



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

ФАКУЛЬТЕТ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
КАФЕДРА ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ ДЕТСТВА

**Психолого-педагогическая коррекция страхов детей дошкольного
возраста**

Выпускная квалификационная работа по направлению

44.04.02 «Психолого-педагогическое образование»

Направленность программы магистратуры

«Педагогика и психология развития детей дошкольного возраста»

Форма обучения заочная

Проверка на объем заимствований
21,88 % авторского текста
работа реко. Емельянова к защите
рекомендована/ не рекомендована
«16» декабря 2020 г.
зав. кафедрой ПИПД

И.Е. Емельянова

Выполнил(а)
студент(ка) группы: ЗФ-302/137-2-1
Горелкина Анастасия Викторовна

Научный руководитель:
к.псих.н., доцент, Буслаева М.Ю.

Челябинск
2020

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ КОРРЕКЦИИ СТРАХОВ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....	10
1.1 Проблема психолого-педагогической коррекции страхов детей дошкольного возраста в психолого-педагогической литературе.....	10
1.2 Психологические особенности проявления страхов у детей младшего дошкольного возраста.....	25
1.3 Теоретическое обоснование структурно-функциональной модели психолого-педагогической коррекции страхов детей младшего дошкольного возраста.....	33
Выводы по главе 1.....	44
ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ПРОБЛЕМЫ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ СТРАХОВ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....	47
2.1 Этапы, методы, методики исследования, анализ результатов констатирующего эксперимента.....	47
2.2 Организация и содержание работы по психолого-педагогической коррекции страхов детей младшего дошкольного возраста.....	60
2.3 Анализ результатов психолого-педагогической коррекции страхов детей младшего дошкольного возраст.....	71
Выводы по главе 2.....	78
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	80
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	84
ПРИЛОЖЕНИЕ.....	91

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность изучения и коррекции страхов детей дошкольного возраста определена Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (далее ФГОС ДО), разработанным на основе Конституции Российской Федерации, законодательства Российской Федерации и с учетом Конвенции ООН о правах ребенка. ФГОС ДО направлен на разностороннее развитие дошкольников с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей, на сохранение уникальности и самоценности детства. Одной из приоритетных задач, стоящей перед дошкольной организацией, является охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия.

Проблемой изучения и коррекции страхов детей дошкольного возраста занимались как зарубежные: П. Поппер, Й. Раншбург, Д. Селли, З. Фрейд, А. Фрейд, С. Холл, К. Хорни, Г. Эмберлейн, так и отечественные ученые: В.А. Ананьев, Л.С. Акопян, В.М. Астапов, Г.М. Бреслав, Н.Г. Вологодина, А.И. Захаров, Б.Д. Карвасарский, В.Р. Кисловская, В.В. Кочубей, В.В. Лебединский, В.Л. Леви, Ю.М. Миланич, В.М. Минаева, Е.В. Новикова, Р.В. Овчарова, Е.И. Рогов, А.С. Спиваковская, Г.А. Урунтаева, М.И. Чистякова, И.Г. Швец.

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

Наличие страхов в детском возрасте требует особого внимания, так как это может стать фактором нарушения развития личности (В.И. Гарбузов, В.В. Лебединский и др.). Страхи представляют собой

сложный процесс, когда боятся дети, а за них переживают окружающие взрослые, ещё больше подкрепляя эти страхи или запуская новые.

В своем исследовании мы ввели ограничение на возрастную категорию экспериментальной и контрольной группы – младший дошкольный возраст. Данный возрастной период является периодом интенсивного психического развития, появления психических новообразований, становления важных черт личности. Младший дошкольный возраст – важнейший период в развитии ребенка. Именно в это время развивается воображение, что в свою очередь расширяет восприятие страхов и делает их переживание более глубокими. У детей младшего дошкольного возраста страх является причиной многих нарушений здоровья в физической и психической сфере. Изучение страхов на разных этапах детства важно как для раскрытия сути данного явления, так и для понимания возрастных закономерностей развития эмоциональной сферы, становления эмоционально-личностных образований. Без знания причин возникновения страха, механизмов его развития, преобразования, превращения в другие состояния, зачастую просто невозможно разобраться в том, что происходит с ребенком, каковы истинные мотивы его поступков и, главное, как оказать ему помощь. Для того чтобы помочь ребёнку необходимо как можно больше узнать о них: их природу, виды, методы диагностики, способы коррекции.

Анализ психолого-педагогической литературы по проблеме изучения и коррекции страхов детей дошкольного возраста позволили нам выявить противоречия между:

– запросом общества на снижение уровня проявления страхов детей дошкольного возраста до оптимального и возможностями системы дошкольного образования создавать условия, необходимые для психолого-педагогической коррекции страхов детей дошкольного возраста;

– необходимостью научного обоснования процесса коррекции страхов детей дошкольного возраста и недостаточным освещением данной темы в теории и методике дошкольного образования;

– потребностью дошкольных образовательных организаций в разработке программы по коррекции страхов детей дошкольного возраста и недостаточным методическим обеспечением процесса коррекции по преодолению детских страхов.

На основании выявленных противоречий сформулирована проблема исследования: какие именно психолого-педагогические условия способствуют коррекции страхов детей дошкольного возраста?

На основании анализа актуальности, противоречий и проблемы исследования нами сформулирована тема исследования: «Психолого-педагогическая коррекция страхов детей дошкольного возраста».

Цель исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность психолого-педагогической коррекции страхов детей дошкольного возраста

Объект исследования: процесс психолого-педагогической коррекции страхов детей дошкольного возраста.

Предмет исследования: программа психолого-педагогической коррекции страхов детей дошкольного возраста.

Гипотеза исследования: психолого-педагогическая коррекция страхов детей дошкольного возраста будет более эффективной при реализации следующих психолого-педагогических условий:

– если будет разработана модель психолого-педагогической коррекции страхов детей младшего дошкольного возраста, включающая диагностический, организационно-коррекционный и аналитический блоки всего психолого-педагогического процесса на основе личностно-деятельностного и аксиологического подходов;

– если будет разработана, апробирована и внедрена программа

психолого-педагогической коррекции страхов детей младшего дошкольного возраста, направленная на снижение наиболее выраженных страхов младших дошкольников.

В соответствии с целью и гипотезой были определены задачи исследования:

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

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

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

4. Осуществить организацию и внедрить содержание работы по психолого-педагогической коррекции страхов детей младшего дошкольного возраста.

5. Провести анализ результатов исследования по психолого-педагогической коррекции страхов детей младшего дошкольного возраста.

Методологической основой исследования являются:

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

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

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

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

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

Нормативно-правовую основу исследования составили Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 28.06.2014) «Об образовании в Российской Федерации» (29 декабря 2012 г.); Приказ МОиН РФ «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» от 17 октября 2013г. №1155

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

Теоретическая значимость исследования заключается в следующем:

– проанализирован, обобщен и систематизирован материал психолого-педагогической и методической литературы по проблеме исследования;

– сконструирована структурно-функциональная модель психолого-педагогической коррекции страхов детей младшего дошкольного возраста на основе личностно-деятельностного и аксиологического подходов.

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

Положения, выносимые на защиту.

1. Вслед за А. В. Петровским мы определяем «страх», как эмоцию, возникающую в ситуациях угрозы биологическому или социальному существованию ребенка и направленную на источник действительной или воображаемой опасности.

2. Предлагаем структурно-функциональную модель психолого-педагогической коррекции страхов детей младшего дошкольного возраста,

которая отражает единство диагностического, организационно-коррекционного и аналитического блоков, а процесс реализации основан на сочетании теоретико-методологических подходов: аксиологического и личностно-деятельностного.

3. Доказываем эффективность внедрения программы психолого-педагогической коррекции страхов детей младшего дошкольного возраста.

Исследование психолого-педагогической коррекции страхов детей младшего дошкольного возраста проходило в три этапа:

1. Поисково-подготовительный (январь 2017 – декабрь 2018). На данном этапе проведен теоретический анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования; уточнены цель, объект, предмет, задачи, методы и гипотеза исследования; разработана модель психолого-педагогической коррекции страхов детей дошкольного возраста.

2. Экспериментальный (январь 2019 – октябрь 2019). На данном этапе определялось оптимальное содержание экспериментальной работы, ее этапы, методы и методики, разрабатывалась и апробировалась программа, реализующая процесс психолого-педагогической коррекции страхов детей дошкольного возраста.

3. Контрольно-обобщающий (ноябрь 2019 – январь 2020). На данном этапе проводился анализ результатов экспериментального исследования, обобщение накопленных материалов, интерпретация полученных результатов и их оформление, разрабатывались рекомендации родителям.

В исследовании применялись следующие методы:

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

2. Эмпирические: эксперимент (констатирующий, формирующий и контрольный), опрос, тестирование.

3. Методы математической статистики: Т-критерий Вилкоксона.

На разных этапах исследования использовались психодиагностические методики: методика «Страхи в домиках»

А.И. Захарова и М.А. Панфиловой, опросник Г.П. Лаврентьевой и Т.М. Титаренко, методика определения тревожности Р. Тэмпл, В. Амен, М. Дорки.

Базой экспериментального исследования явилось дошкольное отделение МАОУ «СОШ № 15 г. Челябинска». В эксперименте приняли участие дошкольники младшего возраста, из числа которых были сформированы экспериментальная и контрольная группы.

Личное участие автора обеспечивались исходными теоретическими положениями, применением исследовательских методов, подтверждением гипотезы исследования количественным и качественным анализом полученных данных. Апробация и внедрение результатов осуществлялось с помощью:

– публикации статьи «Психолого-педагогическая коррекция страхов детей дошкольного возраста» в научно-методическом сборнике «Психолого-педагогическое пространство детства: поиски, проекты, исследования», г. Челябинск, 2019;

– участия в Международной научно-практической конференции «Роль психолого-педагогических исследований в инновационном развитии общества» и публикация статьи «Причины возникновения и особенности проявления страхов детей дошкольного возраста», г. Саратов, 2019;

– участия во Всероссийской научно-практической конференции «Современные технологии в мировом научном пространстве» и публикация статьи «Модель психолого-педагогической коррекции страхов детей младшего дошкольного возраста», г. Челябинск, 2019.

Структура и объем диссертации. Работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка литературы и приложений. Объем работы составляет 161 страница. Библиографический список включает 84 источника. В работе содержится 8 рисунков, 13 таблиц и 5 приложений.

ГЛАВА 1. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ КОРРЕКЦИИ СТРАХОВ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

1.1 Проблема психолого-педагогической коррекции страхов детей дошкольного возраста в психолого-педагогической литературе

В современном быстро развивающемся социуме на дошкольника оказывает влияние большое количество негативных факторов, способных разрушить гармоничную структуру возрастного развития ребенка. Детские страхи, сохраняющиеся длительное время, служат признаком эмоционального неблагополучия, негативно влияют на психическое здоровье и развитие ребенка. Поэтому большое внимание проблеме страха уделяется в работах отечественных психологов и психотерапевтов, которые отмечают рост числа детей с разнообразными страхами, повышенной возбудимостью и тревожностью. Страх относится исследователями к одной из основных эмоций.

Проблемой страхов занимались многие ученые. Первые попытки рационализировать представления человека о своих страхах предприняли Эпикур, Платон и Аристотель, которые обосновали пагубное влияние страха на жизнь человека, а его преодоление связывалось ими с постижением истины.

Декарт определял страх как «крайнюю степень трусости, изумления и боязни» [4]. Главной причиной страха, по его мнению, выступает неожиданность наступления каких-либо непредусмотренных случайностей.

Б. Спиноза считал, что страх возникает вследствие бессилия духа [4] и является причиной, благодаря которой суеверие возникает, сохраняется и поддерживается.

Д. Юм диалектически соединил «верхностные» (ситуационные) и базисные (индивидуальные) причины страха.

Л. Фейербах, П.А. Гольбах рассматривают чувство страха как причину религиозных представлений и верований.

Г.Ф.В. Гегель рассматривал страх как позитивное чувство, помогающее человеку обрести самость.

М. Хайдеггер, С. Кьеркегор, К. Ясперс считают страх неотъемлемым атрибутом человеческого существования. Кьеркегором было введено различие между обычным страхом-боязнью и неопределенным, безотчетным страхом, который обусловлен тем, что человек конечен и знает об этом.

В философии И. Канта страх является неотъемлемым компонентом бытия человека, а преодоление страха оказывается возможным благодаря чувству эстетического, благодаря способности человека возвышаться над предметом страха и чувствовать себя независимым от могущественных сил природы.

В отечественной психологии тема страхов детей дошкольного возраста долгое время не рассматривалась, однако после масштабных исследований проблемы зарубежных ученых (А.Т. Джерсилд, Ф.Б. Холмс) и учета содержания страхов их специфические особенности и проявления (Э. Ле Шан, П. Поппер, Й. Раншбург, А. Фрейд, А. Фромм, К. Хорни, Г. Эберлейн и др.) отечественная наука проявила большой интерес к данной проблеме. Решая вопросы социального развития детей, существенный вклад в изучение детских страхов внесли В.А. Абраменкова, В.М. Астапов, А.М. Прихожан, которыми была объяснена взаимосвязь тревоги и страха. Проблему со стороны нервно-психологического здоровья детей рассматривали М.И. Буянов, В.И. Гарбузов и А.И. Захаров.

В рамках исследуемой проблемы необходимо определить понятийно-категориальный аппарат, на котором будет основываться дальнейшая логика изложения. Определения термина «страх», с различных точек зрения ученых, представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Определения понятия «страх» в психолого-педагогической литературе

Определение	Автор/источник
Страх – эмоция, возникающая в ситуациях угрозы биологическому или социальному существованию индивида и направленная на источник действительности или воображаемой опасности	Психологический словарь под редакцией А.В. Петровского [46,386]
Страх – проявление естественного рефлекса, пассивно-оборонительная реакция с легким торможением коры больших полушарий. Страх имеет защитный рефлекс и основан на инстинкте самосохранения; сопровождается определенными физиологическими изменениями высшей нервной деятельности, отражается на частоте пульса и дыхания, показателях артериального давления, выделением желудочного сока	И.П. Павлов [22,с.67]
В немецком языке слово, означающее страх происходит от латинского «angustus», что означает – «тесно»	Г. Эмберлейн [76, с.4]
Страх - сильная эмоция типа аффекта, чаще всего возникающая в ситуациях реальной или мнимой опасности для жизни человека и сопровождаемая чувством боязни, тревоги, а также стремлением человека избежать или устранить соответствующую угрозу	Р.С. Немов [40, с.560]
Страх - это аффективно чувственная эмоция, которая возникает в обстоятельствах превентивности – угрозы – боязни за свою социальную или же биологическую экзистенцию у субъекта	В.В. Юрчук [83, с. 681]
Страх - аффективное состояние ожидания какой либо опасности. Страх перед каким либо объектом называется боязнью, в патологических случаях- фобией. Страхи являются результатом неудовлетворенных желаний и потребностей.	З. Фрейд [65, с. 122]
Страх - очень сильная эмоция, и она оказывает весьма заметное влияние на перцептивно-когнитивные процессы и поведение индивида. Когда мы испытываем страх, наше внимание резко сужается, заострясь на объекте или ситуации, сигнализирующей нам об опасности. Интенсивный страх создает эффект «туннельного восприятия», то есть существенно ограничивает восприятие, мышление и свободу выбора индивида. Кроме того, страх ограничивает свободу поведения человека. Можно сказать, что в страхе человек перестает принадлежать себе, он движим одним-единственным стремлением - устранить угрозу, избежать опасности	К.Э. Изард [24, с. 250]
Страх - аффективное (эмоционально заостренное) отражение в сознании конкретной угрозы для жизни и благополучия человека	А.И. Захаров [21, с. 9]
Страх - самая сильная негативная эмоция, которая определяется как ожидание и предсказание неудачи при осуществлении действия, которое должно быть выполнено в данных условиях	Р.М. Грановская [14, С.144]

В своем исследовании, вслед за А.В. Петровским, мы понимаем «страх» как сильную эмоцию, возникающую в ситуациях угрозы биологическому или социальному существованию ребенка и направленную на источник действительной или воображаемой опасности.

В психологии и педагогике существует много способов классификации страхов по различным признакам.

Рассмотрим классификацию детских страхов, предложенную А.И. Захаровым, которая представлена в таблице 2.

Таблица 2 – Классификация видов страхов по А.И. Захарову

Страх детей дошкольного возраста	Особенность проявления
Естественный (возрастной)	Имеет кратковременный, обратимый характер, исчезает с возрастом, не влияет на характер, поведение, взаимоотношения с окружающими людьми
Патологический	характеризуется затяжным течением, произвольностью, имеет неблагоприятное воздействие на характер и межличностные отношения
Ситуативный	возникает в необычной, шокирующей обстановке (стихийное бедствие, нападение собаки), часто он проявляется в результате конфликтов, жизненных неудач.
Личностный	предопределен характером человека (повышенная мнительность), проявляется в новой обстановке, при контактах с незнакомыми людьми.
Реальный	вызван предметами, явлениями реальной действительности
Воображаемый	основан на воображаемой ситуации или объекте
Острый	возникают непосредственно в момент опасности, переживаются бурно, могут вызвать серьезные изменения в поведении человека
Хронический	переживается в течении многих лет, не оказывая сильного влияния на поведение

Данная классификация позволяет сделать вывод о том, что реальные и острые страхи определяются ситуацией, а воображаемые и хронические – личностными особенностями детей.

Ю. Щербатых подразделяет страхи на три группы: природные страхи, непосредственно связанные с угрозой жизни человеку (гроза, извержение вулканов, землетрясения, страхи животных); социальные страхи, связанные с изменением социального статуса. Данные страхи

могут вытекать из страхов биологических (страх за здоровье близких, страх войны, страх перед преступностью и др.); внутренние страхи, не имеющие под собой реальной основы для беспокойства и возникающие лишь в воображении человека.

Р.В. Овчарова выделяет следующие виды страхов: возрастные страхи, которые отмечаются у эмоционально чувствительных детей как отражение особенностей их психического и личностного развития: невротические страхи, характеризующиеся большой эмоциональной интенсивностью и напряженностью, длительным течением, неблагоприятным влиянием на формирование характера и личности.

С.Ю. Циркин выделяет следующие формы страха: объективные, связанные с объективно значимой ситуацией; невротический страх, возникающий в первые годы жизни, психотический страх (в рамках психотических расстройств); экзистенциальный страх, развивающийся при осознании человеком ограниченности своих сил и возможностей [6].

Рассмотрим классификацию страхов, отражающую суть и психологические особенности детских страхов предложенную И.В. Самойленко, которая представлена в таблице 3.

Таблица 3 – Виды страха по И.В. Самойленко

Страх детей дошкольного возраста	Особенность проявления страха
1	2
Патологические и нормальные	Нормальные страхи – это всегда реакция на реальные опасности, последствия которых ребёнок оценивает адекватно, не превышая и не умоляя последствий. Патологическими считаются страхи, затрудняющие развитие ребёнка, его общение со сверстниками, включение в жизнь социума, вызывающие различные отклонения психики.
Возрастные детские	В будущем они проходят не оставляя заметного следа и не причиняя особого вреда ребёнку. Преодоление возрастных страхов способствует развитию личности, формирует характер, способствует социализации.
Ситуативные и личностные	Ситуативным называют страх, который является реакцией на стрессовую для ребёнка ситуацию. Личностным называют страх, который возникает в незнакомой обстановке и связан с особенностями психики, характера ребёнка.

Продолжение таблицы 3

1	2
Врождённые и приобретённые	Врождённые страхи = возрастные. Страхи, рождённые инстинктом самосохранения, с помощью которых ребёнок понимает, действительно ли есть опасность для жизни. Приобретённые страхи – те, что «достаются» ребёнку в результате каких-то ситуаций.
Природные	Психологи относят к ним все страхи, которые базируются на инстинкте самосохранения.
Социальные	Связаны с жизнью ребёнка в обществе. Среди основных можно выделить: страх перед сверстниками, страх творчества, страх быть униженным.
Невротические детские	Переживаются детьми более эмоционально и тяжело, сказываются на характере ребёнка, препятствуют формированию личности, носят патологически болезненный характер.
Навязчивые детские страхи или фобии	Человек осознаёт абсурдность своего страха, понимает его бессмысленность, но не может от него избавиться. Ребёнок, страдающий фобией, пытается предотвратить неприятные ситуации, но не стремится избавиться от своей боязни.
Сверхценные	Связаны с навязчивыми идеями, болезненной убежденностью в чём-то или желаниями, от которых ребёнок не может избавиться. Вначале навязчивая идея появляется как реакция на реальную ситуацию, важную для ребёнка, но со временем он на ней заикливается и эта идея занимает всё его время и мысли. К детским сверхценным страхам относятся страхи: высоты, лестниц, животных, одиночества, темноты, чужих и т.д.
Бредовые детские страхи	Страхи, у которых нет причины, тяжелее всех поддаются коррекции.
Дневные и ночные страхи	Определяются по времени суток.

В основе данной классификации лежат такие критерии, как предмет страха, характер его изменения во времени, сила и причина возникновения. В каждом страхе прослеживается воздействие на психику ребенка и ухудшение его состояния.

Таким образом, страхи различают по степени выраженности, по направленности и другим параметрам, но все страхи объединяет то, что они возникают в ответ на действия стимулов окружающей среды. Понимание же опасности, ее осознание формируется в процессе жизненного опыта и межличностных отношений [21].

По мнению А.Н. Леонтьева, дошкольное детство – возраст первоначального складывания личности», один из самых интересных

периодов онтогенеза, когда самосознание развивается настолько, что дает основание говорить о детской личности. В этот период ребенок проходит несколько важных этапов психофизического и речевого развития. В этом возрасте происходит стремительное, естественное для этого периода развития стремление к овладению телом, психическими функциями и социальными способами продуктивного взаимодействия со своими сверстниками и со взрослыми.

Дошкольный возраст характеризуется сильнейшей зависимостью от взрослого, и прохождение этого этапа становления личности во многом определяется тем, как складываются отношения ребенка со взрослыми. Увеличение числа неврозов у родителей сказывается на увеличении числа страхов у детей, порождая своеобразный замкнутый круг, разорвать который можно только одновременным оказанием эффективной и доступной психологической помощи всем его участникам.

Страх, как и другие неприятные переживания не является однозначно «вредным» для ребенка. Любая эмоция выполняет определенную функцию и позволяет ориентироваться в окружающей его предметной и социальной среде. У любого нормально развивающегося ребенка, страх выполняет защитную и адаптивную функции: корректирует деятельность, поведение, ограждает ребенка от излишнего риска, защищает от опасных ситуаций, вероятности получения травм. Детские страхи - это обычное явление для детского развития.

Выполнив свою защитную функцию, страх исчезает, поскольку носит временный, возрастной характер. Однако, не проходящий длительное время детский страх может перерасти в патологическое состояние - невроз страха. При этом у ребенка возникает состояние психического напряжения, эмоциональной неудовлетворенности, беспокойства, душевного смятения, поведение его становится более пассивным. Не выявленные вовремя детские страхи затрудняют обучаемость ребенка, снижают его социальную активность, усложняют

взаимоотношения с окружающими его людьми.

Несмотря на достаточно большое количество научной литературы по проблеме исследования и коррекции детских страхов, остается недостаточно изученной специфика коррекционной работы. Поэтому проблему психолого-педагогической коррекции страхов детей дошкольного возраста мы относим к разряду малоизученных и весьма актуальных, так как дошкольный возраст играет немаловажную роль в становлении и развитии личности. Также подчеркнем, что пластичность высшей нервной деятельности, незавершенность становления устойчивой структуры личности, податливость дошкольника по отношению к воспитательным воздействиям служат надежным гарантом эффективности коррекционной работы.

Логика нашего исследования требует обратиться к анализу понятий «коррекция», «психологическая коррекция», «психолого-педагогическая коррекция».

Термин «коррекция» в переводе с латинского обозначает «исправление». В психологическом словаре Р.С. Немова «коррекция» в широком смысле определяется как любое действие или процедура, направленная на изменение, исправление каких-либо результатов или ошибок [40].

Термин «психологическая коррекция» введен в обиход в России. В отечественной практике психологическая коррекция берет свое начало из дефектологии как совокупность педагогических воздействий, направленных на исправление, компенсацию недостатков, отклонений психического развития ребенка в контексте аномального развития. Первоначально коррекционные воздействия осуществляли психиатры, психоневрологи, дефектологи и патопсихологи. Коррекционная работа на современном этапе направлена на создание условий для психического развития ребенка в пределах нормы. По мере становления и укрепления профессиональных позиций детской практической психологии понятие

«психологическая коррекция» перешло из области аномального развития в область нормального психического развития ребенка. В нормальном ходе развития нередко встречаются различные расстройства, нарушения, отклонения и проблемы развития как распространенные, типичные, так и сугубо индивидуальные.

В психотерапевтической энциклопедии Б.Д. Карвасарского психологическая коррекция определяется как: «направленное психологическое воздействие на определенные психологические структуры с целью обеспечения полноценного развития и функционирования индивида» [26].

По мнению Г.С. Абрамовой, психологическая коррекция предполагает организованное воздействие на клиента с целью изменения показателей его активности в соответствии с возрастной нормой психического развития [2].

Р.В. Овчарова под психологической коррекцией понимает деятельность психолога по исправлению особенностей психического развития, не соответствующих его оптимальной модели, которая отражает возрастную норму и обуславливается индивидуальными возможностями ребенка [42].

И.В. Дубровина определяет «психологическую коррекцию» как «определенную форму психолого-педагогической деятельности по исправлению таких особенностей психического развития, которые по принятой в возрастной психологии системе критериев не соответствуют гипотетической «оптимальной» модели этого развития, норме или, скорее, возрастному ориентиру как идеальному варианту развития ребенка на той или иной ступени онтогенеза». [19].

В своем исследовании под психолого-педагогической коррекцией мы понимаем – форму совместной профессиональной деятельности психолога, педагогов и родителей, основанную на системе психологических воздействий с целью исправления нарушений психического развития

ребенка с опорой на знание возрастной, социокультурной и индивидуальной норм развития. Коррекционная работа также направлена на создание условий для полноценного психического развития в образовательном учреждении и семье [51].

В зависимости от характера диагностики и направленности Д.Б. Эльконин подразделял коррекцию на такие ее формы, как симптоматическую и каузальную. Первая направлена непосредственно на устранение симптомов отклонения в развитии, вторая – на ликвидацию причин и источников этих отклонений. В работе педагога и практического психолога используются обе формы коррекционной деятельности. И все же очевиден приоритет, особенно в дошкольном периоде, каузальной коррекции, когда основные коррекционные действия концентрируются на действительных источниках, порождающих отклонения. Важно иметь в виду, что внешне одни и те же симптомы отклонений могут иметь совершенно различную природу, причины, структуру [28].

В психолого-педагогической литературе можно выделить следующие подходы к коррекции страхов детей дошкольного возраста, на основе которых разрабатываются коррекционные программы.

Первый подход – деятельностный. Данный подход основывается на работах Л.С. Выготского, А.В. Запорожца, Б.В. Зейгарника, А.Н. Леонтьева, Д.Б. Эльконина и др. Деятельностный подход рассматривает вопросы коррекционного влияния при наличии сложностей эмоциональной регуляции, обусловленных ее недостаточной зрелостью в целом или при недостатке отдельных компонентов. Причины нарушений связывают с нарушением ведущего вида деятельности на данном или предыдущих этапах. В связи с этим методы коррекционной работы подбираются с учетом ведущего вида деятельности в данном возрасте, а также с учетом продуктивных, музыкально-эстетических видов деятельности.

Второй подход – психодинамический. Данный подход основывается на работах З. Фрейда, А. Фрейд, М. Кляйн, К. Юнга, К. Хорни и др. Предметом психодинамического подхода являются переживание и импрессия (средства эмоциональной выразительности). Цель коррекции – разрешение внутренних эмоциональных конфликтов. Основные функции психолога в соответствии с психодинамическим подходом связаны с организацией эмпатического общения, сопереживания, созданием атмосферы принятия ребенка и всех его продуктивных проявлений, а также демонстрацией конструктивных способов деятельности и оказанием необходимой психологической поддержки.

Третий подход – поведенческий. Данный подход берет начало в теориях И.П. Павлова и Б. Скиннера. Предметом поведенческого подхода является поведение ребенка, через влияние на которое происходит гармонизация его эмоциональных реакций. Целью коррекции является приобретение ребенком новых поведенческих реакций, направленных на формирование адаптивных форм поведения, или торможение имеющихся у него дезадаптивных форм поведения. Например, при коррекции страхов в рамках поведенческого подхода используется метод систематической десенсибилизации (В.И. Гарбузов, А.И. Захаров, Д.Н. Исаев и др.) Данный метод предполагает прямое столкновение ребенка с психотравмирующей для него ситуацией и осознанием того, что она не принесет ему вреда. Десенсибилизирующим действием, по мнению А.И. Захарова, обладают образно-ролевые игры и изобразительная терапия.

Четвертый подход – гуманистический. Данный подход берет начало в работах К. Роджерса, А. Маслоу. Этот подход акцентирует внимание на позитивной природе человека и свойственном ему врожденном стремлении к самореализации. Основу психического здоровья, по мнению К. Роджерса, определяет соответствие идеального «Я» реальному «Я», достигаемое реализацией личностного потенциала и стремлением к самоосознанию, уверенности в себе, спонтанности. В связи с этим

результат коррекции будет проявляться в приобретении самоуважения, адекватной самооценки, в создании условий для личностного роста.

А.А. Осипова выделяет следующие принципы психолого-педагогической коррекции [44]:

– принцип единства диагностики и коррекции. Данный принцип является основополагающим всей коррекционной работы, так как эффективность коррекционной работы на 90% зависит от комплексности и глубины предшествующей диагностической работы;

– принцип нормативности развития. Нормативность развития следует понимать как последовательность сменяющих друг друга возрастных стадий онтогенетического развития. При оценке соответствия уровня развития ребенка возрастной норме и формулирования целей коррекции необходимо учитывать следующие характеристики: особенности социальной ситуации развития, уровень сформированности психологических новообразований на данном этапе возрастного развития, уровень развития ведущей деятельности ребенка;

– принцип коррекции «сверху вниз». Данный принцип, выдвинутый Л.С. Выготским, раскрывает коррекционную работу как психологическую деятельность, направленную на своевременное формирование психологических новообразований. Основным содержанием коррекционной работы является создание «зоны ближайшего развития» для ребенка;

– принцип коррекции «снизу вверх». При реализации данного принципа содержание коррекционной работы нацелено на упражнение и тренировку уже имеющихся психологических особенностей с целью закрепления социально-желательного поведения и торможения социально-нежелательного поведения. Принцип коррекции «снизу вверх» реализуется в основном сторонниками поведенческого подхода;

– принцип системности развития психологической деятельности. Этот принцип задает необходимость учета в коррекционной работе

профилактических и развивающих задач. Системность этих задач отражает взаимосвязанность различных сторон личности и гетерохронность их развития. Реализация принципа системности в коррекционной работе обеспечивает направленность на устранение причин и источников отклонения в психическом развитии. Эффективность такого пути развития основана на результатах диагностического обследования, итогом которого становится представление системы причинно-следственных связей и иерархии отношений между симптомами и их причинами;

– деятельностный принцип коррекции. Данный принцип коррекционной работы определяет сам предмет приложения коррекционных усилий, а также задает способы коррекционной работы через организацию ведущего вида деятельности.

Психолого-педагогическая литература предлагает различные методы коррекции страхов детей дошкольного возраста. Рассмотрим некоторые из них.

Игровая терапия – метод психотерапевтического воздействия с использованием игры [44]. Игра - школа эмоциональности, воображения и фантазии, динамичного и гибкого мышления, принятия и разыгрывания ролей, общение со сверстниками и взрослыми, равно как и школа самостоятельности и независимости, инициативности и творческого самовыражения. К тому же в играх с правилами ребенок учится сдерживать эмоции, преодолевать трудности, доводить начатое до конца, что развивает владение собой и уверенность в своих силах. Игра как существенный вид деятельности детей стимулирует расширение кругозора, любознательность, образное и логическое мышление, сообразительность в поисках правильного решения задачи, как и подвижность, ловкость, координированность движений [22]. Страхи изживаются в игре символическим действием, когда страх побеждается, когда превращается в обыденное [12].

Изо-терапия – метод преодоления страха посредством его графического изображения. Рисуя, ребенок дает выход своим чувствам и переживаниям, перестраивает свои отношения в различных ситуациях и безболезненно соприкасается с некоторыми пугающими, неприятными и травмирующими образами [30].

Музыкотерапия представляет собой метод, использующий музыку в качестве средства коррекции. Многочисленные методики музыкотерапии предусматривают как целостное и изолированное использование музыки в качестве основного и ведущего фактора воздействия (прослушивание музыкальных произведений, индивидуальное и групповое музицирование), так и дополнение музыкальным сопровождением других коррекционных приемов для усиления их воздействия и повышения эффективности [44].

Психогимнастика как метод предполагает выражение переживаний, эмоциональных состояний, проблем с помощью движений, мимики, пантомимики; позволяет ребенку проявлять себя и общаться без помощи слов. Это метод реконструктивной психокоррекции, цель которого – познание и изменение личности [44].

В сказкотерапии применяются готовые сказки (народные, авторские), в которых события истории созвучны внутренним мотивам и личным опытом ребенка. Сказка развивает самосознание ребенка, раскрывает его возможности в отношениях с окружающими, формирует его способность стать творцом собственного внутреннего и внешнего мира [9].

Садовая терапия опирается на взаимодействие ребенка с природой, рассматривая это взаимодействие как процесс постоянного сопереживания, соучастия, эмпатии. Садовая терапия позволяет ребенку лучше понять свое место в мире через процесс рефлексии, направленный как на себя. Так и на окружающие его растения. Главная цель садовой терапии – улучшить физическое и психическое состояние ребенка. Польза данного вида терапии может быть видна в четырех областях:

интеллектуальной (познавательная), социальной, эмоциональной (психологическая) и физической [15].

Анималотерапия – предназначена для работы с детьми, испытывающими трудности в социальной адаптации и общении, проблемы которых – страхи, замкнутость, чувство одиночества, неадекватная самооценка. Наблюдая за животными, общаясь с ними, дети учатся быть открытыми и смелыми, доброжелательными, активно вступать в контакт, если им этого захотелось, обращаться с просьбами, выполнять определенные требования, сдерживая импульсивные желания [15].

В качестве основных методов психолого-педагогической коррекции детских страхов можно выделить игротерапию и изотерапию, так как игра и рисование являются ведущими видами деятельности детей дошкольного возраста. Комплекс мер, сочетающий в себе несколько методов и приемов коррекционной работы, является одним из наиболее эффективных методов по преодолению детских страхов.

Таким образом, анализ психолого-педагогической литературы по проблеме изучения и коррекции страхов детей дошкольного возраста позволил нам определить, что наиболее значительный вклад в изучение данной проблемы внесли такие ученые как: В.И. Гарбузов, А.И. Захаров, И.В. Дубровина, А.С. Спиваковская, О.В. Хухлаева, А.И. Ташева, Э. Ле Шан, П. Поппер, З. Фрейд, А. Фрейд, А. Фромм, К. Хорни и многие другие. В своем исследовании, вслед за А.В. Петровским, мы определили «страх» как сильную эмоцию, возникающую в ситуациях угрозы биологическому или социальному существованию ребенка и направленную на источник действительной или воображаемой опасности. Под психолого-педагогической коррекцией страхов детей дошкольного возраста мы понимаем форму совместной профессиональной деятельности педагога, психолога и родителей, основанная на системе психологических воздействий с целью исправления нарушений психического развития ребенка с опорой на знание возрастной, социокультурной и

индивидуальной норм развития. Коррекционная работа также направлена на создание условий для полноценного психического развития каждого ребенка в образовательном учреждении и семье.

1.2 Психологические особенности проявления страхов у детей младшего дошкольного возраста

Данный параграф направлен на описание особенностей проявления страхов у детей младшего дошкольного возраста. Для того чтобы разобраться в специфике проявления страхов детей 3-4 лет, сначала нужно рассмотреть возрастные особенности детей данного периода.

В исследованиях Г.С. Абрамовой, Л.А. Венгера, А.Н. Давидчук, В.С. Мухиной, Л.А. Парамоновой, Е.О. Смирновой, Д.Б. Эльконина и др. выделяются следующие возрастные особенности, характерные для детей младшего дошкольного возраста. В возрасте 3-4 лет ребенок постепенно выходит за пределы семейного круга. Его общение становится внеситуативным. Взрослый становится для ребенка не только членом семьи, но и носителем определенной общественной функции. Желание ребенка выполнять такую же функцию приводит к противоречию с его реальными возможностями. Это противоречие разрешается через развитие игры, которая становится ведущим видом деятельности в дошкольном возрасте [1].

На четвертом году жизни происходит дальнейшее развитие всех психических процессов. Внимание остается непроизвольным. Ребенок 3-4 лет может удерживать его 10-15 минут, но если занятие, которым увлечен малыш, достаточно интересное для него, он может уделить ему гораздо больше времени. Память в младшем дошкольном возрасте также непроизвольная. Ребенок запоминает только то, что имеет яркую эмоциональную окраску, причем как положительных, так и отрицательных моментов. Мышление в начале четвертого года жизни остается наглядно-

действенным, но к четырем годам начинает формироваться наглядно-образное мышление. Ребенок уже пытается анализировать, сравнивать предметы по цвету, форме, размеру, находить отличия между предметами, делать простейшие выводы. Продолжает активно развиваться речь. Трехлетний малыш может говорить фразами и предложениями, умеет выражать словами свои желания, мысли и чувства. В три года малыш должен уметь называть свое имя и возраст. Ребенок способен воспринимать короткие рассказы без картинок. Малыш интересуется значением различных слов, развивается словарный запас ребенка. К четырехлетнему возрасту велика потребность ребенка в общении со сверстниками. В этом возрасте ребенок уже может вести непринужденную беседу, рассказывать о простых событиях, пересказывать короткие тексты. Начинает развиваться воображение. Ребенок способен заменить недостающий предмет предметами-заменителями.

Младший дошкольный возраст это возраст эмоционального наполнения «я» ребенка. Чувства уже обозначаются словами, четко выражено стремление к пониманию, доверию, близости с другими людьми. Формируются и чувство общности – понятие «мы», под которым ребенок подразумевает вначале себя и родителей, а затем себя и сверстников. Устанавливается ряд этических категорий, в том числе чувство вины и сопереживания. Возрастает самостоятельность – ребенок занимает себя сам, не требует постоянного присутствия взрослых и стремится к общению со сверстниками. Развиваются фантазии, а вместе с ними и вероятность появления воображаемых страхов [21].

Страх – психическое состояние, возникающее на основе инстинкта самосохранения как реакция на действительную или воображаемую опасность. Страх имеет много причин как субъективного (мотивация, эмоционально-волевая устойчивость и др.), так и объективного порядка (особенности ситуации, сложность задач, помехи и т. д.). Страх проявляется как у отдельных лиц, так и у групп, больших масс. Степень,

формы его проявления разнообразны, но это - область, прежде всего, индивидуальной психологии [6].

Существуют различные формы страха: испуг, боязнь, аффективный страх – самый сильный. Страх, возникающий из-за серьезного эмоционального неблагополучия, может иметь крайние формы выражения (ужас, эмоциональный шок, потрясение), затяжное, труднопреодолимое течение, полное отсутствие контроля со стороны сознания, неблагоприятное воздействие на формирование характера, на отношения с окружающими и приспособление к внешнему миру [50].

В младшем дошкольном возрасте у мальчиков наиболее часто по сравнению с последующим возрастом представлены страхи сказочных персонажей (50%), высоты (40%), крови (43%), уколов (50%), боли (47%) и неожиданных звуков (43%). Ряд других страхов, несмотря на свою меньшую выраженность, достигает у мальчиков максимума именно в младшем дошкольном возрасте: в 3 года - темноты (33%); замкнутого и открытого пространства (27 и 20% соответственно), воды (27%), врачей (23%); в 4 года - одиночества (31%) и транспорта (22%). У девочек достигают возрастного максимума общие с мальчиками страхи: в 3 года - одиночества (33%), темноты (37%), боли (40%), уколов (41%), в 3 и 4 года - крови (27% в обоих возрастах). Не достигает максимума, но достаточно выражен и страх замкнутого пространства в 4 года (21%) [21].

Наибольшее число взаимосвязей между страхами отмечается в младшем дошкольном возрасте. Максимальная плотность связей между страхами проявляется на фоне выраженного эмоционального развития в данном возрасте. По мере увеличения интенсивности когнитивного (познавательного) развития в старшем дошкольном возрасте количество связей между страхами начинает уменьшаться, достигая минимума в подростковом возрасте.

В возрасте от трех до четырех лет формируются такие чувства, как любовь, нежность, жалость и сострадание. Особую важность для развития

ребенка имеет безусловная родительская любовь, поэтому такие высказывания: «Я не люблю тебя», «Я не хочу с тобой дружить», крайне болезненно воспринимаются детьми этого возраста и приводят к возникновению у них тревоги и беспокойства [6].

В младшем дошкольном возрасте наибольший удельный вес имеет фактор страхов, в который входят страхи одиночества, нападения и сказочных персонажей, причем у мальчиков в большей степени, чем у девочек. Расшифровка данного сочетания страхов следующая: ребенок, оставшись один, без поддержки родителей, испытывает чувство опасности и инстинктивный страх перед угрожающими его жизни сказочными персонажами. Таким образом, он не чувствует себя настолько защищенным, чтобы противостоять в воображении отрицательному воздействию сказочных персонажей.

Дети в возрасте 3-4 лет испытывают страх перед сказочными персонажами (Волк, Баба-Яга, Кощей и др.). Все эти сказочные образы в известной мере могут отражать страх наказания или отчуждения родителей от детей при недостатке столь существенных в данном возрасте чувств любви, жалости и сочувствия. Психологически защитная функция сказочных персонажей состоит в том, что ребенок пока еще не питает устойчивых агрессивных чувств к родителям. Чаще всего эти образы возникают у детей как раз эмоционально привязанным к родителям. Вместе с тем отношение некоторых родителей к своему ребенку может быть достаточно недружественным и агрессивным. Поскольку эмоционально чувствительные дети не могут оставаться безразличными к такому поведению родителей, в тоже время, испытывая потребность любви к ним, то страхи перед образами сказочных персонажей как раз вытесняют все отрицательное, что есть в родителях. Следовательно, эти образы в какой-то мере нейтрализуют конфликт родителей и детей, а сам факт появления подобных страхов служит нередко его единственным выражением [21].

Для детей младшего дошкольного возраста характерна триада страхов: одиночества, темноты и замкнутого пространства. В данном случае ребенок не остается один при засыпании, постоянно зовет мать, в комнате должен гореть свет (ночник) и необходимо, чтобы дверь была полуоткрыта. Беспокойство может проявиться и в связи с ожиданием страшных (кошмарных) снов. Здесь многое зависит от умения родителей не создавать из этих возрастных страхов лишней проблемы, вовремя успокоить детей, нежно поговорить с ними и не настаивать на незамедлительном, безотносительно к их переживаниям, выполнении своих требований.

Страхи могут усиливаться в результате неправильного педагогического воздействия родителей (ребенка в наказание запирают в темной комнате, оставляют дома одного), либо в результате каких-то непредвиденных обстоятельств (ребенок застрял в лифте, стал свидетелем автомобильной катастрофы), либо тогда, когда ребенок изолирован от сверстников. И, напротив, возрастные проявления навязчивости, тревожности и мнительности ослабевают в том случае, если родители спокойны, уверены в себе, если они принимают и поддерживают индивидуальные особенности своего ребенка [6].

Изучив психолого-педагогическую литературу, мы выявили следующие причины возникновения страхов у детей младшего дошкольного возраста:

1) реальный случай или определенные предметы (нападение собаки, боль от укола, укус пчелы);

2) особенности высшей нервной деятельности: повышенная впечатлительность в сочетании с эмоциональной возбудимостью и аффективной инертностью. Ребенок, будучи эмоционально ранимым, неспособен к открытому выражению своих чувств и переживаний, он «все держит в себе» [50];

3) эмоциональное состояние матери во время беременности. Младенец, испытывающий беспокойство в утробе матери, в дальнейшем будет более быстрее и глубже ощущать страхи;

4) протекание родов у матери: нарушение родовой деятельности, асфиксия, гипоксия оказывают значительное влияние на проявление детских страхов;

5) внутрисемейные конфликты. Ребенок, ставший свидетелем ссор между членами семьи, подвержен страхам в большей степени, поскольку он лишен возможности влиять на конфликт;

6) наличие страхов у родителей, особенно матерей, выражается в тревожности в отношении с ребенком, в избыточном желании оградить его от возможных угроз и проблем, в изоляции от общения со сверстниками. Гиперопека со стороны родителей формирует в нем ощущение неуверенности, незащитности. Наиболее подвержен этому страху единственный ребенок в семье [21];

7) неполная семья. Дети, живущие в неполных семьях, имеют большее количество страхов по сравнению с детьми, живущих в полных семьях. Особенно это касается мальчиков, живущих с матерями. Отсутствие положительного примера отца приводит к снижению самооценки;

8) неприятие, отсутствие любви к ребенку (нежеланный ребенок, недовольство родителей полом своего ребенка, физический дефект ребенка и т.д.) Ребенок, воспитывающийся в атмосфере равнодушия, оказывается в роли «эмоциональной сироты» при живых родителях [12];

9) стиль воспитания. Излишняя мягкость, неуверенность, сомнения родителей приводят к формированию у ребенка чувства незащищенности, низкой самооценке, невозможности получить от родителей помощи и поддержки в нужный момент. Жесткий стиль воспитания также может стать причиной детских страхов. Родители, воспитывающие своих детей

криками, угрозами, неоправданной строгостью, физическими наказаниями формируют у него чувство вины и страха;

10) нереализованные желания родителей. Родители посредством ребенка стараются реализовать свою мечту, а ребенок, не желая их расстраивать, старается оправдать ожидания. В результате у него появляется страх не оправдать надежды родителей, потерять их любовь и уважение, стать хуже других [50];

11) психологическое заражение страхами в процессе непосредственного общения со сверстниками и взрослыми;

12) недостаточное общение со сверстниками. Недостаточная физическая и игровая активность, потеря навыков коллективной игры обедняет эмоциональную жизнь ребенка. Именно игра освобождает ребенка от переживаний, позволяет безболезненно преодолеть трудности;

13) многочисленные глобальные и локальные политические, экологические и экономические потрясения и их отражение в средствах массовой информации;

14) процесс урбанизации. Жизнь в мегаполисе негативно влияет на психику ребенка (большое количество незнакомых людей, обилие излишней информации, жесткий ритм жизни, отсутствие свежего воздуха и свободного пространства).

Следует отметить, что основная причина, по которой возникают детские страхи это деструктивное поведение родителей по отношению к ребенку на ранней стадии его развития. Не последнюю роль в зарождении страхов у ребенка играют наследственные, биологические признаки и личностные особенности [6].

Изучая общую картину детских страхов, необходимо обратить внимание на их проявление, т.к. именно по внешним признакам можно определить степень воздействия их на психическое здоровье ребенка.

Биологическое проявление страха описаны физиологом И.П. Павловым и психологом К. Изардом. При страхе брови становятся

почти прямыми и кажутся несколько приподнятыми, на лбу появляются горизонтальные морщины. Глаза при страхе раскрыты более широко, чем в нормальном состоянии, нижнее веко напряжено, а верхнее слегка поднято. Рот при страхе открыт, губы напряжены и немного растянуты.

У одних детей страх проявляется двигательным возбуждением, криком, у других – гиподинамией, общей заторможенностью и в обоих случаях сопровождается выраженными вегетативно-сосудистыми реакциями: болью в области сердца, учащенным сердцебиением, нарушением сна, похолоданием ладоней и стоп, обмороками, головной болью, головокружением, болью в суставах и мышцах, приступами удушья, слабостью, быстрой утомляемостью, внутренней дрожью, ознобом, жаром, гипергидрозом, сухостью во рту [6].

Страх затормаживает психику ребенка. Это проявляется в угасании положительных эмоций, особенно смеха, радости, любознательности, ощущения полноты жизни. Вместо них развиваются эмоциональная неудовлетворенность, удрученность, тревожно-пессимистическая оценка будущего. Страх искажает мышление. Оно становится инертным, скованным бесконечным беспокойством, предчувствиями и сомнениями.

Дети, испытывающие страхи, отличаются преобладанием отрицательных оценок в «Я» образе. Эти дети не уверены в своих силах, замкнуты, застенчивы, пассивны, чрезмерно осторожны, несамостоятельны. У этих детей не сформирован внутренний ресурс для преодоления страхов: они недостаточно развиты в когнитивном плане, что в свою очередь приводит к неведению, к снижению уровня ориентации в социальном пространстве. У них не хватает психофизиологических возможностей для борьбы со стрессом, что выражается в нарушении соматического здоровья.

Таким образом, основная причина, по которой возникают детские страхи это деструктивное поведение родителей по отношению к ребенку на ранней стадии его развития. Для младшего дошкольного возраста

типична триада страхов – одиночества, темноты и замкнутого пространства. Также для этого возраста характерны страхи сказочных персонажей, высоты, боли, крови, врачей, уколов. Страхи в данном возрасте обусловлены интенсивным развитием эмоциональной сферы личности, воображения, образного мышления в сочетании с наивностью и внушаемостью. Объекты страха сменяются с возрастом, на смену одним приходят другие. Для ребенка страх часто выступает препятствием для полноценной жизнедеятельности, держит в постоянном напряжении, сковывает активность, порождает неуверенность, осложняет полноценную коммуникацию, уменьшает познавательную активность и получение опыта. Достаточно обширное количество индикаторов страха помогает распознать наличие беспокоящей эмоции у детей дошкольного возраста и своевременно оказать психологическую помощь.

1.3 Теоретическое обоснование структурно-функциональной модели психолого-педагогической коррекции страхов детей младшего дошкольного возраста

Разработка структурно-функциональной модели коррекции страхов детей младшего дошкольного возраста являлась ключевым условием гипотезы нашего исследования и была осуществлена с помощью метода моделирования.

В философии, моделирование – это воспроизведение характеристик некоторого объекта на другом объекте, специально созданном для его изучения, который называется при этом моделью. Именно моделирование позволяет получить целостное представление о процессе исследования.

Моделирование – это процесс представления объекта исследования адекватной (подобной) ему моделью и проведения экспериментов с моделью для получения информации об объекте исследования. При моделировании модель выступает и как средство, и как объект

исследований, находящийся в отношении подобия к моделируемому объекту [16].

С.В. Бондаренко считает, что моделирование связано с теоретическим познанием. Теоретическое знание, в отличие от эмпирического, имеет своим объектом анализ сущности, в ходе которого осуществляется процесс идеализации, выделяется существенное, которое затем объективируется, моделируется в виде материальных конструкторов, для чего используются в виде материальных конструкторов, для чего используются знако-символические средства [17].

А.Д. Гонеев дает следующее определение понятию «модель» – это схема, изображение или описание какого-либо природного или общественного, естественного или искусственного процесса, явления или объекта [13].

Модель – это, как правило, искусственно созданный объект в виде схемы, математических формул, физической конструкции, наборов данных и алгоритмов их обработки и т.п. Под «моделью» в педагогике и психологии понимается система объектов или знаков, воспроизводящая некоторые существенные свойства, качества и связи предметов. Модель представляет собой наглядно-практический метод, благодаря которому можно схематично и в полном виде представить то, как будет строиться весь ход коррекционной работы. Главным преимуществом разработки такой модели является способность отразить действительность и учесть последовательность действий.

В своем исследовании мы предполагаем, что работая по специально составленной модели – будет легче и эффективнее осуществить психолого-педагогическую коррекцию страхов детей младшего дошкольного возраста.

Структурно-функциональная модель психолого-педагогической коррекции страхов детей младшего дошкольного возраста представлена на рисунке 1.

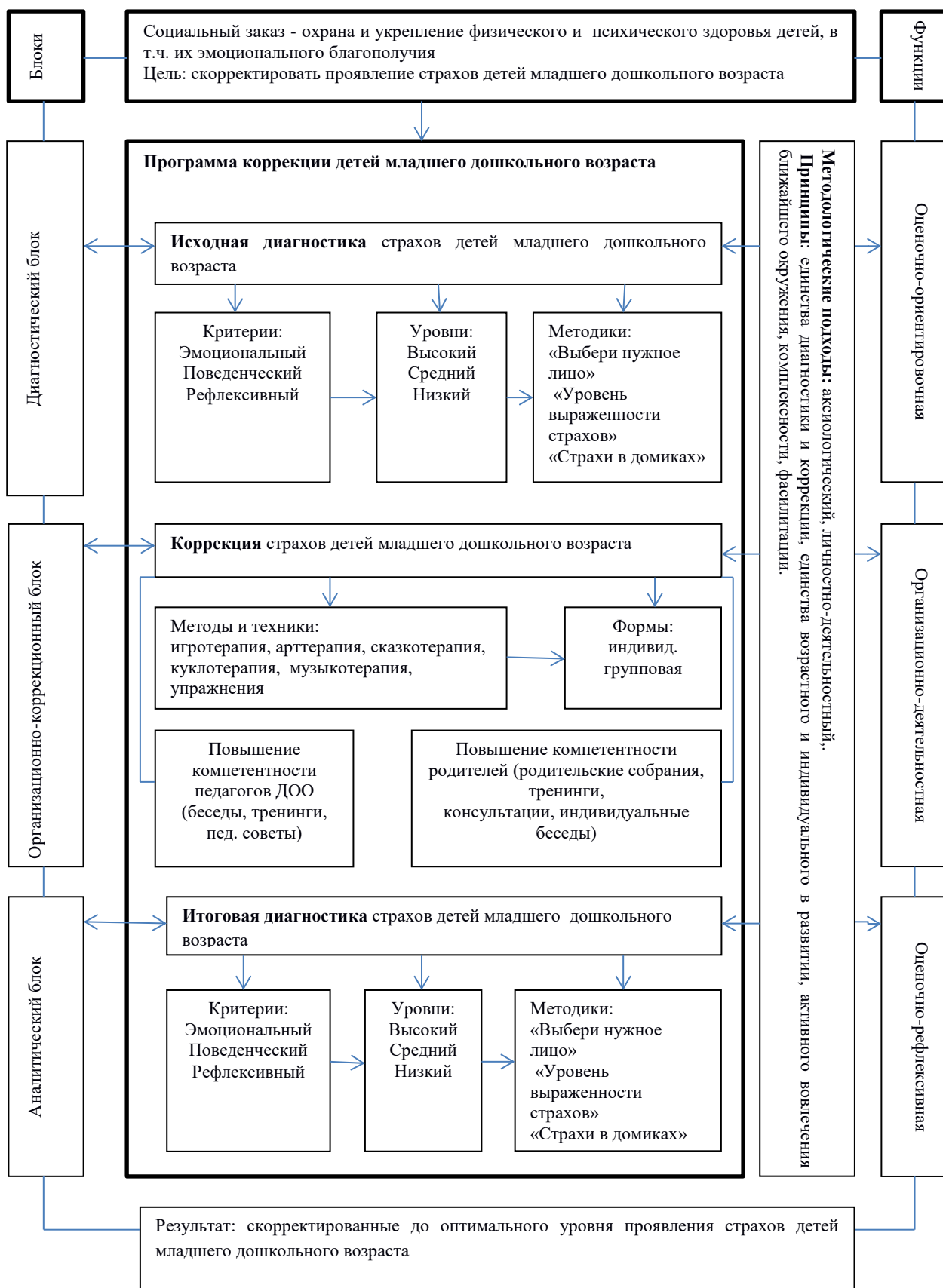


Рисунок – 1 Структурно-функциональная модель психолого-педагогической коррекции страхов детей младшего дошкольного возраста

В основу построения структурно-функциональной модели психолого-педагогической коррекции страхов детей младшего дошкольного возраста легли следующие теоретико-методологические подходы: аксиологический личностно-деятельностный.

Аксиологический подход (В.А. Слостенин, П.Г. Щедровицкий, Е.Н. Шиянов и др). Аксиологический подход неотъемлем от гуманистической педагогики и психологии, так как признает человека высшей общественной ценностью. Сущность данного подхода заключается в направленности психолого-педагогической коррекции на развитие социально устойчивой, гуманной личности, раскрытие ее интеллектуального, творческого, нравственного потенциала, что может выражаться в способности преодолевать сложные ситуации.

Личностно-деятельностный подход (Б.Г. Ананьев, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, И.А. Зимняя и др.) включает в себя личностный и деятельностный компоненты. Личностный компонент в основу коррекционной работы ставит личность ребенка, ее индивидуальные особенности, предполагает отношение к ребенку как к полноправному партнеру. Деятельностный компонент предполагает опору коррекционной работы на ведущий вид деятельности, свойственный возрасту, а также его целенаправленное формирование, так как только в деятельности происходит развитие и формирование личности ребенка. Такой подход создает оптимальные условия для обеспечения психического и физического здоровья ребенка, возможностей самоактуализации и самореализации.

При реализации аксиологического и личностно-деятельностного подходов в коррекции детских страхов мы использовали следующие принципы следующие принципы:

– принцип единства диагностики и коррекции (Д.Б. Эльконин, И.В. Дубровина и др.). Данный принцип указывает, что психолого-педагогическая диагностика и коррекция должны быть

взаимодополняющими, а не исключаящими этапами коррекционной работы. Принцип единства диагностики и коррекции является ведущим принципом всей психолого-педагогической работы по коррекции детских страхов, так как эффективность коррекционной работы на 90% зависит от комплексности, тщательности и глубины предшествующей диагностики [19];

– принцип единства возрастного и индивидуального в развитии (Л.С. Выготский, С.Л. Рубинштейн, Д.Б. Эльконин) предусматривает индивидуальный подход к ребенку в контексте его возрастного развития;

– принцип активного вовлечения в работу родителей и других значимых лиц для ребенка (Г.В. Бурменская, О.А. Карабанова, А.Г. Лидерс) Данный принцип заключается в развитии отношений доверия и взаимопомощи ребенка со значимыми взрослыми, организацию совместной деятельности и способов ее осуществления, которые окажут положительное влияние на ситуацию развития ребенка. Воспитывающие взрослые также выполняют роль связующего звена между ребенком и специалистом, осуществляющим коррекционные мероприятия. Только сотрудничество со значимым взрослым ребенка может способствовать успешности коррекционной работы [51];

– принцип комплексности методов воздействия, заключающийся в применении разнообразных, эффективных методов, техник и приемов коррекционной работы с детьми дошкольного возраста;

– принцип фасилитации (К. Роджерс, А.Б. Орлов, Л.Н. Куликова и др.). Данный принцип подразумевает создание педагогом-психологом особой психологической атмосферы, создающей условия для проявления личностной активности ребенка, содействующей процессу его психического развития и обеспечивающей межличностное взаимодействие между участниками коррекционной работы.

Структурно-функциональная модель коррекции страхов детей младшего дошкольного возраста содержит следующие блоки:

1) диагностический блок – функция оценочно-ориентировочная;
2) организационно-коррекционный блок – функция организационно-деятельностная;

3) аналитический блок – функция оценочно-рефлексивная;

Каждый из названных блоков модели получил содержательное наполнение, исходя из функций и специфики исследуемого процесса.

1. Диагностический блок. Целью данного блока является выявление уровневой характеристики компонентов проявления страхов детей младшего дошкольного возраста. Используемые методы: эксперимент (констатирующий), тестирование.

Диагностический блок представлен тремя методиками:

– методика «Страхи в домиках» А.И. Захарова и М.А. Панфиловой, позволяющая выявить наличия страхов у детей и определить их характер;

– опросник Г.П. Лаврентьевой, Т.М. Титаренко «Уровень тревожности и страхов ребенка», который предназначен для выявления детских страхов на основе полученных результатов наблюдения за поведением ребенка, полученных от родителей и воспитателей;

– методика определения тревожности «Выбери нужное лицо» на основе теста Р. Тэмпл, В. Амен, М. Дорки, позволяющая выявить у ребенка проявления страха и тревожности в типичных для него жизненных ситуациях.

Методики, представленные в данном блоке, позволяют выявить эмоциональный, поведенческий и рефлексивный критерии проявления детских страхов, а также определить их уровень.

Рассмотрим каждый из критериев подробнее:

– эмоциональный критерий, включающий в себя понимание ребенком своих чувств и эмоций;

– поведенческий критерий, определяющийся по внешним проявлениям ребенка;

– рефлексивный критерий, помогающий отследить признание ребенком своих страхов и обесценить их в последствии.

2. Организационно-коррекционный блок. Коррекционный блок реализуется с целью осуществить психолого-педагогическую коррекцию страхов детей младшего дошкольного возраста, путем внедрения специально разработанной программы. Процесс психолого-педагогической коррекции включает комплекс методов, построенных на применении разных видов коррекционных техник и приемов, позволяющих осуществить коррекцию детских страхов. Программа включает в себя групповые и индивидуальные занятия. Каждое из занятий направлено на коррекцию определенно воздействующего страха различными видами деятельности:

– игра в различных ее разновидностях (сюжетная, подвижная, игдраматизация), направленная на личность ребенка, его взаимоотношения с окружающими, для коррекции познавательных, эмоциональных, волевых процессов общения;

– психогимнастические упражнения (этюды), которые помогают воспитать уверенность в своих силах для преодоления воздействующих страхов;

– арт-терапия, которая помогает ребенку выразить свои чувства, переживания, перестроить свои отношения в различных ситуациях и безболезненно соприкоснуться с некоторыми пугающими, неприятными и травмирующими образами;

– релаксация, которая помогает подготовить тело и психику к деятельности, сосредоточиться на своём внутреннем мире, освободиться от излишнего и нервного напряжения;

– куклотерапия, позволяющая в метафорической форме показать проблемы, которые переживает в своей жизни каждый ребенок. Куклотерапия основана на процессах идентификации ребенка с любимым героем мультфильма, сказки или любимой игрушкой. Кукла используется

в постановке спектакля, сюжет которого является травмирующим для ребенка. По мере разворачивания сюжета эмоциональное напряжение ребенка возрастает, а достигнув максимальной выраженности, сменяется бурными поведенческими реакциями и снятием напряжения.

– сказкотерапия, для психологической коррекции вообще и коррекции страхов, в частности состоит, прежде всего, в естественности развертывания сюжетной линии, отсутствии нравоучений. В образной форме ребенок в сказках проживает проблемы, сравнивает их со своим жизненным опытом и опираясь на действия сказочного героя ищет решение своей проблемы по предложенному образцу действий;

– музыкотерапия, которая использует релаксирующие и ритмические приемы с целью самораскрытия клиента и осознания им своих особенностей, чувств, скрытых переживаний и ассоциаций.

В нашем исследовании мы применяли индивидуальную и групповую формы работы. Однако предпочтение мы отдали групповой форме занятий, т.к. она включает в себя целенаправленное применение всей совокупности взаимодействий и взаимоотношений между участниками группы в коррекционных целях. Для проведения занятий нами были использованы следующие средства: игрушки, художественная литература, музыкальный центр, ноутбук, канцелярские и арт-принадлежности.

Организационно-коррекционный блок включает в себя работу по повышению компетентности педагогов ДОО в вопросах коррекции страхов детей дошкольного возраста. Под профессиональной компетентностью мы понимаем совокупность профессиональных и личностных качеств, необходимых для успешной педагогической деятельности. Профессионально компетентным можно назвать педагога, который на достаточно высоком уровне осуществляет педагогическую деятельность, педагогическое общение, достигает стабильно высоких результатов в развитии и воспитании детей.

В целях повышения компетентности педагогов мы выделили следующие формы:

1. Педагогический совет. Данная форма деятельности предполагает коллективное обсуждение актуальных вопросов педагогики в ДОО. Педсоветы могут проводиться на определенную тематику или включать в себя рассмотрение разных вопросов.

2. Педагогический тренинг. Такая форма деятельности подразумевает привлечение к сотрудничеству опытного педагога или психолога, тем самым развивать разнообразные педагогические способности воспитателей, отрабатывать навыки работы с детьми, обучать новым педагогическим технологиям. Педагогический тренинг направлен не только на саморазвитие, но и на самоанализ.

3. Консультации. Инициатор этой формы повышения квалификации воспитателей является методист или психолог. На консультациях воспитатели могут узнать о новинках методической литературы, нормативной документации, современных подходах к обучению и воспитанию дошкольников.

Организационно-коррекционный блок также включает в себя работу по повышению компетентности родителей. В соответствии с законом «Об образовании в Российской Федерации» одной из основных задач, стоящих перед ДОО является «взаимодействие с семьей для обеспечения полноценного развития личности ребенка». Разработан ФГОС ДО, отвечающий новым социальным запросам и в котором большое внимание уделяется работе с родителями. ФГОС ДО является основой для оказания помощи родителям (законным представителям) в воспитании детей, охране и укреплении их физического и психического здоровья, в развитии индивидуальных способностей и необходимой коррекции нарушений их развития. Отметим, что одной из приоритетных задач, стоящей перед дошкольной организацией, является обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей

(законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

Одно из самых распространенных и полных определений родительской компетентности сегодня звучит следующим образом: «Компетентный родитель – это человек, который не испытывает страха за то, что он «плохой» родитель и не переносит чувство страха и вины на своего ребенка. Это человек, готовый видеть реальную ситуацию, в которой растет его ребенок, и предпринимать усилия для того, чтобы ее менять. Это человек, который знает, что если не помогает одно – надо пробовать другое. Компетентный родитель понимает, что для изменения развития ребенка в более благоприятную сторону надо меняться самому, пробовать, искать, в общем – учиться» [43].

Повышение родительской компетентности по проблеме коррекции детских страхов можно разделить на два взаимосвязанных направления, каждому из которых соответствуют различные формы работы.

Первое направление - сообщение родителям важной информации, повышение их осведомленности по вопросам профилактики и коррекции страхов детей дошкольного возраста. Основная задача этого направления – получение родителями нового знания. Для решения этой задачи можно использовались разные формы: родительские собрания, лекции, индивидуальные и подгрупповые консультации, информационные стенды, буклеты и др.

Второе направление - предоставление родителям возможности обсуждения актуальных вопросов по проблеме коррекции детских страхов, создание пространства для рефлексии и обмена опытом. Для решения этой задачи можно использовались разные формы: родительский клуб, круглый стол, тренинг и др.

3. Аналитический блок. Целью аналитического блока является анализ результативности занятий по программе коррекции страхов детей младшего дошкольного возраста (сравнение результатов на начало и конец

эксперимента); выявление динамики трех основных критериев (эмоционального, поведенческого, рефлексивного) при помощи методик – методики «Страхи в домиках» А.И. Захарова, М.А. Панфиловой, опросника Лаврентьевой Г.П. и Титаренко Т.М. и методики определения тревожности на основе теста Р. Тэмпл, В. Амен, М. Дорки.

Блоки предложенной нами модели взаимосвязаны и раскрывают внутреннюю структуру психолого-педагогической коррекции детских страхов. Все блоки модели выполняют определенную функцию: оценочно-ориентировочную, организационно-деятельностную, оценочно-рефлексивную.

Оценочно-ориентировочная функция создает условия для проведения исходной диагностики уровня проявления страхов младших дошкольников, анализа полученных данных, а также позволяет определить направления коррекционной работы.

Организационно-деятельностная функция включает действия, определяющие реализацию в практической деятельности поставленных целей и задач, обеспечивает координацию методов, форм и средств коррекционного процесса.

Оценочно-рефлексивная функция создает условия для изучения полученных результатов итоговой диагностики в соответствии с выделенными критериями эффективности реализации модели.

Таким образом, в модели психолого-педагогической коррекции страхов детей младшего дошкольного возраста все блоки (диагностический, коррекционный, аналитический), выполняющие определенную функцию, находятся во взаимосвязи и взаимозависимости в виде целостной, открытой и прагматичной системы, построенной по иерархическому принципу. Поэтапная реализация блоков, входящих в данную модель, позволяет нам получить общий достижимый результат – скорректированные до оптимального уровня проявления страхов детей младшего дошкольного возраста.

Выводы по главе 1

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

В своем исследовании вслед за А.В. Петровским будем считать, что страх детей дошкольного возраста – это эмоция, которая возникает в ситуациях угрозы биологическому или социальному существованию человека, и направленная на источник действительной или воображаемой угрозы.

Под психолого-педагогической коррекцией мы понимаем – форму совместной профессиональной деятельности психолога, педагогов и родителей, основанную на системе психологических воздействий с целью исправления нарушений психического развития ребенка с опорой на знание возрастной, социокультурной и индивидуальной норм развития. Коррекционная работа также направлена на создание условий для полноценного психического развития в образовательной организации и семье.

В своем исследовании мы ввели ограничение на возрастную категорию экспериментальной и контрольной группы – младший дошкольный возраст. Младший дошкольный возраст длится с 3 по 4 год жизни ребенка и является важнейшим периодом в его развитии. В исследованиях Л.А. Венгера, А.Н. Давидчук, В.С. Мухиной, Л.А. Парамоновой, Е.О. Смирновой, Д.Б. Эльконина и др. выделяются следующие особенности, характерные для детей младшего дошкольного возраста: происходит дальнейший рост и развитие детского организма,

развивается крупная и мелкая моторика, повышается работоспособность, движения характеризуются преднамеренностью и целеустремленностью, ярко проявляется интерес к эмоциональному общению, однако, регулирование собственных эмоций посредством силы воли еще слабо развито, развивается память, речь, интеллект (возраст «почемучек»), ребенку характерен эгоцентризм, анимизм, наивный антропоморфизм. У детей появляются такие качества как активность, целеустремленность, самостоятельность, инициативность. Дети младшего дошкольного возраста стремятся к активному познанию окружающего мира и в тоже время начинают осознавать ограниченность своих возможностей. В этом возрасте развиваются фантазии, а вместе с ними и вероятность появления воображаемых страхов. Для младшего дошкольного возраста типична триада страхов – одиночества, темноты и замкнутого пространства: ребенок не может один остаться в комнате при засыпании, постоянно зовет мать. Также для этого возраста характерны страхи сказочных персонажей, высоты, боли, крови, врачей, уколов. Страхи в данном возрасте обусловлены интенсивным развитием эмоциональной сферы личности, воображения, образного мышления в сочетании с наивностью и внушаемостью.

Рассмотрев различные классификации, мы определили причины возникновения, а также психологические особенности проявления страхов у детей младшего дошкольного возраста и пришли к выводу, что он проявляется в различных видах, является абсолютно индивидуальным и отражает личностные особенности каждого ребенка.

Следует отметить, что основная причина, по которой возникают детские страхи это деструктивное поведение родителей по отношению к ребенку на ранней стадии его развития. Не последнюю роль в зарождении страхов у ребенка играют наследственные, биологические признаки и личностные особенности.

Объекты страха сменяются с возрастом, на смену одним приходят

другие. Для ребенка страх часто выступает препятствием для полноценной жизнедеятельности, держит в постоянном напряжении, сковывает активность, порождает неуверенность, осложняет полноценную коммуникацию, уменьшает познавательную активность и получение опыта. Достаточно обширное количество индикаторов страха помогает распознать наличие беспокоящей эмоции у детей дошкольного возраста и своевременно оказать психологическую помощь.

В предложенной нами модели психолого-педагогической коррекции страхов детей младшего дошкольного возраста все блоки (теоретический, диагностический, коррекционный, аналитический, прогностический), выполняющие определенную функцию, а также компоненты (эмоциональный, поведенческий и рефлексивный) находятся во взаимосвязи и взаимозависимости в виде целостной, открытой и прагматичной системы, построенной по иерархическому принципу. Поэтапная реализация блоков, входящих в данную модель, позволяет получить общий достижимый результат – скорректированные до оптимального уровня проявления страхов младшего дошкольников.

ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ПРОБЛЕМЫ ПСИХОЛОГО- ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ СТРАХОВ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

2.1 Этапы, методы, методики исследования, анализ результатов констатирующего эксперимента

В первой главе нашей работы мы проанализировали психолого-педагогическую литературу по проблеме исследования, определили психолого-педагогические условия, благодаря которым, по нашему мнению, будет повышаться эффективность работы по коррекции страхов детей младшего дошкольного возраста.

Далее нами была организована экспериментальная работа, целью которой явилась проверка эффективности психолого-педагогической коррекции страхов детей младшего дошкольного возраста. Исходя из заданной цели, нами были сформулированы задачи экспериментальной работы:

- провести диагностику критериев проявления страхов детей младшего дошкольного возраста;
- разработать и апробировать программу психолого-педагогической коррекции страхов детей дошкольного возраста;
- провести повторную диагностику критериев проявления страхов детей младшего дошкольного возраста;
- обобщить результаты, сделать выводы по исследованию.

Экспериментальное исследование проблемы психолого-педагогической коррекции страхов детей младшего дошкольного возраста проходило в три этапа:

1. Констатирующий этап. На данном этапе определялся реальный (наличный) уровень наличия страхов у детей младшего дошкольного

возраста.

2. Формирующий этап. На данном этапе определялось оптимальное содержание экспериментальной работы, ее этапы, методы и методики, разрабатывалась и апробировалась программа, реализующая процесс психолого-педагогической коррекции страхов детей младшего дошкольного возраста.

3. Контрольно-обобщающий: проводился анализ результатов опытно-экспериментального исследования, обобщение накопленных материалов, интерпретация полученных результатов и их оформление.

Система применяемых в исследовании методов и методик была определена исходными методологическими предпосылками, а также целями и задачами всего экспериментального исследования и его отдельных этапов. Задачи констатирующего и контрольного этапов исследования требовали применения метода эксперимента. Метод эксперимента предполагает искусственное создание психологической ситуации и изучение того или иного психического явления, процесса, развивающихся в этой ситуации. Создавая специальные условия для эксперимента, обеспечивающие проявление психического процесса, свойства, экспериментатор получает возможность неоднократно повторять эксперимент, получает возможность, проводя исследование с разными испытуемыми в одинаковых условиях, установить возрастные и индивидуальные особенности развития исследуемых психических процессов. По своему усмотрению экспериментатор может менять условия эксперимента, что открывает широкие возможности для нахождения и обоснования наиболее эффективных приемов в учебно-воспитательной работе с детьми. Эксперимент является наиболее эффективным способом выявления причинно-следственной зависимости между изучаемыми переменными. Эксперимент отличается активным вмешательством исследователя в ситуацию.

В процессе экспериментального исследования проблемы психолого-педагогической коррекции страхов детей младшего дошкольного возраста

применялось тестирование. Достоинством этого метода является небольшая продолжительность, а также возможность исследования большого количества испытуемых, что позволяет применить современные статистические методы.

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

Математико-статистический анализ осуществлялся с помощью Т-критерия Вилкоксона. Данный критерий используется для сопоставления показателей, измеренных в двух разных условиях на одной и той же выборке испытуемых. Он позволяет установить не только направленность изменений, но и их выраженность. Суть метода состоит в том, что мы сопоставляем выраженность сдвигов в том и ином направлениях по абсолютной величине. Для этого мы сначала ранжируем все абсолютные величины сдвигов, а потом суммируем ранги. Если сдвиги в положительную и в отрицательную сторону происходят случайно, то суммы рангов абсолютных значений их будут примерно равны. Если же интенсивность сдвига в одном из направлений перевешивает, то сумма рангов абсолютных значений сдвигов в противоположную сторону будет значительно ниже, чем это могло бы быть при случайных изменениях.

В результате теоретического анализа психолого-педагогической литературы мы выделили три критерия проявления страхов у детей младшего дошкольного возраста, а также диагностический инструментарий, представленные в таблице 4.

Таблица 4 – Критерии, показатели проявления страхов детей младшего дошкольного возраста и диагностический инструментарий

№ п/п	Критерий	Показатели	Диагностики
1	Эмоциональный	- возбудимость/ заторможенность; - беспокойство; - раздражительность; - повышенная чувствительность и впечатлительность (чаще в отношении предстоящих событий);	«Выбери нужное лицо» (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен)
2	Поведенческий	- невозможность сконцентрироваться при выполнении заданий; - нерешительны в ситуации выбора; - коммуникативные трудности в общении со взрослыми и сверстниками; - боятся отвечать на вопросы; - острая реакция на сообщение о неудаче; - агрессивное поведение;	Методика Г.П. Лаврентьевой и Т.М. Титаренко
3	Рефлексивный	- низкая самооценка; - неуверенность в себе, в своих силах; - боязнь одиночества, остаться одним, никому не нужным; - предрасположенность на неуспех, непризнание;	«Страхи в домиках» А.И. Захарова М.А. Панфиловой

Выбранный перечень диагностических методик требует развернутого определения показателей проявления страхов у детей младшего дошкольного возраста относительно определяемых уровней (низкий, средний, высокий). Характеристика проявления страхов у детей младшего дошкольного возраста представлены в таблице 5.

Таблица 5 – Показатели и уровни эмоционального, поведенческого и рефлексивного критериев проявления страхов у детей младшего дошкольного возраста

Уровни	Показатели
1	2
Эмоциональный критерий	
Низкий	Неопределенные ситуации воспринимаются ребенком в положительном ключе и не содержат эмоционально дестабилизирующего фактора.

Продолжение таблицы 5

1	2
Средний	Постоянное присутствие какого-то беспокоящего фактора, которому ребенок вынужден противостоять. Действие этого фактора ограничено и еще не определяет общего самочувствия ребенка. Ребенок часто испытывает напряжение в тех ситуациях взаимодействия, в которых раньше он хорошо себя чувствовал.
Высокий	Выраженное эмоциональное свойство личности, предрасполагающее к частым проявлениям состояния беспокойства, нервозности. Высокая тревожность проявляется в тенденции оценивать явления, предметы, события, объективно не опасные, как угрожающие, с последующим переживанием состояния тревоги. Недостаточный контроль над своими реакциями.
Поведенческий критерий	
Низкий	Отсутствие выраженных переживаний. Хорошая адаптация в новой или привычной социальной среде. При выполнении заданий не испытывают мускульное напряжение. Плаксивость отсутствует. Спокойное устойчивое состояние.
Средний	Легко расстраиваются, эмоционально менее устойчивы, но в состоянии трезво оценивать действительность. Концентрация внимания долгое время на чем-либо снижена. Во время выполнения заданий напряжены, скованны, плохо перенося ожидание. Беспокойный сон после необычных ситуаций.
Высокий	Частая смена настроений, необоснованный плач, состояния тревоги, страха, низкая адаптация в новой или привычной социальной среде, мускульное напряжение, отказ от деятельности, агрессивность, плаксивость, капризность, нарушения режима сна. Проявления пищевых нарушений, затруднены контакты с окружающим миром.
Рефлексивный критерий	
Низкий	внимание ребенка не концентрируется на внутренних ощущениях, свидетельствующих о страхе, стимулах, свидетельствующих о приближении опасного события или его осуществлении. Внимание ребенка останавливается не более чем на 30 % объектов и ситуаций, отнесенных им к группе эмоционально-травмирующих стимулов. Адекватная самооценка.
Средний	внимание ребенка время от времени концентрируется на внутренних ощущениях, свидетельствующих о страхе, стимулах, свидетельствующих о приближении опасного события или его осуществлении. Внимание ребенка останавливается не более чем на 60 % объектов и ситуаций, отнесенных им к группе эмоционально-травмирующих стимулов. Самооценка снижена.
Высокий	внимание ребенка постоянно концентрируется на внутренних ощущениях, стимулах, свидетельствующих о приближении опасного события или его осуществлении. Внимание ребенка останавливается более чем на 60 % объектов и ситуаций, отнесенных им в группе эмоционально-травмирующих стимулов. Ребенок испытывает чувство собственной некомпетентности, малозначимости, ожидания неудачи. Негативная самооценка.

Комплекс диагностических методик для выявления наличия страхов у детей младшего дошкольного возраста сформирован на основе методической литературы и авторских разработок ученых и опирается на критерии проявления страхов младших дошкольников, учитывая его уровни и показатели.

Констатирующий эксперимент состоял из трех этапов в соответствии с исследованием каждого критерия.

Для диагностики эмоционального критерия страхов у младших дошкольников, мы использовали метод наблюдения, направленный на изучение таких эмоциональных проявлений, как: эмоциональный фон, эмоциональная подвижность, речевые и невербальные средства выражения эмоций в ситуациях, которые вызывают тревожное эмоциональное состояние и страхи ребенка. Для диагностики данного критерия нами была использована методика «Выбери нужное лицо», авторы: Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен.

Цель методики: исследовать и оценить тревожность дошкольника в типичных для него жизненных ситуациях, где соответствующее качество личности проявляется в наибольшей степени.

Методика представляет собой детский проективный тест, который исследует характерную для ребенка тревожность в типичных для него жизненных ситуациях (где соответствующие свойства личности проявляются в наибольшей степени). При этом тревожность рассматривается как черта личности, функция которой состоит в обеспечении безопасности человека на психологическом уровне, и которая вместе с тем имеет отрицательные следствия. Последние заключаются, в частности, в торможении активности ребенка, направленной на достижение успехов.

Высокая тревожность часто сопровождается высокоразвитой потребностью избегания неудач и тем самым препятствует стремлению к достижению успеха. Тревожность, испытываемая ребенком в одной

ситуации, не обязательно будет так же проявляться в другом случае. Значимость ситуации зависит от отрицательного эмоционального опыта, приобретенного ребенком в этих ситуациях. Отрицательный эмоциональный опыт формирует тревожность как черту личности и соответствующее поведение ребенка. Психодиагностика тревожности выявляет внутреннее отношение данного ребенка к определенным социальным ситуациям, раскрывает характер взаимоотношений ребенка с окружающими людьми, в частности в семье, в детском саду. Тест проводится индивидуально с детьми 3-7 лет.

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

$$\text{ИТ} = \frac{\text{Число эмоциональных негативных выборов}}{14} \times 100\%$$

В зависимости от уровня индекса тревожности младшие дошкольники подразделяются на 3 группы:

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

С целью диагностики поведенческого компонента переживания страхов дошкольников мы использовали методику "Уровень тревожности ребенка" (Г.П. Лаврентьевой, Т.М. Титаренко), предназначенную для выявления уровня детской базовой тревожности на основе сопоставления результатов наблюдения, полученных от самого исследователя, родителей ребенка и воспитателей. Родителям и воспитателям предлагается ответить на 20 вопросов утверждений. Положительный ответ на каждое предложенное утверждение оценивается в 1 балл. Подсчитывается итоговая сумма баллов, на основании которой делается вывод об уровне

тревожности ребенка (чем больше итоговая сумма, тем выше уровень тревожности ребенка).

В зависимости от количества набранных баллов младшие дошкольники подразделяются на 3 группы:

- низкий уровень тревожности (1-6 баллов);
- средний уровень тревожности (7-14 баллов);
- высокий уровень тревожности (15-20 баллов).

Для диагностики рефлексивного критерия проявления страхов у дошкольников нами была использована методика «Страхи в домиках» А.И. Захарова, М.А. Панфиловой.

Цель методики: выявить и уточнить преобладающие виды страхов (страх темноты, одиночества, смерти, медицинские страхи и т. д.).

Прежде чем помочь дошкольникам в преодолении страхов, необходимо выяснить, весь спектр страхов и каким конкретно страхам они подвержены. Выяснить весь спектр страхов, можно специальным опросом при условии эмоционального контакта с ребенком, доверительных отношений и отсутствия конфликта. Проведение этой методики является достаточно простым и не требующим специальной подготовки. Ребенку предлагается нарисовать два домика – красный и черный. В эти дома либо самостоятельно, либо с помощью экспериментатора детям предлагается расселить страхи: в красный дом – «нестрашные», в черный – «страшные». После выполнения задания ребенку предлагается закрыть черный дом на замок (нарисовать его), а ключ – выбросить или потерять. Автор предполагает, что данный акт успокаивает актуализированные страхи. Анализ полученных результатов заключается в том, что экспериментатор подсчитывает страхи в черном доме и сравнивает их с возрастными нормами.

Данная методика охватывает достаточно большое количество страхов, методика валидна, надежна и позволяет педагогу в игровой ситуации устранить речевые барьеры общения, мешающие детям быть

более открытыми, и позволяет провести анализ ребенком своих страхов по степени интенсивности переживания. Все результаты оцениваются в баллах.

В зависимости от количества набранных баллов младшие дошкольники подразделяются на 3 группы:

- низкий уровень страха (0-7 баллов);
- средний уровень страха (8-15 баллов);
- высокий уровень страха (16-29 баллов).

На наш взгляд, данный комплекс методик позволяет целостно оценить состояние эмоционального, поведенческого и рефлексивного критериев, и установить уровни выраженности признаков страха у детей младшего дошкольного возраста. Применение уровневой дифференциации повышает качество и точность диагностики.

На констатирующем этапе нами было проведено входящее диагностическое обследование воспитанников дошкольного отделения МАОУ СОШ № 15, г. Челябинска. В результате проведенных мероприятий, относительно каждого критерия были выявлены уровни выраженности признаков страха у детей.

По результатам методики «Выбери нужное лицо» (авторы: Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен) были получены следующие данные, представленные в таблице 6.

Таблица 6 – Результаты входящей диагностики эмоционального критерия по методике «Выбери нужное лицо» (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен)

Уровни	Экспериментальная группа	Контрольная группа
Высокий	27% (4 чел.)	27% (4 чел.)
Средний	46% (7 чел.)	53% (8 чел.)
Низкий	27% (4 чел.)	20% (3 чел.)

Для большей наглядности результаты входящей диагностики эмоционального критерия по методике «Выбери нужное лицо» (Р. Тэмпл,

М. Дорки, В. Амен) относительно экспериментальной и контрольной групп дошкольного отделения МАОУ СОШ № 15 г. Челябинска представим на рисунке 2.

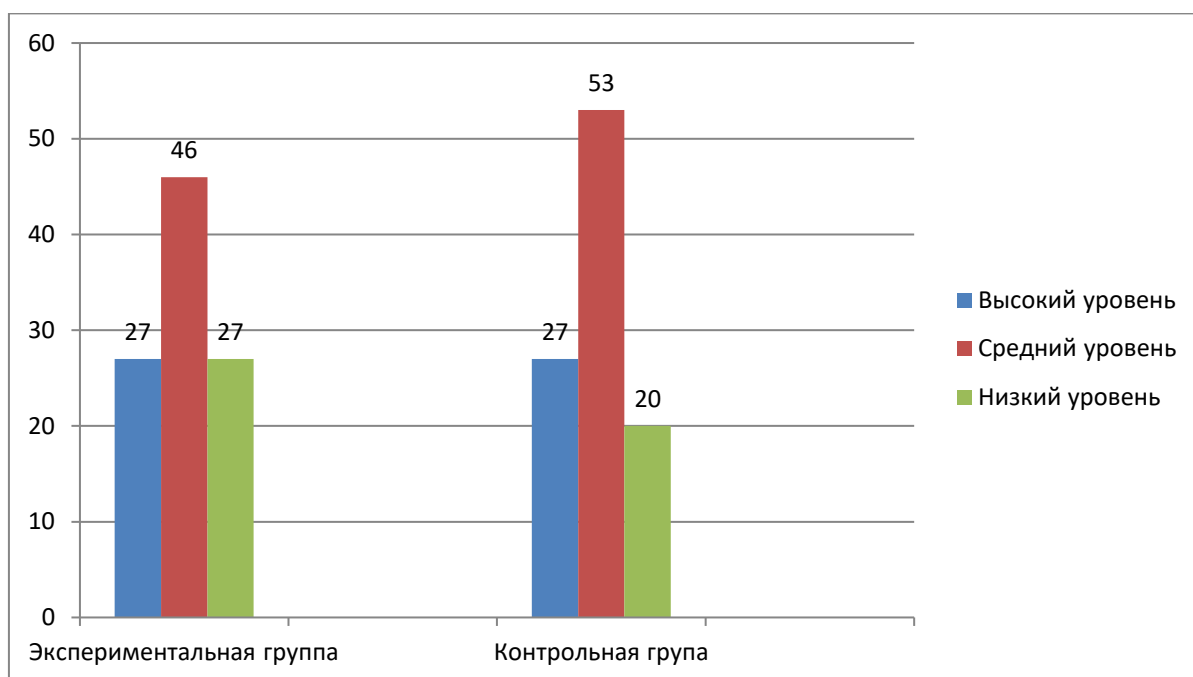


Рисунок 2 – Распределение результатов диагностики уровня тревожности детей младшего дошкольного возраста по методике «Выбери нужное лицо» (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен) на констатирующем этапе

Результаты диагностики показывают, что 27% (4 ребенка) из экспериментальной группы и контрольной группы имеют высокий уровень тревожности. Для этих детей травмирующими ситуациями стали: «Объект агрессии», «Укладывание спать в одиночестве», «Изоляция», «Выговор».

46% (7 детей) из экспериментальной группы и 53% (8 детей) показали средний уровень тревожности. Для этих детей значимыми стали ситуации, отражающие повседневные действия: «Одевание», «Укладывание спать в одиночестве», «Собирание игрушек».

27% (4 ребенка) из экспериментальной группы и 20% (3 ребенка) из контрольной группы показали низкий уровень тревожности.

По результатам методики «Уровень тревожности ребенка» (Г.П. Лаврентьевой, Т.М. Титаренко) были получены следующие данные, представленные в таблице 7.

Таблица 7 – Результаты входящей диагностики поведенческого критерия по методике Г.П. Лаврентьевой, Т.М. Титаренко

Уровень %	Экспериментальная группа	Контрольная группа
Высокий	20% (3 чел.)	13% (2 чел.)
Средний	67% (10 чел.)	60% (9 чел.)
Низкий	13% (2 чел.)	27% (4 чел.)

Для большей наглядности результаты входящей диагностики поведенческого критерия по методике Г.П. Лаврентьевой, Т.М. Титаренко относительно экспериментальной и контрольной групп дошкольного отделения МАОУ СОШ № 15 г. Челябинска представим на рисунке 3.

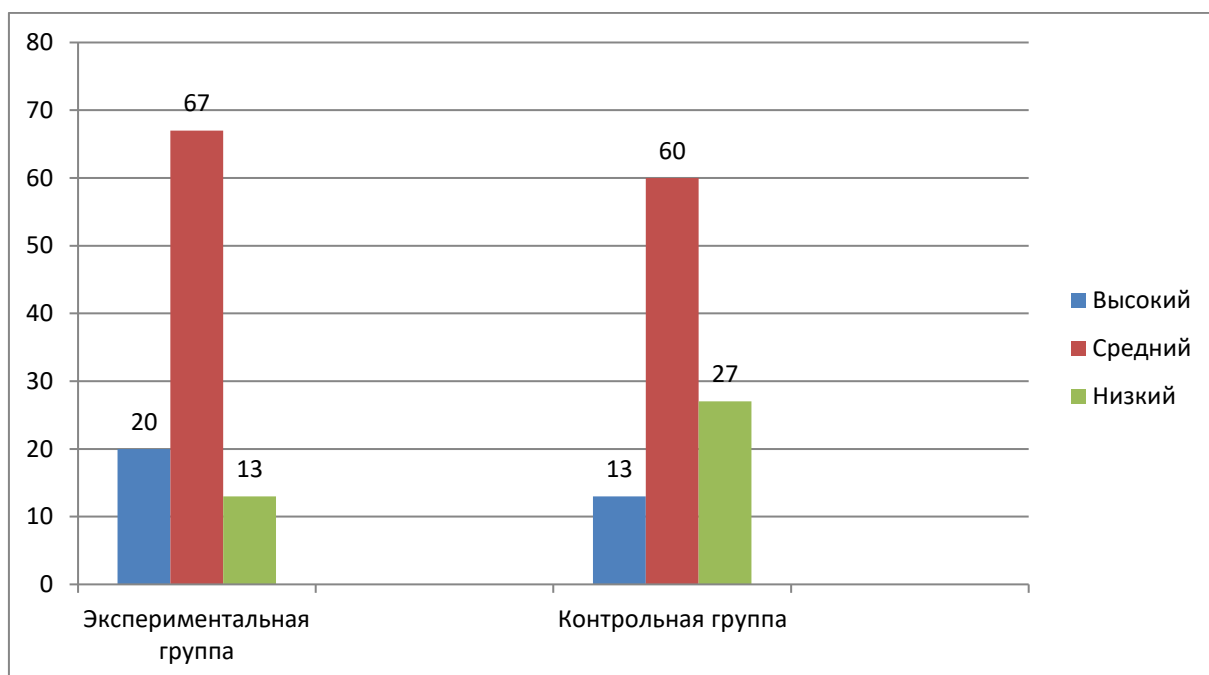


Рисунок 3 – Распределение результатов исследования уровня тревожности детей младшего дошкольного возраста по методике Лаврентьевой Г. П., Титаренко Т. М на констатирующем этапе

Высокий уровень тревожности имеют 20% (3 ребенка) из экспериментальной группы и 13% (2 ребенка) из контрольной группы. Данный результат указывает на то, что беспокоящие страхи сильно

воздействуют на психику и имеют отражение на физиологическом уровне проявления.

Средний уровень тревожности дошкольников представлен 67% (10 детей) в экспериментальной группе и 60% (9 детей) в контрольной группе. Физические проявления выражены не сильно, но позволяют сделать вывод о том, что есть наличие тревожного состояния и наличие страхов внутри.

Низкий уровень тревожности имеют 13% (2 ребенка) из экспериментальной группы и 27% (4 ребенка) из контрольной группы, по внешним признакам которых трудно диагностировать наличие воздействующих страхов и постоянно-присутствующей тревожности.

По результатам методики «Страхи в домиках» А.И. Захарова, М.А. Панфиловой были получены следующие данные, представленные в таблице 8.

Таблица 8– Результаты входящей диагностики рефлексивного критерия по методике «Страхи в домиках» А.И. Захарова, М.А. Панфиловой

Уровень	Экспериментальная группа	Контрольная группа
Высокий	40% (6 чел.)	40% (6 чел.)
Средний	47% (7 чел.)	40% (6 чел.)
Низкий	13% (2 чел.)	20% (3 чел.)

Для большей наглядности результаты входящей диагностики рефлексивного компонента по методике «Страхи в домиках» А.И. Захарова, М.А. Панфиловой относительно экспериментальной и контрольной групп дошкольного отделения МАОУ СОШ № 15 г. Челябинска представим на рисунке 4.

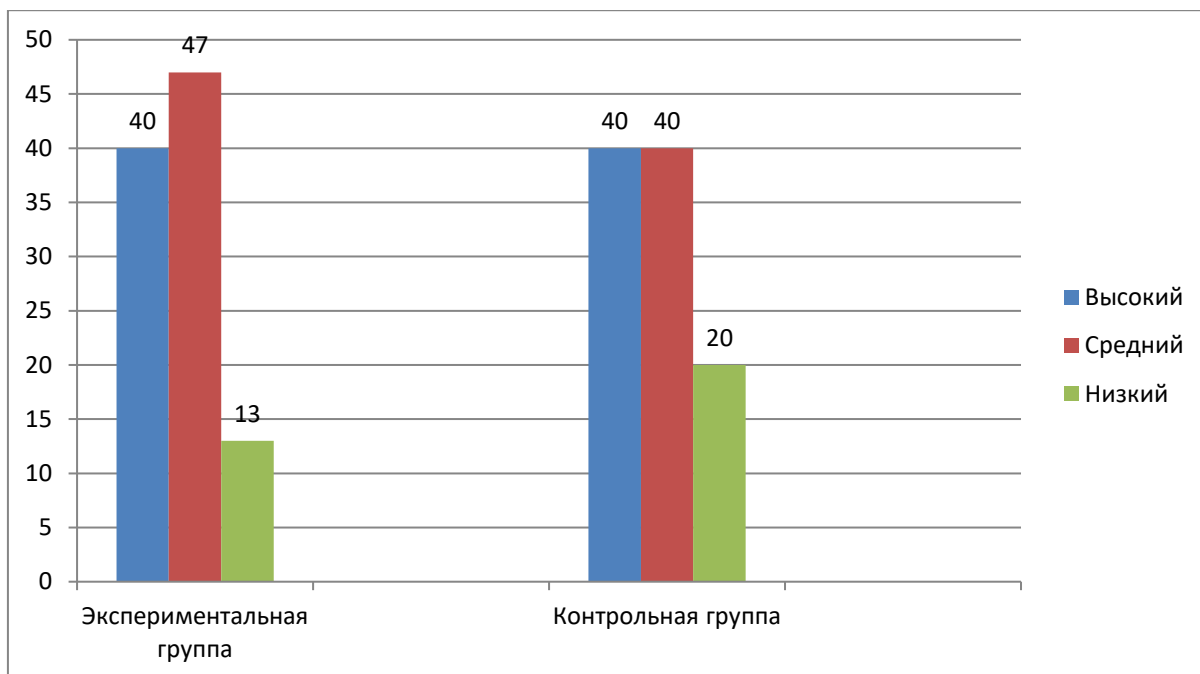


Рисунок 4 - Распределение результатов исследования уровня переживания страхов детей младшего дошкольного возраста по методике «Страхи в домиках» А.И. Захарова, М.А. Панфиловой на констатирующем этапе

С помощью данной методики было выявлено, что 40% (7 детей) из экспериментальной группы и контрольной группы имеют высокий уровень интенсивности переживания страхов, который выражается в таких особенностях, как заниженная самооценка, тревожность, беспокойство, напряженность, пугливость, недоверие к окружающим.

Средний уровень переживания страхов испытывают 47% (7 детей) экспериментальной и 40% (6 детей) из контрольной группы. Данный уровень предполагает достаточную общительность, не напряженность, быстроту ответов на вопросы.

Низкий уровень переживания страхов имеют 13% (2 ребенка) из экспериментальной группы и 20% (3 ребенка) из контрольной группы). Данный уровень характеризуется наименьшей тревожностью, уверенностью в себе, общительностью, преобладанием хорошего настроения, быстротой ответов на вопросы.

Методика позволила выделить основные группы преобладающих страхов: страх темноты, ночных кошмаров, животных, сказочных персонажей, страхи уколов, крови, врачей.

Таким образом, анализ данных констатирующего эксперимента показал наличие высокого уровня переживания страхов детьми дошкольного возраста и высокого уровня тревожности по методикам: «Выбери нужное лицо» (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен), «Уровень тревожности ребенка» (Г. П. Лаврентьева, Титаренко Т. М), «Страхи в домиках» (А.И. Захаров, М.А. Панфилова). Данный комплекс проведенных методик доказал необходимость внедрения психолого-педагогической программы коррекции страхов детей дошкольного возраста в практику дошкольной организации.

2.2 Организация и содержание работы по психолого-педагогической коррекции страхов детей младшего дошкольного возраста

Проблема изучения и коррекции страхов детей дошкольного возраста, несмотря на давнюю историю, не теряет своей актуальности. Страх – это базовая человеческая эмоция, в которой заложен инстинкт самосохранения. Детские страхи – это обычное явление для детского развития. У любого нормально развивающегося ребенка, страх выполняет защитную и адаптивную функции: корректирует деятельность, поведение, ограждает ребенка от излишнего риска, защищает от опасных ситуаций, вероятности получения травм. Однако доминирование этой эмоции приводит к отрицательным психологическим последствиям: развитию эмоциональной неудовлетворенности, к угасанию положительных эмоций (радость, восхищение, удивление, любознательность), тревожно-пессимистической оценке будущего. Ребенок становится настороженным, замкнутым, неуверенным в себе и своем окружении, подозрительным, заторможенным, конфликтным. Также детский страх, не проходящий

длительное время, может перерасти в патологическое состояние – невроз страха. Поэтому очень важно родителям и педагогам вовремя предупредить развитие невротических отклонений в поведении детей и провести психолого-педагогическую коррекцию детских страхов.

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

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

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

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

Основанием для создания и проведения коррекционных мероприятий, стали следующие выводы и предположения: естественное

наличие, испытываемых детьми страхов, значительная доля которых относится к группе социально-опосредованных, очевидно связано с трудностями детей в сфере социальных контактов; многие дети начинают испытывать страх с наступлением темноты, а значит, необходимо провести занятия конкретно направленные на тему ночи; отдельная категория детей испытывают страхи сказочных и вымышленных персонажей рождающихся благодаря фантазии и подкрепленные ближайшим окружением, что требует своевременной проработки данной ситуации.

Цель программы: коррекция страхов у ребенка младшего дошкольного возраста (страхи темноты, медицинских процедур, животных, высоты, сказочных героев и т.д.).

Задачи программы:

1) ослабление или устранение имеющихся у дошкольников поведенческих и эмоциональных нарушений, проявляющихся в форме страхов;

2) развитие навыков психической саморегуляции и способности к конструктивному выражению эмоций, способствующих их более успешной адаптации к дошкольной организации и социуму;

3) формирование положительной самооценки;

4) реализация творческого потенциала дошкольника;

5) повышение общей и психологической культуры ребенка в результате приобретения знаний о психологии общения, культуре чувств.

Программа базируется на следующих основополагающих принципах:

– принцип аксиологического подхода, признающий ребенка высшей общественной ценностью и направленный на развитие социально устойчивой, гуманной личности, раскрытие ее интеллектуального, творческого, нравственного потенциала;

– принцип личностно-ориентированного подхода, нацеливающий на

необходимость ориентироваться не на какую-то отдельную психическую функцию, а на личность в целом;

– принцип деятельностного подхода, ориентирующий психокоррекционный процесс на учет ведущего вида деятельности ребенка;

– принцип единства диагностики и коррекции, обозначающий что психологическая диагностика и коррекция должны быть взаимодополняющими, а не исключаящими процессами;

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

– принцип активного привлечения ближайшего социального окружения к коррекционной работе с ребенком, рассматривающий родителей, педагогов и других близких ребенку лиц в качестве участников психологической коррекции;

– принцип комплексности методов воздействия, заключающийся в применении разнообразных, эффективных методов, техник и приемов коррекционной работы с детьми дошкольного возраста;

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

Контингент участников: программа рассчитана на детей младшего дошкольного возраста 3-4 лет.

Режим занятий. Программа состоит из групповых и индивидуальных занятий, рассчитана на срок 8 недель. Продолжительность занятий составляет 15-20 минут. Занятия с группой проводятся два раза в неделю.

Структура занятий представлена вводной частью, основной частью, заключительной частью.

Рекомендации по проведению занятий:

- занятия проводятся в группах 5-8 человек, набором из одной группы или из нескольких;
- номера занятий отражают последовательность их проведения и этапность реализации программы;
- при проведении занятий нужно опираться на возрастные и индивидуальные особенности младших дошкольников. Важно поддерживать желание детей принимать участие в играх, упражнениях, прислушиваться к точке зрения каждого ребенка. На этих занятиях нет неправильных ответов. Важно, чтобы каждый ребенок почувствовал, что его мнением интересуются, с тем, чтобы закрепить значимость ребенка в кругу сверстников;
- в занятиях используются ситуации «публичного» проживания страха, с целью способствовать проявлению истинных чувств, самовыражения.

Требования к педагогу-психологу. Педагог-психолог должен уметь уважительно относиться к чувствам, мыслям, поступкам, к личностям детей. Его работа будет продуктивной, если он сам с искренним удовольствием будет выполнять все упражнения, предлагаемые детям. Педагог-психолог должен постоянно наблюдать за каждым ребенком, помогать слабым: учить детей поддерживать товарищей, чтобы каждый во время занятий и после них чувствовал себя значимым, сильным, получал истинное удовольствие от совместных встреч с психологом.

Место проведения занятий. Для проведения занятий необходима отдельная комната или кабинет, где по числу участников должны быть стулья и столы, желательно, чтобы в помещении, где проводятся занятия, будет поставлена мягкая мебель. На полу комнаты должно быть половое ковровое покрытие и спортивные маты, т. к. на занятиях используются

игры психомышечного расслабления. В комнате должен находиться CD-проигрыватель, ноутбук, записи с функциональной музыкой, спортивные, канцелярские и арт-принадлежности (краски, бумага А4, карандаши, клей, фломастеры), ножницы, приготовленные сказки, карточки с заданиями).

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

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

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

– арт-терапия. Метод арт-терапии позволяет ребенку осознать проблемную ситуацию, помогает выразить свои чувства, эмоции, раскрыть свои творческие способности. Благодаря разнообразию материалов этот метод является наиболее интересным для ребенка;

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

– куклотерапия. Метод куклотерапии позволяет в метафорической форме показать проблемы, которые переживает в своей жизни каждый ребенок. Куклотерапия помогает решить различные важные коррекционные задачи, например: расширение репертуара самовыражения

ребенка, достижение эмоциональной устойчивости, выработка навыков саморегуляции, коррекция отношений в системе ребенок - родитель, для разрешения конфликтов, улучшения социальной адаптации, в коррекции страхов, нарушенного поведения;

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

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

Мы предполагаем, что в процессе занятий у детей развиваются коммуникативные качества, обогащается эмоциональный опыт, активизируется мышление, осознаются и переживаются успехи-неуспехи, результаты деятельности, проектируются общественные взаимодействия и двигательные акты, формируется личностная ориентация, переживания страха становятся менее интенсивными.

В целях систематизации работы по психолого-педагогической коррекции страхов детей младшего дошкольного возраста, представим тематический план работы (таблица 9).

Таблица 9 – Тематический план работы по программе психолого-педагогической коррекции страхов младших дошкольников

Тема занятия	Форма организации	Деятельность психолога	Деятельность детей	Планируемый результат
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>
1. Знакомство	Упражнения, игры	Объяснение, эмпатическое слушание	Игровая, познавательная, развивающая	Создание эмоционально-благоприятной обстановки в группе. Знакомство и отражение детьми своей индивидуальности

Продолжение таблицы 9

1	2	3	4	5
2. Веселые игры	Игра, элементы драматизации	Объяснение, обучение, коррекция	Игровая, развивающая, проработка страхов	Снятие эмоционального и мышечного напряжения, снижение скованности и боязливости в движениях, развитие воображения. уменьшение степени выраженности страха, развитие коммуникабельности
3. Веселые игры	Игра, элементы драматизации	Объяснение, обучение, коррекция	Игровая, развивающая, проработка страхов	Снятие эмоционального и мышечного напряжения, снижение скованности и боязливости в движениях, развитие воображения. уменьшение степени выраженности страха, развитие коммуникабельности
4. Веселые игры	Игра, элементы драматизации	Объяснение, обучение, коррекция	Игровая, развивающая, проработка страхов	Снятие эмоционального и мышечного напряжения, снижение скованности и боязливости в движениях, развитие воображения. уменьшение степени выраженности страха, развитие коммуникабельности

Продолжение таблицы 9

1	2	3	4	5
5. Мир эмоций	Игры, элементы драматизации, упражнение	Объяснение, обучение	Игровая, познавательная, развивающая	Эмоциональное и мышечное расслабление, пантомимическое выражение эмоций, повышение позитивного настроения, развитие воображения, развитие коммуникабельности
6. Фотографии эмоций	Игры, упражнения	Объяснение, обучение, эмпатическое слушание	Игровая, познавательная, развивающая	Снятие эмоционального и мышечного напряжения. Умение определять эмоциональное состояние другого человека
7. Страшный сон	Игра, куклотерапия, упражнения	Объяснение, обучение, коррекция	Познавательная, развивающая проработка страхов	Снятие эмоционального и мышечного напряжения, актуализация и ослабление страха темноты и страшных снов, повышение самооценки ребенка.
8. Рисуем страх	Упражнение, арт-терапия	Объяснение, обучение, эмпатическое слушание коррекция	Познавательная, развивающая проработка страхов	.Актуализация и снятие страхов, снятия напряжения, развитие мышления, воображения, повышение самооценки ребенка.
9. Доктор Айболит	Игра, сказкотерапия, упражнение	Объяснение, эмпатическое слушание, коррекция	Познавательная, развивающая проработка страхов	Снятие эмоционального напряжения. Актуализация и снятие страхов медицинских процедур, повышение самооценки ребенка.

Продолжение таблицы 9

1	2	3	4	5
10. Больница.	Упражнения, игра	Объяснение, эмпатическое слушание, коррекция	Игровая, познавательная, проработка страхов	Актуализация и снятие страха медицинских процедур, общей боязливости, снятие напряжения, развитие коммуникабельности
11. Не боимся темноты	Упражнения, сказкотерапия, арт-терапия	Объяснение, коррекция	Познавательная, проработка страхов	Актуализация и снятие страха темноты. Снятие эмоционального напряжения
12. Засыпаю сам	Упражнение, сказкотерапия	Объяснение, коррекция	Познавательная, проработка страхов	Снятие эмоционального и мышечного напряжения. Актуализация и снятие страха темноты и засыпания в одиночестве
13. Сказочный сон	Упражнение, арт-терапия	Объяснение	Развивающая	Эмоциональное и мышечное расслабление, повышение позитивного настроения
14. Солнечный день	Упражнение, арт-терапия	Объяснение, эмпатическое слушание	Познавательная	Снятие эмоционального и мышечного напряжения, умение видеть и ценить свои положительные качества, повышение самооценки ребенка
15. Мы смелые	Упражнение, сказкотерапия	Объяснение, эмпатическое слушание, коррекция	Познавательная, Проработка страхов	Актуализация и снятие страхов, повышение самооценки ребенка

Продолжение таблицы 9

1	2	3	4	5
16. Хорошее настроение	Упражнение, игра	Объяснение, эмпатическое слушание	Познавательная, развивающая	Эмоциональное и мышечное расслабление, развитие коммуникабельности, доброжелательности

В рамках данной программы также был разработан перспективный план работы с родителями, представленный в таблице 10.

Таблица 10 – Перспективный план работы с родителями

№п/п	Тема	Форма работы
1	Детские страхи. Причины возникновения и особенности проявления страхов у детей дошкольного возраста	Родительское собрание
2	Дети с высоким уровнем проявления страхов	Индивидуальные консультации
3	Возрастные особенности проявления страхов. Способы преодоления страхов.	Групповой тренинг
4	Детские страхи. Как с ними справиться с помощью игры	Памятка для родителей
5	Упражнения для релаксации и снятия эмоционального и мышечного напряжения	Групповой тренинг
6	Рекомендации для родителей по проблеме страхов детей дошкольного возраста	Памятка для родителей

Мероприятия с родителями проводились раз в неделю. Продолжительность каждого мероприятия была 40 минут.

Программа предусматривает также работу с педагогами ДОО. Основная цель – повышение психолого-педагогической компетентности педагогов по вопросам воспитания и развития воспитанников, имеющих нарушения в эмоциональной сфере. Для данной цели организуется:

– совместное с психологом наблюдение за деятельностью воспитанников в различные режимные моменты;

– обучение педагогов объективной оценке поведения воспитанников при помощи опросника Г.П. Лаврентьевой,

Т.М. Титаренко;

– групповые тренинги, семинары практикумы и индивидуальные консультации по темам: «Виды и причины детских страхов», «Детские страхи и как их победить», «Арт-терапия как средство сохранения психологического здоровья детей», рекомендации педагогам по проблеме страхов детей дошкольного возраста и др.

Таким образом, нами была разработана и апробирована программа психолого-педагогической коррекции детей младшего дошкольного возраста, представляющую собой систему взаимосвязанных занятий, имеющих строго регламентированную структуру (Приложение 2). В результате реализации данной программы, должен заметно снизиться уровень выраженности страхов детей младшего дошкольного возраста, развиться коммуникативные навыки, установиться положительный эмоциональный настрой, повысится самооценка. Данное утверждение проверим на третьем этапе экспериментального исследования.

2.3 Анализ результатов психолого-педагогической коррекции страхов детей младшего дошкольного возраста

Для определения эффективности реализации программы психолого-педагогической коррекции страхов детей младшего дошкольного возраста нами был проведен контрольный эксперимент и получены данные, характеризующие динамику уровня детских страхов. Определение уровня страхов на контрольном этапе осуществлялось на основе того же диагностического инструментария, что и на констатирующем этапе.

Сравнительные результаты констатирующего и контрольного этапов экспериментального исследования эмоционального критерия переживания страхов детей младшего дошкольного возраста по методике «Выбери нужное лицо» (авторы: Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен) представлены в таблице 11.

Таблица 11– Сравнительные результаты констатирующего и контрольного этапов исследования эмоционального критерия по методике «Выбери нужное лицо» Р. Тэммпл, В. Амен, М. Дорки

Уровни	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	до внедрения программы	после внедрения программы	до внедрения программы	после внедрения программы
Высокий	27% (4 чел.)	7% (1 чел.)	27% (4 чел.)	27% (4 чел.)
Средний	46% (7 чел.)	53% (8 чел.)	53% (8 чел.)	53% (8 чел.)
Низкий	27% (4 чел.)	40% (6 чел.)	20% (3 чел.)	20% (3 чел.)

Для большей наглядности полученные результаты диагностики на этапе констатирующего и контрольного эксперимента представлены на рисунке 5.

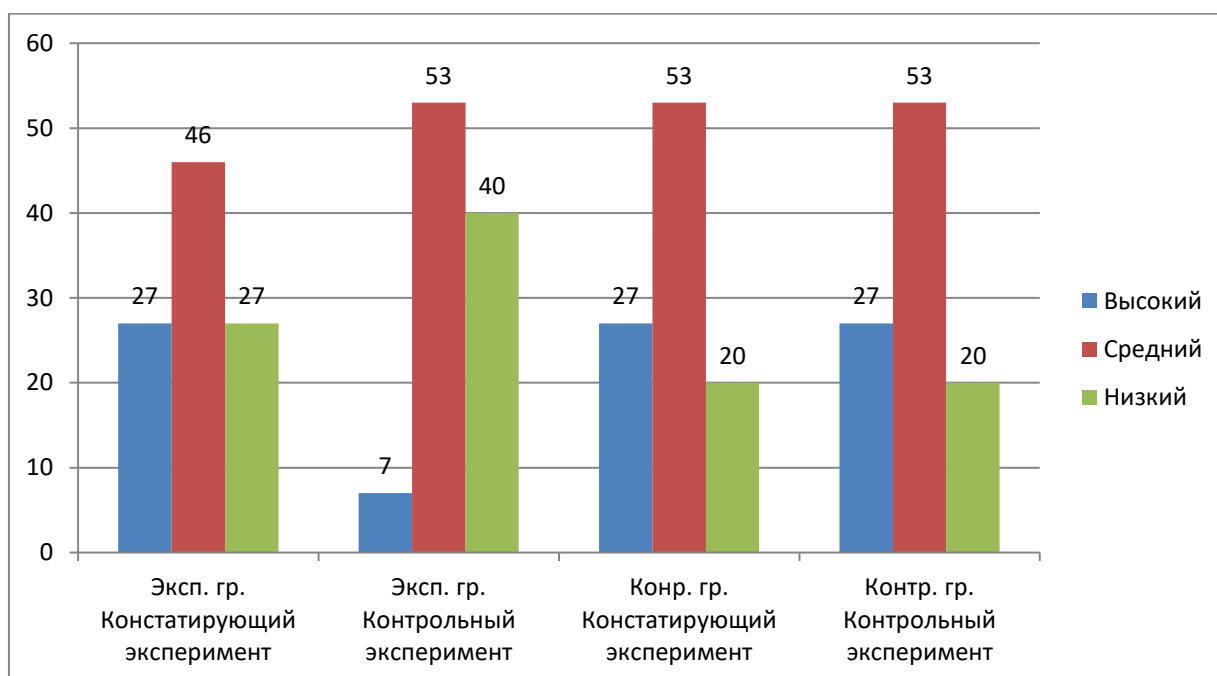


Рисунок 5 – Распределение результатов исследования уровня тревожности детей младшего дошкольного возраста по методике «Выбери нужное лицо» (Р. Тэммпл, М. Дорки, В. Амен) на констатирующем и контрольном этапах эксперимента

Анализ количественных данных, приведенных в таблице 11 и рисунке 5, позволил нам сделать следующие выводы. К высокому уровню отнесено 6% детей экспериментальной группы. По сравнению с констатирующим экспериментом количество уменьшилось на 21%. К

среднему уровню отнесено 53% детей экспериментальной группы. По сравнению с констатирующим экспериментом количество увеличилось на 7%. К низкому уровню отнесено 40%. детей. По сравнению с констатирующим экспериментом количество увеличилось на 13%. Результаты контрольного эксперимента зафиксировали изменения качественных показателей. В процессе выполнения задания дети в меньшей степени испытывали напряжение и беспокойство, меньше делали поправки, снизился отрицательный выбор рисунков, обладающих особым проективным значением и в ситуациях, моделирующих отношения «ребенок-взрослый».

Сравнительные результаты констатирующего и контрольного этапов экспериментального исследования поведенческого критерия переживания страхов детей младшего дошкольного возраста по методике «Уровень тревожности ребенка» (Лаврентьевой Г. П., Титаренко Т. М.) представлены в таблице 12.

Таблица 12 – Сравнительные результаты констатирующего и контрольного этапов исследования поведенческого критерия по методике «Уровень тревожности ребенка» Лаврентьевой Г.П. Титаренко Т.М.

Уровни	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	до внедрения программы	после внедрения программы	до внедрения программы	после внедрения программы
Высокий	20% (3 чел.)	6% (1 чел.)	13% (2 чел.)	13% (2 чел.)
Средний	67% (10 чел.)	47% (7 чел.)	60% (9 чел.)	60% (9 чел.)
Низкий	13% (2 чел.)	47% (7 чел.)	27% (4 чел.)	27% (4 чел.)

Для большей наглядности полученные результаты на этапе констатирующего и контрольного эксперимента представлены на рисунке 6.

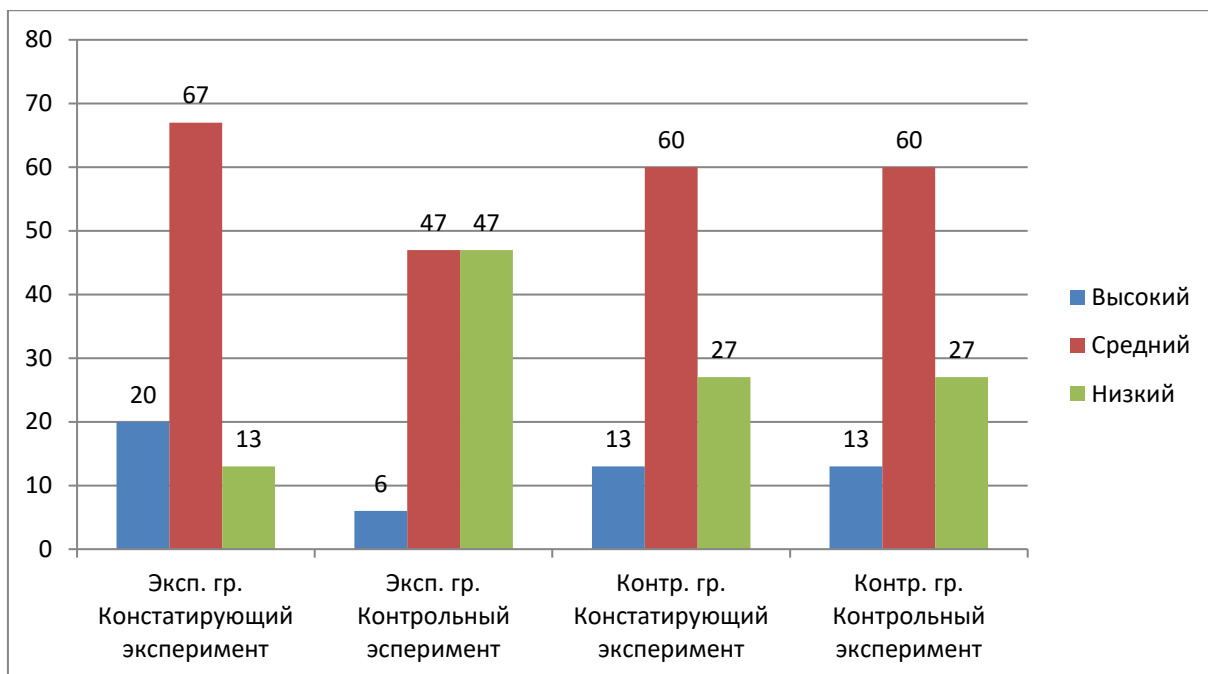


Рисунок 6 – Распределение результатов исследования уровня тревожности детей младшего дошкольного возраста по методике Лаврентьевой Г. П., Титаренко Т. М на констатирующем и контрольном этапах эксперимента

Анализ результатов анкетирования педагогов и родителей, приведенных в таблице 12 и рисунке 6, свидетельствует о значительных изменениях. Так, после формирующего эксперимента к высокому уровню отнесено 6% детей экспериментальной группы. По сравнению с констатирующим экспериментом количество уменьшилось на 14%. К среднему уровню отнесено 47% детей экспериментальной группы. По сравнению с констатирующим экспериментом количество детей в данной группе уменьшилось на 20%. К низкому уровню отнесено 47% детей. По сравнению с констатирующим экспериментом количество увеличилось на 34%. Результаты контрольного эксперимента зафиксировали изменения качественных показателей. Так, в процессе выполнения работы дети вели себя более уверенно, перестали бояться сталкиваться с трудностями, стали активнее проявлять себя на занятиях и других видах деятельности, меньше стали беспокоиться и плакать по пустякам, в новой обстановке, улучшился сон, стали быстрее засыпать, перестали жаловаться на страшные сны.

Сравнительные результаты констатирующего и контрольного этапов экспериментального исследования рефлексивного критерия переживания страхов дошкольников по методике «Страхи в домиках» (А.И. Захарова, М.А. Панфиловой) представлены в таблице 13.

Таблица 13 – Сравнительные результаты констатирующего и контрольного этапов исследования рефлексивного компонента по методике А.И. Захарова, М.А. Панфиловой

Уровни	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	до внедрения программы	после внедрения программы	до внедрения программы	после внедрения программы
Высокий	40% (6 чел.)	7% (1 чел.)	40% (6 чел.)	40% (6 чел.)
Средний	47% (7 чел.)	40% (6 чел.)	40% (6 чел.)	47% (7 чел.)
Низкий	13% (2 чел.)	53% (8 чел.)	20% (3 чел.)	13% (2 чел.)

Для большей наглядности полученные результаты на этапе констатирующего и контрольного эксперимента представлены на рисунке 7.

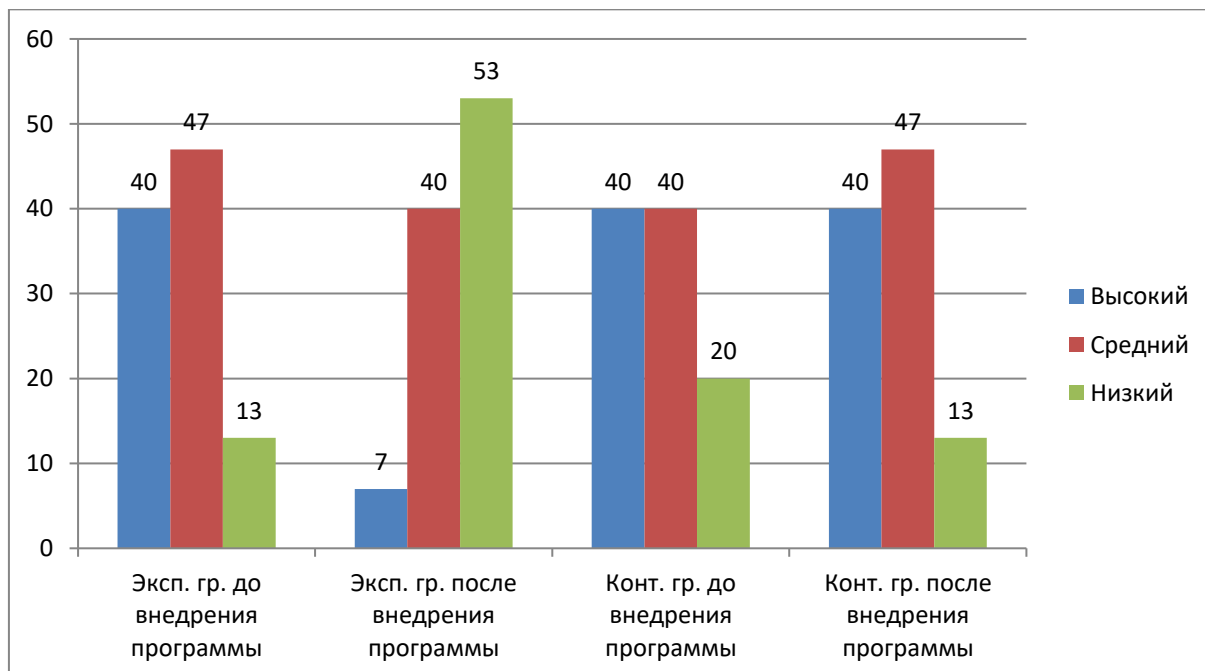


Рисунок 7 – Распределение результатов исследования уровня переживания страхов детей младшего дошкольного возраста по методике «Страхи в домиках» М.А. Панфиловой на констатирующем и контрольном этапах эксперимента

Анализ количественных данных, приведенных в таблице 13 и рисунке 7, позволил нам сделать следующие выводы. К высокому уровню отнесено 7% детей экспериментальной группы. По сравнению с констатирующим экспериментом количество уменьшилось на 34%. К среднему уровню отнесено 40% детей экспериментальной группы. По сравнению с констатирующим экспериментом количество уменьшилось на 7%. К низкому уровню отнесено 53% детей. По сравнению с констатирующим экспериментом количество увеличилось на 40%. Из таблицы видно, что уровень выраженности страхов скорректирован, а значит, уменьшилось негативное влияние страхов на психику ребенка.

Полученные данные на контрольном этапе исследования позволяют сделать выводы, что у детей младшего дошкольного возраста преобладают средний и низкий уровни выраженности страхов.

Для определения эффективности программы психолого-педагогической коррекции страхов детей младшего дошкольного возраста по методике Панфиловой М.А. «Страхи в домиках» был использован Т-критерий Вилкоксона.

Сформулируем рабочие гипотезы.

H_0 – интенсивность сдвигов в психолого-педагогической коррекции страхов детей младшего дошкольного возраста в направлении ее увеличения не превосходит интенсивность сдвигов в направлении ее уменьшения.

H_1 – интенсивность сдвигов в психолого-педагогической коррекции страхов детей младшего дошкольного возраста в направлении ее увеличения превосходит интенсивность сдвигов в направлении ее уменьшения.

$T_{эмп}=4$

Определяем критические значения T для $n=15$:

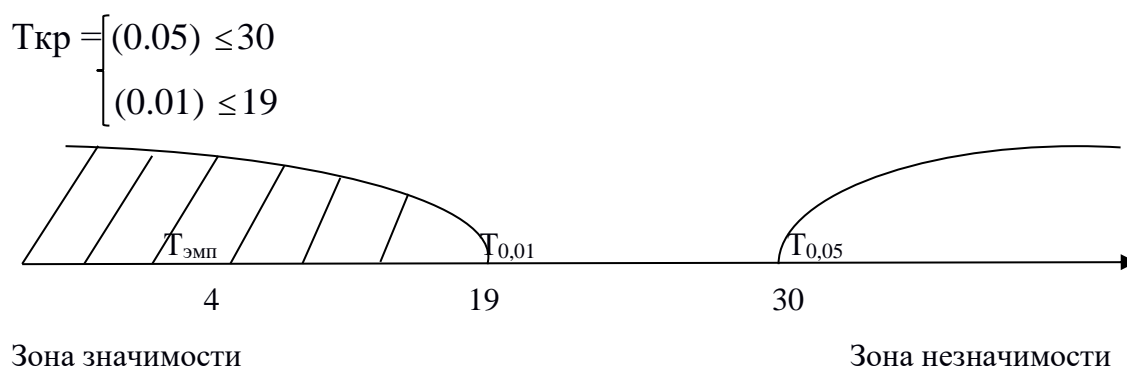


Рисунок 8 – Зона значимости $T_{эмп} \leq T_{кр}$

Эмпирическое значение критерия находится в зоне значимости, поэтому принимается альтернативная гипотеза: интенсивность сдвигов в психолого-педагогической коррекции страхов детей младшего дошкольного возраста в направлении ее увеличения превосходит интенсивность сдвигов в направлении ее уменьшения (Приложение 4).

Примеры эффективности программы психолого-педагогической коррекции страхов у детей младшего дошкольного возраста приведены в Приложении 5.

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

Выводы по главе 2

Экспериментальное исследование проблемы психолого-педагогической коррекции страхов детей младшего дошкольного возраста проходило в три этапа: констатирующий, формирующий и контрольно-обобщающий. На разных этапах исследования использовались психодиагностические методики: определение тревожности и страхов, авторов: Р. Тэмпл, В. Амен, М. Дорки; «Страхи в домиках», авторов А.И. Захарова и М.Панфиловой; и методика Г.П. Лаврентьевой и Т.М. Титаренко.

Констатирующий эксперимент состоял из трех этапов диагностирования в соответствии с исследованием эмоционального, поведенческого и рефлексивного критериев проявления страхов. Данные этапы заключались в выявлении присутствующих страхов и степени их выраженности. Эмоциональный критерий, который включает понимание ребенком своих чувств и эмоций, диагностировался методикой определения тревожности на основе теста Р. Тэмпл, В. Амен, М. Дорки, в результате которого был выявлен повышенный индекс тревожности у дошкольников (на высоком уровне – 20%, на среднем уровне – 67%, на низком уровне – 13%). Поведенческий критерий, который выражается во внешних проявлениях ребенка, диагностировался методикой Лаврентьевой Г.П. и Титаренко Т.М., подтвердил наличие тревожного состояния у детей, позволил выявить повышенный уровень выраженности страхов, которые воздействуют на психику ребенка и имеют отражение на физиологическом уровне (на высоком уровне – 20%, на среднем уровне – 67%, на низком уровне – 13%). Рефлексивный критерий, предполагающий признание ребенком наличия страхов и их последующее обесценивание, проверялся методикой Панфиловой М.А., которая помогла выявить основные страхи, определить их количество, а также сгруппировать (на высоком уровне – 40%, на среднем уровне – 47%, на низком уровне – 13%).

Входной диагностический контроль на констатирующем этапе эксперимента показал наличие высокого уровня переживания страхов детьми младшего дошкольного возраста и высокого уровня ситуативной и базовой тревожности по всем методикам.

Программа психолого-педагогической коррекции представляет собой систему взаимосвязанных занятий, выстроенных в определенной логике и направленных на психолого-педагогическую коррекцию страхов детей младшего дошкольного возраста дошкольного возраста.

По окончании формирующего этапа эксперимента нами была проведена повторная диагностика по определению уровня переживания страхов детей младшего дошкольного возраста. Нами были результаты, свидетельствующие о количественных и качественных изменениях исследуемых показателей. По методике «Выбери нужное лицо» (Р. Темпл, М. Дорки, В. Амена) количество детей с высоким уровнем ситуативной тревожности снизилось на 21%. Количество испытуемых со средним уровнем тревожности увеличилось на 7%, низкий уровень тревожности увеличился на 13%. По методике Г.П. Лаврентьевой и Т.М. Титаренко высокий уровень базовой тревожности снизился на 21%, средний уровень понизился на 20%, низкий уровень базовой тревожности увеличился на 34%. С помощью проективной методики «Страхи в домиках» (А.И. Захарова, М.А. Панфиловой) подтвердились изменения уровня переживания страхов испытуемых. Количество детей младшего дошкольного возраста с высоким уровнем переживания страхов снизилось на 34%, средний уровень переживания страхов снизился на 7%, низкий уровень увеличился на 40%.

Эффективность психолого-педагогической коррекции страхов детей младшего дошкольного возраста была проверена Т-критерием Вилкоксона, который подтвердил гипотезу.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

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

Решая первую задачу, проанализировали психолого-педагогическую литературу по проблеме изучения и коррекции страхов детей дошкольного возраста и определили, что наиболее значительный вклад в изучение данной проблемы внесли такие ученые как: В.И. Гарбузов, А.И. Захаров, И.В. Дубровина, О.А. Карабанова, А.С. Спиваковская, Г. Эберлейн, О.В. Хухлаева, А.Ю. Татаринцева, А.И. Ташева, Э. Ле Шан, П. Поппер, З. Фрейд, А. Фрейд, А. Фромм, К. Хорни и многие другие. В своем исследовании вслед за А.В. Петровским будем считать, что страх детей дошкольного возраста – это эмоция, которая возникает в ситуациях угрозы биологическому или социальному существованию человека, и направленная на источник действительной или воображаемой угрозы. Под психолого-педагогической коррекцией страхов детей дошкольного возраста мы понимаем особую форму психолого-педагогической деятельности, направленную на создание наиболее благоприятных условий для оптимизации психического развития личности ребенка, оказание ему специальной психологической помощи.

Решая вторую задачу мы определили что, основная причина, по которой возникают детские страхи это деструктивное поведение родителей по отношению к ребенку на ранней стадии его развития. Для младшего дошкольного возраста типична триада страхов – одиночества, темноты и замкнутого пространства. Также для этого возраста характерны страхи сказочных персонажей, высоты, боли, крови, врачей, уколов. Страхи в данном возрасте обусловлены интенсивным развитием эмоциональной сферы личности, воображения, образного мышления в сочетании с

наивностью и внушаемостью. Объекты страха сменяются с возрастом, на смену одним приходят другие. Для ребенка страх часто выступает препятствием для полноценной жизнедеятельности, держит в постоянном напряжении, сковывает активность, порождает неуверенность, осложняет полноценную коммуникацию, уменьшает познавательную активность и получение опыта. Достаточно обширное количество индикаторов страха помогает распознать наличие беспокоящей эмоции у детей дошкольного возраста и своевременно оказать психологическую помощь.

В предложенной нами структурно-функциональной модели психолого-педагогической коррекции страхов детей младшего дошкольного возраста все блоки (диагностический, организационно-коррекционный, аналитический), выполняющие определенную функцию, а также критерии (эмоциональный, поведенческий и рефлексивный) находятся во взаимосвязи и взаимозависимости в виде целостной, открытой и прагматичной системы, построенной по иерархическому принципу. Поэтапная реализация блоков, входящих в данную модель, позволяет получить общий достижимый результат – скорректированные до естественного уровня страхи дошкольников.

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

Эффективность коррекции страхов мы определяем динамикой следующих критериев:

- эмоционального (понимание ребёнком своих чувств);
- поведенческого (внешние проявления в игре, деятельности, общении);
- рефлексивного (признание наличия страха и его последующее

обесценивание).

Также был проведен констатирующий эксперимент, который состоял из трех этапов диагностирования в соответствии с исследованием каждого критерия. Данные этапы заключались в выявлении присутствующих страхов и степени их выраженности. Эмоциональный критерий, который включает понимание ребенком своих чувств и эмоций, диагностировался методикой определения тревожности на основе теста Р. Тэмпл, В. Амен, М. Дорки «Выбери нужное лицо», в результате которого был выявлен повышенный индекс тревожности у дошкольников (на высоком уровне – 27%, на среднем уровне – 46%, на низком уровне – 27%). Поведенческий критерий, который выражается во внешних проявлениях ребенка, диагностировался методикой Г.П. Лаврентьевой и Т.М. Титаренко, подтвердил наличие тревожного состояния у детей, позволил выявить повышенный уровень выраженности страхов, которые воздействуют на психику ребенка и имеют отражение на физиологическом уровне (на высоком уровне – 20%, на среднем уровне – 67%, на низком уровне – 13%). Рефлексивный критерий, предполагающий признание ребенком наличия страхов и их последующее обесценивание, проверялся методикой Захарова А.И., Панфиловой М.А. «Страхи в домиках», которая помогла выявить основные страхи, определить их количество, а так же сгруппировать (на высоком уровне – 40%, на среднем уровне – 47%, на низком уровне – 13%). Данный комплекс проведенных методик доказал необходимость внедрения психолого-педагогической программы коррекции страхов детей дошкольного возраста в практику детского сада.

Решая четвертую задачу, исходили из полученных данных констатирующего эксперимента, осуществили организацию и внедрение программы, которая представляет собой систему взаимосвязанных занятий, выстроенных в определенной логике и направленных на психолого-педагогическую коррекцию страхов детей младшего дошкольного возраста. Программа включает в себя групповые и

индивидуальных занятия. Целью всех занятий является психолого-педагогическая коррекция страхов детей младшего дошкольного возраста.

Решая пятую задачу, провели анализ результатов экспериментальной работы по психолого-педагогической коррекции страхов детей младшего дошкольного возраста.

По окончании формирующего этапа эксперимента нами была проведена повторная диагностика по определению уровня переживания страхов детей младшего дошкольного возраста. Нами были получены результаты, свидетельствующие о количественных и качественных изменениях исследуемых показателей. По методике «Выбери нужное лицо» (Р. Темпл, М. Дорки, В. Амен) количество детей с высоким уровнем ситуативной тревожности снизилось с 27% до 6%, количество испытуемых со средним уровнем тревожности увеличилось с 46 до 53%, количество испытуемых с низким уровнем тревожности увеличилось с 27 до 40%. По методике Г.П. Лаврентьевой и Т.М. Титаренко количество детей с высоким уровнем базовой тревожности снизилось с 20 до 6%, количество детей, имеющих средний уровень базовой тревожности снизилось с 67 до 47%, количество детей с низким уровнем базовой тревожности увеличилось с 13 до 47%. С помощью проективной методики «Страхи в домиках» (А.И. Захарова, М.А. Панфиловой) подтвердились изменения уровня переживания страхов испытуемых. Количество детей дошкольного возраста с высоким уровнем переживания страхов снизилось с 40 до 7%, количество детей со средним уровнем переживания страхов снизилось с 47 до 40%, количество детей с низким уровнем переживания страхов увеличилось с 13 до 53%. Эффективность психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста была проверена Т-критерием Вилкоксона, который подтвердил гипотезу.

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

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абрамова, Г.С. Возрастная психология / Г.С. Абрамова. - М.: Академический проект: АльмаМатер, 2005. – 702 с.
2. Абрамова, Г.С. Практическая психология. Учебник для ВУЗов и ССУЗов / Г.С. Абрамова. – М.: Прометей, 2018. – 540 с.
3. Алексеева, Е.Е. Психологические проблемы детей дошкольного возраста. Как помочь ребенку?: учебно-методическое пособие / Е.Е. Алексеева. – 2-е изд. – СПб.: Издательство Речь, 2008. – 283 с.
4. Андрусенко, В.А. Социальный страх (опыт философского анализа) / В.А. Андрусенко. - Свердловск.: Изд-во Урал. Ун-та, 1991. 172 с.
5. Бавина, Т.В. Детские страхи: Решение проблемы в условиях детского сада / Т.В. Бавина Е.И. Агаркова. –М.: АРКТИ, 2016. –64 с.
6. Бедрединова, С.В. Профилактика и коррекция страхов: учеб. пособие для академического бакалавриата / С.В. Бедрединова, А.И. Ташева. – 3-е изд., испр. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2018. – 180 с.
7. Божович, Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л.И. Божович. - М.: Наука, 2004. – 342 с. :ил.
8. Божович, Л.И. Проблема развития мотивационной сферы ребенка. Изучение мотивации поведения детей и подростков. / Л.И. Божович . - М.: Наука, 1972. – 204 с.
9. Вачков, И.В. Введение в сказкотерапию, или Избушка, избушка, повернись ко мне передом.../ И.В. Вачков. -2-е изд (эл.)-М.: Генезис, 2017-288с.
10. Вилюнас, В.К. Психология эмоциональных явлений: монография. / В.К. Вилюнас. – Издательство Моск. ун-та: 1976. -142 с.
11. Вологодина, Н.Г. Детские страхи и днем и ночью. / Н.Г. Вологодина. – Издательство: Феникс, 2006. -224 с.
12. Гарбузов, В.И. Нервные дети: Советы врача./ В.И. Гарбузов. - Л.: Медицина,1990.-176 с.

13. Гонеев, А.Д. Основы коррекционной педагогики. / А.Д. Гонеев и др. - М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 272 с.
14. Грановская, Р.М. Элементы практической психологии. / Р.М. Грановская. – 3-е изд., с изм. и доп. –СПб.: Свет, 1997. –608 с.
15. Грунина, С.О. Экотерапия как средство коррекции страхов детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата: учебно-методическое пособие / С.О. Грунина, Т.В. Киселева. – М.: ФОРУМ, 2011. -64 с.
16. Долгова, В.И. Готовность к инновационной деятельности в образовании / В.И. Долгова. – М. : КДУ, 2009. – 228 с.
17. Долгова, В.И. Модель психолого-педагогической коррекции страхов детей дошкольного возраста 5-6 лет / В.И. Долгова, Е.Г. Капитанец, Н.Б. Погорелова // Научнометодический электронный журнал «Концепт». – 2016. –Т. 7.
18. Дубровина, И.В. Возрастная и педагогическая психология: учебное пособие для студентов высших учебных заведений/ И. В. Дубровина, А. М. Прихожан, В. В. Зацепин. – М.: Академия, 2001. – 468с.
19. Дубровина И.В. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми: учеб. пособие. /И.В. Дубровина, А.Д. Андреева, Е.Е. Данилова, Т.В. Вохмянина. М.: Изд. Центр «Академия», 1998.- 160 с.
20. Дьяченко, О.М. Психическое развитие дошкольников / О.М.Дьяченко, Т.В. Лаврентьева. – М.: Педагогика, 1984.
21. Захаров, А.И. Дневные и ночные страхи у детей. / А.И. Захаров. Серия «Психология ребенка». —СПб.: СОЮЗ, 2000. —448 с.
22. Захаров, А.И. Игра как способ преодоления неврозов у детей / А.И. Захаров.- М.: Изд. КАРО, 2006.- 416 с.
23. Зубкова, А.С. Детские страхи: книга для родителей и педагогов / А.С. Зубкова, С.Г. Зубанова. –Ярославль: Академия развития, 2007. –128 с.
24. Изард, К.Э. Психология эмоций / Перев. с англ./ К.Э. Изард. – СПб.: Издательство «Питер», 1999. – 464 с.

25. Ильин, Е.П. Психология страха. / Е.П. Ильин: СПб. Серия «Мастера психологии», 2017. –81 с.
26. Карвасарский, Б.Д. Психотерапевтическая энциклопедия. / Б.Д. Карвасарский. – Издательство: Питер, 2006. – 944 с.
27. Колодич, Е.Н. Коррекция эмоциональных нарушений у детей и подростков: учеб. Пособие для студентов психологических факультетов, практических психологов. / Е.Н Колодич. – Мн.: РИПО, 1999. – 94 с.
28. Коломинский, Я.Л. Диагностика и коррекция психического развития дошкольника: учеб. Пособие. / Я.Л. Коломинский, Е.А. Панько, А.Н. Белоус и др. Под ред. Я.Л. Коломинского, Е.А. Панько.-Мн.: Ушвератэцкае, 1997. – 237 с.
29. Коломинский, Я.П. Развитие детей в норме и патологии: психологическая диагностика, профилактика и коррекция. / Я.П. Коломинский, Е.А. Панько, С.А. Игумнов. —СПб.: Питер, 2004.–480 с.
30. Колягина, В.Г. Арт-терапия и арт-педагогика для дошкольников./ В.Г. Колягина. Учебно -методическое пособие.-М.: Прометей, 2016.-164с.
31. Колягина, В.Г. Психология страхов дошкольников: монография / В.Г. Колягина. -М.:Прометей,2016.-40с
32. Копытин, А.И. Методы арттерапевтической помощи детям и подросткам. / А.И. Копытин, Е.Е. Свистовская.- М.: Издательство Когито-Центр, 2017. -197 с .
33. Крамер, Э. Арт-терапия с детьми / Э.Крамер. – М.: Владос, 2013. – 320 с.
34. Кряжева, Н.Л. Мир детских эмоций. Дети 5-7 лет. / Н.Л. Кряжева – Ярославль: Академия развития, 2000. - 208 с.
35. Кулинцова, И.Е. Коррекция детских страхов с помощью сказок / И.Е. Кулинцова. –М.: Сфера, 2008. –167 с.
36. Маклаков, А.Г. Общая психология: Учеб. пособие для студентов вузов и слушателей курсов психологических дисциплин / А.Г. Маклаков. - СПб.: Питер, 2013. - 583 с.

37. Марцинковская, Т.Д. Возрастная психология: учебное пособие для студентов учреждений высшего профессионального образования / Т. Д. Марцинковская. – М.: Академия, 2011. – 496 с.
38. Мухина, В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество / В.С. Мухина :Учебник для студ. вузов. —5-е ИЗД., стереотип. —М., 2000. -608 с.
39. Мухина, В.С. Психология дошкольника / В.С. Мухина // - М.: Просвещение, 1975. – 232 с.
40. Немов Р.С. Психологический словарь./ Р.С. Немов. - М.: гуманитар. изд.центр ВЛАДОС, 2007.-560с.
41. Немов, Р.С. Психология. Кн.1. Общая психология /Р.С. Немов. – М.: Просвещение: ВЛАДОС, 2012. – 628 с.
42. Овчарова, Р.В. Практическая психология образования: учеб. Пособие для студ. Психол. Фак. Университетов. / Р.В. Овчарова. М.: Изд. Центр «Академия», 2003.- 448 с.
43. Овчарова, Р.В. Психология сопровождения родительства. / Р.В. Овчарова – М.: Академия, 2005. – 368 с.
44. Осипова, А.А. Общая психокоррекция. учебное пособие / А.А. Осипова. -М.: ТЦ Сфера,2007. – 512с.
45. Петров, В.Ю. Методология и методы психологических исследований: Курс лекций. /В.Ю. Петров. -Шуя: «Весть», 2009. –195 с.
46. Петровский, А.В. Словарь по психологии / А.В. Петровский, М.Г. Ярошевский. -М.:Издательский центр «Академия», 2000. - 407 с.
47. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) «Об утверждении федерального государственного стандарта дошкольного образования» от 17 октября 2013 г. № 1155.
48. Рогов, Е. И. Психология человека. / Е.И. Рогов. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2011. – 320 с.
49. Рогов, Е.И. Настольная книга практического психолога: Учебное пособие: в 2 кн. / Е.И. Рогов. – М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2001 – кн. 2:

- Система работы психолога с детьми разного возраста. – 384 с.
50. Самойленко, И.В. Как победить детские страхи. Тренинг для родителей и педагогов /И.В. Самойленко. –Ростов н/Д : Феникс, 2012. –252 с.
51. Скотарева, Е.М. Психолого-педагогическая коррекция: теоретико-методологический аспект. Учеб. пособие для студ. психол. спец. / Е.М. Скотарева. – Саратов: Изд. Центр «Наука», 2007. – 72 с.
52. Слостенин, В.А. Введение в педагогическую аксиологию/ В.А. Слостенин, Г.И. Чижакова. – М.: Академия, 2006. – 192 С.
53. Слостенин, В.А. Педагогика: учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений / В.А. Слостенин, И.Ф. Исаев, Е.Н. Шиянов. – М.: Академия, 2007. – 576 с.
54. Смирнова, Е.О. Особенность общения с дошкольниками. / Е.О. Смирнова. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 160 с.
55. Смирнова, Е. О. Современный дошкольник: особенности игровой деятельности / Е.О. Смирнова // Дошкольное воспитание. – 2012. – № 4. – С. 70-73.
56. Спиваковская, А.С. Психотерапия: игра, детство, семья. / А.С. Спиваковская.- М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. – 304 с.
57. Татаринцева, А.Ю. Детские страхи: куклотерапия в помощь детям. / А.Ю. Татаринцева, М.Ю. Григорчук. – М., 2007. – 226 с.
58. Урунтаева, Г.А. Дошкольная психология: Учеб. пособие для студ. сред. пед.учеб.заведений / Г.А. Урунтаева. - 5-е изд., стереотип. - М.: Издательский центр «Академия», 2001. -336 с.
59. Урунтаева, Г.А. Практикум по детской психологии / Г.А. Урунтаева, Ю.А. Афонькина. – М.: Владос, 1995. – 296 с.
60. Ушинский, К.Д. Страх и смелость // К.Д. Ушинский. Избранные педагогические сочинения. М., 1974. Т. 1. 403 с.
61. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 28.06.2014) «Об образовании в Российской Федерации» (29 декабря 2012 г.).

62. Федотова, Н. Развитие игровой деятельности / Н. Федотова // Дошкольное воспитание. – 2003. – № 5. – С. 25-27.
63. Филиппова, Е. В. Принятие роли и переход от игровой деятельности к учебной / Е.В. Филиппова // Психологическая наука и образование. – 1996. – № 3. – С. 85-93.
64. Фокина, А.Н. Психолого-педагогическая коррекция страхов у детей дошкольного возраста [Текст] / А.Н. Фокина // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т. 10. – С. 286–290
65. Фрейд, З. Психология бессознательного. / З.Фрейд. -М.: Изд-во Моск. гос. ун-та, 2005.-288с.
66. Фролов, И.Т. Философский словарь. / И.Т. Фролов. 5-е изд.-М.: Политиздат, 1986. –590 с.
67. Хлыста, Е.А. Исследование страхов у детей старшего дошкольного возраста / Е.А. Хлыста // Е.А. Хлыста, Концепт. –2015. –№ 01.
68. Хосе, А.М. Анатомия страха. Трактат о храбрости». / А.М. Хосе. – М.: Астрель, 2010. -47 с.
69. Хухлаева, О.В. Коррекция нарушений психологического здоровья дошкольников и младших школьников / О.В. Хухлаева.- М.:Академия,2003.-184 с.
70. Хухлаева, О.В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции : учеб. пособие для студ. учреждений высш. проф. образования / О.В. Хухлаева. - 7-е изд., стер. - М.:Академия, 2011. - 208 с.
71. Цукерман, Г. А. Психологическое развитие / Г.А. Цукерман. - М.: Фирма «Интерпракс», 1995. – 288 с.
72. Шамилова, Г.А. Психодиагностика эмоциональной сферы личности / Г.А. Шамилова: Практическое пособие. М., 2006. -81 с.
73. Шишова, Т. Л. Страхи это серьезно. Как помочь ребёнку избавиться от страхов. / Т.Л. Шишова. - М.: «Издательский дом «Искатель», 1997. – 93 с.

74. Щербатых, Ю.В. Психология страха. / Ю.В. Щербатых. Популярная психология. –М.: ЭКСМО, 2004. -512 с.
75. Щербатых, Ю.В. Психофизиологические и клинические аспекты страха, тревоги и фобий. / Ю.В. Щербатых, Е.И. Ивлева. Воронеж, 1998. - 282 с.
76. Эберлейн, Гизела Страхи здоровых детей : Практ. пособие для родителей. / ГизелаЭберлейн, предисл. К.К. Платонова. -М.: Знание, 1981. - 192 с.
77. Эберлейн, Г. Эмоциональное развитие дошкольника. / Г. Эмберлейн: под ред. А. Д. Кошелевой. -М.: 1985. – С. 189.
78. Эйдемиллер, Э. Г., Юстицкис В. Психология и психотерапия семьи. / Э.Г. Эйдемиллер. - СПб.: Изд-во «Питер», 1999. — 656с.
79. Эльконин, Д.Б. Возрастная и педагогическая психология / Д.Б. Эльконин. – М.: Наука, 1992. – 386с.
80. Эльконин, Д.Б. Детская психология / Д.Б. Эльконин. – М.: Издательский центр «Академия», 2005. – 384 с. 74
81. Эльконин, Д. Б. Психология игры. /Д.Б. Эльконин. – М.: Владос, 1999. – 359 с.
82. Эльконин, Д. Б. Психическое развитие в детских возрастах: Избр. психолог. труды. / Д.Б. Эльконин: под ред. Фельдштейн Д.И. – М.: Ин-т практ. психологии; Воронеж: МОДЭК, 1997. – 414 с.
83. Юрчук, В.В. Современный словарь по психологии. / В.В. Юрчук. – Мн.: «Современное слово», 1998. – 768 с.
84. Якунин, В.А. Педагогическая психология: Учебное пособие / В.А. Якунин. - СПб.: Изд-во Михайлова В.А.: Изд-во «Полиус», 2011. - 349 с.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1
 Результаты констатирующего эксперимента

1. Методика определения уровня тревожности «Выбери нужное лицо», авторов: Р. Тэмпл, В. Амен, М. Дорки

Ребенок	Экспериментальная группа	Контрольная группа
1	Средний уровень	Высокий уровень
2	Высокий уровень	Средний уровень
3	Высокий уровень	Низкий уровень
4	Низкий уровень	Средний уровень
5	Средний уровень	Средний уровень
6	Средний уровень	Средний уровень
7	Низкий уровень	Высокий уровень
8	Средний уровень	Высокий уровень
9	Высокий уровень	Средний уровень
10	Средний уровень	Средний уровень
11	Высокий уровень	Низкий уровень
12	Средний уровень	Высокий уровень
13	Низкий уровень	Средний уровень
14	Низкий уровень	Низкий уровень
15	Средний уровень	Средний уровень

2. Методика Г.П. Лаврентьевой и Т.М. Титаренко
 «Уровень выраженности тревожного состояния и страхов»

Ребенок	Экспериментальная группа	Контрольная группа
1	Средний уровень	Высокий уровень
2	Высокий уровень	Низкий уровень
3	Высокий уровень	Низкий уровень
4	Низкий уровень	Средний уровень
5	Средний уровень	Средний уровень
6	Средний уровень	Средний уровень
7	Низкий уровень	Высокий уровень
8	Средний уровень	Средний уровень
9	Высокий уровень	Средний уровень
10	Средний уровень	Средний уровень
11	Средний уровень	Низкий уровень
12	Средний уровень	Средний уровень
13	Средний уровень	Средний уровень
14	Средний уровень	Низкий уровень
15	Средний уровень	Средний уровень

3. Методика выявления детских страхов «Страхи в домиках»
Авторы методики: А.И. Захаров и М.А. Панфилова

Ребенок	Экспериментальная группа	Контрольная группа
1	Средний уровень	Высокий уровень
2	Высокий уровень	Низкий уровень
3	Высокий уровень	Низкий уровень
4	Низкий уровень	Высокий уровень
5	Средний уровень	Средний уровень
6	Высокий уровень	Средний уровень
7	Низкий уровень	Высокий уровень
8	Средний уровень	Высокий уровень
9	Высокий уровень	Средний уровень
10	Средний уровень	Средний уровень
11	Высокий уровень	Низкий уровень
12	Высокий уровень	Высокий уровень
13	Средний уровень	Средний уровень
14	Средний уровень	Средний уровень
15	Средний уровень	Высокий уровень

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Программа психолого-педагогической коррекции страхов детей младшего дошкольного возраста

Пояснительная записка

Страх – это базовая человеческая эмоция, в которой заложен инстинкт самосохранения. Детские страхи – это обычное явление для детского развития. У любого нормально развивающегося ребенка, страх выполняет защитную и адаптивную функции: корректирует деятельность, поведение, ограждает ребенка от излишнего риска, защищает от опасных ситуаций, вероятности получения травм. Однако, доминирование этой эмоции приводит к отрицательным психологическим последствиям: развитию эмоциональной неудовлетворенности, к угасанию положительных эмоций (радость, восхищение, удивление, любознательность), тревожно-пессимистической оценке будущего. Ребенок становится настороженным, замкнутым, неуверенным в себе и своем окружении, подозрительным, заторможенным, конфликтным. Также детский страх, не проходящий длительное время, может перерасти в патологическое состояние – невроз страха. Поэтому очень важно родителям и педагогам вовремя предупредить развитие невротических отклонений в поведении детей и провести психолого-педагогическую коррекцию детских страхов.

Цель программы:

коррекция страхов у детей младшего дошкольного возраста (страхи темноты, медицинских процедур, животных, высоты, сказочных героев и т.д.).

Задачи программы:

1) ослабление или устранение имеющихся у дошкольников поведенческих и эмоциональных нарушений, проявляющихся в форме страхов;

2) развитие навыков психической саморегуляции и способности к конструктивному выражению эмоций, способствующих их более успешной адаптации к дошкольной организации и социуму;

3) формирование положительной самооценки дошкольников;

4) реализация творческого потенциала дошкольников;

5) повышение общей и психологической культуры ребенка в результате приобретения знаний о психологии общения, культуре чувств.

Программа базируется на следующих основополагающих принципах:

– принцип личностно-ориентированного подхода, нацеливающий на необходимость ориентироваться не на какую-то отдельную психическую функцию, а на личность в целом;

– принцип деятельностного подхода, ориентирующий психокоррекционный процесс на учет ведущего вида деятельности ребенка;

– принцип аксиологического подхода, признающий ребенка высшей общественной ценностью и направленный на развитие социально устойчивой, гуманной личности, раскрытие ее интеллектуального, творческого, нравственного потенциала;

– принцип единства диагностики и коррекции, обозначающий что психологическая диагностика и коррекция должны быть взаимодополняющими, а не исключаящими процессами;

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

– принцип активного привлечения ближайшего социального окружения к коррекционной работе с ребенком, рассматривающий родителей, педагогов и других близких ребенку лиц в качестве участников психологической коррекции;

– принцип комплексности методов воздействия, заключающийся

в применении разнообразных, эффективных методов, техник и приемов коррекционной работы с детьми дошкольного возраста;

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

Методические приемы, используемые в программе:

- подвижные и сюжетно-ролевые игры,
- психогимнастические упражнения (этюды),
- арт-терапия,
- релаксация,
- куклотерапия,
- сказкотерапия,
- функциональная музыка.

Основные этапы организации работы

Диагностический этап.

Диагностика воспитанников проводится с помощью следующего диагностического инструментария: методика «Выбери нужное лицо» (Тэмпл Р., Амен В., Дорки М.), опросник «Уровень тревожности ребенка» (Г.П. Лаврентьева, Т.М. Титаренко), методика «Страхи в домиках» (А.И. Захаров, М.А. Панфилова).

Коррекционный этап.

1. Групповые и индивидуальные занятия с детьми.
2. Групповые занятия и индивидуальные консультации с родителями.
3. Групповые занятия и индивидуальные консультации с воспитателями.

Контрольный этап.

1. Повторная диагностика, анализ результатов.

Таблица 1– Календарно-тематическое планирование

Неделя	Тема	Содержание
1 неделя	«Знакомство»	«Знакомство с друзьями» Игра «Волшебник»
	«Веселые игры»	Подвижная игра «Кто первый?» Подвижная игра «У медведя во бору»
2 неделя	«Веселые игры»	Игра «Дракончик» Игра «Раз-два-три, заяц, замри!»
	«Веселые игры»	Упражнение «Винт» Игра «Пещера»
3 неделя	«Мир эмоций»	Этюды «Эмоции» (удивление, печаль, гнев, вина, интерес, радость)
	«Фотографии эмоций»	Упражнение «Карусели» Упражнение «Фотографии эмоций»
4 неделя	«Страшный сон»	Психологическое занятие «Страшный сон»
	«Рисуем страх»	Рисование страха, работа с рисунком
5 неделя	«Доктор Айболит»	Упражнение «Льдинка» Сказка «Как заяц прививки испугался»
	«Больница»	Беседа-игра «Для чего нужно лечиться?» Сюжетно-ролевая игра «На приеме у врача»
6 неделя	«Не боимся темноты»	Упражнение «Черепашка» Сказка про зайчика, который боялся темноты Упражнение «Украшим темную ночь»
	«Засыпаю сам»	Упражнение «Черепашка спряталась» Сказка про мальчика, который боялся засыпать один
7 неделя	«Сказочный сон»	Упражнение «Волшебный сон» Рисование на тему: «Что увидели во сне»
	«Солнечный день»	Упражнение «Снежная баба» Упражнение «Солнышко»
8 неделя	«Мы смелые!»	Упражнение «Солдаты» Сказка о подсолнечном семечке
	«Хорошее настроение»	Упражнение «Танцы» Этюд «Шалтай-Болтай» Игра «Комплименты»

Время работы. Программа состоит из 16 занятий и рассчитана на срок 8 недель. Продолжительность занятий составляет 20 минут. Занятия проводятся два раза в неделю.

Форма проведения занятий. Занятия проводятся как в группе, так и индивидуально. Число детей в группе может колебаться от 5 до 8 человек.

Требования к педагогу-психологу. Педагог-психолог должен уметь уважительно относиться к чувствам, мыслям, поступкам, к личностям детей. Его работа будет продуктивной, если он сам с искренним удовольствием будет выполнять все упражнения, предлагаемые детям. Педагог-психолог должен постоянно наблюдать за каждым ребенком, помогать слабым: учить детей поддерживать товарищей, чтобы каждый во время занятий и после них чувствовал себя значимым, сильным, получал истинное удовольствие от совместных встреч с психологом.

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

Структура занятия:

1) Вводная часть.

Цели:

- создание в группе доверительной атмосферы;
- создание чувства общности с членами группы.

2) Основная часть.

Цель:

- психолого-педагогическая работа по коррекции страхов

Средства: беседы, игры, рисование, аппликации и пр.

3) Заключительная часть.

Цель:

- подведение итогов занятия: обсуждение совместного и личного опыта детей, систематизация полученных знаний, поддержание

самооценки.

Средства: рефлексия – рассказ каждого ребенка (самостоятельный или с помощью взрослого) о том, чему он научился, что ему было легко выполнить, а что трудно.

Содержание программы:

1. Групповые и индивидуальные занятия с детьми.

Занятие 1. «Знакомство» (групповое).

Цель: снять физическое и психическое напряжение, повышение позитивного настроения и сплочения детей, эмоциональное и мышечное расслабление.

Ход занятия

1. Водная часть

Ритуал приветствия: «Друг».

Педагог-психолог: Здравствуйте, ребята! Очень рада вас видеть. И прежде чем мы начнем занятие давайте поприветствуем друг друга:

Собрались все дети в круг,

Я – твой друг и ты мой друг.

Вместе за руки возьмемся

И друг другу улыбнемся!

(Взяться за руки и посмотреть друг на друга с улыбкой).

2. Основная часть

2.1. Упражнение «Знакомлюсь с друзьями». Каждый ребенок называет свое имя и говорит, что он больше всего любит.

В связи с тем, что в группу могут входить дети из всего детского сада, они могут не знать друг друга, их может недостаточно знать психолог. В таких случаях после произнесения ребенком своего имени и небольшого рассказа о себе каждому участнику группы торжественно вручают именную карточку, в которую вписывается его фамилия, имя, могут быть нарисованы его любимая игрушка или цветок. Карточки

позволяют детям и психологу быстрее запомнить имена детей в группе и ощутить свою значимость и комфорт от знания имен и информации, характеризующей других ребят.

2.2. Игра «Волшебник». Психолог предлагает первому ведущему вариант игры: «Представь, что ты – волшебник. В каких зверей (фрукты, овощи, игрушки и т.д.) ты превратил бы ребят?». В зависимости от того, в кого детей «превратил» ведущий, они изображают этот предмет». Психолог помогает пантомимически изобразить задание детям, которые затрудняются выполнить его.

3. Заключительная часть

Рефлексия. Дети сообщают, что нового он узнал на занятии, что ему было легко делать, что трудно, что понравилось больше и меньше всего.

Ритуал прощания: «Встретимся опять». Все дети дружно встают в круг, протягивают вперед левую руку, создавая пирамиду из ладошек и говорят традиционные слова: «Раз, два, три, четыре, пять – скоро встретимся опять!».

Занятие 2. «Веселые игры» (групповое).

Цель: помочь каждому ребенку в раскрепощении, развитии быстроту реакции, уменьшить эмоциональное напряжение, скованность, неуверенность в себе.

Ход занятия.

1. Вводная часть.

Ритуал приветствия: «Друг» (аналогично занятию 1 ч.1)

2. Основная часть.

2.1. Подвижная игра «Кто первый?». Дети выстраиваются в одну линию, а ведущий сообщает, что, как только он скажет «пусковое» слово, все должны прыгать в направлении двух стульев, с тем чтобы, проскакав между ними, вернуться и взять первым приз. «Пусковым» словом может быть одно из названий животных, цвета, предмета, мебели и т.д. Но прежде чем запустить игру, следует произнести другие слова,

чтобы создать элемент неизвестности, путаницы и вместе с тем неожиданности, внезапности. Например, ведущий выбирает в качестве пускового слово «Лягушка», всем это объявляет и начинает произносить: «Крокодил, бегемот, корова...» Затем внезапно говорит: «Лягушка» и все начинают движение. Во время прыжков участники игры создают препятствия друг другу, т.к. каждый стремится быть первым. Это вызывает азарт, смех, веселье. Физически слабым детям стоит находиться в середине, т.к. они могут быстрее или наравне со всеми добраться до стульев. Взрослый активно участвует в игре.

2.2. Подвижная игра «У медведя во бору». В начале игры выбирается «медведь», который садится на стул в другом конце комнаты и «спит». Игроки приближаются к медведю, имитируя сбор грибов и ягод, произносят слова:

У медведя во бору
Грибы, ягоды беру
А медведь не спит
Он на нас сердит
Корзинка опрокинулась
Медведь за нами кинулся!

После слов «медведь за нами кинулся» медведь догоняет игроков, которые должны добежать и укрыться в своих домиках (в качестве домиков можно использовать обручи). Тот, кого поймал медведь, становится новым «медведем».

Рефлексия (аналогично занятию 1, ч.3).

Ритуал прощания: «Встретимся опять» (аналогично занятию 1, ч.3).

Занятие 3. «Веселые игры» (групповое).

Цель: способствовать развитию спонтанности детей, развитие навыков взаимодействия в коллективе.

Ход занятия.

1. Вводная часть.

Ритуал приветствия: «Друг» (аналогично занятию 1 ч.1)

2. Основная часть.

2.1. «Дракончик». Дети стоят друг за другом, крепко держась за талию впереди стоящего. Первый ребенок – это голова дракона, последний – кончик хвоста. Основная задача – изловить хвост дракона. Если дракон не поймает свой хвост за определенное время, «голову» заменяет другой ребенок.

2.2. «Раз-два-три, заяц, замри!». Дети ходят по комнате. Ведущий говорит им: «Сейчас вы будете превращаться в тех животных, которых я назову. Когда я дам команду: «Раз-два-три, замри!» – вам нужно будет перестать двигаться и замереть. Например: «Попрыгайте как зайцы. А теперь – «Раз-два-три! Заяц, замри!» По команде ведущего дети замирают в позе зайца. Для маленьких детей позу показывает сам ведущий, старшие дети придумывают позы самостоятельно. Дальше ведущий может спросить детей, не боятся ли они превратиться в каких-нибудь больших зверей – волков, медведей, и после этого дать им команду «Раз-два-три! Медведь (волк), замри!».

Рефлексия (аналогично занятию 1, ч.3).

Ритуал прощания: «Встретимся опять» (см. занятие 1, ч.3).

Занятие 4. «Веселые игры» (групповое).

Цель: помочь каждому ребенку в раскрепощении, уменьшить эмоциональное напряжение, снять мышечные зажимы в области плечевого пояса, развитие коммуникативных навыков.

Ход занятия.

1. Вводная часть.

Ритуал приветствия: «Друг» (аналогично занятию 1 ч.1)

2. Основная часть.

2.1. Упражнение «Винт». Ход: «Давайте попробуем превратиться в винт. Для этого пятки и носки поставьте вместе. По моей команде «Начали!» будем поворачивать корпус то влево, то вправо. Одновременно

с этим руки будут свободно следовать за корпусом в том же направлении. Начали! Стоп!» Этюд сопровождается фрагментом «Пляска скоморохов» из оперы Н. Римского-Корсакова «Снегурочка».

2.2. Игра «Пещера». Для игры понадобятся покрывала или простыни (в два раза меньше, чем детей). Если детей нечетное количество, то к игре подключается психолог. Покрывала раскладывают на полу на некотором расстоянии друг от друга – это пещеры. Под звуки музыки дети свободно ходят по комнате. Как только музыка смолкает, нужно спрятаться под одеяло, причем в одной «пещере» может быть не более двух человек. Устанавливать время и торопить детей нельзя. Если они сами начинают суетиться, объясните, что спешить не надо. Затем снова звучит музыка, и они выходят из пещер. Игра повторяется. По правилам два раза с одним и тем же ребенком в пещеру забираться нельзя.

Рефлексия (аналогично занятию 1, ч.3).

Ритуал прощания: «Встретимся опять» (аналогично занятию 1, ч.3).

Занятие 5. «Мир эмоций» (групповое).

Цель: овладение навыками управления своей эмоциональной сферой: развитие у детей способности понимать свои и чужие эмоции, правильно их выражать, полноценно переживать.

Оборудование CD –проигрыватель, функциональная музыка.

Ход занятия.

1. Вводная часть.

Ритуал приветствия: «Друг» (аналогично занятию 1 ч.1)

2. Основная часть.

2.1. Этюды «Мои эмоции»

Этюд на выражение удивления «Фокус».

Психолог: «Мальчик очень удивился: он увидел как фокусник посадил в пустой чемодан кошку и закрыл его, а когда открыл чемодан, кошки там не было. Из чемодана выпрыгнула собака. Музыка Н. Ракова «веселый клоун».

Этюд на выражение страдания и печали «Ой, ой, живот болит!».

Гусеницы Вупсень и Пупсель съели вкусные, но немывтые яблоки. У них разболелись животы. Гусеницы жалуются: «Ой, ой, живот болит! Ой, ой, меня тошнит! Ой мы яблок не хотим! Мы заболели. Жалобы гусениц сопровождаются грустной мелодией М.Карасева «Жалабная песенка» из музыкальной сказки «Тим и Том». Выразительные движения: брови приподняты и сдвинуты, глаза прищурены, туловище согнуто, живот втянут, руки прижаты к животу, выражение лица грустное, жалобное.

Этюд на выражение гнева «Король Боровик не в духе».

Психолог читает стихотворение В. Приходько, а дети действуют согласно смыслу.

Шел король Боровик

Через лес напрямик.

Он грозил кулаком

И стучал каблуком.

Был король Боровик не в духе:

Короля покусали мухи.

Этюд на выражение чувства вины и стыда «Провинившийся».

Мальчик разбил вазу, и мама его ругает. Он чувствует свою вину.

Выразительные движения: брови приподняты вверх и сдвинуты, уголки губ опущены, голова наклонена вперед и втянута в плечи, плечи приподняты, ноги прямые, пятки сдвинуты, руки висят вдоль тела.

Этюд на выражение интереса «Лисичка».

Психолог: «Лисичка стоит у окна избушки, в которой живут котик с петушком, и подслушивает, о чем они говорят. Она очень сильно хочет узнать, когда Котик уйдет в лес, чтобы украсть Петушка.

Выразительные движения: Голова наклонена в сторону (слушает, подставляя ухо), взгляд направлен в другую сторону, рот полуоткрыт, нога выставлена вперед, корпус слегка наклонен вперед.

Этюд на выражение страха «Гроза».

За окном гроза. Хлещет дождь. Сверкают молнии. Грозно гремит гром. Один из детей изображает одинокого ребенка дома. Он стоит у окна. В момент сильного раската грома ему становится страшно. Звучит музыка М. Раухвергера «Гром».

Выразительные движения: голова запрокинута и втянута в плечи, глаза широко раскрыты, рот открыт, ладони как бы отгораживают от лица страшное зрелище. Но вот гроза закончилась, выглянуло солнышко. Ребенок доволен и радостен.

Этюд на выражение радости, удовольствия «Золотые капельки».

Психолог по музыку Д. Христова «Золотые капельки» рассказывает детям, что идет добрый, теплый, летний дождь. В его лучах пляшут капельки дождя. Из-за тучки выглянуло нежное солнышко, и дождь стал золотым, на небе появляется красавица-радуга. Детям предлагается подставить лицо воображаемому солнцу, золотым капелькам дождя, ощутить радость от встречи с природным явлением.

Замечания ко всем этюдам. Занятия на выражение эмоций следует начинать и завершать этюдами воспроизведения положительных эмоций: радости, удовольствия, счастья, переживания удачи и т.д.

Рефлексия (аналогично занятию 1, ч.3).

Ритуал прощания: «Встретимся опять» (аналогично занятию 1, ч.3).

Занятие 6. «Фотографии эмоций» (групповое).

Цель: научить детей узнавать и различать эмоциональные состояния (радость, огорчение, страх, гнев, удивление), развивать быстроту реакции, уменьшить эмоциональное напряжение, скованность, неуверенность в себе.

Материалы к занятию: набор фотографий (карточек) с изображением людей, находящихся в разных эмоциональных состояниях.

Ход занятия

1. Вводная часть.

Ритуал приветствия: «Друг» (см. занятие 1 ч.1)

2. Основная часть.

2.1. Упражнение «Карусели». Взявшись за руки, дети образуют круг. По сигналу они начинают движение по кругу, постепенно ускоряя шаг. Во время движения по кругу играющие хором произносят:

Еле-еле, еле-еле. Закружились карусели,

А потом, потом, потом –

Все бегом, бегом, бегом! (дети бегут 1-2 круга)

Тише, тише не спешите, карусель остановите.

Дети замедляют шаг со словами:

Вот и кончилась игра.

Остановка раз и два.

2.2. Упражнение «Фотографии эмоций». Для работы необходим набор фотографий (карточек) с изображением детей, находящихся в различных эмоциональных состояниях. В этих целях можно попросить детей принести фотографии из дома. Детям предлагается рассмотреть внимательно фотографию (карточку-рисунок) и определить, в каком эмоциональном состоянии находится человек, изображенный на данной фотографии. Следует обсудить с детьми возникшие варианты. Затем попросить детей придумать историю, которая произошла с этим человеком (ребенком), позволяющую понять причины данного эмоционального состояния, отображенного на фотографии (карточке-рисунке). Лучше, если таких причин будет несколько. Далее можно обсудить с ребенком, испытывали ли они подобные чувства и, если да, то при каких обстоятельствах.

В конце упражнения психолог должен попросить детей потянуться несколько раз, сесть, глубоко вдохнуть и встать.

Рефлексия (аналогично занятию 1, ч.3).

Ритуал прощания: «Встретимся опять» (аналогично занятию 1, ч.3).

Занятие 7. «Страшный сон» (групповое).

Цель: укрепление нервно-психического здоровья детей, формирования представления о страхах и путях их преодоления, учить распознавать различные состояния, читать эмоции других людей и свои собственные.

Оборудование: куклы Степашка, Хрюша, Волк, Баба-Яга, мешок страха, лист бумаги, фломастеры.

Ход занятия.

1. Вводная часть.

Ритуал приветствия: «Друг» (аналогично занятию 1 ч.1)

2. Основная часть.

2.1. Психологическое занятие «Страшный сон».

Психолог: « Дети, а вам снятся страшные сны? (Ответы детей.) Я приглашаю вас посмотреть, что же снится нашим любимым героям – Хрюше и Степашке. (дети рассаживаются вокруг стола, психолог начинает свой рассказ.) Хрюша спит так сладко. Но ему часто снятся страшные сны. (В темном углу появляется что-то страшное: Баба-Яга, Волк и все то, что называли дети перед этим. Хрюша дрожит и просыпается, осматривается кругом.)

Хрюша:

В темной комнате лежу,

Озираюсь и дрожу.

Что за чудище за креслом?

Как оно туда залезло?

Из-за шторы скалит зубы

Зверь мохнатый, страшный, грубый.

Это волк! Огромный злой,

Хочет пообедать мной.

(Хрюша залезает под одеяло.)

Он протягивает лапы...

Помогите, мама, папа!

Кубарем слетев с кровати,
Отыскал я выключатель.
Зажигаю яркий свет –
Никаких чудовищ нет!
Это кактус на окне
Показался волком мне!
Засмеялся я сначала,
А потом мне стыдно стало.
Быстро прыгаю в кровать.
Буду спать!

Психолог: «А теперь посмотрим, что происходит со Степашкой.
(Степашке снится что-то страшное. Он вскрикивает, вздрагивает, хочет проснуться. Просыпается и никак не может вспомнить, что же ему снилось.)

Степашка:
У страха глаза велики.
У страха не зубы –клыки.
У страха как бочка живот.
У страха желание есть-
Схватить, укусить, даже съесть!
Трусишка придумает страх
И жалобно ахает:
Ах!
А я ничего не боюсь.
Придумаю страх- и смеюсь!

– Я сейчас свой страх нарисую. Вот так! (Степашка рисует) Куда же его спрятать? Придумал! Спрячу его в мешок, а мешок выкину. Все, теперь можно ложиться спать.

Психолог: «Вот так Хрюша и Степашка справились со своими страхами.

Рефлексия (аналогично занятию 1, ч.3).

Ритуал прощания: «Встретимся опять» (аналогично занятию 1, ч.3).

Занятие 8. «Рисуем страх» (индивидуальное).

Цель: психологическая коррекция страхов путем демонстрации ребенку его силы, превосходства над предметами страха.

Материалы к занятию: листы бумаги, краски, ножницы, мешок.

Ход занятия

1. Вводная часть.

Ритуал приветствия

Здравствуй, друг, вот и я!

Мы хорошие друзья!

2. Основная часть.

2.1. «Рисование страха, работа с рисунком». Психолог просит ребенка нарисовать пугающий предмет и рассказать, что именно его в нем страшит. Обычно пугающий предмет помещается автором в центре рисунка, оказывается очень большим, заштрихованным, изолированным или включенным в страшный сюжет. Далее психолог предлагает нарисовать себя рядом с «чудовищем» и большего, чем оно, размера. «Страшилку» можно закрасить краской, скомкать, разрезать на мелкие кусочки или положить в мешок и выбросить.

Примерные вопросы психолога в ходе рисования:

- Хочешь порисовать? Что ты будешь рисовать? или
- О ком сегодня будет наша сказка? Кого ты хочешь нарисовать?
- Как его зовут? Чем он питается? Где он живет? В лесу, в море, в пустыне? На другой планете?
- Есть ли у него друзья? Нарисуй их. Как их зовут? Что они делают?
- Может быть, им надоело играть, и они решили погулять? Куда они пошли?
- Есть ли кто-нибудь, кого боится персонаж? Или кто-нибудь, кто ему не нравится? Кто? Нарисуй его. Почему он не нравится персонажу?

– Что можно сделать, чтобы этого не было? Может быть, нам понадобится волшебная палочка? У кого она может быть?

– Покажи, как персонаж (или персонаж, символизирующий добрые силы) держит волшебную палочку. Персонаж хочет что-нибудь сказать? Ведь теперь у него есть волшебная палочка! Он все может! Он сильнее всех! Он может, к примеру, превратить Злодея во что угодно! Или уменьшить его! А потом уже поговорить. А можно просто сказать злодею «Фу, убирайся!».

Если психолог чувствует, что ребенок переутомляется, а конца работе не видно, можно завершить развитие сюжета на промежуточном этапе. Например: «И тогда они сели отдохнуть...».

Рефлексия (аналогично занятию 1, ч.3).

Ритуал прощания: «Встретимся опять» (см. занятие 1, ч.3).

Занятие 9.«Доктор Айболит» (групповое).

Цель: способствовать сохранению нервно-психического здоровья детей, снять эмоциональную напряженность и чувство страха перед медицинскими процедурами.

Ход занятия

1. Вводная часть.

Ритуал приветствия: «Друг» (аналогично занятию ч.1)

2. Основная часть.

2.1. Упражнение «Льдинка». Психолог предлагает детям вдохнуть и сильно сжать ручки в кулачки, как будто зажать в ладошке ледышки. Ненадолго задержать дыхание и на выдохе предлагает расслабить кулачок. В руке должно появиться ощущение тепла – «Льдинка растаяла». Повторить 2-3 раза.

2.2. Сказка «Как зайчик прививки испугался»

Утром Зайчик выглянул во двор и первым, кого он увидел, была Белочка. Звери с Белочкой дружили. И Зайчик тоже. Но сегодня ... Он посмотрел на Белочку - и его сердце забилося, хвостик задрожал от страха.

На Белочке сегодня была шапочка с красным крестиком, белый фартук, а сбоку висела сумка с лекарствами. Это означало, что сегодня всем зверям она будет делать прививки.

Белочка была врачом. Она могла очень быстро добраться до любого зверя, даже когда зимой были большие сугробы и трудно было передвигаться по лесу, Белочка ловко прыгала с ветки на ветку, с дерева на дерево. Поэтому она своевременно могла помочь больному или сделать прививку здоровому зверьку. Зайчик понимал, что прививки делать надо, чтобы потом не заболеть. Но он все равно боялся. «Хорошо ежику, - думал он, - он смелый и всегда идет первым на прививку. Приговаривает: «Я не боюсь уколов». Зайчику очень хотелось быть таким, как Ежик. Но как?!

От страха он решил спрятаться от Белочки; прыгнул под елку и она накрыла его своими большими лапами-ветками. Сидит Зайчик тихо. Вдруг шорох в траве, и у елки остановился Ежик. Он начал как-то странно себя вести, ежик то сильно напрягал, сжимал лапки, закрывал глаза, как будто поднимал что-то очень тяжелое. И говорил: «Это я так очень боюсь!» А потом внезапно разжал лапки и начинал медленно дышать и говорить:

– Беги от меня, страх! Я ничего не боюсь!

Зайчик от удивления аж начал громко икать!

Зайчик: – Я, и не знал, что ты Ежик, тоже боишься. Все считают тебя смелым.

Ежик: – А я и есть смелый. Потому что смелый не тот, кто не боится, - отвечает ежик, а тот, кто может победить свой страх.

Зайчик: – Зачем ты напрягал лапки и все тело?

Ежик: – Потому что страх живет только в напряженном теле, а если расслабиться, то страх быстро покидает тебя, потому что ему больше негде жить. А еще страх очень боится смелых слов. Поэтому я и говорил:

– Я ничего не боюсь!

– Я тоже так хочу! – с завистью прошептал Зайчик. Ну, беги быстро, ищи Белочку и попробуй сделать, как я, – посоветовал Ежик. Зайчик напряг лапки, сильно закрыл глаза, потом снял с себя напряжение, расслабился.

– Беги от меня, страх! Я ничего не боюсь!

И побежал искать Белочку, чтобы первым сделать прививку.

Не тот смелый, кто не боится, а тот, кто преодолевает свой страх.

Вопросы психолога:

– О ком эта сказка?

– С кем дружил Зайчик?

– Кем работала Белочка? Что она делала в лесу?

– Что вызвало страх у Зайки?

– Как Зайчик решил избежать прививки?

– Правильно ли он сделал (поступил)?

Кого увидел Зайчик под елкой?

– Что говорил Ежик? Что Ежик посоветовал сделать Зайчику?

– Кто тебе больше всего понравился в сказке?

– Хотели бы вы быть похожими на наших героев? Почему?

– Случалось ли вам чего-то или кого-то бояться? Как вы себя вели? Кто помог вам преодолевать страх? Что вы чувствовали потом, когда все прошло? Расскажите, как радовалось ваше тело?

– Итак, дети, каждый из нас хоть иногда испытывает страх и это вполне естественно ... Но надо учиться побеждать, преодолевать свой страх, как его победил наш Зайчик в сказке.

– Дети, а кого в сказке можно назвать смелым?

– Да, и Ежика, и Зайку, потому что они победили свой страх. Потому что смелые не те, кто боится, а те, кто преодолевают свой страх.

Рефлексия (аналогично занятию 1, ч.3).

Ритуал прощания: «Встретимся опять» (аналогично занятию 1, ч.3).

Занятие 10. «Больница».

Цель: способствовать сохранению нервно-психического здоровья детей, снять эмоциональную напряженность и чувство страха перед медицинскими процедурами.

Оборудование: медицинские инструменты: термометр, шприц, вата, баночки с лекарствами, бинт, лейкопластырь, халат и чепчик для врача.

Ход занятия

1. Вводная часть.

Ритуал приветствия: «Друг» (аналогично занятию 1 ч.1)

2. Основная часть.

2.1. Беседа-игра «Для чего люди лечатся?», во время которой обсуждаются следующие вопросы:

– Как и для чего люди лечатся?

– Человек, к сожалению, не всегда бывает здоров. Почему?

– Зачем врачи назначают лекарства?

– Какими бывают лекарства? (таблетки, микстуры, порошки).

– Как нужно принимать лекарства? (длительность приема, время приема).

– Чем можно и нельзя запивать лекарства, прописываемые вовнутрь?

– Почему это нужно делать по правилам?

– Почему хорошо быть здоровым?

– Укол - это неприятно, а иногда и больно. Что можно сделать, чтобы не было больно и страшно? Нужно расслабиться, взять маму или другого близкого человека за руку, можно любимую игрушку прижать к себе во время укола, можно просто постараться отвлечься и посмотреть в окно, можно улыбнуться медсестре, можно представить себя на месте шприца – он (как и медсестра) тебе, точно друг...

2.2. Сюжетно-ролевая игра «На приеме у врача». Психолог предлагает поиграть, выбираются медсестра и доктор, остальные дети выполняют роль пациентов. Дети приходят на прием к доктору с жалобами на здоровье. Доктор осматривает больного, назначает ему лечение, а

медсестра выполняет его указания. Некоторые больные требуют стационарного лечения, их кладут в больницу.

Рефлексия (аналогично занятию 1, ч.3).

Ритуал прощания: «Встретимся опять» (аналогично занятию 1, ч.3).

Занятие 11. «Не боимся темноты» (групповое).

Цель: способствовать сохранению нервно-психического здоровья детей, снять эмоциональную напряженность и чувство страха перед темнотой.

Материалы для занятия: лист ватмана с темным фоном, фольга, клей.

Ход занятия

1. Вводная часть.

Ритуал приветствия: «Друг» (аналогично занятию 1, ч.1)

2. Основная часть.

2.1. Упражнение «Черепашка». Дети встают в круг и повторяют движения за психологом:

Шла по полю черепаха (дети сжимают руки в кулачки и кулачками спускаются по ногам до колен)

И дрожала вся от страха (руки в кулачках, трясется всем телом, изображая страх)

И сказала вдруг: «Кусь-кусь», (кисти рук складываются в «уточку»)

Ничего я не боюсь! (мотают головой из стороны в сторону).

2.2. Сказка про зайчика для детей, который боится темноты (автор В.М. Сертакова)

В одном лесу жил-был маленький Зайчик. Он был очень веселый. Целыми днями он прыгал и играл. У него было много друзей, и все его любили. Вечерами, когда становилось темно и все его друзья ложились спать, Зайчик начинал горько плакать. Он садился под кустиком, дрожал от страха и никак не мог заснуть.

Однажды вечером его плач услышала Птичка-Синичка. – О чем ты плачешь, маленький Зайчик? – спросила она его. – Мне страшно – кругом

темно и никого нет вокруг. Все спят, со мной никто не играет, — отвечал Зайчик.

Услышав такой ответ, Птичка-Синичка спустилась с дерева, раскинула свои крылышки и сказала:

– Посмотри, маленький Зайчик, когда я раскрываю крылья, они создают тень, и под ними становится темно. А на небе живет большая Птица-Ночь. Когда она раскрывает свои крылья, на всей земле становится темно. Птица-Ночь очень добрая. Весь день она наблюдает, как жители леса прыгают и играют. А когда Ночь замечает, что они устали, то распахивает свои крылья, становится темно, и все ложатся отдыхать. И ты, Зайчик, тоже ложись спать. Когда ты отдохнешь, добрая Птица-Ночь это заметит сверху, сложит свои крылья, станет светло, и ты опять будешь играть со своими друзьями весь день.

Зайчик послушал Птичку-Синичку и больше никогда не плакал, когда становилось темно.

2.3. Упражнение «Украсим темную ночь» (совместная аппликация)
Психолог: «Посмотрите, вот у нас темно-синий лист бумаги, совсем как темная ночь. Давайте украсим темную ночь месяцем и звездами, и темная ночь станет светлой и красивой. На темном ватмане выкладываются шарики и месяц из фольги. Рассматривание работы.

Рефлексия (аналогично занятию 1, ч.3).

Ритуал прощания: «Встретимся опять» (аналогично занятию 1, ч.3).

Занятие 12. «Засыпаю сам!» (групповое).

Цель: способствовать сохранению нервно-психического здоровья детей, снять эмоциональную напряженность и чувство страха перед темнотой и засыпанием в одиночестве.

Ход занятия

1. Вводная часть.

Ритуал приветствия: «Друг» (аналогично занятию 1 ч.1)

2. Основная часть.

2.1. Упражнение «Черепашка спряталась». Дети стоят вместе с психологом в кругу. Психолог показывает, как играть: на вдохе вместе с детьми поднимает плечи и как можно выше (черепашка прячет голову). Считают до 10 и опускают плечи (черепашка выглянула из домика). Выполняется 2-3 раза.

2.2. Сказка про мальчика, который боялся засыпать один».

Маленький Сережа лежал под одеялом и весь дрожал. На улице было темно. И в комнате у Сережи тоже было темно. Мама положила его спать и сама спала в своей комнате. А Сережа никак не мог заснуть. Ему казалось, что в комнате кто-то есть. Мальчик казалось, что он слышал, как в углу что-то шуршит. И ему становилось еще страшнее, и даже маму позвать он тоже боялся.

Вдруг прямо на Сережину подушку приземлилась яркая небесная звезда.

– Сережа, не дрожи, - шепотом сказала она.

– Я не могу не дрожать, мне страшно, - прошептал Сережа.

– А ты не бойся так - сказала звезда и осветила своим мерцанием всю комнату. - Смотри, ни в углу, ни под шкафом никого нет!

– А кто это шуршал?

– Никто не шуршал, это к тебе проник страх, но его очень легко прогнать.

– Как? Научи меня, - попросил яркую звезду мальчик.

– Есть одна песенка. Только становится тебе страшно, сразу же начинай ее петь! - Так сказала звезда и запела:

Живет в лесу темном страшный маленький страх,

Живет он у болота в темных кустах.

И из леса не показывается страшный маленький страх,

Пугается страх света - сидит в своих кустах.

А еще боится смеха страшный маленький страх,

Как только рассмеешься ты, исчезает страх в кустах!

Сначала Сережа слушал песенку звезды, а затем и сам спел с ней. Именно тогда страх исчез из Сережиной комнаты, и мальчик сладко заснул.

С тех пор Сережа не боится засыпать в комнате без мамы. А если вдруг к нему снова придет страх, поможет волшебная песенка!

Рефлексия (аналогично занятию 1, ч.3).

Ритуал прощания: «Встретимся опять» (аналогично занятию 1, ч.3).

Занятие 13. «Сказочный сон» (групповое).

Цель: снять физическое и психическое напряжение, повышение позитивного настроения, эмоциональное и мышечное расслабление.

Материалы к занятию: магнитофон, функциональная музыка, альбомные листы, краски.

Ход занятия

1. Вводная часть.

Ритуал приветствия: «Друг» (см. занятие 1 ч.1)

2. Основная часть.

2.1. Упражнение «Волшебный сон».

Ведущий, читая стихи, просит детей закрыть глаза.

Реснички опускаются...

Глазки закрываются...

Мы спокойно отдыхаем (2 раза)

Сном волшебным засыпаем.

Дышим легко, ровно, глубоко.

Напряжение улетело и расслаблено все тело (2 раза)

Будто мы лежим на травке,

На зеленой мягкой травке...

Греет солнышко сейчас...

Руки теплые у нас...

Жарче солнышко сейчас...

Ноги теплые у нас...

Дышим легко... ровно... глубоко...

(длительная пауза)

Мы спокойно отдыхали,

Сном волшебным засыпали.

Хорошо нам отдыхать!

Но пора уже вставать!

Крепче кулачки сжимаем,

Потянуться, улыбнуться!

2.2 Рисование на тему «Что увидели во сне»

Рефлексия (см. занятие 1, ч.3).

Ритуал прощания: «Встретимся опять» (см. занятие 1, ч.3).

Занятие 14. «Солнечный день» (индивидуальное).

Цель: научить ребенка видеть и ценить свои положительные качества, повышение уверенности в своих силах.

Материалы к занятию: лист бумаги, фломастеры.

Ход занятия

1. Вводная часть.

Ритуал приветствия.

Здравствуй, друг, вот и я!

Мы хорошие друзья!

2. Основная часть.

2.1. Упражнение «Снежная баба».

Из этого упражнения психолог делает небольшую игру, катая при этом с ребёнком по полу воображаемые комья снега. Затем вместе с ребенком психолог лепит снежную бабу, а ребенок ее изображает.

Примерные реплики психолога:

– Слепили дети во дворе снежную бабу. Красивая снежная баба получилась (нужно попросить ребенка изобразить снежную бабу). Есть у нее голова, туловище, две руки, которые чуть торчат в стороны, и стоит она на двух крепких ножках... Ночью подул ветер холодный-холодный, и стала наша баба замерзать. Сначала у нее замерзла голова (попросить ребенка напрячь голову и шею), потом плечи, потом туловище. А ветер дует все сильнее, хочет разрушить снежную баба. Улетел ветер, наступило

утро, выглянуло солнышко и решило бабу отогреть. Стало солнышко припекать, и начала наша снежная баба таять. Сначала стала таять голова (ребёнок свободно опускает голову) затем и остальные части тела (проделывает то же самое с остальными частями тела).

2.1. Упражнение «Солнышко».

Материалы к занятию: альбомный лист, карандаши или фломастеры. Попросите ребёнка нарисовать солнышко с лучами. Никаких требований к рисунку не предъявляется, ребёнок рисует солнышко где угодно в пределах листа и чем ему нравится. Пусть ребёнок немного расскажет о солнышке.

– Солнышко — какое оно?

– Яркое, жёлтое, красное, доброе, тёплое, радостное.

– А теперь представь, что солнышко— это ты. У солнышка твоё имя.

Пусть ребёнок подпишет, если умеет, своё имя на солнышке. Если писать он ещё не умеет, то имя подпишите сами. У солнышка обязательно должны быть лучи. Если их немного, то подрисуйте до 7-9 лучиков.

– Ты перечислил, какое солнышко замечательное: тёплое, светлое, доброе. Давай подпишем каждый лучик солнышка, называя какое-то твоё замечательное качество. Какой ты?

Ребёнок может не сразу ответить. Помогите ему, сказав, например: «Я считаю, что ты добрый. А ещё какой?»

Каждое названное вами или ребёнком качество подписывается вдоль лучика. Задача: постараться, чтобы каждый лучик был назван. И позвольте ребёнку немного пофантазировать. В упражнении «Солнышко» работать нужно только на позитиве.

Рефлексия (аналогично занятию 1, ч.3).

Ритуал прощания: «Встретимся опять» (аналогично занятию 1, ч.3).

Занятие 15. «Мы – смелые» (групповое).

Цель: снижение чувства тревоги и страха, повышение позитивного настроения у детей при взаимодействии с друг другом, способствовать самовыражению детей.

Материалы к занятию: магнитофон, функциональная музыка.

Ход занятия

1. Вводная часть.

Ритуал приветствия: «Друг» (аналогично занятию1, ч.1)

2. Основная часть.

2.1. Упражнение «Мы – солдаты».

Психолог просит ребят представить себе, что они превратились в солдат, защищающих свою страну, и им нужно четко выполнять приказы своего командира. Когда звучит команда «По коням!» - они должны громко топтать, по команде «В разведку!» - шептать «тсс», по команде «В атаку!» - кричать «Ура!», по команде «За пулеметы!» - хлопать в ладоши.

2.4. Сказка о подсолнечном семечке (автор Хухлаева О.В.)

В огороде на высоком подсолнухе жила большая семья семечек. Они жили дружно и весело.

Однажды – дело было в конце лет – а их разбудили странные звуки. Это был голос Ветра. Он шелестел все громче и громче. «Пора! Пора!! Пора!!!» – звал Ветер.

Семечки вдруг поняли, что им действительно пора покидать корзинку родного подсолнуха. Они заторопились и стали прощаться друг с другом.

Одних забирали птицы, другие улетали вместе с ветром, а самые нетерпеливые сами выпрыгивали из корзинки. Те, кто остался, с увлечением обсуждали предстоящее путешествие и то неизвестное, что ожидало их. Они знали, что их ждет какое-то необычайное превращение.

Только одно семечко грустило. Ему не хотелось покидать родную корзинку, которую все лето грело солнышко, и в которой было так уютно.

«Куда вы торопитесь? Вы никогда раньше не покидали дома и не знаете, что там, снаружи! Я никуда не собираюсь уходить! Я останусь здесь!» – говорило оно.

Братья и сестры смеялись над семечком, говорили: «Ты трус! Как можно отказаться от такого путешествия?». И с каждым днем в корзинке их оставалось все меньше и меньше.

И вот, наконец, пришел день, когда семечко осталось в корзинке одно-одинешенько. Никто над ним больше не смеялся, никто не называл его трусом, но и никто не звал его больше с собой. Семечку вдруг стало так одиноко! Ах! Ну почему оно не покинуло корзинку со своими братьями и сестрами! «Может я и правда трус?» – думало семечко.

Пошел дождь. А тут еще и похолодало, и ветер стал злым и уже не шептал, а свистел: «Торопис-с-с-с-сь!». Подсолнух гнулся до земли под порывами ветра. Семечку стало страшно оставаться в корзинке, которая, казалось, вот-вот оторвется от стебля и покатится неизвестно куда.

«Что будет со мной? Куда унесет меня Ветер? Неужели я больше никогда не увижу своих братьев и сестер? – спрашивало оно себя. – Я хочу быть вместе с ними. Я не хочу оставаться здесь один. Неужели я не смогу преодолеть свой страх?».

И тут семечко решилось. «Будь, что будет!» – и, собравшись с силами, прыгнуло вниз.

Ветер подхватил его, чтобы оно не ушиблось, и бережно опустил на мягкую землю. Земля была теплой, где-то наверху Ветер уже завывал, но отсюда его шум казался колыбельной песней. Здесь было безопасно. Здесь было так же уютно, как когда-то в корзине подсолнуха, и семечко, утомленное и измученное, незаметно для себя уснуло.

Проснулось семечко ранней весной. Проснулось и не узнало самого себя. Теперь это было уже не семечко, а нежный зеленый росток, который тянулся к ласковому солнцу. А вокруг было множество таких же ростков, в которые превратились его братья и сестры-семечки.

Они все были рады встретиться снова, а особенно они радон вались нашему семечку. И теперь уже никто не называл его трусом. Все говорили ему: «Ты молодец! Ты оказался таким смелым! Ведь ты остался один, и некому было тебя поддержать». Все гордились им.

И семечко было очень счастливо.

Вопросы для обсуждения

Чего боялось семечко? Что решило сделать семечко? Правильно ли оно поступило или нет? Чтобы произошло, если бы семечко продолжало бояться?

Рефлексия (аналогично занятию 1, ч.3).

Ритуал прощания: «Встретимся опять» (аналогично занятию 1, ч.3).

Занятие 16. «Хорошее настроение» (групповое).

Цель: снижение чувства тревоги и страха у детей при взаимодействии с друг другом, обучение расслабляющим и выразительным движениям, развитие коммуникабельности и доброжелательности.

Материалы к занятию: магнитофон, функциональная музыка,

Ход занятия

1. Вводная часть.

Ритуал приветствия: «Друг» (аналогично занятию 1 ч.1)

2. Основная часть.

2.1. Упражнение «Танцы».

Дети свободно располагаются в комнате. Начинает звучать ритмичная

музыка, постепенно громкость увеличивается. Под музыку дети могут двигаться и кричать, как им хочется. Единственное условие нельзя касаться других детей и предметов. Примерно через 30 секунд музыка стихает – дети замирают. Затем звучание возобновляется – дети вновь начинают движение. Количество повторов и их продолжительность зависят от степени возбуждения детей и их готовности «выплеснуть» эмоции.

2.2. Этюд на расслабление «Шалтай-Болтай».

Дети стоят лицом друг к другу и под ритмичный стишок С. Маршака «Шалтай-Болтай» воспроизводят расслабленные движения конечностями и туловищем. При произнесении психологом слов «свалился во сне» ребята падают на маты.

Шалтай-Болтай

Сидел на стене

Шалтай-Болтай

Свалился во сне.

2.3. Игра «Комплименты».

Психолог объясняет детям значение слова «комплимент» (добрые, приятные слова, которые говорят человеку о нем). Дети садятся в круг, передают мячик по кругу, делая комплименты друг другу. Желательно учить детей описывать не только внешний вид друг друга, а называть положительные черты характера своих друзей. И ребенок, которому сказали комплимент, благодарит. Если детям трудно выразить комплимент, то это должен сделать психолог.

Рефлексия (аналогично занятию 1, ч.3).

Ритуал прощания.

Мы играли, веселились,

Танцевались и резвились

А теперь пришла пора попрощаться нам друзья!

2. Групповые и индивидуальные занятия с родителями.

Родительское собрание на тему: «Детские страхи. Причины возникновения и особенности проявления страхов у детей дошкольного возраста».

Цель: повысить уровень осведомленности родителей по проблеме – "детские страхи".

Задачи:

- познакомить с определением "детский страх" и причинами их появления;
- познакомить родителей с признаками наличия у ребёнка проявлений страха;
- познакомить родителей с методиками преодоления детских страхов;
- познакомить родителей с результатами диагностики;
- способствовать формированию у родителей желания помочь собственному ребёнку в преодолении застенчивости и неуверенности.

Ход собрания.

- Уважаемые родители, преследуют ли вас страхи? Конечно, это риторический вопрос. Ведь страх, тревога — это такие же проявления эмоции, как радость, восхищение, удивление. В последнее время психологи отмечают рост числа устойчивых страхов, с которыми мы не можем справиться. Но в отличие от взрослых страхов, детские, если к ним правильно относиться, вовремя выяснить причины появления, могут исчезнуть бесследно.

Страх – психическое состояние, связанное с выраженным проявлением астенических чувств (тревоги, беспокойства и др.) в ситуациях угрозы биологическому или социальному существованию индивида и направленное на источник действительной или воображаемой опасности. Многие из них проходят со временем и вызывают во взрослом возрасте лишь улыбку.

Есть даже понятие возрастных страхов – типичных для определенного этапа развития и отражающих познания детей об окружающем мире. По их наличию можно судить о соответствии психического и умственного развития ребенка своим годам. Но есть и такие, что мешают нормальной деятельности ребенка, его адаптации в коллективе и накладывают отпечаток на всю дальнейшую жизнь. Каждый из нас прямо или косвенно встречался с проявлениями детских страхов, будь это страх темноты или боязнь людей в белых халатах, страх

одиночества или чего-то неизвестного, а значит непременно страшного. Как правило, реакция взрослых на детские страхи бывает самой разной. Одни родители начинают паниковать и сразу же принимаются давать ребенку успокоительные препараты. Другие попросту не обращают никакого внимания на переживания ребенка, считая со временем, это пройдет само собой, третьи же начинают ругать, и даже наказывать ребенка, полагая, что все страхи ребенок выдумал с целью получить определенные послабления в дисциплине и дополнительные привилегии. Сегодня мы вместе попробуем выявить причины появления страха у детей и подумаем, как можно помочь ребёнку избавиться от уже существующих страхов и предотвратить появление новых.

О том, что ребенок испытывает страх, свидетельствует следующее:

- не засыпает один, не разрешает выключать свет;
- часто закрывает уши ладонями;
- прячется в угол за шкаф;
- отказывается от участия в подвижных играх;
- не отпускает маму от себя;
- беспокойно спит, кричит во сне;
- не хочет знакомиться и играть с другими детьми;
- отказывается общаться с незнакомыми взрослыми людьми, проходящими в дом;
- категорически отказывается принимать незнакомую пищу.

Есть и другие признаки страхов, но в каждом случае могут быть и свои индивидуальные проявления.

Выявление страхов у детей.

- В чём проявляется возникновение страхов, что вы чувствуете, когда ощущаете всё возрастающее беспокойство?

Внутри все холодеет, «тело наливается свинцом», ладони становятся влажными. Но, к сожалению, ощущения ребенка нам не доступны. По

каким внешним признакам мы можем выявить, испытывает ли в данный момент ребенок чувство страха?

- Ребенок теряет, когда его спрашивают, не находит нужных слов для ответа на вопросы, говорит дрожащим голосом, а часто замолкает совсем. Он может совершать много лишних движений или, наоборот, становится неподвижным, выражение его лица становится испуганным.

Причины детских страхов также разнообразны. Их появление прямо зависит от жизненного опыта ребенка, степени развития самостоятельности, воображения, эмоциональной чувствительности, склонности к беспокойству, тревожности, робости, неуверенности. Чаще всего страхи порождаются болью, инстинктом самосохранения. Большинство из них обусловлено возрастными особенностями развития и носит временный характер. Детские страхи, если к ним правильно относиться, понимать причины их появления, чаще всего исчезают без следа.

Однако наряду с такими страхами существуют другие — устойчивые невротические страхи. Это страхи, с которыми не может справиться ни ребенок, ни взрослый. Они служат сигналом неблагополучия, говорят о нервной и физической ослабленности ребенка, неправильном поведении родителей, незнании ими психологических и возрастных особенностей, о наличии у них самих страхов, конфликтных отношений в семье. Они болезненно заострены или сохраняются длительное время, искажая личность ребенка, отрицательно влияя на развитие его эмоционально-волевой сферы и мышления. Это тот случай, когда ребенок нуждается в профессиональной помощи психолога.

Возможные варианты причин появления детских страхов:

1. Наличие страхов у родителей. Страхи взрослых очень часто передаются детям. Вероятность появления страхов у детей всегда выше при наличии их у родителей, причём большинство страхов передаётся детям неосознанно.

2. Тревожность в отношениях с ребёнком. Разговоры при ребёнке о смерти, болезнях, пожарах, убийствах отражаются на его психике, калечат её.

3. Чрезмерное предохранение его от опасностей и изоляция от общения со сверстниками.

4. Большое количество запретов со стороны одного родителя и полное предоставление свободы ребёнку другим родителем.

5. Многочисленные нереализуемые угрозы всех взрослых в семье.

6. Гиперопека над единственным ребёнком в семье. Единственные дети в семье наиболее подвержены страху, т.к. такие дети чаще всего становятся эпицентром родительских забот и тревог. Как правило, единственный ребёнок находится в более тесном, эмоциональном контакте с родителями и перенимает их беспокойство, если оно есть. Родители, часто охваченные тревогой что-либо не успеть сделать для воспитания ребёнка, стремятся воспитать «гения». В результате у детей возникает страх не соответствовать требованиям родителей.

7. Конфликтные отношения между родителями. Психологи отмечают, что дети младшего школьного возраста очень чувствительны к конфликтным отношениям родителей, причём именно дети в возрасте 8-9 лет чаще всего реагируют появлением страхов на конфликт родителей.

8. Одиночество, боль вызывают страх.

9. Эмоциональная чувствительность, впечатлительность. Такие дети очень ранимы и уязвимы, всё принимают близко к сердцу и легко расстраиваются. Они чаще всего неспособны к агрессивным ответам, «все держат в себе», не выражая своих чувств и переживаний.

10. Одна из наиболее частых причин страха – детская фантазия. Ребенок нередко сам придумывает себе предмет страха. Многие из нас в детстве боялись темноты, где перед нашим взором оживали монстры и призраки, а из каждого угла на нас набрасывались чудища.

11. Нередко причиной страха становятся взаимоотношения со сверстниками.

Заключение

Из всего выше сказанного делаем вывод, изменения, происходящие с ребенком, требуют перестройки взаимоотношений взрослого с ребенком, изменения самих родителей. Поэтому, дорогие родители, пожалуйста, помогите своему ребенку! Сделайте его жизнь яркой, интересной, насыщенной, научите его радоваться и сами удивляйтесь и радуйтесь вместе с ним, цените каждое мгновение жизни.

Помните, что на борьбу со страхом может уйти от пары минут до нескольких недель или даже месяцев. Какой бы способ Вы самостоятельно или вместе с психологом не выбрали, успех победы над детским страхом в первую очередь зависит от того, насколько искренне и доброжелательно Вы протянули руку помощи своему чаду и готовности измениться самому, чтобы помочь ребенку.

Мы твердо уверены в том, что человечек, который растет в атмосфере любви и уважения, в окружении жизнерадостных, гибких и чутких родителей, наименее подвержен страхам, уверен в себе, любим другими и способен на многое в этой жизни.

Тренинг для родителей по повышению психологической компетентности в профилактике детских страхов «Не бойся, я с тобой»

Цель: повышение психологической компетентности родителей по вопросам профилактики детских страхов в дошкольном возрасте.

Задачи:

- познакомить родителей с возрастными особенностями проявления страхов, их причинам, последствиями;
- отработать на практике приемы снятия страхов;
- оптимизировать детско- родительские отношения.

Материал: листы бумаги, ручки, краски, цветные карандаши, альбомные листы.

Практикум начинаем с упражнения-разминки «Электрический ток». Родители образуют круг и берутся за руки, рукопожатием передают сигнал соседу и так до ведущего.

Слово ведущего, он называет тему «Детские страхи».

Вопросы для обсуждения с родителями: Чего боятся дети? Страх – это реальная или воображаемая угроза для жизни и благополучия?

Игра: «Конкурс боюсек».

Участники в быстром темпе называют разные страхи детей, тот кто не назвал выбывает из игры.

Сообщение ведущего «Особенности страхов»

В дошкольном возрасте страхи возникают чаще, чем в последующие годы, каждому возрасту свойственны свои страхи.

До 2 лет ребенок боится чужих людей, незнакомых предметов, животных. Поэтому важно ребенку разьяснить «кто это и что это».

От 2 до 4 лет, дети задают вопросы «где? куда? почему? откуда?», возникают страхи высоты, глубины, пространства, темноты. С этими страхами приходит и страх наказания.

К 5 годам, у ребенка возникает вопрос «что будет?» и узнает о смерти. Изменяется характер страхов «я не умру, мама не умрет», страх смерти становится переживанием.

Все эти страхи носят временный характер, с ними не нужно бороться, просто надо поддержать ребенка, объяснять.

Более всего страхам подвержены впечатлительные дети, а также дети с развитым воображением.

«Способы преодоления страхов»

- практические способы преодоления страхов изотерапия и игра;
- нарисуй свой страх;
- нарисуй, чего ты боишься.

Игра для ребенка есть сама жизнь, способ выражения чувств, познание мира. В игре дети сами изживают свои страхи. Игры в сражения, казаков-разбойников, строгую маму и другие.

В играх дети сами могут придумывать опасности прыгать с обрыва, драться со сверстниками, в этих ситуациях ребенок тестирует себя: не испугаюсь, справлюсь, ребенок учится владеть собой. В раннем возрасте изжить страхи помогают игры: прятки, жмурки.

Родителям впечатлительных и нервных детей нужно играть в подвижные, эмоционально насыщенные игры (мяч, снежки, сражения на подушках, сюжетно-ролевые игры (больница, разведчики, спасатели). Чтобы ребенок не боялся сказочных персонажей, предложить ему выступить в роли волка, Кощея, в играх-драматизациях.

Заключительная игра «Я страшилок не боюсь, в героев сказки превращусь».

Участники идут по кругу, проговаривая «Я страшилок не боюсь, в героев сказки превращусь», когда водящий называет персонажа, в него надо превратиться и замереть. Ведущий выбирает самого страшного, он становится ведущим.

Рефлексия, обратная связь участников практикума.

Памятка для родителей.

«Детские страхи. Как с ними можно справиться с помощью игры».

«Зверушки в норке» Ложась с ребёнком в постель при включенном свете, накройте одеялом и приговаривайте примерно следующее: «Мы с тобой маленькие (белочки, зайчики, мышки – кто ему больше нравится), мы лежим в нашей уютной норке. Там, на улице темно, холодно, идёт дождь, воет ветер, а у нас с тобой тепло, тихо, уютно. И никто к нам не придёт, никого мы не пустим. В нашей норке толстые стены, нам никто не страшен». Говорить следует убаюкивающе, чтобы ребёнок расслаблялся и постепенно засыпал. Утром можно сыграть, как к

зверюшкам попытался залезть в норку злой волк (роль которого можно периодически предлагать и ребёнку), а зверюшки его прогнали.

Страх одиночества «Как важно знать свой адрес» Мальчик потерялся. (Пусть ребёнок даст ему имя и сам придумает, как он потерялся, а вы внимательно следите за развитием сюжета. Не проскользнёт ли в нём страх быть отвергнутым? Ведь это ещё одна причина, по которой дети порой боятся одиночества. Может быть, вы с ним слишком строги, требовательны?). Он потерялся, но не растерялся, а подошёл к полицейскому (прохожему) и сказал свой адрес и телефон. Полицейский (прохожий) похвалил мальчика за сообразительность и отвёл домой, где его встретили родители. (В этой сцене попросите ребёнка сыграть маму с папой, и если он встретит потерявшего мальчика упрёками или, того хуже, угрозой наказания, серьёзно задумайтесь над своим поведением).

Страх сказочных персонажей, чудовищ, привидений. «Путешествие к Бабе-Яге» Отправьтесь вместе с ребёнком к Бабе Яге или Кощею. Соорудите из диванных подушек их жилище. Помните, что ребёнок любит преодолевать препятствие. Поэтому надо, чтобы путь лежал через горы и долины, реки и пропасти (нагроможденные табуретки, подушки, коврики и т.п.). Идите как можно смелее! Пусть ребёнок угрожает Бабе Яге или Кощею, нападает на них. Потом поменяйтесь ролями. Теперь малыш будет восседать в роли Кощея на подушках. Встречаясь лицом к лицу с опасностью и даже побывав «в шкуре» злодея, ребёнок перестанет его бояться. Но вы должны непременно его хвалить, подчёркивать его смелость. «Превращение сказочного злодея» Можно играть вдвоём, а можно пригласить ещё нескольких детей. Смысл игры состоит в том, чтобы придумать, в кого или во что превратился сказочный злодей, который тревожит воображение вашего ребёнка, а потом изобразить это в рисунках, лепке или маленьких театральные сценках. У детей 7-8 лет пользуется популярностью пантомима. Тогда

у игры появляется дополнительное условие: надо отгадать, кого изображает водящий. Отгадавшему начисляются очки. Для четырёхлеток важнее всего сам факт, что чудище превратилось в кого – то совсем не страшного. Например, колдунья может превратиться в кошку (лучше беспомощного котёнка), веник или метлу, в старый халат или рваные шлёпанцы. Такое обытовление сказочных злодеев, включение этих образов в цепочки привычных логических связей тоже лишает их ореола сверхъестественности и способствует преодолению страха.

Страх уколов, боли, врачей «Больница» Все врачебные процедуры, которые вызывают страх, нужно воспроизводить как можно подробней. Пусть ваш ребёнок побудет и в роли доктора, и в роли пациента. Причём не одного, а нескольких: сыграет ребёнка, который ничего не боится, и ребёнок, который боится только уколов, зато всё остальное воспринимает спокойно, и такую трусиху, которая даже в кабинет зайти не соглашается.

Страх наказания, крика и т.д. «Сердитый утенок» Робкие дети часто боятся даже в шутку изобразить гнев. Особенно в присутствии взрослых, которые вызывают у них страх. Поэтому очень полезно постепенно снимать эмоциональное торможение, разыгрывая с ребёнком пантомимические сценки, в которых он будет играть роль рассерженного персонажа. Например, утёнка (перевоплотиться в него нетрудно, стоит вытянуть вперёд губы, и получится смешной утиный клювик). Пусть покажет, как утёнок сердится, а потом придумает, на кого он рассердился. Естественно, показ должен сопровождаться одобрительными возгласами и аплодисментами взрослых.

Тренинг «Упражнения для релаксации и снятия эмоционального и мышечного напряжения»

Для родителей и детей 3-4 лет.

Задачи:

- сближение группы;
- развитие навыков согласованных действий;
- внедрение способов эффективного общения с ребенком, в том числе невербального;
- снятие психомышечного напряжения.

Материалы: клубок (шерстяных) ниток, музыкальные записи, мольберт, листочки-самоклейки, фломастеры.

Методы работы, используемые в занятии: игровая терапия, телесно-ориентированная терапия, психогимнастика.

Ход тренинга.

Психолог: Здравствуйте, уважаемые родители и дорогие дети! Мы сегодня с вами отправимся в путешествие в страну, о которой знают дети и о которой совсем позабыли взрослые. Давайте немного поиграем!

Игра «волшебный клубок».

Родителям и детям предлагается по очереди обмотать нитку вокруг руки и назвать свои имена. Необходимо, чтобы родители помогали своим детям. Если у ребенка не получается или он отказывается, можно просто держать ручкой нитку. Главное, чтобы все были соединены одной общей ниткой.

Психолог: Мы все с вами – в одном большом кругу, а с помощью волшебного клубка мы все соединились и стали единым целым!

- А сейчас давайте все вместе поиграем с волшебной ниточкой и покажем, какие мы дружные. Движения, которые я буду называть, необходимо делать всем вместе! Итак! Внимание!

Поднимем руки вверх – ниточку держим крепко, не отпускаем, сейчас опустим руки вниз, прижмем к груди, вытягиваем руки вперед! А теперь еще раз в более быстром темпе.

И взрослые, и дети очень дружны!

Игра «Волшебное зеркало»

Психолог: А теперь, я предлагаю отправиться в необычный магазин! Это магазин зеркал! А что мы видим, когда смотримся в зеркало? Конечно, отражение. В нашем необычном магазине зеркалами будут сначала родители, вы же, ребята, будете в них смотреться. Затем мы поменяемся местами, и в зеркала превратятся дети, и уже родители будут смотреться в эти зеркала. «Зеркало» полностью повторяет движения того, кто в нем отражается.

Игра проводится под веселую ритмичную музыку. Дети и родители становятся друг напротив друга, повторяют движения.

У Вас все замечательно получается.

Игра «Передай по кругу»

Психолог: Давайте посмотрим, что продается в этом магазине. Арбуз.

Родители и дети имитируют, как передают по кругу тяжелый Арбуз, потом воображаемого маленького котенка, воображаемый букет цветов, в быстром темпе передают глину друг другу.

Психолог: Мы испачкали руки глиной, но посмотрите совсем близко водопад. Давайте вымоем руки в прохладной воде.

Все моют руки в воображаемом водопаде. Участники весело «брызгаются» друг на друга воображаемой водой!

Психолог: А теперь давайте отдохнем под водопадом.

Родители вместе с детьми удобно располагаются на ковровом покрытии.

Релаксационное упражнение «Водопад»

Психолог: Сядьте удобно. Закройте глазами... Представьте, что вы находитесь под небольшим водопадом... Небо светло-голубое... Воздух свежий... Вода чистая и прохладная... Она мягко струится по спине, стекает с ног и продолжает свой путь дальше... Побудьте немного под водопадом, позволяя воде омывать вас и уносить с собой все печали и невзгоды... А теперь откройте глаза. Мы в детском саду, мы хорошо

отдохнули, у нас хорошее настроение и приятные ощущения будут с нами в течение всего вечера.

Психолог: Эти игры вы можете проводить дома всей семьей! Так, например, игра «Волшебное зеркало» позволяет развивать внимание и общую моторику ребенка, игра «Передай по кругу» способствует снятию психомышечного напряжения. А минутки нахождения в объятиях друг друга дарят ребенку радость, спокойствие, уверенность в своих силах и чувство защищенности. В играх можно лучше понять друг друга!

Взаимодействие, совместная деятельность и общие игры очень важны для полноценного развития ребенка!

Родителям предлагается поделиться опытом, который они получили во время тренинга.

Возможные вопросы для рефлексии:

- Что для вас сегодня было важным?
- Какие чувства вы испытывали?
- Что вы приобрели нового?

Психолог: _Хочется закончить нашу встречу прекрасными строками Ольги Ивановны Высотской:

Берегите друг друга!

Добротой согревайте,

Берегите друг друга!

Обижать не давайте!

Берегите друг друга!

Суету позабудьте

И в минуту досуга

Рядом вместе побудьте!

Любви, здоровья, счастья, взаимопонимания в ваших семьях!

Анализ встречи с родителями: «С каким настроением вы уходите?»

Родителям предлагается нарисовать смайлик (улыбка, грусть) и повесить на мольберт.

Рекомендации для родителей по проблеме страхов детей дошкольного возраста

1. Относитесь к ребенку с уважением, с пониманием к его чувствам (страхам).
2. День ребенка должен быть наполнен радостью, смехом, новыми впечатлениями.
3. Не допускайте выяснения отношений при ребенке, так как он чутко реагирует на конфликты близких людей появлением страхов.
4. Не наказывайте ребенка за страх, даже в шутку не называйте его «трусикой». От этих слов страх не пройдет. Он может камуфлироваться внешне пристойным («хорошим») поведением ребенка, хотя на самом деле «не выраженный» страх может продолжать разрушать личность ребенка.
5. При страхе темноты совершите с ребенком небольшое «путешествие» по темной комнате, вокруг его кровати, прокладывая надежные «пути» к тем предметам, которые могут понадобиться малышу ночью. Используйте элементы игры, рисование, беседы.
6. Создавайте для ребенка атмосферу безопасности. Ребенку должно быть спокойно в родном доме; он должен знать что никто ему не угрожает, что его любят, всегда защитят и позаботятся о нем.
7. Проявляйте ласку, любовь к ребенку, выражайте позитивные чувства к нему, не опасаясь избаловать.
8. С проблемой детских страхов лучше справляются те родители, которые уверенно и в то же время гибко ведут себя по отношению к детям, учитывают особенности их темперамента, зарождающиеся склонности и интересы, считаются с личностью ребенка.
9. Детей никогда не следует запугивать ради послушания. Воспитание страхом – наиболее частая и грубая ошибка.
10. Старайтесь воспитывать в детях уверенность в себе, оптимизм, самостоятельность. Гиперопека – частая причина развития страхов у детей.

11. Научите детей делиться с вами своими негативными переживаниями, разрешите им испытывать и негативные чувства (злость, обиду, отчаяние).

12. Не разрешай детям смотреть фильмы с элементами жестокости и насилия.

3. Групповые и индивидуальные занятия с воспитателями.

Семинар-практикум для педагогов ДОУ.

Тема: «Виды и причины детских страхов»

Страх-это эмоциональная реакция человека на угрозу для жизни, страх может играть роль защитного механизма. Страхи могут выражаться в волнении, тревогах, беспокойстве или опасениях чего-то. Чаще всего страхи – нечто неопределенное, мнимое и расплывчатое.

Детские страхи в основном проявляются в дошкольном возрасте, когда ребенок наиболее восприимчив и впечатлителен к окружающему миру. Он, как губка, впитывает в себя все, что увидел, услышал и узнал, верит разным историям, которые могут рассказать ему родители или старшие братья и сестры. Беспокойные, нервные, мнительные родители зачастую даже не подозревают, что могут служить причиной страха у своего ребенка. Они могут также слишком опекать его от воображаемых опасностей. На всех возрастных этапах страхи более свойственны девочкам, нежели мальчикам, что отражает большую чувствительность девочек к восприятию идущей извне угрозы.

Существуют следующие виды страхов:

Страх темноты – наиболее распространенный страх среди детей дошкольного возраста. В темноте ребенок считает себя более уязвимым, так как выключается основной канал органов чувств – зрение. Ребенок теряет ориентацию в пространстве, воздух уплотняется и кажется, что вокруг уже совсем другая реальность.

Страх врачей, уколов, крови, боли – Один из самых распространенных страхов – страх боли. Именно им связаны между собой все эти четыре страха. Дети боятся уколов, боятся все и всегда, но с

возрастом они учатся терпеть, чтобы не выглядеть трусливыми в глазах сверстник-друзей. Хуже когда ребенок остается в больнице один, без мамы. Это достаточно серьезно травмирует его психику.

Страх вымышленных и сказочных героев – часто, посмотрев страшный фильм перед сном, ребенок вскакивает ночью и будит родителей, говорит о том, что ему боязно и просит посидеть с ним.

Страх животных – очень распространенный среди детей. Практически у всех детей имеется страх пауков. Один из факторов, по мнению автора, влияющие на появление боязни паука, - это страх боли. Пауки непонятны и неприятны внешне, они быстро бегают, именно устрашающий вид, но самое главное – они могут укусить.

Страх потеряться – Как известно, дети с 5 лет уже могут ненадолго оставаться играть одни. Они находят, чем себя занять, играют в ролевые игры и дают родителям возможность заниматься своими делами. Но это не касается тех детей, которые боятся остаться одни. Можно выявить очень много разных причин, если подойти к каждому случаю страха одиночества отдельно. Это и неуверенность в своих действиях из-за гиперопеки роли родителей, и неврозы страха темноты и замкнутого пространства, и ревность к старшим или младшим братьям и сестрам и т.д.

Теперь поговорим о причинах страхов.

Основные причины страхов у детей – неуверенность в себе, порождающая робость, тревожность, несамостоятельность, а также издержки умственного воспитания, ведущие к неведению, к сниженному уровню ориентации в окружающем ребенка мире, а то и к полному ее отсутствию. Умственное развитие детей имеет прямое отношение к характеру детских страхов. Ребенок спрашивает до двух лет "что это?" и "кто это?" не только для того, чтобы познать, что есть что и кто есть кто, но и чтобы знать, опасны или безопасны эти кто-то и что-то. До двух лет основные страхи – страхи перед неизвестными предметами, людьми, животными.

Определить боящегося ребенка обычно не составляет труда, если учесть напряженность и беспокойство в поведении, избегание источника угрозы и положительный ответ на вопрос о наличии страха. В последнем случае может присутствовать не столько сам страх, сколько опасения по поводу вероятности того или иного события.

Так, подавляющее большинство возрастных страхов существуют только тогда, когда ребенок представляет их по какому-либо поводу или ему напоминают окружающие. Есть и так называемые "немые" страхи, часто отрицаемые детьми при опросе, но признаваемые родителями. Это, прежде всего, ситуативные страхи опоздания (у дошкольников) животных и неожиданных звуков.

Наоборот, в группе "невидимых" страхов, не указываемых родителями, но признаваемых детьми, будут многочисленные страхи наказания, крови, войны и стихии, смерти родителей и открытых пространств. Не все страхи детей определяются родителями, особенно отцами. В лучшем случае это каждый второй страх, и здесь многое зависит от особенностей восприятия родителями страхов детей. Когда страхам не придается никакого значения или они отрицаются как враждебный класс явлений, их, конечно же, будет меньше по оценке взрослых.

Обычно более чувствительны к определению страхов родители, обладающие достаточной эмоциональностью и впечатлительностью, а также тревожно-мнительными чертами характера. Но и в этом случае количество фактически признаваемых детьми страхов будет большим. Как "бы там ни было, лучше всего определяются те страхи у детей, которые были в детстве у самих родителей.

Из подобных общих страхов выделяются страхи смерти родителей (у родителей в детстве страхи смерти своих родителей), наказания (у отцов в большей степени), высоты, глубины и темноты (более выражено у матерей). Есть и свойственные только матерям общие с детьми страхи: сделать что-либо не так (неправильно) и не успеть. У отцов к подобным

страхам можно отнести страхи уколов и боли (что одно и то же), отражая этим большую чувствительность мужчин к боли.

Как же помочь ребенку справиться со страхами?

В проблеме детских страхов важны три момента.

Во-первых, детей никогда не следует пугать ради послушания ничем и никем: ни дядей, ни волком, ни лесом. Пугать чем-либо - значит пугать смертью! В урочный час вы указываете ребенку на реальные опасности, но никогда на мнимые, придуманные, не пугаете его ради послушания. Воспитание страхом - жестокое воспитание. Последствия его - тревожная мнительность, чрезмерная осторожность, пассивность и подавление творческого начала.

А. Валлон в книге "От действия к мысли" приводит такой случай. На руку ребенка в возрасте чуть больше года села муха. Дедушка, конечно же, любивший внука, проявил непростительную неосторожность, заявив: "Берегись, она тебя сейчас съест". Он пошутил. Но когда спустя некоторое время к руке малыша пристала крошка хлеба, у него возник такой страх, что в течение некоторого времени ему приходилось надевать на руки перчатки для защиты от мух. Еще несколько таких "шутки" - и у ребенка невроз, кошмарные сны, тревожно-мнительное развитие личности. За всем этим - страх смерти.

Во-вторых, никогда не стыдить ребенка за испытываемый страх. Насмешки над боязливостью ребенка также жестокость. Стыд и страх взаимосвязаны. Под влиянием насмешек из чувства стыда ребенок начинает скрывать страх, но он не исчезает, а усиливается. И ребенок остается один на один со страхом, несмотря на то, что у него есть родители. Если взрослый не поможет малышу избавиться от страха, страх поработит психику ребенка и он будет чувствовать себя одиноким, беззащитным. Стремясь избавиться от страха, лишенный помощи родителей, он прибегнет к действиям, которые закрепятся как вредные привычки: начнет сосать язык, палец и т.д. Испытывающий страх и не

понятый родителями пассивен, склонен к депрессии. Страх у ребенка разрастается, что уже угрожает неврозом.

Женщины лучше переносят боль и нередко мужественнее, чем мужчины, преодолевают страх, потому что над их страхами, над их болью в детстве никто не смеется, их страхи понимают, им их прощают и стараются объяснить природу страхов.

В-третьих, ребенка никогда нельзя оставлять одного в незнакомой ему обстановке, в ситуации, когда возможно появление неожиданного, пугающего. Ребенок исследует неизвестное только рядом со взрослым.

С двух до трех лет ребенок задает вопросы "где?", "куда?", "откуда?" и "когда?". Возникают страхи высоты, глубины, пространства (глубоко-глубоко, далеко-далеко, сзади, в углу, в лесу, на крыше, на чердаке и т.д.), темного времени суток (вечером, поздно-поздно, ночью). С вопросом "почему?" от трех до четырех лет приходят страх последствий поступков, а с этим и страх наказания. Ребенок более всего боится того, о чем ничего не знает. И такой страх естественен, он побуждает задавать вопрос "почему?", чтобы узнать о еще неизвестном. К пяти годам ребенок выходит на вопрос "что будет?" и узнает о смерти. В это же время заканчивается период упрямства, малыш постигает свою беспомощность и сложность окружающего мира, жизни. Изменяется характер страхов. Возникают вопросы: "А я не умру?", "А ты, мама, не умрешь?" Страх смерти естественен. Инстинкт самосохранения - инстинкт выживания. Он против смерти. С ним рождаются. Страх смерти приобретает все большую глубину, становясь осознанным переживанием. Этот страх – корень всех страхов. Ребенок может бояться бабы-яги, волка и "чужого дяди", бояться тысячи объектов, иметь десятки различных страхов, но за этим одно - страх смерти. Поэтому борьба со страхами - борьба со страхом смерти.

Например: Сын известного детского врача В. Прейера в возрасте двух лет увидел поросят, сосущих мать, и испугался, полагая, что они на нее напали и кусают. Испуг вызвал ночные страхи, которые прошли лишь через три

года. Если бы, оценив глубину испуга у ребенка, поросят взяли на руки, поиграли с ними, сказали ребенку, что они детки, а свинка их мама, т.е. если бы глубже ответили на закономерный для данного возраста вопрос "что это?", не было бы страха.

Чем больше ребенок знает, особенно в том, что не только интересует, но и тревожит его, тем меньше страхов. Умственно отсталый может ничего не бояться, но такое бесстрашие - по недомыслию. Ребенок с полноценными умственными потенциями остро интересуется окружающим его. Ориентация для него жизненная потребность. Не получая удовлетворительного ответа на поэтапно углубляющиеся ориентационно - познавательные вопросы, он отвечает на вопросы сам, и это не лучшие ответы. Фантазия и неведение в таком случае порождают страхи. А тут еще и пугают, читая страшные сказки, выделяют интонацией страшное в них, а не познавательный и ориентирующий смысл.

Если страх мучает ребенка, его изживают раскрытием в рисунке и игре того, что породило страх. Страхи, как и все, что волнует ребенка, находят отражение в его рисунках. В них он достигает желаемого, но и борется со страхами. Он интуитивно прибегает к творчеству, пытаясь изжить страх. Ребенок рисует "страшного человека", чудищ, бабу-ягу, лешего, но он рисует их или смешными, или себя рядом с ними, но себя вооруженного, смелого и непобедимого. И объекты страха теряют свою угрожающую суть. Огонь на рисунке гаснет под напором воды, которой он, ребенок, в каске пожарника, заливает пламя. Лес населяется добрыми животными и людьми, в нем тропинка, а на тропинке мама и папа. И лес уже не страшен. Испытывающий страх ребенок в рисунках значительно эффективнее, чем при объяснениях, образно постигает "что это?", "откуда?", "почему?" и "что будет?" В рисунке он создал пожар и погасил его. Что? Пожар. Почему? Неосторожное обращение с огнем, удар молнии. Что будет? Не надо бояться, надо гасить. В случае же с "привидениями" - мы

поиграли с девочкой "в привидения", она сама играла его роль, мы от души веселились и в конце концов она стала смеяться над своими страхами...

Игра - лучшая психотерапия. Играя, можно побегать за волком (один из играющих надевает маску волка) с ружьем. И теперь уже боится, просит прощения за свои проделки волк. В игре можно и самому побыть волком, бабой-ягой, поугатать маму и бабушку, посмеяться над их страхом. Смех убивает страх. Очевидно, что в игре, как в древнем обряде, страх изживается символическим действием, когда страшное побеждают, превращая его в нестрашное.

Игра - способ выражения чувств, познания и моделирования окружающей ребенка действительности. Игра – это движение, победа, радость, удовольствие... Игра для ребенка – дело серьезное, поэтому и относиться к ней надо соответствующим образом.

Игры бывают предметные и ролевые, спонтанные и направленные (организованные).

Предметная игра строится вокруг предмета, ролевая - на каком-либо образе. Смешанные игры – предметно-ролевые, когда мальчик, катая машинку, воображает себя шофером, а девочка, играющая с куклой, видит себя мамой.

Игра, как и рисование, позволяет лучше понять переживания детей, их интересы, потребности, характер, темперамент. Она помогает ребенку приобрести определенные навыки в той или иной деятельности, в том числе в общении, усвоить социальные нормы поведения, доставляет ребенку удовольствие, повышает жизненный тонус, улучшает эмоциональное и физическое состояние.

Когда в игре все удастся, у детей появляются чувство удовлетворения, эмоциональное насыщение игрой, при неудачах же возникает чувство вины и досады, заставляющее более критически взглянуть на себя и как-то перестроиться, измениться.

Ребенок, включаясь в игру, переступает порог застенчивости и страха, одерживает победы и терпит поражения, постоянно соразмеряя свое поведение с требованиями группы. Подражание в игре любимым героям, бесстрашным летчикам, морякам помогает побороть страх и испуг, неизбежные в любой игре.

Цель психологически направленных игр состоит, в первую очередь, в снятии избытка торможения, скованности и страха, возникающих в темноте, замкнутом пространстве, при внезапном воздействии и попадании в новую, неожиданную ситуацию общения. Одновременно это предупреждение неуверенности в себе и застенчивости или их коррекция, если они уже входят в характер ребенка.

В работе со страхами игра предоставляет массу возможностей, причем все эти способы являются совершенно естественными для ребенка. Именно поэтому можно использовать даже не специальные психокоррекционные игры, а народные игры-забавы, которые прекрасно справляются с задачами уменьшения различных детских страхов и их профилактики. Вы сами убедитесь в этом, проанализировав следующие несколько игр.

Семинар-практикум для педагогов «Детские страхи и как их победить»

Цель: расширение знаний педагогов об возникновении страхов у дошкольников и пути их преодоления.

Приветствие-игра:

Попросите участников встать в круг. Предложите всем расщитаться на «1,2,3» и сделать следующее:

каждый «номер первый» складывает руки за головой, так чтобы локти были направлены в разные стороны;

каждый «номер второй» упирается руками в бедра так, чтобы локти также были направлены вправо и влево;

каждый «номер третий» кладет руки на колени.

Скажите участникам, что на выполнение задания им дается только 5 минут. За это время они должны познакомиться с как можно большим числом членов группы, коснувшись друг друга локтями и посчитать сколько раз они поздоровались с номером 1,2 и 3.

Страх – это не только широко раскрытые глаза, перехваченное дыхание и цепенеющее тело. Страх – нормальная эмоция любого человека, вызванная потребностью сохранения жизни или жизненных ценностей. Это чувство является не только нормой, но и необходимостью, так как помогает нам избежать ошибок или даже опасности.

Страх является наиболее опасной эмоцией. Это реакция на действительную или мнимую (но переживаемую как действительность) опасность. Организм человека устроен так, что борьба со страхом не может продолжаться долго. На биологическом уровне реакция на страх – выделение в кровь большого количества адреналина, вызывающего в организме человека гормональный взрыв. На психологическом уровне – это боязнь ситуаций (предметов, людей, событий, влекущих за собой выделение данного гормона.

Виды детских страхов.

Особенность детских страхов в том, что они, как правило, не связаны с реальной угрозой, а являются отражением той информации, которую дети получают от взрослых и пропускают через призму своей фантазии. Страхи – неизбежная часть развития, их испытывают более половины детей. Выделим три основные группы страхов у детей дошкольного возраста:

– ситуативные (на основе собственного опыта). Такие страхи вполне логичны – они возникают в результате пережитых стрессовых ситуаций: укус собаки (или просто собака напугала, болезненная процедура в больнице. Не удивительно, что после этого малыш будет бояться попасть в такую ситуацию снова;

– лично-обусловленные (фантазийные). Фантазия детей безгранична, а если она подкреплена прочитанными сказками и просмотренными мультиками, ожидание появления монстров и бабаек под кроватью — вполне нормальное явление;

– внушенные. К сожалению, это наиболее распространенные страхи у детей. Нередко мы слышим, как родители говорят: «Спи, а то чужой дядя, волк, бабайка унесет», «Не ходи — упадешь, попадешь под машину, тебя ограбят». И получается так, что подтекстом в таких предостережениях всегда звучит: «Ты попадешь в опасность, а я не приду к тебе на помощь, потому что виноват будешь только ты». Кроме того, повышенная тревожность может передаваться ребенку, если в семье постоянно идут разговоры о том, как опасно ходить по улицам, как вредно смотреть современное кино (читать книги, что кругом война и смерть, что все продукты низкого качества и несут в себе опасность. Иными словами, мы сами учим своих детей бояться.

Для каждого возрастного отрезка свойственны свои страхи:

– новорожденные пугаются резких звуков, приближения больших предметов;

– в 7 месяцев ребенок проявляет сильное беспокойство при долгом отсутствии матери. Подобный страх максимально выражается у девочек до 2,5 лет и у мальчиков до 3х лет;

– в 8 месяцев появляется страх перед незнакомыми людьми, особенно женщинами, не похожими на мать. Обычно этот страх проходит к середине 2-го года жизни при отсутствии неблагоприятных факторов (помещение в больницу, падение, болезненные процедуры, т. д.);

– 2 года – боязнь неожиданного появления незнакомого резкого звука, боли, высоты, одиночества, может возникнуть страх перед животными, движущимся транспортом. Чаще всего малыш этого возраста боится темноты;

– в 3 года появляется страх перед наказанием. Страх у детей этого возраста выражен значительно меньше, если отец принимает участие в воспитании, не подавляется чувство «Я» (малыш должен иметь возможность выражать свои эмоции, переживания);

– от трех до пяти лет многие дети боятся сказочных персонажей (чаще Бабу Ягу, Кощея, воображаемых «чудовищ», боли, неожиданных звуков, воды, транспорта, одиночества, темноты и замкнутого пространства, наказания);

– в 6 лет иногда появляется страх смерти (своей и родителей, он проявляется не прямо, а в боязни нападений, пожаров, стихии, войны);

– в 7-8 лет прежние страхи, как правило, смягчаются, но появляются новые: боязнь опоздать, получить плохую оценку, т. е. быть неуспешным;

– в подростковом возрасте страхи встречаются редко, может быть общее состояние тревожности.

Перечисленные страхи носят временный, переходящий, возрастной характер с ними не нужно бороться, просто поддержите ребенка, принимая такую особенность его психического развития.

Почему они возникают:

– генетическая предрасположенность, тип темперамента. Некоторые дети с рождения обладают повышенной чувствительностью и эмоциональностью;

– гиперопека. Чрезмерный контроль рано или поздно приведет к тому, что ребенок начнет бояться всего подряд: животных, улицы, чужих детей и взрослых и т. д. Несомненно, такой ребенок будет более «удобным», потому что он все время рядом и никуда не лезет, но это мешает ему нормально социализироваться;

– напряженная обстановка дома. Пьющие члены семьи (и, соответственно, опасные, мать или отец одиночка, неблагополучные отношения между родителями, излишняя строгость по отношению к

ребенку — все это может привести к постоянному чувству тревоги и нервозности;

– стрессовые события. Развод родителей, травма, длительное лечение в больнице;

– психологическое расстройство. Слишком сильные, или несвойственные возрасту страхи, которые могут привести к невротическим состояниям. Здесь необходима консультация специалиста, иначе страхи могут перерасти в фобии;

Однако, бывают другие страхи, их называют «невротические». В их основе – психическое потрясение, травма, неумение взрослого справляться с возрастными проблемами ребенка, жестокость в отношениях, конфликты в семье, высокая тревожность у родителей. Непреодолимый детский страх может привести к таким неприятным последствиям, как навязчивые движения, заикания, энурез, раздражительность, агрессивность, плохой сон.

Такие страхи сами не проходят, необходима помощь специалистов (психолога, психотерапевта), изменение стиля воспитания.

Как помочь ребенку.

Опасения ребенка могут показаться вам глупыми и нерациональными, но для него все очень серьезно и реально. Не улыбайтесь и не посмеивайтесь, когда малыш рассказывает о том, что он боится пуделя или монстра под кроватью. Он должно знать, что вы понимаете его и готовы прийти на помощь в любую минуту. Страхи не будут уходить, если их игнорировать. Рассмотрим подробнее наиболее распространенные детские страхи у детей дошкольного возраста и способы борьбы с ними.

Монстры.

«Они прячутся под моей кроватью, и ждут удобного случая, чтобы причинить мне боль». Даже если вы точно знаете, что монстров не существует, нет смысла доказывать это ребенку, потому что его воображение гораздо сильнее вашей логики. Загляните перед сном во

все «опасные» уголки комнаты, убедитесь, что в данный момент никого нет и можно спокойно спать. Можно придумать «отгонялку чудовищ». Например, наберите в распылитель волшебной воды и распыляйте ее в комнате каждый раз перед сном. И не забудьте повесить над кроватью значок «Монстров нет!».

Методы и приемы коррекции детских страхов:

- игротерапия,
- сказкотерапия,
- куклотерапия,
- арт-терапия,
- песочная терапия,
- телесная терапия,
- функциональная музыка,
- релаксация,
- индивидуально-групповые занятия,
- улучшение детско - родительских отношений.

Упражнение «Ха-ха, хо-хо».

Цель: избавиться от излишка энергии, выражающейся в тревоге и страхе.

Инструкция: необходимо сложить руки в замок, поочередно стучим по правому плечу 5 раз, потом по левому и произносим «ха-ха», затем 5 раз по правому колену и левому, произносим «хо-хо». С каждым разом уменьшаем количество ударов и в конце делаем глубокий вдох, вкладываем весь негатив, волнение и делаем выдох.

Рефлексия.

Семинар-практикум для педагогов ДОО «Арт-терапия как средство сохранения психологического здоровья детей»

Цель: познакомить педагогов с опытом работы по проведению и организации занятий с элементами арт-терапии.

Задачи:

1. Научить педагогов способствовать самопознанию ребенка, осознанию своих характерных особенностей и предпочтений.

2. Научить развивать у ребенка социальные и коммуникативные навыки поведения, мыслительную и речевую активность, мелкую моторику.

3. Способствовать проявлению детского творчества с нетрадиционным материалом.

4. Формировать адекватную самооценку.

Основная часть:

Так что же такое педагогическая арт-терапия? В буквальном переводе это понятие означает терапия искусством.

Цель арт-терапии состоит в гармонизации развития личности через развитие способности самовыражения и самопознания.

Суть его состоит в том, что через рисунок, игру, сказку, музыку арт-терапия дает выход внутренней некомфортности и сильным эмоциям, помогает понять собственные чувства и переживания. Как говорила Эдит Крамер (психолог) – это метод, связанный с раскрытием творческого потенциала человека и познанием своего внутреннего мира.

Согласно восточной мудрости, "картина может выразить то, что не выразит и тысяча слов". По мнению В. С. Мухиной и других исследователей, рисунок для детей является не искусством, а речью.

У каждой линии и у каждого цвета есть свой характер, свое настроение. С их помощью ребенок передает все, что у него внутри. Все это указывает на то, что педагогическая арт-терапия тесно связана с развитием эмоциональной сферы ребенка, и является одной из разновидностей ее улучшения.

Рисуя, ребенок попадает в сказку, наполненной радостью, взаимопонимания, успеха.

А теперь давайте поговорим о видах арт-терапии:

Изотерапия – одно из направлений арт-терапии; психотерапевтическая работа с использованием методов изобразительного искусства. Изотерапия опирается на психологию творчества и применяет благотворное воздействие рисования в психотерапевтических целях. Цель изотерапии – повышать эмоционально-положительный фон, создавать благоприятные условия для успешного развития ребёнка.

Сказкотерапия – психологическое консультирование с использованием сказок, метод практической психологии. Сказкотерапия разнопланово использует потенциал сказок, открывающий воображение, позволяющий метафорически выразить те или иные жизненные сценарии. Сказки для сказкотерапии подбираются разные: народные, авторские, а также специально-разработанные, коррекционные и многие другие. Сочинение сказок ребёнком и для ребёнка - основа сказкотерапии. Через сказку можно узнать о таких переживаниях детей, которые они сами толком не осознают, или стесняются обсуждать их со взрослыми.

Музыкотерапия – одно из направлений арт-терапии, реализует психотерапию при помощи музыки. Использование музыки может быть активным и пассивным. При активной музыкотерапии ребёнок получает возможность поиграть на музыкальных инструментах. При пассивной – при помощи прослушивания специально подобранной музыки достигается необходимый психотерапевтический эффект. Музыкотерапия помогает преодолеть внутренние конфликты и достичь внутренней гармонии.

Игротерапия – вид психотерапии, в которой используется терапевтическое воздействие игры, чтобы помочь ребёнку преодолеть психологические и социальные проблемы, затрудняющие личностное и эмоциональное развитие.

Цветотерапия – метод психологической коррекции при помощи цвета. В рамках традиционной психологии неоднократно проводились исследования по воздействию того или иного цвета на психологическое состояние. Цветотерапия использует данные этих исследований в

практических целях для формирования гармоничного состояния индивида в ходе занятий цветотерапией.

Педагогическая арт-терапия это волшебная страна. Там ребенок научится быть самим собой, станет понимать чувства других, и использовать эмоции в качестве средства общения. Помогут нам справиться с трудностями волшебство, юмор и справедливое отношение к добру и злу, живущих в сказках, завораживающие и удивительные звуки музыки, а так же богатство образов и красок произведений великих художников и самих малышей. К душе каждого ребенка важно найти особый ключик. Наполняя внутренний мир малыша яркими впечатлениями, помогая ему овладевать разнообразием техники и приемами рисования, радуясь каждой новой удаче вместе с ним. Все дети очень любят рисовать. В своих маленьких шедеврах они передают свое отношение к окружающему миру и дают возможность выплеснуться своему "Я".

Слово предоставляется педагогу дополнительного образования по ИЗО Тема сообщения «Изотерапия в работе с дошкольниками».

Изотерапия – одно из направлений арт-терапии (лечение искусством); психотерапевтическая работа с использованием методов изобразительного искусства. Цель изотерапии – повышать эмоционально-положительный фон, создавать благоприятные условия для успешного развития ребенка.

Рисование – творческий процесс, позволяющий ребенку ощутить и понять самого себя, выразить свои мысли и чувства, освободиться от конфликтов и сильных переживаний. Рисование развивает чувственно-двигательную и зрительно-двигательную координацию. Его достоинство в том, что оно требует согласованности многих психических функций. Не случайно выражение - «Рисуют головой, а не руками». Художественное самовыражение связано с укреплением психического здоровья ребенка, а

потому может рассматриваться как значительный психологический и коррекционный фактор.

«Мультимики» и компьютерные игры, зачастую заменяют современным детям творческие виды изобразительной деятельности: рисование, лепку, аппликацию. В результате чего у детей формируются различные эмоциональные проблемы – страхи, агрессивность, нарушение поведения и т. д. Занятия по рисованию способствуют тому, что ребенок выходит из этого замкнутого круга, восстановить его эмоциональное равновесие или устранить имеющиеся у него нарушения поведения. Когда он передает на бумагу свои чувства, эмоции, переживания – он возвращается в мир детского творчества, возвращается к себе самому. Об этом говорят множественные научные исследования детского рисунка прошлого и нашей современности.

«Маленькие дети спонтанно выражают свою личность, свои индивидуальные мысли и переживания различными средствами выражения – рисованием, моделированием, игрой и т. д.».

Изотерапия имеет индивидуальную коррекционно-развивающую направленность, и успешно применяется для детей с проблемами социальной адаптации, эмоционально-волевой неустойчивостью, заниженной самооценкой, низкой работоспособностью, нарушениями в поведении. Использование искусства в качестве терапевтического фактора в образовании доступно для педагогов, причем специальные медицинские знания для этого не требуются.

Переживания детей, запечатленные в рисунках легко доступны для восприятия и анализа, т. к. дети более непосредственны и спонтанны в выражениях своих чувств, их рисунки не прошли «цензуры сознания». Именно в рисунке отражаются не только уровень развития графических навыков и овладение техникой рисования, но и интеллектуальное развитие, особенности личности и характера. Ценностью изотерапии является то, что техники и приемы могут использоваться в

индивидуальной, подгрупповой, и групповой работе с дошкольниками всех возрастных групп.

Практическая часть: педагог-психолог

1. Упражнение «Лотерея» (игровая терапия)

Цель: развитие мышления, моторных навыков, воображения.

Инструкция: Перед участниками появляется волшебный сундучок, в нём сюрприз.

Каждый участник достаёт записку с заданием, зачитывает и выполняет:

- отгадать загадку,
- рассказать стишок,
- сказать комплимент соседу справа,
- произнести скороговорку «Мама мыла Милу мылом»,
- спеть куплет из любой песни,
- пройти по залу, как модель.

2. Упражнение-игра «Дождь в лесу» (музыкотерапия, приложение 1)

Цель: релаксация, развитие чувства эмпатии.

Инструкция: участники стоят по кругу, друг за другом - они «превращаются» в деревья в лесу, слушают текст и выполняют действия.

Педагог дополнительного образования по ИЗО:

3. Задание «Комбинаторные игры»:

- заполнить пространство листа низкими и высокими дугами;
- закрасить пространство между дугами (цвет по выбору);
- увидеть образ, дорисовать детали, украсить узором.

4. Задание «Синхронное рисование обеими руками»:

- установить оба карандаша в одну точку;
- нарисовать симметричный предмет одновременно правой и левой рукой.

5. Задание «Непроизвольное рисование под музыку» (Григ. Сюита «Пер Гюнт»):

- свободно пересекающиеся линии образуют узор;
- раскрасить пространство между линиями;
- дополнить композицию деталями.

Рефлексия: педагог-психолог:

Игра «Аплодисменты друг другу»

Цель: снять напряжение и усталость, поблагодарить всех участников за работу.

Все участники сидят в кругу. Ведущий начинает хлопать в ладоши и смотрит на кого-то из участников. Они начинают хлопать вдвоем. Участник, на которого посмотрел ведущий, смотрит на другого участника, включая его в игру. Таким образом, начинают хлопать все участники.

Заключение:

Занятия по арт-терапии или с элементами арт-терапии дарят детям радость познания, творчества. Испытав это чувство однажды, ребёнок будет стремиться в своих рисунках, аппликациях, игре и т. д. рассказать о том, что узнал, увидел, и самое главное пережил, почувствовал. Спасибо за участие! До новых встреч!

Приложение 1. Текст к упражнению «Дождь в лесу»

- В лесу светило солнышко, и все деревья протянули к нему свои веточки. Высоко-высоко тянуться, чтобы каждый листочек согрелся.

(поднимаемся на носочки, высоко поднимаем руки, перебираем пальцами).

- Но подул сильный ветер и стал раскачивать деревья в разные стороны. Но крепко держатся корнями деревья, устойчиво стоят и только раскачиваются.

(раскачиваемся в стороны, напрягая мышцы ног).

-Ветер принёс дождевые тучи, и деревья почувствовали первые нежные капли дождя.

(участники лёгкими движениями пальцев касаются спины стоящего впереди)

- Дождик стучит всё сильнее и сильнее.

(усиливаем движение пальцев по спине)

-Деревья стали жалеть друг друга, защищать от сильных ударов дождя своими ветвями.

(проводим ладонями по спине стоящего впереди).

-Но вот опять появилось солнышко. Деревья обрадовались, стряхнули с листьев лишние капли дождя, оставили только необходимую влагу. Деревья почувствовали внутри себя свежесть, бодрость и радость жизни.

ПРИЛОЖЕНИЕ 3
Результаты контрольного эксперимента

1. Методика определения уровня тревожности «Выбери
нужное лицо», авторов: Р. Тэмпл, В. Амен, М. Дорки

Ребенок	Экспериментальная группа	Контрольная группа
1	Низкий уровень	Высокий уровень
2	Высокий уровень	Высокий уровень
3	Средний уровень	Низкий уровень
4	Низкий уровень	Средний уровень
5	Средний уровень	Средний уровень
6	Средний уровень	Средний уровень
7	Низкий уровень	Высокий уровень
8	Средний уровень	Высокий уровень
9	Средний уровень	Средний уровень
10	Средний уровень	Средний уровень
11	Средний уровень	Низкий уровень
12	Средний уровень	Высокий уровень
13	Низкий уровень	Средний уровень
14	Низкий уровень	Низкий уровень
15	Низкий уровень	Высокий уровень

1. Методика Г.П. Лаврентьевой и Т.М. Титаренко
«Уровень выраженности тревожного состояния и страхов»

Ребенок	Экспериментальная группа	Контрольная группа
1	Низкий уровень	Высокий уровень
2	Высокий уровень	Средний уровень
3	Средний уровень	Низкий уровень
4	Низкий уровень	Низкий уровень
5	Низкий уровень	Средний уровень
6	Средний уровень	Средний уровень
7	Низкий уровень	Высокий уровень
8	Средний уровень	Средний уровень
9	Средний уровень	Средний уровень
10	Низкий уровень	Средний уровень
11	Средний уровень	Низкий уровень
12	Средний уровень	Средний уровень
13	Низкий уровень	Средний уровень
14	Средний уровень	Низкий уровень
15	Низкий уровень	Средний уровень

2. Методика выявления детских страхов «Страхи в домиках»
Авторы методики: А.И. Захаров и М.Панфилова

Ребенок	Экспериментальная группа	Контрольная группа
1	Низкий уровень	Высокий уровень
2	Высокий уровень	Низкий уровень
3	Средний уровень	Низкий уровень
4	Низкий уровень	Высокий уровень
5	Низкий уровень	Средний уровень
6	Средний уровень	Средний уровень
7	Низкий уровень	Высокий уровень
8	Средний уровень	Высокий уровень
9	Низкий уровень	Средний уровень
10	Средний уровень	Средний уровень
11	Низкий уровень	Средний уровень
12	Средний уровень	Высокий уровень
13	Низкий уровень	Средний уровень
14	Низкий уровень	Средний уровень
15	Средний уровень	Высокий уровень

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Математико-статистический анализ с помощью Т-критерия Вилкоксона

Для определения эффективности психолого-педагогической коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста по методике А.И. Захарова и М.А. Панфиловой «Страхи в домиках» был использован Т-критерий Вилкоксона.

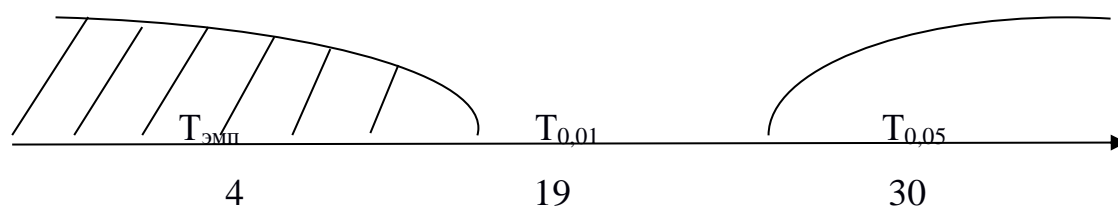
Сравнение уровня выраженности детских страхов до и после внедрения программы психолого-педагогической коррекции страхов детей младшего дошкольного возраста.

Ребенок	Кол-во страхов до внедрения программы	Кол-во страхов после внедрения программы	Сдвиг ($t_{\text{после}} - t_{\text{до}}$)	Абсолютное Значение сдвига	Ранговый номер сдвига R
1	9	6	-3	3	6
2	18	20	2	2	4
3	16	14	-2	2	4
4	6	5	-1	1	1,5
5	11	5	-6	6	10,5
6	18	7	-11	11	15
7	5	4	-1	1	1,5
8	11	9	-2	2	4
9	17	13	-4	4	7
10	12	5	-7	7	12,5
11	18	10	-8	8	14
12	16	9	-7	7	12,5
13	13	7	-6	6	10,5
14	11	6	-5	3	8,5
15	17	12	-5	5	8,5
Сумма рангов нетипичных сдвигов:					4

$T_{\text{эмп}}=4$

Определяем критические значения T для $n= 15$:

$$T_{\text{кр}} = \begin{cases} (0.05) \leq 30 \\ (0.01) \leq 19 \end{cases}$$



Зона значимости

Зона незначимости

$$T_{\text{эмп}} \leq T_{\text{кр}}$$

Эмпирическое значение критерия находится в зоне значимости, поэтому принимается альтернативная гипотеза: интенсивность сдвигов в психолого-педагогической коррекции страхов детей младшего дошкольного возраста в направлении ее увеличения превосходит интенсивность сдвигов в направлении ее уменьшения.

ПРИЛОЖЕНИЕ 5

Пример эффективности программы психолого-педагогической коррекции страхов детей дошкольного возраста.

Костя З. (3,8 лет)

На первой встрече, при знакомстве поведение Кости было спокойным. При проведении диагностики вел себя неуверенно, на поставленные вопросы отвечал робко, с некоторой опаской. Голос дрожал. Костя отвечал только на вопросы, сам ничего не говорил. На начальном этапе формирующего эксперимента на предложение поиграть в предложенные игры (упражнения разработанной программы) отвечал согласием, но без видимого желания. В процессе коррекционной работы, посредством игровой деятельности, упражнения разработанной программы мальчик выполнял охотно. Наибольший интерес у исследуемого вызывали упражнения связанные со снятием психомышечного напряжения «Льдинка», «Черепашка спряталась», «Винт».

У исследуемого самый сильный страх, что родители оставят ребенка одного. Это свидетельствует о том, что причина проявления страхов мальчика кроется в детско-родительских отношениях. Недавно у Кости появилась младшая сестра, поэтому он испытывает дефицит родительского внимания. Рассказав о своем страхе, Костя стал более расслабленным. Психоэмоциональное напряжение снизилось. Для исследуемого наиболее эффективным было упражнение «Солнышко». Мальчик без труда перечислил все свои положительные качества. Эмоциональное состояние ребенка заметно менялось. На протяжении всего процесса коррекции страхов у Кости преобладало хорошее настроение.

По окончании программы, исследуемый взаимодействует с детьми, на заданные вопросы отвечает уверенно. Эмоциональный отклик в поведении Кости положительный (часто улыбается, идет на контакт с детьми из группы и взрослыми). Открыт для новых игр с другими детьми.

Психоэмоциональное состояние положительное. Умеет контролировать себя, переключается с одной деятельности на другую.

В процессе реализации разработанной программы у исследуемого прослеживается динамика. Это говорит о том, что в данном случае разработанная программа является эффективной.

Рекомендации для родителей Кости 3.

1. Больше времени уделять ребенку. Прислушиваться что говорит ребенок, наблюдать за его ежедневным поведением.

2. Если у ребенка есть желание помочь по дому, дать ему возможность помочь, но такое задание, с которым бы Костя справился самостоятельно.

3. Если ребенок пытается участвовать в процессе какой-либо деятельности (в данном случае, к примеру, купать младшую сестру), нужно принять это во внимание, и вместе с ребенком выполнить процесс этой деятельности.

4. Доверять ребенку.

5. Не смеяться над страхами ребенка (Даже если они незначительны на ваш взгляд).

6. Как можно чаще хвалите (даже если у него не все получилось) , говорите как любите своего ребенка.

7. Напоминайте, что близкие рядом и никогда его не бросят.