



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

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ
КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ

Психолого-педагогическая коррекция страхов детей 5-6 лет

Выпускная квалификационная работа по направлению
44.03.02 Психолого-педагогическое образование
Направленность (профиль) программы бакалавриата
«Психология образования»
Форма обучения: заочная

Проверка на объем заимствований:
85,26 % авторского текста
Работа рекомен. к защите
рекомендована/не рекомендована
«14» 05 2022 г.
зав. кафедрой ТиПП
О.А. Кондратьева Кондратьева О.А.

Выполнила: Панова Алла Олеговна
студент группы ЗФ-510/099-5-1

Научный руководитель:
кандидат психологических наук, доцент,
зав. кафедрой ТиПП
Кондратьева Ольга Александровна

Челябинск
2022

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ СТРАХОВ ДЕТЕЙ 5-6 ЛЕТ	
1.1 Понятие «страх» в психолого-педагогической литературе.....	6
1.2 Особенности страхов детей 5-6 лет.....	16
1.3 Теоретическое обоснование модели психолого-педагогической коррекции страхов детей 5-6 лет.....	24
ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ СТРАХОВ ДЕТЕЙ 5-6 ЛЕТ	
2.1 Этапы, методы и методики исследования.....	32
2.2 Характеристика выборки и анализ результатов исследования.....	37
ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ СТРАХОВ ДЕТЕЙ 5-6 ЛЕТ	
3.1 Программа психолого-педагогической коррекции страхов детей 5-6 лет.....	44
3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования.....	52
3.3 Рекомендации родителям и педагогам по психолого-педагогической коррекции страхов детей 5-6 лет.....	56
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	63
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	67
ПРИЛОЖЕНИЕ 1. Методики диагностики.....	75
ПРИЛОЖЕНИЕ 2. Результаты исследования страхов детей 5-6 лет.....	80
ПРИЛОЖЕНИЕ 3. Программа психолого-педагогической коррекции страхов детей 5-6 лет	85
ПРИЛОЖЕНИЕ 4. Результаты исследования психолого-педагогической коррекции страхов детей 5-6 лет.....	97

ВВЕДЕНИЕ

Сегодня проблема коррекции страхов у детей дошкольного возраста актуальна как теоретически, так и практически. Страхи часто встречаются у детей и обычно носят умеренный и преходящий характер. Страх является наиболее распространенным психическим расстройством в процессе развития детей.

Детская тревога и страхи заслуживают внимания не только из-за ее распространенности и постоянства, но и из-за ее значительного непосредственного воздействия на повседневную жизнь детей и их семей.

Учеными доказано, что страхи представляют собой сложный процесс: боятся дети, за них переживают окружающие взрослые, ещё больше подкрепляя эти страхи или запуская новые. Наличие страхов в детском возрасте нельзя оставлять без внимания, так как это может стать фактором нарушения развития личности (В.И. Гарбузов, В.В. Лебединский и др.).

Проблемой изучения и коррекции страхов детей дошкольного возраста занимались как зарубежные, так и отечественные ученые.

Зарубежные: П. Поппер, Й. Раншбург, Д. Селли, З. Фрейд, А. Фрейд, С. Холл, К. Хорни, Г. Эмберлейн. Отечественные ученые: В.А. Ананьев, Л.С. Акопян, В.М. Астапов, Г.М. Бреслав, Н.Г. Вологодина, А.И. Захаров, Б.Д. Карвасарский, В.Р. Кисловская, В.В. Кочубей, В.В. Лебединский, В.Л. Леви, Ю.М. Миланич, В.М. Минаева, Е.В. Новикова, Р.В. Овчарова, Е.И. Рогов, А.С. Спиваковская, Г.А. Урунтаева, М.И. Чистякова, И.Г. Швец. Поэтому особое внимание необходимо уделить разработке методов выявления и коррекции страхов.

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, Л.С. Акопян,

И.В. Дубровина, В.И. Гарбузов, А.И. Захаров, А.С. Спиваковская, 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.).

Цель исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность реализации модели психолого-педагогической коррекции страхов детей 5-6 лет.

Объект исследования: страхи детей 5-6 лет.

Предмет исследования: психолого-педагогическая коррекция страхов детей 5-6 лет.

Гипотеза исследования: уровень страхов детей 5-6 лет, возможно, уменьшится, если разработать и реализовать модель, содержащую программу психолого-педагогической коррекции.

Задачи исследования:

1. Проанализировать понятие «страх» в психолого-педагогической литературе.
2. Выявить особенности страхов у детей 5-6 лет.
3. Разработать модель психолого-педагогической коррекции страхов детей 5-6 лет.
4. Определить этапы, методы и методики исследования.
5. Охарактеризовать выборку и проанализировать результаты констатирующего эксперимента.
6. Разработать и реализовать программу психолого-педагогической коррекции страхов у детей 5-6 лет.
7. Проанализировать результаты формирующего эксперимента.
8. Составить рекомендации педагогам и родителям по преодолению страхов у детей 5-6 лет.

Методы и методики исследования:

1. Теоретические: анализ психолого-педагогической литературы, синтез, обобщение, целеполагание, моделирование, конкретизация.

2. Эмпирические: эксперимент (констатирующий и формирующий), тестирование по методикам: методика «Паровозик» С.В. Велиевой, методика «Страхи в домиках» А.И. Захарова и М. Панфиловой, методика «Нарисуй свой страх» А.И. Захарова.

3. Математико-статистический: критерий Т-Вилкоксона.

База исследования: МАОУ «СОШ № 14 г. Челябинска» ДО. В исследовании принимали участие 26 испытуемых в возрасте пяти и шести лет.

Практическая значимость исследования заключается в том, что материалы могут быть использованы в коррекционной работе с детьми с 5-6 лет в дошкольных образовательных учреждениях, при подготовке и проведении психолого-просветительских мероприятий с законными представителями детей и педагогами в форме консультаций, родительских собраний, лекций.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕПОСЫЛКИ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ СТРАХОВ ДЕТЕЙ 5-6 ЛЕТ

1.1 Понятие «страх» в психолого-педагогической литературе

Понятие «страх» разрабатывалось многими исследователями и содержит разные толкования.

Например, согласно З. Фрейду «страх – это состояние аффекта – объединение определённых ощущений ряда удовольствия – неудовольствия с соответствующими иннервациями разрядки напряжения и их восприятия, а также вероятно, и отражение определённого значимого события» [62, с. 218].

В тоже время, Р.В. Овчарова рассматривает страх, как эмоциональное состояние человека, представляющее в сознании конкретную угрозу его жизни и благополучия [40, с. 44].

А. Ребер в большом толковом психологическом словаре трактует понятие 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» [Цит. по 14: с. 71].

Известный физиолог И.П. Павлов трактует страх как «проявление естественного рефлекса, пассивно-оборонительной реакции с лёгким торможением коры больших полушарий. Страх основан на инстинкте самосохранения, имеет защитный рефлекс и сопровождается определёнными физиологическими изменениями высшей нервной деятельности» [Цит. по 63: с. 570].

В современном словаре по психологии под редакцией В.В. Юрчук мы находим, что «страх – это результативно и эффективно чувственная эмоция, которая возникает в обстоятельствах превентивности – угрозы –

боязни за свою социальную или же биологическую экзистенцию у субъекта» [Цит. по: 14, с. 342].

Ю.А. Неймер, А.В. Петровский, 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» [44, с. 102].

В связи с этим, проанализировав разные трактовки понятия «страх», отмечено, что большинство ученых рассматривают страх именно как эмоциональное состояние человека, выполняющее функцию защиты в ситуациях различных видов угрозы, направленное конкретно на источник опасности. Любой человек может переживать страх в разных ситуациях, но все эти ситуации имеют одну общую черту. Они ощущаются и воспринимаются человеком как ситуации, в которых под угрозу поставлено его спокойствие и безопасность. Стоит отметить, что интенсивное переживание страха человеком запоминается надолго.

Страх, сам по себе, складывается из определённых и вполне специфических физиологических изменений, таких как: возбужденное поведение и нестандартное переживание, происходящее из ожидания угрозы или опасности. У маленьких детей, также, как и у большинства животных, ощущение угрозы или опасности сопряжено с физическим дискомфортом, с неблагополучием физического состояния личности. Страх, которым они реагируют на любую угрозу – это боязнь физического повреждения. Субъективное переживание страха ужасно, и что странно – оно может заставить человека, например, оцепенеть на месте, тем самым, приводя его в абсолютно беспомощное физическое состояние, или, наоборот, может заставить его броситься наутёк, подальше от опасности.

Нормальное время прохождения чувства страха составляет 3-4 недели; если страх не ослабевает и не проходит, то, возможно, его уже

стоит рассматривать как невроз.

Страх возникает всегда перед тем, что ситуация может повториться. И.В. Дубровина в своих трудах, отмечает две угрозы, имеющие универсальный и одновременно фатальный в своём исходе характер. Это смерть и крах жизненных ценностей, противостоящих таким понятиям как жизнь, здоровье, самоутверждение, личное и социальное благополучие. Но и помимо крайних выражений страха всегда подразумевает переживание какой-либо реальной или воображаемой опасности [14, с. 31].

Понимание опасности, её осознание формируется в процессе жизненного опыта и межличностных отношений, когда некоторые безразличные для ребёнка раздражители постепенно приобретают характер угрожающих воздействий.

А.И. Захаров считает, что обычно в этих уместно говорить о появлении травмирующего опыта (испуг, боль, болезнь, конфликты и т.д.). Гораздо более распространены так называемые внушённые детские страхи. Их агрегатом являются – взрослые, окружающие ребёнка (родители, бабушки, воспитатели детских учреждений), которые непроизвольно заражают ребёнка страхом, тем, что излишне настойчиво, подчёркнуто эмоционально указывают на наличие опасности. В результате ребёнок реально воспринимает только вторую часть фраз типа: «Не подходи – упадёшь», «Не гладь – укусит» и др. Маленькому ребёнку пока ещё не ясно, чем ему всё это грозит, но он уже распознаёт сигнал тревоги, и естественно, у него возникает реакция страха. Взрослый добился своего – ребёнок послушался. Но страх закрепился и распространился на исходные ситуации [15, с. 31].

Всё вышеописанное, по мнению А.И. Захарова, даёт основание говорить об условно-рефлекторном характере страха, даже если ребёнок пугается (вздрагивает) при внезапном стуке или шуме, так как последний когда-то сопровождался крайне неприятным переживанием.

Подобное сочетание запечатлелось в памяти в виде определённого эмоционального следа и теперь не произвольно ассоциируется с любым внезапным звуковым воздействием [16, с. 46].

Так же часто, как термин «страх», встречается термин «тревога». По мнению, например А.И. Захарова – в страхе и в тревоге есть общий эмоциональный компонент: чувство смятения и беспокойства. Апофеоз страха и тревоги – ужас. Тревога – это предчувствие опасности, состояние беспокойства. Чаще тревога проявляется в ожидании какого-то события, которое трудно прогнозировать и которое может угрожать неприятными последствиями. Тревога присуща людям, развитым чувством собственного достоинства, долга, ответственности. Тревога выступает и как пропитанное беспокойством чувство ответственности за жизнь, как свою, так и близких людей. Страх необходимо рассматривать как выражение тревоги в конкретной объективизированной форме, если предчувствия не пропорциональны опасности и тревога принимает затяжное течение. Если человек начинает бояться самого факта возникновения страха, то здесь высокий, запредельный уровень тревоги, так как он боится, опасается всего того, что может даже косвенно угрожать его жизни и благополучию [15, с. 78].

Несмотря на то, что страх – это панические атаки, которые выражаются в поведении человека в его определенных эмоциях, которые выходят за рамки его эмоционального уровня. Как описывает А.И Захаров, страх кратковременен, обратим, исчезает с возрастом, не затрагивает глубоко ценностные ориентации человека, существенно не влияет на его характер, поведение и взаимоотношения с окружающими людьми. Некоторые формы страха имеют защитное значение, так как позволяют избежать соприкосновения с объектом страха [15, с. 65].

Причинами страха могут быть события, условия или ситуации, являющиеся началом опасности. Страх может иметь своим предметом какого-либо человека или объект. Иногда страх не связан ни с чем

конкретным, такие страхи переживаются, как беспредметные. Страх может вызываться страданием, это связано с тем, что в детстве сформировались связи между этими чувствами [15, с. 66].

Как показывают разнообразные исследования, страх имеет свои проявления. По мнению А.И. Захарова иногда выражения страха так очевидны, что не нуждаются в комментариях, например, ужас, оцепенение, растерянность, плач, бегство. О других страхах можно судить только по ряду косвенных признаков, таких как стремление посещения ряда мест, разговоров и книг на определённую тему, смущение и застенчивость при общении. При остром чувстве беспокойства человек теряется, не находит нужных слов для ответа, говорит невпопад, невнятным, дрожащим от волнения голосом и часто замолкает совсем. Взгляд отсутствующий, выражение лица испуганное. Внутри всё «опускается», холодеет, тело становится тяжёлым ноги ватными, во рту пересыхает, дыхание перехватывает, щемит в области сердца, ладони становятся влажными, лицо бледнеет, и человек «обливается холодным потом». Одновременно он совершает много лишних движений, переминается с ноги на ногу, поправляет без конца одежду или становится неподвижным или скованным. Перечисленные симптомы острого беспокойства говорят о перенапряжении психофизиологических функций организма, их расстройстве [16, с. 45].

При состояниях хронического беспокойства и страха человек (ребёнок) находится в напряжённом ожидании, легко пугается, редко улыбается, всегда серьёзен и озабочен. Он не может полностью расслабить мышцы, излишне устаёт, ему свойственны приходящие головные боли и спазмы в различных участках тела.

В психологии и педагогике бывают разные классификации страхов. В психологическом словаре под общей редакцией Ю.Л. Неймера определено три основных вида страхов: реальный, невротический и страх свободный:

1. Страх реальности – рациональное выражение инстинкта самосохранения как нормальная реакция на восприятие внешней опасности.

2. Страх невротики – разнообразные формы «бесцельного страха» невротиков, возникают из-за отвлечения либидо от нормального применения, либо из-за отказа психических инстанций.

3. Страх свободный – общая неопределённая боязливость, готовая на время привязаться к любой появившейся возможности и выражающаяся в состоянии «боязливого ожидания», страх беспредметный, не связанный с каким-либо объектом, вызывающим этот страх [Цит. по 43: с. 29].

Овчарова Р.В. определяет следующие виды страхов:

Возрастные страхи отмечаются у эмоционально чувствительных детей как отражение особенностей их психического и личностного развития. Возникают они под действием следующих факторов: наличие страхов у родителей, тревожность в отношениях с ребёнком, избыточное предохранение его от опасностей и изоляция от общения со сверстниками. Большое количество запретов со стороны родителя того же пола или полное предоставление свободы ребёнку родителями и другого пола, а также многочисленные нереализуемые угрозы всех взрослых в семье, отсутствие возможности для ролевой идентификации с родителями того же пола, преимущественно у мальчиков. Конфликтные отношения между родителями, психические травмы типа испуга, психологическое заражение страхами в процессе общения со сверстниками и взрослыми [40, с. 66].

Невротические страхи характеризуются большой эмоциональной интенсивностью и напряжённостью, длительным течением или постоянством, неблагоприятным влиянием на формирование характера и личности, взаимосвязью с другими невротическими расстройствами и переживаниями, избеганием объекта страха. Невротические страхи

могут быть результатом длительных и неразрешимых переживаний. Чаще боятся подобным образом чувствительные, испытывающие эмоциональные затруднения в отношениях с родителями дети, чьё представление о себе искажено эмоциональными переживаниями в семье или конфликтными. Эти дети не могут полагаться на взрослых, как на источник безопасности, авторитета и любви. Дети, которые не приобрели до школы необходимого опыта общения со взрослыми и сверстниками, не уверены в себе, боятся не оправдать ожидания взрослых, испытывают страх перед учителем [41, с. 55].

Некоторые дети панически боятся сделать ошибку, когда готовят уроки. Это происходит в тех случаях, когда родители педантично их проверяют и при этом очень драматично относятся к ошибкам. Даже если родители не наказывают ребёнка, психологическое наказание всё равно присутствует.

Но наиболее полной можно считать классификацию страхов А.И. Захарова:

1. По характеру – природные, социальные, ситуативные, личностные.
2. По степени реальности – реальные и воображаемые.
3. По степени интенсивности – острые и хронические.

Кроме того, А.И. Захаров указывает на наличие патологического страха. На патологический страх указывают его крайне драматические выражения (ужас, эмоциональный шок, потрясение) или затяжное, навязчивое, трудно обратимое течение, произвольность, то есть полное отсутствие контроля со стороны сознания, как и не благоприятное воздействие на характер, межличностные отношения и приспособление человека к социальной действительности [16, с. 21].

Известный психиатр Б.Д. Карвасарский делил страхи, на группы исходя из того, чего боится человек, – это так называемая специфическая классификация по фабуле страха. Специфические фобии – это интенсивные, проблемные страхи перед конкретными животными, вещами

или ситуациями. Эти выраженные страхи распространены в молодости и часто вызывают значительные нарушения. Различал 8 основных фабул страха.

К первой он относил боязнь пространства, проявляющуюся в различных формах. Сюда относятся: клаустрофобия – боязнь замкнутого пространства, агорафобия – боязнь открытого пространства, страх глубины и страх высоты. Ко второй группе фобий относятся так называемые социофобии, связанные с общественной жизнью. Они включают в себя эрептофобию (страх покраснеть в присутствии людей), страх публичных выступлений, страх из-за невозможности совершить какое-либо действие в присутствии посторонних. К третьей группе, по классификации Б.Д. Карвасарского, относятся нозофобии – страхи заболеть каким-либо заболеванием. К четвертой группе относится танатофобия – страх смерти, к пятой – различные сексуальные страхи, к шестой – страхи нанести вред себе или близким. В седьмую группу входят «контрастные» страхи (громко произнести слово, совершить что-то непристойное). И восьмая группа страхов – фобофобии, страх бояться чего-либо [19, с. 21].

Фобические расстройства связаны с избеганием, вызванным определенными триггерами, такими как животные, ситуации или места. Страхи распространены среди детей. Считается, что родительская история тревожного расстройства (особенно фобий), тревожный темперамент и травматические события (например, укус собаки, приводящий к фобии собаки) – все это играет определенную роль в генезе фобических расстройств.

Другие психиатры, например Д.Б. Сэдок и Г.И. Каплан, предпочитают делить страхи на конструктивные – представляющие естественный защитный механизм, помогающий лучше приспособиться к экстремальной ситуации, и патологические, которые являются неадекватным ответом на определенный стимул по интенсивности или

длительности и часто приводят к психопатологиям.

Щербатых Ю.В. делит все страхи на три группы:

1) Страхи природы, непосредственно связанные с угрозой жизни человеку. К числу природных явлений, внушающих людям сильнейший страх, относятся гроза, солнечные затмения, появление комет, извержения вулканов и сопровождающее их землетрясения, которые ассоциируются у человека со страхом конца мира. Особую группу природных страхов составляют страхи животных. К животным, вызывающим у людей особенно сильный страх, несомненно, относятся разнообразные змеи и пауки.

2) Страхи социума – боязнь и опасения за изменение своего социального статуса. Социальные страхи могут вытекать из страхов биологических, но всегда имеют специфический социальный компонент, который в них выходит на первое место, оттесняя более примитивные факторы выживания [71, с. 43].

Следует обозначить, собственно, что определенные формы проявления социальных страхов зависят от особенностей исторической эпохи, возраста человека, профессиональной принадлежности и типа общества. Проводились многократные исследования по выявлению актуальных страхов в современном обществе.

В результате было установлено, что на первом месте стоит страх за здоровье своих близких, на втором – страх возможной войны, на третьем – страх перед преступностью. Затем последовательно - страх бедности, страх перед некоторыми животными, страх перед возможными неблагоприятными изменениями в личной жизни, страх перед начальством. Оказалось, что многих людей пугает кладбище, они испытывают страх перед болезнями (девятое место) и перед публичными выступлениями.

3) Внутренние страхи - рожденные лишь фантазией и воображением человека и не имеющие под собой реальной основы для

беспокойства. Особо хочется отметить, что к внутренним страхам исследователи относят не только страхи, рожденные фантазией человека, но и страхи собственных мыслей, если они идут вразрез с имеющимися моральными установками (боязнь собственных мыслей и желаний).

В педагогической литературе рассматривается следующая классификация страхов. Страх символически распределяется на ситуативный и личностный.

Ситуативный страх возникает в необычной, крайне опасной или шокирующей взрослого или ребенка обстановке, например, при нападении собаки. Часто он появляется в результате психического заражения паникой в группе людей, тревожных предчувствий со стороны членов семьи, конфликтов и жизненных неудач.

Личностно обусловленный страх предопределен характером человека, например, его повышенной мнительностью, и способен проявляться в новой обстановке или при контактах с незнакомыми людьми.

Ситуативный и личностно обусловленный страхи нередко смешиваются и дополняют друг друга.

Таким образом, страх – аффективно чувственная эмоция, которая возникает в обстоятельствах превентивности – угрозы. Так же следует отметить различия в составлении разными авторами классификаций страхов, при этом наиболее полной считается классификация страхов А.И. Захарова, в которой определены: 1) природные, социальные, ситуативные, личностные; 2) по степени реальности – реальные и воображаемые; 3) по степени интенсивности – острые и хронические.

1.2 Особенности страхов у детей 5-6 лет

Детство – это определенный период, когда эмоции господствуют над всей жизнью ребенка, управляют его поведением и способствуют регуляции всех остальных его психических функций.

С точки зрения возрастной периодизации, в возрасте 5-6 лет ребенок приобретает навыки активного изучения окружающего мира, взрослые должны развивать у него свободу движения, поощрять игры. При правильном отношении у ребенка развивается инициатива. Главная опасность – появление у ребенка чувства вины за совершенные им действия.

«Эмоциональная сфера в дошкольном возрасте выступает регулятором деятельности, определяет характер взаимоотношений с окружающими взрослыми и сверстниками, способствует оптимальному вхождению детей в социальную действительность. Эмоциональная сфера имеет большое значение для психического развития дошкольников. Именно в период дошкольного детства усложняется эмоциональная жизнь ребенка: расширение диапазона распознаваемых ребенком эмоций, возникновение новых эмоций и чувств (социальных, познавательных, эстетических, нравственных» [1, с. 312]. Страхи детей могут возникать по следующим причинам: негативный опыт, запугивания, агрессивное поведение родителей, психическое расстройство ребенка.

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 [28, с. 44].

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 [16, с. 56].

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 [Цит. по 31: с. 68].

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 [Цит. по 37: с. 67].

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 8: с. 44].

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, прощуривший 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 [Цит. по 8: с. 45].

Наряду с этим возникновение детских страхов имеет возможность 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 [Цит. по 5: с. 55].

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 [16, с. 66].

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 [16, с. 67].

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 возрастной 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 [62, с. 55].

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 [16].

Гарбузов В.И. в проблеме детских страхов выделяет три особо важных момента [Цит. по 5: с. 28]:

1. Взрослым не следует пугать детей ни дядями, ни тетями, ни бабайками, ничем из-за повиновения. Так как любое запугивание стимулирует появление страха смерти. Взрослые должны указывать на настоящие угрозы, а не на вымышленные. Образование страхов считается жестоким воспитанием и имеет возможность 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 незащищенным. 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 обязан изучать неведомое 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, находит для себя какое-то занятие, не требует постоянного присутствия взрослого, а также проявляет интерес к общению со сверстниками. В старшем дошкольном возрасте у ребенка развивается фантазия, но в то же время существует вероятность появления мнимых страхов. Также в этом возрасте происходит наиболее интенсивное 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. 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 [Цит. по 54: с. 123].

В возрасте 5-6 лет 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 если выбранный ребенком партнер по каким-то причинам отказывается «создавать семью» в игровой форме, то ребенок может бояться отказа, что приведет к развитию комплекса неполноценности [Цит. по 54: с. 145].

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 общения со сверстниками того же пола, в то время как принятие в этой среде подразумевает самоотречение, что, в свою очередь, влияет на адекватность самооценки. Стремление завести друзей, стать частью определенной группы, также имеет особое значение для ребенка, так как неудовлетворение этого стремления также может спровоцировать появление новых страхов, например, страха одиночества [57, с. 65].

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 формирующейся личностью. Обобщая ряд исследований в области детских страхов, можно выделить 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, 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 средством предупреждения развития страхов у детей является обеспечение эмоционального комфорта для ребенка в семье и внимание к его чувствам и переживаниям.

1.3 Теоретическое обоснование модели психолого-педагогической коррекции страхов детей 5-6 лет

В этом параграфе будет представлено описание модели психолого-педагогической коррекции страхов детей 5-6 лет. Для этого мы анализируем некоторые источники, чтобы понять, что же такое моделирование, его цели, структуру и элементы.

Психолого-педагогическая коррекция – это форма совместной профессиональной деятельности педагога, психолога и родителей, основанная на системе психологических воздействий с целью исправления нарушений психического развития ребенка с опорой на знание возрастной, социокультурной и индивидуальной норм развития [цит. по 50, с. 25].

Структура работы с детьми 5-6 лет с повышенными страхами, включает пять взаимосвязанных направлений [71, с. 256].

1. Психологическое просвещение родителей тревожных детей.
2. Психологическое просвещение педагогов.
3. Обучение родителей и педагогов конкретным способам преодоления страхов у детей.
4. Непосредственная работа с детьми, ориентированная на становление и повышение уверенности в себе.
5. Обучение поведению в трудных ситуациях, помощь поддержка психолога за пределами обучающей ситуации.

Создание и изучение моделей объектов, явлений или процессов, которые реально существуют, для объяснений этих явлений, а также для прогнозирования явлений, представляющих интерес для исследователя, в этом и заключается, причина концепции моделирования. Моделирование используется в психологии, которое описывается следующим образом: построение моделей, реализация любых психологических процессов для проверки их работоспособности. Моделирование состоит из таких компонентов как цель, задачи, структура. Их подлинность определяется с

помощью системы мер, вводимых определенными людьми, которые выделяют необходимые для этого ресурсы [26, с. 23].

В психологии «модель» – это система объектов и знаков, представленные значимых свойств объектов [68, с. 21].

На первом этапе построения модели разработан метод целеполагание «Дерево целей». Дерево целей представляет собой структурированные программные цели на основе уровней, в которых выделена общая цель («вершина дерева»); подчиненные подцели следующих уровней («ветви дерева») являются подчиненными [13, с.45]. Данный метод используется для прогнозирования тенденций развития науки и составления личных и профессиональных целей.

В психолого-педагогической практике метода «дерево целей», используемого, по мнению В. И. Долговой, планирование – это одновременно направление движения к поставленным целям и точка, характеризующая приближение к целям по заданной траектории [13, с.18].

«Дерево целей» может служить составлению любой цели, как глобальной, так и месячной. Разработанная дерево целей позволяет заранее увидеть, к чему приведет та или иная цель.

Правила построения дерева целей:

- изложенная цель должна иметь средства и ресурсы для ее обеспечения;
- при разложении целей должно соблюдаться условие полноты сокращения, т. е. количество подцелей каждой цели должно быть достаточным для ее достижения;
- декомпозиция каждой цели на подцели осуществляется по одному выбранному классификационному признаку;
- развитие отдельных ветвей дерева может заканчиваться на разных уровнях системы;
- вершины вышележащего уровня системы представляют собой цели для вершин нижележащих уровней; – развитие дерева целей продолжается

до тех пор, пока лицо, решающее проблему, не будет иметь в распоряжении все средства для достижения вышестоящей цели.

Дерево целей исследования психолого-педагогической коррекции страхов детей 5-6 лет представлено на рисунке 1.

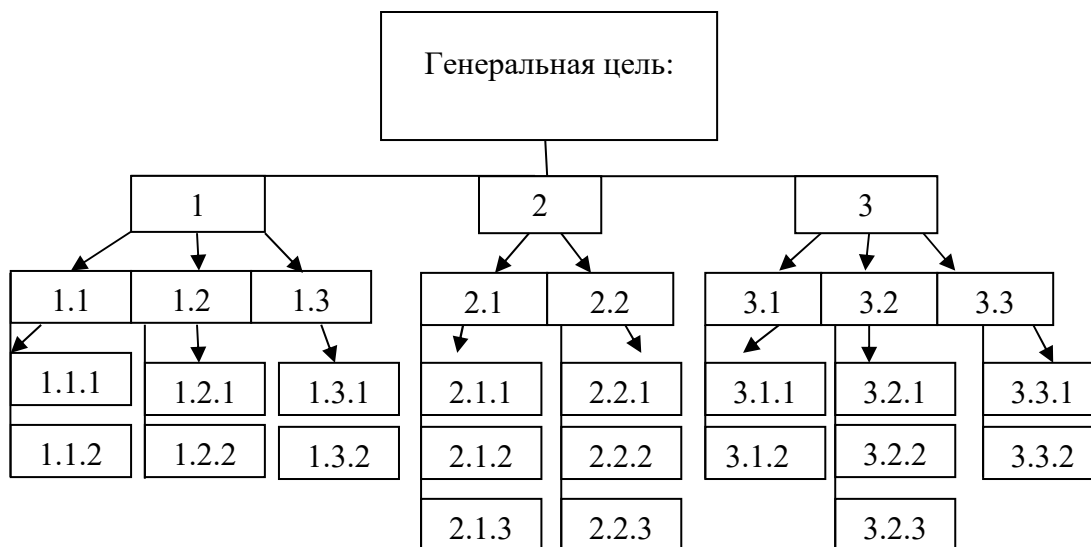


Рисунок 1 – «Дерево целей» исследования психолого-педагогической коррекции страхов детей 5-6 лет

Генеральная цель – теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность модели психолого-педагогической коррекции страхов детей 5-6 лет.

Генеральная цель реализуется через достижение целей нижележащего порядка.

1. Изучить теоретические предпосылки исследования психолого-педагогической коррекции страхов детей 5-6 лет.

1.1. Проанализировать понятие «страх» в психолого-педагогической литературе.

1.1.1. Изучить понятие «страх».

1.1.2. Охарактеризовать классификации страхов.

1.2. Выявить особенности страхов у детей 5-6 лет.

1.2.1. Определить возрастные особенности детей 5-6 лет.

1.2.2. Рассмотреть средство предупреждения развития страхов детей 5-6 лет.

1.3. Разработать модель психолого-педагогической коррекции страхов детей 5-6 лет.

1.3.1. Разработать «дерево целей» психолого-педагогической коррекции страхов детей 5-6 лет.

1.3.2. Обозначить основные принципы построения психолого-педагогической программы коррекции.

2. Организовать исследование психолого-педагогической коррекции страхов детей 5-6 лет.

2.1. Определить этапы, методы и методики исследования.

2.1.1. Спланировать этапы исследования.

2.1.2. Выбрать методы исследования.

2.1.3. Подобрать методики исследования.

2.2. Охарактеризовать выборку и проанализировать результаты констатирующего эксперимента.

2.2.1. Определить и охарактеризовать выборку исследования.

2.2.2. Проведение констатирующего эксперимента.

2.2.3. Провести анализ результатов диагностического исследования.

3. Провести опытно-экспериментальное исследование психолого-педагогической коррекции страхов детей 5-6 лет.

3.1. Разработать и реализовать программу психолого-педагогической коррекции страхов у детей 5-6 лет.

3.1.1. Определить цели, задачи и этапы коррекционной работы.

3.1.2. Разработать и реализовать программу психолого-педагогической коррекции.

3.2. Проанализировать результаты формирующего эксперимента.

3.2.1. Провести диагностическое исследование страхов детей 5-6 лет после реализации программы психолого-педагогической коррекции.

3.2.2. Провести сравнение результатов диагностики до и после проведения коррекционной работы.

3.2.3. Проанализировать результаты эффективности психолого-педагогической программы коррекции страхов детей 5-6 лет.

3.3. Составить рекомендации по коррекции педагогам и родителям по преодолению страхов.

3.3.1. Разработать рекомендации родителям.

3.3.2. Разработать рекомендации педагогам.

Затем опираясь на составление нами «дерево целей» разработаем модель психолого-педагогической коррекции страхов у детей 5-6 лет, которая предполагает снижение уровня страхов у детей 5-6 лет. Коррекция предполагает процесс в несколько этапов такие как: определение цели коррекции, выбор методов и методик констатирующего эксперимента, проведение психодиагностики, обработка и анализ результатов, реализации программы психолого-педагогической коррекции, разработка рекомендаций педагогам и родителям.

На рисунке 2 предоставляем модель психолого-педагогической коррекции страхов детей 5-6 лет: блоки, цели, методы и формы работы.

Подробнее рассмотрим каждый блок.

Теоретический блок модели направлен на обобщение опыта исследования страхов детей 5-6 лет в психолого-педагогической литературе. Было изучено понятие «страх», определены особенности страхов детей 5-6 лет. Составлена модель психолого-педагогической коррекции страхов детей 5-6 лет.

Диагностический блок направлен на определение уровня страхов у детей дошкольного возраста 5-6 лет с проведением констатирующего эксперимента. Используются такие методики как: «Паровозик» С.В. Велиевой, «Страхи в домиках» А.И. Захарова и М.А. Панфиловой, «Нарисуй свой страх» А.И. Захарова. По результатам исследования выявлены дети с высоким уровнем страха.



Рисунок 2 – Модель исследования психолого-педагогической коррекции страхов детей 5-6 лет

Коррекционный блок включает разработку и внедрение программы психолого-педагогической коррекции страхов у детей 5-6 лет с помощью упражнений, игр, релаксаций.

Аналитический блок повторное измерение проводится для оценки уровня страхов у детей 5-6 лет. Для того, чтобы можно было увидеть динамику коррекции и определить, какие процессы были наиболее эффективными, анализируем причины, используя метод математической статистики Т-критерия Вилкоксона. После составляем психолого-педагогические рекомендации педагогам и родителям для снижения уровня страхов детей 5-6 лет.

Таким образом, для проведения программы психолого-педагогической коррекции детей с определенным уровнем страха применялся метод построения «дерево целей». Дерево целей представляет собой структурированные программные цели на основе уровней, в которых выделена общая цель («вершина дерева»); подчиненные подцели следующих уровней («ветви дерева») являются подчиненными. Была построена модель психолого-педагогической коррекции страхов детей 5-6 лет в условиях образовательного учреждения, которые состоят из целевого, теоретического, диагностического, коррекционного и аналитического блоков.

Вывод по 1 главе

Проблемой изучения и коррекции страхов детей дошкольного возраста занимались как зарубежные, так и отечественные ученые.

Зарубежные: П. Поппер, Й. Раншбург, Д. Селли, З. Фрейд, А. Фрейд, С. Холл, К. Хорни, Г. Эмберлейн. Отечественные ученые: В.А. Ананьев, Л.С. Акопян, В.М. Астапов, Г.М. Бреслав, Н.Г. Вологодина, А.И. Захаров, Б.Д. Карвасарский, В.Р. Кисловская, В.В. Кочубей, В.В. Лебединский, В.Л. Леви, Ю.М. Миланич, В.М. Минаева, Е.В. Новикова, Р.В. Овчарова,

Е.И. Рогов, А.С. Спиваковская, Г.А. Урунтаева, М.И. Чистякова, И.Г. Швец.

Страх – аффективно чувственная эмоция, возникающая в условиях упреждающей угрозы. Следует также отметить различия в классификации страхов разными авторами, в то время как классификация страхов А.И. Захарова считается наиболее полной: 1) природные, социальные, ситуативные, личностные; 2) по степени реальности – реальные и воображаемые; 3) по степени интенсивности – острые и хронические.

В возрасте 5-6 лет ребенок приобретает навыки активного изучения окружающего мира, взрослые должны развивать у него свободу движения, поощрять игры. При правильном отношении у ребенка развивается инициатива. Главная опасность – появление у ребенка чувства вины за совершенные им действия. Психические изменения у детей 5-6 лет закладывают основу для дальнейшего формирования личности, поэтому к взрослым, образующим тесный круг общения (родители, воспитатели, родственники и т.д.), детям следует относиться с пониманием. Кроме того, взрослые должны предотвращать возникновение ситуаций, которые могут напугать ребенка, тем самым нарушая процесс нормального развития детей.

Психолого-педагогическая коррекция – это форма совместной профессиональной деятельности педагога, психолога и родителей, основанная на системе психологических воздействий с целью исправления нарушений психического развития ребенка с опорой на знание возрастной, социокультурной и индивидуальной норм развития. Составлено дерево целей, которое определяет генеральную цель. Разработана модель психолого-педагогической коррекции, в которой представлены блоки: теоретический, диагностический, коррекционный, аналитический.

ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ СТРАХОВ ДЕТЕЙ 5-6 ЛЕТ

2.1 Этапы, методы и методики исследования

Исследование страхов у детей 5-6 лет проводилось в 3 этапа:

1. Поисково-подготовительный: теоретическое изучение психолого-педагогической литературы, подбор методик для проведения констатирующего эксперимента. На этом этапе было проведено изучение литературы по проблеме страхов, особенностей изучения страхов у детей 5-6 лет. Затем мы сформировали «Дерево целей» нашего исследования и построили модель психолого-педагогической коррекции страхов детей 5-6 лет.

2. Опытно-экспериментальный: проведение констатирующего и формирующего эксперимента, обработка результатов. Была проведена психодиагностика испытуемых по трем методикам (методика «Паровозик» (С.В. Велиева), методика «Страхи в домиках» (А.И. Захарова и М.А. Панфилова), методика «Нарисуй свой страх» А.И. Захаров. Разработана и реализована психолого-педагогическая программа коррекции страхов детей 5-6 лет.

3. Контрольно-обобщающий: проведена повторная диагностика, анализ и обобщение полученных результатов исследования, их интерпретация, составление рекомендаций по коррекции страхов у детей 5-6 лет. Гипотеза исследования была проверена методами математической статистики Вилкоксона.

Методы и методики исследования:

1. Теоретические: анализ литературы, синтез обобщение, целеполагание, моделирование, конкретизация.

2. Эмпирические: констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, тестирование.

3. Психодиагностические:

- Методика «Паровозик» С.В. Велиевой;
- Методика «Страхи в домиках» А.И. Захарова и М.А.Панфиловой;

- Методика «Нарисуй свой страх» А.И. Захарова.

4. Методы математической статистики: Т-критерий Вилкоксона.

Охарактеризуем далее использованные методы и методики исследования.

Анализ литературы – это метод научного исследования, предполагающий операцию мысленного или реального расчленения целого (вещи, свойства, процесса или отношения между предметами) на составные части, выполняемая в процессе познания или предметно-практической деятельности человека [43, с. 20].

Синтез – это метод, представляющий собой совокупность сложных сторон, элементов, свойств, взаимосвязей исследуемого объекта в результате анализа, а также изучения объекта в целом [48, с. 76].

Обобщение – метод, который включает переход на более высокую степень выявления общих признаков (отношений, свойств, тенденций развития), обуславливающий появлению новых научных понятий [33, с. 21].

Целеполагание – постановка и достижение целей, практическое понимание их деятельности [32, с. 60].

Моделирование – начальное создание и исследование моделей объектов, явлений или процессов, реально существующих для выяснения данных явлений, а также для предсказания явлений, представляющих интерес для исследователя.

Конкретизация (от лат. *concretus* – сгущённый, сложившийся) – включение изучаемого явления (понятия, события и т.п.) в многообразие действительных связей и отношений; один из приёмов познания. Конкретизация в единстве с абстракцией даёт обобщённое знание и позволяет увидеть за общими положениями конкретные факты, а

конкретные факты понять как единичные проявления их общего основания, которые лишь в этих частных фактах находят своё выражение. Конкретизация осуществляется в чувственно-наглядной или словесной форме. Наглядными средствами конкретизации выступают таблицы, предметы и др.; словесно-отвлечённая форма конкретизации осуществляется путём пояснений. В обучении конкретизация чаще используется при разьяснении нового материала. Применение различных форм и средств конкретизации в процессе обучения зависит от характера изучаемого материала. Вместе с абстракцией и обобщением конкретизация – необходимое условие формирования теоретического мышления учащихся.

Эксперимент – центральный эмпирический метод научного исследования, получивший широкое распространение в педагогической психологии [18].

Различают констатирующий и формирующий эксперимент.

Констатирующий эксперимент – разновидность естественного эксперимента, отличительная особенность которого состоит в том, что психические явления (составляющие предмет изучения) не только вызываются, но и формируются (создаются) в условиях опыта [40, с. 160].

Формирующий эксперимент это применяемый в возрастной и педагогической психологии метод прослеживания изменения психики ребёнка в процессе активного воздействия исследователя на испытуемого. Эксперимент формирующий позволяет не ограничиваться регистрацией выявляемых фактов, а через создание специальных ситуаций раскрывать закономерности, механизмы, динамику, тенденции психического развития становления личности, определяя возможности оптимизации этого процесса [30, с.245].

Теоретический анализ и обобщение литературы предполагает поиск литературных источников, который осуществлялся в библиотеках, анализировались материалы журналов, сборники научных трудов, другие

научные и научно-методические издания, кроме того, использовались ресурсы Интернет [48, с. 88].

Тестирование – метод психодиагностики, использующий стандартизованные вопросы и задачи – тесты, имеющие определенную шкалу значений. Применяется для стандартизованного измерения различий индивидуальных. Позволяет с известной вероятностью определить актуальный уровень развития у индивида нужных навыков, знаний, личностных характеристик [48, с. 22].

Методики исследования:

1. Методика «Паровозик» С.В. Велиевой (Приложение 1).

Цель: диагностика эмоционального состояния детей 5-6 лет.

Применяется с детьми с 2,5 лет. В данной методике ребенку предлагаются различные вагончики разных определенных цветов: красный, синий, зеленый, черный, фиолетовый, коричневый, серый, желтый. Белый вагон является ведущий всех цветных вагончиков. Ребенок должен расставить вагончики исходя из своих предпочтений, ему предлагается поставить сначала самый красивый вагончик, потом красивый вагон из остальных вагонов и так далее. От того, на каких позициях стоят вагоны, зависит эмоциональное состояние ребенка. При помощи этого, выясняется уровень эмоционального состояния ребенка.

2. Методика «Страхи в домиках» А.И. Захарова и М.А. Панфиловой (Приложение 1).

Цель: выявить преобладающие типы страхов 5-6 лет.

Она направлена для диагностики детей старше 3-х лет. Прежде чем помочь детям в преодолении страхов, необходимо выяснить, весь спектр страхов и каким конкретно страхам они подвержены. Методика имеет преимущество в том, что не требует рисования, если ребенок еще не умеет хорошо рисовать. Ребенку представляются два домика, в одной из которых «живут» страшные страхи, и нестрашные страхи. Предоставляются различные виды страхов (страх смерти, уколов, болезней) эти страхи

ребенок расселяет по домам, и на основе того, сколько страхов выбрал ребенок, выясняется невротическое состояние ребенка. При этом учитывается тот факт, что к какому-то определенному возрасту, преобладает больше страхов, или тот или иной вид страха преобладает больше в одном возрасте, другой страх, в другом возрасте, а также количество страхов разнится по гендерным особенностям.

3. Методика «Нарисуй свой страх» А.И. Захаров (Приложение 1).

Цель: определение уровня страхов у детей 5-6 лет.

Ход: перед каждым ребенком кладется лист бумаги и цветные карандаши.

После предварительной беседы, актуализирующей воспоминания ребенка о том, что его пугает, ему предлагают лист бумаги и цветные карандаши. В процессе анализа обращается внимание на то, что ребенок нарисовал, а также на цвета, использовавшиеся им в процессе рисования. По окончании рисования ребенка просят рассказать о том, что он изобразил, т. е. вербализовать свой страх. Ребенок может спросить у взрослого, как нарисовать страх. Подсказать можно, но в самых общих чертах – так, чтобы на визуальное воплощение детской фантазии не повлиял субъективизм взрослого. К примеру, если ребенок спрашивает, как нарисовать Бабу Ягу, следует ответить: «Нарисуй ее так, как ты видишь!» «А как я ее вижу? – Может спросить ребенок. – Какое у нее лицо, нос?» Отвечайте приблизительно так: «Нарисуй большой нос крючком и большие зубы». Взрослый, таким образом, не навязывает ребенку свое представление, а только подталкивает его к тому, чтобы его собственное представление образа более четко отразилось в сознании.

T-критерий Вилкоксона – данный критерий используется в разных двух условиях на одной и той же выборке.

Суть метода заключается в сравнении выраженности сдвигов в ту или иную сторону с абсолютной величиной. Абсолютные значения сдвигов ранжируются, а затем ранги суммируются. Если положительные и

отрицательные сдвиги происходят случайным образом, то сумма строк абсолютных значений примерно равна. Если сдвиг в одном направлении увеличивается, то сумма абсолютных значений сдвигов в другом направлении будет меньше. Типичный сдвиг, рассмотрим сдвиг в часто встречающемся направлении, нетипичное направление в редко встречающемся направлении.

Таким образом, для достижения поставленной цели, исследование страхов у детей 5-6 лет проходило в три этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный, контрольно-обобщающий. Для решения поставленных задач были применены методы (теоретические: анализ литературы, синтез конкретизация, обобщение, целеполагание и моделирование; эмпирические: констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, тестирование). Был выбран метод математической статистики Т-критерий Вилкоксона. Была проведена психодиагностика испытуемых по трем методикам: методика «Паровозик» (С.В. Велиева), методика «Страхи в домиках» (А.И. Захарова и М.А. Панфилова), методика («Нарисуй свой страх» А.И. Захаров).

2.2 Характеристика выборки и анализ результатов эксперимента

Эмпирическое исследование проводилось на базе МАОУ «СОШ №14 г. Челябинска» ДО. В исследовании принимали участие 26 дошкольников 5-6 лет, обучающихся в старшей группе. Среди испытуемых 15 девочек и 11 мальчиков.

Большинство детей активно общаются друг с другом. Конфликты возникают не часто, решаются с помощью воспитателя. На занятиях в целом ведут себя спокойно, заинтересованы в обучении. Развитие детей в группе соответствует возрасту. В группе присутствуют как лидеры, так и отверженные. В целом, коллектив сплоченный, но в свободное от занятий и игр время девочки и мальчики разбиваются на разные группы.

Для оценки страхов у детей 5-6 лет было проведено исследование по методике «Паровозик» С.В. Велиева. Результаты исследования представлены в Таблице 1 (ПРИЛОЖЕНИЕ 2), и на рисунке 3.

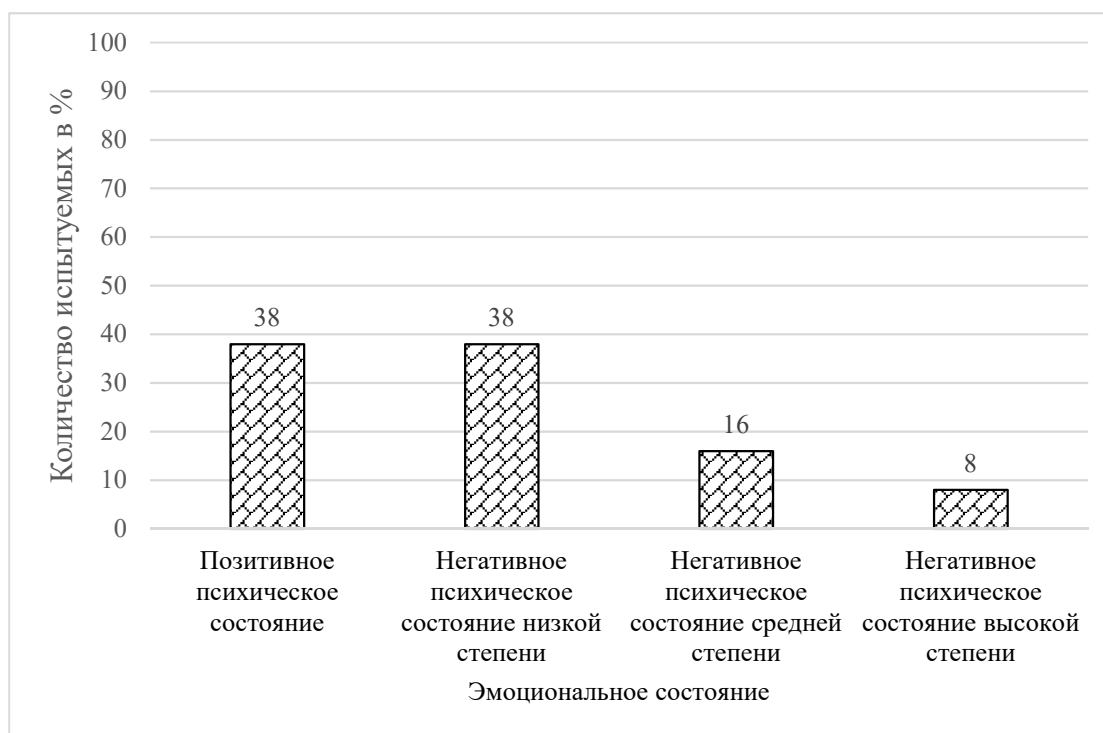


Рисунок 3 – Результаты исследования страхов у детей 5-6 лет по методике «Паровозик» С.В. Велieвой

Из полученных результатов мы видим, что у 38 % (10 чел.) испытуемых психическое состояние оценивается, как позитивное. Характеристика деятельности психики за определенный отрезок времени, отличающаяся слабовыраженными по интенсивности и положительными по знаку эмоциями, это позитивное оценочное отношение к внешним обстоятельствам, внутренним стимулам и субъективным переживаниям человека.

У 62 % (16 чел.) имеют негативное психическое состояние разной степени.

38 % (10 чел.) имеют негативное психическое состояние низкой степени. Данные результаты характерны для детей, которые черный, серый или коричневый вагончик поставили на первую позицию; синий – на седьмую; красный, желтый, зеленый – на восьмую позицию.

Эмоциональное состояние характеризуется нормальным настроением, удовлетворительным поведением в привычной социальной среде.

У 16 % (4 чел.) мы выявили негативное психическое состояние средней степени. В данном случаи ребенок поставил вагончик фиолетового цвета на первую позицию; черный, серый, коричневый – на вторую; красный, желтый, зеленый – на седьмую, синий – на восьмую. Эмоциональное состояние характеризуется нерешительностью, малоактивностью.

Также у 8 % (2 чел.) мы определили негативное психическое состояние высокой степени. Ребенок поставил вагончик фиолетового цвета на вторую позицию; черный, серый, коричневый – на третью; красный, желтый, зеленый – на шестую. Эмоциональное состояние характеризуется излишней напряжённостью, скованностью.

Для того чтобы исследовать преобладающий вид и уровень страха детей 5-6- лет, использовалась методика «Страхи в домиках» (А.И. Захаров, М.А. Панфилова). В ходе обработки данных были получены результаты, которые представлены в Таблице 2 (ПРИЛОЖЕНИЕ 2), и на рисунке 4.

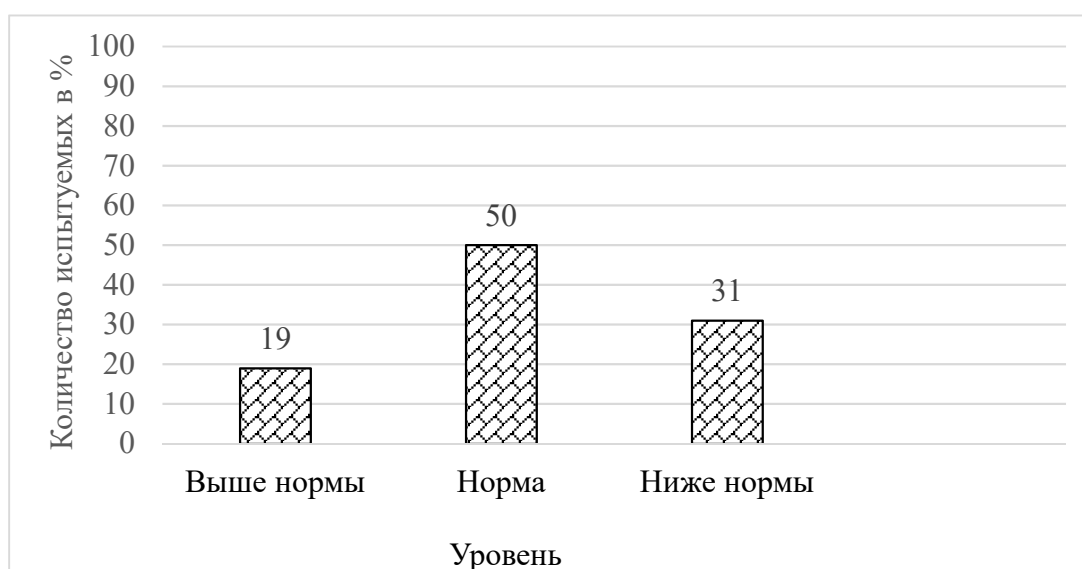


Рисунок 4 – Результаты исследования страхов у детей 5-6 лет по методику «Страхи в домиках» А.И. Захарова, М.А. Панфиловой

С помощью данной методики было выявлено, что у 19 % (5 чел.) уровень развития страхов выше нормы, который выражается в таких особенностях, тревожность, беспокойство, напряженность, пугливость, недоверие к окружающим. Дети указали более 9 страхов (темноты, боли, наказания, уколов, врачей и т.д.).

Норма страхов проявляются у 50 % (13 чел.) тестируемых. Данный уровень предполагает достаточную общительность, не напряженность, быстроту ответов на вопросы. Дети указали не более 9 страхов.

Ниже нормы переживания страхов имеют 31 % (8 чел.) испытуемых. Данный уровень характеризуется наименьшей тревожностью, уверенностью в себе, общительностью, преобладанием хорошего настроения, быстротой ответов на вопросы. Испытуемые отметили менее 6-7 страхов.

Для определения уровней страхов была применена методика «Нарисуй свой страх» А.И. Захаров. Результаты представлены в Таблице 3 (ПРИЛОЖЕНИЕ 2), и на рисунке 5.

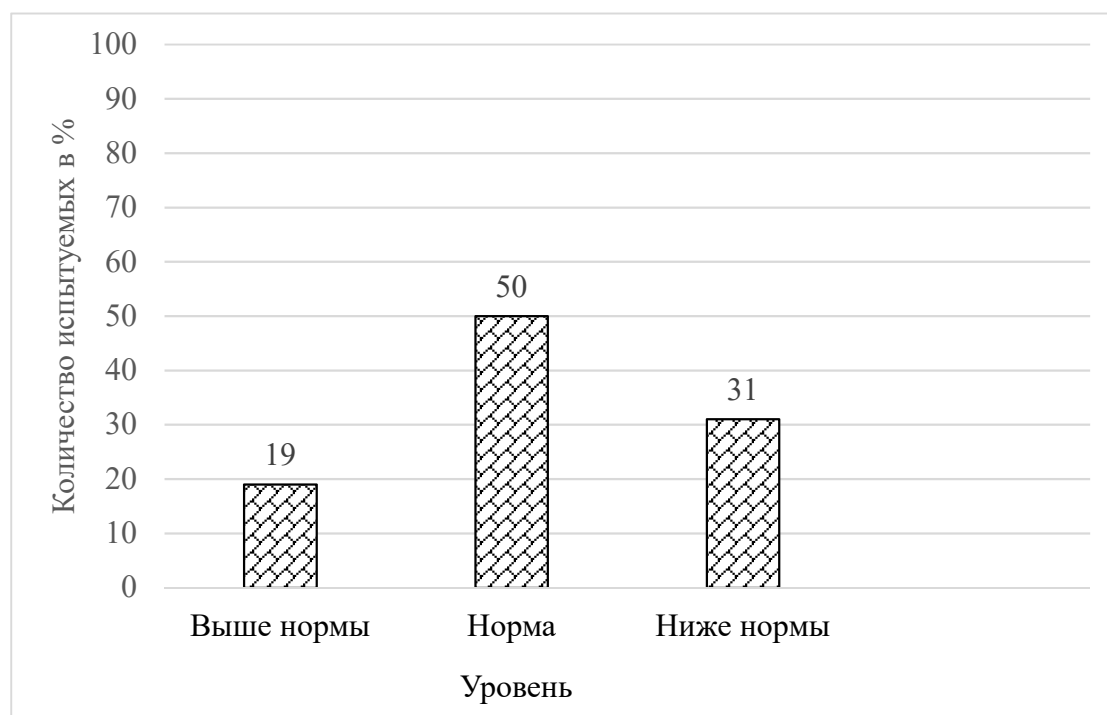


Рисунок 5 – Результаты исследования уровня страхов у детей 5-6 лет по методике «Нарисуй свой страх» А.И. Захарова

Высокий уровень страха – 19 % (5 чел.) испытуемых. Дети характеризуются неуверенностью в себе, нерешительностью, недоверчивостью к окружающим, присутствием агрессия и подозрительности.

Средний уровень страха – 50 % (13 чел.) дошкольников. Дети характеризуются общительностью, адекватным настроем, уверенностью в себе.

Низкий уровень страха – 31 % (8 чел.) детей. Респонденты характеризуются достаточной уверенностью в себе, общительностью, преобладанием повышенного настроения.

Результаты диагностики страхов у дошкольников 5-6 лет были обобщены.

Обобщенные результаты исследования представлены в Таблице 4 (ПРИЛОЖЕНИЕ 2), и на рисунке 6.

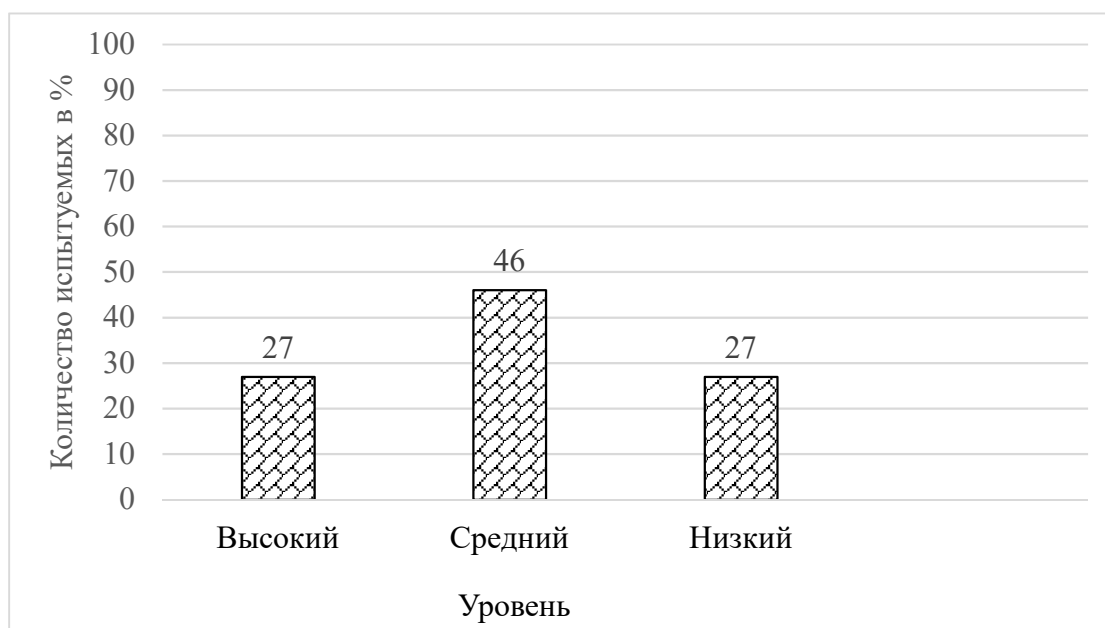


Рисунок 6 – Обобщённые результаты диагностики страхов детей 5-6 лет

По обобщённым результатам диагностик, высокий уровень страхов был выявлен у 27 % (7 чел.), средний уровень страхов у 46 % (12 чел.), низкий уровень страхов у 27 % (7 чел.). Общее количество испытуемых с

высоким и средним уровнем страхов – 73 % (19 чел.). Эти дети примут участие в программе психолого-педагогической коррекции страхов.

Таким образом, была проведена психодиагностика испытуемых по трем методикам: методика «Паровозик» (С.В. Велиева), методика «Страхи в домиках» (А.И. Захарова и М.А. Панфилова), методика «Нарисуй свой страх» (А.И. Захаров). Результаты данных методик свидетельствуют о необходимости проведения программы психолого-педагогической коррекции страхов. В программе психолого-педагогической коррекции страхов будут принимать участие 19 детей в возрасте 5-6 лет с высоким и средним уровнем страхов.

Вывод по 2 главе

Для достижения поставленной цели, исследование психолого-педагогической коррекции страхов у детей 5-6 лет проходило в три этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный, контрольно-обобщающий.

Для решения поставленных задач были применены следующие методы: теоретические (анализ литературы, синтез конкретизация, обобщение, целеполагание, моделирование), эмпирические (констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, тестирование), психодиагностические (методика «Паровозик» С.В. Велиевой, методика «Страхи в домиках», А.И. Захарова и М.А. Панфиловой, методика «Нарисуй свой страх» А.И. Захарова), математико-статистического метода (Т-критерий Вилкоксона).

Эмпирическое исследование проводилось на базе МАОУ «СОШ №14 г. Челябинска» ДО. В исследовании принимали участие 26 детей 5-6 лет из них 15 девочек и 11 мальчиков.

Из полученных результатов методике «Паровозик» С.В. Велиевой, видим, что почти у 38 % (10 чел.) психическое состояние оценивается, как позитивное, у 38 % (10 чел.) имеют негативное психическое состояние

низкой степени, у 16 % (4 чел.) выявлено негативное психическое состояние средней степени, у 8 % (2 чел.) определено негативное психическое состояние высокой степени.

С помощью методики «Страхи в домиках» А.И. Захарова, М.А. Панфиловой у детей 5-6 лет было выявлено, что 19 % (5 чел.) уровень развития страхов выше нормы. Средний уровень страхов испытывают - 50 % (13 чел.) тестируемых. Ниже нормы переживания страхов имеют 31 % (8 чел.) испытуемых.

По итогам исследования данной методики «Нарисуй свой страх» А.И. Захарова, было установлено, что у испытуемых с высоким уровнем страха – 19 % (5 чел.), средний уровень страха – 50 % (13 чел.), низкий уровень страха – 31 % (8 чел.).

Результаты данных методик свидетельствуют о необходимости проведения программы психолого-педагогической коррекции страхов. В программе психолого-педагогической коррекции страхов будут принимать участие 19 детей в возрасте 5-6 лет с высоким и средним уровнем страхов.

ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ СТРАХОВ ДЕТЕЙ 5-6 ЛЕТ

3.1 Программа психолого-педагогической коррекции страхов детей 5-6 лет

Дети с выраженными страхами очень чувствительны к своим неудачам, они очень остро реагируют на них. Дети с нормированным уровнем страхов сообразно реагирует на результат и неудачу своей деятельности. Ребенок, не испытывающий тревоги и беспокойства, будет значительно меньше зависеть от других людей, от их расположения и заботы, что будет способствовать его эмоциональному состоянию здоровья. Опираясь на данную проблему, была выбрана программа на снижение страхов у детей 5-6 лет.

Методологическую основу программы составили теоретические труды и практические разработки Агафоновой И.Н., Панфиловой М.А., Чистяковой М.И., Хухлаевой О.В. [29; 42; 67].

Цель программы: психолого-педагогическая коррекция страхов детей 5-6 лет.

Задачи:

1. Снижение уровня страхов и эмоционально-негативных переживаний у детей в возрасте 5-6 лет.
2. Развитие саморегуляции.
3. Обучение детей дошкольного возраста игровому проигрыванию своих переживаний.

При осуществлении коррекционных воздействий необходимо руководствоваться следующими принципами:

1. Принцип системности корректирующих, профилактических и развивающих задач. Данный принцип является ведущим и подразумевает

взаимосвязь различных сторон личности ребенка и их неравномерность развития [24, с. 150].

2. Принцип единства возрастного и индивидуального в развитии. Подразумевает осуществление индивидуального подхода к ребенку в контексте его возрастного и психического развития [4, с. 65].

3. Принцип коррекции «сверху вниз». Данный принцип, выдвинутый Л.С. Выготским, определяет направленность коррекционной работы. В центре внимания психолога стоит завтрашний день развития, а основным содержанием коррекционной деятельности является создание «зоны ближайшего развития» для ребенка.

4. Принцип единства диагностики и коррекции развития. Принцип заключается в том, что задачи коррекционной работы могут быть поняты и поставлены только на основе полной диагностики и оценки ближайшего вероятностного прогноза развития, который определяется исходя из зоны ближайшего развития ребенка.

5. Деятельностный принцип осуществления коррекции. Этот принцип определяет выбор средств, путей и способов достижения поставленной цели. Деятельностный принцип основан на признании того, что именно активная деятельность самого ребенка является движущей силой развития. Этот принцип предполагает проведение психолого-педагогической коррекционной работы через организацию соответствующих видов деятельности ребенка в сотрудничестве со взрослым [4, с. 66].

Критерии эффективности программы: снижение негативного психического состояния и уровня страхов по результатам диагностики по методикам «Паровозик», «Страхи в домиках», «Нарисуй свой страх».

Методы и техники, используемые в программе:

1. Релаксация (снятие своего духовного напряжения, расслабление тела).

2. Концентрация (сфокусировать свои эмоциональные сферы и телесные ощущения на определенные чувства и переживания в дальнейшей работе).

3. Функциональная музыка (снижает эмоциональное напряжение при успокаивающей музыке).

4. Игротерапия (используется для того, чтобы помочь ребенку преодолеть психологические и социальные проблемы и снижает уровень страха).

5. Телесная терапия (помогает понизить мышечные зажимы, напряжения и беспокойство).

6. Арт-терапия (гармонизация развития личности через развитие самовыражения и самопознания).

Организационно-методические требования к проведению занятий:

Данная программа предназначена для детей старшего дошкольного возраста с выраженными страхами. Численность группы 19 человек в возрасте 5-6 лет. Программа рассчитана на 10 групповых занятий, которые проводятся 2 раза в неделю по 40 минут. Для реализации программы необходимо отдельное помещение с хорошим освещением, партами и стульями для детей.

Структура занятия:

Вводная часть: создать и выполнить положительный настрой на работу, вызвать интерес и внимание к занятию, снять мышечные и психологические зажимы

Основная часть: работа в соответствии с целями и задачами программы, активизация детей на работу в группе, получение и закрепление позитивных способов преодоления страхов, получение новых и положительных знаний о себе и окружающих.

Заключительная часть: упражнения на эмоциональное и физическое расслабление, закрепление полученных результатов, дается оценка самому себе и группе.

Ритуал приветствия – 2 минуты.

Разминка – 10 минут.

Коррекционно-развивающий этап – 20 минут.

Подведение итогов – 6 минут.

Ритуал прощания – 2 минуты.

Содержание программы:

Занятие 1. «Я и мое приветствие»

Цель: создание позитивного настроения в группе.

1. Упражнение, «Какое оно утро»

Цель: приветствие детей друг с другом

2. Упражнение «Росточек под солнцем»

Цель: повышение эмоционального настроения.

3. Упражнение «Лягушки и болото»

Цель: развивать умение работать в команде.

4. Упражнение «Художники – натуралисты»

Цель: формирование сплочения детей.

5. Упражнение «Качели»

Цель: эмоциональное и мышечное расслабление.

6. Упражнение «Горячие ладошки»

Дети встают по кругу и, касаясь ладошками, друг друга, говорят, что они чувствуют. Подведение итогов занятия. Ритуал прощания.

Занятие 2. «Не страшен нам паук»

Цель: преодоление негативных переживаний.

1. Упражнение «Росточек под солнцем»

Цель: повышение эмоционального настроения.

2. Упражнение «Расскажи свой страх»

Цель: формирование доверительных отношений

3. Рисование на тему «Когда я был маленьким..»

Цель: визуализация страхов

4. Упражнение «Чужие рисунки»

Цель: развитие навыков оценки поведения других детей.

5. Упражнение «Горячие ладошки»

Дети встают по кругу и, касаясь ладошками, друг друга, говорят, что они чувствуют. Подведение итогов занятия. Ритуал прощания.

Занятие 3. «Смелость города берет»

Цель: помогать развивать смелость.

1. Упражнение «Росточек под солнцем»

Цель: повышение эмоционального настроения.

2. Упражнение «Смелые ребята»

Цель: символическое уничтожение устрашающего образа

3. Арт-терапия по упражнению «Азбука страхов»

Цель: преодоление негативных переживаний.

4. «Круговая страшная сказка»

Цель: символическое уничтожение страхов.

5. Упражнение «Баба – Яга»

Цель: снижение эмоционального и мышечного напряжения.

6. Упражнение «Горячие ладошки»

Дети встают по кругу и, касаясь ладошками, друг друга, говорят, что они чувствуют. Подведение итогов занятия. Ритуал прощания.

Занятие 4. «У страха глаза велики»

Цель: Создать благоприятные условия для активизации детей.

1. Упражнение «Росточек под солнцем»

Цель: повышение эмоционального настроения.

2. Этюд «У страхов глаза велики»

– Ролевая игра «У страхов глаза велики»

– Игра – инсценировка «Волк и зайцы»

Цель: использование невербального общения, учить детей выражать свои эмоции и снижать свои страхи в игре.

3. Упражнение «Разговор с лесом»

Цель: развитие творческой фантазии.

4. Упражнение «Горячие ладошки»

Дети встают по кругу и, касаясь ладошками, друг друга, говорят, что они чувствуют. Подведение итогов занятия. Ритуал прощания.

Занятие 5. «Страх мой – Враг мой»

Цель: создание условий для преодоления у детей чувства страха.

1. Упражнение «Росточек под солнцем»

Цель: повышение эмоционального настроения.

2. Упражнение «Принц и принцесса»

Цель: развитие коммуникативных навыков.

3. Упражнение «Придумай веселый конец»

Цель: придание объектам страха несвойственных характеристик

4. Арт-терапия на тему «Волшебное зеркало»

Цель: способствование развитию эмпатии.

5. Упражнение «Горячие ладошки»

Дети встают по кругу и, касаясь ладошками, друг друга, говорят, что они чувствуют. Подведение итогов занятия. Ритуал прощания.

Занятие 6. «Смелый трусишка»

Цель: улучшать эмоциональное состояние через развитие художественного образа.

1. Упражнение «Росточек под солнцем»

Цель: повышение эмоционального настроения.

2. Упражнение «Неопределенные фигуры»

Цель: визуализация образа страхов.

3. Арт-терапия «Коллективная работа»

Цель: формирование сплочения детей.

4. Упражнение «Горячие ладошки»

Дети встают по кругу и, касаясь ладошками, друг друга, говорят, что они чувствуют. Подведение итогов занятия. Ритуал прощания.

Занятие 7. «Поединок двух страхов»

Цель: способствовать развитию смелости.

1. Упражнение «Росточек под солнцем»

Цель: повышение эмоционального настроения.

2.Этюды («Мяч в кругу», «Темнота», «В темной норе», «Ночные звуки», «Веселый цирк»)

Цель: преодоление страха темноты.

2.Арт-терапия «Рисование страхов»

Цель: снижение эмоционального напряжения.

3. Упражнение «Горячие ладошки»

Дети встают по кругу и, касаясь ладошками, друг друга, говорят, что они чувствуют. Подведение итогов занятия. Ритуал прощания.

Занятие 8. «Спокойной ночи»

Цель: уменьшение психомышечного напряжения.

1. Упражнение «Росточек под солнцем»

Цель: повышение эмоционального настроения.

2.Игра «Путаница»

Цель: развитие коммуникативных способностей.

3.Упражнение «Волшебники»

Цель: формирование доверительных отношений.

4.Упражнение «Волшебный сон»

Цель: снижение эмоционального напряжения.

5. Упражнение «Горячие ладошки»

Дети встают по кругу и, касаясь ладошками, друг друга, говорят, что они чувствуют. Подведение итогов занятия. Ритуал прощания.

Занятие 9. «Не страшно, а смешно»

Цель: формирование пути преодоления страха.

1. Упражнение «Росточек под солнцем»

Цель: повышение эмоционального настроения.

2. Упражнение «Неваляшка»

Цель: формирование доверительных отношений.

3. Упражнение «Закончи предложение»

Цель: учить выражать свои мысли.

4. Упражнение «Качели»

Цель: эмоциональное и мышечное расслабление.

5. Упражнение «Горячие ладошки»

Дети встают по кругу и, касаясь ладошками, друг друга, говорят, что они чувствуют. Подведение итогов занятия. Ритуал прощания.

Занятие 10. «Как побороть страх»

Цель: снижение отрицательных эмоций.

1. Упражнение «Росточек под солнцем»

Цель: повышение эмоционального настроения.

2. Игротерапия «Баба – Яга»

Цель: учить детей на примере сказочных персонажей различать характер эмоционального состояния.

3. Игротерапия «Комплименты»

Цель: учить выражать свои мысли.

4. Упражнение «Солнышко в ладошке»

Цель: развитие социального доверия.

5. Упражнение «Горячие ладошки»

Таким образом, программа направлена на психолого-педагогическую коррекцию страхов детей 5-6 лет, для преодоления страха и тревоги, снятия нервно-мышечного напряжения; формирования навыков выражения чувств, эмоций адекватной ситуации и понимания своего эмоционального состояния и окружающих, обучения навыкам самовыражения через творчество; формирования навыков коммуникации и конструктивного взаимодействия детей в группе.

3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования

После реализации программы нужно проанализировать выполненную нами работу, чтобы выявить ее эффективность, увидеть слабые и сильные стороны программы, динамику процесса коррекции и определить, по каким параметрам произошла коррекция, а в отношении каких показателей реализованная программа показалась менее эффективной.

Результаты диагностики по методике «Паровозик», до и после проведения программы психолого-педагогической коррекции представлены в Таблице 1 (ПРИЛОЖЕНИЕ 4), и на рисунке 7.

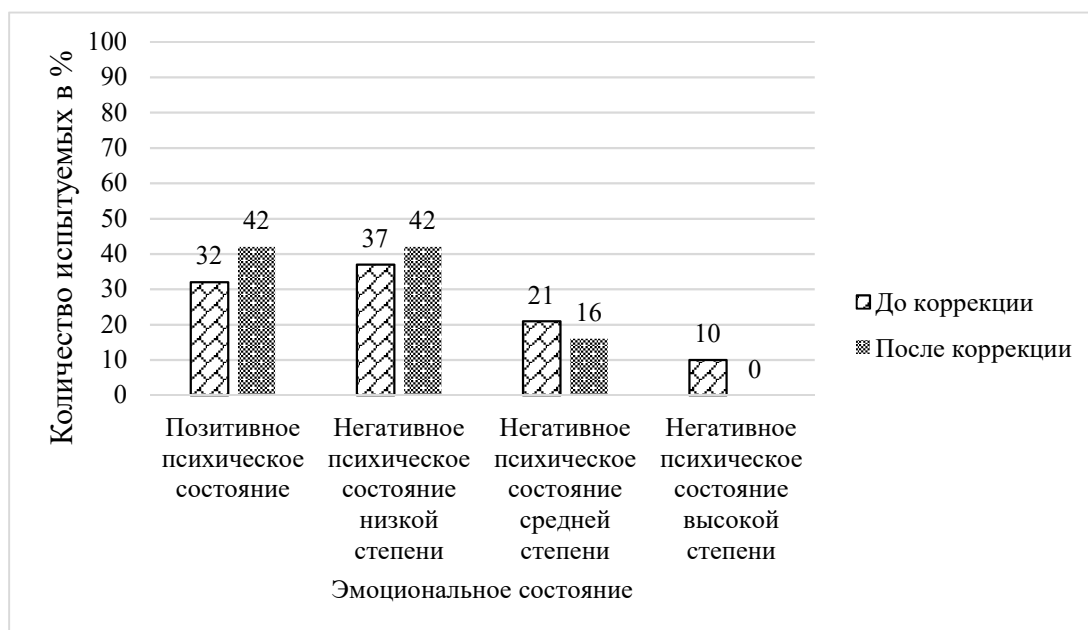


Рисунок 7 – Результаты исследования по методике «Паровозик» С.В. Велиевой до и после реализации программы

Число испытуемых с позитивным психическим состоянием до исследования было 32 % (6 детей) после выросло до 42 % (8 детей).

Негативное психическое состояние низкой степени до исследования было 37 % (7 детей), показатель изменился до 42 % (8 детей). Испытуемые располагали основные цвета на первых позициях.

Негативное психическое состояние средней степени до программы 21 % (4 ребенка) снизилась после проведение программы до 16 % (3 ребенка). Испытуемые выбирали дополнительные цвета в качестве основных.

Дети с негативным психическим состоянием высокой степени до исследования показывали результат 10 % (2 ребенка), после реализации программы все дети перешли в группу негативного психического состояния низкой степени, что подтверждает эффективность программы.

Результаты повторной диагностики по методике «Страхи в домиках» А.И. Захарова, М.А. Панфиловой до и после проведения коррекции представлены в Таблице 2 (ПРИЛОЖЕНИЕ 4), и на рисунке 8.



Рисунок 8 – Результаты исследования по методике «Страхи в домиках» А.И. Захарова, М.А. Панфиловой до и после реализации программы

После проведения программы психолого-педагогической коррекции был проведен повторный срез по методике «Страхи в домиках». По

результатам повторного среза мы получили следующие результаты, которые приведены в таблице 2 и на рисунке 8.

В первом случае у нас был получен результаты: выше нормы у 26 % (5 детей), уровень нормы у 53 % (10 детей), уровень ниже нормы у 21 % (4 ребенка).

После проведения программы были зафиксированы качественные изменения. Из числа испытуемых имеющих высокий уровень страхов 3 ребенка перешли в группу с средним показателем и один ребенок перешел в группу с низким уровнем показателя.

Из числа испытуемых имеющих средний уровень 7 участников получили как результат низкий уровень страхов, 3 ребенка остались на том же уровне.

Дети, которые проявляли беспокойство, стали проявлять наименьший страх. Повысился уровень общительности, уверенности в себе, преобладали хорошим настроением.

Результаты повторной диагностики по методике «Нарисуй свой страх» А.И. Захарова до и после проведения коррекции представлены в Таблице 3 (ПРИЛОЖЕНИЕ 4), и на рисунке 9.

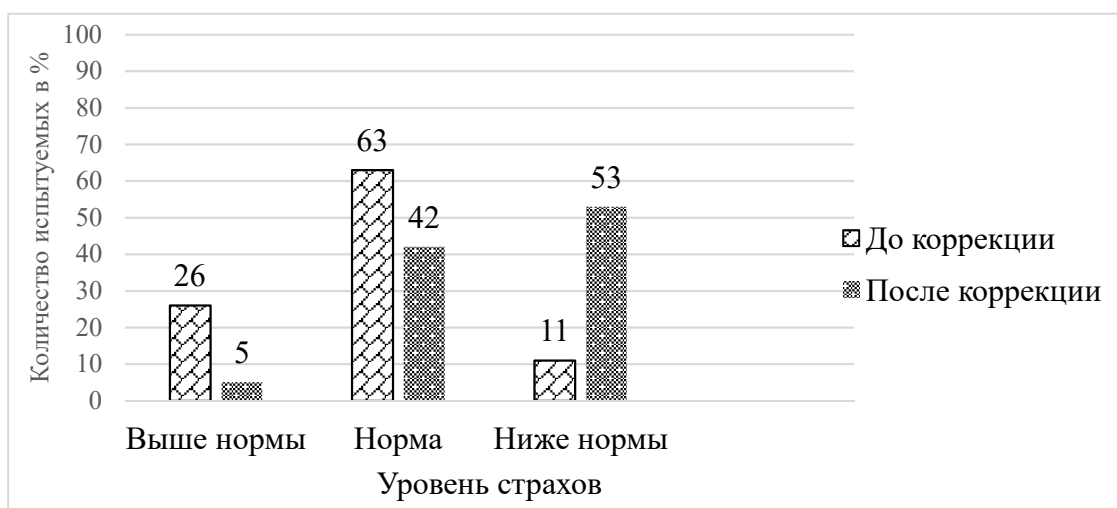


Рисунок 9 – Результаты исследования по методике «Нарисуй свой страх» А.И. Захарова до и после реализации программы

После проведения программы психолого-педагогической коррекции был проведен повторный срез по методике «Нарисуй свой страх» А.И.

Захаровой. Дети с высоким и средним уровнем перешли в группу с низким уровнем. По представленным данным, видны следующие изменения: число испытуемых с высоким уровнем снизилось до 5 % (1 ребенок). Средний уровень страха до программы был показатель 63 % (12 детей), после показал изменения до 42 % (8 детей) и с низким уровнем до исследования был показатель 11 % (2 ребенка) и после реализации программы результат возрос до 53 % (10 детей), что подтверждает эффективность программы.

В процессе проведения программы психолого-педагогической коррекции страхов детей 5-6 лет, дети научились свободно выражать свои эмоции, справляться со своими страхами, проявляли коммуникативность, находится в хорошем настроении, конструктивно взаимодействовали друг с другом и с взрослыми, что и повлияло на изменение результата при повторной диагностике.

Для проверки эффективности программы психолого-педагогической коррекции страхов детей 5-6 лет был выполнен расчет Т-критерия Вилкоксона для показателей методики «Страхи в домиках» А.И. Захарова, М.А. Панфиловой.

Сформулируем гипотезы:

H_0 : Интенсивность сдвигов в сторону уменьшения уровня страхов не превышает интенсивность сдвигов в сторону его увеличения.

H_1 : Интенсивность сдвигов в сторону уменьшения уровня страхов превышает интенсивность сдвигов в сторону его увеличения.

Расчет Т-критерия Вилкоксона предоставлен в Таблице 4, ПРИЛОЖЕНИЕ 4.

$$T_{\text{эмп}} = 0$$
$$T_{\text{кр}} \text{ для } n=16 \begin{cases} 23 (0,01) \\ 35 (0,05) \end{cases}$$

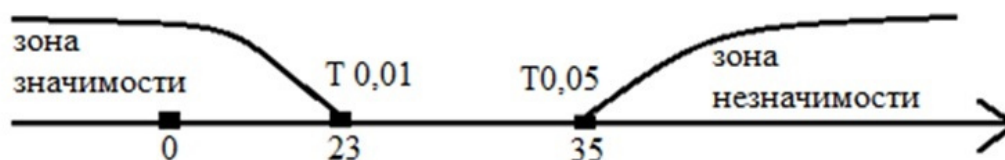


Рисунок 10 – Ось значимости

Полученное эмпирическое значение $T_{\text{эмп}}$ находится в зоне значимости, H_0 отвергается, принимается H_1 : интенсивность сдвигов в сторону уменьшения уровня страхов превышает интенсивность сдвигов в сторону его увеличения.

Таким образом, результаты опытно-экспериментального исследования свидетельствует о том, что после проведения программы психолого-педагогической коррекции страхов детей 5-6 лет наблюдается положительная динамика. Мы видим, что детей с высокими выраженными страхами стало меньше. Расчет критерия Т-критерия Вилкоксона доказывает что, гипотеза исследования, о том, что уровень страхов детей 5-6 лет, возможно, уменьшится, если разработать и реализовать модель, содержащую программу психолого-педагогической коррекции, верна.

3.3 Рекомендации родителям и педагогам по психолого-педагогической коррекции страхов детей 5-6 лет

Программа, которая проводилась с целью коррекции страхов старших дошкольников, будет полностью эффективной, если будет проведена дополнительная работа с важными для ребенка взрослыми: воспитателями и родителями. Опираясь на эмпирические данные в ходе исследования, были разработаны следующие рекомендации для педагогов и родителей дошкольников 5-6 лет.

Успешное воспитание дошкольника требует создания единой образовательной среды. Вот почему педагоги и родители должны работать вместе. Родители могут выступать в качестве помощников при занятиях с

детьми любым видом деятельности. Все стороны педагогического процесса выигрывают от совместной работы родителей и педагогов: родители активно участвуют в жизни детей, тем самым лучше понимая и формируя отношения; педагоги, взаимодействуя с родителями, узнают больше о ребенке, что позволяет им выбирать эффективные образовательные инструменты. Если смотреть со стороны, то ребенок это зеркало родителя [58]. Именно взаимоотношение может повлиять на страхи ребенка. Правильные рекомендации от педагога помогут родителям преодолеть страхи дошкольника.

1. Не стоит заниматься «закаливанием», т. е. если ребенок боится темноты и спать один, не запирайте его в комнате, «чтобы привыкал». Вы еще больше напугаете ребенка, но это самое меньшее, что может произойти. Последствия таких «закаливаний» печальны: неврозы, заикания, отклонения в развитии.

2. Не относитесь к страхам детей как к капризам, тем более нельзя ругать и наказывать детей за «трусость».

3. Не принижайте значение страха для самого ребенка, не игнорируйте его жалобы. Важно дать почувствовать ребенку, что вы его хорошо понимаете: объяснить ребенку, что «монстров» не существует, обычно невозможно.

4. Постоянно уверяйте ребенка, что он в полной безопасности, тем более, когда вы, родитель, рядом с ним. Ребенок должен верить вам.

5. Обсуждайте с ребенком его страхи. Главная задача родителей – понять, что именно беспокоит его и что явилось причиной страха.

6. Постарайтесь отвлекать ребенка. Например, когда у него началась паника, займите его игрой, наблюдением за чем-нибудь. Больше разговаривайте с ребенком.

7. Поддерживайте ребенка, но не идите на поводу. Например, если ребенок боится огня, можно не включать в его присутствии газовую плиту, такое потакание успокоит ребенка, но не избавит его от страха.

8. Не ругайте и не высмеиваете ребенка за проявления страха – он тем самым будет чувствовать себя не нужным, беспомощным и плохим, замкнется в себе.

9. Если ребенок хочет поделиться с вами, поговорите с ним. Страх уменьшается или даже исчезает, если есть с кем его разделить.

10. Включайте успокаивающую музыку или сказки для снижения эмоционального напряжения.

Рекомендации по преодолению страхов у детей 5-6 лет.

Проблема преодоления страхов разделяется на две подгруппы: проблему овладением эмоционального состояние, негативно влияющие как на общий психологический настрой ребенка, так и на его деятельность. На этой связи нами были сформулированы рекомендации для педагогов.

1. Создавайте в группе атмосферу максимально психологического комфорта.

2. Уважительно и с пониманием относитесь к чувствам каждого ребенка.

3. Не разрешайте детям смеяться над ребенком в тот момент, когда он испугался.

4. Поближе познакомьте ребенка с предметами, явлениями, которых он боится, дайте ему возможность убедиться, что ничего страшного в них нет.

5. Помогите овладеть приемами, позволяющими справиться со страхами. Обучайте детей умениям преодолевать страхи: читайте специально подобранные художественные произведения.

6. Беседуйте на заданную тему, при этом отмечайте, какие чувства вначале испытывал сказочный герой и как стал вести себя потом.

7. Проигрывайте этюды с элементами пугающих эмоции (радости, смелости, смеха, удивления).

8. Сочините сказочные истории на темы детских страхов, как герои преодолевают трудности и спасаются от опасностей и предложите их

проиграть (коррекционный эффект наиболее ощутим, если ребенок изображает пугающий его образ, а боящегося – сверстник или взрослый).

9. Используйте технику рисования «страшного образа» с последующим выполнением разнообразных действий с ним: предложите спрятать страх в волшебный мешок, выбросить в мусорное ведро, посадить под замок и так далее. Рисование ассоциируется с чувствами радости, веселья, радости, восхищения и гнева, но не страха и печали. Таким образом, рисование – это способ понимания способностей и окружающей действительности, моделирования отношений и выражения эмоций, в том числе негативных, отрицательных. В то же время ребенок должен рисовать самостоятельно, без помощи взрослых. Дело в том, что ему дают задание, организуют деятельность ребенка и мобилизуют его на преодоление своих страхов. Очень трудно начинать со страхов. Часто ребенку требуется несколько дней, чтобы решиться приступить к выполнению задания. Вот как вы можете преодолеть внутренний психологический барьер – страх страха. Решение рисовать означает вступить в прямой контакт со страхом, встретиться с ним лицом к лицу и удерживать его в нашей памяти целенаправленным, волевым усилием до тех пор, пока он не появится на рисунке. В то же время осознание условности изображения страха на рисунке помогает снизить его травматический оттенок. Интерес к рисованию постепенно гасит эмоцию страха, заменяя ее волевой концентрацией и удовлетворением от выполненной задачи. Кроме того, важно, чтобы ребенок делился с родителями своими страхами, тем самым избавляясь от них [47, с. 89].

10. Фантазируйте. Не у всех детей есть ярко выраженный страх. Бывают случаи, когда у ребенка преобладают неуверенность, необъяснимая тревога и подавленность эмоций. В таких случаях ребенка-невротика следует попросить закрыть глаза и пофантазировать на тему «как я представляю свой страх». Не просто представляйте, как он выглядит и какого он размера, но и как он пахнет, на что похож страх. Вы можете

предложить ребенку испытать этот страх и рассказать от его имени о своих чувствах, о том, почему этот страх пугает людей. Ребенок от имени страха рассказывает самому себе, кто он, как от него избавиться. Во время диалогов необходимо следить за изменением интонации ребенка, потому что именно здесь могут вспыхнуть важные воспоминания о его главных внутренних проблемах, с которыми ему придется работать в будущем.

Так же мы рекомендуем родителям и педагогам ознакомиться со следующей научно-популярной литературой, которая поможет детям, справиться со страхами:

1. Х. Хараштова «Я не боюсь темноты!» – книга с подвижными элементами. В ней простые и понятные примеры. Страшилки оказываются на самом деле добрыми и милыми. Ребёнок понимает, что не всё так страшно, как он себе придумал.

2. К. Чуковский «Краденое солнце» – всем известное стихотворение, где крокодил проглотил солнце, и вокруг стало темно. Благодаря стихотворному формату текст легко читается. Герои-животные нравятся детям, и вся ситуация кажется в итоге забавной.

3. Кир Булычев «Синдбад-мореход», А.С. Некрасов «Приключения капитана Врунгеля» – это приключенческие рассказы, сюжет которых можно проигрывать в ванной, море или реке.

4. Лиана Шнайдер «Конни у зубного врача». Книга расскажет всё в подробностях о приёме, манипуляциях, об инструментах, которые находятся в кабинете зубного врача.

5. К. Чуковский «Доктор Айболит» – всем известная с детства сказка, которая расскажет детям о том, чем же врачи занимаются, зачем нужны. Айболит – добрый, всегда спешащий на помощь, не оставит равнодушными малышей [58].

Таким образом, на основе проведенного эксперимента и полученных нами результатов были разработаны психолого-педагогические

рекомендации по коррекции страхов детей 5-6 лет для родителей и педагогов.

Вывод по 3 главе

Была разработана и проведена программа психолого-педагогической коррекции страхов детей 5-6 лет. Цель программы – психолого-педагогическая коррекция страхов детей 5-6 лет. В данной программе участвовали 19 испытуемых старшего дошкольного возраста с высоким и средним уровнем страха. Продолжительность программы составляла 10 групповых занятий, которые проводятся 2 раза в неделю по 40 минут.

У испытуемых после повторной диагностики, которая была проведена после реализации программы, позволила выявить количественные и качественные изменения. Использовали Т-критерий Вилкоксона для доказательства гипотезы. По методике «Паровозик» С.В. Велиевой дети с негативным психическим состоянием высокой степени с 10 % (2 испытуемых) перешли в группу негативного психического состояния низкой степени, тем самым показали хороший результат, негативное психическое состояние средней степени изменилось с 21 % (4 испытуемых) до 16 % (3 испытуемых), негативное психическое состояние низкой степени изменилось с 37 % (7 испытуемых) до 42 % (8 испытуемых) и позитивное психическое состояние выросло с 32 % (6 испытуемых) до 42 % (8 испытуемых).

По методике «Страхи в домиках» А.И. Захарова, М.А. Панфиловой показали следующий результат детей 5-6 лет уровень выше нормы с 26 % (5 испытуемых) уменьшился до 5 % (1 испытуемый), уровень нормы с 53 % (10 испытуемых) снизился до 37 % (7 испытуемых), ниже нормы выросло с 21 % (4 испытуемых) до 58 % (11 испытуемых). Три ребенка с показателем выше нормы перешли в группу со средним уровнем, один ребенок перешел в группу ниже нормы.

По методике «Нарисуй свой страх» А.И. Захарова мы видим что, уровень выше нормы с 26 % (5 испытуемых) уменьшился до 5 % (1 испытуемый), средний уровень с 63 % (12 испытуемых) до 42 % (8 испытуемых), ниже нормы выросло с 11 % (2 испытуемых) до 53 % (10 испытуемых).

В процессе проведения программы психолого-педагогической коррекции страхов детей 5-6 лет, дети научились свободно выражать свои эмоции, справляться со своими страхами, проявляли коммуникативность, обладали повышенным настроением, конструктивно взаимодействовали друг с другом и с взрослыми, что и повлияло на изменение результата при повторной диагностике.

По итогам расчетов показателя страхов между результатами до и после коррекционной работы со страхами детей 5-6 лет, была доказана гипотеза H_1 : интенсивность сдвигов в сторону уменьшения уровня страхов превышает интенсивность сдвигов в сторону его увеличения.

Таким образом, данные математической статистики, с помощью критерия Т-Вилкоксона, подтвердили гипотезу о том, что уровень страхов детей 5-6 лет, возможно, будет эффективна, если разработать и реализовать модель, содержащую программу психолого-педагогической коррекции, гипотеза исследования верна.

Исходя из этого, были составлены психолого-педагогические рекомендации по коррекции страхов детей 5-6 лет для родителей и педагогов.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проблемой изучения и коррекции страхов детей дошкольного возраста занимались как зарубежные, так и отечественные ученые.

Зарубежные: П. Поппер, Й. Раншбург, Д. Селли, З. Фрейд, А. Фрейд, С. Холл, К. Хорни, Г. Эмберлейн. Отечественные ученые: В.А. Ананьев, Л.С. Акопян, В.М. Астапов, Г.М. Бреслав, Н.Г. Вологодина, А.И. Захаров, Б.Д. Карвасарский, В.Р. Кисловская, В.В. Кочубей, В.В. Лебединский, В.Л. Леви, Ю.М. Миланич, В.М. Минаева, Е.В. Новикова, Р.В. Овчарова, Е.И. Рогов, А.С. Спиваковская, Г.А. Урунтаева, М.И. Чистякова, И.Г. Швец.

Страх – аффективно чувственная эмоция, возникающая в условиях упреждающей угрозы. Следует также отметить различия в классификации страхов разными авторами, в то время как классификация страхов А.И. Захарова считается наиболее полной: 1) природные, социальные, ситуативные, личностные; 2) по степени реальности – реальные и воображаемые; 3) по степени интенсивности – острые и хронические.

В возрасте 5-6 лет ребенок приобретает навыки активного изучения окружающего мира, взрослые должны развивать у него свободу движения, поощрять игры. При правильном отношении у ребенка развивается инициатива. Главная опасность – появление у ребенка чувства вины за совершенные им действия. Психические изменения у детей 5-6 лет закладывают основу для дальнейшего формирования личности, поэтому к взрослым, образующим тесный круг общения (родители, воспитатели, родственники и т.д.), детям следует относиться с пониманием. Кроме того, взрослые должны предотвращать возникновение ситуаций, которые могут напугать ребенка, тем самым нарушая процесс нормального развития детей.

Психолого-педагогическая коррекция – это форма совместной профессиональной деятельности педагога, психолога и родителей,

основанная на системе психологических воздействий с целью исправления нарушений психического развития ребенка с опорой на знание возрастной, социокультурной и индивидуальной норм развития. Составлено дерево целей, которое определяет генеральную цель. Разработана модель психолого-педагогической коррекции, в которой представлены блоки: теоретический, диагностический, коррекционный, аналитический.

Для достижения поставленной цели, исследование психолого-педагогической коррекции страхов у детей 5-6 лет проходило в три этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный, контрольно-обобщающий.

Для решения поставленных задач были применены следующие методы: теоретические (анализ литературы, синтез конкретизация, обобщение, целеполагание, моделирование), эмпирические (констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, тестирование), психодиагностические (методика «Паровозик» С.В. Велиевой, методика «Страхи в домиках», А.И. Захарова и М.А. Панфиловой, методика «Нарисуй свой страх» А.И. Захарова), математико-статистического метода (Т-критерий Вилкоксона).

Эмпирическое исследование проводилось на базе МАОУ «СОШ» №14 г. Челябинска» ДО. В исследовании принимали участие 26 детей 5-6 лет из них 15 девочек и 11 мальчиков.

Из полученных результатов методике «Паровозик» С.В. Велиевой, видим, что почти у 38 % (10 чел.) психическое состояние оценивается, как позитивное, у 38 % (10 чел.) имеют негативное психическое состояние низкой степени, у 16 % (4 чел.) выявлено негативное психическое состояние средней степени, у 8 % (2 чел.) определено негативное психическое состояние высокой степени.

С помощью методики «Страхи в домиках» А.И. Захарова, М.А. Панфиловой у детей 5-6 лет было выявлено, что 19 % (5 чел.) уровень развития страхов выше нормы. Средний уровень страхов испытывают –

50 % (13 чел.) тестируемых. Ниже нормы переживания страхов имеют 31 % (8 чел.) испытуемых.

По итогам исследования данной методики «Нарисуй свой страх» А.И. Захарова, было установлено, что у испытуемых с высоким уровнем страха – 19 % (5 чел.), средний уровень страха – 50 % (13 чел.), низкий уровень страха – 31 % (8 чел.).

Результаты данных методик свидетельствуют о необходимости проведения программы психолого-педагогической коррекции страхов. В программе психолого-педагогической коррекции страхов будут принимать участие 19 детей в возрасте 5-6 лет с высоким и средним уровнем страхов.

Была разработана и проведена программа психолого-педагогической коррекции страхов детей 5-6 лет. Цель программы – психолого-педагогическая коррекция страхов детей 5-6 лет. В данной программе участвовали 19 испытуемых старшего дошкольного возраста с высоким и средним уровнем страха. Продолжительность программы составляла 10 групповых занятий, которые проводятся 2 раза в неделю по 40 минут.

У испытуемых после повторной диагностики, которая была проведена после реализации программы, позволила выявить количественные и качественные изменения. Использовали Т-критерий Вилкоксона для доказательства гипотезы. По методике «Паровозик» С.В. Велиевой дети с негативным психическим состоянием высокой степени с 10 % (2 испытуемых) перешли в группу негативного психического состояния низкой степени, тем самым показали хороший результат, негативное психическое состояние средней степени изменилось с 21 % (4 испытуемых) до 16 % (3 испытуемых), негативное психическое состояние низкой степени изменилось с 37 % (7 испытуемых) до 42 % (8 испытуемых) и позитивное психическое состояние выросло с 32 % (6 испытуемых) до 42 % (8 испытуемых).

По методике «Страхи в домиках» А.И. Захарова, М.А. Панфиловой показали следующий результат детей 5-6 лет уровень выше нормы с 26 %

(5 испытуемых) уменьшился до 5 % (1 испытуемый), уровень нормы с 53 % (10 испытуемых) снизился до 37 % (7 испытуемых), ниже нормы выросло с 21 % (4 испытуемых) до 58 % (11 испытуемых). Три ребенка с показателем выше нормы перешли в группу со средним уровнем, один ребенок перешел в группу ниже нормы.

По методике «Нарисуй свой страх» А.И. Захарова мы видим что, уровень выше нормы с 26 % (5 испытуемых) уменьшился до 5 % (1 испытуемый), средний уровень с 63 % (12 испытуемых) до 42 % (8 испытуемых), ниже нормы выросло с 11 % (2 испытуемых) до 53 % (10 испытуемых).

В процессе проведения программы психолого-педагогической коррекции страхов детей 5-6 лет, дети научились свободно выражать свои эмоции, справляться со своими страхами, проявляли коммуникативность, обладали повышенным настроением, конструктивно взаимодействовали друг с другом и с взрослыми, что и повлияло на изменение результата при повторной диагностике.

По итогам расчетов показателя страхов между результатами до и после коррекционной работы со страхами детей 5-6 лет, была доказана гипотеза H_1 : интенсивность сдвигов в сторону уменьшения уровня страхов превышает интенсивность сдвигов в сторону его увеличения.

Таким образом, данные математической статистики, с помощью критерия Т-Вилкоксона, подтвердили гипотезу о том, что уровень страхов детей 5-6 лет, возможно, будет эффективна, если разработать и реализовать модель, содержащую программу психолого-педагогической коррекции, гипотеза исследования верна.

Исходя из этого, были составлены психолого-педагогические рекомендации по коррекции страхов детей 5-6 лет для родителей и педагогов.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абрамова, Г. С. Возрастная психология : учебное пособие / Галина Абрамова. – Москва: Академический проект: АльмаМатер, 2005. – 702 с.: ил.
2. Абрамова, Г. С. Практическая психология [Текст] : учебник для ВУЗов и ССУЗов / Галина Абрамова. – Москва: Прометей, 2018. – 540 с.: ил.
3. Алексеева, Е. Е. Психологические проблемы детей дошкольного возраста. Как помочь ребенку? [Текст]: учебно-методическое пособие / Елена Алексеева. – 2-е изд. – Санкт-Петербург: Издательство Речь, 2008. – 283 с.
4. Астапов В. М. Тревожность у детей [Текст]: учебное пособие / Валерий Астапов. Изд-во: ПЕРСЭ, 2008 г. – 160 с.
5. Бавина, Т. В. Детские страхи: Решение проблемы в условиях детского сада [Текст]: учебное пособие / Т.В. Бавина, Е.И. Агаркова. – Москва: АРКТИ, 2016. – 64 с.
6. Бедрединова, С. В. Профилактика и коррекция страхов [Текст]: учебное пособие для академического бакалавриата / С.В. Бедрединова, А.И. Ташева. – 3-е изд., испр. и доп. – Москва: Издательство Юрайт, 2018. – 180 с.
7. Божович, Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте [Текст]: учебное пособие / Лидия Божович. – Москва: Наука, 2004. – 342 с.: ил.
8. Вологодина, Н. Г. Детские страхи и днем и ночью [Текст]: учебное пособие / Наталья Вологодина. – Издательство: Феникс, 2006. – 224 с.: ил.
9. Гонеев, А. Д. Основы коррекционной педагогики [Текст]: учебное пособие / Александр Гонеев. – Москва: Издательский центр «Академия», 2004. – 272 с.: ил.

10. Грунина, С. О. Эко-терапия как средство коррекции страхов детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата [Текст]: учебно-методическое пособие / С.О. Грунина, Т.В. Киселева. – Москва: ФОРУМ, 2011. – 64 с.
11. Долгова, В. И. Готовность к инновационной деятельности в образовании [Текст]: учебное пособие / Валентина Долгов. – Москва: КДУ, 2009. – 228 с.: ил.
12. Долгова, В. И. Моделирование психолого-педагогической коррекции самооценки у лиц с аддиктивным поведением в условиях реабилитационного центра [Текст] / В. И. Долгова, Е. Г. Капитанец, Д.И. Гладышев // Ученые записки университета Лесгафта. – 2016. – № 5 (135). – С. 267- 272.
13. Долгова, В. И. Психолого-педагогическая коррекция ситуативной тревожности у детей младшего школьного возраста [Электронный ресурс] / В. И. Долгова, Е. В. Барышникова, М. С. Саркисян // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т. 31. – С. 101-105. – Режим доступа: [http:// e-koncept.ru /2015/ 95527.htm](http://e-koncept.ru/2015/95527.htm).– Загл. с экрана
14. Дубровина, И. В. Особенности обучения и психического развития школьников 13-17 лет [Текст]: учебное пособие / Ирина Дубровина. – Москва: Педагогика, 2008. – 451 с.: ил.
15. Захаров, А. И. Дневные и ночные страхи у детей [Текст]: учебное пособие / Александр Захаров. Серия «Психология ребенка». – Санкт-Петербург: СОЮЗ, 2000. – 448 с.: ил.
16. Захаров, А. И. Игра как способ преодоления неврозов у детей [Текст]: учебное пособие / Александр Захаров. – Москва: Изд. КАРО, 2006. – 416 с.: ил.
17. Зубкова, А. С. Детские страхи: книга для родителей и педагогов [Текст]: учебное пособие / А.С. Зубкова, С.Г. Зубанова. – Ярославль: Академия развития, 2007. – 128 с.

18. Ильин, Е. П. Психология страха [Текст] / Евгений Ильин. – Серия «Мастера психологии». – Санкт-Петербург: Питер, 2017. –81 с.: ил.
19. Карвасарский, Б. Д. Психотерапевтическая энциклопедия [Текст] / Борис Карвасарский. – Издательство: Питер, 2006. – 944 с.
20. Коломинский, Я. П. Развитие детей в норме и патологии: психологическая диагностика, профилактика и коррекция [Текст] / Я.П. Коломинский, Е.А. Панько, С.А. Игумнов. – Санкт-Петербург: Питер, 2004. – 480 с.
21. Колягина, В. Г. Арт-терапия и арт-педагогика для дошкольников [Текст]: учебно-методическое пособие / Виктория Колягина. – Москва: Прометей, 2016. – 164 с.: ил.
22. Колягина, В. Г. Психология страхов дошкольников [Текст]: монография / Виктория Колягина. – Москва: Прометей, 2016. – 40 с.
23. Копытин, А. И. Методы арт-терапевтической помощи детям и подросткам [Текст]: учебно-методическое пособие / А.И. Копытин, Е.Е. Свистовская. – Москва: Издательство КогитоЦентр, 2017. – 197 с.
24. Костина, Л. М. Методы диагностики тревожности [Текст] / Любовь Костина. – СПб.: Речь, 2005. – 237 с.
25. Крамер, Э. Арт-терапия с детьми [Текст]: учебно-методическое пособие / Эдит Крамер. – Москва: Владос, 2013. – 320 с.
26. Краткий психологический словарь [Текст] / под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. – Ростов-на-Дону: Феникс, 1999. – 512 с.
27. Кряжева, Н. Л. Мир детских эмоций. Дети 5-7 лет [Текст]: учебно-методическое пособие / Надежда Кряжева. – Ярославль: Академия развития, 2000. – 208 с.: ил.
28. Кулинцова, И. Е. Коррекция детских страхов с помощью сказок [Текст] / Ирина Кулинцова. – Москва: Сфера, 2008. –167 с.: ил.
29. Лютова, Е. К. Эффективное взаимодействие с детьми [Текст] / Елена Лютова. – Санкт-Петербург: Речь, 2012. – 190 с.

30. Маклаков, А. Г. Общая психология [Текст]: учебное пособие для студентов вузов и слушателей курсов психологических дисциплин / Анатолий Маклаков. – Санкт-Петербург: Питер, 2013. – 583 с.: ил.
31. Марцинковская, Т. Д. Возрастная психология [Текст]: учебное пособие для студентов учреждений высшего профессионального образования / Татьяна Марцинковская. – Москва: Академия, 2011. – 496 с.: ил.
32. Методология и методы психолого–педагогических исследований [Текст]: учебное пособие для студентов 3-5-х курсов педагогических вузов / под ред. Валеева Г.Х. – Стерлитамак: Государственный пед. университет, 2011. – 134 с.
33. Микляева, А. В. Диагностика школьной тревожности: комплексный характер работы по профилактике и коррекции школьной тревожности, учитывающий возраст учащегося [Текст] / Анастасия Микляева // Педагогическая диагностика. – 2011. – С. 32-34.
34. Мухина, В. С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество [Текст]: учебник для студ. вузов / Валерия Мухина. – 5-е изд., стереотип. – Москва: Юрайт, 2000. – 608 с.
35. Мухина, В. С. Психология дошкольника [Текст]: учебное пособие / Валерия Мухина. – Москва: Просвещение, 1975. – 232 с.
36. Немов, Р. С. Психологический словарь [Текст] / Роберт Немов. – Москва: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2007. – 560 с.
37. Немов, Р. С. Психология. Общая психология [Текст]: учеб. пособие / Роберт Немов. – Москва: Просвещение: ВЛАДОС, 2012. – 628 с.
38. Образовательный портал «Центра гигиенического образования населения» Роспотребнадзора [Электронный ресурс] / ФБУЗ «Центр гигиенического образования населения» Роспотребнадзора. – Электрон. дан. – Москва, 2018. – Режим доступа: <http://cgon.rospotrebnadzor.ru/content/62/3211/> . – Загл. с экрана

39. Овчарова, Р. В. Практическая психология образования [Текст]: учебное пособие для студ. психол. фак. университетов / Раиса Овчарова. – Москва: Изд. Центр «Академия», 2008. – 448 с.: ил.
40. Овчарова, Р. В. Психология сопровождения родительства [Текст] / Раиса Овчарова. – Москва: Академия, 2005. – 368 с.: ил.
41. Осипова, А. А. Общая психокоррекция [Текст]: учебное пособие [Текст] / Анна Осипова. – Москва: ТЦ Сфера, 2007. – 512с.: ил.
42. Панфилова, М. А. Тревожность и ее коррекция у детей [Текст] / Мария Панфилова. – Москва : Школа здоровья, 2006. – 17-28 с.
43. Петров, В. Ю. Методология и методы психологических исследований [Текст]: курс лекций / Виктор Петров. – Шуя: «Весть», 2009. – 195 с.: ил.
44. Петровский, А. В. Словарь по психологии [Текст] / А.В. Петровский, М.Г. Ярошевский. – Москва: Издательский центр «Академия», 2000. – 407 с.
45. Петровский, А. В. Социальная психология коллектива [Текст]: учебное пособие / В.В. Шпалинский, А.В. Петровский. – Москва: Просвещение, 1978. – 351 с.: ил.
46. Рогов, Е. И. Психология человека [Текст] / Евгений Рогов. – Москва: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2011. – 320 с.: ил.
47. Рогов, Е. И. Настольная книга практического психолога [Текст]: учебное пособие; в 2 кн. Кн. 2: Система работы психолога с детьми разного возраста / Е.И. Рогов. – Москва: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2001 – 384 с.: ил.
48. Самойленко, И. В. Как победить детские страхи [Текст]: тренинг для родителей и педагогов / Игорь Самойленко. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2012. – 252 с.: ил.
49. Сидоренко, Е. В. Методы математической обработки в психологии [Текст] / Елена Сидоренко. – Санкт-Петербург: Речь, 2011. – 358 с.

50. Скотарева, Е. М. Психолого-педагогическая коррекция: теоретико-методологический аспект [Текст]: учебное пособие для студ. психол. спец. / Екатерина Скотарева. – Саратов: Изд. Центр «Наука», 2007. – 72 с.: ил.
51. Слостенин, В. А. Введение в педагогическую аксиологию [Текст] / В.А. Слостенин, Г.И. Чижакова. – Москва: Академия, 2006. – 192 с.: ил.
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.: ил.
53. Смирнова, Е. О. Особенность общения с дошкольниками [Текст]: учеб. пособие / Елена Смирнова. – Москва: Издательский центр «Академия», 2000. – 160 с.: ил.
54. Смирнова, Е. О. Современный дошкольник: особенности игровой деятельности [Текст] / Елена Смирнова // Дошкольное воспитание. – 2012. – № 4. – С. 70-73.
55. Спиваковская, А. С. Психотерапия: игра, детство, семья [Текст] / Алла Спиваковская. – М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. – 304 с.
56. Татаринцева, А. Ю. Детские страхи: куклотерапия в помощь детям [Текст] / А.Ю. Татаринцева, М.Ю. Григорчук. – М.: Юрайт, 2007. – 226 с.
57. Урунтаева, Г. А. Дошкольная психология [Текст]: учеб. пособие для студ. сред. пед.учеб.заведений / Галина Урунтаева. – 5-е изд., стереотип. – Москва: Издательский центр «Академия», 2001. – 336 с.
58. Учебные материалы для студентов [Электронный ресурс] / база данных содержит материалы по всем отраслям трудовой деятельности. – Электрон. дан. – Нидерланды, 2013. – Режим доступа: https://studme.org/1640022117647/psihologiya/korreksiya_trevozhnosti_zastenчивости .– Загл. с экрана

59. Фридман, Л. Ф. Психологический справочник учителя Практическая психология в образовании [Текст]: учебное пособие / И.Ю. Кулагина, Л.Ф. Фридман. – Москва: Изд-во «Совершенство», 2003. – 654 с.
60. Федотова, Н. В. Развитие игровой деятельности [Текст] / Наталья Федотова // Дошкольное воспитание. – 2003. – № 5. – С. 25-27.
61. Фокина, А. Н. Психолого-педагогическая коррекция страхов у детей дошкольного возраста [Текст] / Анна Фокина // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т. 10. – С. 286-290
62. Фрейд, З. Психология бессознательного [Текст]: учеб. пособие / Зигмунд Фрейд. – Москва: Изд-во Моск. гос. ун-та, 2005. – 288с.: ил.
63. Хлыста, Е. А. Исследование страхов у детей старшего дошкольного возраста [Текст] / Екатерина Хлыста // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – № 01. – С.1-5.
64. Хосе, М. А. Анатомия страха. Трактат о храбрости» [Текст] / Мария Хосе. – Москва: Астрель, 2010. – 47 с.
65. Хухлаева, О. В. Коррекция нарушений психологического здоровья дошкольников и младших школьников [Текст]: учебное пособие / Ольга Хухлаева. – Москва: Академия, 2003. – 184 с.: ил.
66. Хухлаева, О. В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции [Текст]: учебное пособие для студ. учреждений высш. проф. образования / Ольга Хухлаева. – 7-е изд., стер. – Москва: Академия, 2011. – 208 с.: ил.
67. Хухлаева, О. В. Терапевтическая сказка [Текст] / Ольга Хухлаева. – Москва: Академический Проект, 2012. – 176 с.
68. Циркин, С. Ю. Справочник по психологии и психиатрии детского и подросткового возраста [Текст] / Сергей Циркин. – Санкт-Петербург: Издательство Питер, 2014. – 896 с.

69. Шамилова, Г. А. Психодиагностика эмоциональной сферы личности [Текст]: практическое пособие / Галина Шамилова. – Москва: Юрайт, 2006. – 81 с.: ил.
70. Шапарь, В. Б. Практическая психология. Психодиагностика групп и коллективов [Текст]: учеб. пособие / Виктор Шапарь. – Ростов Н/Д.: Феникс, 2006. – 448 с.
71. Щербатых, Ю. В. Психология страха [Текст]: учеб. пособие / Юрий Щербатых. – Москва: ЭКСМО, 2004. – 512 с.: ил.
72. Bufferd, S. J. Mapping the frequency and severity of anxiety behaviors in preschool-aged children [Electronic resource] / S. J. Bufferd, L. Dougherty, T. Olino // Journal of Anxiety Disorders. – 2019. – № 63. – С. 9-17. – Access mode: <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2019.01.006> – Title from the screen.
73. Orgilés, M. The Nighttime Fears Scale: Development and psychometric evidence of a standardized self-report scale to assess nighttime fears in children [Electronic resource] / M. Orgilés, I. Fernández-Martínez, A. Morales // Journal of Anxiety Disorders. – 2021. – № 79. – Access mode: <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2021.102369> – Title from the screen.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Методики исследования страхов у детей 5-6 лет

1. Методика «Паровозик» С.В. Велиевой

Цель: диагностика эмоционального состояния детей 5-6 лет.

Методика позволяет определить особенности эмоционального состояния ребёнка: нормальное или пониженное настроение, состояния тревоги, страха, удовлетворительную или низкую адаптацию в новой или привычной, социальной среде.

Направлена на определение степени позитивного (ППС) и негативного (НПС) психического состояния. Применяется индивидуально с детьми с 2,5 лет.

Стимульный материал: белый паровозик и 8 разноцветных вагончиков (красный, желтый, зеленый, синий, фиолетовый, серый, коричневый, черный). Вагончики беспорядочно размещаются на белом фоне.



Инструкция: *«Рассмотри все вагончики. Давай построим необычный поезд. Первым поставь вагончик, который тебе кажется самым красивым. Теперь выбери из оставшихся самый красивый, и т.д.»*

Необходимо, чтобы ребенок удерживал все вагончики в поле зрения. Чем младше ребенок, тем чаще повторяется инструкция, одновременно обводятся рукой оставшиеся вагончики.

Фиксируются: позиция цвета вагончиков; высказывания ребенка.

Обработка данных.

1 балл присваивается, если ребенок поставил вагончик фиолетового цвета на вторую позицию; черный, серый, коричневый - на третью; красный, желтый, зеленый - на шестую.

2 балла присваивается, если ребенок поставил вагончик фиолетового цвета на первую позицию; черный, серый, коричневый - на вторую; красный, желтый, зеленый - на седьмую, синий - на восьмую.

3 балла присваивается, если черный, серый или коричневый вагончик поставлен на первую позицию; синий - на седьмую; красный, желтый, зеленый - на восьмую

позицию.

Если в результате суммирования полученных данных, баллов оказывается менее трех, то психическое состояние оценивается как позитивное, при 4-6 баллах - как негативное психическое состояние низкой степени (НПС нс); при 7 - 9 баллах - как НПС средней степени; больше 9 баллов - НПС высокой степени.

Оценка результатов

4 балла - позитивное психическое состояние

3 балла - негативное психическое состояние низкой степени

2 балла - негативное психическое состояние средней степени

1 балл - негативное психическое состояние высокой степени

Наряду с полученным индивидуальным результатом можно определить и общий психологический климат в группе. Для этого определяется сумма всех ППС (а) и НПС (б), разница между ними делится на количество детей и умножается на 100 %.

Оценка результатов:

70 % и выше - высокая степень благоприятности психологического климата (сБПК);

42 - 69 % - средняя сБПК;

26 - 41,9 % - незначительная сБПК;

0 - 25 % - начальная степень неблагоприятного психологического климата (сНПК);

-1 до - 25 % -средняя сНПК;

- 26 % и ниже - сильная сНПК.

2. Методика выявления детских страхов «Страхи в домиках»

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

Цель: выявить преобладающие типы страхов 5-6 лет.

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

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.

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».

Бланк ответов по методике «Страхи в домиках»

Имя ребенка: Возраст: Группа:		
Количество выявленных страхов:		
Ты боишься...	Ответ ребенка:	Комментарии
когда остаешься один		
нападения		
заболеть		
умереть		
того, что умрут твои родители		
чужих людей		
маму или папу		
того, что они тебя накажут		
Бабы Яги, Кощея Бессмертного, Бармалея, Змея Горыныча, чудовища (страхи сказочных персонажей)		
опоздание в детский сад или школу		
страшных снов (каких именно)		
темноты		
волка, медведя, собак, пауков, змей (страхи животных)		
машин, поездов, самолетов (страхи транспорта)		
бури, урагана, наводнения, землетрясения (страхи стихии)		
когда очень высоко (страх высоты)		
когда очень глубоко (страх глубины)		

в тесной маленькой комнате, помещении, туалете, переполненном автобусе, метро		
(страх замкнутого пространства)		
воды		
огня		
войны		
пожара		
больших улиц, площадей		
врачей		
крови (когда идет кровь)		
уколов		
боли (когда больно)		

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.

3.Методика «Нарисуй свой страх» А.И. Захаров

Цель: определение уровня страхов у детей 5-6 лет.

Ход: перед каждым ребенком кладется лист бумаги и цветные карандаши.

После предварительной беседы, актуализирующей воспоминания ребенка о том, что его пугает, ему предлагают лист бумаги и цветные карандаши. В процессе анализа обращается внимание на то, что ребенок нарисовал, а также на цвета, использовавшиеся им в процессе рисования. По окончании рисования ребенка просят рассказать о том, что он изобразил, т. е. вербализовать свой страх. Ребенок может спросить у взрослого, как нарисовать страх. Подсказать можно, но в самых общих чертах - так, чтобы на визуальное воплощение детской фантазии не повлиял субъективизм взрослого. К примеру, если ребенок спрашивает, как нарисовать Бабу Ягу, следует ответить: «Нарисуй ее так, как ты видишь!». «А как я ее вижу? - может спросить ребенок. - Какое у нее лицо, нос?» Отвечайте приблизительно так: "Нарисуй большой нос крючком и большие зубы». Взрослый, таким образом, не навязывает ребенку свое представление, а только подталкивает его к тому, чтобы его собственное представление образа более четко отразилось в сознании.

Детям предлагается инструкция: «Давайте нарисуем то, чего вы больше всего боитесь».

Оценка уровня выраженности страха осуществлялась по следующим показателям: что ребенок нарисовал, какие цвета преобладают в изображениях (черный, красный, синий либо розовый, желтый, голубой), яркость рисунков, четкость или расплывчатость контуров, нажим карандаш.

Высокий уровень страха предполагает неуверенность в себе, нерешительность, низкую самооценку, недоверчивость к окружающим, присутствие агрессия и подозрительности.

Средний уровень страха - общительность, адекватная самооценка, уверенность в себе.

Низкий уровень страха - достаточная уверенность в себе, общительность, преобладание повышенного настроения.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Результаты опытно-экспериментального исследования страхов у детей 5-6 лет

Таблица 1 – Результаты исследования по методике «Паровозик» С.В. Велиева у детей 5-6 лет

Шифр испытуемого	Баллы	Результат
1.	3	Позитивное психическое состояние
2.	5	Негативное психическое состояние низкой степени
3.	7	Негативное психическое состояние средней степени
4.	6	Негативное психическое состояние низкой степени
5.	7	Негативное психическое состояние средней степени
6.	4	Негативное психическое состояние низкой степени
7.	7	Негативное психическое состояние средней степени
8.	3	Позитивное психическое состояние
9.	4	Негативное психическое состояние низкой степени
10.	3	Позитивное психическое состояние
11.	5	Негативное психическое состояние низкой степени
12.	3	Позитивное психическое состояние
13.	6	Негативное психическое состояние низкой степени
14.	6	Негативное психическое состояние низкой степени
15.	5	Негативное психическое состояние низкой степени
16.	3	Позитивное психическое состояние
17.	4	Негативное психическое состояние низкой степени
18.	6	Негативное психическое состояние низкой степени
19.	3	Позитивное психическое состояние
20.	3	Позитивное психическое состояние
21.	3	Позитивное психическое состояние
22.	10	Негативное психическое состояние высокой степени
23.	3	Позитивное психическое состояние
24.	10	Негативное психическое состояние высокой степени
25.	3	Позитивное психическое состояние
26.	7	Негативное психическое состояние средней степени

Позитивное психическое состояние – 38 % (10 чел.).

Негативное психическое состояние низкой степени – 38 % (10 чел.)

Негативное психическое состояние средней степени – 16 % (4 чел.)

Негативное психическое состояние высокой степени – 8 % (2 чел.)

Таблица 2 – Результаты исследования по методике «Страхи в домиках»
(А.И. Захаров, М.А. Панфилова) у детей 5-6 лет

Шифр испытуемого	Количество указанных страхов	Результат
1.	5	Ниже нормы
2.	6	Ниже нормы
3.	10	Выше нормы
4.	5	Ниже нормы
5.	7	Норма
6.	5	Ниже нормы
7.	8	Норма
8.	5	Ниже нормы
9.	6	Ниже нормы
10.	10	Выше нормы
11.	12	Выше нормы
12.	6	Ниже нормы
13.	6	Ниже нормы
14.	7	Норма
15.	7	Норма
16.	7	Норма
17.	7	Норма
18.	10	Выше нормы
19.	7	Норма
20.	7	Норма
21.	7	Норма
22.	8	Норма
23.	11	Выше нормы
24.	8	Норма

Продолжение таблицы 2

25.	9	Норма
26.	8	Норма

Выше нормы – 19 % (5 чел.).

Норма – 50 % (13 чел.).

Ниже нормы – 31 % (8 чел.).

Таблица 3 – Результаты исследования уровня страхов у детей 5-6 лет по методике «Нарисуй свой страх» А.И. Захарова

Шифр испытуемого	Результат
1.	Высокий уровень страха
2.	Средний уровень
3.	Высокий уровень страха
4.	Средний уровень
5.	Высокий уровень страха
6.	Низкий уровень
7.	Средний уровень
8.	Средний уровень
9.	Низкий уровень
10.	Средний уровень
11.	Низкий уровень
12.	Высокий уровень страха
13.	Низкий уровень
14.	Средний уровень
15.	Средний уровень
16.	Низкий уровень
17.	Средний уровень
18.	Низкий уровень
19.	Низкий уровень
20.	Низкий уровень
21.	Средний уровень
22.	Высокий уровень страха
23.	Средний уровень
24.	Средний уровень

Продолжение таблицы 3

25.	Средний уровень
26.	Средний уровень

Высокий уровень страха – 19 % (5 чел.).

Средний уровень страха – 50 % (13 чел.).

Низкий уровень страха – 31 % (8 чел.).

Таблица 4 – Обобщение результатов исследования по методикам: «Паровозик» С.В. Велиева, «Страхи в домиках» А.И. Захаров, М.А. Панфилова, «Нарисуй свой страх» А.И. Захарова

Шифр испыт уемого	Паровозик	Страхи в домиках	Нарисуй свой страх	Обобщенны й показатель
1.	Позитивное психическое состояние	Ниже нормы	Высокий уровень страха	Высокий
2.	Негативное психическое состояние низкой степени	Ниже нормы	Средний уровень	Средний
3.	Негативное психическое состояние средней степени	Выше нормы	Высокий уровень страха	Высокий
4.	Негативное психическое состояние низкой степени	Ниже нормы	Средний уровень	Средний
5.	Негативное психическое состояние средней степени	Норма	Высокий уровень страха	Высокий
6.	Негативное психическое состояние низкой степени	Ниже нормы	Низкий уровень	Низкий
7.	Негативное психическое состояние средней степени	Норма	Средний уровень	Средний
8.	Позитивное психическое состояние	Ниже нормы	Средний уровень	Низкий
9.	Негативное психическое состояние низкой степени	Ниже нормы	Низкий уровень	Низкий
10.	Позитивное психическое состояние	Выше нормы	Средний уровень	Средний
11.	Негативное психическое состояние низкой степени	Выше нормы	Низкий уровень	Высокий
12.	Позитивное психическое состояние	Ниже нормы	Высокий уровень страха	Высокий
13.	Негативное психическое состояние низкой степени	Ниже нормы	Низкий уровень	Низкий
14.	Негативное психическое состояние низкой степени	Норма	Средний уровень	Средний

Продолжение таблицы 4

15.	Негативное психическое состояние низкой степени	Норма	Средний уровень	Средний
16.	Позитивное психическое состояние	Норма	Низкий уровень	Низкий
17.	Негативное психическое состояние низкой степени	Норма	Средний уровень	Средний
18.	Негативное психическое состояние низкой степени	Выше нормы	Низкий уровень	Высокий
19.	Позитивное психическое состояние	Норма	Низкий уровень	Низкий
20.	Позитивное психическое состояние	Норма	Низкий уровень	Низкий
21.	Позитивное психическое состояние	Норма	Средний уровень	Средний
22.	Негативное психическое состояние высокой степени	Норма	Высокий уровень страха	Высокий
23.	Позитивное психическое состояние	Выше нормы	Средний уровень	Средний
24.	Негативное психическое состояние высокой степени	Норма	Средний уровень	Средний
25.	Позитивное психическое состояние	Норма	Средний уровень	Средний
26.	Негативное психическое состояние средней степени	Норма	Средний уровень	Средний

Высокий уровень страха – 27 % (7 чел.).
 Средний уровень страха – 46 % (12 чел.).
 Низкий уровень страха – 27 % (7 чел.).

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Психолого-педагогическая программа коррекции страхов детей 5-6 лет

Изначально дети проявляли скованность, неуверенности в своих силах. Не все дети на первом этапе сразу включались в работу. Некоторые наблюдали со стороны (впоследствии присоединялись). Существовала и эмоциональная сдержанность (отсутствие смеха, мимики). Дети следили за реакцией взрослого, т.е. не были уверены в правильности выполнения заданий. Постепенно все включались в работу. Появились заинтересованность, любопытство. В процессе реализации программы дошкольники становились увереннее в своих силах, в правильности выполнения заданий. Дети активно участвовали в играх. Заметна была раскованность в игре: они смеялись, выполняли движения сами или ориентировались на правильность выполнения другими участниками.

Приведем занятия, их цели, необходимые для проведения материалы, названия упражнений и их описание.

ЗАНЯТИЕ 1.

«Я и мое приветствие»

Цель: создание позитивного настроения в группе.

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

1. Упражнение, «Какое оно утро...»

Цель: приветствие детей друг с другом.

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

2. Упражнение «Росточек под солнцем»

Цель: повышение эмоционального настроения.

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.

3. Упражнение «Лягушки и болото»

Цель: развивать умение работать в команде.

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

4. Упражнение «Художники – натуралисты»

Цель: формирование сплочения детей.

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

5. Упражнение «Качели»

Цель: развитие эмоционального и мышечного расслабления.

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

Далее меняются.

6. Упражнение «Горячие ладошки»

Дети встают по кругу и, касаясь ладошками, друг друга, говорят, что они чувствуют.

Подведение итогов занятия. Ритуал прощания.

ЗАНЯТИЕ 2.

«НЕ СТРАШЕН НАМ ПАУК»

Цель: преодоление негативных переживаний.

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

1. Упражнение «Росточек под солнцем»

Цель: повышение эмоционального настроения.

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 «Расскажи свой страх»

Цель: формирование доверительных отношений.

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.

3. Рисование на тему « когда был маленьким...»

Цель: визуализация страхов.

Дети рисуют свои страхи, не показывая никому.

4. Упражнение «Чужие рисунки»

Цель: развитие навыков оценки поведения других детей.

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.
Подведение итогов занятия. Ритуал прощания.

ЗАНЯТИЕ 3.

«СМЕЛОСТЬ ГОРОДА БЕРЕТ»

Цель: помогать развивать смелость.

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

1. Упражнение «Росточек под солнцем»

Цель: повышение эмоционального настроения.

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 «Смелые ребята»

Цель: символическое уничтожение устрашающего образа.

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. Арт-терапия по упражнению «Азбука страхов»

Цель: преодоление негативных переживаний.

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 «Круговая страшная сказка»

Цель: символическое уничтожение страхов.

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 «Баба – Яга»

Цель: снижение эмоционального и мышечного напряжения.

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

6. Упражнение «Горячие ладошки»

Дети встают по кругу и, касаясь ладошками, друг друга, говорят, что они чувствуют. Подведение итогов занятия. Ритуал прощания.

ЗАНЯТИЕ 4.

«У СТРАХА ГЛАЗА ВЕЛИКИ»

Цель: создать благоприятные условия для активизации детей.

1. Упражнение «Росточек под солнцем»

Цель: повышение эмоционального настроения.

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.Этюд «У страха глаза велики»

Ход упражнения. Психолог вместе с детьми встает в круг (На расстоянии вытянутых рук друг от друга) и предлагает всем представить, что у них большой, огромный страх. (Широко разводит руки в стороны.) «У всех, кто боится, от страха большие глаза», – добавляет психолог. (Изображает большие, круглые глаза при помощи рук.) Дети повторяют движения вслед за педагогом. «Но теперь страх уменьшается», – говорит он и делает вновь руками соответствующие движения, предлагая детям повторить его за ним.

Выполняя с детьми упражнение, психолог подводит их к тому, что страх постепенно уменьшается, а затем совсем исчезает. (Пожимают плечами и в недоумении разводят руками.) В конце упражнения психолог предлагает детям посмотреть друг на друга и убедиться, что ни у кого из них нет больше «больших глаз» и, следовательно, они ничего не боятся, так как страх исчез.

Ролевая игра «У страха глаза велики»

В густом лесу жила-была заячья семья: папа Заяц, мама Зайчиха и (Пусть малыш сам придумает сколько) детей. У всех, конечно, были имена (Какие? Пусть скажут), но одного зайчишку по имени никто не звал, потому что однажды с ним произошел случай, после которого ему дали прозвище Зайчишка-Трусиха и напрочь позабыли его настоящее имя. А дело было так...

Прыгал Зайчишка по лесу, но не так, как другие – весело, резво, а робко, боязливо. Прыгнет и съжится (Пусть покажет это и куклой, и, как говорят артисты, «в живом плане»). И по сторонам озирается – нет ли чего страшного? Зайчишка-то уродился

такой робкий, что даже зайцы удивлялись: и в кого он такой? Что называется, от собственной тени шарахался (Показать посмешнее).

Ну, пока он прыгал по солнечной лужайке, все еще было ничего. Но потом Зайчишка вдруг очутился под большой, раскидистой елкой. Как это получилось, он и сам не понял. Наверное, загляделся на пеструю Бабочку, которая порхала над ним и почему-то норовила сесть ему на ухо. (Бумажную бабочку можно прикрепить к нитке или к проволочке).

– Эй, Бабочка! Ты где? – пискнул Зайчишка. Играть с Бабочкой ему понравилось, это было совсем не страшно. Он сделал еще несколько прыжков, надеясь снова увидеть свою подружку, но вместо нее увидел какое-то чудовище. Оно притаилось под еловыми лапами и грозно темнело, подстерегая добычу. Из пасти чудовища валил пар, глаза зловеще сверкали... больше, правда, Зайчишка не успел ничего заметить, потому что дал стрекоча. Он мчался к своей норе и истошно вопил: «Змей-Горыныч! Змей-Горыныч!» Все звери, конечно, переполошились. (Пусть разные игрушки спрашивают Зайчишку, что случилось, а он, дрожа от ужаса, все твердит про Змея-Горыныча. Вообще показывать страх надо как можно карикатурнее, но при этом не забывать вслух жалеть Зайчишку).

Ну, звери снарядили целое лесное войско и направились к старой ели. Пришли. Что такое? Где Змей-Горыныч? Где огнедышащий дракон? А никакого Змея нет, лежит под веткой коряга, никого не трогает.

Тут все как расхохочутся!

– Это ж надо! Корягу за Змея-Горыныча принял!

– Да, но ведь я видел! – оправдывался Зайчишка. – Я, честное слово, видел и пасть, и большущие глаза...

А звери еще громче хохочут-заливаются.

– Да это у страха глаза велики! У твоего страха!

С тех пор беднягу и прозвали Зайчишка-Трусика.

(Постарайтесь, однако, не заканчивать игру на грустной ноте. Скажите, что окружающие иногда делают поспешные выводы. И вообще, каждый может испугаться. Это еще не беда).

Игра-инсценировка «Волк и зайцы»

Цель: использование невербального общения, учить детей выражать свои эмоции и снижать свои страхи в игре.

Ход игры. Психолог рассказывает сказку и показывает движения, а дети имитируют их.

В лесу в домике жила зайчиха с зайчатами. Как-то утром зайчата взяли свои барабаны и побежали в лес играть. Прибежали они на поляну и стали громко, на весь лес барабанить.

(Фигура зайца: указательный и средний пальцы выпрямлены и разведены в стороны – уши, остальные пальцы собраны в кулак – туловище. Зайцы барабанят – мизинец и безымянный пальцы согнуты, по очереди ударяют в подушечку большого пальца. Ушки подняты вверх и прижаты друг к другу.)

И надо ж было беде случиться: около тех мест голодный рыскал волк. Услышал он шум и выскочил на полянку.

(Волк – раскрытые ладони обеих рук прижаты друг к другу, пальцы направлены вперед. Большие пальцы подняты вверх и разведены – уши волка. Указательные пальцы согнуты, соединены внешней стороной верхних фаланг – лоб волка. Прямые средние и безымянные пальцы сгруппированы – нос волка. Прижатые друг к другу мизинцы отведены вниз – пасть волка. И все это шевелится: волк поводит ушами, принохивается, открывает и закрывает пасть.)

Бедные зайчики побросали барабаны и прижались к березе. Их и незаметно, только уши мелко-мелко трепещут от страха. (Дети прижимают зайцев к себе, ушки у зайчат выполняют колебательные движения – трепещут.)

Растерялся волк: «Где же зайчата? Они только что тут были, и вдруг исчезли. (У волка в движении уши, нос, пасть.) Ох, и хитрые, опять провели старого волка! Ну, зайцы, погодите! Найду на вас управу!» Порычал волк и исчез.

Зайчата выскочили, забыли свои страхи и стали смеяться друг над другом. Один говорит: «Ты так испугался волка, что у тебя ушки кланялись до земли!» – «Нет, мои ушки не кланялись, а вот твои приседали до земли!» – ответил второй.

(Эти и последующие движения один из зайцев показывает, а второй с недоверчивыми репликами, как бы машинально, начинает повторять. Но, спохватившись, тут же опровергает «обвинение». Все движения выполняют уши – поднятые вверх указательный и средний пальцы.)

– Нет, мои ушки не приседали от страха, а вот твои ушки прятались друг за дружку!

– Нет, мои ушки не прятались друг за дружку, а вот твои ушки бегали друг по дружке сверху вниз и снизу вверх!

– Нет, мои ушки не бегали, а твои ушки от страха стучали друг о дружку!

– Нет, мои ушки не стучали друг о дружку, а зато твои ушки, как ножницы, стригли!

– Нет, мои ушки не ножницы, а вот твои ушки падали то вправо, то влево!

– Нет, мои ушки не падали вправо и влево, а зато твои ушки вот такие круги рисовали!

– Да? Не рисовали они такие круги, а вот твои ушки цеплялись друг за дружку!

– А у тебя одно ушко обвивалось вокруг другого.

И так зайчата расшалились, раскричались, что встали на ушки, и испачкали их. Пришли домой, а мама-зайчиха и говорит: «Что такое? Опять ушки грязные. Ну-ка, быстро чистить лапками свои ушки!» Стали зайчата чистить свои ушки (лапки – большой, безымянный пальцы и мизинец). Потом они помыли лапки, и мама пригласила их к столу обедать.

3. Упражнение «Разговор с лесом»

Цель: развитие творческой фантазии.

Ход упражнения. Психолог сообщает детям о том, что их ожидает необычное путешествие. Вначале им предлагается мысленно перенестись в лес. Дети закрывают глаза, кладут мягкие, расслабленные руки на колени. Психолог называет то, что находится вокруг них в лесу: деревья, кустарники, травы, цветы, птицы, поляна и др. Перечисляет, всевозможный живой и неживой мир леса. Психолог предлагает детям «пообщаться» с лесом: мысленно потрогать листочки, траву, понюхать цветы, воздух, подставить лицо Свежему ветерку и пр. Можно попросить детей прислушаться к лесным звукам. Дети, молча (1 – 2 мин.) слушают. Затем психолог предлагает им поделиться своими впечатлениями.

4. Упражнение «Горячие ладошки»

Дети встают по кругу и, касаясь ладошками, друг друга, говорят, что они чувствуют. Подведение итогов занятия. Ритуал прощания.

ЗАНЯТИЕ 5.

«СТАХ МОЙ – ВРАГ МОЙ»

Цель: создание условий для преодоления у детей чувства страха

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

1. Упражнение «Росточек под солнцем»

Цель: повышение эмоционального настроения.

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 «Принц и принцесса»

Цель: развитие коммуникативных навыков.

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.

3. Упражнение «Придумай весёлый конец»

Цель: придание объектам страха несвойственных характеристик.

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

4. Арт-терапия на тему «Волшебное зеркало»

Цель: способствование развитию эмпатии.

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

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

5. Упражнение «Горячие ладошки»

Дети встают по кругу и, касаясь ладошками, друг друга, говорят, что они чувствуют. Подведение итогов занятия. Ритуал прощания.

ЗАНЯТИЕ 6.

«СМЕЛЫЙ ТРУСИШКА»

Цель: улучшать эмоциональное состояние через развитие художественного образа.

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

1. Упражнение «Росточек под солнцем»

Цель: повышение эмоционального настроения.

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 «Неопределённые фигуры»

Цель: визуализация образа страхов.

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

3. Коллективный рисунок по сочинённой общей истории на тему: «Волшебный лес»

Цель: формирование сплочения детей.

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

4. Упражнение «Горячие ладошки»

Дети встают по кругу и, касаясь ладошками, друг друга, говорят, что они чувствуют. Подведение итогов занятия. Ритуал прощания.

ЗАНЯТИЕ 7

«ПОЕДИНОК ДВУХ СТРАХОВ»

Цель: способствовать развитию смелости.

1. Упражнение «Росточек под солнцем»

Цель: повышение эмоционального настроения.

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. Этюд

«Мяч в кругу» - преодоление торможения при внезапных обращениях и ответах. Избыток отрицательных оценочных суждений в адрес детей («Ты опять не поймал», «Увалень», «Ничего не можешь», «Бестолочь»).

Ход: бросание мяча друг другу в кругу. Прежде чем кинуть мяч, нужно поймать взгляд другого участника игры и сказать любое пришедшее в голову слово: «На, держи», «поймай, зайчик» и т. д..

«Темнота» – снятие страха перед темнотой состоит из пяти этюдов.

Выбирается ребенок, боящийся темноты. В присутствии других детей в ярко освещенной комнате его сажают посреди комнаты на 5-7 минут и ребенок воображает, что он один. Другие дети могут рисовать или играть в какую-либо спокойную игру. Можно организовать с ним разговор: «Видите, Юля сидит одна и ничего не боится!» «А вы не боитесь?»

«В темной норе». Ребенок, боящийся темноты, входит за руку с родителем или психологом в темную комнату на 3-5 минут. Он представляет себя «робким цыпленком», который вошел «в темную нору».

Второй раз ребенок входит в темную комнату на 3-5 минут, представляя себя «смелым утенком».

«Ночные звуки». Ребенок отводится на 2-3 минуты до того момента, пока не звучит музыка. Со звуком музыки он должен выбежать, имитируя какой-нибудь звук (совы, собаки, курицы, кошки).

«Веселый цирк» 5-10 минут. Каждый ребенок приносит из дома какой-либо цирковой атрибут. Все предметы они оставили в комнате и запомнили места, куда их положили. В следующий момент дети заходят в темную комнату и с началом звучания музыки отыскивают свои предметы, и начинается игра «веселый цирк» (имитируют роли клоуна, жонглера, животного и др.).

Цель: преодоление страхов темноты.

3.«Рисование страхов»

Цель: снижение эмоционального напряжения.

Дети приносят из дома очередной нарисованный страх, рассказывают о нем. Затем рисуют себя на листе не боящимся этого страха.

4. Упражнение «Горячие ладошки»

Дети встают по кругу и, касаясь ладошками, друг друга, говорят, что они чувствуют.

Подведение итогов занятия. Ритуал прощания.

ЗАНЯТИЕ 8.

«СПОКОЙНОЙ НОЧИ»

Цель: уменьшение психомышечного напряжения.

Материалы к занятию: магнитофон, спокойная музыка,

1. Упражнение «Росточек под солнцем»

Цель: повышение эмоционального настроения.

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. Игротерапия «Путаница»

Цель: развитие коммуникативных способностей.

Выбирается один водящий. Остальные дети запутываются, не расцепляя руки.

Водящий должен распутать клубок.

3. Упражнение «Волшебники»

Цель: формирование доверительных отношений.

Один из детей превращается в волшебника. Ему завязывают глаза и предлагают догадаться, кто будет к нему подходить; он ощупывают кисти рук.

4. Упражнение «Волшебный сон»

Цель: снижение эмоционального напряжения.

Все дети отдыхают и всем снится один и тот же сон, который рассказывает психолог.

5. Упражнение «Горячие ладошки»

Дети встают по кругу и, касаясь ладошками, друг друга, говорят, что они чувствуют.

Подведение итогов занятия. Ритуал прощания.

ЗАНЯТИЕ 9.

«НЕ СТРАШНО, А СМЕШНО»

Цель: формирование пути преодоления страха.

1. Упражнение «Росточек под солнцем»

Цель: повышение эмоционального настроения.

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 «Неваляшка»

Цель: формирование доверительных отношений.

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

3. Упражнение «Закончи предложение»

Цель: учить выражать свои мысли.

Детям предлагается закончить предложение:

Взрослые обычно боятся....; дети обычно боятся....; мамы обычно боятся....; папы обычно боятся....

4. Упражнение «Качели»

Цель: развитие эмоционального и мышечного расслабления.

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

Далее меняются.

5. Упражнение «Горячие ладошки»

Дети встают по кругу и, касаясь ладошками, друг друга, говорят, что они чувствуют.

Подведение итогов занятия. Ритуал прощания.

ЗАНЯТИЕ 10.

«КАК ПОБОРОТЬ СТРАХ»

Цель: снижение отрицательных эмоций.

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

1. Упражнение «Росточек под солнцем»

Цель: повышение эмоционального настроения.

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. Игротерапия «Баба - Яга»

Цель: учить детей на примере сказочных персонажей различать характер эмоционального состояния.

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».

3. Игротерапия «Комплименты»

Цель: учить выражать свои мысли.

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.

4. Упражнение «Солнышко в ладошке»

Цель: развитие социального доверия.

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....

5. Упражнение «Горячие ладошки»

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Результаты опытно-экспериментального исследования психолого-педагогической коррекции страхов детей 5-6 лет

Таблица 5 – Результаты исследования по методике «Паровозик» С.В. Валиева у детей 5-6 лет после формирующего эксперимента

Шифр испытуемого	Баллы	Результат
1.	3	Позитивное психическое состояние
2.	3	Позитивное психическое состояние
3.	5	Негативное психическое состояние низкой степени
4.	5	Негативное психическое состояние низкой степени
5.	7	Негативное психическое состояние средней степени
6.	4	Негативное психическое состояние низкой степени
7.	3	Позитивное психическое состояние
8.	4	Негативное психическое состояние низкой степени
9.	3	Позитивное психическое состояние
10.	4	Негативное психическое состояние низкой степени
11.	5	Негативное психическое состояние низкой степени
12.	2	Позитивное психическое состояние
13.	6	Негативное психическое состояние низкой степени
14.	3	Позитивное психическое состояние
15.	8	Негативное психическое состояние средней степени
16.	2	Позитивное психическое состояние
17.	7	Негативное психическое состояние средней степени
18.	3	Позитивное психическое состояние
19.	5	Негативное психическое состояние низкой степени

Позитивное психическое состояние – 42 % (8 чел.).

Негативное психическое состояние низкой степени – 42 % (8 чел.)

Негативное психическое состояние средней степени – 16 % (3 чел.)

Таблица 6 – Результаты исследования по методике «Страхи в домиках» (А.И. Захаров, М.А. Панфилова) у детей 5-6 лет после формирующего эксперимента

Шифр испытуемого	Количество указанных страхов	Результат
1.	4	Ниже нормы
2.	4	Ниже нормы
3.	7	Норма
4.	5	Ниже нормы
5.	5	Ниже нормы
6.	7	Норма
7.	9	Норма
8.	9	Норма
9.	5	Ниже нормы
10.	5	Ниже нормы
11.	7	Норма
12.	7	Норма
13.	6	Ниже нормы
14.	5	Ниже нормы
15.	7	Норма
16.	10	Выше нормы
17.	6	Ниже нормы
18.	5	Ниже нормы
19.	6	Ниже нормы

Выше нормы – 5 % (1 чел.).

Норма – 37 % (7 чел.).

Ниже нормы – 58 % (11 чел.).

Таблица 7 – Результаты исследования уровня страхов у детей 5-6 лет по методике «Нарисуй свой страх» А.И. Захарова после формирующего эксперимента

Шифр испытуемого	Результат
1.	Средний уровень
2.	Низкий уровень
3.	Низкий уровень страха
4.	Низкий уровень
5.	Низкий уровень страха
6.	Средний уровень
7.	Средний уровень
8.	Низкий уровень
9.	Средний уровень
10.	Средний уровень
11.	Низкий уровень
12.	Низкий уровень страха
13.	Низкий уровень
14.	Средний уровень
15.	Высокий уровень
16.	Средний уровень
17.	Средний уровень
18.	Низкий уровень
19.	Низкий уровень

Высокий уровень страха – 5 % (1 чел.).

Средний уровень страха – 42 % (8 чел.).

Низкий уровень страха – 53 % (10 чел.).

Таблица 8 – Расчет Т-критерия Вилкоксона для показателя методике «Страхи в домиках»

Испытуемый	Результат методики «до»	Результат методики «после»	Сдвиг	Абсолютное значение	Ранг
1.	5	4	-1	1	3,5
2.	6	4	-2	2	9,5
3.	10	7	-3	3	14
4.	5	5	0	0	-
5.	7	5	-2	2	9,5
6.	8	7	-1	1	3,5
7.	10	9	-1	1	3,5
8.	12	9	-3	3	14
9.	6	5	-1	1	3,5
10.	7	5	-2	2	9,5
11.	7	7	0	0	-
12.	7	7	0	0	-
13.	10	6	-4	4	16
14.	7	5	-2	2	9,5
15.	8	7	-1	1	3,5
16.	11	10	-1	1	3,5
17.	8	6	-2	2	9,5
18.	9	5	-3	3	14
19.	8	6	-2	2	9,5
Сумма рангов					136

$$n=19-3=16$$

$$\Sigma (R)_p = \frac{N*(N+1)}{2} = \frac{16*(16+1)}{2} = 136 - \text{ранжирование проведено верно}$$

$$T_{эмп} = 0$$

$$T_{кр} \text{ для } n=16 \left\{ \begin{array}{l} 23 (0,01) \\ 35 (0,05) \end{array} \right.$$