



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

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ  
КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ

**Психолого-педагогическая коррекция страхов дошкольников**

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

Проверка на объем заимствований:

74,5 % авторского текста

Работа рекомендована к защите  
рекомендована / не рекомендована

«21» 12 2022 г.

зав. кафедрой ТиПП

[подпись] Кондратьева О.А.

Выполнил:

студент группы ЗФ-310/270-2-1  
Мануйлова Елена Владимировна

Научный руководитель:

Доцент, кандидат психологических  
наук  
Рокицкая Юлия Александровна

**Челябинск  
2023**

## Оглавление

ВВЕДЕНИЕ.....	4
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ СТРАХОВ ДОШКОЛЬНИКОВ.....	9
1.1 Анализ проблемы страхов личности в теории психологии.....	9
1.2 Особенности проявления страхов у детей дошкольного возраста.....	19
1.3 Модель психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников .....	27
ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ СТРАХОВ ДОШКОЛЬНИКОВ.....	41
2.1 Этапы, методы, методики исследования.....	41
2.2 Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента.....	51
ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ СТРАХОВ ДОШКОЛЬНИКОВ.....	64
3.1 Программа психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников.....	64
3.2 Анализ результатов формирующего эксперимента.....	73
3.3 Психолого-педагогические рекомендации педагогам по коррекции страхов дошкольников.....	82
3.4 Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику.....	89
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	95
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	102
ПРИЛОЖЕНИЕ 1 Методики диагностики страхов дошкольников .....	114
ПРИЛОЖЕНИЕ 2 Результаты констатирующего эксперимента.....	119
ПРИЛОЖЕНИЕ 3 Программа психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников.....	130

ПРИЛОЖЕНИЕ 4 Результаты формирующего эксперимента.....	161
ПРИЛОЖЕНИЕ 5 Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику.....	172

## ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования страхов дошкольников напрямую связана со сложившейся сегодня ситуацией пандемии COVID-19, параллельно с развитием инфекционных пандемических процессов, происходит развитие так называемой «пандемии страха». По оценкам экспертов «пандемия страха» наносит не меньше вреда и представляет серьезную угрозу жизни и здоровью человека. Согласно научным исследованиям, происходит рост числа детей с проблемными вариантами развития различной этиологии, снижается уровень психического и физического развития, расширяются функциональные нарушения.

На формирование страхов дошкольников большое влияние оказывают родители. Повышенное беспокойство, а также непроработанные страхи родителей являются предикторами страхов детей. Взгляды, чувства, эмоции близкого взрослого человека, а также отношение к миру бессознательно формируют модель психики ребенка. Такие страхи, как пишет Л. В. Орлова, относятся к внушенным страхам и могут сопровождаться фобиями, тревожностью, заторможенностью, раздражительностью, общей социально-психологической дезадаптацией и вызывать множество других нарушений физического и психического здоровья.

Укрепление физического и психологического здоровья детей, обеспечение эмоционального благополучия детей составляют неполный перечень требований к условиям образовательной среды. Указанные требования содержит Федеральный образовательный стандарт дошкольного образования. Положения Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» также формулируют социальный заказ на воспитание инициативного человека, готового самостоятельно принимать решения в ситуации выбора [63].

Над феноменом «страх» работали отечественные и зарубежные ученые. Т.В. Абакумова, Н.А. Бердяев, В.И. Гарбузов, А.И. Захаров, Е.П. Ильин, А. Кемпински, А.В. Петровский, М.Г. Ярошевский составляют неполный список отечественных авторов, занимавшихся проблемой страхов в психологии. Зарубежные представители К. Изард, С. Кьеркегор, Дж. Уотсон, З.Фрейд, К. Ясперс рассматривали страх с позиции различных психологических подходов.

Л.С. Акопян, В.И. Гарбузов, В.И. Долгова, А.И. Захаров, Е.П. Ильин, В.С. Мухина, Р.А. Овчарова, Л.В. Орлова посвятили свои работы изучению и коррекции страхов в детском возрасте.

В.И. Долгова, Л.М. Фридман, В.А. Штоф посвятили свои труды изучению и разработки научного моделирования.

Таким образом, заявленная актуальность изучения страхов дошкольников и недостаточная теоретическая разработанность психолого-педагогической коррекции страха, составляют противоречие.

Цель исследования: теоретически обосновать и опытно-экспериментально проверить психолого-педагогическую коррекцию страхов дошкольников.

Объект исследования: страхи дошкольников.

Предмет исследования: психолого-педагогическая коррекция страхов дошкольников.

Гипотезой исследования выступило допущение о том, что в дошкольном возрасте доминирует такие виды страхов, как страх смерти, смерти близких, животных, сказочных персонажей, глубины, огня, войны, страх нападения, страшных снов; между доминирующими видами страхов и психоэмоциональным состоянием дошкольников существует положительная корреляционная взаимосвязь, а именно чем выше выраженность этих страхов, тем выше уровень тревожности дошкольников. Данное обстоятельство требует психолого-педагогической коррекции страхов и уровень страхов дошкольников снизится если:

1) разработать и реализовать модель психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников, состоящей из теоретического, диагностического, коррекционного и аналитического блоков;

2) разработать и реализовать программу психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников, включающей диалогическое рассказывание, игротерапию, арттерапию (рисунок, сказкотерапия), психогимнастика (психологические этюды) и релаксацию.

Задачи исследования:

1. Изучить проблему страхов в психолого-педагогической литературе.

2. Определить особенности проявления страхов у детей дошкольного возраста.

3. Разработать модель психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников и обосновать ее целесообразность.

4. Охарактеризовать этапы, методы и методики исследования.

5. Провести констатирующий эксперимент по выявлению страхов дошкольников.

6. Охарактеризовать выборку испытуемых и проанализировать результаты констатирующего эксперимента.

7. Разработать и реализовать программу психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников.

8. Проанализировать результаты формирующего эксперимента с использованием методов математической статистики.

9. Разработать технологическую карту внедрения результатов исследования и составить рекомендации воспитателям по снижению страхов дошкольников.

Теоретико-методологические основы исследования:

теоретические представления о развитии личности ребенка и его эмоциональной сферы, разработанные в отечественной общей и возрастной психологии (Л.С. Акопян, В.И. Гарбузов, В.И. Долгова, А.И. Захаров, Е.П. Ильин, Л.В. Орлова, В.С. Мухина);

- психологические концепции зарубежных ученых, в которых рассматривается понятие «страх» (К. Изард, С. Кьеркегор, Ф. Скиннер, Дж. Уотсон, З. Фрейд, К. Ясперс);

- теория научного моделирования (В.И. Долгова, Л.М. Фридман, В.А. Штоф).

Методологические принципы: единство интеллекта и аффекта, ведущей деятельности, учет сензитивных периодов, зоны ближайшего развития, единства сознания и деятельности.

Методы и методики исследования:

- теоретические методы: анализ, синтез, обобщение, систематизация литературных источников, целеполагание и моделирование;

- эмпирические методы: констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, тестирование;

- психодиагностические методы (тестирование, опрос): по методикам для выявления детских страхов «Страхи в домиках» А.И. Захарова и М.А. Панфиловой и для выявления психоэмоционального состояния «Паровозик» С.В. Велиевой, по методике анкета-опросник на тревожность детей Г.П. Лаврентьевой и Т.М. Титаренко;

- статистические методы математической обработки эмпирических данных: методы описательной статистики; критерий t-Стьюдента и корреляционный анализ Ч. Спирмена, t-критерий Ф. Вилкоксона.

Статистическая обработка данных производилась с использованием программы «SPSS 23.0 for WINDOWS».

Научная новизна исследования: разработана модель психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников.

Теоретическая значимость исследования: актуализация научной проблемы, касающейся психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников, углубление в проблему и методологическую разработанность с целью поиска решения и подтверждения выдвинутой гипотезы.

#### Практическая значимость:

– материалы выпускной квалификационной работы могут быть использованы в массовой практике курсовой подготовки психологов учреждений дошкольного и дополнительного образования;

– заявленный комплекс диагностических методик может рассматриваться как элемент оценивания уровня страхов дошкольников;

– теоретические положения и методическое обеспечение: программа психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников – может применяться в практике работы других дошкольных общеобразовательных организаций;

– разработана технологическая карта внедрения результатов исследования в практику.

База исследования: МДОУ ДС №16 г. Копейска Челябинской области. В исследовании принимали участие 27 детей дошкольного возраста 5-6 лет, из них 15 девочек и 12 мальчиков.

Апробация и внедрение.

Результаты исследования обсуждались на:

ежегодная 58-я научно-практическая конференция по итогам научной и инновационной деятельности научно-педагогических работников и обучающихся ЮУрГГПУ, секция 30 «Актуальные проблемы психологии формирования и развития личности» (Челябинск, 2022 г.).

Структура работы: работа состоит из введения, трех глав, заключения, списка использованной литературы и приложения.

# ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ СТРАХОВ ДОШКОЛЬНИКОВ

## 1.1 Анализ проблемы страхов личности в теории психологии

Распространенный и современный подход к проблеме страха, в психологии, относит его к эмоциональному проявлению природы человека и, в философском аспекте, к понятию иррационального плана. В связи с этим, получить однозначный ответ в психолого-педагогической литературе, на то, что же является страхом, довольно-таки сложно. Н.А. Бердяев полагает, что необходимо различать страх, связанный с низшими состояниями жизни, и страх духовный, связанный с высшими состояниями [92]. Биологический или животный страх для человека выполняет защитную функцию и очень даже целесообразен, несмотря на то, что опасность, вызвавшей страх, может быть и мнимой. Когда же мы говорим о человеке, как о существе социальном, страх может служить препятствием на пути к поставленным целям. В этом заключается отрицательная роль страха, как инстинктивной развивающей силы, приводящая к трудностям на пути к благополучной социализации человека. Такие страхи могут стать источником различных психоэмоциональных нарушений, в том числе неврозов и психозов.

Неврозы и другие нарушения здоровья человека требуют своевременной диагностики и коррекции, что в свою очередь подразумевает отличное владение теоретической базой в понимании проблемы страха в психолого-педагогической литературе [60]. Отечественная психология долгое время не уделяла проблеме страха должного внимания. Фокус внимания на исследования страхов советскими психологами, был направлен только после всестороннего изучения страха зарубежными учёными в разных психологических подходах и то только в основном в рамках психологии эмоций и детской психологии. Таким образом, теоретических исследований проблемы страха на сегодняшний день недостаточно.

Над проблемой страх в отечественной психологии работали такие ученые как Т.В. Абакунова, В.И. Гарбузов, А.И. Захаров, Е.П. Ильин, А. Кемпински, А.В. Петровский, М.Г. Ярошевский. Среди зарубежных ученых можно выделить К. Изарда, У. Джемса, Г. Крайга, С. Кьеркегора, Дж. Уотсона З.Фрейда и К. Ясперса.

Недостаточность разработанности проблемы страхов в психолого-педагогической литературе и причинность страха в проявлении многих нарушений здоровья обуславливают актуальность теоретического изучения проблемы страха.

За долгое время изучения проблемы страха множество ученых и психологов выражали свое понимание и давали различные трактовки и классификации понятию страх. В рамках исследовательской работы необходимо обозначить границы, которые будут заданы понятийно-категориальным аппаратом. Для этого проанализируем понятие «страх» через существующие определения, классификации и факторы, вызывающие страх. Среди множества дефиниций страха, указывающих на эмоциональную сферу личности, существуют у таких зарубежных ученых как У. Джеймс, К. Изард, Г. Крайг, З. Фрейд. Так, например, У. Джеймс дает определение страху как одной из трех самых сильных эмоций (две другие – гнев и радость) и относит страх к базовым инстинктам [18]. К. Изард считал, что страх является сильной эмоцией, переживаемой как беспокойство или тревожное предчувствие. Причем это одна из самых опасных эмоций, способная привести даже к смерти [30]. Г. Крайг, считал, что страх является эмоцией, избегаемой или сводимой человеком к минимуму, но в то же время страх, если проявляется в мягкой форме, может побуждать человека к научению [42]. И наконец, З. Фрейд, определял страх как аффективное состояние, заключающееся в ожидании какой-либо угрозы. Страх перед чем-то конкретным он называл боязнью, а патологический страх – фобией [81].

Зарубежные представители С. Кьеркегор, Ж-П. Сартр, К. Ясперс понятие страх рассматривали с точки зрения экзистенции. С. Кьеркегор, в книге «О понятии страха», говорил об эмпирическом страхе – боязни перед конкретной опасностью и безотчетном метафизическом страхе – тоске, специфической для человека. Для С. Кьеркегора страх – это как неотъемлемая часть свободы выбора и стоящей за ней ответственности, присущий человеческой природе [46]. Ж-П. Сартр утверждает, что такие понятия как тревога и беспокойство, порожденные внутренним конфликтом, необходимый этап в развитии личности. Внутренний конфликт выступает подсказкой о необходимости сделать жизненно важный выбор. Страх выбора обуславливает страх перед самим собой [68]. К. Ясперс рассматривал феномен страха в рамках философского осмысления будущего. К. Ясперс объясняет позитивную сторону страха в том, что страх лишает человека «ложного покоя», вносит движение в инертную жизнь человека и заставляет его задуматься о своей судьбе. Поэтому страх стимулирует человека не только к размышлению о своей судьбе, но и дает человеку возможность остаться самим собой, сохранить свою идентичность. Если человек в нестабильных условиях берет на себя инициативу, он преодолевает страх посредством «трансцендентно» обоснованного самосознания свободы [70].

Среди отечественных ученых, трактовавших страх с позиции эмоциональной природы, были Л. С. Выготский, А. И. Захаров, Е. П. Ильин, В. М. Лейбин, А. В. Петровский, М. Г. Ярошевский. Л. С. Выготский предлагал понимать страх как очень сильную эмоцию, оказывающую серьезное влияние на поведение человека, а также на его перцептивные и когнитивные процессы, ограничивающую мышление, восприятие и свободу выбора [9]. В определении А. И. Захарова, страх – это фундаментальная эмоция человека, которая возникает в ответ на действие стимула, несущего угрозу [23]. Страх как эмоциональное состояние, звучит в определении Е.П. Ильина, служащий отражением защитной биологической реакции

индивида в момент переживания им мнимой или реальной опасности для благополучия и здоровья [31]. Страх как психическое состояние оценивает В. М. Лейбин, которое связано с мучительными переживаниями и вызывает действия, направленные на самосохранение [47]. А.В. Петровский и М.Г. Ярошевский дают следующую дефиницию страху: «Страх – эмоция, возникающая в ситуациях угрозы биологическому или социальному существованию индивида и направленная на источник действительной или воображаемой опасности» [65].

Таким образом, как зарубежные, так и отечественные ученые в понимании страха, сходятся в одном, в подчеркивании эмоциональной или инстинктивной природы, но в отличие от страха животных, человек способен предвосхищать событие, которое будет выражаться в тревожном переживании. Синтезируя и обобщая философский и психологический взгляды на понимание страха, сформулируем определение страха, которое будет создавать весь тон нашей работы. Страх – это сущностная составляющая человека, имеющая иррациональную природу (эмоциональную), которая под действием социокультурного влияния трансформируется в образы рационального сознания, и служит защитой биологического организма и показателем развития сознания.

В философской литературе в определении «страх» существует ярко выраженная дихотомия: «биологический - социальный», «эмпирический - метафизический» [46, 92]. Дихотомия определения страха дает первую предпосылку к простейшей классификации страхов. Т.В. Абакумова, А.И. Захаров, Р.В. Овчарова, Л.В. Орлова, Б. Карвасарский, А. Кемпински, С. Кьеркегор, З.Фрейд, Ю.В. Щербатых и другие ученые разработали свою классификацию страхов. Рассмотрим несколько из них:

Ю.В. Щербатых классифицировал страхи на такие как: «природные» страхи: атмосферные явления, астрономические явления, вулканы и землетрясения, животные; «социальные» страхи: страх ответственности, страх перед экзаменами, страх публичных выступлений, социальных

контактов, ответственности; «экзистенциальные» страхи: страх несуществующих явлений, страх темноты, «внутренние» страхи (страхи собственных мыслей и поступков), страх будущего, страх смерти, страх пред временем, страх неизвестности и так далее.

Ю.В. Щербатых полагает, что все три страха можно считать составляющими любого страха, одна из которых является доминирующей. Также Ю. В. Щербатых разделяет страх по силе: от легкой тревоги до ужаса и по ясности: страхи понятные и неосознанные. Отдельная категория страхов у Ю. В. Щербатых заняла позиция детские страхи: страх одиночества, посторонних людей, конкретной угрозы извне, сказочных образов, врачей, резких звуков, «социально заимствованные» страхи и другие [91].

Т.В. Абакумова предлагает несколько критериев для классификации страхов: объективные источники возникновения страха (биологические, техногенные, планетарные и космические страхи): отсутствие представлений о полноте и целостности окружающей действительности (социальные и детские страхи); онтологические (религиозный, экзистенциальный, страх смерти) и гносеологические (страхи от избытка информации) [1].

А. Кемпински, выделяет такие вида страха, как: биологический страх, который связан с угрозой собственной жизни; социальный страх, связанный с нарушениями контактов в социальной сфере и моральный страх, возникающий тогда, когда индивид не принимает поведения и нормы, предлагаемые окружающими [24].

А.И. Захаров противопоставляет ситуационные и личностно-обусловленные страхи. По его мнению, ситуационный страх возникает в опасной или шокирующей обстановке, а личностно обусловленный страх предопределен характером человека, например его тревожностью. Ситуационные страхи являются реальными и острыми, а личностные - воображаемыми и хроническими [21].

3. Фрейд классифицировал страх на реальный и невротический. Реальный страх – это страх, возникает в виде реакции на реальную, внешнюю опасность и является выражением инстинкта самосохранения. Невротический страх как результат вытесненного сексуального влечения, субъективен по своему характеру, связан с внутренней угрозой, неизвестной человеку. Попытка спастись, убежать от внутренней угрозы ведет к неврозу. Невротический страх дифференцирован на страх перед «Оно» и страх перед «Сверх-Я». Страх перед «Оно» - страх перед внутренней опасностью, вызванной требованиями влечения. Страх перед «Сверх-Я» – это страх совести. Считается, чем больше стремление личности к получению удовольствия, тем сильнее проявляется страх перед Сверх-Я. Невротический страх, образованный в результате подавления постыдных по общественным меркам желаний, приводит к невротическим заболеваниям, человек становится агрессивным, апатичным, раздражительным. Все три страха сосредоточены в «Я». Замещение того, что по каким-то причинам не смогло проявиться приводит к невротическому симптому. Возникновение фобий происходит в результате невротического симптома и защитных механизмов [81].

Каждая из представленных классификаций содержит биологический (инстинкт самосохранения) и социальный факторы. Социальный фактор тождественен по содержанию со страхом З. Фрейда перед «Сверх-Я». Моральный страх А. Кемпински также имеет схожее значение со страхом З. Фрейда перед «Сверх-Я» (страх совести). Экзистенциальный страх Ю.В. Щербатых включен в онтологический источник страха Т. В. Абакумовой и представляет собой страх, порожденный конфликтом двух страхов З.Фрейда перед «ОНО» (страх индивидуальности) и страха перед Сверх-Я (страх осуждения индивидуальности). Детские страхи выделили в своей классификации Ю. В. Щербатых и Т. В. Абакумова. Т. В. Абакумова отдельным критерием вынесла гносеологические страхи

(страхи от избытка информации). Таким образом, все рассмотренные классификации так или иначе пересекаются и имеют схожий смысл.

Опираясь на сформулированное ранее рабочее определение исследовательской работы, а также синтезируя и обобщая проанализированные существующие классификации, страхи условно можно разделить на три категории: иррациональные страхи, экзистенциальные страхи и рациональные страхи.

В иррациональных страхах заключается страх, который невозможно себе представить в сознании, в большей степени характеризуется эмоциональным переживанием, в виде необъяснимой тревоги и беспокойства. Иррациональный страх в силу неизвестности, не поддается вербальному описанию. О существовании иррационального страха можно судить по поведению человека или путем проникновения в бессознательное человека.

Экзистенциальный страх — это страх перед жизнью (непонятное, таинственное, бессмысленность существования), пространственные страхи (одиночество, темнота, замкнутое или открытое пространство), страх перед временем (будущего и смерти), перед собой (страх свободы, потери контроля, страх сойти с ума). Экзистенциальный страх является той точкой, в которой происходит трансформация сознания человека, точка в которой происходит встреча эмоции и мысли, иррационального и рационального, которая выливается в переживание. Это тот момент, когда человек наконец-то осознал предмет своей необъяснимой тревоги и нашел объяснение своему беспокойству. Экзистенциальный страх возникает на конфликт сознательного и бессознательного. Например, когда человек осознает, знает что-то, но закрывает на это глаза, не желая эмоционировать и переживать какую-то ситуацию, то есть отключает свои чувства, которые могли бы расширить его внутренний мир и сознание. В это время эмоции (энергия) никуда не деваются, а копятся и однажды все равно прорвутся и принесут очень болезненные переживания. Проще говоря, энергия, идущая из

иррационального плана, ищет выход в рациональном плане, а гармонизация двух планов идет на уровне экзистенции в виде переживания, который дает новый виток в развитии сознания. Экзистенциальный страх, как полагает И. Л. Станиславова, формирует или раскрывает внутренний мир человека [73].

К страхам рациональным (предметным) относится внешний мир человека. Рациональные или сознательные страхи — страхи образ которых приобрел форму в материальном мире, продукт работы сознания и результат взаимодействия с социокультурной средой. Рациональные страхи – это страхи, которые можно описать вербально, человек их осознает. Причем все рациональные страхи можно разделить на конструктивные и деструктивные. Конструктивные страхи служат механизмом защиты жизни человека и являются предикторами развития психики. Гармоничный механизм регуляции бессознательного и сознательного в человеке указывает на положительное влияние страха, на развитие осознанности человека. Конструктивный страх, в результате застревания во времени, превращается в деструктивный страх, который ведет к заболеваниям невротического характера. Неверно обозначенный в сознании человека иррациональный страх также приводит к неврозам и психозам. Например, когда мы говорим о страхе перед собакой, в особенности чужой, мы имеем конструктивный страх, приводящий к пониманию, что нужно быть осторожным, но когда мы говорим о страхе, перед птичьим пером или другим совершенно безопасном объекте, мы должны понимать, что данный страх говорит о невротическом характере проявления страха, а может быть даже характеризует наличие психоза.

Любой страх, который находится в зоне сознания, уже содержится в трех планах: рациональный (на уровне мысли), иррациональный (на уровне эмоции), экзистенциальный (на уровне чувства, единства мысли и эмоции). Например, человек боится землетрясения, в момент погружения в этот страх он имеет какое-то образное представление (рациональный страх), испытывает тревогу (иррациональный страх), что находит свое оправдание

в существовании экзистенциального страха смерти и неизвестного будущего.

Первостепенная роль в формировании страхов рационального характера отводится культуре и социальной среде, в которой находится человек. Второстепенная, но не менее значимая роль, отводится индивидуальным особенностям психики человека. Так чувствительность, ранимость, тонкость души человека будет оказывать огромное влияние на формирование страхов. Поэтому необходимо определить, где находится источник формирования страха внутри (внутренние источники) или снаружи (внешние источники) человека, проявление обусловлено ситуацией или личностью человека. Далее необходимо разобраться в реальности ситуации, которая является источником формирования страхов. Так, например, увидя медведя в открытой природе, появится реальный страх угрозы жизни, но страх, образованный в ситуации с медведем в условиях зоопарка, будет говорить о мнимом страхе, результатом воображения.

Внутренние факторы страха заложены генетикой человека. Страхи, источником которых служит генетика, изначально проявляются в безусловной реакции на стимул и с развитием сознания в способности к когнитивной оценке. Дж. Уотсон выделял несколько стимулов, провоцирующие врожденные безусловные реакции страха: удары и толчки, внезапная потеря опоры и внезапные громкие звуки. В процессе адаптации к жизненным условиям у человека образуются новые стимулы. Различные страхи и тревожные состояния формируются в первые годы жизни. Приобретенные страхи обладают высокой стойкостью, легкостью переноса на аналогичные ситуации и стимулы [10]. Согласно другому представителю Ф. Скиннеру, развивавшего модель оперантного обуславливания, страх можно не только вызвать, но и поддерживать и закреплять под действием подкрепления, происходящего после боязливости поведения [69].

Внутренний фактор порождения страха, как генетическая способность человека к когнитивной оценке, по мнению представителей

когнитивной психологии, может быть вызвано особой когнитивной обработкой информации и не зависеть от информации «на входе». Причем запуск процесса обработки информации может быть инициирован как произвольно, так и непроизвольно. К непроизвольным относятся: убеждения (установки), паттерны, схемы и шаблоны мышления, которые в свою очередь относятся к источникам приобретённых страхов [50, 71]. Так, например, А. Бандура считает, что человеку достаточно посмотреть на то, чего бояться окружающие, в особенности близкие люди, чтобы начать бояться того же, так как новые модели поведения и эмоциональные реакции рождаются в результате подражания [53]. Отсутствие осознания своих убеждений и паттернов будет приводить к искажению поступающей информации, а страх будет восприниматься как реакция на стимул. Страх, порожденный мыслительным процессом, может настолько увеличить страх, что полностью заблокирует возможность когнитивной обработки информации и произвольного управления поведением. Не последнюю роль в усилении страха играет воображение. В состоянии аффекта или при временных психических нарушениях, восприятие реальности происходит через продукты воображения, вызванных страхом.

К внешним факторам относятся процессы, ситуации и явление окружающей действительности или обобщённо внешний мир человека. Страхи, вызванные предметом, человеком, явлением природы, животным, неверным воспитанием, гиперопекой, гипоопекой, внушением, запускают внутренние факторы. Так, например, страх животных, насекомых, грозы, стихий, войны, пожара, ситуаций, связанных с причинением физического ущерба, напрямую или косвенно указывают на страх смерти через когнитивную оценку, запускающую инстинктивную реакцию (внутренние факторы), направленную на сохранение жизни.

Подводя итог можно сказать, что внутренние и внешние факторы взаимно обуславливают друг друга. Внешние факторы активируют внутренние, а внутренние факторы способны привлекать внешние факторы.

Такое понимание находит свое отражение в высказывании С. Л. Рубинштейна о том, что основу сознания, как неразрывное единство, представляет взаимосвязь знания и переживания [67]. А в культурно-исторической концепции Л. С. Выготского краеугольным камнем был принцип единства аффекта и интеллекта. Знание или информация об окружающей действительности как внешний источник страха формируется на основе интеллектуального процесса (внутренний источник), выражающийся во внутреннем переживании опыта. Внутренний конфликт, между внешним и внутренним, между социальным и биологическим, существует как потребность в анализе существующего положения, результатом которой будет приобретение осознанности.

Таким образом, страх как понятие в психологии имеет множество трактовок, интегрируя изученные подходы, делаем вывод, что страх имеет инстинктивную природу, но в результате взаимодействия с социумом приобретает предметную направленность. Страх может существовать на уровнях иррациональном, экзистенциальном и рациональном. Внешние и внутренние источники страхов взаимно обуславливают друг друга.

## 1.2 Особенности проявления страхов у детей дошкольного возраста

На сегодняшний день, согласно научным исследованиям, происходит рост числа детей с проблемными вариантами развития различной этиологии, снижается уровень психического и физического развития, расширяются функциональные нарушения [37]. Спектр переживаний и страхов у детей дошкольного возраста расширяется. Отмечается внутренняя психологическая напряженность. Это связано, прежде всего, с расширением границ доступности средств массовой информации, распространению игр на смартфонах и компьютерных игр, а также перестройкой семьи как социального института. Перед педагогами и психологами образовательных учреждений стоит сложнейшая задача воспитать человека интеллектуально

и психически развитого. В условиях эпидемий, изменений социально-экономической ситуации в стране, это действительно непростая задача.

Непростой задачей также является своевременное выявление патологических состояний ребенка, вызванных страхами [75, 82]. Это связано с тем, что страхи в дошкольном возрасте достаточно распространённое явление, в связи с динамичностью развития, как эмоциональной сферы, так и других психических явлений, мышления, памяти, воображения, речи [96]. Страхи, вызванные возрастными особенностями, при правильном отношении и понимании причин их возникновения чаще всего имеют временный характер [22]. Соответственно выявить патологическое воздействие страхов, имеющих затяжной характер необходимо как можно раньше, что требует определенных знаний о страхах и их особенностях протекания в дошкольном возрасте.

Над проблемой страхов в дошкольном возрасте работало не так много ученых, так как отечественная психология начала развиваться только в начале 20 века и акцент на изучение страхов детей был сделан намного позже. Существует не так много работ отечественных психологов, посвященных страхам дошкольников, поэтому актуальность исследований проблемы страхов и недостаточная разработанность обуславливает актуальность нашей работы.

Л. С. Акопян, В. И. Гарбузов, А. И. Захаров, Е. П. Ильин, Р. А. Овчарова, Л. В. Орлова, В. С. Мухина и другие работали по проблемам страхов детей в рамках отечественной психологии. В зарубежной психологии над проблемой страхов детей работали такие ученые как О. Ранк, З. Фрейд и другие.

На основании классификации страхов, полученной в результате обобщения психологической литературы в первом параграфе исследования, рассмотрим основные особенности проявления страхов у детей дошкольного возраста. Для этого адаптируем нашу универсальную классификацию страхов к страхам дошкольников. Выполнить такую задачу

представляется возможным только после всестороннего изучения особенностей развития психики ребенка дошкольного возраста, а также выявления причин, способствующих развитию тех или иных страхов дошкольников.

Дошкольный возраст считается самым характерным возрастом в проявлении различных страхов. Это связано, как было сказано в начале, с динамичностью развития как эмоционально-мотивационной сферы и самосознания, так и других психических явлений, таких как мышление, восприятие, память и речь. А. И. Захаров полагает, что страхи, вызванные возрастными особенностями, при правильном отношении и понимании причин их возникновения чаще всего имеют временный характер [22]. Л. С. Акопян считает нормативные (возрастные) страхи важным звеном в регуляции поведения детей, которые служат положительной адаптационной функцией [3].

А. И. Захаров и В. С. Мухина сходятся во мнении, что генерированию специфических возрастных страхов способствует приобретенный индивидуальный опыт взаимодействия с окружающим миром [20, 58]. Об успешности прохождения данного возрастного этапа будет говорить приобретённая устойчивая форма эмоциональной саморегуляции. Знание источников детских страхов и особенностей психического развития детей на каждом этапе дошкольного возраста позволяет как раз таки обрести успех прохождения данного этапа.

Каждый период дошкольного возраста будет раскрывать новые страхи. Это не значит, что до 3-х лет ребёнок не испытывает страха. Страх появляется с момента рождения и заложен самой природой человека. В нашей классификации – это иррациональный страх, обусловленный генетикой, как одним из факторов возникновения страха. Данный страх является первичным и служит инстинктом самосохранения, относится к самым загадочным явлениям человечества. Основное проявление иррационального страха у детей в первый год жизни будет выражаться в

поведенческом аспекте через тревогу, беспокойство и капризность. По мнению А. И. Захарова, страх и тревога, объединяются общим чувством беспокойства. Особенно данные проявления заметны в кризисные точки развития сознания, в результате выхода из которых у ребенка можно наблюдать какие-либо новообразования в виде навыков и умений [20]. Постепенное развитие сознания, будет порождать такие рациональные страхи как страх отсутствия в поле зрения мамы (близкого человека), страх незнакомых людей, страх громких звуков, смены обстановки. А такие проявления как крик будет говорить о запросе в проявлении заботы и внимания к незащищенному ребенку. Так или иначе, проявление иррационального страха, связано с инстинктом самосохранения жизни.

Инстинкт самосохранения жизни в дошкольном возрасте от 3-х до 7 лет находит свое отражение в сознательной части психики ребёнка, через активацию экзистенциальных страхов. На каждом этапе дошкольного возраста с развитием самосознания будет преобладать свой экзистенциальный страх. Так в возрасте 3 – 5 лет преобладает страх перед пространством (замкнутым или открытым), темнотой и одиночеством. Страх одиночества берущий начало в возрасте 1-3 лет и выражающийся в боязни разлуки с родителями находит свое продолжение или проекцию в рациональных (осознаваемых) страхах в возрасте 3-5 лет, таких как страх темноты, страх замкнутого пространства и других.

Развитие самосознания в 5-6 лет приводит к осознанию конечности жизни и как следствие к появлению экзистенциального страха перед смертью. Страх смерти близких людей, в частности родителей, восходит своими корнями к более раннему страху одиночества, и является показателем осознанного или неосознанного существования страха собственной смерти, в результате невозможности обеспечить себе безопасность, выживание. В. В. Зеньковский и Л. В. Орлова полагают, что данному виду страха больше подвержены чувствительные и

впечатлительные дети, с определенной зрелостью и глубиной чувств [25, 61].

В результате развития воображения в 5-7 лет наиболее часто встречаются и по А.И. Захарову являются доминирующими, такие рациональные (существующие в зоне осознания) страхи, как страхи животных, чудовищ и сказочных персонажей, страшных снов. Также к доминирующим (характерным данному возрастному этапу) относятся страхи: нападения, стихий, пожара, огня, войны, глубины, которые также восходят своими корнями к экзистенциальному страху смерти, пробуждают иррациональные страхи, тревогу, то есть влияют на психоэмоциональное состояние. Осознанное или неосознанное понимание того, что ждет дальше, что же находится за чертой смерти, вызывает чувство беспокойства.

С другой стороны, как считает И. Л. Станиславова, тревога мобилизует жизненные ресурсы организма, что является одним из основных положительных свойств страха [73]. По Е. П. Ильину роль страха всегда положительная, так как функционально в страхе содержится способность выбрать стратегию поведения [32]. Хотя реакция в выбранной стратегии может быть не самой экономичной, но сконцентрирует на важных сигналах об опасности, способной нанести вред здоровью и даже жизни. Осознание возможности существования выбора стратегии поведения, говорит о благополучном развитии психики и определенной осознанности ребенка.

Воображение имеет функцию защиты и участвует в коррекции страхов. Но изучая воображение детей с аффективным поведением, наблюдается неразвитость внутренней позиции, которая считается основной составляющей воображения. Особенностью детей с аффективным поведением считается сложность в переосмыслении ситуации, невозможность управлять ситуацией. Воображение у таких детей часто становится источником их собственных страхов, несущие вымышленную угрозу [41].

Несформированность понимания собственного внутреннего мира, неочерченные границы личного пространства делают ребенка дошкольного возраста уязвимым к различным видам внушениям, исходящие от взрослого человека и социума. Внушенные страхи дошкольников, составляют рациональные страхи нашей классификации, являются результатом усвоения чужого опыта. Страхи и тревога родителей находят отражение в страхах и тревогах их детей [13, 61, 93]. Авторитет взрослых, основная функция которых заключается в обеспечении безопасности и защищенности ребенка, делает открытым психическое пространство ребенка для принятия психических состояний родителей. Мнительность и неуверенность в себе родителей «заражают» внутренний мир ребенка, без того неокрепшего и непонятного для самого ребёнка. Приобретенная внутренняя тревога ребенка, имеющая затяжной характер, в результате развивающегося воображения со временем может трансформироваться в различные невротические страхи, фобии.

Генезис внушенных страхов ребенка также лежит в основе родительских установок и запугиваний как средство контроля и социализации детей. Социальный страх выполняет роль адаптации к среде в виде наложения системы требований, круга прав и обязанностей. Повышаются отводимые ребенку степень самостоятельности и ответственности за свои поступки. Но развитие моральных качеств и долга могут сформировать такие страхи рационального характера, как страх наказания, страх быть плохим, страх неудачи, страх непризнания, страх публичности.

Таким образом, мы связали рациональные, экзистенциальные и иррациональные страхи со страхами детей. Обладание различными видами страхов считается естественным проявлением развития ребенка. Но в случае, продолжительного влияния возрастных страхов они могут трансформироваться в деструктивные, невротические страхи, оказывающих неблагоприятное воздействие на физическое и духовное здоровье ребенка.

А так как грань между возрастным, преходящим страхом и невротическим очень тонка, существует большая вероятность того, что страх не будет воспринят серьезно. Легкомысленное отношение к невротическим страхам может привести к психозам.

Показателем наличия деструктивных, дисфункциональных (невротических) страхов являются неуверенность в себе, низкая самооценка, развитие чувства вины, напряжение и скованность в теле. А не имеющие предела тревога и беспокойство действуют разрушительно на здоровье, вызывая болезни, плохой сон, агрессивность, заикание, навязчивые движения. По Е. П. Ильину, личность ребенка отличается слабой контактируемостью с окружающими, снижением активности, любознательности, любопытства вследствие потери гибкости и скованности мышления [31]. От того насколько благоприятно прошёл каждый из этапов детства будет зависеть благополучие жизни уже взрослого человека [76]. Поэтому отечественные и зарубежные ученые в основном уделяли внимание невротическим страхам.

Невротические страхи, по мнению Р. В. Овчаровой, характеризуются большой эмоциональной интенсивностью и напряжённостью, длительностью протекания или постоянством, негативным влиянием на формирование характера и личности, наличием связей и взаимоотношений с другими невротическими расстройствами и переживаниями, избеганием объекта страха. Велика вероятность развития невротических страхов у детей, обладающих повышенной восприимчивостью к окружающей среде. И может быть обусловлено нарушением семейного климата, проявляющимся в эмоциональной отдаленности, конфликтных отношениях, отсутствия значимых взрослых, выступающих гарантом безопасности, заботы, понимания, поддержки, положительного авторитета. При попадании в образовательную среду, выражение, данные проявления, могут найти в проблемах социализации, замкнутости, боязни как педагогов, так и сверстников, боязни не реализовать ожидания окружающих [60].

Ряд исследователей таких как, Д. А. Бычковский, А. В. Запорожец, Н. И. Шелковникова, Ю. А. Фесенко полагают, что наличие стрессовых ситуаций в жизни ребенка, вызванных постоянными ссорами и конфликтами в семье, неуважительное отношение к личности ребенка со стороны родителей, развод с делением ребенка способствует формированию у него таких черт характера как застенчивость, неуверенность в себе, боязливость, тревожность, мнительность, робость, нерешительность [19, 77, 88]. Психологический стресс является одной из самых весомых причин возникновения невротической реакции и может привести в конце к стойким болезненным переживаниям неудачи, внутренним конфликтам, чувств недостижимости жизненных целей, невосполнимости потери.

Интересно, что не все ученые считали детские неврозы нежелательным приобретением детской психики. Положительная роль детских неврозов, вызванных страхами, подчеркивалась представителями психоанализа, которые понимали невроз не только как болезнь, но и как способ развития психики. Например, К. Г. Юнг понимал неврозы не только как нарушение, но и как необходимый импульс для «расширения» сознания и, следовательно, как стимул к достижению зрелости (исцеление). С такой же точки зрения, объяснял неврозы отечественный психолог В. И. Гарбузов, психические нарушения - не просто неудача, болезнь или задержка развития, но побуждение к самореализации и личностной целостности [11].

О. Ранк «в травме рождения ее значение для психоанализа» анализирует наиболее глубокий, но неизбежный травматический опыт в жизни каждого человека - травму рождения. В ней он видит важнейший элемент психического развития, причину всех страхов и неврозов. Желание вернуться во внутриутробное состояние как основополагающую силу, управляющую психической жизнью индивида, выдвигая на этом основании концепцию о негативном влиянии родовой травмы на развитие личности и формировании позитивных отношений. Чем раньше ребенок получает

психическую травму, тем более глубокие слои личности оказываются деформированными у него во взрослом состоянии [74].

Подводя итог, необходимо отметить, что под особенностями проявлений страхов дошкольников понимается наличие прямых или косвенных признаков, указывающих на страх. Под прямыми признаками подразумеваются страхи, выявленные вербально в процессе беседы с ребенком, под косвенными признаками понимается наличие негативного психоэмоционального состояния, которое может выражаться в поведенческих реакциях таких как, смущение, застенчивость, беспокойство, тревожность, неуверенность, отсутствие сосредоточенности, плохой аппетит и других симптомов. Анализ психолого-педагогической литературы показал, что доминирующими (характерными) страхами детей дошкольного возраста в период с 3-5 лет считается страх темноты, страшных снов, одиночества, замкнутых пространств, а в возрасте 5-7 лет доминирующим становится страх смерти и связанные с ним страхи: животных, стихийных бедствий, огня, страшных сов, сказочных персонажей, войн, причинение физического ущерба, глубины. Доминирующие страхи обусловлены возрастными особенностями психического развития ребенка и оказывают существенное влияние на психоэмоциональное состояние детей дошкольного возраста.

### 1.3 Модель психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников

Психокорреция относится к одному из направлений оказания психологической помощи. Как и психопрофилактика, психолого-педагогическая коррекция страхов дошкольников ориентирована на здоровую личность или здоровую сторону личности, независимо от степени нарушения и призвана помочь субъекту достичь успеха и благополучия на определенной стадии психосоциального развития. Поскольку, как это было сказано ранее, страхи дошкольного возраста носят возрастной или

преходящий характер, то коррекционная и профилактическая работы будут тесно взаимосвязаны и пересекаться по своим задачам.

Психокоррекция – это совокупность психологических приемов, используемых психологом для «исправления недостатков психологии или поведения психически здорового человека». Конечной целью комплекса мер психологической интервенции в коррекционной работе является психологическое здоровье индивидуума. Психологическое здоровье, по определению И. В. Дубровиной, относится к интегративной характеристике личности, обеспечивающая ее внутреннюю согласованность и саморегуляцию, успешную адаптацию и самореализацию в конкретных условиях социального существования [64]. Психологическое здоровье базируется на трех компонентах: аксиологической (осознание ценности своего Я и ценности Я других людей), инструментальной (владение рефлексией) и мотивационной (потребность в саморазвитии). Психологическое здоровье субъекта подразумевает актуализацию внутреннего источника активности и осмысленности выбора пути своего развития. В связи с тем, что субъект, на которого направлено воздействие, не изолирован от социальной среды, психологическая коррекция не ограничивается внутриличностной сферой, поэтому к участию в процессе исправления приглашаются значимые люди из ближайшего окружения, и прежде всего это члены его семьи.

Ф. Р. Филатов полагает, что понятие «коррекция» буквально означает «исправление». «Психологическая коррекция» подразумевает необходимость корректировки, т. е. «исправления» определенных психологических особенностей личности, затрудняющих ее полноценное развитие и взаимодействие с другими людьми [78]. Основной направленностью психолога в коррекционной работе считается возврат субъекта в поле адаптационных возможностей, а также расширение адаптационных возможностей субъекта в его актуальной жизненной ситуации и изменение поведения субъекта. Коррекционная работа

охватывает не только актуальную ситуацию развития на данном возрастном этапе, но и нацелена на перспективу, зону ближайшего развития субъекта. Психокоррекционная работа предполагает точечную психологическую интервенцию, направленную на изменение конкретной подсистемы взаимоотношений, самооценки, установок и поведения, а также устранение предпосылок дисфункциональных и дезадаптивных состояний и не предполагает системного психологического влияния на личность с целью ее всесторонней и глубинной трансформации или интеграции («исцеления»). В основе разработки психолого-педагогических коррекционных программ лежит принцип создания психолого-педагогических условий, в результате которых существует возможность сбалансировать развитие отдельных структурных компонентов личности как целостности.

По мнению Ю. А. Рокицкой, создание психолого-педагогических условий - организованный управляемый процесс формирования как со стороны общества (в частности образования), так и использование самой личностью возможностей саморазвития. По своей сути «условия» – это та среда, в которой обсуждаемый процесс возникает, существует, развивается, однако без заданных условий процесс функционировать не может. «Основной цели можно достичь, если исследуемые условия, взятые в единстве внутренние (самодвижение) и внешние (среда) будут дополнять друг друга», считает Ю. А. Рокицкая [66].

Различные психологические теории личности выстраивают свой фундамент психокоррекционной работы. Каждая теория в своей основе имеет свои доминирующие факторы, участвующие в динамике психических процессов и в определении становления индивидуума личностью. Так в психоаналитической теории, главенствующая роль в которой занимает бессознательное, коррекционное воздействие на симптом осуществляется через анализ и поиск причины. В теории бихевиоризма, предметом изучения которой является поведение, фокус внимания направлен на коррекцию взаимодействия индивидуума с окружающей социальной

средой, в частности выработку навыков уверенного и эффективного взаимодействия в общении. Когнитивная теория в качестве основы психокоррекции подразумевает работу с преобразованием представлений, убеждений, ограничивающих индивидуума на пути к успешной и благополучной жизни. Таким образом, методология психокоррекционной работы будет зависеть от понимания природы личности и критериев ее развития. Помимо этого, в выборе направления психокоррекционного воздействия, не последнее место, занимает выбор формы организации психокоррекции. Классифицируют психокоррекцию: индивидуальную, микрогрупповую, групповую и смешанную.

По мнению Г. И. Колесниковой, индивидуальная психокоррекция предполагает работу с клиентом один на один при отсутствии посторонних лиц. Такая форма психокоррекции отличается конфиденциальностью, глубокой и результативной работой. Микрогрупповая форма подразумевает работу с 2 участниками, имеющие сходные проблемы в развитии. Групповая форма основана на групповой динамике, всей совокупности взаимоотношений и взаимодействий, возникающие между участниками группы. Смешанная форма сочетает достоинства индивидуальной и групповой коррекции и позволяет осуществить комплексный подход к решению проблем [35].

Принимая во внимание, особенности развития ребенка в дошкольном возрасте, в частности процесс формирования эмоциональной саморегуляции и становления самосознания, наиболее адекватным, будем считать психокоррекцию поведения и эмоционально-волевой сферы в процессе ведущей деятельности. Инструментом психокоррекции служит группа, динамика группы и факторы группового влияния.

Наиболее широкий круг возможностей психокоррекционного взаимодействия открывается в таком виде деятельности, как игра. Игра содержит в себе потенциал в организации активного контакта индивидуума со средой. По сравнению с вербальными методиками коррекции игра для

дошкольника имеет преимущества, в связи с существованием затруднений в вербализации чувств, переживаний и потребностей. Также эффективны невербальные техники при коррекции различных эмоционально-волевых, психосоматических и соматоформных расстройств, их применение способствует снятию блоков мышечного (мускульного) напряжения, разрешению глубинных эмоциональных конфликтов, более глубокому самопониманию и самопринятию.

Психолого-педагогическая коррекция страхов дошкольников предполагает решения ряда задач таких как:

- снижение уровня (количества) страхов дошкольников;
- снижение психоэмоционального напряжения;
- поднятие уверенности в собственных силах;
- повышение активности в коммуникации.

В качестве условий реализации процесса опытно-экспериментального исследования выступают ряд принципов:

1. Принцип единства диагностики и коррекции – подразумевает проектирование коррекционной работы на основе проведенного ранее психодиагностического исследования, а оценка продуктивности работы исходя из результатов контрольного психодиагностического исследования.

2. Принцип второй – единство коррекции и развития. Данный принцип гласит о подборе адекватных методов коррекции, соответствующих внутренним и внешним условиям развития ребенка.

3. Принцип третий – единство возрастного и индивидуального в развитии. Берет начало в знании объективных основ закономерностей психического развития и последовательности возрастных стадий становления личности ребенка и заканчивает принятием субъективности развития, что обеспечивает индивидуальный подход в контексте возрастного развития.

4. Принцип четвертый – деятельностный принцип осуществления коррекции. Суть этого принципа заключается в том, что продуктивность

коррекционной работы во много зависит от внутренней активности субъекта, спровоцировать которую возможно благодаря выбору средств, путей и способов коррелирующих с ведущей деятельностью на данном возрастном этапе.

Одним из аспектов эффективности деятельности, в нашем случае реализации процесса психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников, является широко применяемый метод моделирования. Моделирование, как полагают Э. А. Пикулева и А. Б. Пономарев, имеет ряд преимуществ, таких как наглядность, информационная емкость и в тоже время простота. Моделирование включает в себя проектирование структуры процесса деятельности и содержательное наполнение элементов структуры. Также необходимо отметить, что моделирование является одним из методов познания, в котором исследование объекта познания осуществляется на их модели [36, 56]. Метод моделирования применяется в случае, если познание объекта познания затруднено в силу сложности или невозможности использования наиболее простых методов, таких как наблюдение, опрос, тестирование, эксперимент. Конечным продуктом метода моделирования является искусственно созданная модель феномена или явления, основной функцией которой является повтор их основных характеристик. И. Т. Фролов полагает, что «моделирование означает материальное или мысленное имитирование реально существующей системы путем специального конструирования аналогов (моделей), в которых воспроизводятся принципы организации и функционирования этой системы» [79].

В. А. Штофф под моделью понимает, такую мысленно представляемую или материально реализуемую систему, которая, отображая или воспроизводя объект исследования, способна замещать его так, что ее изучение дает нам новую информацию об этом объекте [80, 84, 89, 90]. Адекватность и динамичность являются основными ценностными свойствами модели [16]. По мнению В. И. Долговой, построение модели

связано с абстрагированием, в чем и заключается одна из функций модели, а сама модель выступает в качестве средства движения познания на двуедином диалектическом пути познания от конкретной действительности к ее абстрактному отображению, от начальных, абстрактных образов к более конкретному, полному воспроизведению действительности в сознании [17].

Реализация модели психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников предполагает несколько этапов:

1 этап – первичная диагностика – диагностика всей выборки исследования с целью установления первичного уровня страхов и психоэмоционального состояния. На основании полученных результатов формулируются цели и задачи психокоррекционной работы.

2 этап – психолого-педагогическая коррекция, проводится ряд мероприятий направленных на коррекцию страхов дошкольников.

3 этап – повторная диагностика: заключительное психодиагностическое обследование дошкольников после проведения психокоррекционных мероприятий.

4 этап – оценка эффективности проведения психолого-коррекционной работы.

Начальным этапом в создании модели является процесс целеполагания. Г. Ю. Гольева подчеркивает, что с целеполагания начинается любая деятельность, ориентированная на эффективное управление процессом при осуществлении идеи [12]. В исследовании идея заложена в генеральной цели, а ее достижение определяются рядом решаемых задач в соответствии с назначением и характером.

В. И. Долговой был разработан и внедрен метод планирования «Дерево целей», который основывается на системном подходе к научному процессу с перспективой к развитию и овладению инновационными технологиями. Понятие «траекторные дуги» является основополагающим в теории графов, разработанной в 1736 году Л. Эйлером (раздел дискретной

математики). В схеме метода «Дерево целей» В. И. Долговой траекторные дуги задают вектор движения к заданным стратегическим целям, и одновременно точечные компоненты, определяют достижение тактических целей, и отображают степень приближения к заданным целям по заданной траектории [14]. Цель деятельности изначально подразумевает ее осознание и содержит желаемый результат. Процесс построения «Дерева целей» представляет движение сверху вниз, а реализация метода осуществляется снизу вверх. Так, в вершине «Дерева» лежит генеральная цель, а ниже находятся ветви «Дерева», как некие подцели, необходимые для достижения генеральной цели.

Осуществленное целеполагание позволяет выделить структуру и дифференцировать элементы структуры, необходимые в проектировании модели психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников. Графическое изображение «дерева целей» психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников представлено на рисунке 1.

Расшифруем структурные элементы «дерева целей».

Генеральная цель: теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность программы психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников.

1. Выявить теоретические предпосылки психолого-педагогической коррекции страхов у детей дошкольного возраста.

1.1. Проанализировать проблему страхов личности в теории психологии.

1.1.1. Рассмотреть определения понятия «страх».

1.1.2. Изучить классификации страхов.

1.1.3. Определить основные факторы страхов.

1.2. Выявить особенности проявления страхов у детей дошкольного возраста.

1.2.1. Рассмотреть особенности развития на каждом этапе дошкольного возраста.

- 1.2.2. Классифицировать страхи дошкольного возраста.
- 1.2.3. Выявить основные факторы страхов у детей дошкольного возраста.
- 1.3. Разработать модель психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников.
  - 1.3.1. Определить понятие «коррекция» страхов дошкольников.
  - 1.3.2. Выделить основные принципы построения психолого-педагогической программы коррекции страхов дошкольников
  - 1.3.3. Разработать «дерево целей» психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников.
2. Организовать и провести опытно-экспериментальное исследование страхов дошкольников.
  - 2.1. Выделить этапы, определить методы и методики исследования.
    - 2.1.1. Выделить этапы исследования.
    - 2.1.2. Выбрать методы исследования.
    - 2.1.3. Подобрать методики исследования.
  - 2.2. Охарактеризовать выборку, провести анализ результатов констатирующего эксперимента.
    - 2.2.1. Представить и дать характеристику выборке исследования.
    - 2.2.2. Провести констатирующий эксперимент.
    - 2.2.3. Проанализировать результаты диагностического исследования.
3. Организовать и провести опытно-экспериментальное исследование психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников.
  - 3.1. Разработать и реализовать программу психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников.
    - 3.1.1. Обозначить цели, задачи, этапы коррекционной работы.
    - 3.1.2. Разработать психолого-педагогическую программу коррекции страхов дошкольников.
    - 3.1.3. Реализовать психолого-педагогическую программу коррекции страхов дошкольников.

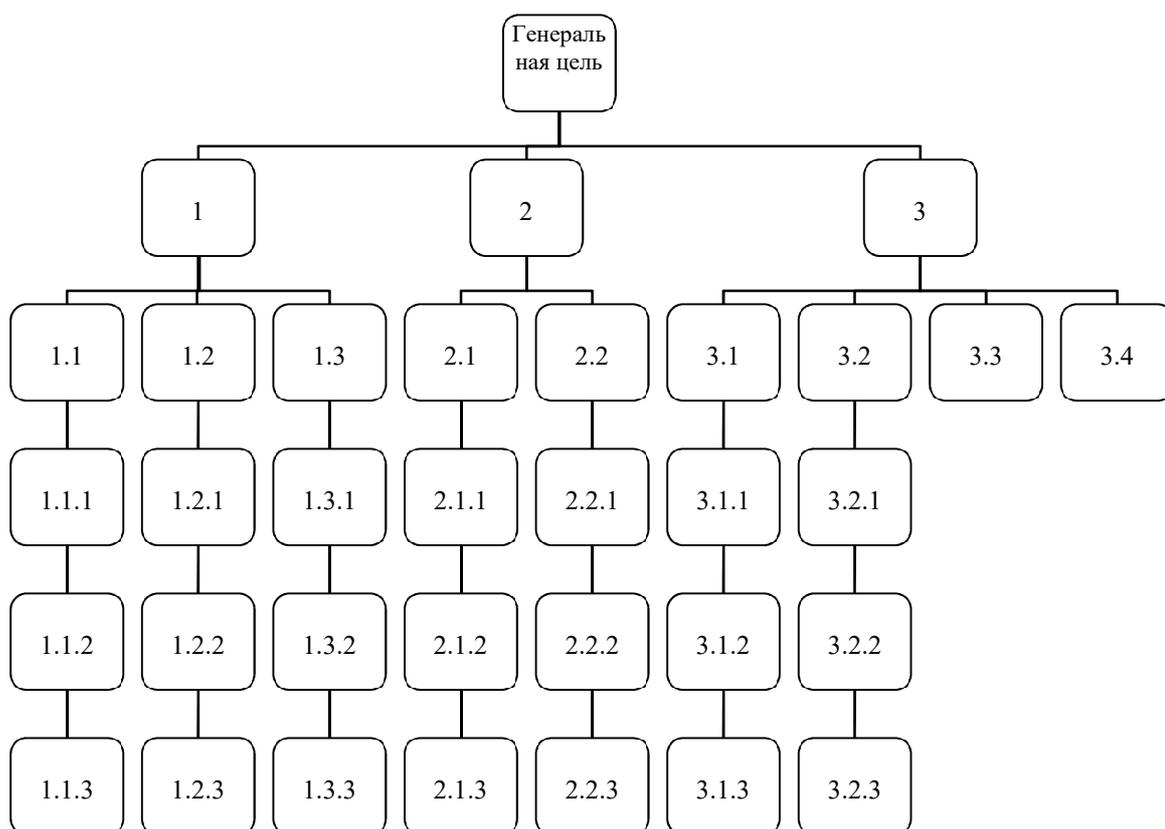


Рисунок 1 – «Дерево целей» исследования психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников

3.2. Проанализировать результаты формирующего эксперимента.

3.2.1. Провести диагностическое исследование страхов дошкольников после реализации программы психолого-педагогической коррекции.

3.2.2. Сравнить результаты диагностики до и после проведения коррекционной работы.

3.2.3. Оценить эффективность психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников.

3.3. Разработать психолого-педагогические рекомендации педагогам по коррекции страхов дошкольников.

3.4. Разработать технологическую карту внедрения результатов исследования в практику.

Рассмотрев теоретические основы психолого-педагогической коррекции в работе со страхами дошкольников, и разработав «Дерево целей», можем перейти к созданию модели психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников. Спроектированная модель коррекции

страхов дошкольников представлена четырьмя блоками: теоретическим, диагностическим, коррекционным и аналитическим (рисунок 2).

Генеральная цель соответствует цели диссертационного исследования, предшествует теоретическому блоку и открывает цикл целей исследования.

Результат является замыкающим элементом в замкнутой системе модели и подразумевает достижение прогнозируемого снижения уровня страхов у детей дошкольного возраста. Целью теоретического блока является исследование проблемы страха в психологической литературе, а решение поставленных задач, поможет качественно подобрать диагностический инструментарий необходимого в следующем блоке. Диагностический блок предполагает проведение диагностических процедур по проблеме исследования и представлен набором валидных методик. Коррекционный блок содержит разработку и реализацию программы психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников с указанием применяемых методов коррекционной деятельности. В ходе реализации программы решаются следующие задачи: снижение уровня (количества) страхов дошкольников, снижение психоэмоционального напряжения, поднятие уверенности в собственных силах, повышение активности в коммуникации. Аналитический блок подразумевает проведение повторной диагностики по методикам, используемым до реализации программы коррекции и оценку эффективности программы психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников, а также прогноз и план дальнейших действий в виде психолого-педагогических рекомендаций. Эффективность коррекционных воздействий предполагает фиксацию изменений психических состояний путем диагностики уровня страхов.

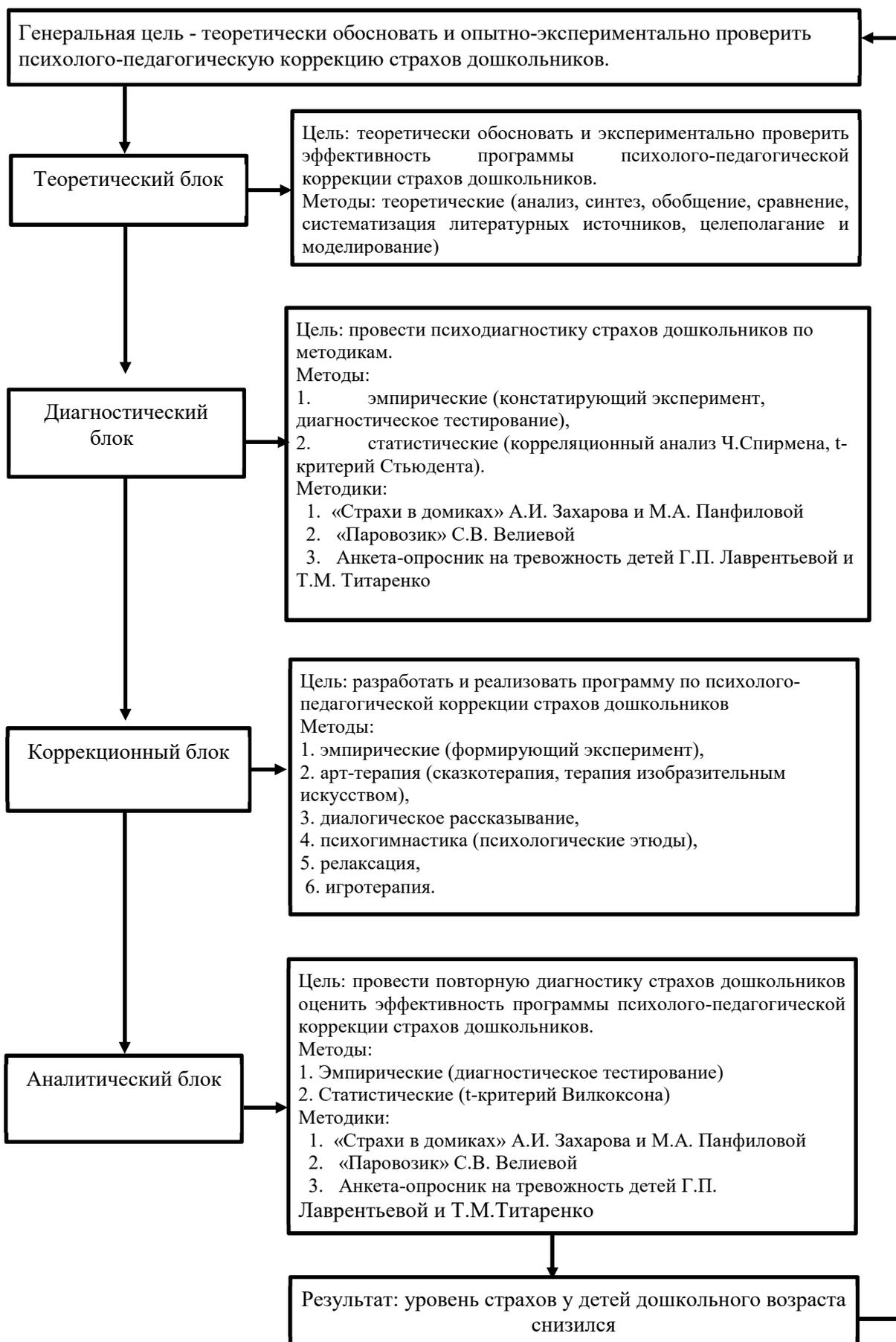


Рисунок 2 – Модель исследования психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников

Таким образом, была разработана модель психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников с опорой на спроектированное «Дерево целей» и выдвинутыми условиями (принципами) психолого-педагогического вмешательства.

#### Выводы по главе 1

Проведя анализ психолого-педагогической литературы по проблеме страхов, и, в частности, особенностей проявления страхов в дошкольном возрасте выявили, что большой вклад в изучение данной проблемы внесли такие ученые как: Т. В. Абакумова, В. И. Гарбузов, А. И. Захаров, Е. П. Ильин, А. Кемпински, А. В. Петровский, М. Г. Ярошевский и другие. Среди зарубежных ученых можно выделить К. Изарда, У. Джемса, Г. Крайга, С. Кьеркегора, Дж. Уотсона, З. Фрейда, К. Ясперса и многие другие.

Применяя методы анализа, синтеза, обобщения были заданы границы исследования, сформулировано рабочее определение страха. Страх – это сущностная составляющая человека, имеющая иррациональную природу (эмоциональную), которая под действием социокультурного влияния трансформируется в образы рационального сознания, и служит защитой биологического организма и показателем развития сознания. Анализ существующих классификаций позволил сделать вывод, что каждый осознаваемый страх несет в себе заряд трех составляющих, находящихся в плоскости иррационального плана, экзистенциального плана, рационального плана. Страх, проявляется в виде тревожности на иррациональном плане, в виде образа или мысли в рациональном плане и в виде чувственного переживания в экзистенциальном плане.

Интеграция знаний о возрастных особенностях развития ребенка на каждом из этапов дошкольного возраста и знаний об основных источниках формирования страхов позволяет понять особенности проявления страхов на каждом этапе дошкольного возраста. Так, в дошкольном возрасте

активно развиваются познавательная способность, воображение, словесно-образное мышление, эмоционально-волевая сфера в процессе расширения круга взаимодействия с социокультурной средой. Впервые происходит осознание своего внутреннего мира, через столкновение чувств ребенка и его мыслей, проявляющееся в образах страха. Так доминирующими страхами в возрасте 3-5 лет считается страх темноты, пространственные страхи, страх страшных снов, а в возрасте 5-7 лет доминирующим становится страх своей смерти и смерти близких, проявляющийся напрямую или косвенно через такие страхи как страхи животных, войны, стихийных бедствий, нападений, сказочных героев, огня. Новообразованием данного периода становятся самоосознание и понимание существования собственного внутреннего мира.

Разработана модель психолого-педагогического страха дошкольников, на основании предварительно осуществленного целеполагания, которое позволило выделить структуру и дифференцировать элементы структуры, необходимые в проектировании модели. Ключевым понятием генеральной цели является понятие «психокоррекция». Психокоррекция – это совокупность психологических приемов, используемых психологом для «исправления недостатков психологии или поведения психически здорового человека». Конечной целью комплекса мер психологической интервенции в коррекционной работе является психологическое здоровье индивидуума. Обозначены условия реализации процесса экспериментально-исследовательской работы, постулированные рядом принципов. Реализация модели психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников происходит в четыре этапа: теоретический, диагностический, коррекционный и аналитический.

## ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ СТРАХОВ ДОШКОЛЬНИКОВ

### 2.1 Этапы, методы, методики исследования

В основе исследования лежит системный подход, представляющий тесную взаимосвязь теоретического и эмпирического. Опытное-экспериментальное исследование включает в себя поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный и контрольно-обобщающий этапы. Поисково-подготовительный этап позволяет выяснить актуальность проблемы в коррекции страхов дошкольников, проанализировать научную литературу, посвященную понятию страх, коррекции страха. На этом же этапе осуществляется подбор диагностического инструментария. Опытное-экспериментальный этап подразумевает проведение констатирующего и формирующего эксперимента. Контрольно-обобщающий этап количественный и качественный анализ результатов, способствующий верификации выдвинутой гипотезы исследования. В качестве завершения контрольно-обобщающего этапа выступает формулирование психолого-педагогических рекомендаций по коррекции страхов дошкольников для воспитателей, а также разработка и внедрение технологической карты результатов исследования в практику.

Каждый из этапов имеет свои цели, достижение которых осуществляется благодаря выбранному методу. Формулирование и решение ряда задач является необходимым действием на пути к поставленной цели. Методика, в свою очередь, помогает разрешить поставленную задачу. К выбранным методам исследования относятся: теоретические, эмпирические, статистические. Теоретические методы, такие как анализ, синтез, сравнение, обобщение и систематизация психолого-педагогической литературы, посвященной проблеме страхов, и особенностей страхов дошкольников составляют основу методов поисково-подготовительного

этапа. В результате применения данных методов было сформулированы границы категориально-понятийного аппарата в виде определения, классификации и основных факторов страхов дошкольников. Помимо прочего, поисково-подготовительный этап включает методы: целеполагания и моделирования. Метод анализа – это процесс мысленного разложения целого на части. Синтез – это метод, применяющийся в мыслительном процессе при соединении частей в целое. Анализ и синтез - два взаимообусловленных процесса. Анализ позволяет видеть разные стороны и свойства явлений и процессов, их структуру, различные этапы развития, противоречивые тенденции. Познание осуществляется от сложного к простому. Анализ позволяет отделить существенное от несущественного. Аналитический процесс в познании предшествует синтезу. Синтез призван рационально соединить части, стороны, выделенных с помощью анализа. Формируется новое мысленное единство, в котором главным является существенное, типичное анализируемого явления, процесса [7, 8, 54.]. Анализ теоретического материала включает в себя использование еще одного метода научного познания, такого как, метод сравнения. Сравнение является общим средством познания, заключающееся в установлении сходства и различия между предметами и явлениями. Метод количественного и качественного сравнения, также относится к основополагающим на этапе интерпретации результатов исследований. Сравнению подлежат только однородные понятия, которые отражают однородные предметы и явления объективной действительности. Путем сравнения можно выделить общее и специфическое в изучаемом [57, с.24].

Обобщение как метод исследования предполагает умение выделять в явлениях общее. Сравнивая явления между собой, исследователь устанавливает общие признаки явлений и на основе последних объединяет явления в одну смысловую группу. Обобщение будет убедительнее, если сравнению подвергалось большое количество существенных признаков

явлений. Использование методов анализа, синтеза, обобщения и сравнения позволяет перейти к систематизации. Систематизация как теоретический метод познания предполагает распределение изучаемых явлений в смысловые группы в зависимости от их сходства и различия [54].

Целеполагание – выбор наиболее желательных из всех, имеющихся возможностей путей и способов преобразования из существующего положения в новое, желаемое будущее. Целеполагание – первичная фаза управления, которая предусматривает постановку генеральной цели и совокупности целей (дерева целей) в согласовании с назначением (миссией) системы, стратегическими установками и стилем решаемых задач [52, с.29].

Моделирование – метод исследования объектов познания на их моделях; построение и изучение моделей реально существующих предметов и явлений и конструируемых объектов для определения либо улучшения их характеристик, рационализация способов их построения, управления ими тому подобное. Моделирование всегда применяется вместе с другими общенаучными и специальными методами; особенно тесно оно связано с экспериментом [55, с.31].

Опытно-экспериментальный этап включает в себя проведение констатирующего и формирующего экспериментов. Методами данного этапа являются экспериментальный, психодиагностический (тестирование, анкетирование). Констатирующий эксперимент – предполагает выявления существующих психических особенностей или уровней развития соответствующих качеств, а также констатацию отношений причин и последствий. Формирующий эксперимент – предполагает активное, целенаправленное воздействие исследователя на испытуемых с тем, чтобы выработать определенные свойства или качества. Это позволяет раскрыть механизмы, динамику, закономерности образования психических феноменов, определить условия их эффективного развития [6, с.104].

Психодиагностические методы – методы измерения индивидуальных особенностей, используемый для количественной и/или качественной

оценки психического явления [29, с.39]. Тестирование – является одним из центральных эмпирических методов психологического исследования, позволяющих получать количественную информацию о психологических процессах, свойствах и состояниях. Психологическое тестирование – это метод измерения и оценки психологических характеристик носителей психики с помощью специальных методик – тестов [59, с.144]. Психологический тест – это стандартизированная система вопросов или заданий, позволяющая обнаружить и измерить уровень развития различных психологических характеристик человека. Психологические тестовые методики как научные методы исследования характеризуются репрезентативностью, надежностью, валидностью [тот же].

Опрос – специальный способ целенаправленного получения первичной информации посредством ответов опрашиваемых людей на задаваемые им вопросы. Опросные методы обычно сводят к двум основным типам: опрос «лицом к лицу» – интервью и опосредованный опрос – анкетирование. Опосредованность между исследователем и респондентом проявляется через совокупность вопросов, как специального «инструмента» общения [59, с.95].

Количественные и качественные методы обработки данных применяются как на опытно-экспериментальном этапе, так и в последующем на этапе контрольно-обобщающем. Количественные методы – это методы статистической обработки данных и относятся к одному из разделов математики, математической статистике. Результаты статистического анализа данных являются материалом для дальнейшего глубокого психологического анализа изучаемого феномена [48]. Качественный анализ подразумевает интерпретацию, полученных количественных характеристик и совмещает в себя формальное описание данных и интуицию. Качественный анализ нередко имеет оттенок творчества, импровизации и инсайта, однако не является «вольными фантазиями на заданную тему». Научные основы интерпретации строятся

на достаточной аргументированности и обоснованности суждений. Метод сравнения также является основополагающим на этапе анализа результатов, в качестве помощника выступают методы математической статистики: t-критерия Стьюдента и корреляционный анализ Ч. Спирмена.

Статистический критерий Стьюдента используется для сопоставления средних значений в двух выборках данных, которые могут быть несвязны между собой и неравны по величине. Он позволяет ответить на часто встречающийся при обработке психодиагностических данных вопрос, имеют ли статистическую значимость различия в средних значениях двух выборок данных. Формулы критерия Стьюдента различаются для случаев связанных и несвязных выборок, а также равных и неравных выборок по количеству испытуемых. Условия применения t-критерия Стьюдента:

- измерение должно быть проведено в шкале интервалов;
- данные в выборках должны быть распределены по нормальному закону;
- допускается разное число испытуемых в выборках.

Коэффициент ранговой корреляции Ч. Спирмена – это количественная оценка статистического изучения связи между явлениями, используемая в непараметрических методах. Непараметрические методы позволяют обрабатывать данные «низкого качества» из выборок малого объёма с переменными, про распределение которых мало что или вообще ничего неизвестно. Показатель является детерминирующей величиной, которая отличает полученную при наблюдении сумму квадратов разностей между рангами от случая отсутствия связи.

Условия применения Ч. Спирмена:

- сравниваемые переменные должны быть получены в порядковой (ранговой) шкале, но могут быть измерены также в шкале интервалов и отношений;

- характер распределения коррелируемых величин не имеет значения;
- число варьирующих признаков в сравниваемых переменных X и Y должно быть одинаковым [43].

Контрольно-обобщающий этап служит верификацией, выдвинутой гипотезы исследования. На данном этапе применяется тот же комплекс методик, что и на опытно-экспериментальном этапе. Интерпретация результатов повторной диагностики и оценка эффективности реализованной программы коррекции, а также формулирование выводов в части подтверждения или опровержения, выдвинутой на поисково-подготовительном этапе гипотезы исследования являются частными задачами контрольно-обобщающего этапа. Анализ эффективности осуществляется с помощью метода математической статистики и статистического критерия Т-критерия Вилкоксона. Данный метод является непараметрическим и призван сопоставить показатели, полученные на одной и той же выборке в двух разных условиях. В данном исследовании под разными условиями подразумевается показатели, измеренные «до» и «после» реализации программы коррекции страхов дошкольников. Сопоставление результатов осуществляется установленной направленности изменений, а также интенсивностью их выраженности. Критерий Вилкоксона имеет ряд ограничений:

- по количеству испытуемых (минимальное – 5 человек, максимальное – 50 человек);
- исключаются нулевые сдвиги из расчета, количества наблюдений при этом уменьшается на количество нулевых сдвигов.

Выбор методик диагностики относится к операциональному уровню научного исследования. Насколько точно будут выбраны методики зависит от степени владения теоретическим аспектом ключевых моментов в проблеме. Также выбору методик диагностики способствует фокусировка на выборе зависимых и независимых переменных. Интерпретация

результатов на этапе констатирующего эксперимента, в том числе с применением методов математико-статистической обработки данных, позволил предвосхитить желательный конечный результат предстоящего формирующего эксперимента. Такое предвидение, как результат синтеза и обобщения теоретического и эмпирического, способствует выбору цели и постановки задач, а значит и качественному подбору методов и методик, содержательной составляющей программы психолого-педагогической коррекции.

В рамках исследовательской работы на поисково-подготовительном этапе был осуществлен выбор в пользу комплекта из трех методик диагностики (ПРИЛОЖЕНИЕ 1):

1. «Страхи в домиках» А.И. Захарова, М.А. Панфиловой.
2. «Паровозик» С.В. Велиевой.
3. Анкета Г.П. Лаврентьевой, Т.М. Титаренко для воспитателей.

Целью теста «Страхи в домиках» (А.И. Захаров, М.А. Панфилова) служит выявление наличия и уровень детских страхов, а также уточнения доминирующих страхов (смерти, наказания, медицинские страхи, социальные страхи, пространственные страхи и другие). Данная методика является достаточно простой и не требует специальной подготовки.

Структура методики. Тестирование проходит в виде беседы по подготовленному заранее перечню из 29 вопросов.

Стимульный материал. Для экономии времени перед проведением методики необходимо подготовить два нарисованных домика черного и красного цвета, а также ключ к черному домику. Также ребенку можно предложить нарисовать два дома самостоятельно. В процессе беседы ребенку необходимо поселить каждый страх в один из домиков. В красный дом – «нестрашный страх», а в черный дом - «страшный страх». Дополнительным бонусом к данной методике является возможность проведения незамедлительной психокоррекции, которая заключается в том, что ребенок может закрыть черный домик, нарисовав замок и имитируя

закрытие замка предоставленным ключом. В конце ключ необходимо потерять или выкинуть (спрятать). Автор считает, что данное действие успокаивает актуализированные страхи.

Процедура обследования. Беседа проводится с ребенком индивидуально, ему задается вопрос: «Скажи, пожалуйста, ты боишься или не боишься...»: когда остаешься один; нападения; заболеть, заразиться; умереть; того, что умрут твои родители; каких-то людей; мамы или папы; того, что они тебя накажут; Бабу Ягу, Кощея Бессмертного, Бармалея, Змея Горыныча, чудовищ, сказочных персонажей; опоздать в садик; страшных снов; темноты; волка, медведя, собаки, пауков, змей (страхи животных); машин, поездов, самолетов (страхи транспорта); бури, урагана, наводнения, землетрясения (страхи стихии); когда очень высоко (страх высоты); когда глубоко (страх глубины); в темной, маленькой комнате, помещении, туалете, переполненных автобусов (страх замкнутого пространства); воды; огня; пожара; войны; больших улиц, площадей; врачей (кроме зубных); крови (когда идет кровь); уколов; боли (когда больно); неожиданных, резких звуков, когда что-то внезапно упадет, стукнет (боишься, вздрагиваешь). Беседу следует вести неторопливо и обстоятельно, перечисляя страхи и ожидая ответ «да» — «нет» или «боюсь» — «не боюсь». С целью предотвращения произвольного внушения страхов, повторять слова «боишься» или «не боишься» следует время от времени. В случае стереотипного отрицания всех страхов просят давать развернутый ответ типа «не боюсь одиночества», а не «нет» или «да».

Способ обработки. Каждому положительному ответу присваивается значение единица, каждому отрицательному значению присваивается ноль. Экспериментатор, осуществляющий диагностику и задающий вопросы, сидит рядом, а не напротив ребенка, не забывая его периодически подбадривать и хвалить за то, что он говорит все как есть. Лучше, чтобы экспериментатор перечислял страхи по памяти, только иногда заглядывая в перечень, а не зачитывая его.

Сформулированные страхи А.И. Захаровым можно условно распределить на 7 групп:

1. Медицинские страхи: боли, уколов, крови, врачей и болезней.
2. Страхи, связанные с причинением физического ущерба: неожиданных звуков, нападения, транспорта, огня, пожара, стихии, войны.
3. Страхи смерти себя и родителей.
4. Страхи животных и сказочных персонажей.
5. Страхи перед сном, страхи кошмарных снов и темноты.
6. Социально-опосредованные страхи: людей, родителей, наказания с их стороны, опоздания, одиночества.
7. Пространственные страхи: высоты, глубины, воды, замкнутого и открытого пространства [22].

Совокупные ответы ребенка объединяются в несколько групп по видам страхов, которые были сформулированы А.И. Захаровым. Если ребенок в трех случаях из четырех-пяти дает утвердительный ответ, то эта группа страхов диагностируется как имеющаяся в наличии.

Целью методики «Паровозик» (С.В. Валиева) является выявление психоэмоционального состояния ребенка, а именно степень позитивного и негативного психического состояния, которое невозможно выявить через непосредственное наблюдение за поведением ребенка. Применяется с детьми с 2,5 лет. Данная методика применяется индивидуально к каждому ребенку выборки.

Стимульный материал. Ребенку предъявляется стимульный материал: паровозик белого цвета и набор из 8 разноцветных вагончиков (красный, желтый, зеленый, синий, фиолетовый, серый, коричневый и черный). Вагончики беспорядочно располагаются на белом фоне.

Процедура обследования. В процессе беседы ребенку необходимо сказать о том, чтобы он рассмотрел все представленные вагончики и построил собственный необычный поезд. Первым необходимо поставить вагончик, который по мнению ребенка считается самым красивым. Затем на

место второго вагончика необходимо поставить также самый красивый, но из оставшихся и так далее. Важным моментом в реализации диагностики считается удержание ребенком в поле зрения всех вагончиков. Каждый раз оставшиеся вагончики обводятся рукой.

Способ обработки результатов. Один балл присваивается, если ребёнок поставил фиолетовый вагончик на вторую позицию; черный, серый, коричневый – на третью; красный, желтый, зеленый – на шестую. Два балла присваивается, если ребенок поставил вагончик фиолетового цвета на первую позицию; черный, серый, коричневый – на вторую; красный, желтый, зеленый – на седьмую, синий – на восьмую. Три 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 оказываются менее 3-х, то психическое состояние оценивается как позитивное; 4-6 баллов, то негативное психическое состояние низкой степени (НПС НС); 7-9 баллов, то НПС средней степени; больше 9 баллов, то НПС высокой степени. Проведение этой методики является достаточно простым и не требующим специальной подготовки.

Целью сбора информации по анкете Г.П. Лаврентьевой, Т.М. Титаренко для воспитателей является выявление тревожного состояния ребенка в группе сверстников. Сведения о психоэмоциональном состоянии воспитатель получает через непосредственное наблюдение за поведением ребёнка в рамках образовательного учреждения.

Структура методики. Анкета состоит из 20 вопросов-утверждений, направленных на оценку поведения ребенка. Часть вопросов связаны с проявлением тревожного состояния на физиологическом уровне. К таким вопросам-утверждениям относятся: не может долго работать, не уставая; во время выполнения заданий очень напряжен, скован; смущается чаще других; часто говорит о напряженных ситуациях; как правило, краснеет в незнакомой обстановке; руки у него обычно холодные и влажные; у него

нередко бывает расстройство стула; сильно потеет, когда волнуется; не обладает хорошим аппетитом; спит беспокойно, засыпает с трудом; пуглив, многое вызывает у него страх; обычно беспокоен, легко расстраивается; часто не может сдержать слезы. Часть вопросов содержат симптомы тревожности, проявляющиеся через психический аспект, такой как недостаточность мотивации и эмоционально-волевой саморегуляции: не любит браться за новое дело; не уверен в себе, в своих силах; плохо переносит ожидание; любое задание вызывает излишнее беспокойство; боится сталкиваться с трудностями. Вопрос «ему трудно сосредоточиться на чем-то» говорит о неразвитой концентрации внимания. О существовании тревожного психоэмоционального состояния также будут говорить страшные сны, которые звучат в вопросе «жалуется, что ему снятся страшные сны».

Стимульный материал. Для проведения обследования необходимо иметь бланк опросника, позволяющего проставить ответы.

Процедура обследования. Опросник заполняется без ограничения во времени. Если в процессе работы у обследуемого возникнуть вопросы, психологу необходимо дать разъяснения.

Способ обработки. Каждый положительный ответ кодируется единицей, отрицательный ответ нулем. О высокой степени тревожности будет говорить сумма баллов – 15-20; о средней степени тревожности сумма баллов – 7-14 и о низкой степени тревожности сумма баллов – 1-6.

Таким образом, были рассмотрены основные этапы экспериментального исследования, даны формулировки используемым методам, а также описаны применяемые в исследовании методики.

## 2.2 Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента

В эксперименте приняли участие 27 дошкольников 5-6 лет старшей группы МДОУ ДС №16 г. Копейска Челябинской области. Из них 15

девочек и 12 мальчиков. Коллектив исследуемой группы начал формироваться в 2017 год. В группе наблюдается дружелюбная атмосфера. В коллективе имеются дети, открытые в общении, активные, с высоким уровнем познавательных способностей, неизвестное для них вызывает большой интерес. Но наряду с такими развитыми детьми, есть дети (небольшой процент), которые молчаливы, не проявляют активности, застенчивы, инфантильны, но при индивидуальном подходе с удовольствием раскрываются и идут на контакт. В группе есть дети из неполных семей, один ребенок проживает с бабушкой и дедушкой. Психологическая атмосфера в коллективе, располагающая для полноценного развития, дети ходят в детский сад с удовольствием. Основным мотивом учения выступает общение с педагогами и игра со сверстниками. Дети очень любят играть, рисовать и делать что-то своими руками: вырезать, клеить, создавать поделки и аппликации, а также с удовольствием принимают участие в групповых мероприятиях. Межличностные отношения в коллективе в целом миролюбивые, дети любят друг другу помогать, а наиболее активные являются неформальными лидерами. Благоприятная атмосфера в коллективе, конечно, является заслугой педагога, который имеет большой педагогический стаж более 20 лет, а также благодаря психологу, который помогает детям в адаптации, развитии и чутко реагирует на все изменения. Педагог обладает всеми качествами профессионала, имеет уважение в педагогическом коллективе, а дети проявляют к проводимым ею занятиям неподдельный интерес. Среди исследуемой группы есть участники и лауреаты конкурсов всероссийского, регионального и городского уровня. Родительский коллектив, в своем большинстве, активно принимает участие во всех проводимых мероприятиях. У родителей есть свое сообщество в социальных сетях, где происходят все обсуждения. В целом общая атмосфера как в исследуемой группе, так и во всем учреждении складывается спокойная, дружная, комфортная и безопасная. В качестве рекомендаций имеются пожелания к

организации походов и уроков на свежем воздухе, целью которых будет познание окружающей природы и проявление активности в движениях, так как это стимулирует развитие познавательных способностей.

Результаты индивидуальной диагностики по методике «Страхи в домиках» А.И. Захарова, М.А. Панфиловой по каждому страху представлены в ПРИЛОЖЕНИИ 2, таблица 2.1. В таблице 1 перечислены все диагностируемые страхи дошкольников, а также количество дошкольников, у которых фиксируется тот или иной страх. В ПРИЛОЖЕНИИ 2, таблица 2.2 представлены все 29 страхов, которые были дифференцированы на доминирующие и нехарактерные страхи детей дошкольного возраста 5-6 лет.

Таблица 1 – Количество дошкольников, имеющих тот или иной вид страха

№пп	Вид страха	Количество дошкольников, у которых присутствует/отсутствует страх			
		присутствует		отсутствует	
		чел.	%	чел.	%
1	2	3	4	5	6
1	Остаться одному	5	18	22	82
2	Нападения	13	48	14	52
3	Заболеть	12	44	15	56
4	Умереть	15	55	12	45
5	Смерти близких	16	59	11	41
6	Чужих людей	9	33	18	67
7	Потеряться	15	55	12	45
8	Мамы, папы	0	0	27	100
9	Наказания	13	48	14	52
10	Сказочных героев (Бабы-яги, Кощея, Бармалея...)	11	41	16	59
11	Опоздания в детский сад (школу)	9	33	18	67
12	Страшных снов	14	52	13	48
13	Темноты	8	30	19	70
14	Животных (волка, змей...)	10	37	17	63
15	Насекомых	7	26	20	74
16	Транспорта (самолетов, машин...)	2	7	25	93
17	Высоты	10	37	17	63
18	Глубины	15	55	12	45
19	Тесных маленьких помещений	10	37	17	63
20	Воды	1	4	26	96
21	Огня	20	74	7	26
22	Войны	13	48	14	52
23	Стихий (наводнения, урагана, грозы)	12	44	15	56

*Продолжение таблицы 1*

24	Больших помещений, улиц	8	30	19	70
25	Врачей	2	7	25	93
26	Уколов	10	37	17	63
27	Боли	9	33	18	67
28	Крови	8	30	19	70
29	Резких, громких звуков (когда внезапно что-то упадет, стукнет)	13	48	14	52

Распределение 29 страхов детей по 7 группам страхов, выявленных в результате индивидуальной диагностики по методике «Страхи в домиках» А.И. Захаров и М.А. Панфиловой представлены на рисунке 3 и в ПРИЛОЖЕНИИ 2, таблица 2.3.

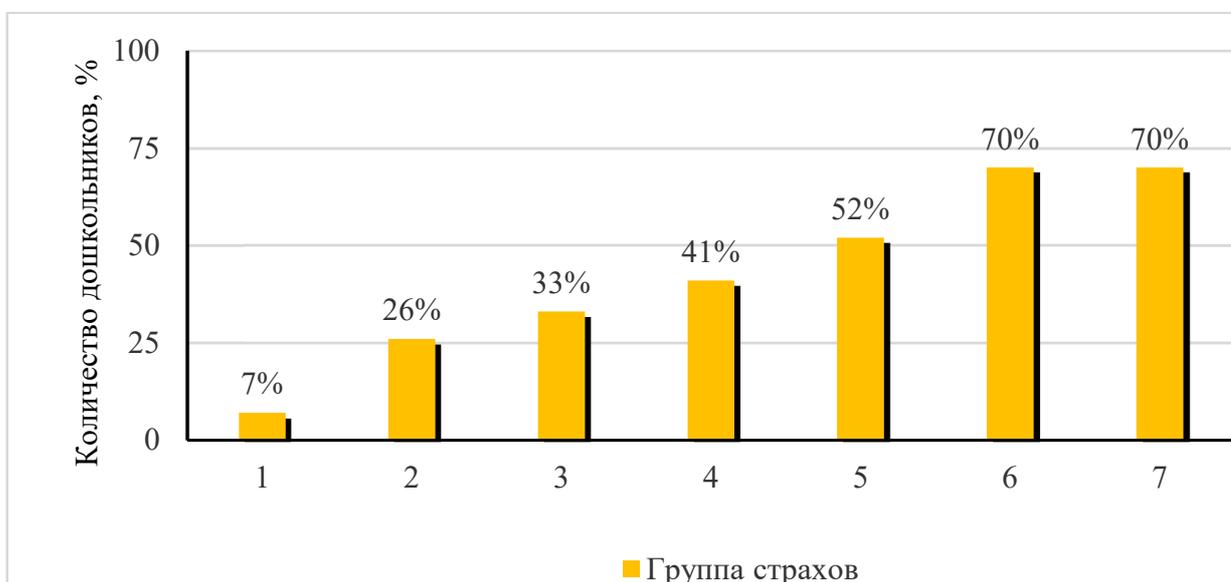


Рисунок 3 – Результаты распределения страхов у дошкольников по группам по методике «Страхи в домиках» А. И. Захарова, М. А. Панфиловой

Примечание 1 – 1-социально-опосредованные страхи, 2-пространственные страхи, 3-медицинские страхи, 4-страхи, связанные с причинением физического ущерба, 5-страхи перед сном и страхи кошмарных снов, темноты, 6-страхи животных и сказочных персонажей, 7-страхи смерти себя и родителей.

Из рисунка 3 также видно, что наиболее выраженные группы страхов четырех групп: страхи смерти себя и родителей - 70 % (19 человек); страхи животных и сказочных персонажей - 70 % (19 человек); страхи перед сном и страхи кошмарных снов и темноты - 52 % (14 человек); страхи, связанные с причинением физического ущерба - 41 % (11 человек). Все четыре группы

страхов напрямую или косвенно говорят о страхе смерти, что подтверждает исследования А. И. Захарова о том, что главным видом страха старших дошкольников, в силу характерной для данного возраста эгоцентричности, считается страх смерти. Наименее выражена группа социально-опосредованных страхов 7 % (2 человека), что действительно присуще больше детям подросткового возраста. 26 % (7 человек) детей имеют пространственные страхи, свойственных детям в возрасте 4-5 лет и 33 % (9 человек) детей имеют медицинские страхи, свойственные детям возраста 4-5 лет.

Применив метод математической статистики t-критерий Стьюдента были выявлены статистически значимые различия в диагностированных уровнях страхов между группой страхов доминирующих и группой страхов нехарактерных для дошкольников возраста 5-6 лет. Результаты расчета эмпирического значения для двух неравных и несвязанных выборок представлены в таблице 2. В данной таблице представлены средние значения показателей уровней страхов в группе доминирующих страхов и нехарактерных страхов дошкольников в возрасте 5-6 лет, а также статистический критерий Стьюдента, полученный эмпирическим путём. Согласно расчетам в уровнях доминирующих страхов для дошкольников и нехарактерных страхов существуют достоверно значимые различия при уровне достоверности  $p = 0,001$ .

Таблица 2 – Средние значения показателей уровней доминирующего и нехарактерного страхов для дошкольников с применением статистического критерия Стьюдента

№	Показатель уровня страха	Доминирующий страх	Нехарактерный страх	t-критерий Стьюдента
1	М	13,9	7,79	4,5*, $p \leq 0,001$
Условные обозначения: М - среднее значение страха t- критерий значимости различий Стьюдента * - различия, значимые при $p=0,001$				

Таким образом, в диагностируемой выборке преобладают доминирующие страхи дошкольного возраста 5-6 лет такие, как страхи: страшных снов – 52 % (14 человек), глубины – 55 % (15 человек), умереть – 55 % (15 человек), смерти близких – 59 % (16 человек), сказочных героев – 41 % (11 человек), животных – 37 % (10 человек), нападения – 48 % (13 человек), огня – 74 % (20 человек), войны – 48 % (13 человек) и стихий – 44 % (12 человек) с достоверно значимыми различиями в уровнях показателей страхов по сравнению с уровнями страхов нехарактерных для дошкольного возраста 5-6 лет (ПРИЛОЖЕНИЕ 2, таблица 2.2).

Результаты сравнительного анализа уровней страхов дошкольников, диагностированных по методике «Страхи в домиках» А.И. Захарова, М. А. Панфиловой с нормативными показателями для дошкольников возраста 5-6 лет представлены в ПРИЛОЖЕНИИ 2, таблица 2.4. Проведя сравнительный анализ количества страхов у девочек и мальчиков с нормативными показателями, предложенных А.И. Захаровым для дошкольного возраста 5-6 лет было выявлено 45 % (12 человек) с уровнем страха сверх нормы, 33 % (9 человек) с уровнем страха ниже нормы, 22 % (6 человек) с нормативным показателем уровня страха. Результаты анализа наглядно представлены на рисунке 4.

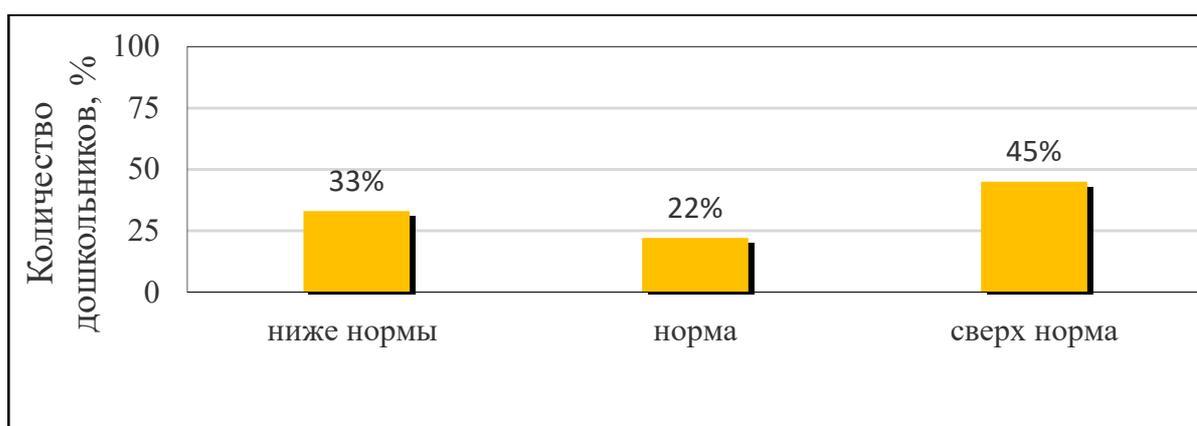


Рисунок 4 – Результаты исследования количества страхов дошкольников по методике А.И. Захарова, М.А. Панфиловой

Результаты диагностики психического состояния детей по методике «Паровозик» С.В. Велиевой представлены в ПРИЛОЖЕНИИ 2, таблица 2.5. Результаты, осуществлённого анализа диагностических данных

психического состояния детей по методике «Паровозик» С.В. Велиевой наглядно проиллюстрирован на рисунке 5 и табулированы в ПРИЛОЖЕНИИ 2, таблица 2.6. Анализ показал, что 70,4 % (19 человек) имеют позитивное психическое состояние, у 22,2 % (6 человек) выявлено негативное психического состояния низкой степени (НПС низкой степени) и 7,4 % (2 человека) имеют негативное психическое состояние средней степени (НПС средней степени). Дошкольники, имеющие негативное психическое состояние высокой степени 0 % (отсутствуют). Полученные результаты позволяют сделать вывод о том, что большинство детей 70,4 % (19 человек) имеют позитивное психическое состояние и лишь 29,6 % (8 человек) имеют негативное психическое состояние, что не является нормой и требует психолого-педагогического сопровождения в коррекции

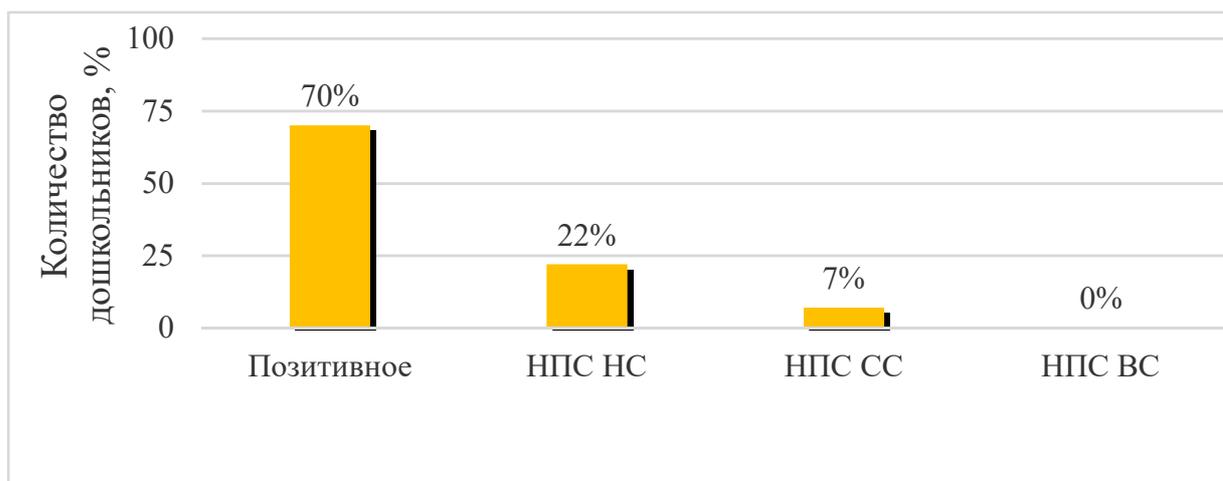


Рисунок 5 – Результаты исследования психоэмоционального состояния дошкольников по методике «Паровозик» С.В. Велиевой

Результаты диагностики на тревожность Г.П. Лаврентьевой и Т.М. Титаренко для воспитателей представлены в ПРИЛОЖЕНИИ 2, таблица 2.7, анализ результатов диагностики наглядно представлен на рисунке 6.

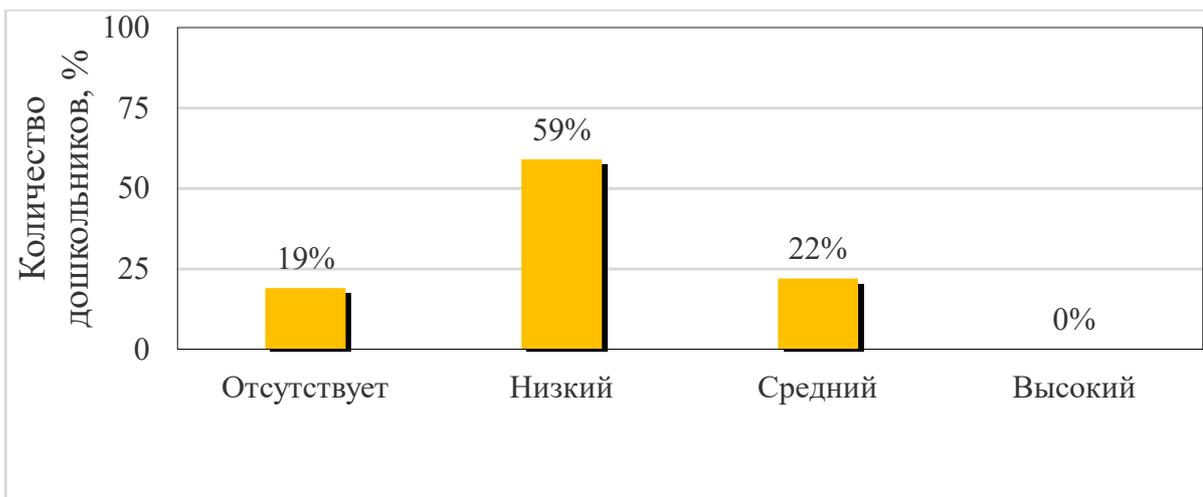


Рисунок 6 – Результаты исследования уровня тревожности дошкольников по анкетному-опросу Г.П. Лаврентьевой и Т.М. Титаренко для воспитателей

Анализ результатов опроса показал, что низкая степень уровня тревожности имеется у 59 % (16 человек), у 22 % (6 человек) выявлен средний уровень тревожности. У 19 % (5 человек) тревожность полностью отсутствует. Высокого уровня тревожности у дошкольников в результате анализа данных опроса у воспитателей не выявлено. Для исследования вопроса о взаимосвязи доминирующих видов страхов дошкольников и их психоэмоциональным состоянием, определённым по методике «Паровозик» С.В. Велиевой и уровнями тревожности, определёнными по методике Г.П. Лаврентьевой и Т.М. Титаренко для воспитателей был проведен корреляционный анализ по Ч. Спирмену. Результаты корреляционного анализа представлены в ПРИЛОЖЕНИИ 2, таблица 2.8.

В результате проведения корреляционного анализа с применением коэффициента ранговой корреляции Ч. Спирмена были выявлены достоверно значимые положительные корреляционные взаимосвязи для некоторых видов доминирующих страхов с уровнями тревожности, рассчитанными по методике Г.П. Лаврентьевой и Т.М. Титаренко для воспитателей при уровне значимости  $p=0,05$  и при  $p=0,01$ . Достоверно значимых положительных корреляционных взаимосвязей доминирующих видов страхов с психоэмоциональными состояниями, определённых по методике «Паровозик» С.В. Велиевой не выявлено.

Выявлены статистически достоверно значимые положительные корреляционные взаимосвязи доминирующих видов страхов таких, как страх смерти близких (при  $p=0,05$ ), глубины (при  $p=0,01$ ), страшных снов (при  $p=0,01$ ), животных (при  $p=0,05$ ), огня (при  $p=0,01$ ) и войны ( $p=0,01$ ) и уровнями тревожности, выявленными в результате опроса воспитателя по методике Г.П. Лаврентьевой и Т.М. Титаренко. Результаты статистически достоверно значимых положительных корреляций уровней тревожности с доминирующими видами страхов представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Статистически достоверно значимые положительные корреляции уровней тревожности с доминирующими видами страхов дошкольников

<b>Вид доминирующего страха</b>	<b>Уровень тревожности</b>
Смерть близких	0,481*
Глубины	0,557**
Страшных снов	0,702**
Животных (волка, змей...)	0,415*
Огня	0,735**
Войны	0,497**
Примечания. *Корреляция значима на уровне 0,05 (2-сторонняя). ** Корреляция значима на уровне 0,01 (2-сторонняя).	

В связи с отсутствием выявленных статистически достоверных положительных взаимосвязей доминирующих видов страхов дошкольников и их психоэмоциональным состоянием, полученных по методике «Паровозик» С. В. Велиевой, делаем вывод, что существующие доминирующие виды страхи дошкольников на момент диагностики не оказывают негативного влияния на психику дошкольников.

Хотелось бы отметить, что опрос воспитателя показал наиболее достоверные сведения, которые получены в результате непосредственного наблюдения за детьми. Поэтому справедливо замечает М. Р. Битянова, что

педагогу-психологу необходимо обращаться к диагностическим методикам, в тех случаях, когда невозможно наблюдение, так как самой лучшей возможностью диагностики является наблюдение за проявлениями и реакциями ребенка, а также общение с ним [5].

Сводные данные по всем трем методикам представлены в ПРИЛОЖЕНИИ 2, таблица 2.9. Высокие значения (выше нормы) количества страхов у 12 дошкольников (45 %), из них у 3 дошкольников отсутствует уровень тревожности по наблюдениям воспитателя, у 8 дошкольников наблюдается низкий уровень тревожности и у 1 дошкольника наблюдается средний уровень тревожности. Показатели количества страхов выше нормы свойственны детям с достаточно высоким уровнем когнитивного развития. Наблюдения воспитателя и психолога детского сада подтверждают высокий уровень познавательной активности детей. Эти дети, по наблюдению психолога, ближе к «возрасту страхов». Дети эмоциональные, чувствительные, отличаются разговорчивостью и повышенным темпом деятельности, много уже знают, поэтому много боятся.

Низкие показатели (ниже нормы) количества страхов выявлены у 9 дошкольников (33 %) при этом у 2 дошкольников тревожность по опросу воспитателя отсутствует, у 4 человек выявлен низкий уровень тревожности по оценке воспитателей и у 3 дошкольников средний уровень тревожности. По опросам воспитателя и психолога детского сада данный феномен связан со значительной инфантильностью детей и низкими познавательными способностями, многие страхи еще не проявились и существуют на иррациональном уровне в виде тревожности.

Показатели количества страхов в норме присутствуют у 6 дошкольников (22 %), из них у 4 дошкольников низкий уровень тревожности и у 2 дошкольников средний уровень тревожности.

Резюмируя вышесказанное, хотелось бы отметить, что выявленные рациональные страхи детей, находящиеся в пределах нормы, выше нормы

или ниже нормы, на момент исследования не оказывают негативного влияния на психоэмоциональное состояние детей. Выявленные уровни тревожности во взаимосвязи с доминирующими видами страхов (таблица 3) говорят о существовании данных страхов на иррациональном плане. Между психоэмоциональным состоянием, выявленным по методике «Паровозик» С. В. Валиева и различными видами страхов по методике «Страхи в домиках» А. И. Захарова и М. А. Панфиловой не выявлены статистически достоверных положительных корреляционных взаимосвязей. И опираясь на теоретический аспект, можно сделать вывод о том, что внутренний мир детей еще не сформирован. Обнаруженные рациональные страхи характеризуют познавательную способность детского развития.

## Выводы по главе 2

Опытно-экспериментальное исследование основано на системном подходе, в котором теория и практика взаимно обогащают друг друга. В представленной главе обозначены основные этапы опытно-экспериментального исследования. Каждый из этапов подразумевает под собой достижение определенной стратегической цели. Тактическим уровнем на пути к достижению цели является выбор методов исследования. Операциональный же уровень подразумевает выбор методик исследования. Всем используемым в исследовании методам и методикам даны определения. Также была дана характеристика исследуемой выборке испытуемых и проведен констатирующий эксперимент.

Качественный анализ, в виде интерпретации эмпирических данных, полученных в ходе эксперимента, основан на изученных теоретических аспектах, а также использует те же методы: анализ, синтез, сравнение, обобщение, систематизация. В качестве количественной обработки данных используются методы математической статистики. Интерпретация закладывает фундамент последующей работы опытно-экспериментального

исследования. Результаты исследования представлены в виде таблиц и рисунков, наглядно демонстрирующих аналитическую работу.

Наиболее многогранный анализ дан на основании результатов диагностики по методике А. И. Захарова и М. А. Панфиловой «Страхи в домиках». Он состоит из сравнения доминирующих и нехарактерных видов страхов дошкольного возраста, сравнения уровней страхов после распределения всех страхов по группам страхов, предложенного А. И. Захаровым, а также сравнение, полученных показателей страхов дошкольников выборки с нормативными значениями. Результаты диагностики психического состояния детей по методике «Паровозик» С. В. Велиевой показали, что 70,4 % (19 человек) имеют позитивное психическое состояние, у 22,2 % (6 человек) выявлено негативное психическое состояние низкой степени (НПС низкой степени) и 7,4 % (2 человека) имеют негативное психическое состояние средней степени (НПС средней степени). Анализ результатов, оценки уровня тревожности детей по опросной анкете Г. П. Лаврентьевой и Т. М. Титаренко для воспитателей, выявил дошкольников с низким уровнем тревожности – 59 % (16 человек), средним уровнем тревожности 22 % (6 человек), а также детей, которые, по их мнению, не имеют тревожности – 19 % (5 человек). Вспомогательным инструментом в анализе доминирующих и нехарактерных видов страхов выступал статистический критерий t-Стьюдента, который показал, что существуют статистически значимые различия в уровнях страхов двух групп. К выявленным доминирующим видам страхов, как наиболее выраженных в возрасте 5-6 лет, относятся: страх огня – 74 % (20 человек), страх смерти близких – 59 % (16 человек), глубины – 55 % (15 человек), умереть – 55 % (15 человек), страх страшных снов – 52 % (14 человек), нападения – 48 % (13 человек), войны – 48 % (13 человек), стихий – 44 % (12 человек), сказочных героев – 41 % (11 человек) и животных – 37 % (10 человек). В результате сравнения значений уровней страхов с нормативными показателями, предложенных А.И. Захаровым для

дошкольного возраста 5-6 лет было выявлено 45 % (12 человек) с уровнем страха сверх нормы, 33 % (9 человек) с уровнем страха ниже нормы, 22 % (6 человек) с нормативным показателем уровня страха. Корреляционный анализ по Ч. Спирмену применялся с целью выявления статистически достоверно значимых положительных корреляционных взаимосвязей доминирующих видов страхов в возрасте 5-6 лет и психоэмоциональными состояниями дошкольников, определённых с помощью методики «Паровозик» С. В. Велиевой и уровнем тревожности по методике Г. П. Лаврентьевой и Т. М. Титаренко анкета-опрос для воспитателей. Выявлена положительная корреляционная взаимосвязь доминирующих видов страхов с уровнем тревожности, а именно чем выше выраженность страхов, тем выше уровень тревожности, что требует психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников.

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

### **3.1 Программа психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников**

Данная программа разработана в целях психолого-педагогической коррекции и профилактики страхов детей дошкольного возраста. Содержательная составляющая программы базируется на представлении о том, что «страх» как психологический феномен существует в трех планах: иррациональный (на уровне эмоций), экзистенциальный (на уровне чувств) и рациональный (на уровне мысли). Особенности каждого плана находят отражение в поведении дошкольника. Причем эмоции и мысли взаимно обуславливают друг друга, раскрывая при этом букет чувств, напрямую влияющих на представление о себе и об окружающем мире. Ребенок к 7 годам встречается с внутриличностным конфликтом, который очень часто имеет скрытые проявления, от того насколько у ребенка сформируется позитивная модель «Я-концепции» будет зависеть его психическое и физическое здоровье в будущем.

Цель: психолого-педагогическая коррекция страхов дошкольников.

Задачи:

1. Снизить уровень страхов.
2. Снизить психоэмоциональное напряжение.
3. Поднять уверенность в собственных силах.
4. Повысить активность проявления в коммуникации.

Методы и технологии, используемые при реализации программы.

Методы: арт-терапия (терапия изобразительным искусством, сказкотерапия), игротерапия, диалогического рассказывания, психогимнастика (психологические этюды) и релаксация.

1. Метод арт-терапия. Терапия искусством – это второе название метода арт-терапии, который ставит перед собой цель гармонизировать внутреннее состояние через восстановление способности находить оптимальное, способствующее продолжению жизни состояние равновесия [34]. Метод изобразительного искусства позволяет найти контакт со своими чувствами, исследовать и выразить их на символическом уровне, через изобразительные материалы выражать в индивидуальной манере мысли и чувства. Используемая методом арт-терапии основная техника активного воображения открывает неограниченные возможности для самовыражения и самореализации в продуктах творчества. С помощью данного метода существует возможность реконструировать конфликтную травмирующую ситуацию и найти ее разрешение через переструктурирование этой ситуации с помощью творческих способностей.

Сказкотерапия. Сказкотерапия активизирует внутренний ресурс, потенциал личности. Сказка помогает образовать связи между сказочными событиями и поведением в реальной жизни, позволяет переносить сказочный смысл в реальность. В основе сказки лежит процесс улучшения внутренней природы и мира вокруг, а также принцип целостного развития личности ребенка. Сказкотерапия один из самых экологических способов образования и воспитания ребенка [26, 27].

2. Игротерапия – это метод психотерапевтического воздействия на детей, в основу которого положен свойственный ребёнку способ взаимодействия с окружающим миром — игра. Основанием для использования метода игровой терапии явились теории психического развития ребенка и теории детской игры Л. С. Выготского, А. Н. Леонтьева, Д. Б. Эльконина.

3. Метод диалогического рассказывания – это вербальные игры и упражнения, в которых дети рассказывают о своих переживаниях, придумывая истории, сочиняя новые окончания к той или иной ситуации или сказке (О.В. Хухлаева). Этот метод хорошо работает в сочетании с

другими психокоррекционными методами, такими как психогимнастика, игротерапия и так далее.

4. Метод психогимнастики (психологические этюды). Этюды как элементы драматизации помогают проявить вербально и невербально эмоции и чувства. Имитация детьми различных эмоций кроме коррекционного воздействия имеет также психопрофилактический характер. Активность в проявлении чувств через мимику и пантомимику помогает предотвращать перерастание некоторых эмоций в патологию. Разрядка эмоций и снятие нервного напряжения обеспечивается благодаря работе мышц лица. Выразительные движения оживляют эмоции, с помощью чего могут возникать яркие воспоминания о неотрагированных ранее переживаниях [86].

5. Релаксационные упражнения – основанные на методе активной нервно-мышечной релаксации, дыхательной и визуально-кинестетических техниках.

Релаксация призвана расслабить и снять мышечное напряжение. Дыхательные упражнения — улучшают ритмирование организма, развивают самоконтроль и произвольность. Релаксация позволяет сфокусироваться на своем внутреннем мире.

Используемые технологии.

1. Личностно-ориентированные технологии. Применение личностно-ориентированных технологий предполагает использование следующих правил:

- на занятиях необходимо обращаться с детьми ласково, с улыбкой;
- стремиться установить доверительные отношения, проявлять внимание к их настроению, желаниям, достижениям и неудачам;
- поощрять самостоятельность в выполнении заданий, учитывая их индивидуальные особенности;
- слушать детей внимательно и с уважением;

- вежливо и доброжелательно отвечать на вопросы и просьбы, обсуждать проблемы;

- успокаивать и подбадривать расстроенных детей.

2. Здоровьесберегающие технологии. Данные технологии направлены на сохранение, формирование и укрепление здоровья. Атмосфера доброжелательности, ситуация успеха для каждого ребенка, смена видов деятельности, чередование периодов напряженной работы и расслабления — системообразующий компонент здоровьесберегающих технологий.

3. Коммуникативные технологии. Формирование отношений со сверстниками: групповой формат работы, правила работы в группе.

Категория обучающихся. Программа психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников рассчитана на возраст 5-6 лет. Занятия по программе проводятся в малых группах в количестве не более 15 человек.

Обоснованные критерии ограничения и противопоказания к участию в программе: ребенок имеет право на отказ от занятия вследствие плохого самочувствия.

Список средств обучения: бумага А4, цветные карандаши, фломастеры, магнитофон, карточки с пиктограммами эмоций, иллюстрации с изображением героев русской народной сказки «Лиса и заяц», сказок С. Михалкова «Три поросенка» и К. Чуковского «Бармалей», магический круг, набор картинок с изображением животных, клубок ниток, коробка со страхами, картинки с изображениями приведений, пиратов, черных кошек, летучих мышей, атрибуты костюмов (колпаки, маленькие метелки для ведьм, белые накидки для приведений, повязки и пистолеты для пиратов, маски-шапочки для черных котов), тыква (сделать из нее тыквенного человечка или использовать иллюстрации).

Форма проведения - групповая (не более 15 человек в группе).

Сроки реализации: программа рассчитана на 1,5 месяца и составляет 10 учебных часов.

Частота встреч: занятия проходят 2 раза в неделю

Длительность занятия: 30 минут

Описание программы

Подготовительный этап – декабрь (проведение первичного диагностического среза).

Основной этап – январь – февраль.

Итоговый этап – апрель (проведение итогового диагностического среза). Продолжительность реализации основного этапа: 1,5 месяца.

Структура программы. Программа коррекции страхов разработана для детей старшего дошкольного возраста, у которых диагностированы те или иные страхи. Программа включает комплекс занятий направленных на снижение страхов дошкольников посредством работы с эмоциональной сферой, коммуникативной стороной общения, которые в свою очередь будут способствовать формированию произвольной саморегуляции эмоционально-волевой сферы и в конечном итоге становлению позитивной «Я-концепции». Занятия тематически выстроены от знакомства с разного типа эмоциями до приобретения первичных навыков управления собственным поведением. Ребенок на занятиях знакомится со своим внутренним миром путем погружения в мир ощущений, развивает вербальную и невербальную техники общения, а также знакомится с разными способами действия с предметом страха. Творческий подход к собственному эмоциональному проявлению в конечном итоге будет способствовать формированию эффективной модели взаимодействия с внешней средой.

Структура занятия. Каждое занятие содержит упражнения приветствия, разминки, основной части, релаксации и прощания (ПРИЛОЖЕНИЕ 3).

Упражнение приветствия служит сигналом начала занятия и предстоящего взаимодействия.

Разминка выступает в роли сонастройки с самим собой.

В основной части занятия сконцентрированы упражнения, имеющие цель воздействовать на ту или иную часть психики. Используются такие методики и техники, как психогимнастика (психологические этюды), игротерапия, диалогичное рассказывание, арт-терапия (рисунок, сказкотерапия). Релаксационные упражнения позволяют детскому организму сбрасывать излишки напряжения и восстанавливать равновесие эмоциональной сферы. В процессе психокоррекционной работы по данной программе отрабатывались следующие навыки:

- навык выражения эмоций и реальных чувств;
- навык позитивного восприятия себя и других;
- навык положительного отношения к ближнему;
- навык конструктивного общения и взаимодействия;
- навык эмоционального комфорта, спокойствия, релаксации.

Критерии эффективности программы:

1. снижение количества страхов.
2. повышение уверенности в себе.
3. снижение психоэмоционального напряжения.
4. повышение коммуникативных навыков.

При составлении программы использовались работы следующих авторов: Хухлаева О.В. Практические материалы для работы с детьми 3-9 лет; Бавина Т.В. и Е.И. Агаркова Детские страхи: Решение проблемы в условиях детского сада; Костина Л. Коррекция тревожности методом интегративной игровой терапии; Лютова Е., Моника Г. Шпаргалка для взрослых.; Кряжева Н.Л. Мир детских эмоций; Черняева С.А. Психотерапевтические сказки и игры [74, 4, 39, 49, 44, 85].

Представим дидактико-методическое обеспечение программы коррекции страхов детей дошкольного возраста.

Таблица 4 – Тематическое планирование работы по психолого-педагогической коррекции

<p>1. «Незнакомец по имени «Страх»» Цель занятий: познакомить детей с эмоцией страха, развить выразительность движений и мимики</p>	
<p>Форма занятий: групповая</p>	<p>Содержание</p> <p>Приветствие: "Доброе утро..." Цель: создать эмоциональный настрой и подготовить детей к участию в работе. Разминка: «Росточек под солнцем». Цель: уравновесить психические процессы через работу с телом, избавление от излишек нервного напряжения. Упражнение: этюд «Страх». Цель: научить выражать свое эмоциональное состояние через выразительность движений. Упражнение: «Угадай эмоцию». Цель: развить эмоциональный интеллект, выразительность мимики и умение слышать свои чувства и эмоции, Упражнение «Путешествие в волшебный лес». Цель: выработать способность тела к расслаблению, снять мышечное напряжение, укрепить нервную систему. Прощание. Цель: научить подводить итог занятию и умению выражать благодарность за совместную работу.</p>
<p>2. Название темы: «У страха глаза велики» Цель занятий: способствовать сохранению нервно-психического здоровья и совершенствовать умение детей изображать эмоцию страха, находить выход из состояния страха и тревожности</p>	
<p>Форма занятий: групповая</p>	<p>Содержание</p> <p>Приветствие: "Доброе утро..." Цель: создать эмоциональный настрой и подготовить детей к участию в работе. Разминка: «Росточек под солнцем». Цель: уравновесить психические процессы через работу с телом, избавление от излишек нервного напряжения. Упражнение: этюд «Испуганный заяц». Цель: научить выражать эмоцию страха через мимику и движения, научить осознавать проявление эмоции в теле Упражнение: обсуждение поговорки «У страха глаза велики». Цель: научить осмысливать эмоцию страха и благодаря этому преодолевать страх. Упражнение: игра «Преодолеем страх». Цель: научить преодолевать страх с помощью воображения Упражнение: рисование «Какого цвета мой страх?». Цель: научить безопасно выражать эмоцию страха и освобождению от негативных переживаний. Упражнение: «Глубокое дыхание». Цель: развить способность к умению расслабить мышечное напряжение и сохранению нервно-психического здоровья Прощание. Цель: научить подводить итог занятию и умению выражать благодарность за совместную работу.</p>
<p>3. Название темы: «Я тебя не боюсь». Цель занятий: формировать у детей осознание собственных мышечных и эмоциональных ощущений, умение преодолевать опасности, мобилизовать свою волю, проявлять активность, а также способствовать снижению скованности, боязливости в движениях и речи.</p>	
<p>Форма занятий: групповая</p>	<p>Содержание</p> <p>Приветствие: «Доброе утро...» Цель: создать эмоциональный настрой и подготовить детей к участию в работе. Разминка «Росточек под солнцем». Цель: уравновесить психические процессы через работу с телом, избавление от излишек нервного напряжения. Этюд «Мы медведя испугались». Цель: научить выражать эмоцию страха через мимику и движения, снизить скованность в движениях и речи Игра «смелые мышшки». Цель: научить проявлять активность, преодолевать эмоцию страха, развить сплоченность коллектива. Упражнение «Водопад» Цель: развить способность к умению расслабить мышечное напряжение и сохранению нервно-психического здоровья. Прощание. Цель: научить подводить итог занятию и умению выражать благодарность за совместную работу.</p>
<p>4. Название темы: «Где живет тишина». Цель занятий: формировать представление о своем собственном внутреннем мире, а также способствовать снижению эмоциональной напряженности.</p>	

## Продолжение таблицы 4

<p>Форма занятий: групповая</p>	<p style="text-align: center;">Содержание</p> <p>Приветствие: "Доброе утро..."          Цель: создать эмоциональный настрой и подготовить детей к участию в работе.          Разминка: «Росточек под солнцем».          Цель: уравновесить психические процессы через работу с телом, избавление от излишек нервного напряжения.          Сказка «Храбрец, боявшийся тишины».          Цель: воспитать качества уверенности в себе и храбрости через образы.          Беседа по сказке «Храбрец, боявшийся тишины».          Цель: научить выражать, полученные образы сказки через речь, преодолевать страх выражать мысли через речь          Упражнение: «Волшебный сон».          Цель: способствовать сохранению нервно-психического здоровья через мышечное расслабление и погружение в тишину внутреннего мира.          Прощание.          Цель: научить подводить итог занятию и умению выражать благодарность за совместную работу.</p>
<p>5. Название темы: «Мой дом моя крепость».          Цель занятий: снять эмоциональную напряженность и возможное чувство страха нахождения в помещении, а также способствовать формированию адекватной самооценки.</p>	
<p>Форма занятий: групповая</p>	<p style="text-align: center;">Содержание</p> <p>Приветствие: "Доброе утро..."          Цель: создать эмоциональный настрой и подготовить детей к участию в работе.          Разминка: «Росточек под солнцем».          Цель: уравновесить психические процессы через работу с телом, избавление от излишек нервного напряжения.          Рассказ о путешествии по Стране сказок.          Цель: научить преодолевать возможно чувство страха остаться одному через проживание чувства в образе сказочного персонажа          Чтение отрывка из сказки К.Чуковского «Бармалей».          Цель: научить выражать эмоциональное состояние через выразительность мимики и осознавать чувство страха в теле.          Рисуночная игра «Нам не страшен серый волк».          Цель: научить выражать негативное психологическое состояние через творчество, как один из способов борьбы со страхом.          Упражнение: «Глубокое дыхание».          Цель: развить способность к умению расслабить мышечное напряжение и сохранению нервно-психического здоровья          Прощание.          Цель: научить подводить итог занятию и умению выражать благодарность за совместную работу.</p>
<p>6. Название темы: «Я-Волшебник».          Цель занятий: формировать представление о страхах и путях их преодоления и способствовать сохранению нервно-психического здоровья детей.</p>	
	<p style="text-align: center;">Содержание</p> <p>Приветствие: "Доброе утро..."          Цель: создать эмоциональный настрой и подготовить детей к участию в работе.          Разминка: «Росточек под солнцем».          Цель: уравновесить психические процессы через работу с телом, избавление от излишек нервного напряжения.          Игра-этюд «Баба-яга».          Цель: способствовать развитию представления о способах преодоления страха, смелости и уверенности в своей силе.          Упражнение: «Глубокое дыхание».          Цель: развить способность к умению расслабить мышечное напряжение и сохранению нервно-психического здоровья          Прощание.          Цель: научить подводить итог занятию и умению выражать благодарность за совместную работу.</p>
<p>7. Название темы: «Давай дружить».          Цель: развить навыки взаимодействия друг с другом и стимулировать собственные возможности детей в преодолении стрессовых ситуаций.</p>	

Продолжение таблицы 4

<p>Форма занятий: групповая</p>	<p style="text-align: center;">Содержание</p> <p>Приветствие: "Доброе утро..."          Цель: создать эмоциональный настрой и подготовить детей к участию в работе.          Разминка: «Росточек под солнцем»          Цель: уравновесить психические процессы через работу с телом, избавление от излишек нервного напряжения.          Упражнение: этюд «Встреча с другом»          Цель: формировать навыки взаимодействия друг с другом, умение выражать эмоциональное состояние          Упражнение: игра «Звериные чувства»          Цель: развить способность к пониманию своих чувств и осознанию различных путей в преодолении страха          Упражнение: «Связующая нить»          Цель: формировать представление о ценности каждого человека и развить умение взаимодействовать друг с другом          Упражнение: «Мост дружбы»          Цель: формировать благоприятное взаимоотношение в группе, чувство общности и коллектива          Упражнение «Глубокое дыхание»          Цель: развить способность к умению расслабить мышечное напряжение и сохранению нервно-психического здоровья          Прощание.          Цель: научить подводить итог занятию и умению выражать благодарность за совместную работу</p>
<p>8. Название темы: «Расскажи мне»          Цель занятий: расширить эмоциональный опыт и способствовать развитию навыков взаимодействия друг с другом.</p>	
<p>Форма занятий: групповая</p>	<p style="text-align: center;">Содержание</p> <p>Приветствие: "Доброе утро..."          Цель: создать эмоциональный настрой и подготовить детей к участию в работе.          Разминка: «Росточек под солнцем»          Цель: уравновесить психические процессы через работу с телом, избавление от излишек нервного напряжения.          Упражнение: беседа о речи          Цель: способствовать формированию эффективным способам общения, преодолевающие страха речи          Упражнение: «Расскажи свой страх»          Цель: развить способность выражать страхи через речь, говорить о своих страхах, негативных переживаниях          Упражнение: игра «Путаница»          Цель: способствовать формированию коммуникативности, сплоченности и физической активности как способ преодоления страха взаимодействия          Упражнение: «Имя»          Цель: снять эмоциональное напряжение, способствовать взаимодействию и сплочённости коллектива          Упражнение: «Дудочка».          Цель: развить способность к расслаблению мышц лица          Упражнение: «Глубокое дыхание»          Цель: развить способность к умению расслабить мышечное напряжение и сохранению нервно-психического здоровья          Прощание.          Цель: научить подводить итог занятию и умению выражать благодарность за совместную работу</p>
<p>1. Название темы: «Ах какой я молодец»          Цель занятий: способствовать развитию смелости и преодоления чувства страха, а также повышение уверенности в собственных силах</p>	
<p>Форма занятий: групповая</p>	<p style="text-align: center;">Содержание</p> <p>Приветствие: "Доброе утро..."          Цель: создать эмоциональный настрой и подготовить детей к участию в работе.          Разминка: «Росточек под солнцем»          Цель: уравновесить психические процессы через работу с телом, избавление от излишек нервного напряжения.          Упражнение: игра «Смена ритмов»          Цель: помочь включиться в общий ритм работы, снять мышечное напряжение.          Упражнение: игра «Ах какой я молодец»          Цель: способствовать формированию адекватной самооценки, позитивного отношения к себе.          Упражнение: игровая ситуация «Ладонь в ладонь»          Цель: развить коммуникативные навыки, получение опыта взаимодействия в парах, преодоление страха тактильного контакта.          Упражнение: «Чаша силы»          Цель: способствовать развитию храбрости, силы и уверенности в себе через образное мышление и погружение во внутренний мир          Упражнение: «Глубокое дыхание»          Цель: развить способность к умению расслабить мышечное напряжение и сохранению нервно-психического здоровья          Прощание.          Цель: научить подводить итог занятию и умению выражать благодарность за совместную работу</p>

#### Продолжение таблицы 4

10. Название темы: «Знаю, умею, делаю». Цель занятий: способствовать формированию эффективных способов общения, а также способствовать развитию коммуникативных способностей.	
Форма занятий: групповая	Содержание Приветствие: "Доброе утро..." Цель: создать эмоциональный настрой и подготовить детей к участию в работе. Разминка: «Росточек под солнцем». Цель: уравновесить психические процессы через работу с телом, избавление от излишек нервного напряжения. Упражнение: беседа «Как мы боремся с трудностями». Цель: развить способность к выражению своих мыслей через речь, преодолению страха общения. Упражнение: «Разыгрывание ситуаций». Цель: способствовать умению преодолевать страх нового, неизвестного через общение. Упражнение: «Закончи предложение». Цель: способствовать развитию умения находчивости, смелости, уверенности в себе. Упражнение: «Глубокое дыхание». Цель: развить способность к умению расслабить мышечное напряжение и сохранению нервно-психического здоровья 7. Прощание. Цель: научить подводить итог занятию и умению выражать благодарность за совместную работу.

Таким образом, разработанная программа направлена на снижение уровня страхов дошкольников. Кроме того, занятия программы содержат упражнения, имеющие цель повысить активность в коммуникативной стороне общения, поднять уверенности в собственных силах и снизить психоэмоциональное напряжение, что в конечном итоге будет способствовать формированию уверенной и гармоничной личности.

### 3.2 Анализ результатов формирующего эксперимента

Конечной целью реализации программы психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников служит проверка ее эффективности. Для оценки эффективности существует необходимость в повторной диагностике по методикам, используемым на этапе констатирующего эксперимента. Таким образом, эффективность разработанной и реализованной программы оценивается на сравнении двух показателей «до» и «после» проведения групповой работы.

В таблице 5 представлены результаты диагностики по методике «Страхи в домиках» А. И. Захарова и М. А. Панфиловой по каждому виду страха «до» и «после» реализации программы психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников.

Таблица 5 – Распределение видов страхов дошкольников по уровням до и после проведения коррекционной работы

№пп	Вид страха	Количество дошкольников, у которых присутствует/отсутствует страх							
		присутствует				отсутствует			
		до		после		до		после	
		Чел.	%	Чел.	%	Чел.	%	Чел.	%
1	Когда остаешься один дома	5	18	4	15	22	82	23	85
2	Нападения	13	48	11	41	14	52	16	59
3	Заболеть	12	44	9	33	15	56	18	67
4	Умереть	15	55	15	55	12	45	12	45
5	Смерти близких	16	59	14	52	11	41	13	48
6	Чужих людей	9	33	7	26	18	67	20	74
7	Потеряться	15	55	11	41	12	45	16	59
8	Мамы, папы	0	0	0	0	27	100	27	100
9	Наказания	13	48	10	37	14	52	17	63
10	Сказочных героев (Бабы-яги, Кощея, Бармалея...)	11	41	5	18	16	59	22	82
11	Опоздания в детский сад (школу)	9	33	10	37	18	67	17	63
12	Страшных снов	14	52	12	44	13	48	15	56
13	Темноты	8	30	5	18	19	70	22	72
14	Животных (волка, змей...)	10	37	8	30	17	63	19	70
15	Насекомых	7	26	9	33	20	74	18	67
16	Транспорта (самолетов, машин...)	2	7	3	11	25	93	16	75
17	Высоты	10	37	9	33	17	63	18	67
18	Глубины	15	55	11	41	12	45	16	59
19	Тесных маленьких помещений	10	37	11	41	17	63	16	59
20	Воды	1	4	1	4	26	96	26	96
21	Огня	20	74	17	63	7	26	10	37
22	Войны	13	48	12	44	14	52	15	56
23	Стихий (наводнения, урагана, грозы)	12	44	8	30	15	56	19	70

Продолжение таблицы 5

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
24	Больших помещений, улиц	8	30	7	26	19	70	20	74
25	Врачей	2	7	5	19	25	93	22	81
26	Уколов	10	37	12	44	17	63	15	56
27	Боли	9	33	8	30	18	67	19	70
28	Крови	8	30	8	30	19	70	19	70
29	Резких, громких звуков (когда внезапно что-то упадет, стукнет)	13	48	12	44	14	52	15	56

Рассмотрим результаты распределения страхов у дошкольников по группам после повторной диагностики по методике «Страхи в домиках» А.И. Захарова и М.А. Панфиловой (ПРИЛОЖЕНИЕ 4, таблица 4.9) в сравнении с первичными показателями, полученными на этапе констатирующего эксперимента. Результаты представлены на рисунке 7, а также в ПРИЛОЖЕНИИ 4, таблица 4.10. Рисунок 7 наглядно транслирует произошедшие изменения в уровне группы страхов «до» и «после» проведения групповой работы.

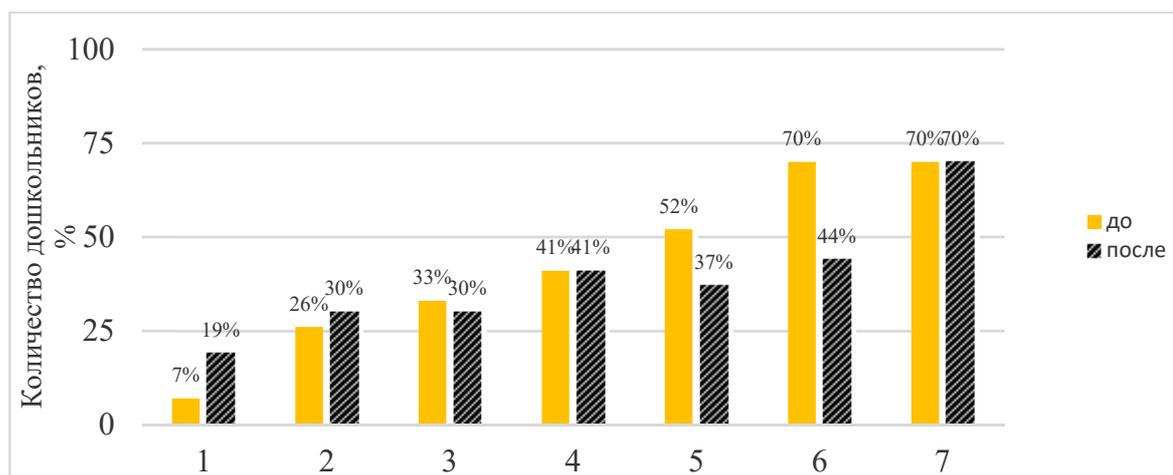


Рисунок 7 – Результаты распределения страхов у дошкольников по группам по методике «Страхи в домиках» А.И. Захарова и М.А. Панфиловой до и после реализации программы

Примечание 2 – 1-социально-опосредованные страхи, 2-пространственные страхи, 3-медицинские страхи, 4-страхи, связанные с причинением физического ущерба, 5-страхи перед сном и страхи кошмарных снов, темноты, 6-страхи животных и сказочных персонажей, 7-страхи смерти себя и родителей.

Группа страха смерти себя и родителей составляет 70 % (19 человек). Группа страхов животных и сказочных персонажей составила 44 % (12 человек). Группа страхов перед сном, страхи кошмарных снов, темноты составляет 37 % (10 человек). Группа страхов, связанная с причинением физического ущерба, не изменила своей выраженности и составляет 41 % (11 человек). Медицинские и пространственные группы страхов составляют 30 % (по 8 человек) в каждой из групп. Социально-опосредованные страхи составляют 19 % (5 человек).

Таким образом, наблюдается снижение в группе страхов, связанных, связанных со страхом животных и сказочных персонажей на 36% (7 человек). Снижение уровня страхов произошли также в группе, связанных со страхами перед сном, кошмарных снов и темноты на 15% (4 человека). Медицинские страхи также продемонстрировали снижение уровня на 3 % (1 человек). Уровень страхов в группе пространственных вырос на 4 % (1 человек). В социально-опосредованной группе страхов произошел рост уровня на 12 % (3 человека). Отсутствие динамики уровня страхов, выявлено в группе страхов, связанных со страхами смерти себя и близких, с причинением физического ущерба.

Отсутствие изменений в группе страхов, связанных со смертью себя и близких объясняется теоретическими предпосылками и особенностями проявления страхов на каждом возрастном этапе. Данная группа страхов начинает преобладать в возрасте 5-7 лет и считается в определенной степени нормой. В связи с тем, что социально-опосредованный страх присущ больше детям младшего школьного возраста, то приближение к данному возрасту сулит увеличение количества детей, имеющих данный страх. Хорошие результаты отмечаются в группе медицинских страхов, что особенно актуально в условиях, сменяющих друг друга чередой эпидемий. Также продуктивность, реализованной программы, подчеркивает снижение количества детей, имеющих страхи снов, темноты, а также страхи

животных, сказочных персонажей на фоне развития мультимедийного пространства в мистическом и фантастическом жанрах.

Результаты повторного сравнительного анализа уровней страхов дошкольников, диагностированных по методике «Страхи в домиках» А.И. Захаров, М.А. Панфиловой с нормативными показателями для дошкольного возраста 5-6 лет представлены на рисунке 8 и в ПРИЛОЖЕНИИ 4, таблица 4.11.

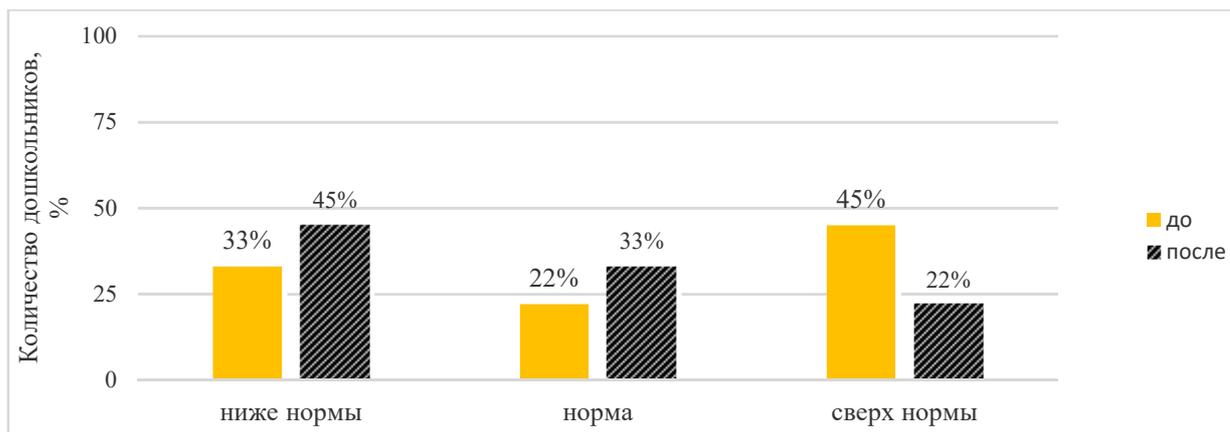


Рисунок 8 – Результаты исследования количества страхов дошкольников по методике «Страхи в домиках» А.И. Захарова и М.А. Панфиловой до и после реализации программы

Количество дошкольников с показателем уровня страха сверх нормы составляет 22 % (6 человек), ниже нормы - 45 % (12 человек) и количество дошкольников, имеющих показатели в пределах нормы, составляет 33 % (9 человек). Рисунок транслирует рост числа детей, имеющих страхи в пределах нормы на 11 % (3 человека); снижение значения уровня страхов сверх нормы на 23 % (6 человек) и наблюдается рост дошкольников с уровнем страха ниже нормы на 12 % (3 человека).

Результаты повторной диагностики по методике «Паровозик» С.В. Валиевой представлены на рисунке 9, а также в ПРИЛОЖЕНИИ 4, таблица 4.12. Так количество детей с позитивным психоэмоциональным состоянием составляет 21 дошкольник, что показывает рост показателя на 8 % (2 дошкольника). Дети с негативным психическим состоянием средней степени, после реализации программы, не выявлены, что на 8% (2

дошкольника) ниже показателя, полученного до реализации программы. Количество детей дошкольного возраста с негативным психическим состоянием низкого и высокого уровнями осталось без изменений, а именно, 6 человек (22 %) и 0 человек (0 %) соответственно. Таким образом, вектор смещения показателей направлен от негативного психоэмоционального состояния средней степени в сторону негативного психоэмоционального состояния низкой степени, и в свою очередь, от негативного психоэмоционального состояния низкой степени в сторону позитивного психоэмоционального состояния.

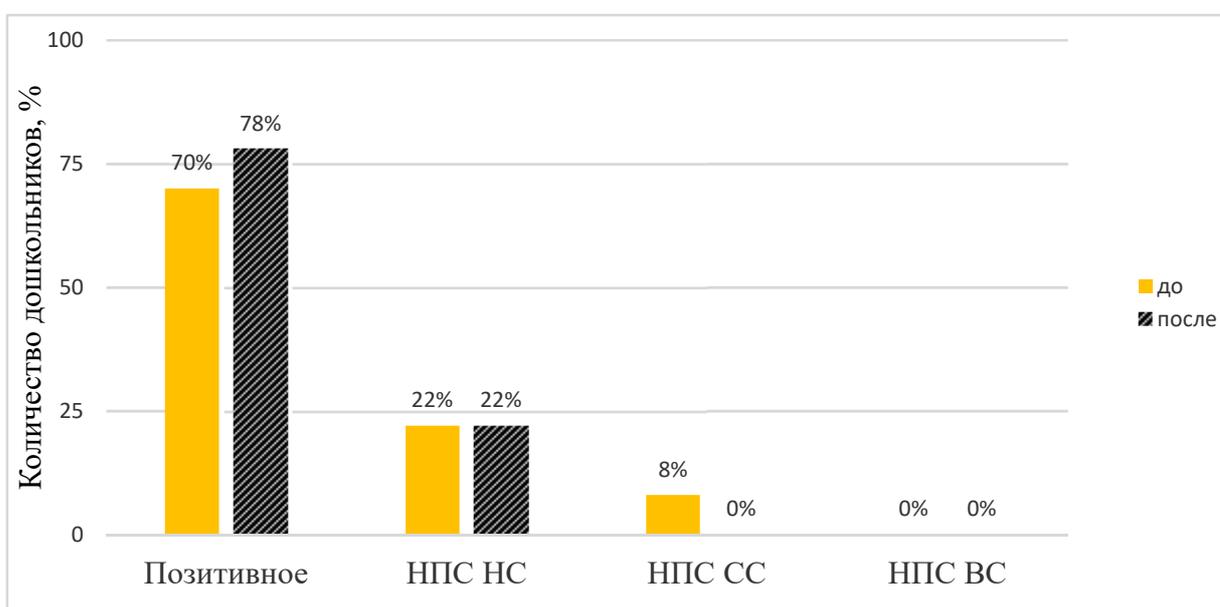


Рисунок 9 – Результаты диагностики степени психоэмоционального состояния дошкольников по методике «Паровозик» С.В. Велиевой до и после реализации программы

Результаты и анализ результатов повторной диагностики по методике анкета Г.П. Лаврентьевой и Т.М. Титаренко проиллюстрированы на рисунке 10, а также в ПРИЛОЖЕНИИ 4, таблица 4.13. Так, количество детей, у которых отсутствует тревожность, осталось неизменным и составляет 19 % (5 человек). Динамика наблюдается в количестве детей дошкольного возраста с низким и средним уровнем тревожности. Так количество детей с низким уровнем тревожности составляет 81 % (22 человека) и показывает рост числа детей на 22 % (6 человек).

Дети со средним уровнем тревожности отсутствуют, что показывает снижение показателя на 22 % (6 человек). Высокий уровень тревожности также не показал изменений – отсутствие дошкольников (0 %) Таким образом, вектор сдвига уровня тревожности имеет строгую направленность, от среднего уровня тревожности к низкому уровню тревожности.

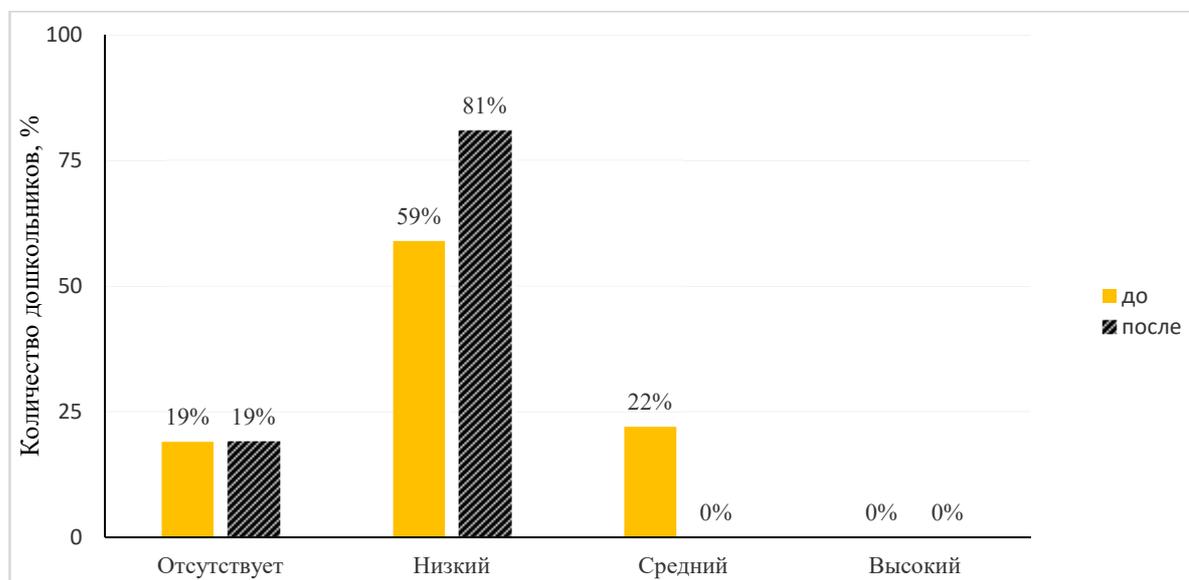


Рисунок 10 – Результаты диагностики уровня тревожности дошкольников по анкете Г. П. Лаврентьевой и Т. М. Титаренко для воспитателей до и после реализации программы

В качестве доказательства эффективности разработанной и реализованной программы психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников применяется метод математической обработки данных: Т-критерий Вилкоксона. В связи с тем, что целью опытно-экспериментального исследования является доказательство или опровержение выдвинутой в начале исследования гипотезы, возникает необходимость математически сравнить количество страхов «до» и «после» эксперимента по каждому испытуемому дошкольнику, на основе данных, полученных в результате тестирования по методике «Страхи в домиках» А.И. Захаров и М.А. Панфиловой (таблица 4 и ПРИЛОЖЕНИЕ 4, таблица 4.14). Т-критерий Вилкоксона позволяет определить направленность изменений, а также их выраженность или интенсивность сдвига. Применяемый алгоритм расчета критерия подразумевает выбор «точки

отсчёта» в виде «нетипичного сдвига». Так за нетипичный сдвиг принимаем увеличение количества страхов.

Также в качестве исходных данных необходимо сформулировать нулевую и альтернативную гипотезы:

$H_0$ : Интенсивность сдвигов в направлении уменьшения количества страхов не превосходит интенсивность сдвигов в направлении увеличения количества страхов детей дошкольного возраста.

$H_1$ : Интенсивность сдвигов в направлении уменьшения количества страхов превосходит интенсивность сдвигов в направлении увеличения количества страхов детей дошкольного возраста.

Решение поставленной задачи осуществляется с помощью разработанного для данного критерия алгоритма:

1. Составить список испытуемых в любом порядке, например, алфавитном. Занести в таблицу первичные значения.
2. Вычислить разность между индивидуальными значениями во втором и первом замерах ("до – после"). Определить, что будет считаться "типичным" сдвигом и сформулировать соответствующие гипотезы.
3. Перевести разности в абсолютные величины и записать их отдельным столбцом.
4. Проранжировать абсолютные величины разностей, начисляя меньшему значению меньший ранг. Проверить совпадение полученной суммы разностей с расчетной.
5. Отметить кружками или другими знаками ранги, соответствующие сдвигам в "нетипичном" направлении.
6. Подсчитать сумму этих рангов по формуле:

$$T_{э.мп.} = \sum R_x, \quad (1)$$

где  $R_x$  — ранговые значения сдвигов с более редким знаком.

7. Определить критические значения  $T$  для данного  $N$  по таблице с критическими значениями критерия Вилкоксона (нулевые значения не принимаются в расчет).

Если  $T_{\text{эмп.}} > T_{\text{кр., } 0,05}$ ,  $H_0$  принимается. Если  $T_{\text{эмп.}} \leq T_{\text{кр., } 0,05}$ ,  $H_0$  отвергается и принимается  $H_1$ . Чем меньше значения  $T$ , тем достоверность различий выше, т.е. тем больше сдвиг в "типичную" сторону достоверно преобладает.

#### 8. Построить ось значимости

Результаты исследования и применения метода статистической обработки данных  $T$  – критерий Вилкоксона представлены в ПРИЛОЖЕНИИ 4, таблица 4.15.

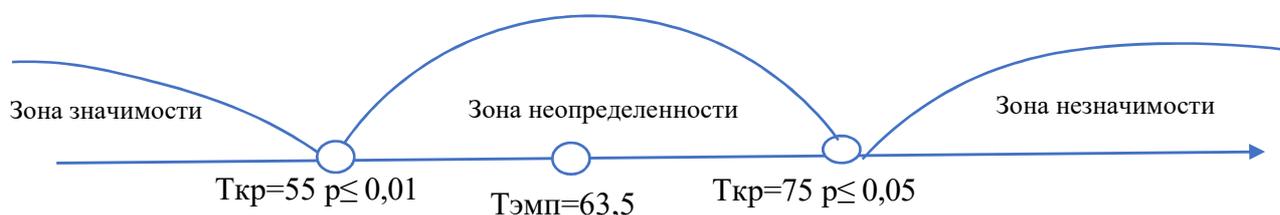


Рисунок 11 – Ось значимости

В результате расчета по формуле (1) был получен показатель, характеризующий эмпирическую сторону исследования  $T_{\text{эмп}}=63,5$  рассчитанный как сумма рангов нетипичных сдвигов. Применяя таблицу критических значений  $T$ - критерия Вилкоксона были определены показатели  $T_{\text{кр.}}=75$  при  $p \leq 0,05$  и  $T_{\text{кр.}}=55$  при  $p \leq 0,01$ . Базируясь на правиле, что если  $T_{\text{эмп}} \leq T_{\text{кр.}}$ , то сдвиг в типичную сторону по интенсивности достоверно преобладает. Таким образом,  $T_{\text{эмп}} < T_{\text{кр}}$  – сдвиги в типичную сторону по интенсивности достоверны при уровне значимости  $p \leq 0,05$ . Полученный эмпирическим путем показатель попал в зону неопределённости и альтернативная (экспериментальная) гипотеза  $H_1$  подтверждается при  $p \leq 0,05$ . Разработанная и реализованная программа психолого-педагогической коррекции страхов детей дошкольного возраста эффективна, гипотеза исследования верна.

### 3.3 Психолого-педагогические рекомендации педагогам по коррекции страхов дошкольников

Страхи дошкольного возраста носят возрастной, преходящий характер в силу преобладания эмоциональной составляющей в развитии личности, а не характера. Но тем не менее для того, чтобы грамотно, а от того и мягко, оказать психолого-педагогическую помощь на каждом возрастном этапе дошкольника необходимо обладать знаниями факторов, обуславливающих страхи и конечно же особенности психического развития на этапе дошкольного возраста.

Итак, рассмотрим основные знания, которыми должен владеть педагог при осуществлении коррекции страхов дошкольников. Во-первых, коррекционная работа со страхами дошкольников в первую очередь должна быть направлена на устранение истинной причины, вызывающую тот или иной страх. Причины могут крыться как в возрастных особенностях ребенка, так и в событиях, происходящих внутри семьи или ближайшем окружении ребенка [77]. Отсутствие должного внимания к причине страха, может свести на нет, все попытки избавить ребенка от него. Причины страхов могут быть самыми разнообразными: излишняя строгость по отношению к ребенку в семье, внушение страхов взрослыми или сверстниками, испуг, ранняя интеллектуализация ребенка, психотравма (развод родителей, смерть близкого человека, насилие). В случае выявления неправильной тактики воспитания родителями или других детско-родительских нарушений встаёт вопрос о необходимости комплексного подхода к решению проблем, связанных со страхами, в частности привлечения семьи [2, 40, 45, 62, 88]. В процессе беседы с родителями необходимо кратко рассказать о последствиях, которые несет «страх» для их ребенка и договориться о совместной стратегии в коррекции и во взаимодействии с ребенком в рамках дома и детского сада.

Во-вторых, одним из принципов, построения коррекционной работы – это деятельностный принцип. Ведущая деятельность старшего дошкольного возрастного этапа (5-6 лет) – сюжетно-ролевая игра. Игровой процесс эмоционально поглощает ребёнка, благодаря чему ребенок осваивает реальность. Эмоциональная насыщенность игровой деятельностью дает стимул к развитию психических процессов, а также естественным образом помогает осуществлять коррекционную работу через развитие образных форм познания окружающего мира - восприятия, образного мышления, воображения.

В дошкольном периоде воображение, как когнитивный компонент внутреннего (лично-обусловленного) источника порождения страхов играет основную роль. Поэтому воспитателям очень важно доносить информацию до родителей или других взрослых, принимающих участие в воспитании ребенка, о том, чтобы последние, следили не только за тем, что попадает в область познания окружающей действительности ребенка (какие фильмы, мультфильмы, разговоры, конфликты и т.д.), но и прежде всего за своим внутренним миром, с каким настроением или эмоциональным фоном осуществляется контакт с ребенком.

В-третьих, необходимо помнить, что коррекционная работа призвана прежде всего вернуть ребенку возможность гармонично адаптироваться к актуальной жизненной ситуации, что возможно через баланс эмоциональной и когнитивной сферы. Таким образом, в случае если источником страхов служит собственное развивающееся воображение ребенка, то в таком случае в качестве компенсации когнитивной сферы необходимо сделать акцент на развитии положительного эмоционального фона ребенка. И наоборот, выявленное негативное психологическое состояние при недостаточном уровне вербализации страхов, говорит о преобладании иррациональных страхов (беспокойство, тревога), что необходимо сбалансировать развитием когнитивной функции, развитием уверенности в себе, научением коммуницировать, развитием воображения,

опираясь в методах и способах на ведущую деятельность. Также исследования показывают, что к эффективной терапии тревожного состояния детей относятся игры-головоломки [95].

Ведущая деятельность как регулятор когнитивной и эмоциональной сфер, в конечном итоге участвует в выработке стратегии поведения ребенка. И наоборот, научение определенным поведенческим проявлениям через ведущую деятельность, способно привести сбалансированность во внутреннем мире ребенка. Поведенческие проявления страхов такие, как застенчивость, напряжение в теле, пугливость, смущение, низкая активность, неуверенность в себе, возможно, скорректировать комплексом занятий включающие, занятия на развитие коммуникативных способностей, занятия на развитие эмоционально-волевой сферы и другие.

Игровая деятельность выступает одним из главных помощников в коррекционной работе с детьми дошкольного возраста. В качестве игры может быть представлен целый комплекс деятельности, включающий в себя рисование, театральные постановки, сказкотерапия, лепка, аппликация, подвижные игры, ролевые игры, психогимнастика, песочная терапия, музыкотерапия. Основа любой игры – фантазия, воображение, импровизация. Воображаемая игра – это безопасное пространство, в котором дети могут решать проблемы, разрешать конфликты и выражать негативные эмоции [94].

Все перечисленные методы оказывают чудесное, мягкое воздействие на хрупкую детскую психику.

Рассмотрим возможности основных методов в коррекционной работе с дошкольниками:

1. Ролевая игра. В качестве методического средства, помогает детям погрузиться в роли страшящих их персонажей или героя [28, 38, 72], одерживающих победу над страхом, в том числе мягко прорабатывает эмоционально-волевою сферу.

2. Рисование. Прекрасная техника, когда ребенок не может рассказать о своем страхе в силу недостаточного речевого развития (особенно при задержке речевого развития), к тому же страх может вызвать блокировку спонтанной речи ребенка [33]. Рисовать ребенок зачастую начинает раньше, чем хорошо говорить и для него это естественный способ общения с миром. Попросите ребенка нарисовать то, что его напугало. Посредством рисунка ребенок может безболезненно соприкоснуться с пугающими образами и ситуациями, как-то повлиять на них, что значительно снижает детскую тревогу (например, нарисованный страх можно разорвать, сжечь, можно сделать его смешным или жалким).

3. Сказка в коррекции страхов. Очень привлекательна для детей, так как в ней заключается естественность сюжетной линии, отсутствии нравоучений [15, 16]. Ребенок, попадая в сказку, получает ключи к способам борьбы со страхами, а его эмоциональный мир при этом приобретает яркие краски. Считается, что сказка, говоря на языке метафор, является мощным инструментом воздействия на психику. Таким образом, сказка в работе по коррекции страхов помогает гармонично и мягко наладить ребенку отношения с окружающим миром. Существует много готовых сказок, но можно сочинять сказки самим, соблюдая принцип, что каждая сказка должна содержать в себе главную проблему и пути ее решения. В практике сказкотерапии используют куклы: куклы-марионетки, пальчиковые куклы, куклы теневого театра. Кукла является незаменимым средством в случае, если ребенок в силу особенностей психики не способен играть на сцене сам. Наделение куклы своим страхом, помогает снизить собственное эмоциональное напряжение. Ребенок может видеть результат своего воздействия на куклу и постепенно осознавать ответственность за сценическую жизнь куклы, создавая причинно-следственные связи между своими действиями и действиями куклы.

4. Психогимнастические и релаксационные упражнения. Снимают внутреннее напряжение, помогают расслабить тело.

5. Коммуникативные методы – средства, помогающие детям преодолевать внутренние барьеры в общении, привить радость от общения.

6. Постановка театральных представлений. Организация и участие дошкольников в театральной постановке включает в себя чуть ли не полный перечень методов коррекции страхов: ознакомление со сказкой, ролевое участие, коммуникацию, психогимнастические и релаксационные методы, терапию музыкой и танцем. Подготовка к театральному представлению может включать рисование, лепку и совместные поделки театрального декора. В результате такого подхода, дети получают радость от совместной деятельности, которая будет развивать их концентрацию, внимание, вырабатывать коммуникативные навыки, сплоченность, а главное дети получают много позитивных эмоций и почувствуют себя взрослыми и компетентными.

Воспитатель при взаимодействии с дошкольниками, имеющие проявления того или иного страха, должен помнить:

1. К страху ребенка нужно относиться серьезно и адекватно. Избегать преуменьшения значимости страха и наоборот – преувеличения его значимости. Недооценивание влияния страха на психику ребенка, может серьезно повлиять на такие психические процессы, как мышление, воображение, память и речь.

2. Знакомство со своим страхом, гарантия успеха над его преодолением. Дети иной раз боятся незнакомых звуков, но, увидев источник этих звуков, тут же перестают обращать на них внимание, а рассказ или сказка о пугающем объекте в добром представлении снимает напряжение и трансформирует созданный негативный образ в позитивный или по-крайне мере в нестрашный.

3. Если страх выражен слабо или только что проявил себя, не надо фиксировать внимание ребенка на таком страхе. Займите ребенка интересной для него деятельностью, игрой, отвлеките его. В зависимости от возраста ребенка, через некоторое время можно завести с детьми разговор о

том, что люди испытывают разные чувства: радость, грусть, удивление, страх. Обсудите на занятиях с детьми, все ли чувства приносят пользу человеку. Сделайте совместный вывод о том, что и страх полезен, он помогает ребенку быть осторожным в некоторых ситуациях, мобилизовать организм на борьбу с неприятелем.

4. Стимуляция ребенка к вербализации страха является первым шагом на пути преодоления страха. Когда ребенок проговаривает вслух свои переживания, его тревога уменьшается. Задача взрослого – «правильно» послушать ребенка, то есть применить навыки активного слушания и эмоционально поддержать его. Проигрывание со страхами считается наиболее адекватным способом выражения чувств, познания мира, отношений между людьми.

5. Необходимо проявлять «мудрость», «золотую середину» к негативным поведенческим проявлениям дошкольников, вызванными страхами. Не реагировать агрессией и не пытаться жестко «построить» ребенка в ответ на нежелательное поведение ребенка. Необходимо помнить, что социальная ситуация в системе «взрослый» - «ребенок» служит платформой для моделирования и формирования личности ребенка [87].

Помимо, перечисленных выше рекомендаций психологического характера к подходу в осуществлении коррекционных воздействий, существуют также рекомендации к пространственно-предметному компоненту образовательной среды. Так в помещении для проведения занятий должны быть удобные стулья, коврики, а также обеспеченность необходимым искусственным освещением. В отношении временной характеристики коррекционного курса, педагоги должны придерживаться понимания того, что занятие не должно превышать 30 минут, в силу возрастных особенностей развития ребенка. Для эффективности реализуемой программы занятия необходимо проводить не менее 2 раз в неделю. Не последними в организации корректирующего воздействия считаются оздоравливающие процедуры: полноценное питание,

соблюдение режима дня, прогулки перед сном, закаливание. Так же следует помнить, что коррекционные занятия должны проводиться не на голодный желудок и не ранее чем через 2 часа после еды. Ребенка необходимо настроить на предстоящую работу, путем достижения расслабленности. Для наиболее успешного восприятия и усвоения материала, занятия должны быть продуманы единой сюжетной линией и частой сменой видов деятельности. Взаимодействие и сотрудничество ДОО с родителями в виде проведения различных мероприятий, консультаций, тренингов, направленных на коррекцию страхов старших дошкольников является необходимым процессом на пути к успеху в осуществляемой коррекционной деятельности.

Итак, подводя итог в рекомендациях воспитателям в осуществлении коррекционной деятельности хотелось бы отметить, что амплификация детского развития стимулирует психическое развитие ребёнка и вскрывает все резервы, которые имеются на данном возрастном этапе, и способствует гармонизации внутреннего психического состояния ребенка. Игра способствует произвольному и волевому развитию ребенка, развитию речи, учит проявлять и понимать эмоции и чувства. Чтение сказок способствует развитию фантазии ребенка и его эстетического воспитания. Амплификация в отличие от симплификации, не призвана форсировать темпы развития ребенка ускоренным переходом к более взрослым видам деятельности, что сокращает период детства и ведет к физическим перегрузкам, а наоборот способствует наиболее полно прожить каждую ступень развития.

#### 3.4 Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику

Практическая значимость разработанной программы психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников достигается на этапе реализации внедрения результатов исследовательской работы в дошкольном образовательном учреждении. Технологическая карта служит

путеводной картой и необходимым инструментом в руках администрации дошкольного образовательного учреждения. Внедрение результатов исследования в практику можно разделить на четыре этапа (ПРИЛОЖЕНИЕ 5, таблица 5.16).

Первый этап – это этап целеполагания, который включает в себя анализ ситуации по проблеме, путем изучения существующих документов по проблеме, постановка цели внедрения программы, обозначение этапов исследования и разработка психолого-педагогической программы коррекции страхов дошкольников. Первый этап призван прежде всего воссоздать образ той проблемы, которую необходимо разрешить и достигается благодаря всестороннему изучению психолого-педагогической литературы и анализу существующих исследований. Нахождение противоречия является неким помощником в формулировании и постановке целей внедрения, как стратегической, так и тактических, в виде подцелей. Формулирование задач, методологических принципов, условий, критерий и показателей ожидаемых результатов также включаются в содержание первого этапа. Немаловажным фактором является оценка готовности воспитанников к участию в исследовательской работе.

К методам, используемым на первом этапе, относятся: обсуждение, наблюдение, анализ материалов по цели внедрения программы; составление программы внедрения, анализ материалов психолого-педагогической коррекционной деятельности.

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

Второй этап – это этап реализация программы психолого-педагогической коррекции страхов старших дошкольников. Целью второго этапа является проведение занятий, включенных в программу. Также на втором этапе необходимо оказать содействие в формировании заинтересованности в актуальности и продуктивности предмета

внедрения программы у педагогов, проверить методику внедрения программы. Основой содержания этапа является работа с дошкольниками.

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

Основными формами работы второго этапа являются групповые занятия; тренинги, круглые столы, творческая деятельность; работа психологической службы в дошкольном образовательном учреждении.

Третий этап – это этап изучения предмета внедрения программы психолого-педагогической коррекции страхов старших дошкольников. Целями третьего этапа являются изучение документальных материалов предмета внедрения программы; изучения сущности предмета внедрения психолого-педагогической программы, а также методики темы программы. В содержание этапа входят изучение материалов и документов о предмете внедрения психолого-педагогической программы и документации; освоение системного подхода в работе над темой изучения предмета внедрения, его задач, принципов, содержания, форм и методов; освоение системного подхода в работе над темой.

Методы: самообразование, научно-исследовательская работа.

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

Четвёртый этап – это этап совершенствования работы над темой разработки программы психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников. Целями четвертого этапа являются совершенствование знаний и умений, сформированных на предыдущем этапе; совершенствование методики освоения внедрения программы; сохранение и углубление традиции работы над темой, сложившейся на предыдущих этапах. В содержание включаются совершенствование знаний и умений по системному подходу; формирование единого методического обеспечения

освоения внедрения программы; обсуждение динамики работы над темой, научная работа по теме внедрения программы.

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

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

Таким образом, была разработана технологическая карта, состоящая из четырех этапов. Описаны цель, содержание, формы работы и используемые методы на каждом этапе.

### Вывод по главе 3

В третьей главе описана разработанная и реализованная программа психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников. Обозначены цели, задачи и методы. Для осуществления цели разработки программы были изучены и подобраны основные методы и технологии, используемые в психолого-педагогической коррекции и профилактике страхов детей дошкольного возраста. Основной целью программы является снижение уровня страхов дошкольников посредством работы с эмоциональной сферой, коммуникативной стороной общения, которые в свою очередь будут способствовать формированию произвольной саморегуляции эмоционально-волевой сферы и в конечном итоге становлению позитивной «Я-концепции».

Методы, используемые при реализации программы: арт-терапия (рисунок, сказкотерапия), игротерапия, диалогическое рассказывание, психогимнастика (психологические этюды) и релаксация. Форма проведения – групповая (не более 15 человек в группе). Сроки реализации: программа рассчитана на 1,5 месяца и составляет 10 учебных часов. Частота встреч: занятия проходят 2 раза в неделю. Длительность занятия: 30 минут.

Программа реализуется в три этапа: подготовительный этап (диагностический), основной этап (коррекция) и итоговый этап (повторная диагностика). Каждое занятие содержит ритуал приветствия, разминки, основной части, релаксации и ритуала прощания.

В основе программы лежат работы Хухлаевой О.В., Бавиной Т.В. и Е.И. Агарковой, Костиной Л., Лютовой Е., Моники Г., Кряжевой Н.Л., Черняевой С.А. Повторная диагностика построена на диагностическом инструментарии, используемом на этапе констатирующего эксперимента. По методике «Страхи в домиках» А.И. Захарова и М.А. Панфиловой наблюдается снижение показателей в ряде групп страхов, таких как, группа страхов, связанных со страхом животных и сказочных персонажей на 26 % (7 человек), группа страхов, связанных со страхами перед сном, кошмарных снов и темноты на 16% (4 человека), а также группа медицинских страхов на 3% (1 человек). Уровень страхов в группе пространственных показал рост на 4 % (1 человек), группа страхов социально-опосредованных показал рост на 12% (3 человека). Отсутствие динамики уровня страхов, выявлено в группе страхов, связанных со страхами смерти себя и близких и группе страхов, связанных с причинением физического ущерба. Результаты повторной диагностики по методике «Паровозик» С.В. Велиевой показали тенденцию к улучшению психоэмоционального состояния дошкольников. Так количество детей с позитивным психоэмоциональным состоянием увеличилось на 8% (2 человека). Количество детей с негативным психоэмоциональным состоянием средней степени снизилось на 8% (2 человека), а количество детей с негативным психоэмоциональным состоянием низкого уровня осталось прежним. Отсутствуют дошкольники с негативным психоэмоциональным состоянием высокого уровня «до» и «после» реализации программы (0 %).

Третья методика, выступающая в качестве диагностического инструментария, это анкета-опрос на выявления уровня тревожности дошкольников Г.П. Лаврентьевой и Т.М. Титаренко. Результаты повторной

диагностики по данной методике показали, динамику в низком и среднем уровнях тревожности, а именно 21 дошкольник имеют низкий уровень тревожности, что выше на 26 % (7 человек) по сравнению с результатами предэкспериментальной диагностики. У 22% (6 человек) отсутствует тревожность, а также отсутствует динамика показателей. Дети со средним уровнем тревожности отсутствуют, но замечена динамика в сторону снижения показателя на 26% (7 дошкольников). Высокий уровень тревожности также не показал изменений – отсутствие дошкольников (0 %). Таким образом, вектор сдвига уровня тревожности имеет строгую направленность, от среднего уровня тревожности к низкому уровню тревожности.

Проведена оценка эффективности реализации программы психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников с помощью математической статистики. Доказательной базой для оценки эффективности, проделанной работы служит расчёт Т-критерий Вилкоксона. Оценка осуществляется на данных, полученных по методике «Страхи в домиках» А.И. Захарова и М.А. Панфиловой. Значение эмпирического критерия находится в зоне неопределенности и меньше критического значения, открывающего предел зоны незначимости, следовательно принимается альтернативная гипотеза  $H_1$  при  $p \leq 0,05$ , доказывающая преобладание интенсивности сдвига в направлении уменьшения количества страхов детей дошкольного возраста.

Разработаны рекомендации педагогам по психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников, а также разработана технологическая карта внедрения результатов опытно-экспериментального исследования. В результате решения поставленных задач исследования можно сделать вывод, что гипотеза о том, что психолого-педагогическая коррекция страхов дошкольников будет эффективной, если разработать модель психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников и средством реализации

модели выступит психоло-педагогическая программа коррекции страхов дошкольников, подтверждена.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Целью исследования являлось теоретическое обоснование и опытно-экспериментальная проверка психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников. Анализ многочисленной психолого-педагогической литературы отечественных ученых и зарубежные ученые, позволил определить страх, как сущностную составляющую человека, имеющую иррациональную природу (эмоциональную), которая под действием социокультурного влияния трансформируется в образы рационального сознания, и служит защитой биологического организма и показателем развития сознания. Анализ существующих классификаций позволил сделать вывод, что каждый осознаваемый страх несет в себе заряд трех составляющих, находящихся в плоскости иррационального плана, экзистенциального плана, рационального плана. Страх, проявляется в виде тревожности на иррациональном плане, в виде образа или мысли в рациональном плане и в виде чувства переживания в экзистенциальном плане.

Расстановка акцентов в особенностях развития ребенка на каждом из этапов дошкольного возраста и знаний об основных источниках формирования страхов позволил понять особенности проявления страхов на каждом этапе дошкольного возраста. Так, в дошкольном возрасте активно развиваются познавательная способность, воображение, словесно-образное мышление, эмоционально-волевая сфера в процессе расширения круга взаимодействия с социокультурной средой. Впервые происходит осознание своего внутреннего мира, через столкновение чувств ребенка и его мыслей, проявляющееся в образах страха. Так доминирующими страхами в возрасте 3-5 лет считается страх темноты, пространственные страхи, страх страшных снов, а в возрасте 5-7 лет доминирующим становится страх смерти, проявляющийся напрямую или косвенно через такие страхи как страхи животных, войны, стихийных бедствий и другие.

Разработана модель психолого-педагогического страха дошкольников, на основании предварительно осуществленного целеполагания, представленного в виде «дерева целей». Реализация модели психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников происходит в четыре этапа: теоретический, диагностический, психолого-педагогическая коррекция, аналитический.

Эмпирическая часть исследования базируется на выборке МДОУ ДС №16 г. Копейска Челябинской области численностью 27 дошкольников 5-6 лет. Исследование психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников состояло из следующих этапов: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный этап и контрольно-обобщающий. Для исследования, в результате анализа теоретической аспекта проблемы, были подобраны методы и методики диагностики:

1. Теоретические методы: анализ, синтез, сравнение, целеполагание и моделирование.
2. Эмпирические методы: констатирующий и формирующий эксперимент, тестирование.
3. Количественный метод обработки эмпирических данных: критерий t-Стьюдента, корреляционный анализ Ч. Спирмена и t-критерий Вилкоксона.

Методики исследования:

- «Страхи в домиках» А.И. Захарова и М.А. Панфиловой;
- «Паровозик» С.В. Велиевой;
- анкета-опросник на тревожность детей Г.П. Лаврентьевой и Т.М. Титаренко.

Результаты констатирующего эксперимента показали следующие результаты:

- по методике «Страхи в домиках» А.И. Захарова и М.А. Панфиловой имеют несколько аналитических выкладок, в которые входят: сравнение доминирующих и нехарактерных видов страхов дошкольного возраста,

сравнение уровней страхов после распределения всех страхов по группам страхов, предложенного А.И. Захаровым, а также сравнение, полученных показателей страхов дошкольников выборки с нормативными значениями.

Результат сравнительного анализа с применением метода математической статистики t-критерия Стьюдента показал достоверно значимые различия в уровнях доминирующих и нехарактерных страхов дошкольников 5-6 лет. Так доминирующие страхи имеют следующие показатели: страхи страшных снов обнаружены у 14 человек (52 %), глубины - у 15 человек (55 %), умереть - у 15 человек (55 %), смерть близких - у 16 человек (59 %), сказочных героев - у 11 человек (41 %), животных - у 10 человек (37 %), нападения - 13 человек (48 %), огня - 20 человек (74 %), войны - 13 человек (48 %) и стихий - 12 человек (44 %).

Результаты анализа после распределения страхов по группам страхов показали: страхи, связанные с причинением физического ущерба имеют 11 человек (41 %); страхи животных и сказочных персонажей имеют 19 человек (70 %); страхи смерти себя и родителей имеют 19 человек (70 %), страхи перед сном и страхи кошмарных снов, темноты имеют 14 человек (52 %); социально-опосредованные страхи зарегистрированы у 2 человек (7,4 %); пространственные страхи у 7 человек (26 %) и медицинские страхи у 9 человек (33 %).

Результаты сравнительного анализа количества страхов с нормативными значениями по А.И. Захарову: 12 дошкольников (45 %) имеют страхи сверх нормы, 9 дошкольников (33 %) ниже нормы и 6 дошкольников (22 %) в пределах нормы.

Диагностика по методике «Паровозик» С.В. Велиевой показала, что 19 дошкольников (70,4 %) позитивное психическое состояние, у 6 дошкольников (22,2 %) выявлено негативное психического состояния низкой степени (НПС низкой степени), 2 дошкольника (7,4 %) имеют негативное психическое состояние средней степени (НПС средней степени)

и отсутствуют дошкольники с высокой степенью негативного психического состояния (0 %).

Диагностика по методике анкета Г.П. Лаврентьевой и Т.М. Титаренко для воспитателей на выявление уровня тревожности показала: низкий уровень тревожности у 16 человек (59 %), средний уровень тревожности у 6 человек (22 %), а также количество детей дошкольного возраста не имеющих тревожности обнаружено у 5 человек (19 %).

Предварительная диагностика позволила осуществить выбор основных методов и технологий, применяемых на этапе формирующего эксперимента в психолого-педагогической коррекции страхов детей дошкольного возраста. Приоритетной задачей программы, которую необходимо было разрешить в ходе ее реализации, являлось снижение уровня страхов дошкольников посредством работы с эмоциональной сферой, коммуникативной стороной общения, которые в свою очередь способствовали бы формированию произвольной саморегуляции эмоционально-волевой сферы и в конечном итоге становлению позитивной «Я-концепции».

При составлении программы использовались работы Хухлаевой О.В., Бавиной Т.В. и Е.И. Агарковой, Костиной Л., Лютовой Е., Моника Г., Кряжевой Н.Л. и Черняевой С.А. Программа психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников рассчитана на возраст 5-6 лет в группе с количеством не более 15 человек. Программа рассчитана на 1,5 месяц и составляет 10 учебных часов с частотой встреч 2 раза в неделю по 30 минут на одно занятие. Каждое занятие содержит упражнения приветствия, разминки, основной части, релаксации и прощания.

Оценка эффективности, реализованной программы осуществлялась на основе сравнения показателей «до» и «после» проведения формирующего эксперимента. Диагностика «после» реализации программы психолого-педагогической коррекции осуществлялась по тем же методикам, что и на констатирующем эксперименте.

Результаты повторной диагностики по методике «Страхи в домиках» А.И. Захарова и М.А. Панфиловой в части сравнения уровней страхов после распределения всех страхов по группам показала следующее: страхи, связанные с причинением физического ущерба имеют 11 человек (41 %); страхи животных и сказочных персонажей имеют 12 человек (44 %); страхи смерти себя и родителей имеют 19 человек (70 %), страхи перед сном и страхи кошмарных снов, темноты имеют 10 человек (37 %); социально-опосредованные страхи зарегистрированы у 5 человек (19 %); пространственные страхи у 8 человек (30 %) и медицинские страхи у 8 человек (30 %).

Результаты повторного сравнительного анализа количества страхов с нормативными значениями по А.И. Захарову: 6 дошкольников (22 %) имеют страхи сверх нормы, 12 дошкольников (45 %) ниже нормы и 9 дошкольников (33 %) в пределах нормы.

Повторная диагностика по методике «Паровозик» С.В. Велиевой показала, что 21 дошкольник (78 %) имеют позитивное психическое состояние, у 6 дошкольников (22 %) выявлено негативное психического состояния низкой степени (НПС низкой степени), дошкольники с негативным психическим состоянием средней степени (НПС средней степени) и дошкольники с высокой степенью негативного психического состояния отсутствуют (0 %).

Повторная диагностика по методике анкета Г.П. Лаврентьевой и Т.М. Титаренко для воспитателей на выявление уровня тревожности показала: низкий уровень тревожности 22 человека (81 %), средний уровень тревожности отсутствует (0 %), количество детей дошкольного возраста, не имеющих тревожности, обнаружено у 5 человек (19 %).

Таким образом, в результате повторной диагностики по методике «Страхи в домиках» А.И. Захарова и М.А. Панфиловой показала снижение показателей в ряде групп страхов, таких как, группа страхов, связанных со страхом животных и сказочных персонажей на 26 % (7 человек), группа

страхов, связанных со страхами перед сном, кошмарных снов и темноты на 6 % (4 человека), а также в группе медицинских страхов на 3 % (1 человек). Уровень страхов в социально-опосредованной группе показал рост на 12 % (3 человека). Уровень страха в пространственной группе страхов показал рост на 3 % (1 человек). Отсутствие динамики уровня страхов, выявлено в группе страхов, связанных со страхами смерти себя и близких и группе, связанных с причинением физического ущерба.

Результаты повторной диагностики по методике «Паровозик» С.В. Велиевой показали тенденцию к улучшению психоэмоционального состояния дошкольников. Так количество детей с позитивным психоэмоциональным состоянием увеличилось на 7,4% (2 дошкольника). Количество детей с негативным психоэмоциональным состоянием средней степени снизилось на 7,4% (2 дошкольника), а количество детей с негативным психоэмоциональным состоянием низкого уровня составило 6 дошкольников, что демонстрирует отсутствие динамики в показателях «до» и «после» реализации программы.

Результаты повторной диагностики по методике на выявление тревожности Г.П. Лаврентьевой и Т.М. Титаренко показали, динамику в низком и среднем уровнях тревожности, а именно количество дошкольников с низким уровнем тревожности увеличилось на 6 дошкольников (22 %) по сравнению с результатами предэкспериментальной диагностики. Также замечена динамика в сторону снижения показателя среднего уровня тревожности на 22% (6 дошкольников) в группу детей с низким уровнем тревожности. Высокий уровень тревожности также не показал изменений – отсутствие дошкольников (0 %). Таким образом, вектор сдвига уровня тревожности имеет строгую направленность, от среднего уровня тревожности к низкому уровню тревожности.

Доказательной базой для оценки эффективности, проделанной работы служит расчёт T-критерия Вилкоксона. Оценка осуществляется на данных, полученных по методике «Страхи в домиках» А.И. Захарова и М.А.

Панфиловой «до» и «после» реализации программы. Расчетное значение эмпирического критерия Вилкоксона попадает в зону неопределенности  $T_{эмп}=63,5$ , но альтернативная гипотеза статистической задачи принимается, в силу того, что полученное эмпирическое значение меньше критического значения, открывающего предел зоны незначимости при уровне вероятности  $p \leq 0,05$ . Таким образом, гипотеза исследования подтверждается, реализованная программа психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников эффективна.

Завершающим этапом опытно-экспериментального исследования выступает разработка психолого-педагогических рекомендаций коррекции страхов дошкольников для педагогов дошкольного образовательного учреждения, а также разработка технологической карты внедрения результатов в практику.

Итак, подводя итоги исследованию, хотелось бы отметить, что тема психолого-педагогической коррекции страхов, действительно актуальна, как и своевременное выявление страхов в дошкольном периоде возраста 5-6 лет, когда идет становление самосознания ребенка. Опытное-экспериментальное исследование позволило найти подтверждение в аспектах теоретической части, в частности в доказательстве выдвинутой гипотезы. А знание, полученное на этапе познания явления «страх» позволяет не только провести опытно-экспериментальное исследование, но и профессионально подойти к вопросу разработки психолого-педагогических рекомендаций для педагогов, которые будут незаменимы в работе, с целью профилактики и коррекции страхов детей дошкольного возраста. Информированность по данной теме педагогами позволит оказывать просветительские мероприятия родителям детей, испытывающие трудности, связанные со страхами детей.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абакумова Т. В. Философские аспекты феномена страха : автореф. дис. на соиск. учен. степ. канд. филос. наук : 09.00.01 / Абакумова Татьяна Владимировна. – Якутск, 2000. – 18 с.
2. Авдеева Н. Н. Влияние стиля детско-родительских отношений на возникновение страхов у детей / Н. Н. Авдеева, Ю. А. Кочетова // Психологическая наука и образование. – 2008. – №4. – С. 35-47.
3. Акопян Л. С. Невербальная картина детских страхов /Л. С. Акопян// Российский психологический журнал. – 2010. – №2. – С. 15-22.
4. Бавина Т. В. Детские страхи: решение проблемы в условиях детского сада : практическое пособие / Т. В. Бавина, Е. И. Агаркова. – Москва : Изд-во АРКТИ, 2008. – 61 с. : ил., табл.; 21 см. – (Растем здоровыми). – ISBN 978-5-89415-680-4.
5. Битянова М. Р. Организация психологической работы в школе / М. Р. Битянова. – Москва : Совершенство, 1997. – 298 с. – ISBN 5-89441-007-X.
6. Боднар А. М. Экспериментальная психология : курс лекций : учеб. пособие / А. М. Боднар. – Екатеринбург : Изд-во Урал. ун-та, 2011. – 238 с. – ISBN 978-5-7996-0604-6.
7. Бусыгина Н. П. Методология качественных исследований в психологии : учебное пособие / Н. П. Бусыгина. – Москва : НИЦ Инфра-М, 2013. – 304 с. – ISBN 978-5-16-006022-4
8. Волков Б. С. Методология и методы психологического исследования : учебное пособие для вузов / Б. С. Волков, Н. В. Волкова, А. В. Губанов. – 6-е изд. – Москва : Академический проект, 2020. – 382 с. – ISBN 978-5-8291-2577-6.

9. Выготский Л. С. Психология развития человека / Л. С. Выготский. – Москва : Изд-во Смысл, Изд-во Эксмо, 2005. – 512 с. – ISBN 5-699-13731-9.
10. Гальперин П. Я. История психологии / Под ред. П. Я. Гальперина, Л. П. Ждан. – 2-е изд. – Москва : Изд-во Моск. ун-та, 1992. – 364 с. – ISBN 5-211-02153-3.
11. Гарбузов В. И. Неврозы у детей / В. И. Гарбузов, Ю. А. Фесенко. – Санкт-Петербург : КАРО, 2013. – 336 с. – ISBN 978-5-9925-0849-9.
12. Гольева Г. Ю. Целеполагание психолого-педагогического сопровождения развития памяти детей младшего школьного возраста / Г. Ю. Гольева, Н. А. Суровец // Научно-методический электронный журнал Концепт. – 2016. – Т. 44. – С. 88-94.
13. Гудонис В. П. Страхи современных старших дошкольников и их родителей / В. П. Гудонис, И. В. Вачков // Современное дошкольное образование. – 2019. – № 4. – С. 36-45.
14. Долгова В. И. «Дерево целей» развития инновационной культуры педагогических / Научная конференция, посвященная 90-летию педагогического университета: армянский государственный педагогический университет им. Хачатура Абовяна. / В. И. Долгова // “Global crisis of contemporaneity in the sphere of mindset, social values and political interest’s correlation»: XXXV International Research and Practice Conference: сб. тр. Международной виртуальной Интернет конференции. – Лондон (Великобритания), 2012. – С. 41-45. – URL: <http://gisap.eu/ru/node/16023> (дата обращения 10.09.2021).
15. Долгова В. И. Анализ результатов психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников методом сказкотерапии / В. И. Долгова, Е. Г. Солодянкина // Научно-методический электронный журнал Концепт. – 2016. – Т.7. – С. 106-110.

16. Долгова В. И. Инновационные психолого-педагогические технологии в работе с дошкольниками / В. И. Долгова, Е. В. Попова. – Москва : Перо, 2015. – 208 с. : ил., табл.; 21 см. – ISBN 978-5-00086-513-2.
17. Долгова В. И. Психолого-педагогическая коррекция тревожности как фактора эмоциональной устойчивости студентов психологов : научно- методические рекомендации / В. И. Долгова, О. А. Шумакова. – Челябинск : Изд-во АТОКСО, 2006. – 189 с. – ISBN 5-8227-0155-8.
18. Ефременко В. В. Основы психологии и педагогики : учебно-методическое пособие / В. В. Ефременко, В. И. Мищенко. – Москва : Изд-во Перо, 2017. – 232 с. – ISBN: 978-5-907016-70-5.
19. Запорожец А. В. К вопросу о генезисе, функции и структуре эмоциональных процессов у ребенка. Избранные психологические труды : в 2-х т. Т. 1. Психическое развитие ребенка / А. В. Запорожец. – Москва : Педагогика, 1986. – 260-275 с.
20. Запорожец А. В. Психология действия [Текст] : Избранные психологические труды / А. В. Запорожец. – Воронеж : МОДЭК, 2000. – 732 с. – ISBN 5-89502-104-2.
21. Захаров А. И. Происхождение и психотерапия детских неврозов / А. И. Захаров. – Санкт-Петербург : изд-во КАРО, 2006. – 671 с. – ISBN 5-89815-704-2.
22. Захаров А. И. Дневные и ночные страхи у детей / А. И. Захаров. – Санкт-Петербург : Союз, 2000. – 447 с. – ISBN 5-87852-130-X.
23. Захаров А. И. Игра как способ преодоления неврозов у детей / А. И. Захаров. – Санкт-Петербург : Изд-во Каро, 2006. – 416 с. – ISBN 5-89815-738-7.
24. Захаров А. И. Как помочь нашим детям избавиться от страхов / А. И. Захаров. – Санкт-Петербург : Гиппократ, 1995. – 128 с. – ISBN 5-8232-0164-8.

25. Захаров А.И. Неврозы у детей и подростков : Анамнез, этиология и патогенез / А. И. Захаров. – Ленинград : Медицина : Ленингр. отд-ние, 1988. – 246, [1] с.; 21 см. – ISBN 5-225-00201-3.
26. Зеньковский В. В. Психология детства / В. В. Зеньковский. – Екатеринбург : Деловая кн., 1995. – 346 с. – ISBN 5-88687-008-3.
27. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Практикум по сказкотерапии / Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева. – Санкт-Петербург : ООО Речь, 2000. – 310с. – ISBN 5-9268-0022-6.
28. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Путь к волшебству (Теория и практика сказкотерапии) : книга для заботливых ищущих родителей, психологов, дефектологов и методистов / Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева. – Санкт-Петербург, 1998. – 349 с. – ISBN 5-86547-073-6.
29. Иванова Е. С. Роль игровых технологий в профилактике негативных эмоциональных состояний дошкольников / Е. С. Иванова // Социально-экономические явления и процессы. – 2013. – №12. – С. 206-210.
30. Игнатова Е. С. Психодиагностика : учеб. пособие / Е. С. Игнатова. – Пермь: Перм. гос. нац. исслед. ун-т., 2018. – 94 с. – ISBN 978-5-7944-3218-3.
31. Изард К. Э. Психология эмоций / К. Э Изард. – Санкт-Петербург : Питер, 2012 . – 464 с. – ISBN 978-5-314-00067-0.
32. Ильин Е. П. Психология страха / Е. П. Ильин. – Москва : Питер, 2017. –189 с. – ISBN: 978-5-496-02944-5.
33. Ильин Е. П. Эмоции и чувства / Е. П. Ильин. – Санкт-Петербург : Питер, 2001. – 752 с. – ISBN 5-318-00236-6.
34. Капранова С. В. Путешествие с волшебной кисточкой / С. В. Капранова. – Ростов-на-Дону: [б.и.], 1997. – 66 с.
35. Киселева М. В. Арт-терапия в практической психологии и социальной работе / М. В. Киселева. – СПб.: Речь, 2007. – 336 с., ил. – ISBN 5-9268-0637-2.

36. Колесникова Г. И. Основы психопрофилактики и психокоррекции / Г. И. Колесникова. – Ростов на Дону : Феникс, 2005. – 128 с. – ISBN 5-222-07823-х.
37. Колмогорова Н. В. Методология и методика психолого-педагогических исследований : учебное пособие / Н. В. Колмогорова, З. А. Аксюткина. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2012. – 248 с. ISBN 2227-8397.
38. Концепция развития психологической службы в системе образования в Российской Федерации на период до 2025 года (утв. Минобрнауки России от 19.12.2017). – URL: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_287411/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_287411/) (дата обращения: 10.09.2021).
39. Костина Л. М. Игровая терапия с тревожными детьми / Л. М. Костина. – Санкт-Петербург : Изд-во Речь, 2003. – 160 с. – ISBN 5-9268-0158-3.
40. Костина Л. М. Коррекция тревожности методом интегративной игровой терапии / Л. М. Костина // Дошкольное воспитание. – 2003. – №10. – С. 54-61.
41. Кочетова Ю. А. Страхи современных дошкольников и их связь с особенностями детско-родительских отношений / Ю. А. Кочетова // Психологическая наука и образование. – 2012. – № 3. – С. 77-87.
42. Кравцова Е. Е. Психологические новообразования дошкольного возраста / Е. Е. Кравцова // Вопросы психологии. – 1996. – №6. – С. 64-75.
43. Крайг Г. Психология развития : учебное пособие / Г. Крайг. – 9 изд. – Москва : Питер, 2004. – 939 с. : ил. – ISBN 5-94723-187-5.
44. Крулехт М. В. Методология и методы психолого-педагогических исследований. Практикум : учебное пособие для бакалавриата и магистратуры / М. В. Крулехт. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2018. – 195 с. – ISBN 978-5-534-05461-3.

45. Кряжева Н. Л. Мир детских эмоций. Дети 5-7 лет / Н. Л. Кряжева. – Ярославль : Академия развития, 2001. – 158 с. – ISBN: 5-7797-0136-9.
46. Кулганов В. А. Ошибки воспитания и невротизации детей / В. А. Кулганов // Дошкольная педагогика. – 2015. – № 2. – С. 54- 57.
47. Кьеркегор С. Понятие страха / пер. с дат. Н. В. Исаевой, С. А. Исаева. – 2-е изд. – Москва : Академический проект, 2014. – 224 с. – ISBN 978-5-8291-1598-2.
48. Лейбин В. М. Словарь-справочник по психоанализу / В. М. Лейбин. – Москва : АСТ, 2010. – 956 с. – ISBN 978-5-17-063584-9.
49. Леонова Е. В. Качественные и количественные методы исследования в психологии Калужский государственный университет им. К.Э. Циолковского / Е. В. Леонова. – Саратов : Ай Пи Эр Медиа, 2017. – 411 с. – ISBN 978-5-4486-0260-3.
50. Лютова Е. Шпаргалка для взрослых / Е. Лютова, Г. Моника. – Санкт-Петербург : Речь, 2004. – 192 с. – ISBN: 5-85297-024-7.
51. Мак Маллин Р. Практикум по когнитивной терапии : пер. с англ. – Санкт-Петербург : Речь, 2001. – 560 с. – ISBN 5-9268-0036-6.
52. Математические методы в психологии в 2 ч. Часть 1. : учебник для вузов / О. Ю. Ермолаев-Томи. – 5-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. – 280 с. – ISBN 978-5-534-04325-9 (ч. 1).
53. Мельник Е. В. Формирование памяти у детей старшего дошкольного возраста : монография / Е. В. Мельник, З. Р. Жамалова. – Челябинск : Издательство Активист, 2020. – 96 с. – ISBN 978-5-93856-327-8.
54. Мельник С. Н. Психология личности / С. Н. Мельник. – Владивосток : Дальневосточный Государственный Университет, 2004. – 97 с.

55. Методология и методы психолого-педагогических исследований : учебное пособие / Т. С. Просветова. – Воронеж : ВГПУ, 2006. – 210 с. – ISBN 5-88519-258-8.

56. Методология и методы психолого-педагогического исследования : словарь-справочник / составители В. Н. Гордиенко. – Саратов : Вузовское образование, 2017. – 83 с. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/59226.html> (дата обращения: 26.11.2022). – Текст : электронный.

57. Методология научных исследований : учебное пособие / А. Б. Пономарев, Э. А. Пикулева. – Пермь : Изд-во Перм. нац. исслед. политех. ун-та, 2014. – 186 с. – ISBN 978-5-398-01216-3.

58. Митрофанова Г. Г. Качественные и количественные методы психологических и педагогических исследований : учебно-методическое пособие / Г. Г. Митрофанова. – Санкт-Петербург : ООО «Книжный Дом», 2014. – 80 с. – ISBN 978-5-94777-373-6.

59. Мухина В. С. Возрастная психология. Феноменология развития, детство, отрочество : учебник для студ. вузов / В. С. Мухина. – 4-е изд.. – Москва : Издательский центр Академия, 1999. – 456 с. – ISBN 57695-0408-0.

60. Никандров В. В. Экспериментальная психология : учебное пособие / В. А. Никадров. – Санкт-Петербург : Издательство Речь, 2003. – 480 с. – ISBN 5-9268-0217-2.

61. Овчарова Р. В. Практическая психология : учеб. пособие для студ. психол. фак. университетов / Р. В. Овчарова. – Москва : Издательский центр Академия, 1996. – 337 с. – ISBN 5-7695-0899-X.

62. Орлова Л. В. Психологические механизмы генезиса и коррекции страхов: на материале старшего дошкольного возраста : дис. ... кандидата психологических наук: 19.00.01 / Орлова Любовь Владимировна. – Москва : Гос. ун-т - Высш. шк. экономики, 2009. – 285 с.

63. Попова Т. А. Взаимосвязь детско-родительских отношений и тревожности дошкольника / Т. А. Попова, С. Сулейманова // *Фундаментальные исследования*. – 2012. – №11-5. – С. 1145-1148.

64. Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013г. №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта Дошкольного образования. – URL: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_154637.html](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_154637.html) (дата обращения: 26.11.2022). – Режим доступа: для авторизир. Пользователей.

65. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми : учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений / И. В. Дубровина, А. Д. Андреева, Е. Е. Данилова, Т. В. Вохмянина; под ред. И. В. Дубровиной. – Москва : Издательский центр Академия, 1998. – 160 с. – ISBN 5-7695-0189-8.

66. Психологический словарь / под. ред. А. В. Петровский, М. Г. Ярошевский. – 2-е изд., испр. и доп. – Ростов-на-Дону : Феникс, 1998. – 512 с. – ISBN 5-2220-0239-X.

67. Рокицкая Ю. А. Психолого-педагогические условия формирования оптимизма у подростков : монография / Ю. А. Рокицкая. – Челябинск: Цицеро, 2017. – 185 с. – ISBN 978-5-91283-907-8.

68. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – Санкт-Петербург : Питер, 2000. – 712 с. – ISBN 5-314-00016-4.

69. Сартр Ж.-П. Бытие и ничто : опыт феноменологической онтологии / Ж.-П. Сартр ; пер. с фр. предисл. примеч., В. И. Колядко. – Москва : Республика, 2000. – 639 с. – ISBN 5-250-02729-6.

70. Скиннер Б. Ф. Поведение организмов / Б. Ф. Скиннер ; пер. с англ. Зуев А. Б.. – Москва : Оперант, 2016. – 368 с. – ISBN 978-5-9906841-7-1.

71. Смысл и назначение истории : сборник : пер. с нем. / сост. Карл Ясперс. – 2-е изд. – Москва : Республика, 1994. – 527, [1] с. – ISBN 5-250-02454-8
72. Солсо Р. Когнитивная психология / Р. Солсо. – 6-е изд. – Санкт-Петербург : Питер, 2006. – 589 с. – ISBN 5-94723-182-4.
73. Спиваковская А. С. Психотерапия: игра, детство, семья / А. С. Спиваковская. – Москва : ООО Апрель Пресс, 2000. – 462 с. – ISBN 5-04-003916-6.
74. Станиславова И. Л. Внутренний мир человека в лучах экзистенциального опыта / И. Л. Станиславова // Наука и Образование. – 2019. – № 4. – С. 129-137.
75. Травма рождения и ее значение для психоанализа / сост. Отто Ранк ; предисл. и пер. с нем. Е. Н. Баканова. – Москва : Когито-Центр, 2009. – 237 с. – ISBN 978-5-89353-286-9.
76. Фадеева А. А. Психолого-педагогическая профилактика страхов детей дошкольного возраста / А. А. Фадеева, М. В. Данилова // Мир науки. Педагогика и психология. – 2019. – № 6. – С. 61-69.
77. Фаустова И. В. К вопросу эмоционального здоровья современных детей старшего дошкольного возраста / И. В. Фаустова, Л. Ю. Комлик // Психология образования в поликультурном пространстве. – 2019. – № 4 (48). – С. 39-47.
78. Фесенко Ю. А. Роль эмоционального компонента детско-родительских отношений в формировании тревожной симптоматики у детей 7-13 лет с тревожными расстройствами / Ю. А. Фесенко, Д. А. Бычковский // Вестник Ленинградского государственного университета им. А. С. Пушкина. – 2020. – № 4. – С. 75-92.
79. Филатов Ф. Р. Основы психокоррекции : учебное пособие для студентов вузов / Ф. Р. Филатов. – Ростов-на-Дону: Изд-во Южного федерального университета, 2011. – 197 с. – ISBN 978-5-9275-0880-8.

80. Философский словарь / под ред. И. Т. Фролова. – Москва, 1991. – 719 с. – ISBN 5-250-02742-3.
81. Филь Т. А. Методология и методы психологических исследований : учебное пособие / Т. А. Филь. – Новосибирск : Новосибирский государственный университет экономики и управления НИИХ, 2018. – 140 с. – ISBN 978-5-7014-0863-8.
82. Фрейд З. Запрещение, симптом и страх. Тревога и тревожность : учебное пособие / З. Фрейд. – Москва : Пер Сэ, 2008. – 456 с.. – ISBN 978-5-9292-0167-7.
83. Фролов А. В. Экзистенция и мир в цифровую эпоху / А. В. Фролов // Вестник Московского университета. – Серия 7: Философия. – 2018. – № 3. – С. 18-30.
84. Хухлаева О. В. Практические материалы для работы с детьми 3-9 лет : психологические игры, упражнения, сказки / О. В. Хухлаева. – Москва : Генезис, 2016. – 178 с. – ISBN 978-5-98563-422-8.
85. Циулина М. В. Методология психолого-педагогических исследований : учебное пособие / М. В. Циулина. – Челябинск : Издательство Челяб. гос. пед. ун-та, 2015. – 239 с. – ISBN 978-5-906777-27-0.
86. Черняева С. А. Психотерапевтические сказки и игры / С. А. Черняева. – Санкт-Петербург : Речь, 2003. – 166 с. – ISBN 5-9268-0108-7.
87. Чистякова М. И. Психогимнастика / под ред. М. И. Буянова. – 2-е изд. – Москва : Просвещение, 1995 – 160 с. : ил. – ISBN 5-09-006683-3.
88. Шаповаленко И. В. Психология развития и возрастная психология: учебник и практикум для вузов / И. В. Шаповаленко. – 3-е изд., перераб. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2022. – 457 с. – ISBN 978-5-534-11341-9.
89. Шелковникова Н. И. Влияние перинатального опыта на развитие страхов у детей / Н. И. Шелковникова // Вестник Санкт-

Петербургского университета. – Серия 12: Психология. Социология. Педагогика. – 2009. – №2-1. – С. 44-51.

90. Шипилина Л. А. Методология и методы психолого-педагогических исследований : учебное пособие / Л. А. Шипилина. – 7-е изд., стер. – Москва : ФЛИНТА, 2016. – 204 с. – ISBN 978-5-9765-1173-6.

91. Штоф В. А. Моделирование и философия / В. А. Штоф. – Москва : [б. и.], 2003. – 308 с.

92. Щербатых Ю. В. Психология страха : популярная энциклопедия / Ю. В. Щербатых. – изд. 2-е, испр. и доп. – Москва: Эксмо, 2007. – 504 с. – ISBN 978-5-699-11053-7.

93. Экзистенциальная диалектика божественного и человеческого / сост. Николай Бердяев. – Москва : АСТ, 2011. – 639 с. ; 21 см.. – ISBN 978-5-17-070717-1.

94. Cheng, F. Mothers 'negative emotional expression and preschoolers 'negative emotional regulation strategies in Beijing, China: The moderating effect of maternal educational attainment / F. Cheng Y. Wang, X. Wu // *Child Abuse & Neglect*. – 2018. – Vol. – № 84. – P. 74-81. – URL: <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2018.07.018>.

95. Fehr K.K. Feasibility of a group play intervention in early childhood / K. K. Fehr, J. D. Hoffmann, E. D. Chambers, J. Ramasami // *Journal of Creativity*. – 2021. – Vol. – №31. – P. 100-108. – URL: <https://doi.org/10.1016/j.yjoc.2021.100008>.

96. Islaeli I. The effect of play puzzle therapy on anxiety of children on preschooler in Kota Kendari hospital / I. Islaeli, M. Y. Islamiyah, F .R. Fadmi // *Enfermería Clínica*. – 2020. – Vol. – №30. – P. 103-105. – URL: <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2019.11.032>.

97. Orgilés M. The Nighttime Fears Scale: Development and psychometric evidence of a standardized self-report scale to assess nighttime fears in children / M. Orgilés, I. Fernández-Martínez, J. P. Espada, A.

Morales // A Journal of Anxiety Disorders. – 2021. – Vol. – №79. – P.102-109. –  
URL: <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2021.12.023>.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 1

### Методики диагностики страхов дошкольников

#### 1. Методика «Страхи в домиках» А.И. Захарова, М. А. Панфиловой

Тест «Страхи в домиках» проводится с одним ребенком или с группой детей. После выполнения задания детям предлагается закрыть страшный дом на замок, который они сами нарисуют, а ключ — выбросить или потерять (это несколько успокаивает актуализированные страхи). Страхи в черном доме подсчитываются и соотносятся с возрастными нормами.

Тест А. И. Захарова прост в применении, но при использовании могут возникнуть некоторые сложности. Например, демонстративные дети на поставленный вопрос: «Скажи, пожалуйста, ты боишься или не боишься...? Постоянно отвечают: «Я ничего не боюсь!» Безусловно, физиологические и другие реакции подсказывают психологу о внутреннем проявлении страха у ребенка. Но очень трудно удержаться от субъективности в интерпретации даже опытному профессионалу.

В практике встречаются дети, которые могут при перечислении страхов постоянно твердить о боязни всего. «Я всего боюсь!» — говорят они. И как здесь отследить истинное количество страхов?

Инструкция: «В красный и черный дом надо расселить 29 страхов. В каком доме (красном или черном) будут жить страшные страхи, а в каком — нестрашные? Я буду перечислять страхи, а ты записывай их номера внутри дома» (дошкольники показывают соответствующий дом).

Страхи:

- 1) когда остаешься дома один;
- 2) нападение бандитов;
- 3) заболеть, заразиться;
- 4) умереть;
- 5) того, что умрут твои родители;
- 6) боязнь каких-то людей;

- 7) мамы или папы;
- 8) того, что они тебя накажут;
- 9) сказочных персонажей: Бабы Яги, Кощея Бессмертного, Бармалея, Змея Горыныча, чудовищ;
- 10) опоздать в детский сад;
- 11) перед тем, как заснуть;
- 12) страшных снов;
- 13) темноты;
- 14) волка, медведя, собак, пауков, змей (страхи животных);
- 15) машин, поездов, самолетов (страхи транспорта);
- 16) бури, урагана, грозы, наводнения, землетрясения (страхи стихии);
- 17) когда очень высоко (страх высоты);
- 18) когда очень глубоко (страх глубины);
- 19) в маленькой, тесной комнате, помещении, туалете, переполненном автобусе, метро (страх замкнутого пространства);
- 20) воды;
- 21) огня;
- 22) пожара;
- 23) войны;
- 24) больших улиц, площадей;
- 25) врачей (кроме зубных);
- 26) крови (когда идет кровь);
- 27) уколов;
- 28) боли (когда больно);
- 29) неожиданных, резких звуков, когда что-то внезапно упадет, стукнет.

2. Методика «Паровозик» (Велиевой С.В.) на оценку степени психоэмоционального состояния

Методика «Паровозик» (Велиевой С.В.) позволяет определить особенности эмоционального состояния ребёнка: нормальное или

пониженное настроение, состояния тревоги, страха, удовлетворительную или низкую адаптацию в новой или привычной, социальной среде (выявление тревожности у дошкольников). Направлена на определение степени позитивного (ППС) и негативного (НПС) психического состояния.

Применяется индивидуально с детьми с 2,5 лет.

Стимульный материал (рисунок 1): 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.

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.

Результаты:

Если в результате суммирования полученных данных, баллов оказывается менее 3-х, то психическое состояние оценивается как позитивное;

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.

Стимульный материал к методике «Паровозик» Велиевой С.В. представлен на рисунке 1.

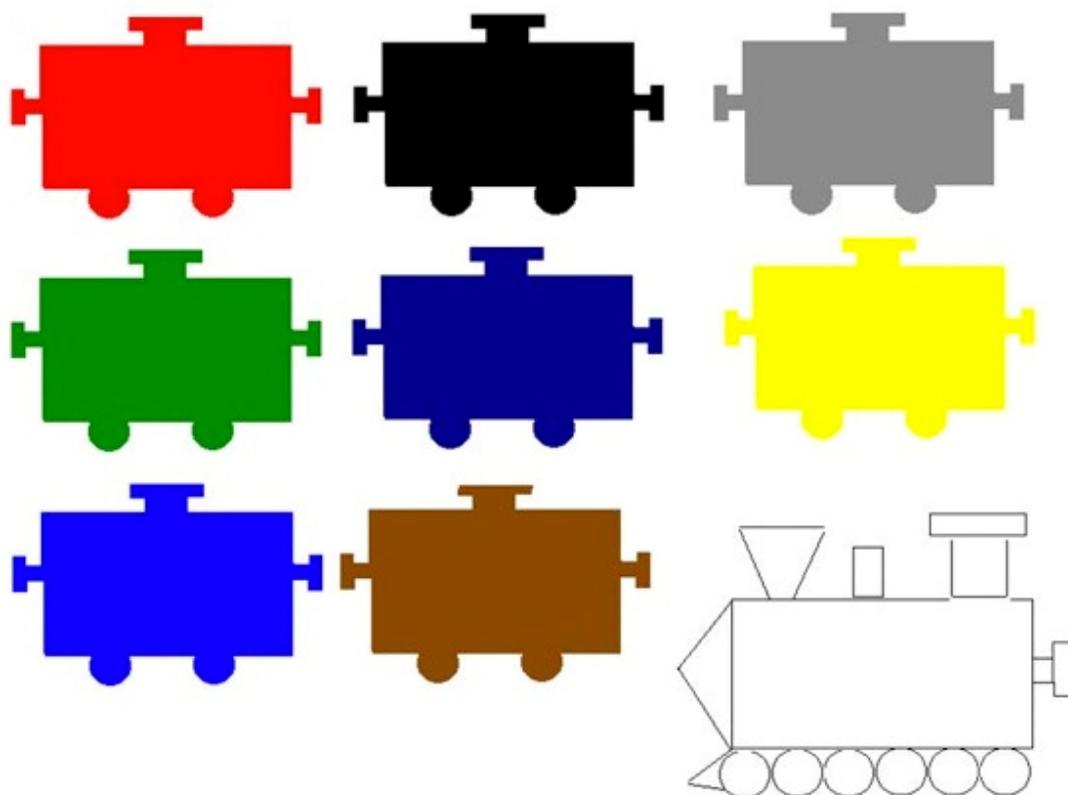


Рисунок 1 — Стимульный материал для методики «Паровозик» С. В. Велиевой

### 3. Методика «Анкета-опросник на определение уровня тревожности у детей Г. П. Лаврентьевой и Т. М. Титаренко» для воспитателей

Опросник предназначен для определения уровня тревожности у детей дошкольного и младшего школьного возраста путем опроса окружающих взрослых: родителей, воспитателей, учителей и сопоставления их ответов. Процедура проведения: Родителям (воспитателю/педагогу) предлагается ответить на 20 вопросов-утверждений. Положительный ответ на каждое предположенное утверждение оценивается в 1 балл. Подсчитывается

итоговая сумма баллов, на основании чего делается вывод об уровне тревожности ребенка (чем больше итоговая сумма, тем выше уровень тревожности ребенка).

Интерпретация:

Высокий уровень тревожности - 15-20 баяло;

Средний уровень тревожности - 7-14 баллов;

Низкий уровень тревожности - 1-6 баллов.

Опросник:

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

## ПРИЛОЖЕНИЕ 2

### Результаты констатирующего эксперимента

Таблица 2.1 – Результаты диагностики страхов детей дошкольного возраста (Методика «Страхи в домиках» А. И. Захарова, М. А. Панфиловой)

Протокол №1																													
Детский сад МДОУ ДС №16 Возраст детей 5-6 лет																													
1	2																										3		
№ **	*№пп ребенка																										Ито го		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27		
1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	5
2	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	13
3	0	0	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	1	12	
4	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	15
5	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	16	
6	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	9	
7	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	15	
8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
9	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	13	
10	0	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	11	
11	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	9	
12	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	14	
13	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5	
14	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	10	
15	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	7	
16	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	2	
17	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	0	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	10	
18	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	15	
19	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	10	
20	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	
21	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	20	

Продолжение таблицы 2.1

1	2																								3			
22	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	1	1	13	
23	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	12
24	1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	8
25	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	2
26	1	0	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	10
27	1	0	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	9
28	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	8
29	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	1	1	13
Итого	16	8	20	9	7	6	8	2	1	4	3	5	0	6	15	1	1	7	14	1	1	2	1	1	0	7	18	

Примечание:\* 1 - Дима С., 2 - Юлия К., 3 - Исломиндин Х., 4 - Михаил Г., 5 - Елизавета К., 6 - София Ю., 7 - Кира К., 8 - Виктория К., 9 - Валерия П., 10 - Курбон К., 11 - Семен А., 12 - Сергей И., 13 - Арсений С., 14 - Виктория В., 15 - Ева Г., 16- Егор М., 17 - Алексей Х., 18 - Ксения Л., 19 - Мария К., 20 - Полина Н., 21 - Анастасия Б., 22 - Виктория Б., 23 - София М., 24 - Михаил Ш., 25 - Дарья Х., 26 - Георгий К., 27 - Иван Н.

\*\* 1 - ты боишься, когда остаешься один дома, 2 - ты боишься нападения,

3 - ты боишься заболеть, 4 - ты боишься умереть, 5- ты боишься смерти близких, 6 – ты боишься чужих людей, 7 – ты боишься потеряться, 8 – ты боишься мамы, папы, 9 – ты боишься наказания, 10 – ты боишься сказочных героев (Бабы-яги, Кощея, Бармалея...), 11 – ты боишься опоздания в детский сад (школу), 12 – ты боишься страшных снов, 13 – ты боишься темноты, 14 – ты боишься животных (волка, змей...), 15 – ты боишься насекомых, 16 – ты боишься транспорта (самолетов, машин...), 17 – ты боишься высоты, 18 – ты боишься глубины, 19 – ты боишься тесных маленьких помещений, 20 – ты боишься воды, 21 – ты боишься огня, 22 – ты боишься войны, 23 – ты боишься стихий (наводнения, урагана, грозы), 24 – ты боишься больших помещений, улиц, 25 – ты боишься врачей, 26 – ты боишься уколов, 27 – ты боишься боли, 28 - ты боишься крови, 29 - ты боишься резких, громких звуков (когда внезапно что-то упадет, стукнет).

Таблица 2.2 – Распределение доминирующих и нехарактерных страхов ДОШКОЛЬНИКОВ

№ пп	Наименование страха	Количество детей со страхом	
		Чел.	%
1	2	3	4
Доминирующий вид страха дошкольного возраста (5-6 лет) по А.И.Захарову			

Продолжение таблицы 2.2

1	2	3	4
1	огня	20	74
2	смерти близких	16	59
3	глубины	15	55
4	умереть	15	55
5	страшных снов	14	52
6	нападения	13	48
7	войны	13	48
8	стихий (наводнения, урагана, грозы)	12	44
9	сказочных героев (Бабы-яги, Кощея, Бармалея...)	11	41
10	животных (волка, змей...)	10	37
Нехарактерный вид страха дошкольного возраста (5-6 лет) по А.И.Захарову			
1	потеряться	15	55
2	наказания	13	48
3	резких, громких звуков (когда внезапно что-то упадет, стукнет)	13	48
4	заболеть	12	44
5	тесных маленьких помещений	10	37
6	уколов	10	37
7	высоты	10	37
8	боли	9	33
9	опоздания в детский сад (школу)	9	33
10	чужих людей	9	33
11	больших помещений, улиц	8	30
12	крови	8	30
13	насекомых	7	26
14	когда остаешься один дома	5	18,5
15	темноты	5	18
16	врачей	2	7

Продолжение таблицы 2.2

1	2	3	4
17	транспорта (самолетов, машин...)	2	7
18	воды	1	3,7
19	мамы, папы	0	0

Таблица 2.3 – Результаты распределения видов страхов по группам (Методика «Страхи в домиках» А. И. Захаров, М. А. Панфилова)

№ пп	Группа страхов по А.И.Захарову	Количество дошкольников	Количество дошкольников, %
1	Страхи, связанные с причинением физического ущерба	11	41
2	Страхи животных и сказочных персонажей	19	70
3	Страхи смерти себя и родителей	19	70
4	Страхи перед сном и страхи кошмарных снов, темноты	14	52
5	Социально-опосредованные страхи	2	7
6	Пространственные страхи	7	26
7	Медицинские страхи	9	33

Таблица 2.4 – Результаты сравнительного анализа количества страхов у дошкольников с нормативными значениями А. И. Захарова

№ п/п (девочки)	Количество страхов у девочек	Норма по А.М.Захарову*	№ п/п (мальчик и)	Количество страхов у мальчиков	Норма по А.И.Захарову**
1	2	3	4	5	6
1	8	Ниже нормы	1	16	Сверх нормы
2	17	Сверх нормы	2	20	Сверх нормы
3	16	Сверх нормы	3	19	Сверх нормы

Продолжение таблицы 2.4

1	2	3	4	5	6
4	18	Сверх нормы	4	14	Сверх нормы
5	12	Норма	5	13	Сверх нормы
6	11	Норма	6	15	Сверх нормы
7	6	Ниже нормы	7	10	Норма
8	15	Сверх нормы	8	1	Ниже нормы
9	7	Ниже нормы	9	1	Ниже нормы
10	14	Сверх нормы	10	0	Ниже нормы
11	10	Норма	11	15	Сверх нормы
12	12	Норма	12	8	Норма
13	1	Ниже нормы			
14	1	Ниже нормы			
15	7	Ниже нормы			
Итого	5	Сверх нормы	Итого	7	Сверх нормы
	6	Ниже нормы		3	Ниже нормы
	4	Норма		2	Норма

\*количество страхов в норме у девочек дошкольников в возрасте 5-6 лет: 12 страхов  
 \*\* количество страхов в норме у мальчиков дошкольников в возрасте 5-6 лет: 9 страхов

Таблица 2.5 – Результаты диагностики психоэмоционального состояния детей дошкольного возраста 5-6 лет (Методика «Паровозик» Валиевой С.В.)

№пп	Порядковый номер расположения цвета вагончика												Результат
	Красный	Желтый	Зеленый	Синий	Фиолетовый	Серый	Коричневый	Черный	1 балл	2 балла	3 балла	Сумма баллов	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1	2	1	7	6	8	4	5	3	1	2		3	Позитивное

Продолжение таблицы 2.5

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
2	1	2	7	8	4	5	3	6	1	4		5	НПС НС
3	2	3	4	1	5	8	6	7	0	0		0	Позитивное
4	1	2	6	5	3	7	8	4	1	0		1	Позитивное
5	5	3	4	2	1	8	6	7	0	2		2	Позитивное
6	1	3	8	7	4	6	2	5	0	2	6	8	НПС СС
7	7	2	1	8	5	6	4	3	1	2		3	Позитивное
8	1	3	5	4	2	7	6	8	1	0		1	Позитивное
9	8	1	7	6	2	3	5	4	2	2	3	7	НПС СС
10	1	4	2	8	3	6	5	7	0	2		2	Позитивное
11	1	3	4	2	5	7	8	6	0	0		0	Позитивное
12	4	5	3	1	2	7	6	8	1	0		1	Позитивное
13	3	4	7	5	2	6	8	1	1	2	3	6	НПС НС
14	6	3	4	1	2	7	5	8	2	0		2	Позитивное
15	1	4	7	2	6	8	5	3	1	2		3	Позитивное
16	3	1	4	2	5	8	7	6	0	0		0	Позитивное
17	2	3	4	1	5	7	6	8	0	0		0	Позитивное
18	1	3	4	2	5	7	8	6	0	0		0	Позитивное
19	4	5	3	1	7	6	2	8	0	2		2	Позитивное
20	3	4	7	5	2	6	8	1	1	2	3	6	НПС НС
21	5	3	4	1	7	8	6	2	0	2		2	Позитивное
22	3	2	7	4	1	6	8	5	0	4		4	НПС НС
23	7	6	2		8	5	3	4	2	2		4	НПС НС
24	5	3	4	2	1	8	6	7	0	2		2	Позитивное
25	3	5	4	2	1	7	6	8	0	2		2	Позитивное

Продолжение таблицы 2.5

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
26	5	3	4	1	7	8	6	2	0	2		2	Позитивное
27	7	2	1	8	5	6	4	3	1	4		5	НПС НС

Таблица 2.6 – Результаты анализа диагностики по методике «Паровозик» (С.В. Веліевой)

№ пп	Степень психического состояния	Количество детей	Количество детей, %
1	Позитивное	19	70,4
2	НПС низкой степени	6	22,2
3	НПС средней степени	2	7,4
4	НПС высокой степени	0	0

Таблица 2.7 – Результаты диагностики по анкете Г.Л. Лаврентьевой и Т.М. Титаренко для воспитателей на уровень тревожность дошкольников

	№ Вопросы																				Итого
	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	
№ пп	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	Итого
1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	3
2	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	1	6
3	0	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	6
4	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	3
5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
6	0	0	1	1	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	1	1	9
7	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	3
8	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	3
9	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	7

Продолжение таблицы 2.7

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
10	1	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	5
11	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
12	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
13	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	0	4
14	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	7
15	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
16	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
17	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	7
18	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	6
19	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	5
20	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	5
21	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	1	8
22	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	8
23	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	5
24	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
25	1	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	5
26	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	3
27	0	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	6
Итого																Низкий уровень			16		
Итого																Средний уровень			6		
Итого																Отсутствует			5		

Таблица 2.8 – Корреляционный анализ по Ч. Спирмену осуществлен с использованием программы «SPSS 23.0 for WINDOWS.

P <sub>o</sub>		VAR000030			VAR000031		
		Коэфф ициент	Значени е	N	Коэфф ициент	Значени е	N
1	2	3	4	5	6	7	8
Когда остаешься один	VAR000001	-,131	,515	27	,117	,562	27
нападения	VAR000002	-,378	,052	27	,315	,109	27
Заболеть	VAR000003	-,297	,132	27	-,005	,981	27
Умереть	VAR000004	-,278	,161	27	,375	,054	27
Смерти близких	VAR000005	-,103	,608	27	,481*	,011	27
Чужих людей	VAR000006	-,015	,939	27	,248	,212	27
Потеряться	VAR000007	-,346	,077	27	,197	,325	27
Мамы, папы	VAR000008			27			27
Наказания	VAR000009	-,034	,867	27	,339	,083	27
Сказочных персонажей	VAR000010	-,04	,826	27	,321	,103	27
Опоздания в детский сад	VAR000011	-,282	,154	27	,086	,669	27
Страшных снов	VAR000012	,044	,829	27	,702*	,000	27
Темноты	VAR000013	-,019	,926	27	,320	,104	27
Животных (волк, змей..)	VAR000014	-,226	,258	27	,415*	,031	27
Насекомых	VAR000015	-,022	,913	27	,142	,481	27
Транспорта	VAR000016	,213	,287	27	,356	,069	27
Высоты	VAR000017	,065	,747	27	,529**	,005	27
Глубины	VAR000018	-,024	,904	27	,557**	,003	27
Тесных помещений маленьких	VAR000019	,190	,341	27	,578**	,002	27
Воды	VAR000020	-,038	,849	27	-,631	,754	27
Огня	VAR000021	-,017	,935	27	,735**	,000	27
Войны	VAR000022	-,063	,755	27	,497**	,008	27

Продолжение таблицы 2.8

1	2	3	4	5	6	7	8
Стихий	VAR000023	-,097	,629	27	,380	,051	27
Больших помещений	VAR000024	-,175	,383	27	,345	,078	27
Врачей	VAR000025	,046	,819	27	,055	,786	27
Уколов	VAR000026	,165	,410	27	,494**	,009	27
Боли	VAR000027	-,062	,760	27	,587**	,001	27
Крови	VAR000028	,090	,655	27	,497**	,008	27
Резких, громких звуков	VAR000029	,034	,867	27	,263	,185	27
Суммы баллов по методике «Паровозик» (С.В.Велиевой)	VAR000030	1,00		27	,436*	,023	27
Уровень тревожности по Г.П. Лаврентьевой и Т.М.Титаренко	VAR000031	,436*	0,23	27	1		27
* Корреляция значима на уровне 0,05 (двухсторонняя)							
** Корреляция значима на уровне 0,01 (двухсторонняя)							

Таблица 2.9 – Сводные результаты диагностических методик исследования дошкольников 5-6 лет

№пп	Количество страхов по методике «Страхи в домиках» А.И. Захарова, М.А.Панфиловой	Степень психического состояния по методике «Паровозик» С.В. Велиевой	Уровень тревожности по анкете Г.П.Лаврентьевой, Т.М.Титаренко
1	2	3	4
1	16 (выше нормы)	позитивное	Низкий
2	20 (выше нормы)	позитивное	Низкий
3	19 (выше нормы)	позитивное	Низкий
4	16 (выше нормы)	позитивное	Отсутствует
5	16 (выше нормы)	НПС средней степени	Средний
6	18 (выше нормы)	позитивное	Низкий
7	14 (выше нормы)	позитивное	Низкий

Продолжение таблицы 2.9

1	2	3	4
8	13 (выше нормы)	позитивное	Отсутствует
9	15 (выше нормы)	позитивное	Низкий
10	15 (выше нормы)	позитивное	Отсутствует
11	15 (выше нормы)	Позитивное	Низкий
12	14 (выше нормы)	позитивное	Низкий
13	12 (норма)	позитивное	Низкий
14	11 (норма)	НПС средней степени	Средний
15	10 (норма)	НПС низкой степени	Низкий
16	10 (норма)	НПС низкой степени	Низкий
17	12 (норма)	позитивное	Средний
18	8 (норма)	НПС низкой степени	Низкий
19	6 (ниже нормы)	Позитивное	Средний
20	8 (ниже нормы)	НПС низкой степени	Низкий
21	1 (ниже нормы)	позитивное	Отсутствует
22	1 (ниже нормы)	позитивное	Средний
23	7 (ниже нормы)	позитивное	Низкий
24	1 (ниже нормы)	НПС низкой степени	Средний
25	1 (ниже нормы)	НПС низкой степени	Низкий
26	0 (ниже нормы)	Позитивное	Отсутствует
27	7 (ниже нормы)	Позитивное	Низкий

## ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Программа психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников  
(В основе лежат методические разработки Бавиной Т.В. и Агаровой Е.И.)

### Занятие 1

Тема занятия: Незнакомец по имени «Страх».

Цель: Познакомить детей с эмоцией страха, развить выразительность движений и мимики.

Форма проведения занятий: групповая.

Количество детей: 15 человек.

Необходимые материалы: пиктограммы эмоций

Содержание:

1. Приветствие: "Доброе утро..."

Здравствуйте ребята! Давайте друг с другом поздороваемся!

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

2. Разминка «Росточек под солнцем».

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

Все движения выполняются под музыку.

3. Этюд «Страх».

Воспитатель:

- Друзья пошли в лес. Один мальчик отстал, оглянулся - нет никого. Стал прислушиваться: не слышно ли голосов? Вдруг он услышал какой-то шорох, потрескивание веток. А вдруг это волк или медведь?
- Что чувствовал мальчик? Давайте покажем, как страшно было ему.

Дети показывают, как страшно было мальчику. Выразительные движения: голова откинута назад и втянута в плечи.

Мимика: брови идут вверх, глаза расширены, рот раскрыт, как для восклицания.

- Найдите карточку, изображающие страх. (Дети выбирают пиктограмму). Обратите внимание на лицо: рот открыт, как будто человек хочет закричать; глаза большие, испуганные. Не случайно говорят: «У страха глаза велики».

Вопросы воспитателя:

- А вы боялись когда-нибудь?
- Вспомните, чего вы пугались. (Ответы детей).

Воспитатель:

- Все люди когда-нибудь испытывали страх. Самое главное - стараться его победить. (Во время этюда звучит музыка Н. Маяковского «Тревожная колыбельная»).

#### 4. Упражнение «Угадай эмоцию».

Воспитатель: Ребята, а какие еще вы знаете эмоции? (дети отвечают).

Воспитатель: Да, правильно. (Если дети не знают, воспитатель подсказывает).

Воспитатель дает каждому ребенку набор карточек со схематическим изображением лиц в разных эмоциональных состояниях (радость, грусть, злость, удивление, обида, спокойствие) и говорит:

«Попробуйте определить, какое настроение у каждого из нарисованных человечков».

После того как задание будет выполнено, психолог предлагает каждому из детей выбрать то изображение, которое соответствует его настроению.

#### 5. Упражнение «Путешествие в волшебный лес».

Воспитатель включает спокойную расслабляющую музыку и говорит: Лягте удобно и закройте глаза. Представьте себе, что вы в лесу, где много

деревьев, кустарников и всевозможных цветов В самой чаще стоит белая каменная скамейка, присядем на нее.

Прислушайтесь к звукам. Вы слышите пение птиц, шорохи трав. Почувствовать запахи: пахнет влажная земля, ветер доносит запах сосен. Запомните свои ощущения, чувства, захватите их с собой, возвращаясь из путешествия. Пусть они будут с вами весь день.

6. Прощание. Психолог благодарит детей за работу. И говорит «До свидания».

## Занятие 2

Тема занятия: «У страха глаза велики».

Цель: Способствовать сохранению нервно-психического здоровья и совершенствовать умение детей изображать эмоцию страха, находить выход из состояния страха и тревожности.

Обучать умению управлять собой в конкретной тревожной ситуации

Форма проведения занятий: групповая.

Количество детей: 15 человек.

Необходимые материалы: Белая бумага формата А4, цветные карандаши

Содержание:

1. Приветствие: "Доброе утро..."

Время выполнения - 2 мин.

Здравствуйте ребята! Давайте друг с другом поздороваемся!

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

2. Разминка «Росточек под солнцем».

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

Все движения выполняются под музыку.

## 2. Этюд «Испуганный заяц».

Воспитатель предлагает детям вспомнить, как в мультфильме «Ну погоди!»

Заяц убежал от волка, спрашивает, что чувствовал заяц. После ответов детей он просит их показать, как страшно было зайцу.

Воспитатель показывает, а дети стараются повторить, как выглядит испуганный заяц.

## 4. Обсуждение поговорки «У страха глаза велики».

Задание: отметить прямой и скрытый смысл поговорки.

Вопрос воспитателя:

- Пугались ли Вы когда-нибудь так, что причина страха вам казалась более страшной, чем она была на самом деле?

С помощью воспитателя дети приходят к выводу, что страх может быть разным - соответственно изменяются поза, мимика, жесты, голос. Страх можно преодолеть.

## 5. Игра «Преодолеем страх»

Дети встают в круг на расстоянии вытянутых рук. Воспитатель предлагает всем представить, что у них есть большой, огромный страх. Дети широко разводят руки в стороны. Далее воспитатель просит показать, какие бывают глаза у того, кто боится. Дети, соединяя большой и указательный (или средний) пальцы обеих рук, изображают большие, круглые глаза.

Затем воспитатель говорит, что страх уменьшается, и вместе с детьми делает руками соответствующие движения. В конце игры предлагает детям посмотреть друг на друга и убедиться, что ни у кого нет страха, так как он исчез.

## 6. Рисование «Какого цвета мой страх?»

Воспитатель предлагает детям избавиться от своего страха закрасить белый лист бумаги тем цветом, какой, по их мнению имеет страх. После этого как рисунки будут выполнены, дети должны порвать их на мелкие кусочки. Теперь им больше нечего бояться.

### 7. Упражнение «Глубокое дыхание».

Детям предлагается сесть на стульчики, выпрямить и расслабить спину.

Психолог говорит: «На счет 1, 2, 3, 4 - сделайте глубокий вдох носом, на счет 4, 3, 2, 1 - выдыхайте через рот».

Время выполнения - 2 минуты.

8. Прощание. Психолог благодарит детей за работу. И говорит «До свидания».

## Занятие 3

Тема занятия: «Я тебя не боюсь».

Цель: Формировать у детей осознание собственных мышечных и эмоциональных ощущений, умение у детей преодолевать опасности, мобилизовать свою волю, проявлять активность, а также способствовать снижению скованности, боязливости в движениях и речи.

Форма проведения занятий: групповая.

Количество детей: 15 человек.

Необходимые материалы: магнитофон, музыка для релаксации

Содержание:

1. Приветствие: "Доброе утро..."

Здравствуйте ребята! Давайте друг с другом поздороваемся!

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

2. Разминка «Росточек под солнцем».

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

Все движения выполняются под музыку.

3. Этюд «Мы медведя испугались».

Воспитатель:

- Дети гуляли в лесу, увидели спящего медведя и испугались, что он проснется и их увидит. Расскажите и покажите, как страшно стало детям.

Дети:

- сжались все в комочек, застыли;
- Брови подняли вверх;
- Глазки широко раскрыли, боятся вздохнуть и пошевелиться;
- Рот приоткрыли;
- Голову втянули в плечи;
- Руками вцепились в стул, будто боятся упасть;
- Задрожали, зубами застучали;
- Слова сказать не могут.

Воспитатель:

- Брр! Как было страшно! Но медведя дети перехитрили и теперь очень радостны.

(Дети передают свои эмоции с помощью жестов, мимики, выразительных движений.)

#### 4. Игра «смелые мышки»

С помощью считалки или по желанию выбирается водящий - «кот», который сидит и наблюдает за остальными детьми - «мышками».

«Мышки» начинают подходить к «коту» с началом стихотворного текста:

«Вышли мыши как-то раз

Поглядеть, которой час.

Раз-два-три-четыре,

Мыши дёрнули за гири.

Вдруг раздался страшный звон!

Убежали мыши вон».

Услышав последнее слово стихотворения, «мышки разбегаются, а «кот» их ловит. Пойманный ребенок становится водящим, а игра продолжается.

(В роли водящего должен побывать каждый ребенок. Если игрок «попался» во второй раз, ему предлагают сесть на стульчик, а нового водящего выбирает воспитатель).

#### 5. Упражнение «Водопад»

Воспитатель включает музыку и говорит:

«Закройте глаза и представьте себе, что вы находитесь под небольшим водопадом. Небо светло-голубое. Воздух свеж. Вода чистая и прохладная. Она мягко струится по спине, стекает с ног и продолжает свой бег дальше. Пойдите немного под водопадом, позволяя воде омывать вас и уноситься прочь».

(Упражнение выполняется стоя).

5. Прощание. Психолог благодарит детей за работу. И говорит: «До свидания».

### Занятие 4

Тема занятия: «Где живет тишина».

Цель: Формировать представление о своем собственном внутреннем мире, а также способствовать снижению эмоциональной напряженности.

Форма проведения занятий: групповая.

Количество детей: 15 человек.

Необходимые материалы: магнитофон, музыка для релаксации

Содержание:

1. Приветствие: "Доброе утро..."

Время выполнения – 2 мин.

Здравствуйте ребята! Давайте друг с другом поздороваемся!

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

2. Разминка «Росточек под солнцем».

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

Все движения выполняются под музыку.

2. Сказка «Храбрец, боявшийся тишины. (Черняева С.А. Психотерапевтические сказки и игры СПб Речь 2002) .

Время выполнения - 13 мин.

Воспитатель читает детям сказку.

Текст сказки:

«Я думаю, всем известна сказка о Спящей Красавице и многие помнят, как она начинается. Старая фея, которую не позвали на крестины, напороочила принцессе смерть во цвете лет, но вмешалась добрая фея и вот - укол веретена, сон на целый век и ...счастливым конц.

В нашей сказке история не так проста. Есть одно королевство, где про фей все давно забыли, никто не зовет их на крестины - ни злых, ни добрых. Добрые Феи переселились в другие края, а злая фея, обидевшись раз и навсегда, наложила на всех новорожденных одно и то же заклятье. Из-за этого заклятья все дети королевства, едва достигнув 13 лет, (ведь все злые феи любят число 13), начинали бояться тишины. Возникло это не сразу, ведь о заклятье они не знали Постепенно они начинали тяготиться тишиной, шумели, смеялись, визжали, а оставшись одни, слушали музыку - как можно более громкую. Чем бы ни занимались юные отпрыски этого королевства, они прибегали к разным ухищре-ним, чтобы заглушить тишину. Заклятье было наложено так хитро, что они даже не догадывались о своем страхе, а просто считали себя очень веселыми людьми, которые не терпят скуки.

Я расскажу вам об одном действительно храбром юноше из этого королевства. Храбреца звали Тацео. Он считал, что ничего не боится, и очень гордился этим, в остальном ничем не отличаясь от всех своих сверстников.

Однажды, когда Тацео было уже 17 лет, он познакомился с тремя чужеземцами, почти такими же юными, как он сам. Они весело провели вместе несколько дней, беззаботно развлекаясь. Но вот как-то вечером все они оказались на берегу моря и попросили Тацео обойтись на сей раз без музыки. «Мы будем слушать шорохи моря», - сказали чужеземцы. А встретившись на следующее утро, спросили у Тацео:

- Ты не обидишься, если мы зададим тебе вопрос о твоём королевстве?

- Нет, конечно, спрашивайте.

- Почему вы боитесь тишины?

- Боимся?! Я не люблю тишину, потому что в тишине в голову лезут никому не нужные глупые мысли.

- А откуда ты знаешь, что это глупые ненужные мысли, если ты с ними не встречаешься? В вашем королевстве всегда шумно, у вас не ценят тихой неторопливой беседы, а тем более задумчивости наедине с собой. Почему? Тацео не знал, что ответить. Больше всего его задело за живое предположение о том, что он чего-то боится. Распрощавшись с чужеземцами, он решил проверить, действительно ли тишина его пугает. Он попробовал, запершись у себя в комнате, провести в тишине хоть один день.... и сам не ожидал такого результата - оказывается, чужеземцы были правы. Но Тацео не хотел мириться с тем, что он не так храбр, как привык о себе думать. Поэтому он начал искать какого-нибудь мудрого человека, чтобы получить от него совет. Но перебирая своих родных, друзей и знакомых, он не нашел человека, с которым ему хотелось бы поговорить о тишине. (Это и не удивительно - ведь их повсюду сопровождали шум и суета.) Знакомые Тацео чужеземцы уже вернулись в свою страну, и юный храбрец решил отправиться странствовать, чтобы найти мудрого человека или чтобы самому избавиться от своего страха - там видно будет!

Странствовать ему пришлось долго. Он прошел всю страну, иногда работая, чтобы заготовить еду на дорогу, иногда стараясь избегать людей. Его музыкальный ящик больше не работал, но Тацео старался отгонять

тишину свистом, песенками или стуком палки по деревьям, даже разговаривал сам с собой вслух. Но по утрам, когда он просыпался под сенью леса, тишина настигала его. Бедный Тацео!

Однажды на развилке дороги ему встретился волшебный камень - он читал о таких в сказках. На камне было начертано: «Налево пойдешь - себя потеряешь, направо пойдешь - все забудешь, прямо пойдешь - найдешь то, что ищешь».

«Что я ищу? - спросил себя Тацео. - Избавления от страха. Значит, нужно идти прямо? Понятно, что направо идти не стоит, но что значит «потерять себя»? Может быть, это означает потерять все страхи? А «забыть все» значит забыть о страхах?» Немного поколебавшись, юноша все же пошел вперед. «В крайнем случае, вернусь снова к камню», - подумал он. Прямая дорога привела его в глухое место. Над ней не насвистывали птицы, да и петь не хотелось почему-то в таком мрачном месте. На третий день странствия Тацео увидел, что надвигается гроза. Он стал искать какое-нибудь укрытие. Вот небольшая пещера в горе! Юноша вошел в нее, и пещера неожиданно оказалась довольно обжитой. В глубину горы уходила подземная дорога, освещенная светлячками. Двигаясь по этой дороге, наш храбрец подошел к массивным железным воротам, которые неожиданно распахнулись перед ним.

«Может быть, там ждет меня мудрый советчик?» - подумал Тацео и смело шагнул внутрь. (Правда, ему стало немного не по себе, когда ворота почти беззвучно захлопнулись за его спиной.) За воротами было сумрачно и тихо. - Кто здесь живет? - прокричал Тацео. Никто не отозвался, только все новые двери распахивались перед ним и захлопывались за его спиной. Двигаясь от комнаты к комнате сумрачного, причудливо обставленного дома, Тацео дошел наконец до комнаты, где увидел немолодую женщину со спокойным и серьезным лицом.

- Простите, матушка! Спасаясь от грозы, я нечаянно забрел в Ваш дом!

- А ты знаешь, кто я?

- Нет, матушка, но я прошу простить меня за беспокойство!

- Ты меня не беспокоишь. Ко мне, так или иначе, приходят те, кто выбирает прямую дорогу от волшебного камня. Я ведь волшебница.

Она ожидала, что Тацео испугается, но храбрец Тацео назвал свое имя и попросил о помощи.

- Отдыхай до утра, ночью я загляну в свои волшебные книги и скажу, что тебе нужно сделать.

На следующее утро волшебница сказала: «По моим книгам получается, что на тебя наложено заклятье».

- Какое заклятье?

- Боязнь тишины, точнее, боязнь в тишине встретиться с самим собой. Тацео не все понял, но на всякий случай неуверенно возразил: «Я ведь не один такой!»

- Значит, вы все - рабы этого заклятья, но это не важно для тебя, ведь освободиться от такого заклятья можно только самостоятельно. А тебе для освобождения нужно совершить три подвига. О двух из них я могу тебе сказать, а третий ждет тебя дома.

- Хорошо, я попробую.

- Начинай, только, когда начнешь, отступать будет поздно. Твой первый подвиг ты можешь совершить уже нынешней ночью.

- Что нужно делать?

- Ты должен стоять на утесе над пропастью. Какие бы голоса тебя ни звали, ты должен оставаться на месте, иначе погибнешь! И отвечать им тоже не стоит, труднее будет устоять.

И вот Тацео стоит над пропастью. Сладкие, манящие, дружелюбные голоса обещают ему развлечения, приключения, веселье. Зовут с разных сторон. Стоит Тацео на утесе, когда становится совсем невмоготу, руками уши зажимает. Простоял до утра и впервые в жизни тишине обрадовался. Снова к волшебнице вернулся.

- Молодец, Тацео! Правда, второй подвиг будет посложнее первого. Следующую ночь ты должен провести в чаще леса. Это не простой лес - в нем мысли становятся реальностью.

- Но ведь это хорошо, - обрадовался Тацео.

- Не всегда, - возразила волшебница. - Мысли ведь разные бывают. Чудища, в которые превратятся некоторые из твоих мыслей, будут за тобой охотиться. Они слепые, правда, слышат очень хорошо. Будут тебя звать, между собой переговариваться, но если ты ни одним звуком себя не выдашь, они тебя не достанут.

- А сразиться с ними нельзя?

- Сражаться придется, если они тебя обнаружат, но только их может быть очень много, не по силам это тебе окажется. Если выдержишь, несмотря на то что они будут тебя искать, затаишься, не выдашь себя, - это будет достаточным подвигом, главное, что ты их увидишь.

Тяжело пришлось в эту ночь Тацео. «Неужели у меня такие мысли - лохматые, когтистые, отчаянные, неправильные, какие-то грязные?!» Особенно огорчили Тацео полупрозрачные студенистые расплзающиеся чудища, лениво поглощающие все вокруг. Только желание стать настоящим храбрецом помогло ему не поддаться ужасу и отчаянию и не выдать себя - уж очень кошмарными были слепые чудища. Опасность его подстерегала немалая. Правда, среди неприятных Тацео образов был один очень симпатичный. «Интересно, какая моя мысль превратилась в этого милого зверька?» - недоумевал Тацео. Маленькое пушистое существо безмолвно терлось о колени юноши. Когда наконец наступило утро, кошмары рассеялись. Когда Тацео уходил из леса, пушистый малыш шел за ним следом. «И в эту ночь тишина оказалась мне другом», - подумал юноша. Утром он пришел поблагодарить волшебницу.

- Я вижу, ты уже немного подружился с тишиной, - догадалась она. - Но еще не полюбил ее.

- Полюбив тишину, наверно, нужно оглохнуть или замуровать себя в подземелье!

- Тацео, ты пока не понял, что настоящая тишина может быть внутри тебя самого. Существуют звуки, музыка, которые не разрушают эту тишину, а делают ее глубже. Сейчас отправляйся домой. Я дам тебе все необходимое в дорогу, чтобы ты мог быстро вернуться домой и приступить к своему третьему подвигу. И еще я дам тебе шкатулку. Если ты не будешь знать, как поступить, загляни туда.

- Посоветуйте, как нужно обращаться с этим зверьком - я раньше никогда таких не видел, - попросил Тацео.

- Никто его раньше не видел, ведь он появился на свет сегодня ночью. Наверно, он воплощает какую-то из твоих очень нежных и застенчивых мыслей. Кажется, он не любит большого общества, но может быть тебе хорошим товарищем. Как ты его назовешь?

- Думаю, Лесовичком, раз он появился на свет из леса.

Еще раз поблагодарил Тацео волшебницу и отправился домой. Обратный путь показался юноше несложным, Лесовичок скрадывал его одиночество, но Тацео все чаще вспоминал своих друзей и понял, что успел по ним соскучиться. Но вот они встретились!

- Где ты пропадал? - спрашивали его и, не дождавшись ответа, наперебой приглашали развлечься.

- Ты какой-то вялый, тебе необходимо встряхнуться! - слышал он от большинства своих приятелей.

Очень скоро Тацео почувствовал, что ему чего-то не хватает. «Может быть, тишины, - улыбнулся он. - Тишины я теперь, кажется, не боюсь, привык к ней в путешествии. И думается в тишине хорошо.... Все мои компании немного шумные. Приятели все время куда-то тащат, тормошат, а мне не всегда хочется развлекаться! И Лесовичок скучает, когда долго дожидается меня в одиночестве. А в чем должен состоять третий подвиг, я пока не знаю. Наверное, пора заглянуть в шкатулку».

В шкатулке оказался портрет волшебницы. «Надо же, как живая!» - подумал Тацео. Вдруг портрет улыбнулся, волшебница посмотрела на Тацео и сказала: «Для того чтобы приблизиться к третьему подвигу, научись говорить «нет», хотя бы иногда» Юноша не успел ничего спросить, как изображение поблекло, потом почти исчезло, и шкатулка захлопнулась. Хотя видение оказалось слишком кратким, Тацео почувствовал в себе новые силы. «Что ж, пойду готовиться к подвигу!» Теперь, встречаясь с приятелями, Тацео иногда соглашался идти с ними, иногда говорил «нет», когда идти не хотелось. А когда он оставался один, то раздумывал о прощальных словах волшебницы и все чаще искал в горах или в лесу те звуки, которые углубляют тишину. Лесовичок тоже прекрасно чувствовал себя в таких походах и как будто поддерживал поиски Тацео. И хотя юноше казалось, что он ничего не нашел, не понял, не услышал, возвращался он из таких походов каждый раз чуть-чуть иным. Тацео казалось, что в нем поселился родник, который по каплям пропитывает его и все клетки его тела, а может быть, и души, меняются, напоенные этим тихим родником. Иногда он пытался посвятить в свои поиски друзей. Не все его понимали, но иногда непонятная тревога и светлая легкость его слов задевала и их... И некоторые из друзей Тацео начинали чувствовать призыв тишины.

Мы оставим Тацео сейчас, когда он живет в ожидании подвига, потому что сказка всегда кончается хорошо, а ожидание подвига - это очень хорошее дело. К тому же самое хорошее у Тацео еще впереди.»

### 3. Беседа по сказке «Храбрец боявшийся тишины».

Время выполнения – 5 мин.

Воспитатель задает вопросы, стимулирует детей на ответы:

Что не знал храбрец о себе?

Чего боялся храбрец?

С чем он встречался в тишине?

Откуда брались его страхи? (он их выдумывал?)

Почему герой сказки был храбрым?

Представьте, что дом в котором оказался Храбрец был на самом деле собственный внутренний мир героя, его мысли и чувства. Герою было проще веселится и общаться с друзьями такими как и он, там он не встречался со своими страхами. А вот внутри себя в «Своем доме-теле» он обнаружил эти страхи, но пройдя испытания тишиной он победил все своих страхи и встретил внутри себя своего друга.

#### 4. Упражнение «Волшебный сон».

Время выполнения – 5 мин.

Психолог включает спокойную расслабляющую музыку и говорит;  
«Лягте удобно, закройте глаза. Внимательно слушайте и повторяет про себя мои слова. «Волшебный сон» закончится, когда я скажу: Всем открыть глаза и встать!».

Мы спокойно отдыхаем,

Мы спокойно отдыхаем,

Сном волшебным засыпаем.

Дышится легко, ровно, глубоко.

Наши руки отдыхают,

Наши руки отдыхают,

Ноги тоже отдыхают, отдыхают, засыпают.

Шея не напряжена и расслаблена.

Губы чуть приоткрываются,

Все чудесно расслабляются,

Все чудесно расслабляются,

Дышится легко, ровно глубоко.

Хорошо нам отдыхать! Но пришла пора вставать!

(Музыка выключается).

Крепче кулачки сжимаем, их повыше поднимаем.

Потянуться! Улыбнуться! Всем открыть глаза и встать!»

5. Прощание. Психолог благодарит детей за работу. И говорит: «До свидания».

## Занятие 5

Тема занятия: «Мой дом моя крепость».

Цель: Снять эмоциональную напряженность и возможное чувство страха нахождения в помещении, а также способствовать формированию адекватной самооценки.

Форма проведения занятий: групповая

Количество детей: 15 человек.

Необходимые материалы: иллюстрации с изображением героев русской народной сказки «Лиса и заяц», сказок С. Михалкова «Три поросенка» и К. Чуковского «Бармалей»; аудиозаписи музыки и сказок; белый лист бумаги формата А4; цветные карандаши; фломастеры

Содержание:

1. Приветствие: "Доброе утро..."

Время выполнения - 2 мин.

Здравствуйте ребята! Давайте друг с другом поздороваемся!

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

2. Разминка «Росточек под солнцем»

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

Все движения выполняются под музыку.

2. Рассказ о путешествии по Стране сказок.

Время выполнения - 5 мин.

Воспитатель:

- На своем пути мы встретим сказочные домики, в которых живут герои разных сказок. Сказочные герои выйдут, если дети правильно назовут эмоцию, изображенную на пиктограммы, висящей на двери домика.

(Домик с пиктограммой страха. Дети описывают эмоцию).

Воспитатель:

- Из домика выходит зайчик, который боится лису. Она выгнала его из собственного дома.

Вопросы воспитателя:

- Кто пытался помочь зайчику, но не помог?
- Почему звери не смогли помочь зайчику?
- Как пугала лиса зверей?
- Кто помог зайчику?

Разыгрывание детьми сценки, в которой петух выгоняет лису.

Зайчик благодарит детей, и путешествие продолжается.

Следующий домик, где живут герои сказки С. Михалкова «Три поросенка».

Аудиозапись сказки. Звучит эпизод, в котором описывается, как поросята убегают от волка и дрожат от страха.

Вопрос воспитателя:

- Почему Наф-Наф не боялся страшного волка?

5. Чтение отрывка из сказки К. Чуковского «Бармалей».

Время выполнения - 2 мин.

Во время чтения дети должны изображать соответствующую эмоцию на своем лице.

Таня, Ваня задрожали -

Бармалея увидали.

Он по Африке идет,

На всю Африку поет:

«Я кровожадный,

Я беспощадный,

Я злой разбойник Бармалей!

И мне не надо

Ни мармелада, ни шоколада,

А только маленьких

(Да, очень маленьких!)

Детей!»

Он страшными глазами сверкает,

Он страшными зубами стучит,

Он страшный костер разжигает,

Он страшное слово кричит:

«Карабас! Карабас!

Пообедаю сейчас!»

Вопрос воспитателя:

- Какие чувства у вас возникли, когда вы слушали этот отрывок?

5. Рисуночная игра «Нам не страшен серый волк». 19 мин

Вопросы воспитателя:

- Дети, вы были когда-либо непослушными, капризными, ленивыми?

- Приходил ли к вам волк?

- Вы боялись волка?

- Расскажите, дети, как выглядит ваш страх.

- А что вы делали, чтобы справиться с испугом?

Воспитатель:

- Давайте попробуем нарисовать свой страх. Возьмите ужасно белый лист бумаги, жутко много цветных карандашей и смело приступайте к рисунку.

Вопрос воспитателя (в конце занятия):

- Что мы сделаем с рисунками?

6. Упражнение «Глубокое дыхание».

Детям предлагается сесть на стульчики, выпрямить и расслабить спину.

Психолог говорит: «На счет 1, 2, 3, 4 - сделайте глубокий вдох носом, на счет 4, 3, 2, 1 - выдыхайте через рот».

Время выполнения - 2 минуты.

7. Прощание. Психолог благодарит детей за работу. И говорит: «До свидания».

## Занятие 6

Тема занятия: «Я-Волшебник».

Цель: Формировать представление о страхах и путях их преодоления и способствовать сохранению нервно-психического здоровья детей.

Форма проведения занятий: групповая.

Количество детей: 15 человек.

Необходимые материалы: магический круг, коробка со страхами: в ней картинки с изображениями приведений, пиратов, черных кошек, летучих мышей и т.д.; атрибуты костюмов (колпаки, маленькие метелки для ведьм, белые накидки для приведений, повязки и пистолеты для пиратов, маски-шапочки для черных котов); тыква (сделать из нее тыквенного человечка или использовать иллюстрации).

Содержание:

1. Приветствие: "Доброе утро..."

Время выполнения - 2 мин.

Здравствуйте ребята! Давайте друг с другом поздороваемся!

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

2. Разминка «Росточек под солнцем».

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

Все движения выполняются под музыку

## 2. Игра-этюд.

Время выполнения - 26 мин.

(Дети играют. Звучит запись произведения С. Лядова «Баба-яга»)

Вопросы воспитателя:

- Дети, вы слышали, какая музыка звучит у нас в группе?

- А она на вас как-то действует? Вызывает какие-то чувства, ощущение?

(Ответы детей)

Воспитатель:

- Мне, например, когда звучит такая музыка, становится как-то тревожно. А вам? Давайте поговорим об этом.

(Воспитатель предлагает детям расположиться на ковре так, как им удобно)

- Дети, вы сказали сейчас, что у некоторых из вас во время звучания такой музыки появился страх. А как он появляется? Что вы при этом ощущаете? Как об этом его появлении можно рассказать?

(Ответы детей. Воспитатель уточняет свои вопросы)

- Это просто какое-то ощущение внутри тебя, или образ, картинка, или то и другое вместе? Расскажите.

(Воспитатель поддерживает разговор детей)

- Иногда страх вползает в человека, как змея - медленно, скользко. А в другой раз может ворваться быстро, как тигр, или степенно, как пантера, а может захватить внезапно, как какой-то гигантский паук.

(Воспитатель предлагает детям закрыть глаза и представить ситуацию, которую он опишет)

- В комнате находится страх. А нам надо зайти в эту комнату и поздороваться с ним за руку и обнять его. Представили? Да, да! Сначала здороваемся, а теперь обнимаем!

- Каким же страх показался на ощупь? Что вы почувствовали?

(Возможные ответы детей: липким, скользким, колючим, шершавым, мягким, холодным, горячим и т.д.)

- Вот видите, сколько может быть страхов и какие они все бывают разные. Страхи каждый и ощущает по-разному. А у вас есть страхи? Вы чего-то боитесь? Хотите побывать в гостях у своих страхов и преодолеть их?

(Ответы детей)

Воспитатель: в сказку, где живут страхи, ведут три дороги. Все дороги волшебные, все они наделяют идущего силой, смелостью, которая поднимается от ступней и заполняет все тело.

Воспитатель рассказывает про дороги и выкладывает их.

Первая дорога. (На пол кладется ткань - самая легкая, ровная и гладкая)

Вторая дорога труднее: она состроит из кочек, и по ней надо не идти, а прыгать, попадая точно в цель. (А пол кланяться кольца, обручи.) Но эта дорога дает идущему по ней больше волшебной силы, смелости, чем первая.

Третья дорога самая трудная, она колючая и болезненная. (Раскладывается аппликатор.) Но зато силу и смелость она дает огромную - гораздо большую, чем первые две.

Задание: хорошо подумать, какую дорогу выбрать. Идя по дороге, слушать, чувствовать, как от ступней и до макушки тело заполняется волшебной силой, дающей смелость.

(Дороги приводят к месту, где висит доска: на ней месяц, звезды. Рядом стоит стол, на нем коробка сон прахами, атрибуты для переодевания. Тут же на ковре - магический круг из цветного шнура. Когда дети выберут дорогу и пройдут по ней, воспитатель продолжит свой рассказ.)

- Вот мы и в сказке. Готовы встретиться сон совкими страхами? Тогда слушайте: Однажды с неба вдруг исчезли месяц и звезды (снимает их с доски), и стало совсем темно. Неожиданно на ночном небе появилась (медленно открывает коробку) настоящая ведьма! А потом Баба-яга!

(Вешает фигурки на доску.) Они закружились по ночному небу в своем волшебном танце.

Вопрос воспитателя:

- Какая это была ведьмочка? А Баба - яга?
- А вы знаете, что умеет делать ведьма, Баба-яга?
- В каких сказках вы уже встречались с такими персонажами?

А сейчас мы с вами достанем из коробки фигурки страхов, закрепим их на ночном небе и сами превратимся в них. Выберите себе для игры все что вам понадобится.

(Дети переодеваются. Воспитатель продолжает рассказ.)

- И вот наступил такой момент, когда на небе кружились десятки ведьм; приведения летали, ухали и заглядывали в окна; пираты палили из ружей, а черные коты лазили по крышам и злобно шипели.

(Детям предлагается войти в магический круг и разыграть эту ситуацию. Правила: попадая в круг дети, превращаются в необычные существа, а вне его вновь становятся мальчиками и девочками. Условия: запрещено выходить за границы круга.

Звучит музыка С. Лядова «Баба-яга» (в течение 1 минуты). Дети двигаются в кругу. Воспитатель просит их показать, как ухало приведение, как шипел и царапался кот, поколдовать, произнести заклинание. Музыка заканчивается. Дети выходят из круга переодеваются.)

Воспитатель: И представить, эта нечистая сила подняла такой шум, что разбудила людей. Выглянув в окна, они ужаснулись: на улице веселились лохматые ведьмочка, одноглазые пираты, приведения. В страхе люди разбежались кто куда, но сколько же можно прятаться? И тогда самые смелые и находчивые придумали: с огорода принесли тыкву (показывает детям тыкву или картинку), вычистили из нее середину и поставили такое чудо на окно (ставит на окно (ставит на окно). И что же случилось дальше?

Дети:

- Все испугались и исчезли.

- Куда?

Воспитатель: Да, в коробку со страхами. Снимите свои страхи с доски и уберите их в коробку. Теперь люди не боятся ужасов и могут легко с ними справиться. А коробку со страхами мы выбросили в мусор.

(Коробку выносят из комнаты. Воспитатель предлагает детям рисуночную игру «Чего я уже не боюсь»).

4. Упражнение «Глубокое дыхание».

Детям предлагается сесть на стульчики, выпрямить и расслабить спину.

Психолог говорит: «На счет 1, 2, 3, 4 - делайте глубокий вдох носом, на счет 4, 3, 2, 1 - выдыхайте через рот».

Время выполнения - 2 мин.

5. Прощание. Психолог благодарит детей за работу. И говорит: «До свидания».

## Занятие 7

Тема занятия: «Давай дружить».

Цель: развить навыки взаимодействия друг с другом и стимулировать собственные возможности детей в преодолении стрессовых ситуаций.

Форма проведения занятий: групповая.

Количество детей: 15 человек.

Необходимые материалы: Набор картинок с изображением животных, клубок ниток

Содержание:

1. Приветствие: "Доброе утро..." Время выполнения - 2 мин.

Здравствуйте ребята! Давайте друг с другом поздороваемся!

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

2. Разминка «Росточек под солнцем»

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

Все движения выполняются под музыку

2. Этюд «Встреча с другом».

Время выполнения - 1 мин.

Психолог делит детей на пары и предлагает каждой паре с помощью выразительных движений разыграть следующий этюд: «Друзья встретились после разлуки. Как же они обрадовались друг другу!»

6. Игра «Звериные чувства».

Время выполнения – 12 мин.

Для игры необходимы Психолог раскладывает перед каждым ребенком (по очереди) картинки и просит назвать основные качества животного, например: зайчик – страх, лев – смелость, лиса – хитрость и т. д. Затем психолог предлагает проанализировать ту или иную житейскую ситуацию и описать свои чувства и состояния с помощью картинок. Если ребенок затрудняется это сделать, ему можно помочь, а также обговорить варианты поведения, предлагая рассказать, как бы повели себя в этой ситуации другие животные.

При проведении данной игры желательно избегать оценок поведения ребенка: основная цель – научить его более точно, более тонко понимать свои чувства для моделирования социально приемлемого поведения.

Пары поочередно выполняют задание.

7. Упражнение «Связующая нить».

Время выполнения – 10 мин.

Все садятся на стульчики, расставленные по кругу.

Психолог говорит:

«Сейчас мы будем, передавая друг другу клубок, разматывать нить и говорить о том, что мы чувствуем, что хотим получить для себя и пожелать другим».

Психолог, удерживая конец нити, рассказывает о своих чувствах, высказывает пожелания и передает клубок сидящему рядом ребенку. Упражнение продолжается.

Когда все дети выскажутся и клубок вернется к психологу, участники натягивают нить и закрывают глаза.

Психолог просит детей представить, что они составляют одно целое, но каждый из них важен и значим для всех.

8. Упражнение «Мост дружбы».

По предложению педагога дети, составив пары, сначала придумывают и показывают, например, мостик – соприкасаются головами или ладонями, затем строят мостик втроем, вчетвером и т.д., до тех пор, пока находятся желающие. Заканчивается упражнение тем, что дети, взявшись за руки и подняв их вверх, изображают мост дружбы.

Время выполнения - 3 мин.

7. Упражнение «Глубокое дыхание».

Детям предлагается сесть на стульчики, выпрямить и расслабить спину.

Психолог говорит: «На счет 1, 2, 3, 4 - сделайте глубокий вдох носом, на счет 4, 3, 2, 1 - выдыхайте через рот».

8. Прощание. Психолог благодарит детей за работу. И говорит: «До свидания».

## Занятие 8

Тема занятия: «Расскажи мне».

Цель: расширить эмоциональный опыт и способствовать развитию навыков взаимодействия друг с другом.

Форма проведения занятий: групповая.

Количество детей: 15 человек.

Необходимые материалы: магнитофон, музыка для сопровождения

Содержание:

## 1. Приветствие: "Доброе утро..."

Время выполнения - 2 мин.

Здравствуйте ребята! Давайте друг с другом поздороваемся!

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

## 2. Разминка «Росточек под солнцем»

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

Все движения выполняются под музыку

## 2. Беседа о речи.

Время выполнения – 10 мин.

Психолог предлагает детям поговорить о речи.

В ходе беседы обсуждаются следующие вопросы:

- Зачем нужна речь?
- Почему нужны волшебные слова «пожалуйста» и «спасибо»?
- С кем приятно общаться?
- Важно ли уметь выслушать другого?
- Почему говорят, что словом можно ранить?
- Как сделать речь более выразительной? (О роли мимики и жестов)

## 9. Упражнение «Расскажи свой страх»

Время выполнения - 10 мин.

Цель. Выявление реальных страхов детей, развитие умения говорить о своих негативных переживаниях открыто в кругу сверстников, формирование социального доверия. Начинает рассказывать о своих страхах взрослый: "Когда я был таким маленьким, как вы, то..." Затем задает вопрос: "А у вас такое бывало?", "А кто еще боится чего-то, расскажите!" Дети по желанию рассказывают о ситуациях, когда им было страшно.

Ведущий каждый раз просит поднять руки тех, у кого было что-то похожее. (Ведущий должен следить, чтобы сюжеты рассказов не повторялись, обговорите все возможные детские страхи: темноты, одиночества, смерти, чужих людей, животных, злых сказочных героев и т.д.)

10. Игра «Путаница».

Время выполнения – 2 мин.

Дети, стоя, взявшись за руки, образуют круг. Ведущий выходит из комнаты или отворачивается. Не отпуская рук, игроки «запутывают» круг, который ведущий должен «распутать».

6. Упражнение «Имя».

Время выполнения – 5 мин.

Игроки, сидя, образуют большой круг. Первый участник произносит свое имя и делает какое-то движение руками, ногами или телом. Вся группа хором повторяет его имя и сделанное им движение. Затем ход игры передается соседу справа или слева.

7. Игра «Дудочка».

Время выполнения – 1 мин.

Цель: расслабить мышцы лица, особенно вокруг губ.

«Давайте поиграем на дудочке. Сделайте неглубокий вдох, поднесите дудочку к губам. Начинайте медленно выдыхать и на выдохе попытайтесь вытянуть губы трубочкой. Затем начните сначала. Играйте! Какой замечательный оркестр!».

8. Прощание. Психолог благодарит детей за работу. И говорит: «До свидания».

## Занятие 9

Тема занятия: «Ах какой я молодец!»

Цель: Способствовать развитию смелости и преодоления чувства страха.

Форма проведения занятий: групповая.

Количество детей: 15 человек.

Необходимые материалы: магнитофон, музыка для сопровождения

Содержание:

1. Приветствие: "Доброе утро..."

Время выполнения - 2 мин.

Здравствуйте ребята! Давайте друг с другом поздороваемся!

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

2. Разминка «Росточек под солнцем».

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

Все движения выполняются под музыку.

3. Игра «Смена ритмов».

Если вы хотите привлечь внимание детей, начните хлопать в ладоши и громко, в такт хлопкам считать: раз, два, три, четыре... Постепенно все хлопают все реже, считают все тише и медленнее.

4. Игра «Ах какой я молодец».

Дети движутся по кругу подскоками.

Психолог называет любые числа. Когда прозвучит число «пять» дети останавливаются, хлопают в ладоши и произносят: «Ах какой я молодец!».

Игра продолжается. (Можно использовать музыкальное сопровождение).

5. Игровая ситуация «Ладонь в ладонь».

Пары, прижав ладони, друг к другу, двигаются по комнате, в которой установлены различные препятствия. Основная цель: преодолеть препятствия, не разъединяя ладоней.

6. Упражнение «Чаша силы».

Психолог: «Сядьте удобно, закройте глаза. Представьте перед собой свою любимую чашку. Мысленно наполните ее до краев своей храбростью и силой. Представьте рядом другую чужую чашку, она пустая. Отлейте в нее

из своей чашки смелости. Рядом еще одна пустая чашка, еще и еще. Отливайте из своей чашки храбрость и силу в пустые. Не жалеите! А сейчас посмотрите в свою чашку. Она пустая, полная? Добавьте в нее своей силы. Вы можете делиться своей храбростью с другими, но ваша чашка всегда будет оставаться полной. Откройте глаза. Теперь вы уверены в том, что у вас есть такая чашка смелости и храбрости!».

7. Прощание. Психолог благодарит детей за работу. И говорит: «До свидания».

## Занятие 10

Тема занятий: «Знаю, умею, делаю».

Цель: Формирование эффективных способов общения, а также способствовать развитию коммуникативных способностей.

Снижение психоэмоционального напряжения.

Развитие самосознания, формирование адекватной самооценки.

Форма проведения занятий: групповая.

Количество детей: 15 человек.

Необходимые материалы: магнитофон, музыка для сопровождения.

Содержание:

1. Приветствие: "Доброе утро..."

Время выполнения - 2 мин.

Здравствуйте ребята! Давайте друг с другом поздороваемся!

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

2. Разминка «Росточек под солнцем».

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

Все движения выполняются под музыку.

## 2. Беседа «Как мы боремся с трудностями».

Время выполнения - 8 мин.

Психолог говорит:

«Нужно ли бояться ошибок и неудач? Конечно же нет! Каждый день мы учимся делать что-нибудь новое, сложно обойтись без ошибок и неудач. Трудности, с которыми мы справляемся, делают нас сильнее, умнее, увереннее в себе. Главное - не расстраиваться, не опускать руки, не обвинять себя и окружающих в том, что не повезло. Нужно терпеливо исправлять ошибки, преодолевать трудности.

Многие из вас слышали слова «на ошибках учатся». Так и есть - наши ошибки помогают нам понять, что было сделано не так, и в следующий раз поступать правильно и добиваться успеха. А что делать если вы попали в сложную ситуацию и одному справиться с ней трудно? Конечно, нужно попросить помощи у тех, кто находится рядом - у взрослых и у друзей».

Детям предлагается обсудить способы преодоления трудностей, вспомнить и привести примеры различных жизненных ситуаций.

## 11. Упражнение «Разыгрывание ситуаций»

Время выполнения - 8 мин.

Психолог предлагает детям разыграть следующие ситуации:

- В группе появился новый мальчик (девочка), и ты остался с ним наедине. Что ты будешь делать?
- Обидели твоего товарища, а ты оказался рядом. Что ты будешь делать?
- У тебя потерялась игрушка в детском саду. Как ты поступишь?

(Выбор ситуации для разыгрывания определяется ходом предыдущей беседы).

## 12. Упражнение «Закончи предложение»

Время выполнения - 10 мин.

Ведущий кидает мяч ребенку, произнося вслух начало фразы, на которую ребенок должен ответить. Фразы относятся к качествам ребенка, первая может быть повторена несколько раз, а ответы детей должны быть разными. Первая часть может быть: «Я знаю..., Я умею..., Я могу..., Я хочу научиться..., Я смогу..., Я добьюсь....». В конце игры взрослый делает заключение о том, что многие фразы, которые были предложены и продолжены, позитивные и отражают действительное положение дел. После того как ребенок произнесет окончание фразы, все хлопают в ладоши.

#### 6. Упражнение «Глубокое дыхание».

Детям предлагается сесть на стульчики, выпрямить и расслабить спину.

Психолог говорит: «На счет 1, 2, 3, 4 - сделайте глубокий вдох носом, на счет 4, 3, 2, 1 - выдыхайте через рот».

Время выполнения - 2 минуты.

7. Прощание. Психолог благодарит детей за работу. И говорит: «До свидания».

## ПРИЛОЖЕНИЕ 4

### Результаты формирующего эксперимента

Таблица 4.9 – Результаты диагностики страхов детей дошкольного возраста (Методика «Страхи в домиках» А.И. Захарова, М. А. Панфиловой) после реализации программы коррекции

Протокол №1																													
Детский сад МДОУ ДС №16 Возраст детей 5-6 лет																													
1	2																										3		
№ во	*Мешп ребенка																										Ито го		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27		
1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	4	
2	0	0	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	0	0	1	0	1	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	11
3	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	9	
4	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	1	0	0	1	0	15	
5	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	14	
6	0	0	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	7	
7	0	0	0	1	1	0	1	1	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	1	0	11	
8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
9	1	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	10	
10	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	5	
11	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	1	0	10	
12	1	0	1	1	0	1	0	0	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	12	
13	0	0	1	0	1	0	1	1	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	8	
14	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	8	
15	1	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	1	0	0	9	
16	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	3	
17	1	0	0	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	9	
18	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	11	
19	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	1	0	0	1	0	11	
20	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	

Продолжении таблицы 4.9

1	2																								3				
21	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	1	1	17	
22	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	12
23	1	1	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	8	
24	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	7	
25	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	5	
26	1	0	0	0	1	1	1	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	10	
27	1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	8	
28	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	8	
29	0	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	12	
Итого	12	47	17	20	17	14	17	14	54	11	81	17	75	52	42	28	83	13	71	11	17	0	94	14	64				

Примечание:\* 1 - Дима С., 2 - Юлия К., 3 - Исломидин Х., 4 - Михаил Г., 5 - Елизавета К., 6 - София Ю., 7 - Кира К., 8 - Виктория К., 9 - Валерия П., 10 - Курбон К., 11 - Семен А., 12 - Сергей И., 13 - Арсений С., 14 - Виктория В., 15 - Ева Г., 16- Егор М., 17 - Алексей Х., 18 - Ксения Л., 19 - Мария К., 20 - Полина Н., 21 - Анастасия Б., 22 - Виктория Б., 23 - София М., 24 - Михаил Ш., 25 - Дарья Х., 26 - Георгий К., 27 - Иван Н.

\*\* 1 - ты боишься, когда остаешься один дома, 2 - ты боишься нападения,

3 - ты боишься заболеть, 4 - ты боишься умереть, 5- ты боишься смерти близких, 6 – ты боишься чужих людей, 7 – ты боишься потеряться, 8 – ты боишься мамы, папы, 9 – ты боишься наказания, 10 – ты боишься сказочных героев (Бабы-яги, Кощея, Бармалея...), 11 – ты боишься опоздания в детский сад (школу), 12 – ты боишься страшных снов, 13 – ты боишься темноты, 14 – ты боишься животных (волка, змей...), 15 – ты боишься насекомых, 16 – ты боишься транспорта (самолетов, машин...), 17 – ты боишься высоты, 18 – ты боишься глубины, 19 – ты боишься тесных маленьких помещений, 20 – ты боишься воды, 21 – ты боишься огня, 22 – ты боишься войны, 23 – ты боишься стихий (наводнения, урагана, грозы), 24 – ты боишься больших помещений, улиц, 25 – ты боишься врачей, 26 – ты боишься уколов, 27 – ты боишься боли, 28 - ты боишься крови, 29 - ты боишься резких, громких звуков (когда внезапно что-то упадет, стукнет).

Таблица 4.10 – Результаты распределения видов страхов по группам (Методика «Страхи в домиках» А.И. Захаров, М.А. Панфилова) до и после реализации программы коррекции

№ пп	Группа страхов по А.И. Захарову	Количество страхов до эксперимента	Количество страхов до эксперимента, %	Количество страхов после эксперимента	Количество страхов после эксперимента, %
1	Страхи, связанные с причинением физического ущерба	11	41	11	41
2	Страхи животных и сказочных персонажей	19	70	12	44
3	Страхи смерти себя и родителей	19	70	19	70
4	Страхи перед сном и страхи кошмарных снов, темноты	14	52	10	37
5	Социально-опосредованные страхи	2	7	5	19
6	Пространственные страхи	7	26	8	30
7	Медицинские страхи	9	33	8	30

Таблица 4.11 – Результаты повторного сравнительного анализа количества страхов у дошкольников с нормативными значениями А.И. Захарова

№ п/п (девочки)	Количество страхов у девочек		Норма по А.И. Захарову*		№ п/п (мальчики)	Количество страхов у мальчиков		Норма по А.И. Захарову**	
	До	После	До	После		До	После	До	После
1	8	4	Ниже нормы	Ниже нормы	1	16	12	Сверх нормы	Сверх нормы
2	17	17	Сверх нормы	Сверх нормы	2	20	17	Сверх нормы	Сверх нормы
3	16	14	Сверх нормы	Норма	3	19	20	Сверх нормы	Сверх нормы
4	18	17	Сверх нормы	Сверх нормы	4	14	11	Сверх нормы	Норма
5	12	14	Норма	Норма	5	13	8	Сверх нормы	Норма
6	11	5	Норма	Ниже нормы	6	15	11	Сверх нормы	Норма
7	6	5	Ниже нормы	Ниже нормы	7	10	7	Норма	Норма
8	15	12	Сверх нормы	Норма	8	1	4	Ниже нормы	Ниже нормы
9	7	8	Ниже нормы	Ниже нормы	9	1	2	Ниже нормы	Ниже нормы
10	14	13	Сверх нормы	Норма	10	0	0	Ниже нормы	Ниже нормы
11	10	7	Норма	Ниже нормы	11	15	14	Сверх нормы	Сверх нормы
12	12	11	Норма	Норма	12	8	6	Норма	Ниже нормы
13	1	1	Ниже нормы	Ниже нормы					
14	1	7	Ниже нормы	Ниже нормы					
15	7	9	Ниже нормы	Ниже нормы					
Итого	5	2	Сверх нормы		Итого	7	4	Сверх нормы	
	6	8	Ниже нормы			3	4	Ниже нормы	
	4	5	Норма			2	4	Норма	
количество страхов в норме у девочек дошкольников в возрасте 5-6 лет: 12 страхов ** количество страхов в норме у мальчиков дошкольников в возрасте 5-6 лет: 9 страхов									

Таблица 4.12 – Результаты диагностики психоэмоционального состояния детей дошкольного возраста 5-6 лет (Методика «Паровозик» Валиевой С.В.) после реализации программы коррекции

№пп	Порядковый номер расположения цвета вагончика												Результат
	Красный	Желтый	Зеленый	Синий	Фиолетовый	Серый	Коричневый	Черный	1 балл	2 балла	3 балла	Сумма баллов	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1	1	2	3	8	7	4	5	6	0	2	0	2	Позитивное
2	2	1	5	8	4	6	7	3	1	2	0	3	Позитивное
3	3	1	2	5	6	4	7	8	0	0	0	0	Позитивное
4	1	2	3	4	6	5	7	8	0	0	0	0	Позитивное
5	4	1	5	3	8	7	6	2	0	2	0	2	Позитивное
6	5	3	4	8	1	6	7	2	0	6	0	6	НПС НС
7	3	2	1	5	6	7	4	8	0	0	0	0	Позитивное
8	1	2	4	3	7	5	6	8	0	0	0	0	Позитивное
9	8	2	3	4	1	5	7	6	0	2	3	5	НПС НС
10	2	1	5	6	3	4	7	8	0	0	0	0	Позитивное
11	3	2	7	1	8	4	5	6	0	2	0	2	Позитивное
12	5	4	2	1	3	7	8	6	0	0	0	0	Позитивное
13	2	4	7	5	1	6	8	3	1	4	0	5	НПС НС
14	5	6	4	1	2	7	3	8	3	0	0	3	Позитивное
15	1	4	7	2	6	8	5	3	1	2	0	3	Позитивное
16	3	1	4	2	5	8	7	6	0	0	0	0	Позитивное
17	3	2	1	5	4	7	6	8	0	0	0	0	Позитивное
18	5	4	3	2	1	7	8	6	0	2	0	2	Позитивное
19	4	3	5	1	7	6	2	8	0	2	0	2	Позитивное
20	1	7	4	5	6	2	8	3	1	4	0	4	НПС НС

Продолжении таблицы 4.12

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
21	1	3	5	4	7	8	6	2	0	2	0	2	Позитивное
22	4	3	6	1	7	2	8	5	1	2	0	3	Позитивное
23	7	6	2	1	8	5	3	4	2	2	0	4	НПС НС
24	4	3	5	2	1	8	6	7	0	2	0	2	Позитивное
25	3	5	4	2	1	6	7	8	0	2	0	2	Позитивное
26	5	1	4	3	7	8	6	2	0	0	0	0	Позитивное
27	1	2	7	8	5	6	4	3	1	4	0	5	НПС НС
Итого												21	Позитивное
Итого												6	НПС НС
Итого												0	НПС СС

Таблица 4.13 – Результаты диагностики по анкете Г.Л. Лаврентьевой и Т.М. Титаренко для воспитателей на уровень тревожности дошкольников после реализации программы коррекции

1	№ Вопроса																				ИТ ОГ О
	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	
№ пп	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
1	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	3
2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	1	5
3	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5
4	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	2
5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
6	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	1	6
7	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	3
8	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	2
9	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	5
10	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	2

Продолжении таблицы 4.13

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
11	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
12	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
13	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	3
14	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	5
15	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
16	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1
17	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	4
18	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5
19	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	0	6
20	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	2
21	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	6
22	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	4
23	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	4
24	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
25	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	4
26	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	3
27	0	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	5

Таблица 4.14 – Результаты диагностики по анкете Г. Л. Лаврентьевой и Т. М. Титаренко для воспитателей на уровень тревожности дошкольников до и после реализации программы коррекции

№пп	Уровень тревожности	Количество детей до	Количество детей до, %	Количество детей после	Количество детей после, %
1	Отсутствует	5	19	5	19
2	Низкий	16	59	22	81
3	Средний	6	22	0	0
4	Высокий	0	0	0	0

Математико-статистический анализ с помощью Т-критерия Вилкоксона.

Выдвинем нулевую и альтернативную гипотезы:

$H_0$ : Интенсивность сдвигов в направлении уменьшения количества страхов не превосходит интенсивность сдвигов в направлении увеличения количества страхов детей дошкольного возраста.

$H_1$ : Интенсивность сдвигов в направлении уменьшения количества страхов превосходит интенсивность сдвигов в направлении увеличения количества страхов детей дошкольного возраста.

Осуществим математический расчёт критерия согласно алгоритму.

Алгоритм подсчета критерия Вилкоксона:

1. Составить список испытуемых в любом порядке, например, алфавитном.
2. Вычислить разность между индивидуальными значениями во втором и первом замерах ("после – до"). Определить, что будет считаться "типичным" сдвигом и сформулировать соответствующие гипотезы.
3. Перевести разности в абсолютные величины и записать их отдельным столбцом (иначе трудно отвлечься от знака разности).
4. Проранжировать абсолютные величины разностей, начисляя меньшему значению меньший ранг. Проверить совпадение полученной суммы разностей с расчетной.
5. Отметить кружками или другими знаками ранги, соответствующие сдвигам в "нетипичном" направлении.
6. Подсчитать сумму этих рангов по формуле:  $T_{\text{эмп.}} = \sum R_x$ ,  
где  $R_x$  — ранговые значения сдвигов с более редким знаком.
7. Правило вывода: Определить критические значения Т для данного N по таблице с критическими значениями критерия Вилкоксона.

Если  $T_{\text{эмп.}} > T_{\text{кр., 0,05}}$ ,  $H_0$  принимается.

Если  $T_{\text{эмп.}} \leq T_{\text{кр., 0,05}}$ ,  $H_0$  отвергается и принимается  $H_1$ .

Чем меньше значения Т, тем достоверность различий выше, т.е. тем больше сдвиг в "типичную" сторону достоверно преобладает.

Таблица 4.15 – Расчет эффективности психолого-педагогической программы коррекции страхов дошкольников с помощью T-критерия Вилкоксона на основании результатов, полученных по методике «Страхи в домиках» А. И. Захарова и М. А. Панфиловой

Вид страха	Количество страхов в группе детей		Сдвиг (значение разности с учетом знака)	Абсолютное значение разности	Ранговый номер разности	Символ нетипичного сдвига
	До	После				
1	2	3	4	5	6	7
1	5	4	1	1	5	
2	13	11	2	2	12,5	
3	12	9	3	3	18	
4	15	15	0	0		
5	16	14	2	2	12,5	
6	9	7	2	2	12,5	
7	15	11	4	6	22	
8	0	0	0	0		
9	13	10	3	3	18	
10	11	5	6	6	24	
11	9	10	-1	1	5	5
12	14	12	2	2	12,5	
13	5	8	-3	3	18	18
14	10	8	2	2	12,5	
15	7	9	-2	2	12,5	12,5
16	2	3	-1	1	5	5
17	10	9	1	1	5	
18	15	11	4	4	22	
19	10	11	-1	1	5	5

Продолжении таблицы 4.15

1	2	3	4	5	6	7
20	1	1	0	0		
21	20	17	3	3	18	
22	13	12	1	1	5	
23	12	8	4	4	22	
24	8	7	1	1	5	
25	2	5	-3	3	18	18
26	10	10	0	0	0	
27	9	8	1	1	5	
28	8	8	0	0	0	
29	13	12	1	1	5	
Итого					300	63,5

Принимается значимость изменений в типичную сторону, т.е. изменений в сторону уменьшения количества страхов. Принимается альтернативная гипотеза  $H_1$  на уровне значимости  $p \leq 0,01$ .



$T_{эмп}=63,5$  (рассчитывается как сумма символов нетипичных сдвигов)

В случае если принимаем (без учета нулевых сдвигов)  $n=22$ , то T-критерий Вилкоксона (для  $n=22$ )  $T_{кр} = 75$  (при  $p \leq 0,05$ ),  $T_{кр}=55$  ( $p \leq 0,01$ );

В этом случае  $T_{эмп} < T_{кр}$  ( $p \leq 0,05$ , поэтому интенсивность в сторону типичных сдвигов увеличивается при  $p \leq 0,05$  принимается альтернативная гипотеза при уровне значимости  $p \leq 0,05$ ).

## ПРИЛОЖЕНИЕ 5

Технологическая карта внедрения результатов опытно-экспериментального исследования в практику

Таблица 5.16 – Технологическая карта внедрения результатов опытно-экспериментального исследования в практику

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

Продолжение таблицы 5.16

Цель	Содержание	Методы	Формы	Время	Ответственные
2-й этап: «Реализация программы психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников»					
2.1. Проведение занятий по коррекции страхов у дошкольников	Внедрение программы психолого-педагогической по коррекции страхов дошкольников	тренинги	Групповые занятия	Сентябрь 2021 г. – ноябрь 2021г.	Психолог
2.2. Сформировать заинтересованность в актуальности и продуктивности и на предмет внедрения программы у педагогов	Пропаганда значимости и актуальности программы	Консультации для педагогов	Беседы, тренинги, круглые столы, творческая деятельность	Сентябрь 2021-ноябрь 2021г.	Психолог, администрация
2.3. Проверить методику внедрения программы	Работа с воспитанниками и	Изучение состояния дел в ДОУ, корректировка программы	Работа психологической службы в ДОУ	сентябрь-ноябрь 2021 г.	Психолог, администрация ДОУ
3-й этап: «Изучение предмета внедрения программы психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников»					
3.1. Изучить необходимые материалы и документы о предмете внедрения психолого-педагогической программы	Изучение материалов и документов о предмете внедрения психолого-педагогической программы и документации	Самообразование	Занятия, работа с литературой и информационным и источниками	Декабрь 2021г.	Психолог

Продолжение таблицы 5.16

Цель	Содержание	Методы	Формы	Время	Ответственные
3.2. Изучить сущность предмета внедрения психолого-педагогической программы	Освоение системного подхода в работе над темой изучения предмета внедрения, его задач, принципов, содержания, форм и методов	Научноисследовательская работа	Тренинги, упражнения	Январь 2022г.	Психолог
3.3. Изучить методику темы программы	Освоение системного подхода в работе над темой	Самообразование	Тренинги, групповые занятия	Февраль 2022 г.	Психолог
4-й этап: «Совершенствование работы над темой составления программы психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников»					
4.1. Совершенствовать знания и умения, сформированные на предыдущем этапе	Совершенствование знаний и умений по системному подходу	Наставничество, обмен опытом, корректировка методики	Анализ материалов, работа психологической службы	Март 2022 г.	Психолог, администрация ДОУ
4.2. Совершенствовать методику освоения внедрения программы	Формирование единого методического обеспечения освоения внедрения программы	Анализ состояния дел по теме внедрения программы, методическая работа	Работа психологической службы, методическая работа, повторная психодиагностика	Апрель 2022 г.	Психолог, администрация ДОУ

*Продолжение таблицы 5.16*

Цель	Содержание	Методы	Формы	Время	Ответственные
4.3. Сохранить и углубить традиции работы над темой, сложившееся на предыдущих этапах	Обсуждение динамики работы над темой, научная работа по теме внедрения программы	Наблюдение, анализ, работа психологической службы, научная деятельность	Написание научной работы, статьи по теме внедрения программы.	Май-декабрь 2022 г.	Психолог, администрация ДОУ