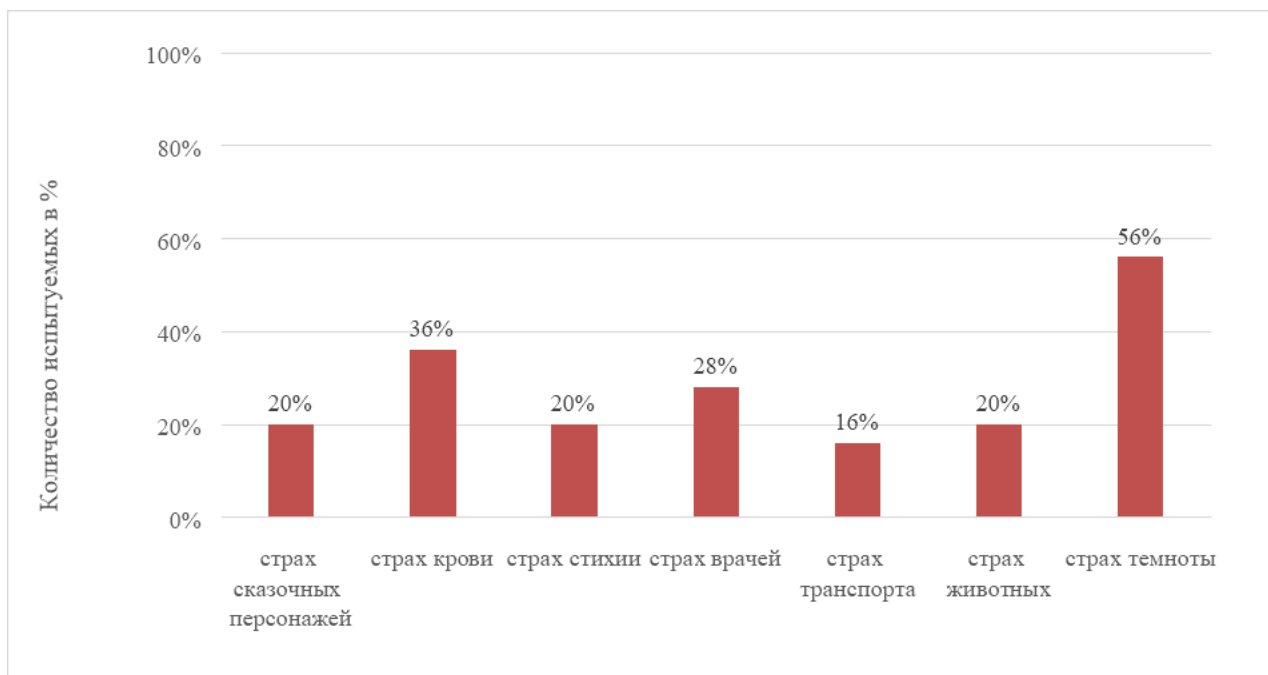


Рисунок 4 – Результаты диагностики страхов у старших дошкольников по методике «Страхи в домиках» А.И. Захарова и М.А. Панфиловой

Результаты по методике «Дом-Дерево-Человек» представлены на рисунке 5 (приложение 2 таблица 3).

У 9 детей (50 %) преобладает тревожность. Ярко выраженные, можно увидеть в рисунках детей: изображение дома зеленым цветом; рисунок начат на одной стороне листа, а закончен на другой; кисти и ступни у человека отсутствуют; рисунок нарисован черным карандашом; кусты разбросаны; контур земли заштрихован, спускающийся вниз. На рисунках изображены облака, небо заштриховано черным цветом; руки человека тонкие, опущены вниз; преобладает штриховка рисунка; деревья разбросаны по всему листу; большие глаза.

У 9 человек (50 %) по рисунку можно сказать их состояние, спокойное, стабильное, не создает опасения. Положительный эмоциональный настрой.

Наглядно результаты исследования по данному тесту представлены на рисунке 5 [Приложение 2, таблица 5].

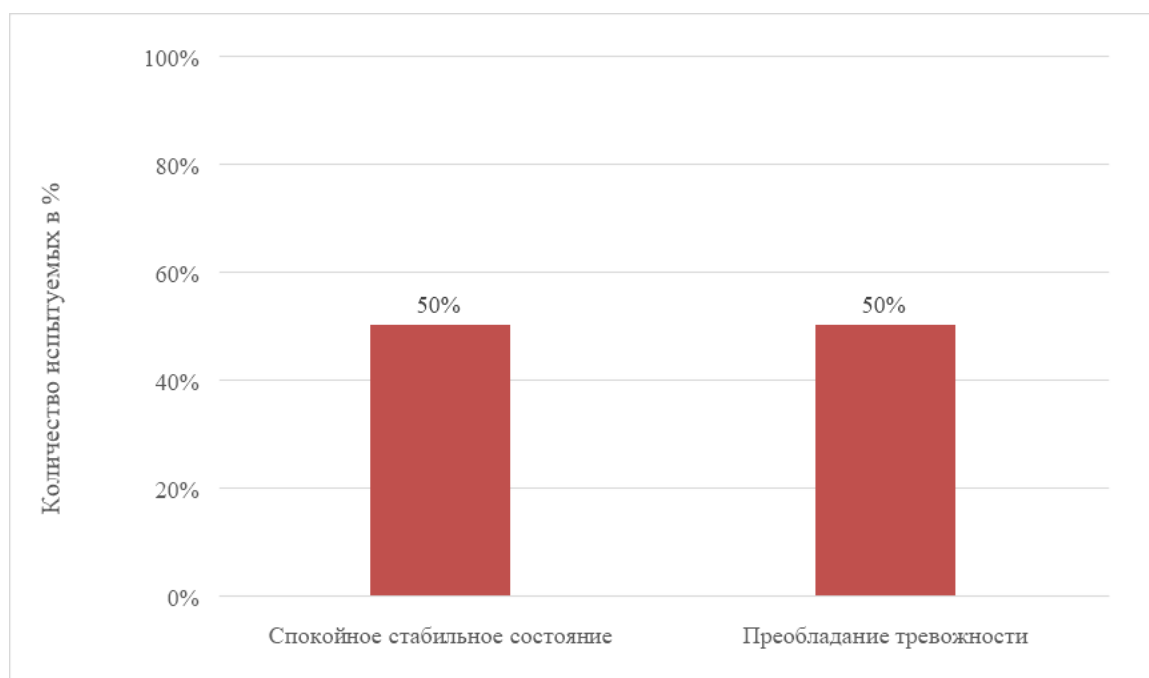


Рисунок 5 – Результаты диагностики страхов у старших дошкольников по методике «Дом - дерево - человек»

Таким образом, на основании анализа данных констатирующего эксперимента мы видим наличие высокого уровня переживания страхов детьми дошкольного возраста и высокого уровня тревожности по методикам: «Выбери нужное лицо» (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен), «Страхи в домиках» (А.И. Захаров, М.А. Панфилова), «Дом - дерево - человек». Данный комплекс проведенных методик доказал необходимость внедрения психолого-педагогической программы коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста в практику дошкольной организации.

## Выводы по главе 2

Во второй главе данной работы описано экспериментальное исследование страхов у детей старшего дошкольного возраста.

В исследовании принимали участие 16 дошкольников 6-7 лет.

Все дети соответствуют нормативному развитию, активные, дружелюбные.

Подведем итог проведенного опытно-экспериментального исследования по изучению экспериментального исследования страхов у детей старшего дошкольного возраста.

Исследование состоит из трех этапов. На каждом этапе решались свои задачи.

Представим методики эмпирического исследования: Методика выявления страхов с помощью специального теста тревожности (Р.Теммл, М.Дорки, В. Амен.) результаты: низкий уровень тревожности у 5% (у 1 ребенка), средний уровень - 60 % (у 11 детей), высокий уровень тревожности – у 35% (у 6 детей); диагностика количества страхов («Страхи в домиках» А.И. Захарова, М.А. Панфиловой.) показала, что для большинства

старших дошкольников (56%) характерен страх темноты, далее ранговое распределение страхов старших дошкольников было построено следующим образом: 6 дошкольников (36%) - страх крови, 5 дошкольников (28%) - страх врачей, 4 дошкольников (20%) - страх сказочных персонажей; 4 дошкольников (20%) - страх стихий, 4 дошкольников (20%) - страх животных; методика «Дом-Дерево-Человек» выявила преобладание тревожности у 9 детей (50 %).

По итогам диагностики была разработаны психолого-педагогические рекомендации, целью которой стало создание условий для преодоления страхов у детей старшего дошкольного возраста.



## ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ СТРАХОВ У СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ

### 3.1 Содержание программы психолого – педагогической коррекции страхов у детей старшего дошкольного возраста

В настоящее время увеличилось число тревожных детей, отличающихся повышенным беспокойством, неуверенностью, эмоциональной неустойчивостью. И такие дети не правило, а исключение. Страх - это эмоция, которая может возникнуть в любом возрастном периоде.

Однако многие страхи в школьном и подростковом возрасте являются развитием ранее предшествующих страхов и тревог. Поэтому чем раньше начата работа по преодолению и предупреждению страхов, тем больше вероятность их отсутствия в подростковом возрасте. Если психологическая, родительская и медицинская помощь будет оказана в дошкольном возрасте, можно рассчитывать на эффект предупреждения развития психастенических черт характера и невроза в подростковом возрасте.

Нелегко найти человека, который бы никогда не испытывал чувство страха. Беспокойство, тревога, страх - такие же эмоциональные неотъемлемые проявления нашей психической жизни, как и радость, восхищение, гнев, удивление, печаль. Но при чрезмерной податливости к страхам, зависимости от них меняется поведение человека вплоть до «эмоционального паралича». Устойчивые страхи - это страхи, с которыми не может справиться ни ребёнок, ни взрослый, которые приводят к появлению нежелательных черт характера.

Однако следует помнить, что в дошкольном возрасте страхи наиболее успешно подвергаются психологическому воздействию,

поскольку они пока больше обусловлены эмоциями, чем характером, и во многом носят возрастной переходящий характер.

Детские страхи, если к ним правильно относиться, понимать причины их появления чаще всего исчезают бесследно. Если же они болезненно заострены или сохраняются длительное время, то это служит признаком неблагополучия, говорит о физической и нервной ослабленности ребёнка, неправильном поведении родителей, конфликтных отношениях в семье.

В дошкольном возрасте страхи наиболее успешно подвергаются психологическому воздействию, поскольку они еще не завладели характером ребенка и чаще всего носят возрастной характер.

Психолого-педагогическая коррекция – это обоснованное воздействие педагога на дискретные характеристики внутреннего мира ребенка, когда психолог имеет дело с конкретными проявлениями желаний, переживаний, познавательных процессов и действий человека. Воздействие основывается на теоретических представлениях о норме осуществления действий, о норме содержания переживаний, о норме протекания познавательных процессов, о норме целеполагания в том или ином конкретном возрастном периоде.

Результаты психолого-педагогической диагностики на констатирующем этапе эксперимента подтвердили наличие переживания страхов у детей дошкольного возраста, что явилось причиной для проведения коррекционной работы и разработки программы психолого-педагогической коррекции страхов у детей младшего дошкольного возраста.

Разработанная нами программа является психолого-педагогической, и направлена на коррекцию страхов детей старшего дошкольного возраста. В качестве дополнительных направлений программы предусмотрена работа по следующим направлениям:

- развитие коммуникативных навыков детей и навыков сотрудничества;
- коррекция самооценки детей;
- повышение активности, снятие мышечного напряжения, расслабление;
- знакомство с чувствами и эмоциями, умение их выражать.

Данная программа имеет коррекционно-развивающую направленность, ориентирована на детей старшего дошкольного возраста (6-7 лет). Программа составлена на основе авторских разработок Агафоновой И.Н., Алябьевой Е.А., Панфиловой М.А. [1,4,43].

Цель программы: провести психолого-педагогическую коррекцию страхов у детей старшего дошкольного возраста.

Задачи:

- 1.Формирование и развитие эмоциональной сферы личности старших дошкольников.
2. Снижение выраженности страхов.
- 3.Снижение уровня тревожности и нейтрализация эмоционально-негативных переживаний.

Программа базируется на следующих основополагающих принципах:

- принцип аксиологического подхода, признающий ребенка высшей общественной ценностью и направленный на развитие социально устойчивой, гуманной личности, раскрытие ее интеллектуального, творческого, нравственного потенциала;
- принцип личностно-ориентированного подхода, нацеливающий на необходимость ориентироваться не на какую-то отдельную психическую функцию, а на личность в целом;
- принцип деятельностного подхода, ориентирующий психокоррекционный процесс на учет ведущего вида деятельности ребенка;
- принцип единства диагностики и коррекции, обозначающий

что психологическая диагностика и коррекция должны быть взаимодополняющими, а не исключаящими процессами;

– принцип единства возрастного и индивидуального в развитии, предусматривающий индивидуальный подход к ребенку в контексте его развития;

– принцип фасилитации, подразумевающий создание педагогом-психологом особой психологической атмосферы, создающей условия для проявления личностной активности ребенка, содействующей процессу его психического развития и обеспечивающей межличностное взаимодействие между участниками коррекционной работы.

Режим занятий. Программа состоит из групповых занятий, рассчитана на 10 занятий по 30 минут 2 раза в неделю.

Контингент участников: дети старшего дошкольного возраста 6-7 лет.

Критерии эффективности программы:

- повышение уверенности в себе;
- снижение тревожности;
- снижение количества страхов.

Структура занятия:

- ритуал приветствия;
- основная часть;
- ритуал прощания.

Рекомендации по проведению занятий:

- занятия проводятся в группах 7-9 человек;
- номера занятий отражают последовательность их проведения и этапность реализации программы;
- при проведении занятий нужно опираться на возрастные и индивидуальные особенности младших дошкольников. Важно поддерживать желание детей принимать участие в играх, упражнениях, прислушиваться к точке зрения каждого ребенка. На этих занятиях нет неправильных ответов. Важно, чтобы каждый ребенок почувствовал, что

его мнением интересуются, с тем, чтобы закрепить значимость ребенка в кругу сверстников;

– в занятиях используются ситуации «публичного» проживания страха, с целью способствовать проявлению истинных чувств, самовыражения.

Место проведения занятий. Для проведения занятий необходима отдельная комната или кабинет, где по числу участников должны быть стулья и столы, желательно, чтобы в помещении, где проводятся занятия, будет поставлена мягкая мебель. На полу комнаты должно быть половое ковровое покрытие и спортивные маты, т. к. на занятиях используются игры психомышечного расслабления. В комнате должен находиться CD-проигрыватель, ноутбук, записи с функциональной музыкой, спортивные, канцелярские и арт-принадлежности (краски, бумага А4, карандаши, клей, фломастеры, ножницы, приготовленные сказки, карточки с заданиями).

В своей программе психолого-педагогической коррекции мы используем следующие методы и техники:

– подвижные и сюжетно-ролевые игры. Метод игротерапии способен активизировать формирование познавательной активности и стимулировать речевую деятельность, игры под руководством взрослого тренируют произвольность различных процессов в психике ребенка и позволяют усовершенствовать волевую и эмоциональную сферу. Играя, ребенок проходит очень важную стадию социализации, что позволяет преодолеть многие коммуникативные проблемы;

– психогимнастические упражнения (этюды). Используются для управления навыками своей эмоциональной сферой: развития у детей способности понимать, осознавать свои и чужие эмоции, правильно их выражать, полноценно их переживать. Используются для снижения напряженности, мышечных зажимов, тревожности, страхов, повышения уверенности в себе;

– арт-терапия. Метод арт-терапии позволяет ребенку осознать проблемную ситуацию, помогает выразить свои чувства, эмоции, раскрыть свои

творческие способности. Благодаря разнообразию материалов этот метод является наиболее интересным для ребенка;

– релаксация. Используется для расслабления, позволяет устранить беспокойство, возбуждение, скованность, восстановить силы, увеличить запас энергии;

– сказкотерапия. Данный метод помогает ребенку раскрыть внутренние переживания, преодолеть трудности, также позволяет ребенку развить самосознание, стать самими собой, и построить особые доверительные, близкие отношения с окружающими;

– функциональная музыка. Успокаивающая и восстанавливающая музыка способствует уменьшению эмоциональной напряженности, переключает внимание.

В целях систематизации работы по психолого-педагогической коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста, представим тематический план работы (таблица 1).

Таблица 1 – Тематический план работы по программе психолого-педагогической коррекции страхов старших дошкольников

№ п/п	Тема занятия	Цель занятия
1	Занятие 1 «Здравствуйте, это Я!»	знакомство участников друг с другом, повышение позитивного настроения и сплочения детей, эмоциональное и мышечное расслабление.
2	Занятие 2 «Моё имя»	раскрытие своего «Я», формирование чувства близости с другими людьми, достижение взаимопонимания и сплочённости.
3	Занятие 3 «Настроение»	осознание своего эмоционального состояния, снижение психоэмоционального напряжения, развитие умения чувствовать настроение и сопереживать окружающим.
4	Занятие 4 «Настроение» (продолжение)	осознание своего самочувствия, снижение эмоционального напряжения, уменьшение тревожности, снижение мышечных зажимов.
5	Занятие 5 «Горячие ладошки»	раскрытие своего "Я", формирование чувства близости с другими людьми, достижение взаимопонимания и сплочённости .
6	Занятие 6 «Наши	стимулирование аффективной сферы ребёнка,

	страхи»	повышение психического тонуса ребёнка.
7	Занятие 7 «Я больше не боюсь!»	преодоление негативных переживаний, символическое уничтожение страха, снижение эмоционального напряжения.
8	Занятие 8 «Волшебный лес»	развитие умения передавать своё эмоциональное состояние через художественный образ, снижение психоэмоционального напряжения, повышение уверенности в себе.
9	Занятие 9 «Сказочная шкатулка»	Формирование положительной «Я-концепции», самопринятия, уверенности в себе, снижение тревожности, выявление положительных черт личности.
10	Занятие 10 «Солнце в ладошке»	освобождение от отрицательных эмоций, развитие социального доверия, повышение уверенности в своих силах повышение значимости в глазах окружающих.

Ожидаемые результаты:

1. Снижение уровня тревожности.
2. Уменьшение количества страхов
3. Развитие уверенности в собственных силах, способности наиболее успешно реализовать себя в поведении и взаимодействии с окружающими людьми.

Таким образом, нами была разработана и апробирована программа психолого-педагогической коррекции детей младшего дошкольного возраста, представляющую собой систему взаимосвязанных занятий, имеющих строго регламентированную структуру (Приложение 3). В результате реализации данной программы, должен заметно снизиться уровень выраженности страхов детей младшего дошкольного возраста, развиться коммуникативные навыки, установиться положительный эмоциональный настрой, повысится самооценка. Данное утверждение проверим на третьем этапе экспериментального исследования.

### 3.2 Анализ результатов коррекционной работы

После констатирующего эксперимента и проведения разработанной нами психолого-педагогической программы коррекции страхов дошкольников на базе подготовительной группы МАДОУ д/с «Тополек» г.Советский, у всей группы была проведена повторная контрольная диагностика. Использовались те же методики диагностики, с целью выявления изменения степени выраженности исследуемого нами феномена.

Результаты проведенной диагностики по методике выявления страхов с помощью специального теста тревожности (Р.Теммл, М.Дорки, В. Амен.) до и после формирующего эксперимента представлены в таблицах 6,7 (приложение 4).

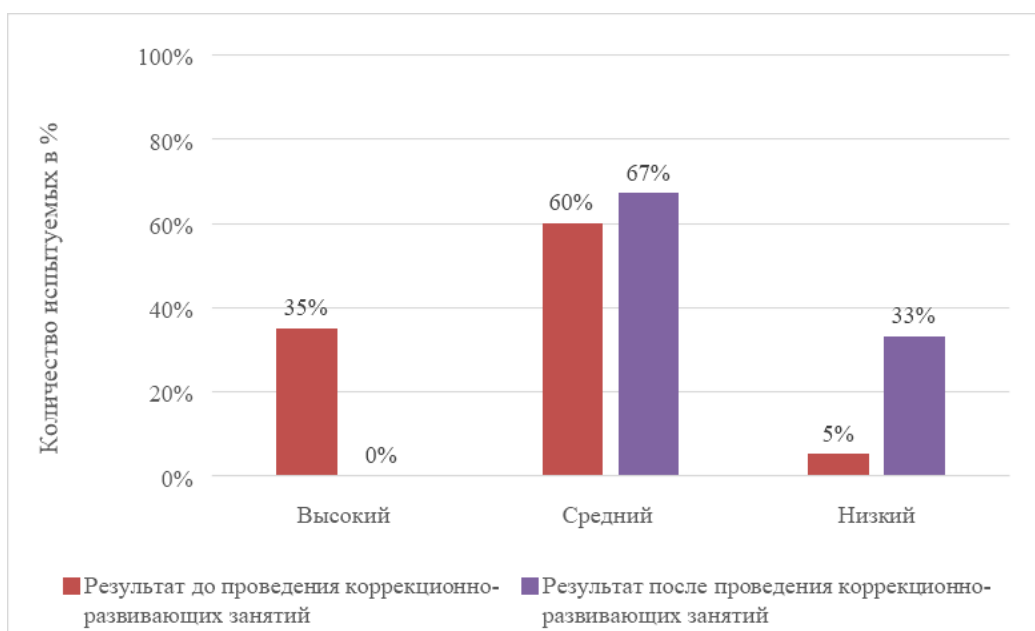


Рисунок 6 – Результаты диагностики страхов старших дошкольников с помощью теста тревожности (Р.Теммл, М.Дорки, В. Амен.) до и после реализации программы коррекции

На рисунке 6 видно, что после второго диагностирования уровень тревожности сменился, высокий уровень понизился с 35% до 0%, средний повысился с 60% до 67%, а низкий повысился с 5% до 33%. Рассмотрим другие методики.



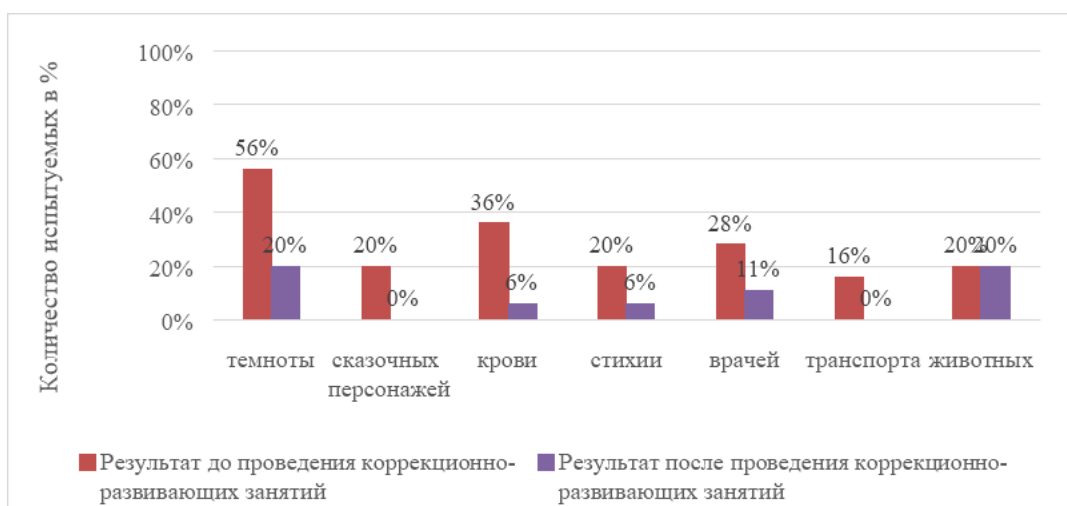


Рисунок 7 – Результаты показателей страхов у детей старшего дошкольного возраста по методике «Страхи в домиках» А.И. Захарова и М.А. Панфиловой до и после реализации программы коррекции

Как видно из рисунка 7 – после коррекционной программы количество страхов многих детей стало меньше, у некоторых оно не изменилось. Это связано с тем, что в процессе коррекционной работы дети научились бороться с некоторыми страхами - страх темноты, страх крови, страх сказочных персонажей и другие.

Результаты по методике «Дом-Дерево-Человек» представлены в таблицах 8,9 (приложение 4).

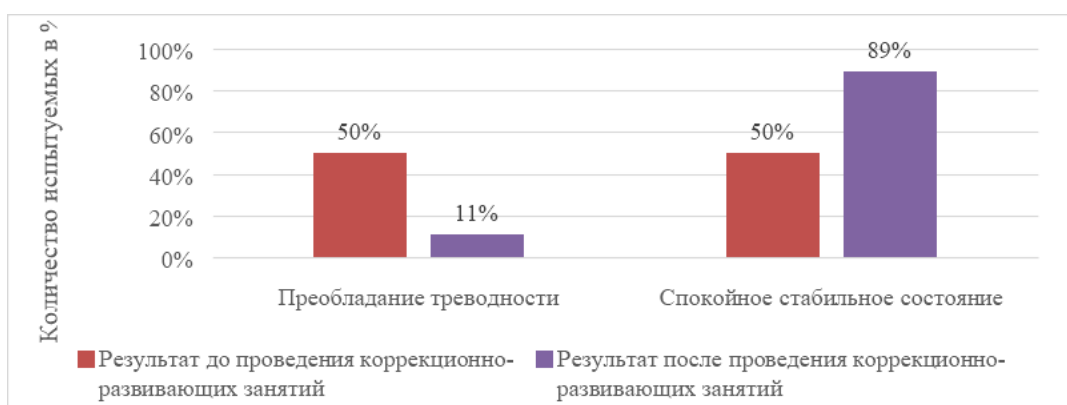


Рисунок 8 – Результаты исследования уровня тревожности у детей старшего дошкольного возраста (тест «Дом - дерево - человек») до и после реализации программы коррекции

По данному рисунку можно увидеть то, что у 2 человек (11%) все еще преобладает тревожное состояние. В рисунках сохраняется отсутствие кистей и ступень у человека; контур земли заштрихован, спускающийся

вниз. У 16 человек (89%) состояние спокойное, стабильное, не создает опасения. Положительный эмоциональный настрой.

Для определения эффективности программы психолого-педагогической коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста по методике определения тревожности на основе теста Р.Тэммл, В. Амен, М. Дорки, был использован Т-критерий Вилкоксона.

Сформулируем рабочие гипотезы.

H<sub>0</sub>: Интенсивность сдвигов в типичном направлении не превосходит интенсивности сдвигов в нетипичном направлении.

H<sub>1</sub>: Интенсивность сдвигов в типичном направлении превышает интенсивность сдвигов в нетипичном направлении.

Алгоритм подсчета Т-критерия Вилкоксона:

1. Составляем список испытуемых в любом порядке.
2. Вычисляем разницу между замерами до проведения коррекционной программы и после. Определяем, что будет считаться «типичным» сдвигом, формулируем гипотезы.
3. Переводим разности в абсолютные величины.
4. Ранжируем абсолютные величины разностей, начисляя меньшему значению меньший ранг.
5. Подсчитываем сумму рангов не типичных значений по формуле:  $T = \sum R$ ,  
Где R, - ранговые значения сдвигов с более редким знаком.
6. Определяем критические значения для T.
7. Строим ось значимости.

$T_{эмп} = 1$

Определяем критические значения T для n=12:

$T_{кр} = 17(0.05)$

$T_{кр} = 9(0.01)$

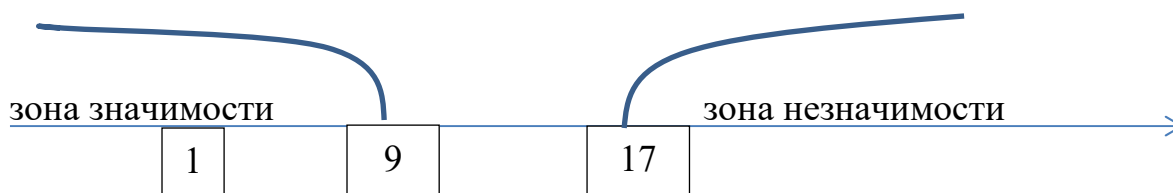


Рисунок 9 – Ось значимости по Т-критерию Вилкоксона на основе теста тревожности (Р.Теммл, М.Дорки, В. Амен.)

Полученное эмпирическое значение  $T_{эмп.}$  находится в зоне значимости следовательно, интенсивность сдвигов в типичном направлении превышает интенсивность сдвигов в нетипичном направлении.

Гипотеза  $H_0$  отвергается, принимается гипотеза  $H_1$ . Это значит, уровень тревожности старших дошкольников изменился после проведения коррекционной программы.

Результаты, полученные по методике определения тревожности на основе методики «Страхи в домиках» А.И. Захарова и М.А. Панфиловой на этапе формирующего эксперимента будут иметь сдвиг в сторону уменьшения. Для того, того чтобы нам это доказать сформулируем гипотезы и проведем подсчёты.

Сформулируем рабочие гипотезы.

$H_0$ : Интенсивность сдвигов в типичном направлении не превосходит интенсивности сдвигов в нетипичном направлении.

$H_1$ : Интенсивность сдвигов в типичном направлении превышает интенсивность сдвигов в нетипичном направлении.

$T_{эмп.} = 0$

Определяем критические значения  $T$  для  $n=17$

$T_{кр} = 27 (p \leq 0.01)$

$T_{кр} = 41 (p \leq 0.05)$

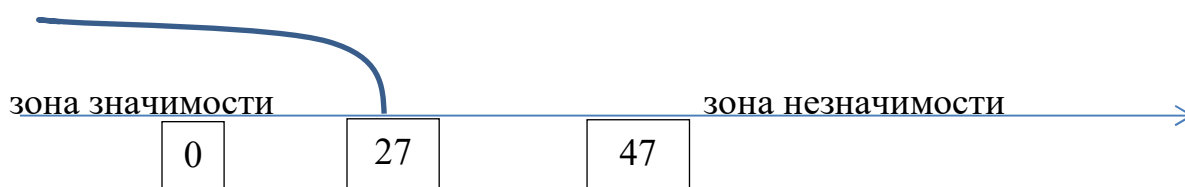


Рисунок 10 – Ось значимости на основе Т-критерия Вилкоксона по методике «Страхи в домиках» А.И. Захарова и М.А. Панфиловой

Полученное эмпирическое значение Тэмп. находится в зоне значимости следовательно, интенсивность сдвигов в типичном направлении превышает интенсивность сдвигов в нетипичном направлении.

Гипотеза Н<sub>0</sub> отвергается, принимается гипотеза Н<sub>1</sub>. Это значит, уровень тревожности старших дошкольников изменился после проведения коррекционной программы.

Таким образом, гипотеза исследования экспериментально подтверждена: психолого-педагогическая коррекция страхов детей дошкольного возраста будет более эффективной при реализации следующих психолого-педагогических условий: если будет разработана модель психолого-педагогической коррекции страхов детей дошкольного возраста, включающая диагностический, организационно-коррекционный, аналитический и блоки всего психолого-педагогического процесса на основе аксиологического и личностно-деятельностного подходов, если будет разработана, апробирована и внедрена программа психолого-педагогической коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста, включающая комплекс занятий, направленных на снижение наиболее выраженных страхов детей дошкольного возраста. Задачи исследования решены, цель исследования достигнута.

### 3.3 Психолого-педагогические рекомендации педагогам и родителям для преодоления страхов у детей старшего дошкольного возраста

Создание единой воспитательной среды необходимо для благополучного обучения дошкольника. Именно поэтому необходимо сотрудничество педагогов и родителей. Родители могут выступать в роли ассистентов при проведении какого-либо вида деятельности с детьми. От совместной работы родителей и педагогов выигрывают все стороны педагогического процесса: родители принимают активное участие в жизни детей, тем самым лучше понимая и налаживая взаимоотношения; педагоги, взаимодействуя с родителями, узнают больше о ребенке, что позволяет подобрать эффективные средства воспитания и обучения.

Родителям следует проводить работу не только по устранению страхов, но и по их предупреждению. Помощь ребенку без участия родителей чаще всего не приносит положительных результатов, 90% всех страхов детей порождены семьей и стойко поддерживаются ею, поэтому крайне важно подключать к коррекции родителей (давать совместные домашние задания на дом). В целом родителям предлагается использовать несколько направлений.

Родителям. Изменение поведения с ребенком.

1. Дети чрезвычайно эмоциональны, впечатлительны, внушаемы, это необходимо учитывать и формировать веру ребенка в свои силы и возможности, оптимистический взгляд на все происходящее.

2. Необходимо различными способами повышать и поддерживать самооценку детей. Следует поддерживать и поощрять те виды деятельности, в которых ребенок испытывает ситуацию успеха.

3. В случае приближающейся неблагоприятной ситуации нужно заранее готовить ребенка к этому.

4. При любом способе борьбы со страхом нельзя оставлять жалобы ребенка без внимания.

5. Следует уменьшить свои требования к детям, реже наказывать их и меньше обращать внимания на враждебность, которую они время от времени проявляют к нам. Ребенка нужно принимать таким, какой он есть и не стараться из него слепить то, чем он не является. Родители должны дать им понять, что гнев, который они иногда испытывают к родителям, а родители к ним, - это совершенно естественное и нормальное явление и оно может повлиять на наши дружеские чувства. Это, разумеется, точка зрения взрослого человека, а ребенку мы можем доказать свою любовь только ровным и неизменным отношением к нему.

6. При появлении страхов реакция родителя должна быть спокойно-сопереживающей. Нельзя оставаться равнодушными, но и чрезмерное беспокойство может привести к усилению страхов. Можно обсудить с ребенком его страх, попросите его описать чувства и сам страх. Чем больше ребенок будет говорить о страхе, тем лучше - это лучшая терапия, чем больше он говорит, тем меньше боится.

7. За стремление преодолеть страх ребенка обязательно нужно отметить похвалой, поддержкой, наградой. Дети дорожат тем, что их усилия замечены, и это сказывается на их поведении.

8. Основное действие, которое родители должны совершить – это устранить причины тревожности ребенка. Необходимо критично пересмотреть свои требования к ребенку, обратив внимание на то, не слишком ли родительские запросы превышают реальные возможности ребенка, не слишком ли часто он оказывается в ситуации постоянного неуспеха. Возможно следует усилить поощрения, направить их на повышение самоуважения, на подкрепление самооценки ребенка, на воспитание уверенности и усиление чувства безопасности.

9. Очень важно при появлении страхов вернуть ребенку душевное равновесие. Этого можно добиться путем понимания. Необходимо создать такую обстановку в семье, чтобы дети поняли: они без стеснения могут сказать нам обо всем, что их напугало. И они сделают это только в том

случае, если не будут бояться нас и почувствуют, что мы не осуждаем их, а понимаем.

10. Взрослые должны с уважением отнестись к страху ребенка, даже если он совершенно беспочвен, или же вести себя так, словно вы давно знаете и нисколько не удивляетесь его испугу; кроме того, надо взять себе за правило употреблять понятие страх без всяких опасений и не считать его словом, на которое наложен запрет.

Педагогам. Применение специальных коррекционных методов и приемов.

#### 1. Рисование.

Рисование связано с эмоциями удовольствия, радости, восторга, восхищения и даже гнева, но только не страха и печали. Поэтому рисование выступает как способ постижения своих возможностей и окружающей действительности, моделирования взаимоотношений и выражения эмоций, в том числе и отрицательных, негативных. При этом ребёнок должен рисовать самостоятельно, без помощи взрослых. Сам факт получения задания, организует деятельность ребёнка и мобилизует его на борьбу со своими страхами. Весьма непросто начать рисовать страхи. Нередко проходит несколько дней, пока ребенок решится приступить к выполнению задания. Так преодолевается внутренний психологический барьер - страх страха. Решиться рисовать - это значит непосредственно соприкоснуться со страхом, встретиться с ним лицом к лицу и целенаправленным, волевым усилием удерживать его в памяти до тех пор, пока он не будет изображен на рисунке. Вместе с тем осознание условности изображения страха на рисунке уже само по себе способствует уменьшению его травмирующего звучания. Проявляющийся при рисовании интерес постепенно гасит эмоцию страха, заменяя ее волевым сосредоточением и удовлетворением от выполненного задания. Кроме того, важно, чтобы ребенок отдал родителям свои страхи и тем самым избавился бы от них.

## 2. Уничтожение страхов.

Первоначально педагоги беседуют с ребенком по поводу его страха. Затем создают его изображение (рисуют или любым другим образом). Далее нарисованный страх уничтожается. После этого ребенку обязательно нужно дать логическое объяснение ситуации. Затем возможна релаксация.

## 3. Фантазирование

Не у всех детей страхи выражены конкретно. Бывают случаи, когда у ребенка превалирует неопределенность, необъяснимая тревожность и подавленность эмоций. В таких случаях невротичного ребенка нужно попросить закрыть глаза и пофантазировать на тему «Как я представляю свой страх». Не только представить, как он выглядит и его размер, но и чем он пахнет, каков страх на ощупь. Можно предложить ребенку побыть этим страхом и рассказать от его имени о своих ощущениях, зачем данный страх пугает людей. Ребенок от имени страха рассказывает самому себе, кто он, как от него избавиться. Во время диалогов нужно следить за сменой интонации ребенка, ведь именно здесь могут промелькнуть важные воспоминания, касающиеся его основных внутренних проблем, с которыми в дальнейшем необходимо работать.

## 4. Арттерапия.

Заключается в том, что ребенку предлагают нарисовать цветными карандашами то, что он захочет. По ходу рисования задаются вопросы, побуждающие его развивать сюжет рисунка, обогащать палитру используемых цветовых тонов. Если вопросы не помогают достигнуть этого результата, то даются прямые указания: «Давай рядом с домом нарисуем мальчика, который вышел погулять», «Давай сделаем одежду яркой, разноцветной» и т. п. Задача состоит в возможно более детализированном развертывании сюжета, повышении плотности и яркости цвета, выразительности цветовых сочетаний, использовании широкого разнообразия цветовых тонов, преимущественно тёплых – от



красного до зелёного. На занятии с дошкольником, желательно сочетать эту методику с сочинением истории (сказки), сюжет которой отталкивается от первого рисунка, а в дальнейшем иллюстрируется следующими детскими рисунками. Такие занятия способствуют стабилизации эмоционального фона у дошкольника.

#### 5. Игры на телесный контакт, поглаживания.

Дети нуждаются в телесном контакте с родителями. Снятию стрессов и страхов помогают игры, поглаживания

6. Хорошим приемом является сочинение рассказа про свой страх. Для этого нужно его описать и придумать вместе с ребенком, как тот его победит. Но при этом ребенок должен стараться придерживаться разработанных правил. Если страх выраженный, то бороться с ним надо подробно.

Таким образом, мы выделили важные замечания по работе с дошкольниками. Необходимо применение разных способов в комплексе, быть последовательными в работе с детьми, не следует ребенка торопить или замедлять, перебивать, нужно всегда давать ему высказаться, выход из травмирующей ситуации должен быть постепенным, не следует ожидать избавления от страхов после одной игры, ребенок должен во время корректирующих занятий или общения иметь возможность самостоятельно проявлять свои чувства, эмоции, самостоятельно творить и импровизировать; только в случае затруднений родители или педагоги могут чем-нибудь помочь.

### 3.4 Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику и рекомендации психолого-педагогической коррекции страхов старших дошкольников

С целью закрепления результатов реализации программы психолого-педагогической коррекции страхов старших дошкольников для администрации дошкольной образовательной организации разработана

технологическая карта. Для педагогов родителей составлены рекомендации.

Первый этап технологической карты включает в себя: «Целеполагание внедрения психолого-педагогической программы по коррекции страхов у старших дошкольников».

Цели на первом этапе:

- 1) изучить документы по проблеме;
- 2) поставить цели внедрения программы;
- 3) разработать этапы исследования;
- 4) разработать психолого-педагогическую программу по коррекции страхов старших дошкольников.

Содержание первого этапа: изучение и анализ литературы, опросников по данной проблеме; выдвижение и обоснование целей внедрения программы; изучение и анализ содержания этапов исследования, задач, принципов, условий, критериев и показателей результативности; анализ уровня подготовленности воспитанников к участию в исследовательской работе.

Использовались методы: обсуждение, наблюдение, анализ материалов по цели внедрения программы; составление программы внедрения, анализ материалов психолого-педагогической коррекционной деятельности.

Формы работы: поиск и анализ литературы; психодиагностическое исследование; наблюдение, беседа; анализ документации, работа по разработке этапов исследования; работа по составлению программы.

Второй этап: «Реализация психолого-педагогической программы по коррекции страхов старших дошкольников».

Цели второго этапа:

- 1) проведение занятий по коррекции страхов старших дошкольников;
- 2) сформировать положительную реакцию на предмет внедрения программы у педагогов и родителей воспитанников;
- 3) проверить методику внедрения программы.

Содержание: внедрение психолого-педагогической программы по коррекции страхов старших в дошкольном образовательном учреждении; работа с воспитанниками.

Методы: тренинги; консультации для педагогов и родителей; изучение состояния дел в дошкольном образовательном учреждении, корректировка программы.

На втором этапе проводились такие формы работы, как, групповые занятия, индивидуальные беседы; тренинги, круглые столы, творческая деятельность; работа психологической службы в дошкольном образовательном учреждении.

Третий этап: «Изучение предмета внедрения психолого-педагогической программы коррекции страхов старших дошкольников».

Цели третьего этапа:

- 1) изучить необходимые материалы и документы о предмете внедрения психолого-педагогической программы;
- 2) изучить сущность предмета внедрения психолого-педагогической программы;
- 3) изучить методику темы программы.

Содержание: изучение материалов и документов о предмете внедрения психолого-педагогической программы и документации; освоение системного подхода в работе над темой изучения предмета внедрения, его задач, принципов, содержания, форм и методов; освоение системного подхода в работе над темой.

Методы: самообразование, научно-исследовательская работа.

Формы работы: занятия, работа с литературой и информационными источниками; тренинги, упражнения; групповые занятия.

Четвёртый этап: «Совершенствование работы над темой составления психолого-педагогической программы по коррекции страхов старших дошкольников».

Цели четвертого этапа:

- 1) совершенствовать знания и умения, сформированные на предыдущем этапе;
- 2) совершенствовать методику освоения внедрения программы;
- 3) сохранить и углубить традиции работы над темой, сложившиеся на предыдущих этапах.

Содержание: совершенствование знаний и умений по системному подходу; формирование единого методического обеспечения освоения внедрения программы; обсуждение динамики работы над темой, научная работа по теме внедрения программы.

Методы: наставничество, обмен опытом, корректировка методики; анализ состояния дел по теме внедрения программы, методическая работа; наблюдение, работа психологической службы, научная деятельность.

Формы работы: анализ материалов, работа психологической службы, методическая работа, повторная психодиагностика; написание научной работы.

Психолого-педагогические рекомендации по коррекции страхов старших дошкольников.

1. Необходимо определить курс коррекционных занятий для дошкольников с теми или другими нарушениями и тактику после его окончания. Занятия для старших дошкольников не должны превышать 25-30 минут и проводится не менее 1-2 раз в неделю.

2. В помещении для проведения занятий должны быть максимально удобные стулья или коврики, а освещение - искусственным, чтобы добиться отвлечения от реального течения времени (светового дня) и усилить эмоциональное действие сеанса.

3. Так же следует помнить, что коррекционные занятия должны проводиться не на голодный желудок и не ранее чем через 2 часа после еды.

4. Перед занятиями дошкольников нужно обязательно настроить. Они должны расслабиться.

5. Все занятия проводятся в игровой форме, для более успешного восприятия и усвоения материала, занятия должны быть продуманы единой сюжетной линией и частой сменой видов деятельности.

6. В рамках занятия можно и нужно использовать различные активные приемы, упражнения и методы, такие как двигательные упражнения и танцы, ритмические и дыхательные упражнения, драматизация лечебных спектаклей - игр, активизация зрительных образов и представлений, игротерапия, арттерапия, цветотерапия, сказкотерапия и другие методы.

7. Сказки помогают детям, проигрывая сюжеты, избавляться от многих страхов.

8. С помощью гимнастики, дети обучаются технике выражений эмоций с помощью выразительных движений тела, навыкам релаксации. Большое внимание уделяется коррекции коммуникативных, психологических функций, снимаются мышечные зажимы, что благотворно влияет на общее эмоциональное состояние детей.

9. Для более успешной коррекции страхов необходимо взаимодействие и сотрудничество ДОО с родителями, проведение различных мероприятий, консультаций, тренингов, направленных на коррекцию страхов старших дошкольников.

10. Родители, проводящие сеансы по коррекции страхов дома, должны соблюдать все рекомендации специалиста.

11. Занятия в коррекционно-педагогическом процессе достигнут своей цели, если они будут направлены на компенсацию и воспитание созидательных качеств целостной личности дошкольников, если в психокоррекционный процесс включены родители и педагоги ДОО и, что немаловажно, если в процессе занятий будет увеличен потенциал положительных эмоций дошкольников, которое зависит от правильного выбора педагогического материала и ориентированном на коррекцию страхов старших дошкольников.

### Вывод по главе 3

Третья глава была посвящена разработке и реализации программы коррекции страхов у дошкольников. Наша программа предназначена для коррекции детей с 6 до 7 лет, и состоит из 10 занятий, которые проходят 2 раза в неделю. Каждое занятие занимает 30 минут. Цель программы - психологическая коррекция, устранение и преодоление страхов у детей старшего дошкольного возраста.

Программа использует такие методы как: арттерапия, игротерапия и телесную терапию.

Также важным этапом после коррекционных занятий, было обработка вторичных результатов и сравнение их с результатами первичного эксперимента. По методике «Страхи в домиках» А.И. Захарова и М.А. Панфиловой, по методике «Дом-Дерево-Человек», был проведен расчет значимости коррекционного воздействия на детей. Значимость подтвердилась, таким образом, гипотеза о том, что коррекция страхов у дошкольников при помощи разработки специальной программы коррекции была подтверждена.

Опираясь на полученные результаты и проанализировав психолого-педагогическую литературу по проблеме, мы разработали рекомендации для профилактики страхов у старших дошкольников.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В ходе выполненного исследования нами была проведена теоретическая и экспериментальная работа по психолого-педагогической коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста. В рамках исследования решался ряд задач.

Был проведен анализ психолого-педагогической литературы по проблеме изучения и коррекции страхов детей дошкольного возраста и определено, что наиболее значительный вклад в изучение данной проблемы внесли такие ученые как: А.И. Захаров, И.В. Дубровина, О.А. Карабанова, А.С. Спиваковская, О.В. Хухлаева, А.Ю. Татаринцева, А.И. Тащева, Э. Ле Шан, П. Поппер, З. Фрейд, А. Фрейд, А. Фромм, К. Хорни и многие другие.

В исследовании мы дали характеристику понятия «Страх» (аффективно чувственная эмоция, которая возникает в обстоятельствах превентивности – угрозы – боязни за свою социальную или же биологическую экзистенцию у субъекта), определили виды страха, причины его возникновения, признаки проявления, функции, ученых, занимающихся изучением проблемы страха, определили значение страха в жизни современного человека.

Нами было определено что, для дошкольного возраста типичны страхи –темноты, сказочных персонажей, высоты, боли, крови, врачей, уколов. Страхи в данном возрасте обусловлены интенсивным развитием эмоциональной сферы личности, воображения, образного мышления в сочетании с наивностью и внушаемостью. Объекты страха сменяются с возрастом, на смену одним приходят другие. Для ребенка страх часто выступает препятствием для полноценной жизнедеятельности, держит в постоянном напряжении, сковывает активность, порождает неуверенность, осложняет полноценную коммуникацию, уменьшает познавательную активность и получение опыта. Достаточно обширное количество

индикаторов страха помогает распознать наличие беспокоящей эмоции у детей дошкольного возраста и своевременно оказать психологическую помощь.

Определины этапы исследования, методы и методики психолого-педагогической коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста. Экспериментальное исследование проблемы психолого-педагогической коррекции страхов детей младшего дошкольного возраста проходило в три этапа: констатирующего, формирующего, контрольно-обобщающего.

Также был проведен констатирующий эксперимент. Целью являлось выявление присутствующих страхов и степени их выраженности. Понимание ребенком своих чувств и эмоций, диагностировалось методикой определения тревожности на основе теста Р. Тэмпл, В. Амен, М. Дорки «Выбери нужное лицо», в результате которого был выявлен повышенный индекс тревожности у дошкольников. Признание ребенком наличия страхов и их последующее обесценивание, проверялось методикой Захарова А.И., Панфиловой М.А. «Страхи в домиках», которая помогла выявить основные страхи, определить их количество, а так же сгруппировать). Данный комплекс проведенных методик доказал необходимость внедрения психолого-педагогической программы коррекции страхов детей дошкольного возраста в практику детского сада.

Исходя из полученных данных констатирующего эксперимента, была осуществлена организация и внедрение программы, которая представляет собой систему взаимосвязанных занятий, выстроенных в определенной логике и направленных на психолого-педагогическую коррекцию страхов детей старшего дошкольного возраста. Программа включает в себя групповые занятия. Целью всех занятий является психолого-педагогическая коррекция страхов детей старшего дошкольного возраста.



Проведен анализ результатов экспериментальной работы по психолого-педагогической коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста.

По окончании формирующего этапа эксперимента нами была проведена повторная диагностика по определению уровня переживания страхов детей младшего дошкольного возраста. Были получены результаты, свидетельствующие о количественных и качественных изменениях исследуемых показателей. По методике «Выбери нужное лицо» (Р. Темпл, М. Дорки, В. Амен) количество детей с высоким уровнем ситуативной тревожности снизилось с 35% до 0%, количество испытуемых со средним уровнем тревожности увеличилось с 60 до 67%, количество испытуемых с низким уровнем тревожности увеличилось с 5 до 33%. С помощью проективной методики «Страхи в домиках» (А.И. Захарова, М.А. Панфиловой) подтвердились изменения уровня переживания страхов испытуемых. Количество детей дошкольного возраста с высоким уровнем переживания страхов снизилось с 11 до 0%, количество детей со средним уровнем переживания страхов увеличилось с 89 до 100%. Эффективность психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста была проверена Т-критерием Вилкоксона, который подтвердил гипотезу.

Также была разработана технологическая карта внедрения результатов исследования в практику, составлены психолого-педагогические рекомендации для педагогов дошкольного образовательного учреждения и родителей воспитанников направленные на коррекцию страхов у старших дошкольников.

Анализ полученных количественных и качественных результатов экспериментальной работы показал, что выдвинутая гипотеза нашла свое подтверждение, задачи решены, цель достигнута.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Агафонова, И. Н. Программа «Я И МЫ» [Текст] : уроки общения для детей 6-10 лет / Ирина Агафонова. – Санкт-Петербург : ГУПМ, 2003. – 70 с.
2. Аксенова, Л. И. Специальная педагогика [Текст] : учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Л. И. Аксенова, Б. А. Архипов, Л. И. Белякова. – Москва : «Академия», 2000. – 400 с.
3. Алексеева, Е. Е. Страхи у детей дошкольного возраста [Текст] / Е. Е. Алексеева // Дошкольная педагогика. – 2006. – № 2. – С. 58-61.
4. Алябьева, Е. А. Коррекционно - развивающие занятия для детей старшего дошкольного возраста [Текст] / Елена Алябьева. – Москва : ТЦ Сфера, 2002. – 91 с.
5. Андерсон, С. В. Изучение страхов и тревожности у детей старшего дошкольного возраста [Текст] / Станислав Андерсон // Молодой ученый. – 2016. – №5.6. – С. 2-5.
6. Астапов, В. М. Тревога и тревожность [Текст] : хрестоматия / сост. и общая редакция Валерия Астапова. – Москва: ПЕР СЭ, 2008. – 53 с.
7. Божович, Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте [Текст] / Лидия Божович. – Москва : АСТ, 2008. – 228 с.
8. Большой толковый психологический словарь [Текст] / перевод с англ. Ребер Артур. – Москва : АСТ, Вече, 2001. – 560 с.
9. Варга, А. Я. Психологическая коррекция нарушений общения младших школьников в игровой группе [Текст] / Анна Варга; под ред. А. А. Бодалева, В. В. Столина // Семья в психологической консультации. – Москва, 2008. – 152 с.
10. Варга, А. Я. Системная семейная психотерапия [Текст] : краткий лекционный курс / Анна Варга. – Санкт-Петербург : Питер, 2001. – 278 с.

11. Вологодина, Н. Г. Детские страхи и днем и ночью [Текст] / Надежда Вологодина. – Москва : Феникс, 2006. – 224 с.
12. Гарбузов, В. И. Нервные дети: Советы врача [Текст] / Виленин Гарбузов. – Ленинград: Медицина, 1990. – 176 с.
13. Диагностика и коррекция психического развития дошкольников [Текст] / под ред. Я. Л. Коменского, Е. А. Панько. – Москва : ВЛАДОС, 2001. – 237 с.
14. Долгова, В. И. Формирование эмоциональной устойчивости (студентов педагогического колледжа) [Текст] / В. И. Долгова, М. Ю. Буслаева. – Челябинск : «АТОКСО», 2010. – 203 с.
15. Долгова, В. И. Модель психолого-педагогической коррекции страхов детей дошкольного возраста 5-6 лет [Текст] / В. И. Долгова, Е. Г. Капитанец, Н. Б. Погорелова // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т. 7. – С. 151-155.
16. Дубровина, И. В. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми [Текст] : учебное пособие / под. ред. Ирины Дубровиной. – Москва : «Академия», 2008. – 160 с.
17. Ежкова, Н. С. Развитие эмоций в совместной с педагогом деятельности: Эмоциональное развитие детей дошкольного возраста [Текст] / Нина Ежкова // Дошкольное воспитание. – 2003. - №1. – С. 20-27.
18. Жигарькова, О. В. Время тревожных детей [Текст] / Ольга Жигарькова // Психологическая газета. – 2001. – № 11. – С. 1-7.
19. Захаров, А. И. Дневные и ночные страхи у детей [Текст] / Александр Захаров. – Санкт-Петербург : «Издательство СОЮЗ» 2000. – 448 с.
20. Зубкова, А. С. Детские страхи: книга для родителей и педагогов [Текст] / А.С. Зубкова, С.Г. Зубанова. – Ярославль : Академия развития, 2007. – 128 с.
21. Изард, К. Э. Психология эмоций [Текст] / Кэррол Изард. – Санкт-Петербург : Издательство «Питер», 2000. – 464 с.

22. Ильин, Е. П. Психология страха [Текст] / Евгений Ильин. – Санкт-Петербург : Издательство «Питер», 2017. – 81 с.
23. Карвасарский, Б. Д. Психотерапевтическая энциклопедия [Текст] / Борис Карвасарский. – Санкт-Петербург : Издательство «Питер», 2006. – 944 с.
24. Колодич, Е. Н. Коррекция эмоциональных нарушений у детей и подростков [Текст] : учебное пособие для студентов психологических факультетов, практических психологов / Елена Колодич. – Минск : РИПО, 1999. – 94 с.
25. Коломинский, Я. Л. Диагностика и коррекция психического развития дошкольника [Текст] / Яков Коломинский. – Минск : Университет, 1997. – 327 с.
26. Копытин, А. И. Методы арт-терапевтической помощи детям и подросткам [Текст] / А. И. Копытин, Е. Е. Свистовская. – Москва: Издательство «Когито-Центр», 2017. – 197 с.
27. Костина, Л. М. Коррекция тревожности методом интегративной игровой терапии [Текст] / Людмила Костина // Дошкольное воспитание. – 2003. – № 10. – С. 54-61.
28. Котова, Е. О. О профилактике детской тревожности [Текст] / Елена Котова // Ребёнок в детском саду. – 2003. – №5. - С. 34-38.
29. Крамер, Э. Арт-терапия с детьми [Текст] / Эдит Крамер. – Москва : Владос, 2013. – 320 с.
30. Кряжева, Н.Л. Мир детских эмоций. Дети 5-7 лет [Текст] / Надежда Кряжева. – Ярославль : Академия развития, 2000. – 208 с.
31. Кулинцова, И. Е. Прогоним детские страхи [Текст] / Ирина Кулинцова // Дошкольное воспитание. – 2007. – №4. – С. 24-31.
32. Маклаков, А. Г. Общая психология [Текст] : учебное пособие для студентов вузов и слушателей курсов психологических дисциплин / Анатолий Маклаков. – Санкт-Петербург: Питер, 2013. – 583 с.

33. Марцинковская, Т. Д. Возрастная психология [Текст] : учебное пособие для студентов учреждений высшего профессионального образования / Татьяна Марцинковская. – Москва: Академия, 2011. – 496 с.
34. Мухина, В. С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество [Текст] : учебник для студ. вузов / Валерия Мухина. – Москва : «Академия», 2000. – 456 с.
35. Немов, Р. С. Психологический словарь [Текст] / Роберт Немов. – Москва : «ВЛАДОС», 2007. – 560 с.
36. Немов, Р. С. Психология [Текст] : Кн.1. Общая психология / Роберт Немов. – Москва : ВЛАДОС, 2012. – 628 с.
37. Поваляева, М. А. Нетрадиционные методы в коррекционной педагогике [Текст] / Мария Поваляева. – Ростов на Дону : Феникс, 2006. – 349 с.
38. Николаева, Н. С. Коррекционная работа по преодолению детских страхов в консультативной практике [Текст] / Наталья Николаева // Школьный психолог. – 2007. – №7. – С. 10-12.
39. Овчарова, Р. В. Практическая психология [Текст] / Раиса Овчарова. – Москва : ТЦ Сфера, 2006. – 337 с.
40. Осипова, А. А. Общая психокоррекция [Текст] : учебное пособие / Алла Осипова. – Москва : ТЦ Сфера, 2007. – 512 с.
41. Панфилова, М. А. Игротерапия общения [Текст] / Марина Панфилова. – Москва, 2010. – 213 с.
42. Петров, В. Ю. Методология и методы психологических исследований [Текст] : Курс лекций / Валерий Петров. – Шуя: «Весть», 2009. – 195 с.
43. Петровский, А. В. Словарь по психологии [Текст] / А. В. Петровский, М. Г. Ярошевский. – Москва : Издательский центр «Академия», 2000. – 407 с.

44. Прохоров, А. О. Психические состояния детей дошкольного возраста [Текст] / А. О. Прохорова, С. В. Велиева // Вопросы психологии. – 2003. – №5. – С. 56-66.
45. Рогов, Е. И. Настольная книга практического психолога в образовании [Текст] / Евгений Рогов. – Москва : Просвещение, 2005. – 248 с.
46. Родители и дети: психология взаимоотношений [Текст] / под ред. Е. А. Савиной, Е. О. Смирновой. – Москва : «Когито-Центр», 2003. – 230 с.
47. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии [Текст] : учебное пособие / Сергей Рубенштерн. – Санкт-Петербург : Питер, 2003. – 713 с.
48. Савина, Е. А. Тревожные дети [Текст] / Екатерина Савина // Дошкольное воспитание. – 2006. – № 4. – С. 23-25.
49. Самойленко, И. В. Как победить детские страхи. Тренинг для родителей и педагогов [Текст] / Ирина Самойленко. – Ростов на Дону : Феникс, 2012. – 252 с.
50. Скотарева, Е. М. Психолого-педагогическая коррекция: теоретико-методологический аспект. [Текст] : учебное пособие для студ. психол. спец. / Екатерина Скотарева. – Саратов : издательский центр «Наука», 2007. – 72 с.
51. Слостенин, В. А. Введение в педагогическую аксиологию [Текст] / В. А. Слостенин, Г. И. Чижакова. – Москва : Академия, 2006. – 192 с.
52. Слостенин, В. А. Педагогика [Текст]: учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений / В. А. Слостенин, И. Ф. Исаев, Е. Н. Шиянов. – Москва : Академия, 2007. – 576 с.
53. Смирнова, Е. О. Психология ребенка [Текст] : учебник для педагогических вузов и училищ / Елена Смирнова. – Москва : Школа-Пресс, 2010. – 383 с.
54. Снегирева, Т. В. Детские рисунки глазами психолога [Текст] / Татьяна Снегирева // Дошкольное образование. – 2002. – № 5. – С. 1-6.

55. Татаринцева, А. Ю. Детские страхи: куклотерапия в помощь детям [Текст] / А. Ю. Татаринцева, М. Ю. Григорчук. – Москва: Просвещение, 2007. – 226 с.
56. Толочек, В. А. Современная психология труда [Текст]: глоссарий / Владимир Толочек. – Санкт-Петербург : Питер, 2006. – 479 с.
57. Урунтаева, Г. А. Дошкольная психология [Текст]: учебное пособие для студ. сред. пед.учеб. заведений / Галина Урунтаева. – 5-е изд., стереотип. – Москва : Издательский центр «Академия», 2001. – 336 с.
58. Урунтаева, Г. А. Практикум по детской психологии [Текст] / Г. А. Урунтаева, Ю. А. Афонькина. – Москва : Владос, 1995. – 296 с.
59. Ушинский, К. Д. Страх и смелость [Текст] / Константин Ушинский. – Москва : Избранные педагогические сочинения, 1974. – Т. 1. – 403 с.
60. Федотова, Н. Развитие игровой деятельности [Текст] / Надежда Федотова // Дошкольное воспитание. – 2003. – № 5. – С. 25-27.
61. Фрейд, З. Психология бессознательного [Текст] / Зигмунд Фрейд. – Москва : Издательство Московского государственного университета, 2005. – 288 с.
62. Фролов, И. Т. Философский словарь [Текст] / Иван Фролов. – Москва : Политиздат, 1986. – 590 с.
63. Хлыста, Е. А. Исследование страхов у детей старшего дошкольного возраста [Текст] / Екатерина Хлыста // Концепт. – 2015. – № 01. – С. 31-36.
64. Хосе, А. М. Анатомия страха. Трактат о храбрости [Текст] / Антонио Хосе. – Москва : Астрель, 2010. – 47 с.
65. Хухлаева, О. В. Коррекция нарушений психологического здоровья дошкольников и младших школьников [Текст] / Ольга Хухлаева. – Москва : Академия, 2003. – 184 с.

66. Шаповаленко, И. В. Возрастная психология. (Психология развития и возрастная психология) [Текст] / Ирина Шаповаленко. – Москва : Гардарики, 2009. – 349 с.

67. Шведовская, А. А. Специфика позиции родителей при различных типах взаимодействия с детьми дошкольного и младшего школьного возраста [Текст] / Анна Шведовская // Психологическая наука и образование. – 2006. – № 1. – С. 69-84.

68. Широкова, Г. А. Справочник дошкольного психолога [Текст]: справочное издание / Галина Широкова. – 2-е изд. – Ростов на Дону : Феникс, 2004. – 384 с.

69. Шнейдер, Л. Б. Семейная психология [Текст] : учебное пособие для вузов / Лидия Шнейдер. – 2-е изд. – Москва : Академический Проект; Екатеринбург : Деловая книга, 2006. – 768 с.

70. Эберлейн, Г. Страхи здоровых детей [Текст] : учебное пособие / Густав Эберлейн. – Москва : Знание, 2006. – 192 с.

71. Юрчук, В. В. Современный словарь по психологии [Текст] / Валерий Юрчук. – Москва : Элайда, 2000. – 704 с.

72. Яковлева, Н. Г. Психологическая помощь дошкольнику [Текст] / Н. Г. Яковлева. – Москва : ТЦ Сфера, 2002. – 112 с.





## ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Методики диагностики исследования страхов у старших дошкольников

1.Методика выявления страхов с помощью специального теста тревожности. (Р.Теммл, М.Дорки, В. Амен.).

Цель методики: Определить уровень тревожности ребенка. Методика предназначена для детей 4-7 лет. Степень тревожности свидетельствует об уровне эмоциональной приспособленности ребенка к социальным ситуациям, показывает отношение ребенка к определенной ситуации, дает косвенную информацию о характере взаимоотношений ребенка со сверстниками и взрослыми в семье и в коллективе.

Экспериментальный материал: 14 рисунков (8,5x11 см) выполнен в двух вариантах: для девочки (на рисунке изображена девочка) и для мальчика (на рисунке изображен мальчик). Каждый рисунок представляет собой некоторую типичную для жизни ребенка ситуацию. Лицо ребенка на рисунке не прорисовано, дан лишь контур головы. Каждый рисунок снабжен двумя дополнительными рисунками детской головы, по размерам точно соответствующими контуру лица на рисунке. На одном из дополнительных рисунков изображено улыбающееся лицо ребенка, на другом - печальное.

Проведение исследования: Рисунки показывают ребенку в строго перечисленном порядке один за другим. Беседа проходит в отдельной комнате. Предъявив ребенку рисунок, исследователь дает инструкцию.

Инструкция.

1. Игра с младшими детьми. «Как ты думаешь, какое лицо будет у ребенка: веселое или печальное? Он (она) играет с малышами»

2. Ребенок и мать с младенцем. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое? Он (она) гуляет со своей мамой и малышом»

3. Объект агрессии. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное?»»

4. Одевание. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка печальное или веселое? Он (она) одевается»

5. Игра со старшими детьми. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) играет со старшими детьми»

6. Укладывание спать в одиночестве. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое? Он (она) идет спать»

7. Умывание. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) в ванной»

8. Выговор. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое?»»

9. Игнорирование. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное?»»

10. Агрессивное нападение «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое?»»

11. Собираание игрушек. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) убирает игрушки»

12. Изоляция. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое?»»

13. Ребенок с родителями. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) со своими мамой и папой»

14. Еда в одиночестве. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое? Он (она) ест».

Во избежание навязывания выборов у ребенка в инструкции чередуется название лица. Дополнительные вопросы ребенку не задаются.

Выбор ребенком соответствующего лица и словесные высказывания ребенка можно зафиксировать в специальном протоколе (бланки должны быть подготовлены заранее).

### Количественный анализ

На основании данных протокола вычисляется индекс тревожности ребенка (ИТ), который равен процентному отношению числа эмоционально негативных выборов (печальное лицо) к общему числу рисунков (14).

В зависимости от уровня индекса тревожности дети подразделяются на 3 группы:

- а) высокий уровень тревожности (ИТ выше 50%);
- б) средний уровень тревожности (ИТ от 20 до 50%);
- в) низкий уровень тревожности (ИТ от 0 до 20%).

### Качественный анализ

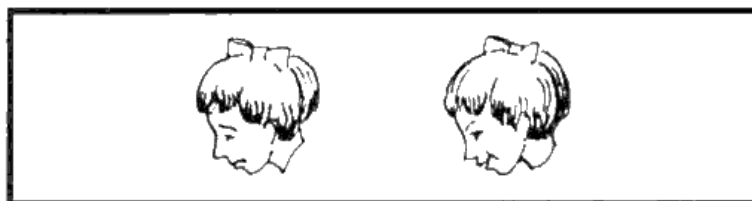
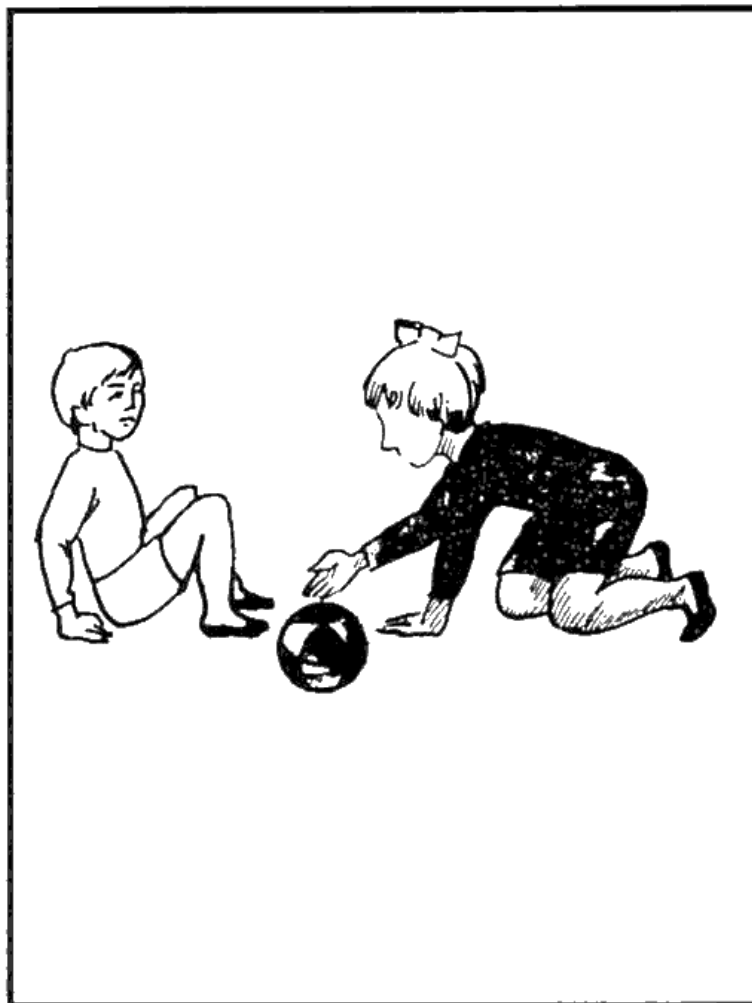
Каждый ответ ребенка анализируется отдельно. Делаются выводы относительно возможного характера эмоционального опыта ребенка в данной (и подобной ей) ситуации. Особенно высоким проективным значением обладают рис. 4 («Одевание»), 6 («Укладывание спать в одиночестве»), 14 («Еда в одиночестве»). Дети, делающие в этих ситуациях отрицательный эмоциональный выбор, вероятнее всего, будут обладать высоким ИТ; дети, делающие отрицательные эмоциональные выборы в ситуациях, изображенных на рис. 2 («Ребенок и мать с младенцем»), 7 («Умывание»), 9 («Игнорирование») и 11 («Собирание игрушек»), с большей вероятностью будут обладать высоким или средним ИТ.

Как правило, наибольший уровень тревожности проявляется в ситуациях, моделирующих отношения ребенок-ребенок («Игра с младшими детьми», «Объект агрессии», «Игра со старшими детьми», «Агрессивное нападение», «Изоляция»).

Значительно ниже уровень тревожности в рисунках, моделирующих отношения ребенок - взрослый («Ребенок и мать с младенцем», «Выговор», «Игнорирование», «Ребенок с родителями»), и в ситуациях, моделирующих повседневные действия («Одевание», «Укладывание спать в одиночестве», «Умывание», «Собирание игрушек», «Еда в одиночестве»).

Картинки к тесту для девочек:

1



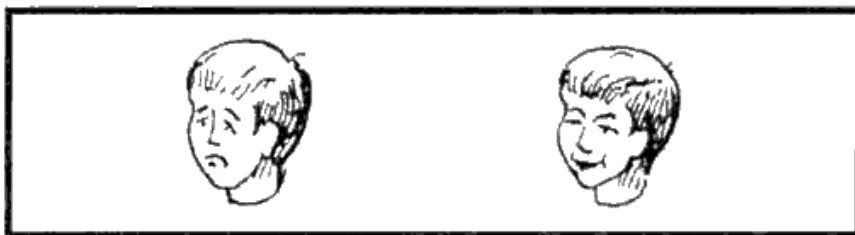


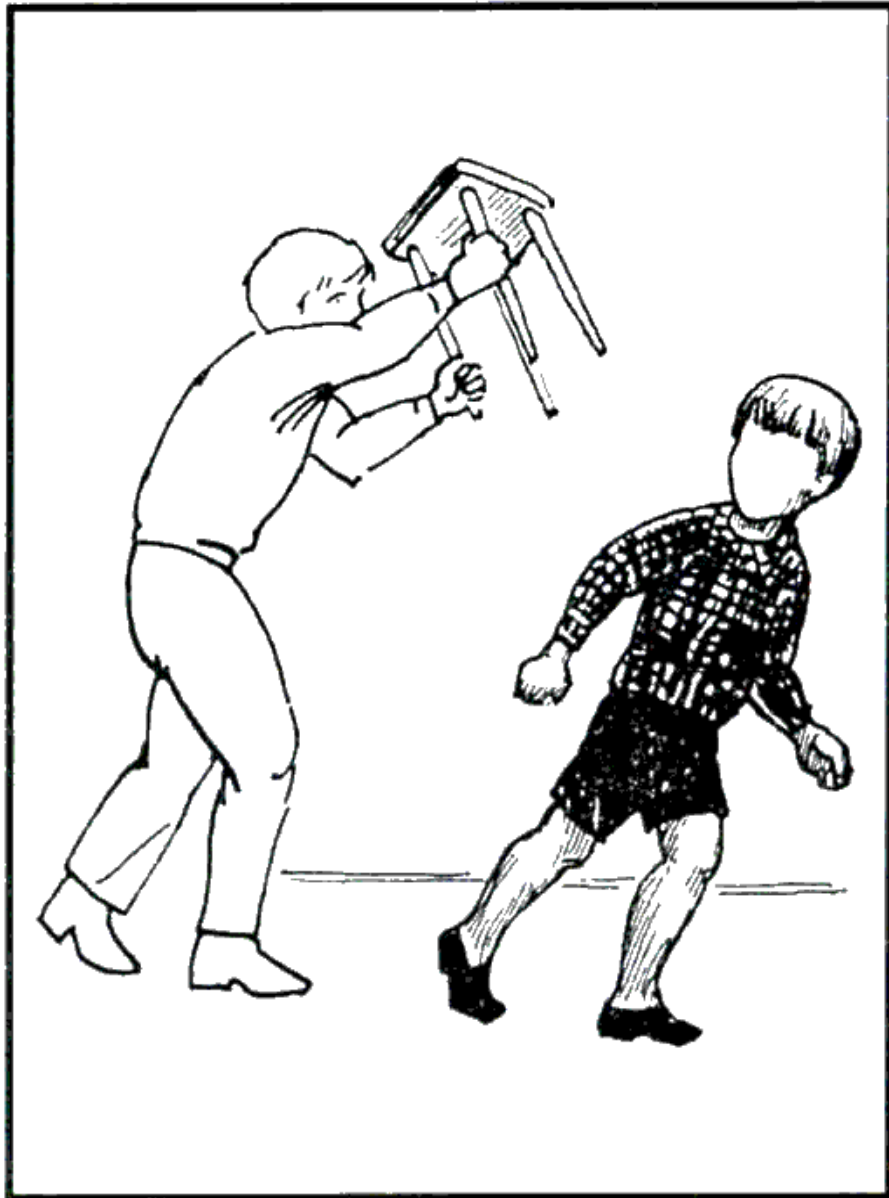


1









2. Диагностика количества страхов (тест: «Страхи в домиках» А.И. Захарова, М.А. Панфиловой.)

Цель: выявить какой именно страх испытывает ребенок.

Ребенку предлагается нарисовать два дома – красный и черный (возможен вариант предъявления ребенку листа с уже нарисованными домами). В эти дома либо самостоятельно (если это младшие школьники и более старшие дети), либо с помощью экспериментатора (если это дошкольники) детям предлагается расселить страхи: в красный дом – «нестрашные», в черный – «страшные» страхи. После выполнения задания ребенку предлагается закрыть черный дом на замок (нарисовать его), а ключ выбросить или потерять. Автор предполагает, что данный акт успокаивает актуализированные страхи.

Анализ полученных результатов заключается в том, что экспериментатор подсчитывает страхи в черном доме и сравнивает их с возрастными нормами. А. И. Захаров предлагает возрастные нормы страхов и их распределение (по полу и возрасту). Из 29 страхов, выделенных автором, у детей наблюдаются от 6 до 15. У городских детей возможное количество страхов доходит до 15.

Стимульный материал. Лист формата А4 с изображениями домиков, карандаши.

Инструкция. Психолог обращается к ребенку: «В черном домике живут страшные страхи, а в красном – нестрашные. Помоги мне расселить страхи из списка».

Ты боишься или не боишься:

- 1) когда остаешься один дома;
- 2) нападения;
- 3) заболеть;
- 4) умереть;
- 5) смерти близких;
- 6) чужих людей;

- 7) потеряться;
- 8) мамы, папы;
- 9) наказания;
- 10) сказочных героев (Бабы-яги, Кощея, Бармалея...);
- 11) опоздания в детский сад (школу);
- 12) страшных снов;
- 13) темноты;
- 14) животных (волка, змей...);
- 15) насекомых;
- 16) транспорта (самолетов, машин...);
- 17) высоты;
- 18) глубины;
- 19) тесных маленьких помещений;
- 20) воды;
- 21) огня;
- 22) войны;
- 23) стихий (наводнения, урагана, грозы);
- 24) больших помещений, улиц;
- 25) врачей;
- 26) уколов;
- 27) боли;
- 28) крови;
- 29) резких, громких звуков (когда внезапно что-то упадет, стукнет)?

Обработка и регистрируемые показатели.

На основе полученных данных делается вывод о наличии страхов у ребенка. Большое число страхов у ребенка – это важный показатель предневротического состояния. Такого ребенка следует причислить к группе риска и проводить с ним специальную коррекционную работу.

Все перечисленные страхи у детей делят на следующие группы:

- «медицинские» страхи (боль, уколы, врачи, болезнь);

- страхи с причинением физического ущерба (неожиданные звуки, транспорт, огонь, пожар, стихия, война);
- страхи смерти (своей);
- страхи животных и сказочных персонажей;
- страхи кошмарных снов и темноты;
- социально-опосредованные страхи (людей, детей, наказания, опоздания, одиночества);
- пространственные страхи (высоты, воды, замкнутых пространств).

Уровневые значения. Все результаты оцениваются в баллах. Низкий уровень страха – от 0 до 7 баллов; средний уровень страха – от 8 до 15 баллов; высокий уровень страха – от 16 и выше.

### 3. «Дом-Дерево-Человек»

Цель данной методики:

- оценить личность исследуемого, уровень его развития, работоспособности и интеграции;
- получить данные, касающиеся сферы его взаимоотношений с окружающим миром в целом и с конкретными людьми в частности.

Для проведения диагностики нам понадобится лист бумаги формата А4, разноцветные карандаши, простой карандаш и ластик.

Инструкция для проведения тестирования:

«Вам необходимо нарисовать дом, дерево и человека на предложенном листе бумаги настолько хорошо, насколько сможете. Обдумывайте рисунок столько времени, сколько вам понадобится.»

Дополнение. На рисунке необходимо соблюдать определенное условие: человек должен быть нарисован в полный рост. Других ограничений в выборе размеров, образов и типов рисунка при проведении данной диагностики нет.

При проведении испытания психолог обязательно должен обратить внимание на такие детали в поведении испытуемого:

- интервал времени с момента предоставления исследователем инструкции до момента, начала рисования;

- наличие и продолжительность пауз в процессе рисования;

- общее время, на рисование;

- в какой последовательности были изображены на рисунке ключевые элементы каждого рисунка (дома, дерева и человека).

- все комментарии (по возможности дословно), самопроизвольно сделанные исследуемым в процессе рисования;

- обратить внимание на любую эмоцию (даже самую незначительную) исследуемого в процессе выполнения теста, а затем связать это эмоциональное выражение с изображенной в этот момент деталью рисунка.

После выполнения рисунка необходимо провести опрос в соответствии с предложенным опросником.

Используемые в исследовании методы и методики адекватны цели и задачам исследования и соответствуют возрасту испытуемых.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 2

### Результаты констатирующего исследования страхов старших дошкольников

Таблица 1 – Результаты диагностики по методике выявления страхов у детей старшего дошкольного возраста с помощью специального теста тревожности (Р.Теммл, М.Дорки, В. Амен.)

№	Имя ребенка	Балл по методике	Уровень
1	М.Ц.	3	низкий
2	А.П.	7	высокий
3	В.П.	5	средний
4	А.К.	6	средний
5	М.И.	5	средний
6	Д.Б.	7	высокий
7	П.В.	7	высокий
8	М.Т.	5	средний
9	К.М.	6	средний
10	А.М.	5	средний
11	А.Т.	7	высокий
12	Э.М.	6	средний
13	Г.С.	8	высокий
14	А.Р.	10	высокий
15	И.Б.	9	высокий
16	В.В.	4	средний
17	Е.В.	6	средний
18	И.С.	5	средний

Таблица 2 – Результаты диагностики по методике выявления страхов с помощью специального теста тревожности (Р.Теммл, М.Дорки, В. Амен.) в процентах (%)

Уровни	Результат в %
Высокий	35%
Средний	60%
Низкий	5%

Таблица 3 – Результаты количества страхов у детей старшего дошкольного возраста по методике «Страхи в домиках» А.И. Захарова, М.А. Панфиловой

№	Имя ребенка	Количество страхов	Уровень
1	М.Ц.	11	средний
2	А.П.	14	средний
3	В.П.	13	средний
4	А.К.	15	средний
5	М.И.	16	высокий
6	Д.Б.	12	средний
7	П.В.	14	средний
8	М.Т.	14	средний
9	К.М.	15	средний
10	А.М.	10	средний
11	А.Т.	14	средний
12	Э.М.	10	средний
13	Г.С.	13	средний
14	А.Р.	10	средний
15	И.Б.	11	средний
16	В.В.	10	средний
17	Е.В.	11	средний



18	И.С.	16	высокий
----	------	----	---------

Таблица 4 – Результаты количества страхов у детей старшего дошкольного возраста по методике «Страхи в домиках» А.И. Захарова, М.А.

Панфиловой в процентах (%)

Виды страхов	Результат в %
Страх темноты	56%%
Страх сказочных персонажей	20%
Страх крови	36%
Страх стихии	20%
Страх врачей	28%
Страх транспорта	16%
Страх животных	20%

Таблица 5 – Результаты количества страхов у детей старшего дошкольного возраста по методике «Дом-Дерево-Человек»

Тревожность	Результат в %
Преобладание тревожности	50%
Спокойное, стабильное состояние	50%

## ПРИЛОЖЕНИЕ 3

### Программа психолого-педагогической коррекции страхов старших дошкольников

Цель программы: психологическая коррекция, устранение и преодоление страхов у детей старшего дошкольного возраста.

Задачи:

1.Формирование и развитие эмоциональной сферы личности старших дошкольников.

2.Десенсибилизация ведущих страхов старших дошкольников, снижение выраженности страхов.

3.Снижение уровня тревожности и нейтрализация эмоционально-негативных переживаний.

Срок реализации коррекционной программы: программа рассчитана на 10 занятий. Продолжительность одного занятия 30 минут. Занятия проводились два раза в неделю.

#### **ЗАНЯТИЕ 1: «ЗДРАВСТВУЙТЕ, ЭТО Я!»**

**Цель:** знакомство участников друг с другом, повышение позитивного настроения и сплочения детей, эмоциональное и мышечное расслабление.

**Материалы для занятия:** магнитофон, спокойная музыка, большой лист бумаги, краски, макеты кочек.

##### **1. Разминка: Упражнение «Росточек под солнцем».**

Дети превращаются в маленький росточек (сворачиваются в клубочек и обхватывают колени руками) всё чаще пригревает солнышко, и росточек начинает расти и тянуться к солнышку.

Все движения выполняются под музыку.

##### **2. Упражнение «Доброе утро...»**

Дети вместе с психологом сидят в кругу. Всем предлагается поприветствовать друг друга Доброе утро Саша ... Оля...и т.д., которые нужно пропеть.

### **3. Упражнение «Что я люблю?»**

Дети в кругу, каждый говорит по очереди, что он любит из еды, одежды, во что любит играть и т. д.

### **4. Упражнение «Качели»**

Дети в парах. Один из участников становится в позу эмбриона, другой его раскачивает. Далее меняются.

### **5. Упражнение «Угадай по голосу»**

Один из игроков выходит за двери, остальные должны обнаружить, кто вышел из комнаты, и описать его.

### **6. Упражнение «Лягушки на болоте»**

Дети превращаются в лягушек. На полу выкладываются макеты кочек на разном расстоянии друг от друга, каждый должен попасть на все кочки по порядку.

### **7. Упражнение «Художники – натуралисты»**

Дети рисуют совместный рисунок по теме « Следы невиданных зверей».

**Ритуал прощания.**

## **ЗАНЯТИЕ 2: «МОЁ ИМЯ»**

**Цель:** раскрытие своего «Я», формирование чувства близости с другими людьми, достижение взаимопонимания и сплочённости.

**Материалы к занятию:** магнитофон, спокойная музыка, краски, альбомы для рисования.

### **1. Разминка: Упражнение «Росточек под солнцем».**

Дети превращаются в маленький росточек (сворачиваются в клубочек и обхватывают колени руками) всё чаще пригревает солнышко, и росточек начинает расти и тянуться к солнышку.

Все движения выполняются под музыку.

### **2. Упражнение «Узнай по голосу»**

Дети встают в круг, выбирают водящего. Он встаёт в центр круга и старается узнать детей по голосу.

### **3. Игра «Моё имя»**

Психолог задаёт вопросы; дети по кругу отвечают.

- Тебе нравится твоё имя?
- Хотел бы ты, чтобы тебя звали по-другому? Как?

При затруднении в ответах психолог называет ласкательные производные от имени ребёнка, а тот выбирает понравившееся.

Психолог говорит: «Известно ли вам, что имена растут вместе с людьми? Сегодня вы маленькие и имя у вас маленькое. Когда вы подрастаете, и имя подрастёт вместе с вами и станет полным, например, Маша – Мария; Дима – Дмитрий и т.д.

#### **4. Игра «Разведчики»**

Дети выстраиваются змейкой друг за другом. В зале расставляются стулья беспорядочно. Первый в колонне ведёт, запутывая, а последний запоминает этот путь и должен будет потом его воспроизвести.

#### **5. Рисование самого себя.**

Психолог предлагает нарисовать себя в трёх зеркалах:

- в зелёном - такими, какими они представляются себе;
- в голубом – какими они хотят быть;
- в красном – какими их видят друзья.

#### **6. Упражнение «Доверяющее падение»**

Дети встают друг против друга и сцепляют руки. Один из детей встаёт на стульчик и падает спиной на сцепленные руки.

#### **Ритуал прощания.**

### **ЗАНЯТИЕ 3: «НАСТРОЕНИЕ»**

**Цель:** осознание своего эмоционального состояния, снижение психоэмоционального напряжения, развитие умения чувствовать настроение и сопереживать окружающим.

**Материалы для занятия:** магнитофон, спокойная музыка, краски, альбомные листы.

**1. Упражнение «Росточек под солнцем»** (см. занятие 1).

**2. Упражнение «Возьми и передай»**

Дети встают в круг, берутся за руки, смотрят друг другу в глаза и мимикой передают радостное настроение, добрую улыбку.

### **3. Упражнение «Неваляшка»**

Дети делятся по три человека. Один из них неваляшка, двое других раскачивают эту неваляшку.

### **4. Упражнение « Превращения»**

Психолог предлагает детям:

- нахмуриться как... осенняя туча; рассерженный человек;
- позлиться как... злая волшебница; два барана на мосту; голодный волк; ребёнок, у которого отняли мяч;
- испугаться как ... заяц, увидевший волка; птенец, упавший из гнезда;
- улыбнуться как ... кот на солнышке; само солнышко; хитрая лиса;

### **5. Рисование на тему « Моё настроение»**

После выполнения рисунков дети рассказывают какое настроение они изобразили.

### **6. Упражнение « Закончи предложение»**

Детям предлагается закончить предложение: Взрослые обычно боятся....; дети обычно боятся....; мамы обычно боятся....; папы обычно боятся....

**Ритуал прощания.**

## **ЗАНЯТИЕ 4: « НАСТРОЕНИЕ»**

**Цель:** осознание своего самочувствия, снижение эмоционального напряжения, уменьшение тревожности, снижение мышечных зажимов.

**Материал к занятию:** магнитофон, спокойная музыка; краски, ватман; песочница; мел.

**1. Упражнение « Росточек под солнцем»** (см. 1 занятие).

### **2. Упражнение « Злые и добрые кошки»**

Чертим ручеек. По обе стороны ручейка находятся злые кошки. Они дразнят друг друга, злятся друг на друга. По команде встают в центр ручейка и превращаются в добрых кошек ласкают друг друга, говорят ласковые слова. Далее анализируем возникшие чувства.

### **3. Игра « На что похоже моё настроение?»**

Дети по кругу при помощи сравнения говорят, на что похоже настроение. Начинает психолог: « Моё настроение похоже на белое пушистое облачко в спокойном голубом небе».

### **4. Упражнение « Ласковый мелок»**

Дети разбиваются на пары. По очереди рисуют на спине друг другу различные предметы. Тот, кому рисуют должен угадать, что нарисовано. Анализируем чувства и ощущения.

### **5. Упражнение « Угадай, что спрятано в песке?»**

Дети разбиваются на пары. Один прячет что – то в песке, другой пытается найти.

**6. Рисование на тему « Автопортрет»** Детям предлагается нарисовать себя с тем настроением, с которым они пойдут с занятия.

**Ритуал прощания.**

## **ЗАНЯТИЕ 5 «ГОРЯЧИЕ ЛАДОШКИ»**

**Цель :** раскрытие своего "Я", формирование чувства близости с другими людьми, достижение взаимопонимания и сплочённости.

**Материалы к занятию:** магнитофон, спокойная музыка, краски, альбомы для рисования.

**1. Упражнение «Росточек под солнцем»** (см. 1 занятие).

**2. Упражнение «Петушиные бои»** Дети разбиваются на пары – петушки. Они, стоя на одной ноге дерутся подушками. При этом они стараются сделать так, что бы соперник наступил обеими ногами на пол, что означает его проигрыш.

**3. Упражнение «Расскажи свой страх»** Психолог рассказывает детям о своих собственных страхах, тем самым показывая , что страх - нормальное человеческое чувство и его не надо стыдиться. Затем дети сами рассказывают что они боялись. когда были маленькими

**4. Упражнение «Неопределённые фигуры»** Психолог на доске рисует различные фигуры, ребята говорят, на какие страшные существа они похожи.

**5. Игра «Возьмёмся за руки (тропинка)»** Дети держатся за руки идут змейкой по воображаемой тропинке . По команде психолога по команде они преодолевают воображаемые препятствия. "Спокойно идём по тропинке ... Вокруг кусты , деревья, зелёная травка... Вдруг на тропинке появились лужи ...Одна...Вторая...Третья.. Спокойно идём по тропинке... Перед нами ручей. Через него перекинут мостик. Переходим по мостику . Спокойно идём по тропинке... и т. д..

**6. Упражнение «Дом ужасов»** Детям предлагается нарисовать обитателей дома ужасов.

**7. Упражнение «Горячие ладошки»** Дети встают по кругу и, касаясь ладошками друг друга, говорят, что они чувствуют при этом.

**Ритуал прощания.**

## **ЗАНЯТИЕ 6: « НАШИ СТРАХИ»**

**Цель:** стимулирование аффективной сферы ребёнка, повышение психического тонуса ребёнка.

**Материалы к занятию:** магнитофон, спокойная музыка, краски, альбомные листы, большой лист бумаги.

**1. Упражнение « Росточек под солнцем»** см. 1 занятие.

**2. Рисование на тему « Чего я боялся, когда был маленьким...»**

Дети рисуют свои страхи, не показывая никому.

**3. Упражнение «Злые и добрые кошки»** Чертим ручеек. По обе стороны ручейка находятся злые кошки. Они дразнят друг друга, злятся друг на друга. По команде встают в центр ручейка и превращаются в добрых кошек, ласкают друг друга, говорят ласковые слова. Далее анализируем возникшие чувства.

**4. Упражнение « Чужие рисунки»**

Детям по очереди показывают рисунки «страхов», только что нарисованных, все вместе придумывают чего боялись эти дети и как им можно помочь.

**5. Упражнение «Горячие ладошки»** Дети встают по кругу и, касаясь ладошками друг друга, говорят, что они чувствуют при этом.

**Ритуал прощания.**

## **ЗАНЯТИЕ 7: « Я БОЛЬШЕ НЕ БОЮСЬ»**

**Цель:** преодоление негативных переживаний, символическое уничтожение страха, снижение эмоционального напряжения.

**Материалы к занятию:** магнитофон, спокойная музыка, краски, альбомные листы, подушка, задорная музыка.

**1. Упражнение « Росточек под солнцем»** (см. 1 занятие).

**2. Упражнение «Смелые ребята»**

Дети выбирают ведущего – он страшный дракон. Ребёнок становится на стул и говорит грозным голосом: « Бойтесь, меня бойтесь!» Дети отвечают: « Не боимся мы тебя!» Так повторяется 2-3 раза. От слов детей дракон постепенно уменьшается (ребёнок спрыгивает со стула), превращается в маленького воробушка. Начинает чирикать, летать по комнате.

**3. Упражнение « Азбука страхов»**

Детям предлагается нарисовать различных, страшных героев на отдельных листах и дать им имена. Далее дети рассказывают о том, что нарисовали. Далее каждому ребёнку предлагается превратить страшных героев в смешных, дорисовав их.

**4. Упражнение « Страшная сказка по кругу»**

Дети и взрослый сочиняют вместе страшную сказку. Они говорят по очереди, по 1-2 предложения каждый. Сказка должна нагромоздить так много страшного, чтобы это страшное превратилось в смешное.

**5. Упражнение « На лесной полянке»**



Психолог предлагает детям представить, что они попали на залитую солнцем полянку. На неё со всех сторон сбежались и слетелись лесные жители – всевозможные букашки, таракашки

Звучит музыка, дети превращаются в лесных жителей. Выполняют задания, соответственно каждому персонажу (кузнечик, бабочке, муравью и т. д.)

### **6. Упражнение « Прогони Бабу – Ягу»**

Ребёнка просят представить, что в подушку залезла Баба – Яга, её необходимо прогнать громкими криками. Можно громко стучать по подушке палкой.

### **7. Упражнение « Я тебя не боюсь»**

Один ребёнок стоит перед психологом, остальные дети начинают его пугать по очереди. Ребёнок громким уверенным голосом говорит: «Я тебя не боюсь!»

**8. Упражнение « Горячие ладошки»** Дети встают по кругу и, касаясь ладошками друг друга, говорят, что они чувствуют при этом.

**Ритуал прощания.**

## **ЗАНЯТИЕ 8: «ВОЛШЕБНЫЙ ЛЕС»**

**Цель:** развитие умения передавать своё эмоциональное состояние через художественный образ, снижение психоэмоционального напряжения, повышение уверенности в себе.

**Материалы к занятию:** магнитофон, спокойная музыка, краски, ватман или кусок обоев, макеты кочек, мел.

**1. Упражнение « Росточек под солнцем»** (см. 1 занятие).

**2. Упражнение « За что меня любит мама...папа...сестра...и т. д.»**

Детям предлагается сказать, за что их любят взрослые и за что они любят взрослых.

**3. Упражнение « Лягушки на болоте»** (см. 1 занятие).

**4. Упражнение «Неопределённые фигуры»**

Психолог на доске рисует различные фигуры, ребята говорят, на какие страшные существа они похожи.

### **5. Игра « Тропинка»**

Дети выстраиваются в затылок и идут змейкой по воображаемой тропинке. По команде психолога по команде они преодолевают воображаемые препятствия. « Спокойно идём по тропинке ... Вокруг кусты, деревья, зелёная травка... Вдруг на тропинке появились лужи ...Одна...Вторая...Третья.. Спокойно идём по тропинке... Перед нами ручей. Через него перекинут мостик. Переходим по мостику, держась за перила. Спокойно идём по тропинке... и т. д..

### **6. Коллективный рисунок по сочинённой общей истории на тему: «Волшебный лес»**

Психолог предлагает детям представить тот лес, по которому шли по тропинке. Далее обсуждаем что получилось , что удалось нарисовать вместе.

### **7. Упражнение « Доверяющее падение» (см. 2.занятие).**

**8. Упражнение « Горячие ладошки»** Дети встают по кругу и, касаясь ладошками друг друга, говорят, что они чувствуют при этом.

### **Ритуал прощания.**

## **ЗАНЯТИЕ 9: « СКАЗОЧНАЯ ШКАТУЛКА»**

**Цель:** Формирование положительной «Я-концепции», самопринятия, уверенности в себе, снижение тревожности, выявление положительных черт личности.

**Материалы к занятию:** магнитофон, спокойная музыка, шкатулка, мяч, краски, альбомные листы, начало страшной сказки.

### **1. Упражнение « Росточек под солнцем» (см. 1 занятие).**

### **2. Игра « Сказочная шкатулка»**

Психолог сообщает детям, что Фея сказок принесла свою шкатулку – в ней спрятались герои сказок. Далее он говорит: «Вспомните своих любимых сказочных героев и скажите какие они, чем они вам нравятся, как они

выглядят. Далее с помощью волшебной палочки все дети превращаются в сказочных героев.

### **3. Упражнение « Конкурс боюсек»**

Дети по кругу передают мяч. Получивший должен назвать тот или иной страх, произнося при этом громко и уверенно « Я..... этого не боюсь!»

### **4. Игра « Принц и принцесса»**

Дети стоят по кругу. В центр ставится стул – это трон. Кто сегодня будет Принцем (Принцессой)? Ребёнок садится по желанию на трон. Остальные оказывают ему знаки внимания, говорят что-то хорошее.

### **5. Упражнение « Придумай весёлый конец»**

Психолог читает ребятам начало детской страшной сказки. Необходимо придумать смешное продолжение и окончание.

### **6. Рисование на тему « Волшебные зеркала»**

Психолог предлагает нарисовать себя в трёх зеркалах, но не простых, а волшебных: в первом - маленьким и испуганным; во втором - большим и весёлым; в третьем - не боящимся ничего и сильным.

После задаются вопросы: какой человек симпатичнее? На кого ты сейчас похож? В какое зеркало ты чаще смотришься?

**7. Упражнение « Горячие ладошки»** Дети встают по кругу и, касаясь ладошками друг друга, говорят, что они чувствуют при этом.

**Ритуал прощания.**

## **ЗАНЯТИЕ 10: « СОЛНЦЕ В ЛАДОШКЕ»**

**Цель:** освобождение от отрицательных эмоций, развитие социального доверия, повышение уверенности в своих силах повышение значимости в глазах окружающих.

**Материалы к занятию:** магнитофон, спокойная музыка, фотографии детей, краски альбомные листы.

**1. Упражнение « Росточек под солнцем»** (см. 1 занятие).

**2. Упражнение « Неоконченные предложения»**

Детям предлагается предложения, которые нужно закончить.

«Я люблю...», «Меня любят...», « Я не боюсь...», «Я верю..»

« В меня верят...», « Обо мне заботятся...»

### **3. Игра « Баба- Яга»**

По считалке выбирается Баба- Яга. В центре комнаты рисуем круг. Баба- Яга берёт веточку- помело и становится в круг. Дети бегают вокруг Бабы- Яги и дразнят её. « Баба-Яга, костяная нога. С печки упала, ногу сломала. Пошла в огород, испугала весь народ. Побежала в баньку испугала зайку!» Баба-Яга выпрыгивает из круга и старается коснуться ребят помелом.

### **4. Игра « Комплименты»**

Стоя в кругу, все берутся за руки. Глядя в глаза соседа, ребёнок говорит: «Мне нравится в тебе...» Принимающий кивает головой и отвечает: «Спасибо, мне очень приятно!»

Упражнение продолжается по кругу. Далее обсуждаем чувства, которые испытали дети при выполнении данного задания.

### **5. Упражнение « В лучах солнышка»**

Психолог рисует солнышко, в лучах которой находятся фотографии детей. По сигналу психолога дети по очереди называют понравившиеся качества данного ребёнка , которые он показал на занятиях.

### **6. Упражнение «Солнце в ладошке»**

Психолог зачитывает стихотворение, затем дети рисуют и дарят подарки (рисунки) друг другу.

Солнце в ладошке, тень на дорожке,  
Крик петушиный, мурлыканье кошки,  
Птица на ветке, цветок у тропинки,  
Пчела на цветке, муравей на травинке,  
И рядышком - жук, весь покрытый загаром.-  
И всё это - мне, и всё это - даром!  
Вот так – ни за что! Лишь бы жил я и жил,  
Любил этот мир и другим сохранил....

**7. Упражнение « Горячие ладошки»** Дети встают по кругу и, касаясь ладошками друг друга, говорят, что они чувствуют при этом.

**Ритуал прощания.**

## ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Результаты опытно-экспериментального исследования психолого-педагогической коррекции страхов старших дошкольников

Таблица 6 – Результаты диагностики по методике выявления страхов у детей старшего дошкольного возраста с помощью специального теста тревожности (Р.Теммл, М.Дорки, В. Амен.)

№	Имя ребенка	число страхов до проведения коррекционно-развивающих занятий	число страхов после проведения коррекционно-развивающих занятий
1	М.Ц.	3	3
2	А.П.	7	5
3	В.П.	5	2
4	А.К.	6	6
5	М.И.	5	3
6	Д.Б.	7	5
7	П.В.	7	3
8	М.Т.	5	6
9	К.М.	6	4
10	А.М.	5	5
11	А.Т.	7	4
12	Э.М.	6	3
13	Г.С.	8	3
14	А.Р.	10	6
15	И.Б.	9	5
16	В.В.	4	4
17	Е.В.	6	6
18	И.С.	5	5

Таблица 7 – Результаты диагностики по методике выявления страхов у детей старшего дошкольного возраста с помощью специального теста тревожности (Р.Теммл, М.Дорки, В. Амен.) в процентах (%).

Уровни	Результат в %
Высокий	0%
Средний	67%
Низкий	33%

Таблица 8 – Результаты количества страхов у детей старшего дошкольного возраста по методике «Страхи в домиках» А.И. Захарова, М.А. Панфиловой

№	Имя ребенка	число страхов до проведения коррекционно-развивающих занятий	число страхов после проведения коррекционно-развивающих занятий
1	М.Ц.	11	8
2	А.П.	14	9
3	В.П.	13	10
4	А.К.	15	11
5	М.И.	16	10
6	Д.Б.	12	10
7	П.В.	14	11
8	М.Т.	14	10
9	К.М.	15	11
10	А.М.	10	9
11	А.Т.	14	9
12	Э.М.	10	9
13	Г.С.	13	10
14	А.Р.	10	8
15	И.Б.	11	8
16	В.В.	10	10
17	Е.В.	11	10
18	И.С.	16	12

Таблица 9 – Результаты количества страхов у детей старшего дошкольного возраста по методике «Страхи в домиках» А.И. Захарова, М.А. Панфиловой по видам в процентах (%)

Виды страхов	Результат в %
Страх темноты	20%
Страх сказочных персонажей	0%
Страх крови	6%
Страх стихии	6%
Страх врачей	11%
Страх транспорта	0%
Страх животных	20%

Таблица 10 – Результаты количества страхов у детей старшего дошкольного возраста по методике «Дом-Дерево-Человек»

Тревожность	Результат в %
Преобладание тревожности	11%
Спокойное, стабильное состояние	89%

#### Расчет Т-критерия Вилкоксона

Определение эффективности программы психолого-педагогической коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста по методике определения тревожности на основе теста Р.Тэмпл, В. Амен, М. Дорки по Т-критерию Вилкоксона.

Сформулируем рабочие гипотезы.

H<sub>0</sub>: Интенсивность сдвигов в типичном направлении не превосходит интенсивности сдвигов в нетипичном направлении.

H<sub>1</sub>: Интенсивность сдвигов в типичном направлении превышает интенсивность сдвигов в нетипичном направлении.



Таблица 11 – Расчет по T-критерию Вилкоксона эффективности программы психолого-педагогической коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста по методике определения тревожности на основе теста Р.Тэмпл, В. Амен, М. Дорки

До коррекции	После коррекции	Сдвиг (значение разности с учетом знака)	Абсолютное значение разности	Ранговый номер разности
7	5	-2	2	3.5
5	2	-3	3	7
5	3	-2	2	3.5
7	5	-2	2	3.5
7	3	-4	4	10
5	6	1	1	1
6	4	-2	2	3.5
7	4	-3	3	7
6	3	-3	3	7
8	3	-5	5	12
10	6	-4	4	10
9	5	-4	4	10
Сумма				78

Сумма по столбцу рангов равна 78

Теперь отметим те направления, которые являются нетипичными, в данном случае – положительными. В Таблице эти направления и соответствующие им ранги выделены цветом. Сумма рангов этих «редких» направлений составляет эмпирическое значение критерия T:

$T_{эмп}=1$ .

n=12:

$T_{кр}=9(p \leq 0.01)$

$T_{кр}=17(p \leq 0.05)$

Зона значимости в данном случае простирается влево.

В данном случае эмпирическое значение T попадает в зону значимости:

$T_{эмп} < T_{кр}(0,01)$ .

Гипотеза H1 принимается. Интенсивность сдвигов в типичном направлении превышает интенсивность сдвигов в нетипичном направлении.

Определение эффективности программы психолого-педагогической коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста по методике определения тревожности на основе Панфиловой М.А. «Страхи в домиках» по T-критерию Вилкоксона.

Сформулируем рабочие гипотезы.

H0: Интенсивность сдвигов в типичном направлении не превосходит интенсивности сдвигов в нетипичном направлении.

H1: Интенсивность сдвигов в типичном направлении превышает интенсивность сдвигов в нетипичном направлении.

Таблица 12 – Расчет по T-критерию Вилкоксона эффективности программы психолого-педагогической коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста по методике определения тревожности на основе Панфиловой М.А. «Страхи в домиках»

До коррекции	После коррекции	Сдвиг (значение разности с учетом знака)	Абсолютное значение разности	Ранговый номер разности
11	8	-3	3	8
14	9	-5	5	15.5
13	10	-3	3	8
15	11	-4	4	12.5

16	10	-6	6	17
12	10	-2	2	4.5
14	11	-3	3	8
14	10	-4	4	12.5
15	11	-4	4	12.5
10	9	-1	1	2
14	9	-5	5	15.5
10	9	-1	1	2
13	10	-3	3	8
10	8	-2	2	4.5
11	8	-3	3	8
11	10	-1	1	2
16	12	-4	4	12.5
Сумма				153

Сумма по столбцу рангов равна 153.

Теперь отметим те направления, которые являются нетипичными, в данном случае – положительными. В Таблице эти направления и соответствующие им ранги выделены цветом. Сумма рангов этих «редких» направлений составляет эмпирическое значение критерия T:

$$T_{\text{эмп}}=0$$

По таблице Приложения находим критические значения для T-критерия Вилкоксона для  $n=17$ :

$$T_{\text{кр}}=27 \quad (p \leq 0.01)$$

$$T_{\text{кр}}=41 \quad (p \leq 0.05)$$

Зона значимости в данном случае простирается влево.  
В данном же случае эмпирическое значение  $T$  попадает в зону значимости:  
 $T_{\text{эмп}} < T_{\text{кр}}(0,01)$ .

Гипотеза  $H_1$  принимается. Интенсивность сдвигов в типичном направлении превышает интенсивность сдвигов в нетипичном направлении.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 5

### Технологическая карта внедрения результатов опытно-экспериментального исследования

Цель	Содержание	Методы	Формы	Время	Ответственные
1-й этап: «Целеполагание внедрения психолого-педагогической программы по коррекции страхов у дошкольников»					
1.1. Изучить документы по проблеме	Изучение и анализ литературы, опросников по данной проблеме	Обсуждение, анализ, наблюдение	Поиск и анализ литературы Психодиагностическое исследование	Сентябрь 2020 г.	Психолог
1.2. Поставить цели внедрения программы	Выдвижение и обоснование целей внедрения программы	Обсуждение, анализ материалов по цели внедрения программы	Наблюдение, беседа	Сентябрь 2020г.	Психолог
1.3. Разработать этапы исследования	Изучение и анализ содержания этапов исследования, задач, принципов, условий, критериев и показателей эффективности	Анализ программы внедрения	Анализ документации, работа по разработке этапов исследования	Сентябрь 2020 г.	Психолог
1.4. Разработать психолого-педагогическую программу по коррекции страхов старших дошкольников	Анализ уровня подготовленности воспитанников к участию в исследовательской работе	Составление программы внедрения, анализ материалов психолого-педагогической коррекционной деятельности	Анализ документов, работа по составлению программы	Сентябрь 2020 г.	Психолог
2-й этап: «Реализация психолого-педагогической программы по коррекции страхов у дошкольников»					
2.1 Проведение занятий по коррекции страхов у дошкольников	Внедрение психолого-педагогической программы по коррекции страхов старших дошкольников	тренинги	Групповые занятия, индивидуальные беседы	Сентябрь 2020 г. – май 2021г.	Психолог

2.2. Сформировать положительную реакцию на предмет внедрения программы у педагогов и родителей воспитанников	Пропаганда значимости и актуальности программы	Консультации для педагогов и родителей	Беседы, тренинги, круглые столы, творческая деятельность	Сентябрь - ноябрь 2020г.	Психолог, администрация
2.3. Проверить методику внедрения программы	Работа с воспитанниками	Изучение состояния дел в ДОУ, корректировка программы	Работа психологической службы в ДОУ	сентябрь-ноябрь 2020 г.	Психолог, администрация ДОУ
3-й этап: «Изучение предмета внедрения психолого-педагогической программы коррекции страхов старших дошкольников»					
3.1. Изучить необходимые материалы и документы о предмете внедрения психолого-педагогической программы	Изучение материалов и документов о предмете внедрения психолого-педагогической программы и документации	Самообразование	Занятия, работа с литературой и информационными источниками	Декабрь 2020г.	Психолог
3.2. Изучить сущность предмета внедрения психолого-педагогической программы	Освоение системного подхода в работе над темой изучения предмета внедрения, его задач, принципов, содержания, форм и методов	Научно-исследовательская работа	Тренинги, упражнения	Январь 2021г.	Психолог
3.3. Изучить методику темы программы	Освоение системного подхода в работе над темой	Самообразование	Тренинги, групповые занятия	Февраль 2021 г.	Психолог
4-й этап: «Совершенствование работы над темой составления психолого-педагогической программы по коррекции страхов старших					

дошкольников»					
4.1. Совершенствовать знания и умения, сформированные на предыдущем этапе	Совершенствование знаний и умений по системному подходу	Наставничество, обмен опытом, корректировка методики	Анализ материалов, работа психологической службы	Март 2021 г.	Психолог, администрация ДОУ
4.2. Совершенствовать методику освоения внедрения программы	Формирование единого методического обеспечения освоения внедрения программы	Анализ состояния дел по теме внедрения программы, методическая работа	Работа психологической службы, методическая работа, повторная психодиагностика	Апрель 2021 г.	Психолог, администрация ДОУ
4.3. Сохранить и углубить традиции работы над темой, сложившиеся на предыдущих этапах	Обсуждение динамики работы над темой, научная работа по теме внедрения программы	Наблюдение, анализ, работа психологической службы, научная деятельность	Написание научной работы, статьи по теме внедрения программы.	Май-декабрь 2021 г.	Психолог, администрация ДОУ