



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

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ И ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ

Психолого-педагогическая коррекция страхов у дошкольников

Выпускная квалификационная работа по направлению

44.04.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность программы магистратуры

«Психолого-педагогическое консультирование»

Форма обучения очная

Проверка на объем заимствований:
72,03 % авторского текста
Работа рекоменд. к защите
рекомендована/не рекомендована
«18» 06 2025 г.
зав. кафедрой ТиПП
О.А. Кондратьева О.А.

Выполнила: Юсупова Ю.Т.
Студентка группы ОФ-222-270-2-1
Юсупова Юлия Тайфуновна

Научный руководитель:
к.псх.н., доцент кафедры ТиПП
Шаяхметова Валерия Каусаровна

Челябинск
2025

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	4
ГЛАВА 1 ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ СТРАХОВ У ДОШКОЛЬНИКОВ.....	8
1.1 Феномен страхов в психолого-педагогической литературе	8
1.2 Особенности страхов детей дошкольного возраста	17
1.3 Модель психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников	30
ГЛАВА 2 ОРГАНИЗАЦИЯ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ СТРАХОВ ДОШКОЛЬНИКОВ.....	37
2.1 Этапы, методы и методики исследования	37
2.2 Характеристика выборки и анализ результатов исследования	44
ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ СТРАХОВ У ДОШКОЛЬНИКОВ.....	52
3.1 Программа психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников	52
3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования	65
3.3 Технологическая карта внедрения результатов исследования психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников	72
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	85
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	87
ПРИЛОЖЕНИЕ 1 Методики исследования страхов у дошкольников.....	99
ПРИЛОЖЕНИЕ 2 Результаты исследования страхов дошкольников.....	104
ПРИЛОЖЕНИЕ 3 Программа психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников.....	108

ПРИЛОЖЕНИЕ 4	Результаты опытно-экспериментального исследования психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников	117
ПРИЛОЖЕНИЕ 5	Технологическая карта внедрения результатов исследования психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников в практику	125

ВВЕДЕНИЕ

В современном мире проблема эмоциональной неустойчивости и возникновения страхов у детей дошкольного возраста стала возрастать. Этому способствует огромное количество глобальных неблагоприятных факторов в виде нестабильности мировой экономики, разрастания конфликтов и войн, увеличения темпа жизни, невротизации общества, отсутствия безопасности и др., а также факторов менее масштабных, но не менее важных, такие как внутрисемейные конфликты, дисгармония в отношениях, ошибки воспитания, проблемы в отношениях со сверстниками, и др.

Эти факторы способны не только тормозить развитие потенциальных возможностей личности ребенка, но и повернуть процесс развития в обратную сторону [3, с. 4].

В условиях глобализации и технологического прогресса, предъявляющих повышенные требования к адаптационным возможностям подрастающего поколения, возрастает значимость междисциплинарного анализа факторов, влияющих на формирование гармоничной личности. Психолого-педагогическая практика должна учитывать не только когнитивные, но и эмоциональные, социальные и физиологические аспекты развития ребенка, что требует глубокого теоретического осмысления и разработки эффективных методов диагностики и коррекции. В связи с этим, в области психологии и педагогики всё более востребованными становятся комплексные исследования и психолого-педагогическая коррекция, направленные на поддержание эмоционального благополучия детей дошкольного возраста.

Исследования, направленные на изучение страхов у дошкольников, становятся особенно важными и актуальными, поскольку с возрастом у детей меняются мотивы, их восприятие окружающего мира, отношения со старшими и сверстниками. И от того, насколько родители и педагоги

смогут распознать и понять эти изменения, а также адаптировать своё поведение к ним, зависит успешность эмоционального взаимодействия, которое является основой психического благополучия ребёнка.

Страхи, которые испытывают дети, – это вполне нормальное явление в процессе их взросления, они раскрывают воображение ребенка, его творческие способности. Специфическое отличие детских страхов – отсутствие связи с актуальной угрозой. Они возникают на основе получаемой извне информации, преобразовываются фантазией, воображением [27, с. 15].

Эмоции играют важную роль в жизни человека, помогая ему адаптироваться к окружающему миру. В частности, страх - одна из базовых эмоций - выполняет защитную функцию. Он помогает человеку минимизировать риски, связанные с потенциальной угрозой для его физического благополучия. Однако, когда страх приобретает хронический характер или его интенсивность превышает адаптивные пределы, он может трансформироваться в патологическое состояние, оказывающее деструктивное воздействие на когнитивные, эмоциональные и поведенческие процессы. Длительное присутствие страха, особенно в множественных формах, может привести к развитию тревожных расстройств и замедлить личностный рост.

Доказано, что под воздействием страха у детей деформируются все психические познавательные процессы: восприятие, мышление, память, внимание, воображение[32].

Для каждого периода психического развития ребенка характерны различные группы страхов, взаимообусловленные повышенной тревожностью и способствующие развитию эмоционального неблагополучия личности ребенка и поэтому тема детских страхов и особенности их развития в дошкольном возрасте, нашла свое отражение в трудах именитых отечественных психологов, таких как Л.С. Акопян,

Л.С. Выготский, В.И. Гарбузов, А.И. Захаров, В.В. Лебединский, А.И. Леонтьев, Р.В. Овчарова и др., а также в работах зарубежных исследователей, включая А. Адлера, К. Изарда, Ф. Перлза, Г. С. Салливана, Ч. Спилбергера, К. Хорни, Дж. Уотсона, З. Фрейда и Э. Фромма.

В контексте исследования детских страхов, особое внимание уделялось их корреляции с семейной динамикой, что нашло свое отражение в трудах Т.П. Гавриловой и А.С. Спиваковской. Значительный вклад в изучение специфики детских страхов внесли работы таких выдающихся исследователей, как Л.С. Акопян, А.И. Захаров, В.С. Мухина, М.В. Осорина и А.М. Прихожан. Эти ученые значительно обогатили научную литературу, представив детальный анализ феноменологии и генезиса страхов у детей, что позволило глубже понять механизмы их возникновения и функционирования в контексте семейного взаимодействия.

На основе проведенного анализа теоретической литературы и эмпирических данных выявлено, что высокое число страхов у современных детей является актуальной проблемой для дошкольных образовательных учреждений, что определило выбор нами темы научного исследования: «Психолого-педагогическая коррекция страхов у дошкольников».

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

Объект исследования: страхи детей дошкольного возраста.

Предмет исследования: психолого-педагогическая коррекция страхов дошкольников.

Гипотеза исследования: уровень тревожности и количество страхов у дошкольников изменятся, если разработать и реализовать целенаправленную программу психолого-педагогической коррекции.

Задачи:

1. Проанализировать психолого-педагогическую литературу по теме исследования и рассмотреть страхи дошкольников как феномен научного исследования в психологии.

2. Изучить особенности проявления страхов у дошкольников и причины их возникновения.

3. Разработать и реализовать модель психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников.

4. Определить этапы, методы, методики исследования детских страхов.

5. Дать характеристику выборки и проанализировать результаты констатирующего исследования.

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

7. Проанализировать результаты опытно-экспериментального исследования психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников.

8. Составить технологическую карту внедрения результатов исследования и психолого-педагогические рекомендации воспитателям, педагогам и родителям дошкольников

Методы исследования:

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

2. Эмпирические: констатирующий и формирующий эксперимент, тестирование.

3. Психодиагностические методы: тест тревожности (Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен), диагностика количества страхов («Страхи в домиках» А.И. Захарова, М.А. Панфиловой.) (для диагностики детей).

4. Математико-статистические: Т-критерий Вилкоксона.

База исследования: МДОУ № 12 пос.Мирный Сосновского района Челябинской области. В исследовании принимали участие 20 воспитанников в возрасте 5-6 лет.

Теоретическая значимость исследования заключается в определении особенностей страхов детей дошкольного возраста, в обосновании процесса психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников, разработке модели и программы психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников.

Практическая значимость исследования: использована психологами ДООУ, детскими психологами в работе с эмоциональной сферой дошкольников. а также нашла применение в виде рекомендаций для воспитателей, педагогов и родителей по снижению уровня тревожности и страхов у дошкольников

Апробация. Ежегодная студенческая научно-практическая конференция, секция «Актуальные проблемы внедрения результатов психолого-педагогических исследований в практику управления образовательной средой» по теме «Формирование профессиональной идентичности старшеклассников» (09 апреля 2025 г.).

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ СТРАХОВ У ДОШКОЛЬНИКОВ

1.1 Феномен страхов в психолого-педагогической литературе

Эмоции человека разнообразны и многогранны. Они отражают наше отношение к различным событиям и влияют на нашу деятельность. Одни эмоции могут возвышать нас, помогая строить гармоничные отношения с окружающими, а другие, напротив, могут сделать нашу жизнь безрадостной и полной трудностей. Они могут привести к конфликтам и разрыву отношений с близкими людьми, вызывая страх и тревогу.

В современную постмодернистскую эпоху очевиден глобальный кризис основополагающих бытийных и ценностных параметров человеческого существования. Современный век науки и техники, блестящих достижений в области искусства переживается нами и как век насилия, мировых войн, обесценивания человеческой жизни. Политические потрясения, социально-экономическая нестабильность становятся источниками растерянности современного человека в мире. «Растерянность», «обреченность», «страх», «опасность», «неуверенность» становятся символами ежедневной жизни [21 с. 13].

Вследствие этого многие взрослые испытывают беспокойство, что приводит к хроническому стрессу, который, в свою очередь, влияет на внутрисемейные отношения и на воспитание детей [30, с. 17].

Тревога и страх – базовые эмоции, которые появились у нас благодаря эволюции. В первобытном мире они помогали мобилизовать ресурсы организма для борьбы или бегства в ответ на реальную угрозу. Наш мозг, унаследовавший черты древнего предка, до сих пор реагирует на опасности по тем же древним схемам.

Понимание теоретических основ феномена страха – это ключевой этап для формирования целостного представления о страхе и методах его преодоления.

Существует множество определений страха, но то, что он является одной из основных человеческих эмоций, не вызывает сомнений.

По-мнению К.Изарда, «Страх – базовая эмоция, которая является «врожденным эмоциональным процессом с генетически заданным физиологическим компонентом, строго определенным мимическим проявлением и конкретным субъективным переживанием» [33, с. 54].

Страх является одной из сильных и ярких эмоций, которую человек может испытывать. Он появляется, когда человеку или его близким может угрожать опасность, о которой он не знает, не зная как ее предотвратить. Чувство страха приходит либо сразу при получении негативной информации, либо развивается под влиянием мысли о последствиях случившегося.

Эмоции необходимы для выживания и благополучия человека. Не обладая эмоциями, то есть не умея испытывать радость и печаль, гнев и вину, мы не были бы в полной мере людьми. Эмоции стали одним из признаков человечности.) [27].

Страх является неизбежной принадлежностью нашей жизни. Постоянно изменяясь, он сопровождает нас от рождения до смерти. История человечества от прошлого до настоящего состоит из попыток преодолеть, уменьшить, пересилить или обуздать страх [55, с. 5].

Страх существует независимо от культуры и уровня развития народа или его отдельных представителей. Страх индивидуален и отражает личностные особенности каждого человека, он имеет место при всех общественных устройствах [55].

Страх всегда есть сигнал и предупреждение об опасности, в равной степени он содержит предложение, т. е. импульс к преодолению этой опасности [40, с. 5].

Вопрос о страхе и его воздействии на жизнь отдельного человека и общества в целом является важным социокультурным фактором и требует изучения в контексте теоретических и практических исследований в области психологии и гуманитарных наук.

Изучение энциклопедических словарей показало, что переживания человеком страха описываются многими словарями, но в трактовке: бояться, страшиться, оробеть, устрашаться, трепетать, испугаться, трястись» и т.п. [77, с. 17].

Такие состояния как ужас, испуг, тревога, опасения, волнения, беспокойство являются различными степенями выраженности страха

В.Даль в «Толковом словаре живого великого русского языка» определяет страх как страсть, боязнь, робость, сильное опасенье, тревожное состояние души от испуга от грозящего или воображаемого бедствия [18, с. 305].

В справочнике по психологии понятие страх сформулирован как эмоция переживания угрозы биологическому или социальному существованию человека, направленная на источник действительной или воображаемой опасности [64, с. 336].

От переживания страха следует отличать состояние тревоги и тревожности. В отличие от страха тревога – это переживание отдаленной и неясной опасности. Если существует реальная объективная опасность, то можно говорить о страхе, а при переживаниях опасения, которое не имеет объективного основания, можно говорить о тревоге [63].

Дж. Уотсон (1929) рассматривает в качестве основания для различения страха и тревоги разный характер действий, реализующих эти эмоциональные состояния в поведении. При страхе мы можем наблюдать

две поведенческие реакции: борьбу или уход от ситуации. В случае тревоги имеет место недифференцированная поисковая активность человека [66].

По мнению Захарова в страхе и в тревоге есть общий эмоциональный компонент в виде чувства волнения и беспокойства [30].

По-мнению С.Л. Рубинштейна, тревожность – это предрасположенность человека переживать эмоциональное состояние, которое возникает в ситуации неопределённой опасности, и проявляется в ожидании неблагоприятного варианта развития событий [48].

Автор А. М. Прихожан, предложила свое понимание тревожности - как, переживания эмоционального дискомфорта, связанное с ожиданием неблагоприятия, с предчувствием грядущей опасности [44].

В свою очередь, В. В. Суворова представила свое видение понятия тревожности, как - острое психическое состояние человека, сложный комплекс отрицательных эмоций, которое характеризуется внутренним беспокойством и неуравновешенностью [37].

Исследование феномена страха как ключевого понятия в философии, психологии и педагогике имеет корни, уходящие в глубь веков.

Многие европейские мыслители, начиная с античности и до наших дней, уделяли внимание различным аспектам страха. Среди них можно выделить Эпикура, Платона, Аристотеля, Т. Гоббса, Р. Декарта, Б. Паскаля, Б. Спинозу, П. Гольбаха, И. Канта, Ж.-Ж. Руссо, Л. Фейербаха и других.

До недавнего времени страх считался одной из основных тем для изучения в психологии. Среди исследователей, занимавшихся этой темой, можно назвать Д. Айке, В.М. Астапова, Ф.Б. Березина, К.Э. Изарда, Х. Келера, А. Кемпиньского, З. Фрейда, Э. Фромма, И. Ялома и других.

В философской мысли проблема страха всегда была в центре внимания, и на протяжении всей истории философии она подвергалась

глубокому анализу и осмыслению. Выдающиеся философы рассматривали страх как сложное и многогранное явление, которое интегрировано в различные философские системы и парадигмы.

Эпикур дифференцировал страх: страх перед богами, страх перед необходимостью, страх перед смертью.

В русской философии большое внимание феномену страха уделял Н.А. Бердяев, предлагая различать животный страх, связанный с низшими состояниями жизни и духовный страх, связанный с высшими состояниями [1]. Автор акцентировал внимание на том, что страх с древних времен «есть основной человеческий аффект, он движет историей» [1, с. 198].

Среди отечественных исследователей феномена страха наиболее значимыми представляются работы И.П. Павлова, С.Т. Шацкого, А.И. Захарова, В.Н. Мясищева, А.С. Спиваковской, В.И. Гарбузова и др.

Основоположник учения о высшей нервной деятельности, известный физиолог И.П. Павлов также изучал страх. Он рассматривал страх как проявление естественного рефлекса, пассивно-оборонительную реакцию с легким торможением коры больших полушарий, и считал, что страх основан на инстинкте самосохранения, имеет защитный характер и сопровождается определенными изменениями высшей нервной деятельности, отражается на частоте пульса и дыхания, показателях артериального давления, выделением желудочного сока [Цит. по: 29, с. 67], но также возникает в ответ на действие угрожающего стимула, такого как смерть и крах жизненных ценностей.

Страх в обыденном сознании понимается как отрицательное эмоциональное явление, связующее с неприятными чувствами индивида, между тем страх влечет и положительные обстоятельства, и по словам А.И. Захарова, страх это неотъемлемая часть эволюции человеческого рода, потому что оберегает от безрассудных и импульсивных действий человека [29, с. 15].

В социальном развитии человека, по мнению Коненко Е.А., страх выступает как одно из средств воспитания, выполняя определенную социализирующую или обучающую роль в процессе формирования личности [1].

Страх – реальная часть нашей жизни. Человек может переживать страх в разных ситуациях, но все эти ситуации имеют одну общую черту. Они ощущаются, воспринимаются человеком как ситуации, в которых под угрозу поставлено его спокойствие и безопасность.

Ф.Риман в своей книге, определяет страх как неизбежный спутник нашей жизни, который неотступно пронизывает нашу жизнь, но не всегда осознается и возникает в сознании лишь на мгновение, концентрируясь на внутренних или внешних переживаниях. При этом оказывает двойственное воздействие на человека: с одной стороны, страх активизирует нас, а с другой – парализует [55, с. 5].

В трудах А. И. Захарова страх описывается как защитная реакция человека на опасность, которая способна не только парализовать, но и мобилизовать волю к сопротивлению [28 с. 35].

В своей научной работе П. С. Гуревич описывает страх метафорой: «Привнесенный человеком страх образует целую вселенную. Он гнездится на всех ярусах человеческого существования. Стоглавый и сторукий он заполняет не только сознание, но и бездны подсознательного» [17, с. 589].

В настоящее время, наиболее часто отечественные исследователи ссылаются на понимание феномена страха, которое дает в своих научных работах А.И. Захаров: «Страх – своеобразное средство познания действительности, ведущее к более критичному и избирательному отношению к ней. Страх, таким образом, может выполнять определенную социализирующую и обучающую роль в процессе формирования личности»[29].

Перейдем к классификациям страхов.

В психологической практике широко используется классификация, предложенная российским учёным Юрием Щербатых, который исследовал стресс. Он выделил различные типы страхов, основываясь на их источнике.

Природные. Относятся к угрозам со стороны окружающей среды вроде боязни насекомых и животных, землетрясений и ураганов, гроз и темноты. Явления природы хорошо изучены, но у человека всё еще остается тревога перед ними.

Социальные. Обусловлены социально-культурной средой и связаны с утверждением себя во внешнем мире. Это угроза войн, преступности, беспорядков. Также к социальным относят страх бедности, смерти, публичности, перемен.

Внутренние. Продуцируются самим человеком. Это наши внутренние монстры, порожденные фантазией [76, с. 51].

В психологическом словаре под общей редакцией Ю.Л.Неймера, выделяется три основных вида страхов: реальный, невротический и страх свободы.

Р. В. Овчарова предложила следующую классификацию: возрастные, невротические, страх сделать ошибку и страх перед школой[45].

Но наиболее полной можно считать классификацию страхов А.И.Захарова [27, с. 247]:

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

Природные страхи, основаны на инстинкте самосохранения. Включают страхи: своей смерти, смерти родителей, чудовищ, призраков, животных, темноты, движущегося транспорта, стихии, высоты, глубины,

воды, замкнутого пространства, огня, пожара, крови, уколов, боли, врачей, неожиданных звуков.

Социальные страхи включают в себя страхи одиночества, каких-то людей, наказания, не успеть, опоздать, не справиться, не совладать с чувствами, быть не собой, осуждения со стороны сверстников.

Ситуативные страхи могут возникать в необычной, крайне опасной или шокирующей взрослого человека или ребёнка обстановке. Часто он появляется в результате психического заражения паникой в группе людей, тревожных предчувствий со стороны членов семьи, тяжёлых испытаний, конфликтов и жизненных неудач.

Личностные страхи. Личностно обусловленный страх предопределён характером человека, например, его тревожной мнительностью и способен появляться в новой обстановке или при контактах с незнакомыми [27].

Страх считается отрицательно окрашенным эмоциональным процессом и свидетельствует о наличии неблагополучия в развитии эмоциональной сферы [1].

Рост, взросление и созревание сопровождаются деятельностью по преодолению страхов, которые здоровый человек переносит и перерастает и которые важны для его успешного развития.

По своей сути страх является нормальной эмоцией, и, по словам А.И. Захарова, страх это неотъемлемая часть эволюции человеческого рода, потому что оберегает от безрассудных и импульсивных действий человека [28].

Наиболее тяжело угнетают взрослых страхи, которые переживались в детстве и против которых не было выработано механизмов их конструктивной переработки и психологических защит. Реакция взрослых на такие исключительные ситуации, как война, арест, опасность для жизни, другие катастрофы, а также внутренние переживания выражается в виде паники или невроза. В отличие от детей, взрослые в повседневной

жизни располагают более широким спектром возможностей для реагирования на страх и его преодоления. Они способны проанализировать ситуацию, понять и изучить причины своего страха, а затем обратиться за помощью и адекватно оценить степень опасности. У ребёнка нет всех этих качеств. Он ещё слишком мал, чтобы понять и осознать источник своего страха, он не способен контролировать ситуацию и не понимает, как долго это будет продолжаться и что вообще происходит.

Таким образом, мы рассмотрели различные точки зрения ученых относительно определения ими понятия «страха», и описание которых представлены в работах авторов: А.И. Захарова, И.П. Павлова, В.Н. Мясищева, А.С. Спиваковской, С.Т. Шацкого, В.И. Гарбузова, Е.А.Коненко, Е.А., Д. Айке, В.М. Астапова, Ф.Б. Березина, К.Э. Изарда, Х. Келера, А. Кемпиньского, З. Фрейда, Э. Фромма, И. Ялома, Ф.Римана и т.д.

Страхи представляют собой сложную психоэмоциональную реакцию, возникающую в ответ на объективно существующие или субъективно воспринимаемые угрозы для жизни, здоровья и благополучия индивида. Эта реакция характеризуется широким спектром проявлений, включая тревогу, беспокойство, волнение и испуг, которые можно классифицировать как астенические эмоциональные состояния [48].

Страхи играют важную роль в адаптационных механизмах человеческой психики, способствуя мобилизации ресурсов организма в стрессовых ситуациях. Однако в случае чрезмерной выраженности или неадекватности реакции на угрозу они могут приводить к развитию патологических состояний, таких как фобии, тревожные расстройства и панические атаки [28, с. 32].

Страх был и до сих пор является неотъемлемым звеном в эволюции человеческого рода, т.к. он предотвращал слишком опасные для жизни безрассудные и импульсивные действия.

1.2 Особенности страхов детей дошкольного возраста

подавляющее большинство страхов обусловлены возрастными особенностями и имеют временной характер. Тем не менее, наиболее часто возникновение страхов наблюдается именно в дошкольном периоде, что обусловлено спецификой психоэмоционального развития детей этого возраста.

Период дошкольного детства – это время, когда ребёнок растёт и развивается в возрасте от трёх до семи лет. В этот период происходят важные изменения, связанные с физическим и психическим развитием, а также с ведущей деятельностью и возможными кризисами [8, с.39].

Анализируя психологические характеристики детей дошкольного возраста, можно сделать вывод, что их мышление начинает меняться: от наглядно-образного оно переходит к образно-схематическому, в котором появляются элементы логики. В этот период развития происходит формирование планирующей функции речи, развивается внутренняя речь.

Общение со взрослыми и сверстниками, самостоятельная деятельность и экспериментирование становятся основными способами познания мира.

Ребёнок учится правилам поведения в обществе, понимать других людей, сотрудничать и разрешать конфликты. В этом возрасте формируются такие качества, как самостоятельность, инициативность, любознательность и творческое воображение.

В.В. Лебединский обратил внимание на то, что появление определённых страхов у детей происходит примерно в то же время, когда происходит скачок в психомоторном развитии [37, с. 47].

Ю.В. Щербатых утверждает, что страх у детей меняется вместе с развитием их мозга. Это связано с формированием мышления, которое позволяет различать реальные угрозы от вымышленных [76, с. 129].

В период дошкольного детства эмоции характеризуются своей интенсивностью и непостоянством. Это проявляется в том, что дети легко переходят от одного эмоционального состояния к другому, а их чувства выражаются ярко, но быстро угасают.

Эмоциональное благополучие является основным фактором здоровья детей. А страх является одной из первых эмоций, который ребенок испытывает уже в первые годы своей жизни. Ребенок растет и очень часто страхи растут вместе с ним, чем больше расширяется его познание и развивается фантазия, тем больше он осознает опасности, подстерегающие человека.

По-мнению Т. Гавриловой, детские страхи – это эмоциональные реакции детей на ситуацию угрозы, которая может быть реальной или воображаемой, либо на опасный в представлении детей объект, от которого у них возникает желание убежать или спрятаться. Первичная эмоция страха наблюдается уже у новорожденных. Затем страхи социализируются и возникают как реакции на новые объекты и ситуации. Страхи детские развиваются при недостатке родительского принятия и тепла, когда дети не чувствуют себя защищенными [15, с. 29].

В процессе общения с окружающим миром ребёнок формирует своё представление о том, что хорошо, а что плохо и опасно. Он испытывает различные эмоции: радость, грусть, страх.

Дети более восприимчивы к эмоциям, чем взрослые, и могут сильно переживать из-за неосторожных слов или действий взрослых. Поэтому взрослым необходимо тщательно следить за своей речью и поведением, чтобы не причинить ребёнку психологическую травму и не вызвать у него страх [13, с. 53].

В начале XX века ведущие зарубежные специалисты в области психологии и психиатрии приступили к систематическому исследованию феномена детских страхов. Зигмунд Фрейд, в своем труде

"Психопатология обыденной жизни" (1906), первым акцентировал внимание на важности детских переживаний и их влиянии на формирование личности. Пьер Жане, в свою очередь, в "Психологии внушения" (1909), расширил понимание механизмов возникновения страхов, рассматривая их в контексте бессознательных процессов и когнитивных структур. Позднее, в 1926 году, Теодор Циен в своих исследованиях внес значительный вклад в изучение природы детских фобий, анализируя их в рамках психофизиологического подхода. Таким образом, эти ученые заложили фундамент для дальнейшего развития теории и практики в области детской психологии, создав предпосылки для более глубокого понимания и эффективного преодоления детских страхов.

В своих исследованиях З. Фрейд характеризует страх, как продукт, выработанный вследствие биологической и психической беспомощности ребенка. Он считает, что истоки страха берут свое начало в младенчестве, а в дальнейшем, по мере взросления, зависимость ребенка от родителей сокращается, что также влечет за собой новую волну страхов. Затем следует страх совести, социальный страх, и последняя составляющая данной теории, по мнению Фрейда, не что иное, как страх смерти. Фрейд также считает страх неотъемлемой частью для человеческой эволюции. Страх необходим для развития, социализации и самосохранения [72].

В области изучения детских страхов значительный вклад внесли такие выдающиеся исследователи, как Виржиния Экслейн, основоположница игровой терапии, Мелани Кляйн, пионер психоаналитического подхода к детскому развитию, Джесс Тафти, специалист по арт-терапии, и Фредерик Аллен, известный своими исследованиями в области когнитивно-поведенческой терапии. Их новаторские теоретические концепции и практические разработки продолжают оказывать влияние на современные научные исследования и

терапевтическую практику, способствуя более глубокому пониманию и эффективному преодолению детских страхов [67].

Среди отечественных ученых, занимающихся изучением феномена страха, особое место занимают труды таких выдающихся исследователей, как И.П. Павлов, С.Т. Шацкий, А.И. Захаров, В.Н. Мясищев, А.С. Спиваковская и В.И. Гарбузов. Их работы представляют собой важный вклад в понимание механизмов возникновения и функционирования страха, а также в разработку эффективных методов его диагностики и коррекции.

Одним из выдающихся специалистов в области изучения детских страхов является профессор А. И. Захаров, чьи труды заложили основу для многочисленных исследований в этой сфере. Его работы, обладающие высокой методологической и теоретической значимостью, внесли значительный вклад в понимание феноменологии и генезиса детских тревожных расстройств, а также в разработку эффективных стратегий их коррекции и профилактики.

А. И. Захаров полагает, что страх помогает человеку познавать мир вокруг себя, формируя избирательное и критическое отношение к нему. Более того, страх – это неотъемлемая часть работы психики [30].

И. П. Павлов обращает внимание на то, что у детей, в силу их небольшого жизненного опыта и недостаточной зрелости нервной системы, пассивно-оборонительный рефлекс не успевает полностью подавиться на уровне физиологии. Это делает его более заметным в поведении детей [17].

Следующим исследователем, чьи работы заслуживают внимания в контексте изучения детских страхов, является В. В. Ковалев. Он подчеркнул, что дети с психическими отклонениями имеют повышенную предрасположенность к развитию страха как на психологическом, так и на

физиологическом уровне. В связи с этим важно различать патологический страх и психологический[8].

Современная психология как наука пока еще не нашла ответа на вопрос что запускает в человеке эмоции, и можно ли взять власть над эмоциями, сколько ресурсов организма тратится на то, чтобы та или иная эмоция взяла вверх над человеком. Эмоциональная ранимость детей является питательной средой для страхов.

В рамках фундаментальных исследований в области психологии и психоанализа, таких как работы А.И. Захарова, И.П. Павлова, А.С. Спиваковской, В.И. Долговой, З. Фрейда, К.Э. Изарда, Е.П. Ильина, А.С. Зобова, Анны Фрейд, Джона Боулби и других выдающихся ученых, были тщательно изучены этиологические факторы, обуславливающие возникновение детских страхов. Эти исследования внесли значительный вклад в понимание психоэмоционального развития детей и механизмов формирования тревожных состояний в раннем возрасте.

Перейдем к рассмотрению причин страхов у детей дошкольного периода.

Одним из известных ученых и практиков, исследовавших проблематику именно детского страха, является профессор А.И. Захаров. Большинство исследователей проблемы детского страха ссылаются на научные работы А.И. Захарова, который внес неоценимый вклад в исследования данной темы и пролил свет на данную проблему.

А.И. Захаров считает, что одной из ключевых причин детских страхов является чувство одиночества. С увеличением скорости развития общества изменились и требования к жизни людей в социуме. Если для наших предков было достаточно не умереть от голода, чтобы выжить, то в современном мире основой выживания стали деньги. Родителям приходится работать, чтобы обеспечить семью, и поэтому они вынуждены оставлять детей на попечение бабушек и дедушек или отдавать в детские

сады. Для ребенка отделение от мамы является стрессовым фактором [29, с. 57].

Привязанность к матери – необходимая фаза в нормальном психическом развитии ребенка, в формировании его личности. Она способствует развитию таких социальных чувств как благодарность, отзывчивость и теплота в отношениях, т.е. всего того, что является проявлением истинных человеческих качеств. Вот почему большинство детей, привязанных к матери в первые годы жизни, отличается в дальнейшем достаточная самостоятельность и независимость в действиях и поступках [27, с. 20].

В процессе своих исследований А.И. Захаров обнаружил, что у детей, живущих в отдельных квартирах, уровень беспокойства и боязни гораздо выше, чем у тех, кто живёт в коммуналках, где много взрослых. Это можно объяснить тем, что для ребёнка важно, чтобы рядом был взрослый, который является гарантом чувства безопасности и защищенности [29, с. 50].

Ещё один важный аспект, который может спровоцировать детские фобии – это излишняя тревога родителей, которые сами испытывают страх за своих детей [62, с. 17].

В основном это происходит в семьях, где ребёнок является единственным. В таких семьях ребёнок растёт в среде запретов на двигательную активность, которую сдерживает тревожный родитель. Такой родитель может внушать ребёнку страх, который с каждым разом становится всё сильнее. Гиперопекающий родитель, который сам боится за жизнь ребёнка, запрещает ему играть. Для такого родителя игра – это опасность. В результате таких запретов у ребёнка начинает развиваться абстрактное мышление, а наглядно-образное и конкретное – нет.

В зрелом возрасте это может выражаться в неспособности принимать решения, инфантильностью, стремлением делегирования решения своих

проблем другим людям, в нежелании брать на себя ответственность за свою жизнь.

В ходе исследования было обнаружено, что чувствительные в эмоциональном отношении дети, подвержены страху в большей степени, чем другие дети [52, с. 23].

Одной из основных причин возникновения страха у детей является нарушение эмоциональной связи с матерью. Отсутствие у матери материнского инстинкта – одна из причин нарушения эмоциональной связи. Мать не проявляет заботы и нежности к ребёнку, и он чувствует себя одиноким и ненужным.

Чрезмерные требования к ребёнку, непомерные ожидания родителей, желание чтобы их ребенок соответствовал установленным в обществе стандартам, также служат причинами травм и страхов у детей. Ребенок не успевает за все более увеличивающимися требованиями со стороны родителей и в силу еще несформировавшегося психического объема своей личности, не знает, как правильно реагировать на такое давление со стороны взрослых. Чтобы понять своего ребенка, нужно, безусловно, полюбить его, иметь желание поставить себя на его место и прочувствовать то, что он чувствует.

Также некоторых мам отличает чрезмерное честолюбие, завышенные требования к своему ребёнку, который никогда их не устраивает в полной мере, они ищут недостатки в своем ребёнке, не замечая его достоинств. Проводят постоянное сравнение своего ребенка с другим, который кажется ей лучшим, чем собственный ребенок. Регулярное негативное влияние такой матери на своего ребенка, обесценивание его личности, делает его неуверенным в себе, уязвимым и ребенок испытывает страх быть отвергнутым, что накладывает неизгладимый отпечаток на его характере [70, с. 56].

А.И. Захаров отмечает, что матери, слишком вовлечённые в социальную жизнь, проявляют чрезмерную заботу о безопасности своих детей [28, с. 52]. Их излишняя строгость объясняется навязчивым стремлением контролировать жизнь ребёнка в соответствии со своими представлениями, что приводит к формированию ежедневного ритуала. Хотя мама и проявляет заботу о ребёнке, но эмоционально чувствительный малыш ощущает отчуждённость матери. Ребёнку необходимы любовь и ласка, и если в детстве он не получил их от значимого для него человека, то во взрослой жизни он будет испытывать постоянную нехватку этих чувств. Чтобы заполнить эту пустоту, он будет стремиться к материальным благам, повышению социального статуса и другим вещам, которые не имеют отношения к любви. Он не научится любить.

Некоторые из них становятся настолько стойкими, что утрачивают способность чувствовать потребности своей матери. Они перестают ждать от неё проявлений любви и заботы, становятся упрямыми, безразличными и даже агрессивными. Их поведение начинает напоминать поведение матери.

Некоторые дети остро реагируют на то, что их мама не уделяет им достаточно внимания. Они начинают чувствовать неуверенность в себе и замыкаться в себе. Это приводит к конфликту интересов. С одной стороны, матери хотят работать, строить карьеру и добиваться успеха в обществе. С другой стороны, их маленькие дети нуждаются в них в этот период, им нужна мама, чтобы чувствовать себя в безопасности и защищённости.

Ещё одним поводом для тревог, по мнению А. И. Захарова, могут стать семейные конфликты, которые глубоко затрагивают ребёнка и в его представлении становятся следствием его собственного поведения. Замечено, что девочки более чувствительны к конфликтам в семье [30, с. 50].

Еще одной причиной страхов у дошкольников, согласно данным, представленным А. И. Захаровым, является возраст родителей. Эта гипотеза подкрепляется результатами эмпирических исследований, демонстрирующих, что родители в возрастной категории от 30 до 35 лет более беспокойные и тревожные [29, с. 57]. Это объясняется тем фактом, что мама вышла поздно замуж, соответственно и родила позже. «Поздние» дети в своем большинстве более подвержены повышенному вниманию и гиперопеке со стороны матерей, следствием чего являются возникающие страхи. Дети, как губка впитывают тревожные состояния матери, потому что эмоции имеют способность заражать других. Постоянное нахождение рядом с такой мамой постепенно делают ребенка неуверенным, инфантильным, беспокойным. Психологические исследования подтверждают, что чрезмерная забота со стороны матери в период раннего детства может иметь долгосрочные последствия для психического здоровья ребенка, включая формирование устойчивых паттернов тревожности и фобий.

Часто родители пытаются управлять поведением своих детей, прибегая к запугиванию.

С.Т. Шацкий обращает внимание на то, что взрослые часто используют страх темноты, чудовищ и сказочных персонажей, а также врачей, чтобы добиться своих целей. Поступая, таким образом, взрослые не осознают, что наполняют психику ребенка страхом, тревогой и сами способствуют тому, что их ребенок становится пугливым, нерешительным, тревожным.

Психологи, работающие с нервными детьми, заметили, что большинство родителей, которые обратились за помощью, описывали своего ребенка в негативном ключе. Поэтому, по мнению В.И. Гарбузова, чтобы преодолеть страхи, родителям необходимо укреплять, создавать и научиться видеть положительное начало в своем ребенке [52].

Формирование страхов у детей начинается с раннего возраста, что обусловлено спецификой современного потребительского общества, где доминирующую роль играют финансовые ресурсы. В условиях, когда родители вынуждены работать на нескольких рабочих местах для обеспечения достойного уровня жизни своей семьи, дети зачастую остаются без должного присмотра. В домашней среде, где доступ к медиа-контенту практически неограничен, они проводят значительное время перед экранами телевизоров или мониторов своих гаджетов, что может приводить к неконтролируемому потреблению информации.

Под впечатлением от увиденного днём, ночью ребёнок начинает испытывать страх перед всем. Более того, если включить телевизор, становится ясно, что на наших детей обрушивается поток пугающей информации, от которой становится страшно даже взрослым. В средствах массовой информации давно закрепились тенденции сообщать только пугающие и негативные новости, поэтому неудивительно, что число детей и взрослых с невротическими расстройствами постоянно растёт [27, с. 35].

Многие исследователи детских страхов, такие как А.И.Захаров, Е.П. Ильин, К. Изард выявили зависимость частоты страхов от пола детей. По данным полученным А.И. Захаровым, девочки испытывают страхи чаще, чем мальчики.

Страх в жизни ребенка, по мнению А.В. Вараксиной, играет значимую роль, так как он может уберечь от опасных и рискованных поступков, а с другой стороны – может стать препятствием для развития личности ребёнка, способствуя формированию неуверенности в себе, сковывая творческую энергию и формируя повышенную тревожность. Детские страхи отрицательно сказываются на социальной активности ребёнка, его взаимоотношениях со сверстниками и взрослыми [12, с. 340].

Классификация страхов детей дошкольного возраста (А.И. Захаров):
– медицинские страхи (боязнь заболеть, заразиться, уколов, врачей)

- страх смерти у детей дошкольного возраста является основным (боязнь умереть, умрут родители);
- страх физического ущерба;
- боязнь неожиданных звуков, транспорта, пожара, войны;
- страх животных (собак, волка, сказочных персонажей);
- страхи, связанные со сном (темноты, кошмаров, предметов);
- социальные страхи (боязнь наказания, кого-то из людей, одиночества, опоздания);
- пространственные страхи (боязнь глубины, высоты, замкнутых пространств, больших пространств) [27, с. 35].

В дошкольном возрасте преобладают страхи смерти, темноты, одиночества, определенных людей, растений, мнимых опасностей. У ребенка возникает чувство тревоги при встрече с животным, например, с собакой и при повторной встрече с ней усиливается интенсивность тревоги, которая продолжается и после перенесенного испуга.

Страх, который испытывает ребёнок, можно заметить по его мимике, жестам, движениям тела, дыханию и учащённому сердцебиению. Также стоит обратить внимание на изменения в голосе, интонации, неразборчивой речи, заикании, опущенном взгляде – всё это может свидетельствовать о том, что ребёнок напуган.

Когда ребёнок испытывает страх, он инстинктивно реагирует на него, сжимая кулаки, пытаясь отбиться или убежать [27, с.46].

Во время ночных страхов ребенок может кричать, плакать, просить прогнать чудовище. Такие ситуации являются предупреждением для родителей, что у ребенка проблемы и нужно принимать меры.

По мнению В.И. Гарбузова дети с навязчивыми страхами подвержены задержкам психического развития, психическому инфантилизму, повышенной внушаемости, скованности в незнакомой обстановке, несамостоятельности и чрезмерной привязанности к матери.

Творческая деятельность является самым сильным средством снятия напряжения. Это особенно важно для тех, кто не может «выговориться»; выразить свои фантазии в творчестве значительно легче, чем рассказывать о них. Фантазии, которые изображены на бумаге или в звуках, нередко ускоряют и облегчают вербализацию переживаний.

В возрасте 5-7 лет при помощи психолога ребенок может вербализовать свои эмоциональные состояния, настроения, что является важнейшим моментом и в диагностике, и в коррекционной работе [4].

Таким образом, если подвести итог тому, что было описано выше, то необходимо подчеркнуть, что те или иные страхи, временные эмоциональные нарушения или психологические трудности встречаются в жизненном опыте большинства детей, и это нормальный процесс, помогающий развитию психики и личности ребенка.

Объекты детских страхов бесконечно разнообразны, их особенности находятся в прямой зависимости от жизненного опыта ребенка, степени развития его воображения и таких качеств его характера, как эмоциональная чувствительность, склонность к беспокойству, тревожность, неуверенность в себе.

Страх сказывается на личностном развитии ребёнка, наблюдается слабая контактируемость с окружающими, повышенная неуправляемость и агрессивность, нарушение сна, эмоциональное заторможение, агрессивность, депрессивные состояния, речевые расстройства. Мышление теряет свою гибкость, становится скованным бесконечными опасностями, предчувствиями и сомнениями. Восприятие лишается целостности и непосредственности, уменьшается познавательная активность, любознательность, любопытство.

В дошкольном возрасте страхи наиболее успешно подвергаются психологическому воздействию, поскольку они пока больше обусловлены эмоциями, чем характером, и во многом носят возрастной переходящий характер. Если в этом возрасте не будет сформировано умение оценивать

свои поступки с точки зрения социальных предписаний, то в дальнейшем это будет весьма трудно сделать, так как упущено благоприятное время для формирования чувства ответственности.

1.3 Модель психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников

В связи с увеличением количества детей с повышенной тревожностью и страхами появляется необходимость в психолого-педагогической коррекции. Психолого-педагогическая коррекция – это система мероприятий, направленных на исправление или ослабление личностных и поведенческих отклонений у человека. В случае дошкольников это включает работу с такими проблемами, как страхи, тревожность и другие эмоциональные и психологические трудности.

Цель психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников – снижение уровня тревожности и страхов у дошкольников, формирование адекватных способов реагирования на стрессовые ситуации, развитие эмоциональной устойчивости и позитивного самовосприятия.

Принципы психолого-педагогической коррекции:

1. Индивидуальный подход, с учетом особенностей ребенка.
2. Системность.
3. Комплексность.
4. Сотрудничество с родителями и педагогами
5. Позитивность и поддержка.

Особенности психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников:

1. Игровые методы.
2. Арт-терапия.
3. Создание безопасной среды.
4. Постепенное приближение к объекту страха.

5. Работа с родителями.

6. Поощрение ребёнка за попытки справиться со своими страхами может способствовать формированию позитивного отношения к процессу коррекции и повышению самооценки.

Важно помнить, что коррекция страхов у дошкольников требует индивидуального подхода и комплексного использования различных методов и приёмов.

В психолого-педагогической литературе под моделью понимается система, которая отображает определённые свойства или характеристики изучаемого объекта, процесса или явления.

Психологическое моделирование считается обязательной формой абсолютно всех видов психологической работы: диагностики, коррекции, профилактики, консультирования, исследования, просвещения.

Любая модель строится на основании совокупности определенных принципов, форм, методов, включает в себя этапы и структурные элементы [22 с. 22].

Основными этапами моделирования, по-мнению В.И. Долговой, профессора, доктора психологических наук, являются - постановка цели, построение модели, проверка модели на достоверность, применение, обновление модели и использование «дерева целей» как метода целеполагания [18, с. 19].

Анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования, а также изложенные во введении нашей исследовательской работы цели и задачи, позволили нам создать «дерево целей» исследования.

«Дерево целей» – это структурированная схема, которая отображает совокупность целей и их иерархическую взаимосвязь для достижения основной цели. В ней цели более низкого уровня помогают достичь целей более высокого уровня.

Далее, на рисунке 1 представим ««дерево целей»» формирования психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников.



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

1. Теоретически обосновать проблему исследования психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников.

1.1. Изучить понятие «страхи» в психолого-педагогической литературе.

1.2. Выявить особенности страхов детей дошкольного возраста.

1.3. Разработать модель формирования психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников.

2. Организовать опытно-экспериментальное исследование психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников.

2.1. Определить этапы, методы и методики проведения исследования психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников.

2.2. Охарактеризовать выборку и провести анализ результатов исследования психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников.

3. Провести опытно-экспериментальное исследование формирования психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников.

3.1. Разработать и реализовать программу психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников.

3.2. Провести анализ результатов опытно-экспериментального исследования психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников.

3.3. Составить техническую карту и психолого-педагогические рекомендации педагогам и родителям для преодоления страхов у дошкольников.

Используя в своей основе «дерево целей», разработали модель психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников.

Модель представляет собой синтез ключевых характеристик изучаемого объекта, которые были определены в процессе анализа. Она может быть использована для определения и описания составляющих объекта или явления, установления связей между ними и прогнозирования дальнейшего развития событий.

Модель психолого-педагогической коррекции страхов детей дошкольного возраста базируется на ряде основополагающих принципов: принцип комплексности коррекционных, развивающих и профилактических задач; принцип единства диагностики и коррекции; принцип учёта возрастных, психологических и индивидуальных особенностей группы; принцип комплексности методов психологического воздействия. В соответствии с этими принципами, технологическая составляющая модели включает в себя следующие компоненты: генеральную цель, теоретическую часть, диагностическую часть, корректирующую часть, аналитическую часть и результат. Модель

исследования психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников представлена на рисунке 2.

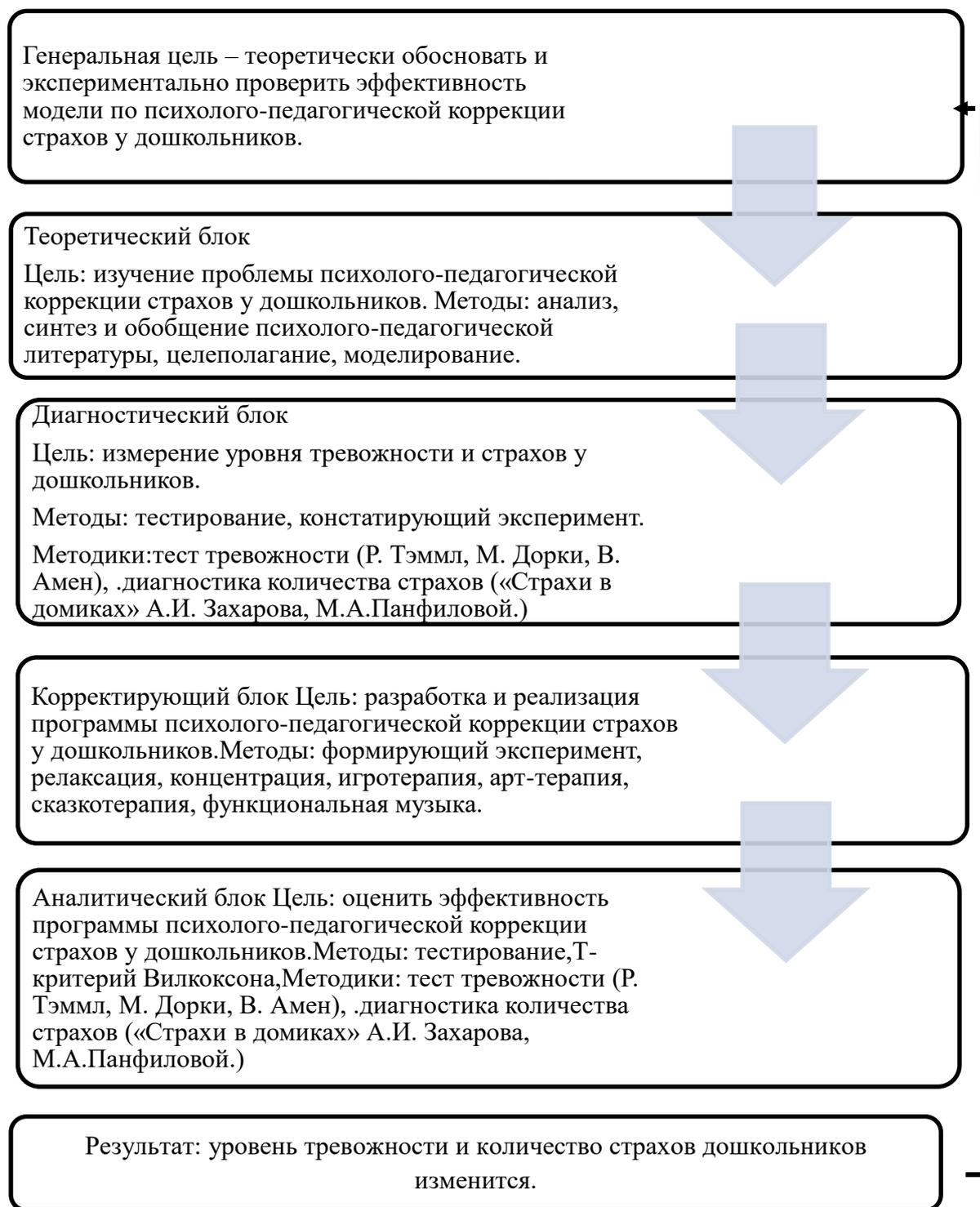


Рисунок 2 – Модель исследования психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников

Перейдем к рассмотрению блоков разработанной модели.

1. Теоретический блок включает в себя изучение проблемы психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников с использованием методов: анализ, синтез и обобщение психолого-педагогической литературы, целеполагание, моделирование.

2. Диагностический блок. Главной целью этого блока является проведение диагностики, которая позволяет выявить у дошкольников уровень тревожности и количество страхов превышающих норму, чтобы в дальнейшем провести коррекционную работу. Применяемые методы работы: тестирование, констатирующий эксперимент.

В своей работе мы использовали следующие методики: тест тревожности (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен), диагностика количества страхов («Страхи в домиках» А.И. Захарова, М.А. Панфиловой.) (для диагностики детей).

3. Корректирующий блок включает в себя разработку и реализацию специальной программы, которая направлена на психолого-педагогическую коррекцию страхов у детей дошкольного возраста, а также просветительская работа с педагогами и родителями.

Методы: релаксация, концентрация, игротерапия, телесная терапия, арт-терапия.

4. В аналитический блок входит проведение повторных диагностик с применением математической статистики. Главной целью данного блока является проведение оценки эффективности программы психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников.

Таким образом, можно сделать вывод, что на основе разработанной модели будет сформирована и в последствии реализована программа психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников. В структуре модели расположены четыре блока: теоретический, диагностический, корректирующий и аналитический.

Выводы по 1 главе

В первой главе мы провели детальный анализ различных теоретических подходов к определению феномена страха в отечественной и зарубежной психологии. Анализ психолого-педагогической литературы позволил определить содержательную характеристику и ключевые аспекты содержания понятия страха и его место в сложной конструкции эмоциональных состояний. «Страх- это аффективное (эмоционально заострённое) отражение в сознании конкретной угрозы для жизни и благополучия человека» А.И.Захаров [29, с.57].

Особое внимание уделили многоаспектному проявлению страха, включая его различные формы и последствия. На основе анализа современных научных исследований предложена комплексная классификация феномена страха, учитывающая его мультифакторную природу и динамические характеристики.

Указали возрастную периодизацию дошкольного возраста(от 3 до 7 лет). В этот период происходит формирование когнитивных способностей – абстрактного воображения, произвольной памяти, внимания, начинает проявляться целостное планирование. Одной из особенностей данного возраста является широта эмоциональных проявлений ребенка, несформированность эмоционально-волевой сферы в целом. Происходит формирование нравственных и эстетических категорий, развивается чувство стыда, вины, сопереживания. Ведущим видом деятельности ребенка дошкольного возраста является игра. Полномерно начинает формироваться самосознание ребенка.

В результате изучения природы детских страхов у дошкольников было обнаружено, что существует несколько методологических подходов и теоретических концепций, которые объясняют причины возникновения страхов в этой возрастной группе. В частности, значительное влияние на данный процесс оказывают внутрисемейные взаимодействия, семейная

иерархия и распределение приоритетов. Кроме того, важную роль играют индивидуальные особенности когнитивного и эмоционального развития, а также условия, в которых происходит социализация и формирование личности ребенка.

Рассмотрели виды страхов, характерные дошкольному возрасту.

Теоретически обосновали и разработали дерево целей и модель. Созданная модель прогнозирует успешную коррекцию страхов у дошкольников.

ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ СТРАХОВ ДОШКОЛЬНИКОВ

2.1 Этапы, методы и методики исследования

Обоснование проблемы исследования, а также результаты ее теоретического анализа предоставили методологическую базу для практической верификации полученных выводов. Данная процедура была реализована посредством проведения эмпирического исследования, направленного на подтверждение гипотез и углубленное понимание рассматриваемого феномена.

Исследование психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников проходило в 3 этапа:

1. Поисково-подготовительный этап. В него входит теоретическое изучение психолого-педагогической литературы по теме исследования, целеполагание, разработка методологии проведения исследования с учетом возрастных характеристик, подбор источников литературы, оформление теоретической части исследования, разработка модели психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников.

2. Опытный-экспериментальный. В него включен отбор диагностических методик для проведения экспериментальной работы, констатирующий эксперимент и анализ его результатов, обработка полученных результатов методом математической статистики t – критерием Пирсона, формулирование выводов, разработка и апробация программы психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников.

3. Контрольно-обобщающий этап. В него входит проведение сравнительного анализа полученных данных до и после апробации программы психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников с использованием T -критерия Вилкоксона, составление технической карты

внедрения результатов, формулирование выводов, оформление выпускной квалификационной работы. С учетом проведенного эксперимента разработаны психолого-педагогические рекомендации воспитателям, педагогам и родителям дошкольников по снижению уровня тревожности и уменьшению количества страхов у детей дошкольного возраста.

В ходе исследования были использованы следующие методы и методики:

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

2. Эмпирические: констатирующий и формирующий эксперимент, тестирование.

3. Психодиагностические: тестирование по методикам: тест тревожности (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен), диагностика количества страхов («Страхи в домиках» А.И. Захарова, М.А. Панфиловой).

3. Математико-статистические: коэффициент корреляции Спирмена, Т-критерий Вилкоксона.

Перейдем к описанию методов и методик.

Анализ – метод научного исследования, характеризующийся выделением и изучением отдельных частей, объектов научного исследования.

Синтез – метод, на основе которого происходит соединение отдельных элементов, частей и признаков в единое целое.

Обобщение – выделение и фиксация в процессах и явлениях общих черт. Любое обобщение должно иметь основание, то есть свойство или совокупность свойств, позволяющих сгруппировать явления и обозначить эту группу каким-либо понятием.

Целеполагание – это процесс выбора и постановки генеральной цели и совокупности целей в соответствии с назначением системы.

Моделирование – метод, позволяющий конструировать определенные процессы для дальнейшего применения на практике с целью изучения

социально-психологических состояний и процессов. Модель имеет сходство в некоторых свойствах с изучаемым прототипом и служит средством описания, объяснения, и/или прогнозирования поведения прототипа.

Метод – совокупность приемов и способов, с помощью которых исследователь получает сведения и расширяет свои знания.

Методика – процедура, целью которой является получение информации о психическом свойстве у определенного контингента испытуемых в определенных условиях обследования для решения конкретных целей и задач.

Методика должна соответствовать нескольким требованиям: внятность, реалистичность, результативность, воспроизводимость, соответствие целям, задачам планируемого действия и возрасту испытуемых, и обоснованность.

Главными критериями качества методики является: надежность, валидность и научность.

Надежность методики означает точность психологических измерений. Она определяется путем дисперсного и факторного анализа.

Валидность определяет соответствие методики тем характеристикам, для измерения которых она предназначена.

Научность методики характеризует её научную обоснованность, связь с фундаментальными исследованиями.

Метод наблюдения – один из основных методов детской психологии, который предполагает целенаправленное восприятие и фиксацию психологических фактов.

Эмпирические методы – это класс методов научного психологического познания, при которых происходит внешнее взаимодействие субъекта с объектом исследования. Эти методы исследования помогают выявить объективные законы, по которым

происходит развитие тех или иных явлений. Эмпирический метод основан на чувственном восприятии.

Эксперимент – процедура, выполняемая для опровержения или подтверждения гипотезы исследования.

Констатирующий эксперимент – эксперимент, направленный на выявление и изучение тех или иных психологических особенностей испытуемого без дополнительного воздействия на него. Основная цель данного типа эксперимента – установление наличия или отсутствия изучаемого явления при определенных контролируемых условиях, измерение его количественных характеристик, качественное описание.

Экспериментальная выборка – это группа испытуемых, выделенная из генеральной совокупности для проведения эксперимента.

T-критерий Вилкоксона (Уилкоксона) применяется для сопоставления показателей, измеренных в двух разных условиях на одной и той же выборке испытуемых. С его помощью мы определяем, является ли сдвиг показателей в каком-то одном направлении более интенсивным, чем в другом.

Тестирование – это метод психологической диагностики, направленный на измерение индивидуальных свойств и качеств испытуемого и использующий стандартизированные вопросы и задачи, имеющие определенную шкалу значений. Результатом тестирования является получение количественной характеристики, показывающей степень выраженности исследуемой особенности у испытуемого.

Психологический тест – это стандартизированное задание (испытание), результаты выполнения которого служат основанием для оценки индивидуальных свойств, психофизиологических и личностных характеристик, а также знаний, умений и навыков испытуемого.

При проведении и интерпретации полученных результатов тестирования необходимо соблюдать следующие правила:

- 1) информирование испытуемого о целях проведения тестирования;
- 2) ознакомление испытуемого с инструкцией по выполнению тестовых заданий и достижение уверенности исследователя в том, что испытуемый верно понял инструкцию;
- 3) создание условий, когда испытуемый выполняет тестовые задания самостоятельно и в спокойной обстановке; исключение помощи и подсказок испытуемому;
- 4) соблюдение исследователем методических указаний по обработке полученных данных и интерпретации результатов;
- 5) обеспечение конфиденциальности полученной информации и предупреждение её распространения;
- 6) сообщение испытуемому или ответственному лицу результаты тестирования с учетом принципа «Не навреди»;
- 7) сбор сведений, полученных другими исследовательскими методами и методиками, их соотнесение друг с другом и определение согласованности между ними; обогащение своего опыта работы с тестами, знаний об особенностях их применения.

В качестве методик исследования психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников, которые полностью удовлетворяют данным критериям, были использованы: тест тревожности (Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен), диагностика количества страхов («Страхи в домиках» А.И. Захарова, М.А. Панфиловой.) (для диагностики детей).

1. Тест тревожности, разработанный американскими психологами Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен.

Цель – Определить уровень тревожности ребенка.

Методика предназначена для детей 4-7 лет.

Тревожность рассматривается как вид эмоционального состояния, функция которого состоит в обеспечении безопасности субъекта на личностном уровне. Тревожность, испытываемая человеком по отношению

к определенной ситуации, зависит от его отрицательного эмоционального опыта в этой и подобных ей ситуациях. Повышенный уровень тревожности свидетельствует о недостаточной эмоциональной приспособленности ребенка к тем или иным социальным ситуациям. Экспериментальное определение степени тревожности раскрывает внутреннее отношение ребенка к определенной ситуации, дает косвенную информацию о характере взаимоотношений ребенка со сверстниками и взрослыми в семье и детском саду [47, с.34].

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

Проведение исследования: Рисунки показывают ребенку в строго перечисленном порядке один за другим. Беседа проходит в отдельной комнате. Предъявив ребенку рисунок, исследователь дает инструкцию [47, с. 49].

Полное описание методики представлено в ПРИЛОЖЕНИИ 1.

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

Цель: выявление и уточнение преобладающих видов страхов (страх темноты, одиночества, смерти, медицинские страхи и т.д.) у детей старше 3-х лет.

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

подвержены. Данная методика подходит в тех случаях, когда ребенок еще плохо рисует или не любит рисовать (хотя такое задание даже не интересующиеся рисованием дети принимают обычно с удовольствием).

Взрослый рисует контурно два дома (на одном или на двух листах): черный и красный. И потом предлагает расселить в домики страхи из списка (взрослые называют по очереди страхи). Записывать нужно те страхи, которые ребенок поселил в черный домик, т.е. признал, что он боится этого.

У детей постарше можно спросить: «Скажи, ты боишься или не боишься...».

Беседу следует вести неторопливо и обстоятельно, перечисляя страхи и ожидая ответа «да»- «нет» или «боюсь» - «не боюсь». Повторять вопрос о том, боится или не боится ребенок, следует только время от времени. Тем самым избегается наведение страхов или их произвольное внушение.

При стереотипном отрицании всех страхов просят давать развернутые ответы типа «не боюсь темноты», а не «нет» или «да». Взрослый, задающий вопросы, сидит рядом, а не напротив ребенка, не забывая его периодически подбадривать и хвалить за то, что он говорит все как есть. Лучше, чтобы взрослый перечислял страхи по памяти, только иногда заглядывая в список, не зачитывая его.

После выполнения задания ребенку предлагается закрыть черный дом на замок (нарисовать его), а ключ – выбросить или потерять. Данный акт успокаивает актуализированные страхи.

Анализ полученных результатов заключается в том, что экспериментатор подсчитывает страхи в черном доме и сравнивает их с возрастными нормами. Совокупные ответы ребенка объединяются в несколько групп по видам страхов. Если ребенок в трех случаях из четырех-пяти дает утвердительный ответ, то этот вид страха диагностируется как имеющийся в наличии. Из 31 вида страхов,

выделенных автором, у детей наблюдаются от 6 до 15. У городских детей возможное количество страхов доходит до 15.

Более подробное описание методики представлено в (ПРИЛОЖЕНИИ 1).

Для того, чтобы получить наиболее точную картину, специалисту необходимо проводить диагностики в комплексе, используя преимущества одной методики в целях компенсации недостатков другой.

Таким образом, мы рассмотрели этапы исследования (поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный, контрольно-обобщающий этап), методы и методики исследования (анализ литературы, обобщение, синтез, целеполагание, констатирующий эксперимент, тестирование) и можем отметить, что их выбор был обусловлен поставленными в исследовании целям и задачами.

2.2 Характеристика выборки и анализ результатов исследования

На основании цели и гипотезы исследовательской работы, в соответствии с опытно-экспериментальным этапом исследовательской деятельности, нами была проведена диагностика 20 дошкольников в возрасте 5-6 лет на базе МДОУ № 12 пос.Мирный Челябинской области.

Представим характеристику выборки исследования, которая была составлена на основе метода наблюдения.

В анализируемой группе испытуемых наблюдается благоприятный эмоциональный климат, характеризующийся высоким уровнем межличностной гармонии и позитивной социальной интеракции. Преобладающая часть детей демонстрирует неконфликтное поведение, жизнерадостность и дружелюбное отношение к своим сверстникам, что свидетельствует о развитой эмоциональной компетентности и социальной адаптированности.

Большинство детей активно участвуют в сюжетно-ролевых играх, проявляя живой интерес к данной форме деятельности. Также наблюдается выраженная склонность к творческой деятельности, включая рисование, конструирование и лепку, что может указывать на наличие у них высокого уровня когнитивного развития и креативных способностей.

В группе наблюдаются дети с гиперактивностью, требующие индивидуального педагогического подхода. Эти дети склонны к частым отвлечениям в процессе обучения. Однако при применении обоснованной и систематической организации образовательной деятельности со стороны педагога, они демонстрируют высокий уровень вовлеченности и интереса к когнитивным процессам.

Также в данной выборке присутствуют дети, характеризующиеся склонностью к беспокойству, волнению, эмоциональному дискомфорту, неуверенные в себе, в своих способностях, не желающие вовлекаться в новую игровую деятельность. Во время выполнения заданий очень напряжены, скованы, ищут поддержку со стороны взрослых, чаще других смущаются.

Навыки социального поведения и нравственные нормы усваиваются под руководством взрослого во взаимодействии с другими детьми в различных видах совместной игровой, изобразительной, творческой деятельности и в общении. Дети активно участвуют в совместных играх, взаимодействуют со сверстниками и взрослыми, соблюдают установленные правила и режим дня.

С помощью констатирующего эксперимента на данном этапе нам удалось выявить уровень тревожности и страхов у детей дошкольного возраста.

Данные о наличии уровня тревожности у детей были получены в ходе диагностического обследования дошкольников с помощью методик: теста тревожности, разработанного американскими психологами (Р.Тэммл,

М.Дорки, В. Амен) и диагностики количества страхов («Страхи в домиках» А.И. Захарова, М.А. Панфиловой).

Результаты констатирующего эксперимента по методике тест тревожности (Р.Тзммл, М.Дорки, В.Амен), сведены в таблицу 2.1 и 2.2(см. ПРИЛОЖЕНИЕ 2, таблица 2.1 и 2.2). На основании результатов диагностики оформили диаграмму в виде гистограммы, изображенной на рисунке 3.

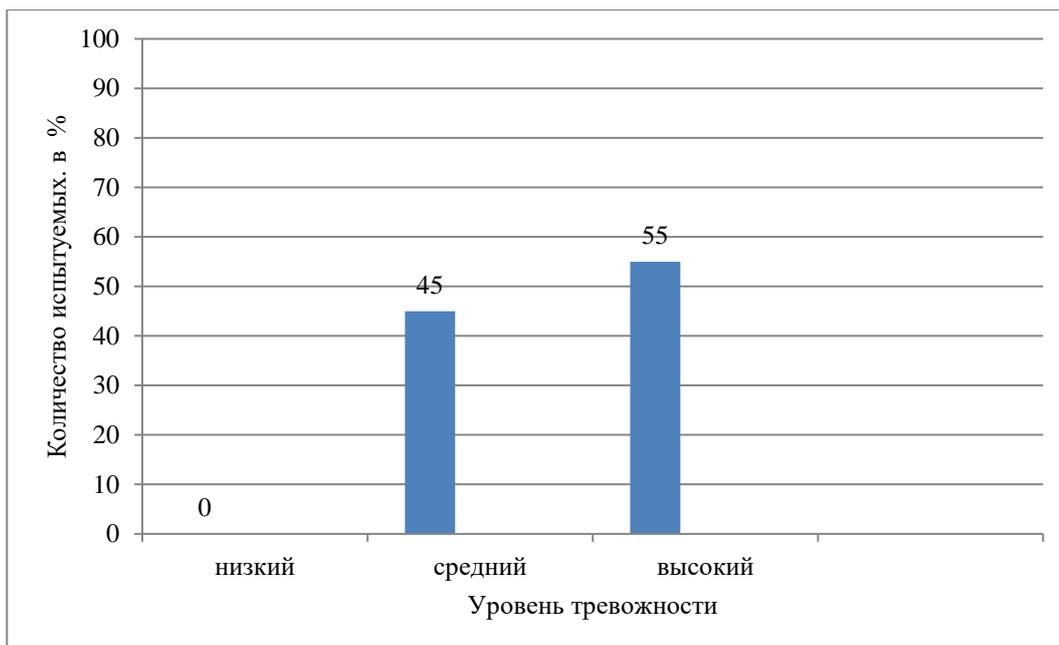


Рисунок 3 – Результаты исследования страхов дошкольников по методике тест тревожности (Р.Тзммл, М.Дорки, В.Амен)

Из рисунка 3 мы видим, что 55 % (11 человек) имеют повышенный уровень тревожности. Дети в этой категории неадекватно воспринимают определенные социальные ситуации, что свидетельствует о недостаточно хорошей эмоциональной приспособленности, адаптированности ребенка к жизненным ситуациям. 45 % (9 человек) имеют средний уровень тревожности. Это свидетельствует об адекватном отношении детей к определенным социальным ситуациям.

Показания свидетельствует о том, что дети склонны к тревожным переживаниям, им свойственно внутреннее беспокойство, неуверенность в себе, присутствие агрессии, нерешительность. Все эти проявления

эмоционального дискомфорта осложняют жизнь ребенка на пути к новому и интересному, мешают взаимодействовать со сверстниками и ограничивают инициативность и открытость миру.

Результаты констатирующего эксперимента по методике «Страхи в домиках» (А.И. Захарова, М.А. Панфиловой) мы свели в таблицы 2.3 и 2.4(см.ПРИЛОЖЕНИЕ 2, таблица 2.3, 2.4). На основе этих данных получили наглядное представление в виде гистограммы на рисунке 4.

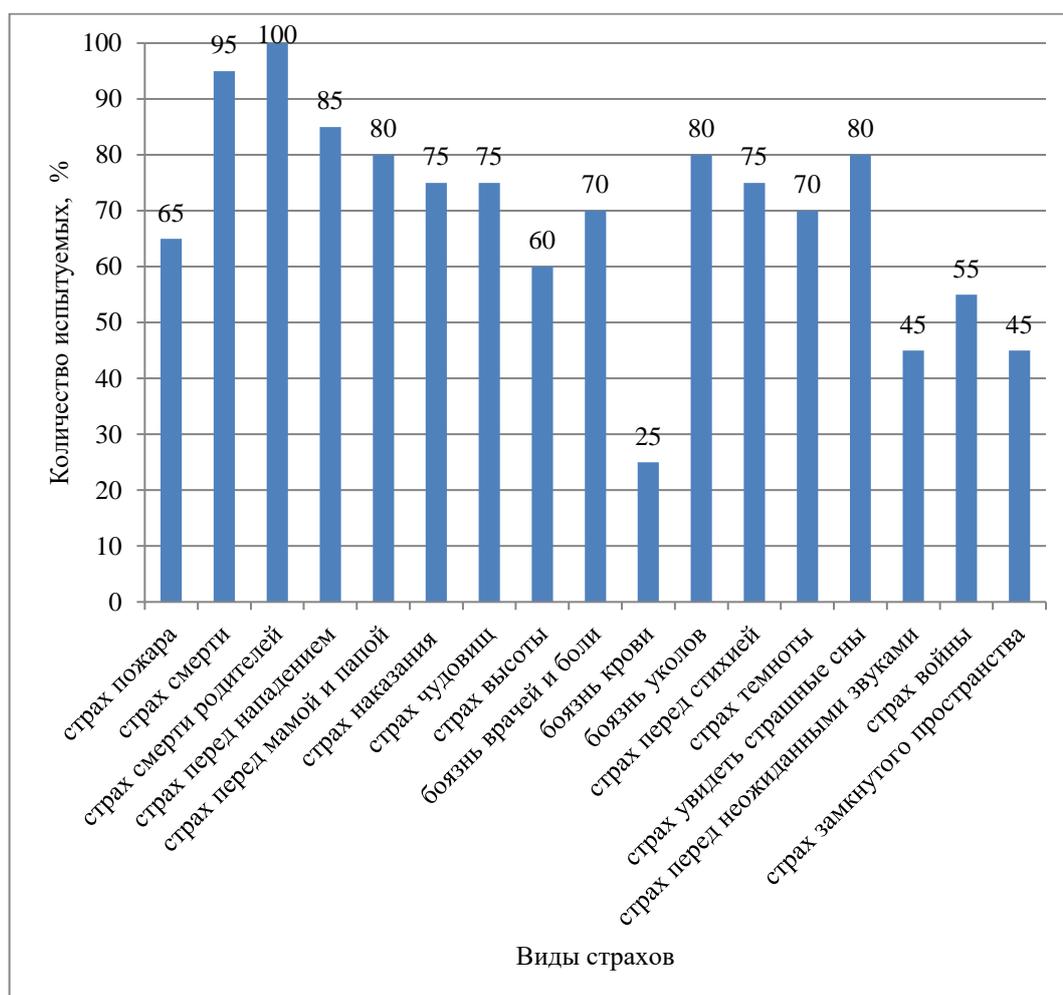


Рисунок 4 – Результаты исследования страхов дошкольников по методике «Страхи в домиках» (А.И. Захарова, М.А. Панфиловой)

По результатам проведения диагностики по методике «Страхи в домиках» (А.И.Захарова, М.А.Панфиловой), были получены следующие данные: как видим на рис.4, 100 % (20 детей) испытывают страх смерти

родителей, 95 % (19 детей) боятся собственной смерти, у 80 % (16 детей) страх перед мамой и папой, 80 % (16 детей) боятся уколов и страшных снов, у 75 % (15 детей) страх перед стихией, чудовищами и страх быть наказанным, у 85 % (17 детей) страх нападения, еще у 70 % (14 детей) боязнь врачей и боли, у 70 % (14 детей) страх, что они увидят страшные сны, 65 % (13 детей) имеют страх перед пожаром, 60 % (12 детей) пугает страх высоты, 55 % (11 детей) страшатся войны, 45 % (9 детей) боятся замкнутого пространства, еще 45 % (9 детей) пугает страх неожиданных звуков и 25 % (5 детей) боятся вида крови.

Некоторые страхи, такие как страх пожара или войны, стихии, дети непосредственно сами не видели, они слышали от родителей или увидели по телевизору. Этот факт подтверждает подверженность детей страхам, через СМИ и неосторожное родительское информирование сведениями разрушительными для детской неокрепшей психики, подверженной буйной фантазии и воображению.

Наличие страхов у детей дошкольного возраста не является патологией, а носит возрастной, переходящий характер, и сигнализирует об определенном неблагополучии в эмоционально личностной сфере ребенка.

Результаты констатирующего эксперимента по методике «Страхи в домиках» (А.И. Захарова, М.А. Панфиловой), по уровню страхов у дошкольников мы свели в таблицу 2.5 (см.ПРИЛОЖЕНИЕ 2, таблица 2.5), и отразили на рисунке 5.

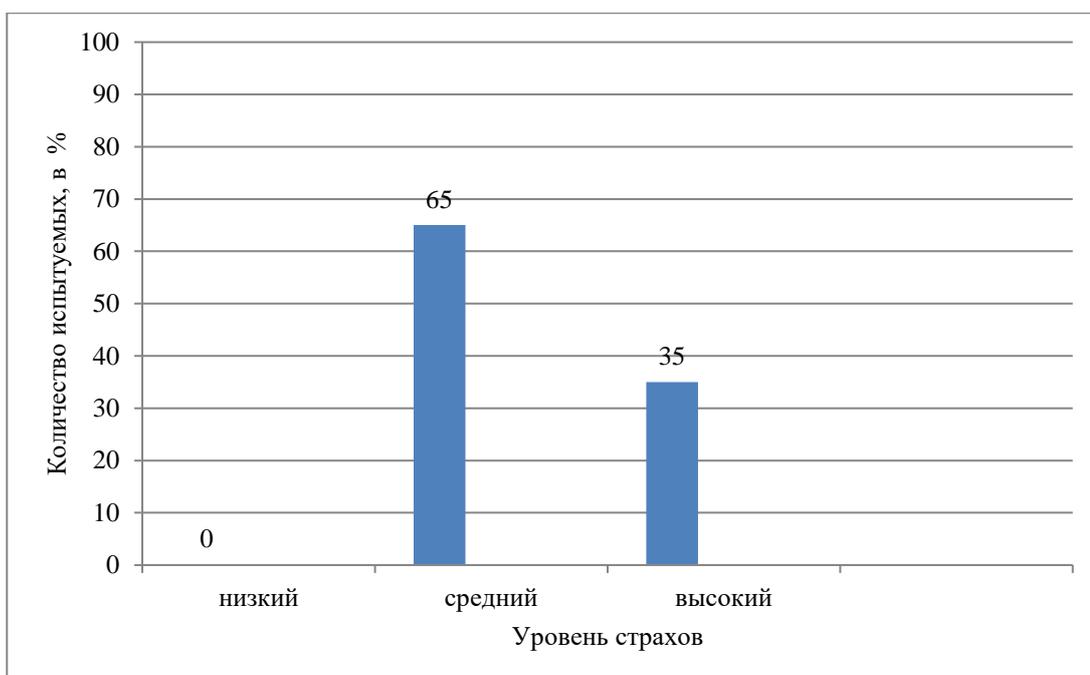


Рисунок 5 – Результаты исследования страхов дошкольников по методике «Страхи в домиках» (А.И. Захарова, М.А. Панфиловой), по уровню выраженности страхов

По рисунку 5, видим, что 65 % (13 человек) подвержены среднему уровню страхов, а 35 % (7 человек) находятся под воздействием высокого уровня страха.

Таким образом, мы можем отметить, что анализ результатов исследования показал, что большинство детей имеют средний и выше среднего уровень тревожности, большое количество выявленных страхов и уровень выраженности страхов находится в среднем и повышенном градиентах. И это убеждает нас в необходимости разработки и реализации психолого-педагогической программы по коррекции страхов дошкольников.

Предполагается, что в программе будет участвовать вся выборка испытуемых, т.к., для детей с повышенным уровнем тревожности и большим количеством страхов программа будет коррекционной, а для остальных участников группы данная программа будет носить профилактический характер.

Выводы по 2 главе

Во второй главе нашей работы, было проведено исследование по выявлению тревожности и страхов у дошкольников. Данное исследование проходило в три этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный и контрольно-обобщающий.

Базой исследования выступило МДОУ № 12 пос. Мирный Челябинской области. В исследовании принимали участие 20 воспитанников в возрасте 5–6 лет.

В своем исследовании мы использовали следующие психодиагностические методики: тест тревожности (Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен) и тест «Страхи в домиках» А.И. Захарова, М.А. Панфиловой. Результатами исследования по тесту тревожности (Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен), был выявлен следующий итог: средний уровень тревожности составил 45 % (9 человек), высокий уровень 55 % (11 человек), диагностика количества страхов («Страхи в домиках» А.И. Захарова, М.А. Панфиловой.) раскрыл, что 100 % (20 детей) испытывают страх смерти родителей, 95 % (19 детей) боятся собственной смерти, у 80 % (16 детей) страх перед мамой и папой, 80 % (16 детей) боятся уколов и страшных снов, у 75 % (15 детей) страх перед стихией, чудовищами и страх быть наказанным, у 70 % (14 детей) страх нападения, еще у 70 % (14 детей) боязнь врачей и боли, у 70 % (14 детей) страх, что они увидят страшные сны, 65 % (13 детей) имеют страх перед пожаром, 60 % (12 детей) пугает страх высоты, 55 % (11 детей) страшатся войны, 45 % (9 детей) боятся замкнутого пространства, еще 45 % (9 детей) пугает страх неожиданных звуков и 25 % (5 детей) боятся вида крови, диагностика уровня страхов по методике «Страхи в домиках» (А.И. Захарова, М.А. Панфиловой) выявил, что 65 % (13 человек) подвержены среднему уровню страхов, а 35 % (7 человек) находятся под воздействием высокого уровня страха.

Таким образом, можно сделать вывод, что главным связующим звеном во многих описанных выше страхах, является страх смерти. Страх смерти лежит в основе страха нападения, пожара, сказочных персонажей, боли, крови и войны. Все эти страхи имеют мотивацию прямой или косвенной угрозы жизни ребенка или родителей, то есть несут угрозу потерять чувство безопасности и защищенности, которое является базовым.

Анализируя проявления страхов и тревожности у дошкольников, можно заметить, что дети, которые испытывают негативные эмоции, часто неуверенны в себе и имеют нестабильную самооценку. Их постоянный страх перед неизвестным мешает проявлять инициативу. Дети чувствуют себя беспомощными, избегают новых игр и видов деятельности. Их самооценка занижена: они считают себя хуже других, некрасивыми, неумелыми и неуклюжими. Неуверенность порождает тревожность и нерешительность, страх, а они, в свою очередь, формируют соответствующий характер.

В результате проведенного исследования было выявлено, что у значительной части детей дошкольного возраста наблюдается высокий уровень тревожности и выраженности страхов, требующих квалифицированной психологической коррекции. Данный факт подчеркивает необходимость разработки и реализации программы психолого-педагогической коррекции и перечня рекомендаций воспитателям, педагогам и родителям, сформированных для эффективного преодоления страхов у детей.

В программе будет участвовать вся выборка испытуемых. Для детей с повышенным уровнем тревожности и большим количеством проявленных страхов данная программа будет с коррекционным эффектом, а для остальных участников группы данная программа будет носить профилактический характер.

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

3.1 Программа психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников

В современном мире эмоциональные проявления, такие как страх и тревожность являются неотъемлемой частью нашей жизни. Ребенок является самой чувствительной частью социума, которая подвержена разнообразным воздействиям окружающей среды. На душевное равновесие ребёнка влияют различные аспекты его жизни: социально-экономическая ситуация, окружающая среда, культурные особенности и психологические факторы.

Страх относится к одной из основных эмоций. Это явление характеризуется негативными эмоциями и указывает на проблемы в развитии эмоциональной области.

«Психолого-педагогическая коррекция – это форма совместной профессиональной деятельности педагога, психолога и родителей, основанная на системе психологических воздействий с целью исправления нарушений психического развития ребенка с опорой на знание возрастной, социокультурной и индивидуальной норм развития. Коррекционная работа также направлена на создание условий для полноценного психического развития каждого ребенка в образовательном учреждении и семье» [54, с. 11].

Необходимо осознавать, что в период дошкольного возраста страхи легче всего поддаются коррекции с помощью психологических методов, поскольку в этом возрасте они в большей степени связаны с эмоциональными переживаниями, а не с особенностями характера, и часто имеют временный характер, связанный с возрастными особенностями.

На основе опытно-экспериментального исследования и результатов диагностики мы составили программу психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников. Программа направлена на то, чтобы помочь дошкольникам научиться справляться со своими эмоциями, контролировать уровень тревожности и не допускать, чтобы страхи влияли на их поведение и общее психологическое состояние.

Цель программы: снижение уровня тревожности и страхов у дошкольников, формирование адекватных способов реагирования на стрессовые ситуации, развитие эмоциональной устойчивости и позитивного самовосприятия.

Задачи Программы:

1. Коррекция страхов и снижение уровня тревожности.
2. Создание благоприятной психологической атмосферы для снижения уровня тревожности.
3. Развитие навыков саморегуляции и управления эмоциями.
4. Обучение ребенка конструктивным способам преодоления страхов.
5. Формирование позитивного отношения к себе и окружающему миру.
6. Развитие коммуникативных навыков и умения выражать свои чувства.
7. Развитие творческого мышления, воображения.
8. Формирование навыков сотрудничества и взаимодействия в группе сверстников.

Критерии эффективности программы:

- 1) повышение уверенности в себе;
- 2) снижение количества страхов;
- 3) улучшение взаимоотношений в группе сверстников.

Принципы, используемые в нашей программе, основаны на трудах Е.М. Скотаревой « Психолого-педагогическая коррекция: теоретико-методологический аспект»:

1. Принцип ведущей деятельности. Ведущая деятельность выступает основным механизмом формирования психологических новообразований. Принцип создания зоны ближайшего развития. Данный принцип раскрывает направленность коррекционной работы, носит опережающий характер и строится как психологическая деятельность, нацеленная на своевременное формирование психологических новообразований.

2. Принцип «нормативности» развития. Психолог в своей деятельности ориентируется на возрастную, социокультурную и индивидуальную нормы развития ребенка.

3. Принцип системности развития психологической деятельности. Психолог, осуществляющий коррекционную работу, должен ставить ряд задач, в числе которых профилактика отклонений и создание условий для дальнейшего гармоничного развития психики ребенка.

4. Принцип единства диагностики и коррекции. Реализация коррекционно-развивающей деятельности требует постоянного контроля динамики изменений личности, поведения и деятельности, эмоциональных состояний ребенка в процессе работы. Такой контроль позволяет внести необходимые коррективы в задачи программы, вовремя изменить и дополнить методы и средства психологического воздействия. Диагностика предоставляет психологу необходимую информацию и обратную связь.

5. Принцип приоритетности коррекции каузального типа. Коррекция каузального типа предполагает устранение причин, порождающих негативные явления в развитии ребенка. Работа только с симптоматикой не может до конца разрешить переживаемые ребенком трудности.

6. Принцип комплексности методов психологического воздействия. Этот принцип предполагает необходимость использования комплекса наиболее эффективных методов, техник и приемов коррекционной работы с детьми.

7. Принцип активного привлечения ближайшего социального окружения ребенка к участию в коррекционной программе. Ребенок развивается в единстве целостной системы социальных отношений. Трудности и отклонения в развитии ребенка свидетельствуют не только о проблемах его индивидуального развития, но и о дисгармоничности в целостной системе социальных отношений, а следовательно, о необходимости их оптимизации и коррекции. Только сотрудничество со значимым окружением ребенка может способствовать эффективности проводимых коррекционных мероприятий.

8. Законность. Все действия в рамках программы соответствуют законодательству Российской Федерации, регулиющему работу с несовершеннолетними[54, с37].

Программа проводилась на базе МДОУ № 12 г. Челябинска. В исследовании принимали участие 20 воспитанников в возрасте 5-6 лет. Курс программы состоит из 10 занятий длительностью 30 минут и проводимых 2 раза в неделю.

Форма работы: групповая. Занятия проводятся в группах по 5-6 человек. Этот формат эффективен, так как, работа в группах способствует развитию навыков общения, умению выражать свои чувства, помогает детям лучше понимать себя и других, что снижает вероятность возникновения конфликтов и способствует формированию здоровых взаимоотношений.

Структура занятия:

- ритуал приветствия;
- основная часть;

– ритуал прощания.

Для проведения занятий необходима отдельная комната или кабинет с мягкой мебелью. Важно предусмотреть мягкое покрытие на полу, в виде ковра или спортивных матов, для занятий, направленных на психомышечное расслабление. Необходимо наличие определенного инструментария, а именно проигрыватель компакт-дисков, ноутбук, записи с функциональной музыкой, спортивные, канцелярские и художественные принадлежности (краски, бумага формата А4, карандаши, клей, фломастеры, ножницы,).

Методы и техники используемые в программе:

1. Релаксация. Подготовка тела и психики к деятельности, сосредоточение на своем внутреннем мире, освобождение от излишнего и нервного напряжения.

2. Концентрация. Сосредоточение на своих зрительных, звуковых и телесных ощущениях, на эмоциях, чувствах и переживаниях.

3. Функциональная музыка. Успокаивающая и восстанавливающая музыка способствует уменьшению эмоциональной напряженности, переключает внимание.

4. Игротерапия. Этот метод способствует развитию познавательной активности и стимулирует речевую деятельность. Используется для снижения напряженности, мышечных зажимов, повышения уверенности в себе, снижения тревожности и страхов.

6. Арт-терапия – это способ, который позволяет детям понять и осознать свои проблемы, выразить свои чувства и эмоции, а также раскрыть свой творческий потенциал.

7. Сказкотерапия. Данный метод способствует ребенку раскрыть внутренние переживания, преодолеть трудности, а также помогает ему осознать себя, стать более уверенным и установить глубокие, доверительные отношения с другими людьми.

8. Телесная терапия. Способствует снижению мышечных зажимов, напряжения, тревожности.

Условия проведения занятий:

- 1) принятие ребёнка таким какой он есть;
- 2) нельзя не торопить, не замедлять игровой процесс;
- 3) учитывается принцип поэтапного погружения и выхода из травмирующей ситуации;
- 4) начало и конец занятий должны быть ритуальными, чтобы сохранить у ребёнка ощущение целостности и завершенности занятия;
- 5) игра не комментируется взрослым;
- 6) в любой игре ребёнку предлагается возможность импровизации

Все занятия имеют гибкую структуру, наполняемую разным содержанием. Во время занятия дети сидят в кругу. Круг - это прежде всего, возможность открытого общения. Он создаёт ощущение целостности, завершенности, придаёт гармонию отношениям детей, облегчает взаимопонимание.

Далее представим краткое содержание программы психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников. Полное содержание программы в ПРИЛОЖЕНИИ 3.

Занятие №1 «Здравствуйте, это я».

Цель занятия: познакомить детей друг с другом, создать атмосферу радости и единения, а также помочь им расслабиться эмоционально и физически.

Упражнение №1 «Росточек под солнцем». Цель: подготовка тела и психики к деятельности, сосредоточение на своём внутреннем мире, освобождение от излишнего нервного напряжения.

Упражнение №2 «Доброе утро». Цель: создать благоприятную психоэмоциональную атмосферу в группе

Упражнение №3 «Что я люблю». Цель: осознание своих личностных особенностей.

Упражнение №4 «Качели». Цель: создать атмосферу взаимодействия и доверия.

Упражнение №5 «Угадай по голосу». Цель: развитие слухового внимания.

Упражнение №6 «Лягушки на болоте». Цель: снизить агрессию и ослабить негативные эмоции.

Упражнение №7 «Художники-натуралисты». Цель: поработать над своими страхами и предубеждениями,

Занятие №2 «Мое имя».

Цель занятия: раскрытие своего «Я». Формирование чувства близости с другими людьми, достижение взаимопонимания и сплоченности.

Упражнение №1 «Росточек под солнцем». Цель: подготовка тела и психики к деятельности, сосредоточение на своём внутреннем мире, освобождение от излишнего нервного напряжения.

Упражнение №2 «Узнай по голосу». Цель: развитие слухового внимания и умения узнавать друг друга по голосу.

Упражнение №3 «Мое имя». Цель: формирование позитивного отношения к своему «Я»

Упражнение №4 «Разведчики». Цель: развитие наблюдательности и внимания.

Упражнение №5 «Рисование самого себя». Цель: раскрытие своего «Я».

Упражнение №6 «Доверяющее падение». Цель: развитие навыков психомоторного взаимодействия и сокращение коммуникативной дистанции.

Упражнение №7 «Горячие ладошки». Цель: раскрытие своего «Я», формирование чувства близости с другими людьми, достижение взаимопонимания и сплочённости.

Занятие №3 «Настроение»

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

Упражнение №1 «Росточек под солнцем». Цель: подготовка тела и психики к деятельности, сосредоточение на своём внутреннем мире, освобождение от излишнего нервного напряжения.

Упражнение №2 «Возьми и передай». Цель: достижение взаимопонимания и сплочённости в коллективе детей, развитие у них умения передавать положительное эмоциональное состояние.

Упражнение №3 «Неваляшка». Цель: формирование зрительного восприятия, обогащение сенсорного опыта ребёнка, развитие двигательной активности.

Упражнение №4 «Превращения». Цель: развитие креативности.

Упражнение №5 «Мое настроение». Цель: развитие умения описывать своё настроение, распознавать настроение других, стимулирование эмпатии.

Упражнение №6 «Закончи предложение». Цель: учить понимать причинные связи между явлениями.

Упражнение №7 «Пружинки». Цель: обучение расслаблению мышц ног.

Упражнение №8 «Горячие ладошки». Цель: раскрытие своего «Я», формирование чувства близости с другими людьми, достижение взаимопонимания и сплочённости.

Занятие №4 «Настроение».

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

Упражнение №1 «Росточек под солнцем». Цель: подготовка тела и психики к деятельности, сосредоточение на своём внутреннем мире, освобождение от излишнего нервного напряжения.

Упражнение №2 «Злые и добрые кошки». Цель: снижение психического напряжения, ослабление негативных эмоций, снятие общей агрессии в группе и коррекция агрессивного поведения.

Упражнение №3 «На что похоже мое настроение». Цель: снять внутреннее напряжение, настроить на взаимодействие в группе.

Упражнение №4 «Ласковый мелок». Цель: развитие навыков общения и снятие мышечного напряжения в области спины.

Упражнение №5 «Угадай, что спрятано в песке». Цель: развитие умения представлять и давать описание предметов по их словесному описанию.

Упражнение №6 «Автопортрет». Цель: выявление индивидуальных особенностей.

Упражнение №7 «Горячие ладошки». Цель: раскрытие своего «Я», формирование чувства близости с другими людьми, достижение взаимопонимания и сплочённости.

Занятие №5 «Наши страхи».

Цель занятия: стимулирование аффективной сферы ребенка, повышение психического тонуса ребенка.

Упражнение №1 «Росточек под солнцем». Цель: подготовка тела и психики к деятельности, сосредоточение на своём внутреннем мире, освобождение от излишнего нервного напряжения.

Упражнение №2 «Петушиные бои». Цель: стимулирование аффективной сферы ребёнка, повышение психического тонуса.

Упражнение № 3 «Расскажи свой страх». Цель: выявление реальных страхов, развитие умения говорить о своих негативных переживаниях открыто в кругу сверстников, формирование социального доверия.

Упражнение №4 «Чего я боялся, когда был маленьким». Цель: предоставить детям возможности для актуализации своих страхов и способствовать осознанию страха как нормального человеческого чувства.

Упражнение №5 «Чужие рисунки». Цель: предоставить детям возможность обсудить свои и чужие страхи.

Упражнение №6 «Дом ужасов». Цель: предоставить ребёнку возможность актуализировать свой страх.

Упражнение №7 «Горячие ладошки». Цель: раскрытие своего «Я», формирование чувства близости с другими людьми, достижение взаимопонимания и сплочённости.

Занятие №6 «Я больше не боюсь».

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

Упражнение №1 «Росточек под солнцем». Цель: подготовка тела и психики к деятельности, сосредоточение на своём внутреннем мире, освобождение от излишнего нервного напряжения.

Упражнение №2 «Смелые ребята». Цель: снижение уровня тревожности и страхов у детей.

Упражнение №3 «Азбука страхов». Цель: снизить уровень страха через идентификацию с его объектами.

Упражнение № 4 «Страшная сказка по кругу». .Цель: обратить страшное содержание в смешную противоположность.

Упражнение №5 «На лесной полянке». Цель: развивать воображение и творческие способности.

Упражнение №6 «Прогони Бабу-Ягу». Цель: содействовать символическому уничтожению страхов детей, а также помочь им проявить агрессию в конструктивных целях.

Упражнение №7 «Я тебя не боюсь». Цель: преодоление негативных переживаний, символическое уничтожение страха и снижение эмоционального напряжения.

Упражнение №8 «Горячие ладошки». Цель: раскрытие своего «Я», формирование чувства близости с другими людьми, достижение взаимопонимания и сплочённости.

Занятие №7 «Волшебный лес».

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

Упражнение №1 «Росточек под солнцем». Цель: подготовка тела и психики к деятельности, сосредоточение на своём внутреннем мире, освобождение от излишнего нервного напряжения.

Упражнение №2 «За что меня любит мама, папа, сестра и т.д.». Цель: повышение значимости ребёнка в глазах окружающих его детей.

Упражнение №3 «Лягушки на болоте». Цель: снизить агрессию и ослабить негативные эмоции.

Упражнение №4 «Неопределённые фигуры». Цель: снижение чувства страха и тревожности у детей.

Упражнение №5 «Тропинка». Цель: предоставить детям возможность игровым образом преодолеть страхи и эмоционально-отрицательные переживания.

Упражнение №6 «Коллективный рисунок по сочинённой общей истории на тему: «Волшебный лес». Цель: развитие умения передавать своё эмоциональное состояние через художественный образ, снижение психоэмоционального напряжения, повышение уверенности в себе.

Упражнение №7 «Доверяющее падение». Цель: снижение уровня тревожности и страхов у дошкольников путём снятия эмоционального и телесного напряжения.

Упражнение №8 «Горячие ладошки». Цель: раскрытие своего «Я», формирование чувства близости с другими людьми, достижение взаимопонимания и сплочённости.

Занятие №8 «Сказочная шкатулка».

Цель занятия: формирование положительной «Я» концепции, самопринятия, уверенности в себе, снижение тревожности, выявление положительных черт личности.

Упражнение №1 «Росточек под солнцем». Цель: подготовка тела и психики к деятельности, сосредоточение на своём внутреннем мире, освобождение от излишнего нервного напряжения.

Упражнение №2 «Сказочная шкатулка». Цель: формирование положительной «Я-концепции», самопринятия, уверенности в себе, снижение тревожности, выявление положительных черт личности.

Упражнение №3 «Конкурс боюсек». Цель: предоставить участникам возможность актуализировать свои страхи и поговорить о них.

Упражнение №4 «Принц и принцесса». Цель: развитие уверенности в себе и умения выражать положительное отношение к другим.

Упражнение №5 «Придумай веселый конец». Цель: снизить уровень страха через придание объектам страха несвойственных, непривычных характеристик.

Упражнение №6 «Волшебные зеркала». Цель: формирование положительной Я-концепции, повышение уверенности в себе, снижение тревожности.

Упражнение №7 «Горячие ладошки». Цель: раскрытие своего «Я», формирование чувства близости с другими людьми, достижение взаимопонимания и сплочённости.

Занятие №9 «Волшебники».

Цель занятия: снижение психо-мышечного напряжения, закрепление адекватных форм проявления эмоций, развитие социального доверия.

Упражнение №1 «Росточек под солнцем». Цель: подготовка тела и психики к деятельности, сосредоточение на своём внутреннем мире, освобождение от излишнего нервного напряжения.

Упражнение №2 «Путаница». Цель: создание условий для преодоления страхов, развитие коммуникативных навыков, уверенности, социальной адаптации и стрессоустойчивости.

Упражнение №3 «Кораблик». Цель: расслабление и снятие мышечных зажимов.

Упражнение №4 «Волшебный сон». Цель: снятие эмоционального возбуждения, создание хорошего настроения и прилива бодрости, готовность воспринимать новое.

Упражнение №5 «Рисуем, что увидели во сне». Цель: помочь детям вспомнить и выразить через рисунок то, что они увидели во сне,

Упражнение №6 «Волшебники». Цель занятия: снижение психо-мышечного напряжения, закрепление адекватных форм проявления эмоций, развитие социального доверия.

Упражнение №7 «Горячие ладошки». Цель: раскрытие своего «Я», формирование чувства близости с другими людьми, достижение взаимопонимания и сплочённости.

Занятие №10 «Солнце в ладошке».

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

Упражнение №1 «Росточек под солнцем». Цель: подготовка тела и психики к деятельности, сосредоточение на своём внутреннем мире, освобождение от излишнего нервного напряжения.

Упражнение №2 «Неоконченные предложения». Цель: получение дополнительных сведений о наличии и причинах страхов, беспокойства ребёнка.

Упражнение №3 «Баба-Яга». Цель: уменьшение страха перед сказочным персонажем.

Упражнение №4 «Комплименты». Цель: сплотить участников, настроить на продуктивную деятельность, создать атмосферу группового доверия и принятия.

Упражнение №5 «В лучах солнышка». Цель: развитие умения передавать своё эмоциональное состояние через художественный образ, а также совершенствовать пути преодоления страха.

Упражнение №6 «Солнце в ладошке». Цель: освобождение от отрицательных эмоций, развитие социального доверия, повышение уверенности в своих силах и значимости в глазах окружающих.

Упражнение №7 «Горячие ладошки». Цель: раскрытие своего «Я», формирование чувства близости с другими людьми, достижение взаимопонимания и сплочённости.

Для определения успешности освоения программы будем ориентироваться на ожидаемые результаты:

- 1) формирование навыков преодоления различных страхов;
- 2) укрепление уверенности в себе;
- 3) устранение страхов и негативных эмоций;
- 4) снижение уровня тревожности.

Таким образом, для снижения уровня страхов детей дошкольного возраста, была разработана программа психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников, направленная на формирование уверенности в себе; снижение уровня тревожности и страхов; развитие эмоциональной устойчивости и позитивного самовосприятия.

3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования

Для осуществления анализа эффективности результатов реализации программы, направленной на психолого-педагогическую коррекцию

страхов дошкольников и для последующего оформления психолого-педагогического эксперимента, нами была проведена повторная диагностика с применением следующих методик: методика тест тревожности (Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен), методика «Страхи в домиках» (А.И.Захарова, М.А.Панфиловой).

Результаты проведенной диагностики по методике выявления страхов с помощью теста тревожности (Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен) представлены в таблицах 4.1 и 4.2 (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 4, Таблица 4.1, 4.2). Содержание таблицы 4.2 использовали для получения наглядного представления уровня наличия страхов дошкольников до и после реализации программы, в виде графика гистограмм представленный на рисунке 6.

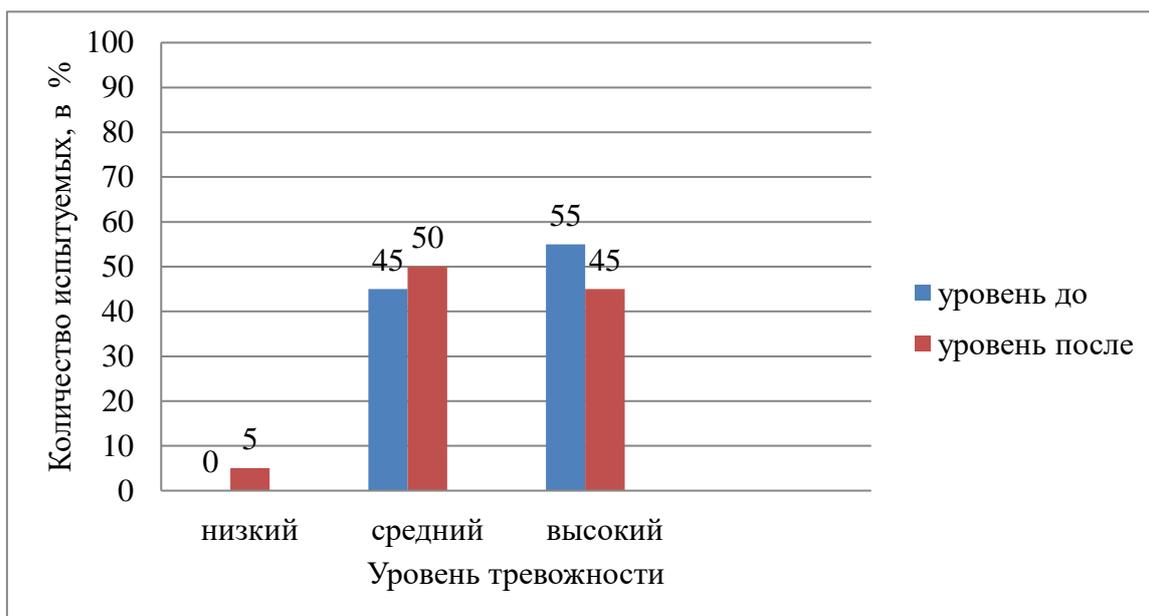


Рисунок 6 – Результаты исследования тревожности у дошкольников по методике тест тревожности (Р. Тэммл, М.Дорки, В. Амен), до и после реализации программы коррекции

Из рисунка 6, мы видим, что высокий уровень тревожности дошкольников, после проведения психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников, понизился на 10 % (2 человека), средний уровень вырос на 5 % (1 человек), за счет уменьшения высокого уровня

тревожности, и появился низкий уровень 5 % (1 человек), что свидетельствует о динамике уровня тревожности в положительную сторону.

Страх - это эмоция, которая может возникнуть в любом возрастном периоде. Исследования, которые были проведены, подтверждают, что в дошкольном возрасте страхи наиболее успешно подвергаются психологическому воздействию, поскольку они во многом носят возрастной переходящий характер. Сопоставление результатов до и после проведения программы коррекции нашего экспериментального исследования убедительно свидетельствует о положительной динамике в эмоциональной сфере ребёнка. Это находит своё выражение в снижении уровня страхов, тревожности, а также в оптимизации межличностных отношений в семье и со сверстниками.

Статистическую достоверность изменений по итогам реализации эксперимента проверим с помощью Т-критерия Вилкоксона. Сформулируем рабочие гипотезы (расчет в ПРИЛОЖЕНИИ 4):

H₀: Интенсивность сдвигов в направлении снижения тревожности не превосходит интенсивности сдвигов в направлении повышения тревожности.

H₁: Интенсивность сдвигов в направлении снижения тревожности превышает интенсивность сдвигов в направлении повышения тревожности.

Полученное эмпирическое значение $T_{эмп} = 11 < T_{кр}(0,01)$, следовательно интенсивность сдвигов находится в зоне значимости, интенсивность сдвигов в направлении снижения тревожности превышает интенсивность сдвигов в направлении повышения тревожности.

Гипотеза H₀ отвергается, принимается гипотеза H₁.

Графически представим результаты на оси значимости, рисунок 7.

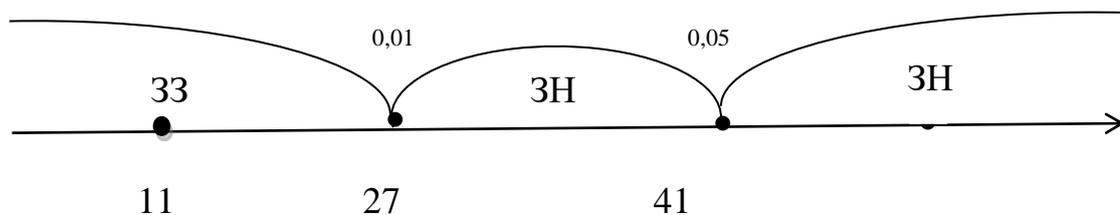


Рисунок 7 – Ось значимости по методике тест тревожности (Р. Тэммл, М.Дорки, В. Амен)

Таким образом, расчет Т-критерия Вилкоксона в исследуемой выборке позволяет утверждать, что уровень тревожности дошкольников в результате реализации психолого-педагогической программы изменился.

После реализации психолого-педагогической программы по методике «Страхи в домиках» (А.И.Захарова, М.А.Панфиловой), мы получили следующие сдвиги по количеству страхов у дошкольников. Результаты представлены на рисунке 8 (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 4, Таблица 4.2).

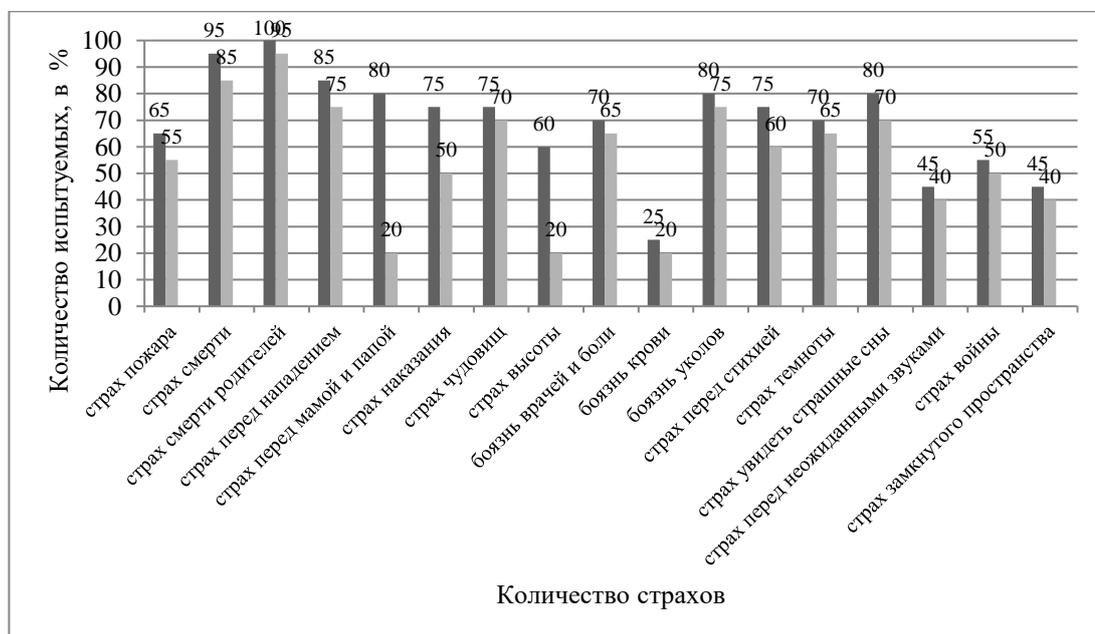


Рисунок 8 – Результаты исследования количества страхов у дошкольников по методике: «Страхи в домиках» (А.И.Захарова, М.А.Панфиловой) до и после реализации программы коррекции

Как видим из рисунка 8, показатели количества страхов, после реализации программы изменились.

Рассмотрим в подробностях:

- страх пожара снизился на 10 % (с 65 % до 55 %);
- страх смерти также снизился на 10 % (с 95 % до 85 %);
- страх смерти родителей понизился на 5 % (с 100 % до 95 %);
- страх перед нападением снизился на 10 % (с 85 % до 75 %);
- страх перед мамой и папой заметно снизился на 60 % (с 80 % до 20 %);
- страх наказания ощутимо снизил свои позиции на 25 % (с 75 % до 50 %);
- страх чудовищ и сказочных персонажей стал меньше на 5 % (с 75 % до 70 %), -страх высоты заметно уменьшился на 40 % (с 60 % до 20 %);
- боязнь врачей и боли уменьшилась на 5 % (с 70 % до 65 %);
- боязнь крови стала меньше на 5 % (с 25 % до 20 %);
- боязнь уколов также стала меньше на 5 % (с 80 % до 75 %);
- страх перед стихией уменьшился на 15 % (с 75 % до 60 %);
- страх темноты снизился на 5 % (с 70 % до 65 %);
- страх увидеть страшные сны снизился на 10 % (с 80 % до 70 %);
- страх перед неожиданными звуками стал меньше на 5 % (с 45 % до 40 %);
- страх войны также стал меньше на 5 % (с 55 % до 50 %);
- страх замкнутого пространства стал меньше на 5 % (с 45 % до 40 %).

Таким образом, наблюдается положительная динамика по количеству страхов, влияющих на эмоциональное благополучие дошкольников. В основном все виды страхов, диагностируемых в нашем исследовании, имеют тенденцию к уменьшению. Это связано с тем, что в процессе коррекционной работы дети научились бороться с некоторыми

видами страхов (страх пожара, страх смерти, страх перед нападением, страх перед мамой и папой, страх наказания, страх темноты, страх врачей и др.).

Следующим шагом в повторной диагностике страхов по методике: «Страхи в домиках» (А.И.Захарова, М.А.Панфиловой) стало выявление уровня страхов у дошкольников после применения программы коррекции. Результаты на рисунке 9.

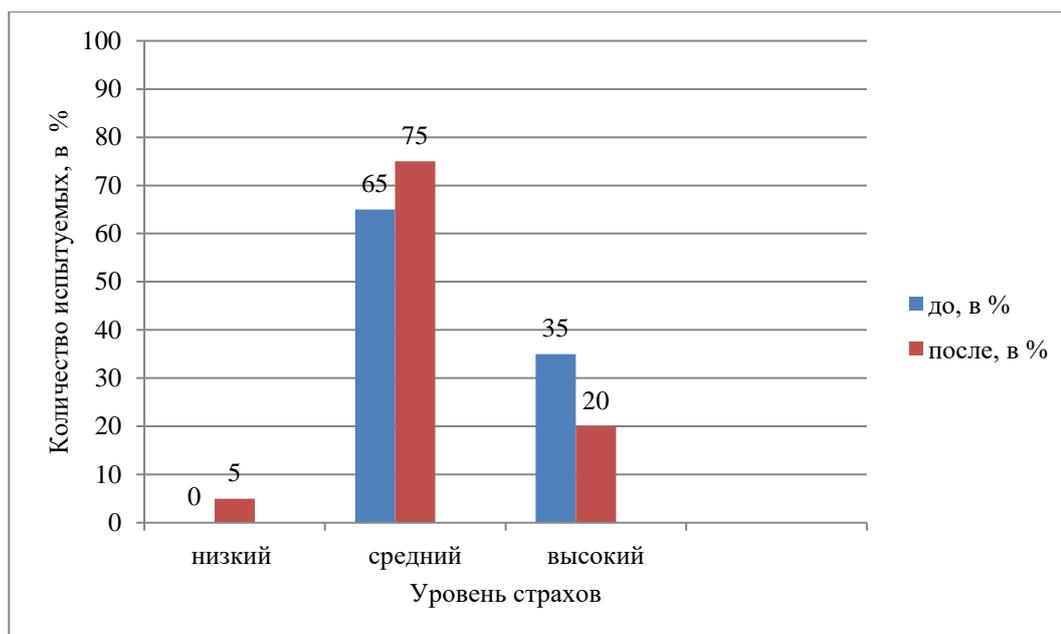


Рисунок 9 – Результаты исследования уровня страхов у дошкольников по методике: «Страхи в домиках» (А.И. Захарова, М.А. Панфиловой) до и после реализации программы коррекции

Результаты исследования уровня страхов у дошкольников по методике: «Страхи в домиках» (А.И. Захарова, М.А. Панфиловой) до и после реализации программы коррекции, свидетельствуют о снижении высокого уровня страхов на 15 % (3 человека), средний уровень тревожности повысился на 10 % (2 человека) за счет уменьшения высокого уровня страхов, и появился низкий уровень страха 5 % (1 человек).

Таким образом, полученные результаты по уровню страхов у дошкольников до и после реализации программы коррекции,

свидетельствуют о том, что уровень страхов детей дошкольного возраста имеет положительную динамику.

Далее проверим статистическую достоверность изменений по итогам реализации эксперимента, по методике: «Страхи в домиках» (А.И.Захарова, М.А. Панфиловой), с помощью Т-критерия Вилкоксона.

Сформулируем рабочие гипотезы.

H0: Интенсивность сдвигов в направлении снижения количества страхов не превосходит интенсивности сдвигов в направлении повышения количества страхов.

H1: Интенсивность сдвигов в направлении снижения количества страхов превышает интенсивность сдвигов в направлении повышения количества страхов.

Полученное эмпирическое значение $T_{эмп}=8.5 < T_{кр}(0,01)$ следовательно, интенсивность сдвигов в направлении снижения количества страхов превышает интенсивность сдвигов в направлении повышения количества страхов.

Гипотеза H0 отвергается, принимается гипотеза H1. Это значит, количество страхов дошкольников изменилось после проведения коррекционной программы, направленной на снижение количества выраженности страхов детей дошкольного возраста.

Таким образом, в результате проведения программы, направленной на коррекцию страхов у дошкольников, произошли изменения. У большинства дошкольников, участвовавших в программе наблюдается положительная динамика по уровню тревожности и по количеству страхов. Это позволяет нам убедиться в эффективности разработанной и реализованной программы по коррекции страхов у дошкольников.

3.3 Технологическая карта внедрения результатов исследования психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников

Технологическая карта представляет собой систему мероприятий по реализации «Программы по психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников».

Реализация процесса внедрения полученных результатов в психолого-педагогическую практику состоит из семи этапов.

Первый этап. Целеполагание внедрения программы психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников.

Цели этапа:

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

Второй этап. Формирование положительной психологической установки на внедрение программы психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников.

Цели этапа:

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

Третий этап. Изучение предмета внедрения программы психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников.

Цели этапа:

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

программы;

3) изучить методику темы программы.

Четвертый этап. Опережающее освоение предмета внедрения программы психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников.

Цели этапа:

1) совершенствовать знания и умения, сформированные на предыдущем этапе;

2) совершенствовать методику освоения внедрения программы;

3) сохранить и углубить традиции работы над темой, сложившиеся на предыдущих этапах.

Пятый этап. Фронтальное освоение предмета программы психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников.

Цели этапа:

1) мобилизовать коллектив проекта на внедрение инновационной Программы;

2) развить знания и умения, сформированные на предыдущем этапе;

3) обеспечить условия для фронтального внедрения инновационной Программы;

4) освоить всем коллективом предмет внедрения

Шестой этап. Совершенствование работы над темой психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников.

Цели этапа:

1) совершенствовать знания и умения, сформированные на предыдущих этапах;

2) обеспечить условия совершенствования методики работы по внедрению программы;

3) совершенствовать методику освоения внедрения программы.

Седьмой этап. Распространение передового опыта освоения внедрения программы психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников.

Цели этапа:

- 1) изучить и обобщить опыт внедрения инновационной технологии;
- 2) осуществить наставничество над другими образовательными учреждениями, которые приступают к внедрению программы;
- 3) осуществить популяризацию передового опыта по внедрению программы;
- 4) сохранить и углубить традиции работы над темой, сложившееся на предыдущих этапах.

Полное описание разработанной технологической карты, формы и методы работы каждого этапа внедрения представлены в Приложении 5 (Приложение 5, таблица 5).

Результаты проведенного исследования сформировали потребность в разработке психолого-педагогических рекомендаций воспитателям, педагогам и родителям дошкольников по коррекции страхов дошкольников.

Формирование единой воспитательной атмосферы – ключевой фактор успешного обучения детей дошкольного возраста. Поэтому так важно взаимодействие педагогов и родителей. Родители могут стать помощниками в различных видах деятельности с детьми. От совместной работы родителей и педагогов выигрывают все участники образовательного процесса: родители активно участвуют в жизни детей, лучше понимают их и налаживают отношения; педагоги, общаясь с родителями, узнают больше о ребенке, что помогает им выбрать эффективные методы воспитания и обучения. Родителям стоит не только помогать детям преодолевать страхи, но и предотвращать их появление. Помощь ребёнку без участия родителей обычно не приносит положительных результатов. 90 % страхов детей возникают в семье и поддерживаются ею, поэтому крайне важно привлекать родителей к коррекции.

Целью рекомендаций ставилось сделать процесс коррекции страхов дошкольников более доступным и эффективным.

В последние годы специалисты в области психологии и педагогики отмечают значительный рост уровня детских страхов, что представляет собой актуальную проблему, требующую всестороннего анализа и комплексного подхода к её решению. Наличие страхов в дошкольном возрасте является важным индикатором психологического благополучия ребёнка и может существенно влиять на его личностное развитие, социальную адаптацию и когнитивные функции. В связи с этим, игнорирование данного феномена может привести к формированию устойчивых негативных паттернов поведения и эмоциональных реакций, которые в дальнейшем могут стать основой для серьёзных психологических проблем.

Установление полноценных и доверительных отношений между педагогом, родителями и детьми дошкольного возраста является ключевым фактором успешной коррекционно-развивающей работы. Психолого-педагогическая деятельность, направленная на профилактику и коррекцию детских страхов, должна включать широкий спектр мероприятий, таких как консультации для родителей, тренинги для воспитателей, учителей и педагогов-психологов. Эти мероприятия позволяют не только эффективно решать проблему детских страхов, но и способствовать развитию навыков саморегуляции у детей, что является важным аспектом их общего психоэмоционального развития.

Комплексный подход к проблеме детских страхов предполагает интеграцию различных методов и стратегий, направленных на создание благоприятной психологической среды для ребёнка. Важным элементом данной работы является систематическое наблюдение за эмоциональным состоянием детей, а также проведение диагностических процедур для выявления индивидуальных особенностей и степени выраженности страхов. На основе полученных данных разрабатываются индивидуальные

программы коррекции, которые учитывают возрастные, личностные и социальные факторы.

Таким образом, вопрос о детских страхах в дошкольном возрасте требует междисциплинарного подхода и активного участия всех участников образовательного процесса. Только такой комплексный и системный подход может помочь эффективно решить эту проблему и способствовать гармоничному развитию ребёнка.

Преодоление страхов и работа по развитию личности проводится воспитателем по следующим направлениям:

1. Наполнение в повседневной жизни яркими впечатлениями через включение ребенка в интересную для него деятельность.
2. Поощрение коллективных игр, дружбы со сверстниками.
3. Обучение навыкам релаксации, при которой организм ребенка не испытывает напряжения, беспокойства, тревоги.
4. Психологическая коррекция поведения взрослых, окружающих ребенка.
5. Обучение приемлемым способам выражения гнева.
6. Исключение стрессовых ситуаций.
7. Личностно–ориентированный подход к каждому ребенку.

Использование в работе приемов моделирования ситуации, тематического рисования, танцетерапии, сказкотерапии.

Все эти направления целесообразно наполнить следующими методами:

1) рисование. Изобразительное искусство – это не только способ самовыражения, но и возможность исследовать свои эмоции и окружающий мир. Рисование может вызывать широкий спектр чувств, от радости и восторга до гнева и даже страха. Однако в отличие от печали, рисование не связано с этим негативным чувством. Рисование позволяет нам лучше понять себя и окружающий мир, а также моделировать

отношения с другими людьми. Это также способ выразить свои эмоции, в том числе и отрицательные.

2) рассказ про свой страх. Эффективным методом является создание истории о своём страхе. Для этого необходимо описать его и вместе с ребёнком придумать, как его преодолеть. Важно, чтобы ребёнок следовал установленным правилам. Если страх сильный, то бороться с ним следует постепенно.

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

4) воображение. Не все дети испытывают страх в конкретной форме. Иногда у ребёнка преобладает неопределённость, необъяснимая тревога и подавленность эмоций. В таких случаях необходимо попросить невротичного ребёнка закрыть глаза и представить свой страх.

Нужно не только представить, как он выглядит и какого он размера, но и почувствовать его запах, ощутить его на ощупь. Можно предложить ребёнку побыть этим страхом и рассказать от его имени о своих ощущениях, о том, зачем он пугает людей. Ребенок от имени страха рассказывает самому себе, кто он, как от него избавиться. Во время диалогов нужно следить за сменой интонации ребенка, ведь именно здесь могут промелькнуть важные воспоминания, касающиеся его основных внутренних проблем, с которыми в дальнейшем необходимо работать.

Важно, чтобы у ребёнка формировалось правильное отношение к успеху и адекватное восприятие неудач.

Эксперты рекомендуют использовать методы релаксации, чтобы помочь детям научиться контролировать свои физиологические и мышечные реакции на страх.

Довольно часто страх вытесняет познавательный интерес, таким образом, тормозит развитие и способствует формированию страхов у детей, но их можно преодолеть намного быстрее при условии адекватной поддержки со стороны родителей, отсутствия у них самих страхов, конфликтов в семье или отклонений в воспитании.

1. Как отмечают Долгова В. И. и Шумакова О.А. при разговоре родителям не стоит давить на ребенка, и нельзя наказывать физически. Стоит помочь ребенку участвовать в жизни семьи и уверить в том, что всегда будете его любить и гордиться [19, с. 24].

2. Рекомендации для родителей:

3. В семье важно поддерживать гармоничные отношения.

4. Необходимо проявлять больше внимания и интереса по отношению к ребенку.

5. Стремиться к сближению с ребёнком – устанавливать с ним доверительные и радостные отношения.

6. Нельзя оставаться равнодушными или выказывать чрезмерное беспокойство, за этим может последовать лишь усиление страхов.

7. Когда у ребёнка возникают страхи, необходимо предотвратить их дальнейшее развитие.

8. Не стоит обсуждать с детьми пугающие события, которые происходят в реальности.

9. Не допускать длительного пребывания перед экраном телевизора. А также внимательно подходить к выбору книг и мультфильмов, чтобы в них не было пугающих сцен.

10. Не следует настоятельно приучать детей спать в темноте или одним.

11. Несомненно, важен определенный порядок привычных ребенку вещей, который нужно соблюдать, а также придерживаться четкого распорядка дня и терпеливо требовать его соблюдения, особенно режима сна.

12. Обязательно нужно хвалить малыша, даже за незначительные успехи.

13. Родителям нужно понимать, что у каждого малыша имеются свои возможности и свои особые таланты, на которые стоит обратить внимание и способствовать развитию того, к чему у ребенка есть способности (если ребенок что-то не любит – не стоит заставлять насильно, обучение не должно стать пыткой).

14. Особенно следует поощрять ребенка за все виды деятельности, которые требуют сосредоточенности, усидчивости, концентрации внимания.

15. Каждый день ставить перед ребенком определенную и совершенно конкретную цель, которую он должен достичь. Обязательно хвалить его за это, поощрять тем или иным образом.

16. Если малыша пугает темнота, то на этот случай на ночь можно зажечь небольшой ночник или оставить дверь приоткрытой. Можно предложить спать с мягкой игрушкой, которая ночью будет его охранять.

17. Если научить ребенка говорить родителям о том, что его мучает, и рассказать о том, что вы переживали нечто подобное в его возрасте, то часть детских страхов отпадет сама собой.

Родительская любовь, внимание, ласка, нежные прикосновения – являются движущей силой развития ребенка, и способствует удовлетворению его жизненно важных потребностей. Отождествление ребенком самого себя как положительным, сильным и уверенным в себе героем, который способен победить зло.

Следуя предложенным рекомендациям, процесс коррекции страхов дошкольников станет эффективным, осозанным, способствующим уменьшению количества страхов у детей. Следовательно, комплексная работа воспитателей, педагогов и родителей будет способствовать успешной результативной коррекции страхов дошкольников.

Вывод по 3 главе

В третьей главе нашей работы мы разработали и реализовали программу коррекции страхов дошкольников, в соответствии с поставленными целями и задачами. Наша программа предназначена для дошкольников, с целью снижения и преодоления уровня тревожности и страхов. Программа состоит из 10 занятий, длительностью 30 минут, которые проходят 2 раза в неделю. В программе применяются методы релаксация, концентрации, функциональной музыки, игротерапии, арт-терапии, сказкотерапии и телесной терапии.

В программе участвовала вся выборка испытуемых, прошедшая диагностику в констатирующем эксперименте.

Следующим этапом в нашей работе стало проведение повторной диагностики с последующей обработкой вторичных результатов и сравнение их с результатами констатирующего эксперимента. Результаты исследования тревожности у дошкольников по методике тест тревожности (Р. Тэмпл, М.Дорки, В. Амен), до и после реализации программы коррекции показали, что высокий уровень тревожности дошкольников, после проведения психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников, понизился на 10 % (2 человека), средний уровень вырос на 5 % (1 человек), за счет уменьшения высокого уровня тревожности, и появился низкий уровень 5 % (1 человек), что свидетельствует о динамике уровня тревожности в положительную сторону.

По методике «Страхи в домиках» (А.И.Захарова, М.А.Панфиловой), были получены следующие изменения:

- страх пожара снизился на 10 % (с 65 % до 55 %);
- страх смерти также снизился на 10 % (с 95 % до 85 %);
- страх смерти родителей понизился на 5 % (с 100 % до 95 %);
- страх перед нападением снизился на 10 % (с 85 % до 75 %);

- страх перед мамой и папой заметно снизился на 60 % (с 80 % до 20 %);
- страх наказания ощутимо снизил свои позиции на 25 % (с 75 % до 50 %);
- страх чудовищ и сказочных персонажей стал меньше на 5 % (с 75 % до 70 %);
- страх высоты заметно уменьшился на 40 % (с 60 % до 20 %);
- боязнь врачей и боли уменьшилась на 5 % (с 70 % до 65 %);
- боязнь крови стала меньше на 5 % (с 25 % до 20 %);
- боязнь уколов также стала меньше на 5 % (с 80 % до 75 %);
- страх перед стихией уменьшился на 15 % (с 75 % до 60 %);
- страх темноты снизился на 5 % (с 70 % до 65 %);
- страх увидеть страшные сны снизился на 10 % (с 80 % до 70 %);
- страх перед неожиданными звуками стал меньше на 5 % (с 45 % до 40 %);
- страх войны также стал меньше на 5 % (с 55 % до 50 %);
- страх замкнутого пространства стал меньше на 5 % (с 45 % до 40 %), в основном все виды страхов, диагностируемых в нашем исследовании, имеют тенденцию к уменьшению количества.

Следующим шагом было проведение математико-статистической обработки данных результатов формирующего эксперимента по Т-критерию Вилкоксона. В результате были выявлены статистически значимые сдвиги по показателю.

Итоги проведенного формирующего эксперимента демонстрируют положительную динамику результатов коррекционной программы у дошкольников по снижению уровня тревожности и страхов, что свидетельствует об эффективности разработанной программы.

Таким образом, гипотеза исследования была подтверждена результатами повторной диагностики и математической статистикой.

Опираясь на полученные результаты, была составлена техническая карта внедрения результатов исследования психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников и сформированы рекомендации для воспитателей, педагогов и родителей дошкольников для снижения уровня тревожности и уменьшения количества страхов у дошкольников.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Нами было проведено исследование по теме «Психолого-педагогическая коррекция страхов у дошкольников». После анализа психологической и педагогической литературы по интересующей нас теме, мы можем сделать заключение, что проблема страхов в наше время становится всё более важной и требует поиска эффективных способов её решения. В современном обществе растёт число детей, испытывающих страхи. Это связано не только с индивидуальными особенностями детей, но и с тем, что общество в целом становится более невротизированным, многие люди, в том числе и взрослые, испытывают тревогу и неуверенность в себе, подвержены стрессам, чувствуют себя менее защищёнными, а это в свою очередь дисгармонизирует межличностное общение внутри семьи и негативно сказывается на воспитании дошкольников.

В исследовании мы дали характеристику понятию страх. «Страх- это аффективное (эмоционально заострённое) отражение в сознании конкретной угрозы для жизни и благополучия человека» А.И. Захаров [29, с. 57]. Выделили виды страхов, причины их возникновения, признаки проявления, функции, отметили ученых, исследовавших изучение проблемы страха, определили значение страха в жизни современного человека.

Нами был охарактеризован период дошкольного детства, с временными границами, особенностями развития когнитивной и эмоциональной сфер, с выделением причин страхов (страх смерти, страх темноты, страх чудовищ и др.). Страх для ребенка, как и любое эмоциональное переживание, выполняет адаптивную функцию в контексте краткосрочной реакции на угрожающие стимулы, способствуя мобилизации ресурсов и подготовке организма к адекватным действиям. Однако в случаях, когда страх приобретает хронический характер или

проявляется в избыточном количестве у детей, он может трансформироваться в патологическое состояние, оказывающее негативное влияние на психическое и эмоциональное развитие.

Теоретически обосновали и разработали модель психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников. Определили этапы, методы, методики исследования. Охарактеризовали выборку и проанализировали результаты констатирующего эксперимента, с целью выявления присутствующих страхов и степени их выраженности. Разработали и реализовали психолого-педагогическую программу, направленную на психолого-педагогическую коррекцию страхов дошкольников. Проанализировали результаты формирующего эксперимента с использованием метода математической статистики. Составили технологическую карту внедрения результатов исследования по формированию профессиональной идентичности в практику. Были сформированы психолого-педагогические рекомендации для воспитателей, педагогов и родителей дошкольников.

Нами было проведено исследование на базе МДОУ № 12 пос.Мирный Сосновского района Челябинской области. В исследовании принимали участие 20 воспитанников в возрасте 5-6 лет.

Организация опытно-экспериментального исследования психолого-педагогической коррекции страхов дошкольников была реализована в три этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный, контрольно-обобщающий.

Понимание ребенком своих чувств и эмоций, диагностировалось методикой определения тревожности на основе теста тревожности (Р. Тэмпл, В. Амен, М. Дорки). Был получен следующий результат-55 % (11 человек) имеют повышенный уровень тревожности. и 45 % (9 человек) имеют средний уровень тревожности. Признание ребенком наличия страхов проверялось методикой «Страхи в домиках» (Захарова А.И., Панфиловой М.А.), которая помогла выявить основные страхи, определить

их количество и уровень страхов дошкольников. По итогу, 65 % (13 человек) подвержены среднему уровню страхов, а 35 % (7 человек) находятся под воздействием высокого уровня страха.

Результаты, полученные после проведения констатирующего эксперимента, доказали необходимость разработки и проведения формирующего эксперимента.

Разработана и реализована психолого-педагогическая программа, направленная на психолого-педагогическую коррекцию страхов дошкольников, представляющая собой систему взаимосвязанных занятий, выстроенных в определенной логике, с учетом поставленных целей и задач, для коррекции страхов у детей дошкольного возраста. Программа включает в себя групповые занятия. Целью всех занятий является психолого-педагогическая коррекция страхов детей дошкольного возраста.

По данным формирующего эксперимента результатами исследования по тесту тревожности (Р. Тэмпл, В. Амен, М. Дорки), было выявлено понижение высокого уровня тревожности на 10 % (2 человека), повышение среднего уровня тревожности на 5 % (1 человек), за счет уменьшения высокого уровня тревожности, и появился низкий уровень 5 % (1 человек), что свидетельствует о динамике уровня тревожности в положительную сторону.

По методике «Страхи в домиках» (Захарова А.И., Панфиловой М.А.), мы получили такие сдвиги: снижение высокого уровня страхов на 15 % (3 человека), повышение среднего уровня тревожности на 10 % (2 человека) за счет уменьшения высокого уровня страхов, и появился низкий уровень страха 5 % (1 человек).

Следующим этапом была проведение математико-статистической обработки данных результатов формирующего эксперимента по Т-критерию Вилкоксона, который подтвердил гипотезу.

Еще одним шагом в исследовании была разработка технологической карты внедрения результатов исследования в практику, составлены

психолого-педагогические рекомендации для педагогов дошкольного образовательного учреждения и родителей воспитанников направленные на коррекцию страхов у дошкольников.

Результаты, полученные после проведения констатирующего и формирующего эксперимента, показывают сдвиги по снижению уровня тревожности и уменьшения количества страхов у дошкольников.

Таким образом, цели и задачи исследования выполнены, гипотеза подтверждена.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Акрушенко А. В. Психология развития и возрастная психология : учебное пособие для вузов / А. В. Акрушенко, О. А. Ларина, Т. В. Катарьян. – Саратов : Научная книга, 2019. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/81045.html> (дата обращения: 13.04.2024).
2. Алексеева Е. Е. Психологические проблемы детей дошкольного возраста : учебник и практикум для вузов / Е. Е. Алексеева. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 195 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-07731-5. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/562171> (дата обращения: 23.05.2025).
3. Андерсон С.В. Изучение страхов и тревожности у детей старшего дошкольного возраста/С.В.Андерсон. –Текст: непосредственный//Молодой ученый, – 2016. – №5,6(109,6). – с.2-5. – URL:<https://moluch.ru/archive/109/26967/>.
4. Астапов В. М. Коррекционная педагогика с основами нейро- и патопсихологии : учебник для вузов / В. М. Астапов. – 3-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 161 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-06932-7. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/564846> (дата обращения: 22.02.2025).
5. Астапов В. М. Эмоциональные нарушения в детском и подростковом возрасте. Тревожные расстройства : учебник для вузов / В. М. Астапов, Е. Е. Вакнин. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 273 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-06937-2. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/564845> (дата обращения: 23.01.2025).
6. Ауталипова У. И. Психокоррекция детской тревожности и страхов / У. И. Ауталипова, Г. М. Касимова, В. В. Чистов // World of

science : сборник статей X Международной научно-практической конференции, Пенза, 30 ноября 2024 года. – Пенза: Наука и Просвещение (ИП Гуляев Г.Ю.), 2024. – С. 199-202.

7. Бардышевская М. К. Диагностика психического развития ребенка : практическое пособие / М. К. Бардышевская. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 153 с. – (Профессиональная практика). – ISBN 978-5-534-11068-5. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/565708> (дата обращения: 16.02.2025).

8. Белкина В. Н. Детская психология : учебник для среднего профессионального образования / В. Н. Белкина. – 2-е изд. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 170 с. – (Профессиональное образование). – ISBN 978-5-534-10065-5. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/565003> (дата обращения: 23.03.2025).

9. Битнер, А. Д. Страхи дошкольников / А. Д. Битнер // Научные достижения и открытия современной молодёжи. – 2017. – № 9. – С. 45-50.

10. Бочарников М. В. Идеи педагогики и воспитания в наследии Л.С. Выготского / М. В. Бочарников // Вестник науки. – 2024. – Т. 4, № 6(75). – С. 571-574.

11. Бурлакова Н. С. Детский психоанализ. Школа Анны Фрейд : учебник для вузов / Н. С. Бурлакова, В. И. Олешкевич. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 270 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-06570-1. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/562327> (дата обращения: 30.03.2025).

12. Вараксина А.В. Анализ программ коррекции страхов у младших школьников средствами арт-терапии // Молодой ученый. – 2015. – №21. – С. 700–703.

13. Веракса Н. Е. Детская психология : учебник для вузов / Н. Е. Веракса, А. Н. Веракса. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 446 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-15251-7. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/560085> (дата обращения: 23.03.2025).
14. Выготский Л. С. Вопросы детской психологии / Л. С. Выготский. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 160 с. – (Антология мысли). – ISBN 978-5-534-06998-3. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/562566> (дата обращения: 21.03.2025).
15. Гаврилова Т. //Циркин С.Ю. (общая редакция). Справочник по психологии и психиатрии детского и подросткового возраста – СПб: Изд-во «Питер», 2000 – 752 с.
16. Гольева, Г. Ю. Исследование психолого-педагогической коррекции страхов у детей младшего школьного возраста / Г. Ю. Гольева // Концепт. – 2015. – № 2. – С. 35–36.
17. Гуревич П. С., Психология: учебник для бакалавров / П. С. Гуревич . – М.: Издательство Юрайт , 2013 . – 608 с.
18. Даль В. Толковый словарь живого великорусского языка. В 4-х кн., кн. 4. – М.: «Русский язык», 1982.
19. Долгова В. И. Моделирование эмоциональной личности / В. И. Долгова // *Healhas a factor of qualiti and life time of biological species* : сб. труд. Междунар. виртуальной Интернет-конф. – Великобритания, 2012 – С. 67–70.
20. Долгова В. И., Гольева Г. Ю., Крыжановская Н. В. Инновационные психолого-педагогические технологии в дошкольном образовании: монография. – М.: «Перо», 2015. – 172 с.
21. Долгова В.И., Е.В. Попова. Инновационные психолого-педагогические технологии в работе с дошкольниками. М : 2015 - 208 с.

22. Долгова В.И. Моделирование эмоциональной личности / В. И. Долгова // *Health as a factor of quality and life time of biological species* : сб. труд. Междунар. виртуальной Интернет–конф. – Великобритания, 2012 – С. 67–70.
23. Долгова, В. И. Модель психолого-педагогической коррекции страхов детей дошкольного возраста 5-6 лет / В. И. Долгова // *Научнометодический журнал*. – 2016. – № 7. – С. 84-89.
24. Долгова В.И., Шумакова О.А. Психологу образования: взаимодействие с родителями/ Долгова В. И. , Шумакова О. А. – Челябинск. Издательство: Атоксо 2011г. – 400 с.
25. Долгова В.И., Ниязбаева Н.Н. Развитие магистранта: личность, ценности, компетентность: монография [текст] / В.И. Долгова, Н.Н. Ниязбаева. – М.: Издательство «Перо», 2015 – 124 с.
26. Дюндина К. Е. Страхи детей старшего дошкольного возраста: актуальные особенности / К. Е. Дюндина, Н. И. Мазурчук, Е. О. Мазурчук // *Актуальные проблемы социогуманитарного образования : Сборник статей*. – Екатеринбург : Уральский государственный педагогический университет, 2024. – С. 288-295.
27. Захаров, А. И. Дневные и ночные страхи у детей / А. И. Захаров. – Санкт-Петербург : Речь, 2010. – 313 с.
28. Захаров А.И. Игра как способ преодоления неврозов у детей . – СПб.: КАРО, 2006, – 416 с. – ISBN 5-89815-738-7.
29. Захаров, А. И. Как помочь нашим детям избавиться от страха / А. И. Захаров. – Санкт-Петербург : Гиппократ, 1995. – 125 с
30. Захаров А.И. Как предупредить отклонения в поведении ребенка. Кн. для воспитателей дет.сада и родителей. –2-е изд.доп. . – М. Просвещение, 1993. –192 с. . – ISBN 5-09-004635-2.
31. Захаров А. И. Происхождение и психотерапия детских неврозов. Издательство: КАРО ISBN: 5–89815–704–2. 2006. – 268 с.

32. Иванова А.Н., Иванова М.К. Особенность страха у дошкольников// Международный студенческий научный вестник. –20145. – 5-4. –URL:<https://eduhera.ru/archive/>
33. Изард К.Э. Психология эмоций / Перев. с англ. – СПб: Издательство «Питер», 1999. – 464 с.: ил. (Серия «Мастера психологии»).
34. Клыпа О. В. Игротерапия как метод коррекции детских страхов у детей старшего дошкольного возраста / О. В. Клыпа, Л. А. Акопян // Проблемы современного педагогического образования. – 2024. – № 83-2. – С. 175-178.
35. Кочетова, Ю. А. Психологическая коррекция детских страхов / Ю. А. Кочетова // Психологическая наука и образование. – 2017. – № 7. – С. 75–79.
36. Лебедева С. А. Л33 Психология дошкольного образования : монография / С. А. Лебедева. – Чебоксары: ИД «Среда», 2021. – 104 с.
37. Лебединский В. В. Нарушения психического развития в детском саду : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению и специальностям психологии / В. В. Лебединский ; В. В. Лебединский. – 2-е изд., испр.. – Москва : Academia, 2004. – (Высшее профессиональное образование. Психология). – ISBN 5-7695-1947-9.
38. Методика воспитания и обучения в области дошкольного образования : учебник и практикум для вузов / под общей редакцией Л. В. Коломийченко. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 212 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-16369-8. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/563619> (дата обращения: 09.03.2025).
39. Методика обучения и воспитания в области дошкольного образования : учебник и практикум для вузов / под редакцией Н. В. Микляевой. – 2-е изд. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 450 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-12763-8. – Текст : электронный

// Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/560337> (дата обращения: 17.01.2025).

40. Мешкова Ирина Владимировна Коррекция страхов у старших дошкольников посредством изобразительной деятельности // Проблемы современного педагогического образования. 2019. №64–3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/korreksiya-strahov-u-starshih-doshkolnikov-posredstvom-izobrazitelnoy-deyatelnosti> (дата обращения: 13.04.2024).

41. Минаева, А. В. Корректировать страхи – возможно / А. В. Минаева // Социальная работа. – 2019. – № 1. – С. 55–57

42. Новикова А. А. Особенности проявления тревожности у детей дошкольного возраста 4-7 лет / А. А. Новикова // Холодная наука. – 2024. – № 1. – С. 15-23.

43. Обухова Л. Ф. Психология развития. Исследование ребенка от рождения до школы : учебное пособие для вузов / Л. Ф. Обухова. – Москва : Издательство Юрайт, 2024. – 275 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-10873-6. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/542364> (дата обращения: 13.04.2024).

44. Общая психопатология. Учебное пособие. / С.В. Гречаный, А.Б. Ильичев, В.В. Поздняк, А.Г. Кощавцев, В.В. Шишков, Ю.В. Хуторянская. – СПб.: СПбГПМУ, 2020. – 76 с.

45. Овчарова Р.В. Практическая психология - М.: Т.Ц. «Сфера», 1996. - 337 с.

46. Огольцова Елена Геннадиевна, Бекетова Елена Николаевна Особенности проявления страхов у детей старшего дошкольного возраста // Наука и практика в образовании: электронный научный журнал. 2023. №4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-proyavleniya-strahov-u-detey-starshego-doshkolnogo-vozrasta> (дата обращения: 12.04.2024).

47. Основы коррекционной педагогики и коррекционной психологии: моделирование образовательных программ : учебник для

среднего профессионального образования / под редакцией Н. В. Микляевой. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 362 с. – (Профессиональное образование). – ISBN 978-5-534-12535-1. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/566195> (дата обращения: 23.04.2025).

48. Пискотина О. А. Детские страхи: методы диагностики страхов / О. А. Пискотина, А. А. Озерина // Молодой ученый. – 2023. – № 1(448). – С. 259-261.

49. Психодиагностика ребенка : учеб.-метод. пособие / сост. А.Ю. Кузина. – Тольятти : Изд-во ТГУ, 2013. – 111 с. : обл.

50. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми: Учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений / Под ред. И.В.Дубровиной. М., 1998.

51. Психокоррекция страхов у детей старшего дошкольного возраста посредством арт-терапии / Л. А. Проскурякова, Л. В. Аргентова, О. Г. Леонтьева, В. А. Зайцева // Международный научно-исследовательский журнал. – 2024. – № 7(145). – DOI 10.60797/IRJ.2024.145.58.

52. Психология дошкольного возраста : учебник и практикум для вузов / под редакцией Е. И. Изотовой. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 452 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-16359-9. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/568512> (дата обращения: 24.03.2025).

53. Психолого - педагогическая диагностика: Учебное пособие для студентов высш. пед. учебн. Заведений/ Под ред. И.Ю Левченко, С.Д. Забрамной. - М.: Академия, 2005. - 320 с

54. Психоэмоциональная сфера и особенности умственной работоспособности детей дошкольного возраста / А. С. Джумян, В. В. Жилкина, А. В. Кендыш, Е. В. Ненахова // Эпомен: медицинские науки. – 2024. – № 13. – С. 41-52.

55. Риман Ф. Основные формы страха/Пер. с нем. Э.Л. Гушанского. – М.: Алетейа, 1999. – 336 с: ил.
56. Репринцева, Г. И. Игра – ключ к душе ребенка. В чьих руках окажется это волшебное средство? / Г. И. Репринцева. – Москва : ФОРУМ, 2020. – 319 с.
57. Романова Е. С., Потемкина О. Ф. Графические методы в психологической диагностике. М., 1992. – 256с.
58. Савенков А. И. Психология воспитания : учебник для вузов / А. И. Савенков. – 3-е изд. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 154 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-00784-8. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/561377> (дата обращения: 17.03.2025).
59. 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.
60. Смирнова Е. О. Психология и педагогика игры : учебник и практикум для вузов / Е. О. Смирнова, И. А. Рябкова. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 223 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-00219-5. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/560756> (дата обращения: 31.03.2025).
61. Смолярчук Инесса Викторовна, Сафонова Екатерина Дмитриевна, Ивкина Ангелина Сергеевна Особенности проявления страхов у детей дошкольного возраста // Гаудеамус. 2021. №1 (47). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-proyavleniya-strahov-u-detey-doshkolnogo-vozrasta> (дата обращения: 12.04.2024).
62. Соловьева Е. А. Психология семьи и семейное воспитание : учебник для вузов / Е. А. Соловьева. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 202 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-16589-0. –

Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/563055> (дата обращения: 16.03.2025).

63. Спиваковская А.С. Психотерапия: игра, детство, семья. Том 1. - М.: ООО Апрель Пресс, ЗАО Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. - 464 с. - (Психология - XX век)

64. Справочник по психологии и психиатрии детского и подросткового возраста –СПб.: Издательство «Питер», 1999.-752 с.

65. Тарасова Ирина Анатольевна, Велиева Светлана Витальевна ПСИХОЛОГО–ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ КОРРЕКЦИИ СТРАХА КАК НЕГАТИВНОГО ПСИХИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ У ДЕТЕЙ 5–7 ЛЕТ С ПОМОЩЬЮ МЕТОДОВ АРТ–ТЕРАПИИ // Образование и воспитание дошкольников, школьников, молодежи: теория и практика. 2023. №3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologo–pedagogicheskie–usloviya–korreksii–straha–kak–negativnogo–psihicheskogo–sostoyaniya–u–detey–5–7–let–s–pomoschyu–metodov> (дата обращения:13.04.2024).

66. Уотсон Дж. Б. Психология как наука о поведении. М., 1998.

67. Урунтаева, Г. А. Детская психология / Г. А. Урунтаева. — Москва : ИНФРА-М, 2020. – 384 с.

68. Феклина М. Ю. Занятия по изотерапии как средство коррекции страхов детей дошкольного возраста / М. Ю. Феклина, Н. Е. Щербакова // Молодежь. Образование. Наука. – 2024. – № 1(19). – С. 136-141.

69. Фесенко Ю. А. Детская и подростковая психотерапия: неврозы у детей : учебник для вузов / Ю. А. Фесенко, В. И. Гарбузов. – 2-е изд. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 330 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-07308-9. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/564937> (дата обращения: 16.02.2025).

70. Фидченко О. С. Психолого-педагогическая коррекция страхов у детей старшего дошкольного возраста / О. С. Фидченко, И. В. Ткаченко // Социально-психологические проблемы современной семьи: ценности и

образ мысли : Сборник материалов XII Всероссийской научно-практической конференции студентов, аспирантов и молодых ученых с международным участием, Армавир, 15 октября 2024 года. – Чебоксары: Общество с ограниченной ответственностью «Издательский дом «Среда», 2024. – С. 103-110.

71. Фокина, А. Н. Психолого-педагогическая коррекция страхов у детей дошкольного возраста / А. Н. Фокина // Методы психологии. – 2017. – № 3. – С. 44–45.

72. Фрейд З. Психоанализ / З. Фрейд. – Санкт–Петербург : Питер, 2002. – 195 с

73. Хухлаева О. В. Психологическое консультирование и психологическая коррекция : учебник и практикум для вузов / О. В. Хухлаева, О. Е. Хухлаев. – Москва : Издательство Юрайт, 2024. – 423 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-02596-5. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/535828> (дата обращения: 13.04.2024).

74. Чиркова Ю. В. Проективные методы в диагностике нарушений развития личности в детском возрасте : учебник для вузов / Ю. В. Чиркова, Т. А. Колосова. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 218 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-05895-6. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/563883> (дата обращения: 28.03.2025).

75. Штерц, О. М. Исследование и коррекция детских страхов в дошкольном возрасте / О. М. Штерц // Сборники конференций НИЦ социосфера. – 2014. – № 8. – С. 44–45.

76. Щербатых Ю.В. Психология страха: Популярная энциклопедия. – М.: Изд–во ЭКСМО–Пресс, 2001. – 416 с.

77. Юрчук В.В. Современный словарь по психологии. Мн.: Элайда, 2000. 704с. 4. Диагностика и коррекция психического развития

дошкольников / Под ред. Я.Л. Коменского, Е. А. Панько. М., ВЛАДОС, 2001. 237 с.

78. Якимова Т. В. Психология семьи : учебник и практикум для вузов / Т. В. Якимова. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 346 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-16445-9. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/560462> (дата обращения: 17.02.2025).

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Методики исследования страхов у дошкольников

1. Тест тревожности (Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен).

Методика представляет собой детский тест тревожности, разработанный американскими психологами Р. Тэммл, М. Дорки и В. Амен.

Цель методики: Определить уровень тревожности ребенка. Тест предназначен для детей 4–7 лет.

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

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

Инструкция.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Во избежание навязывания выборов у ребенка в инструкции чередуется название лица. Дополнительные вопросы ребенку не задаются. Выбор ребенком соответствующего лица и словесные высказывания ребенка можно зафиксировать в специальном протоколе (бланки должны быть подготовлены заранее).

Образец протокола по тесту тревожности (Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен).

Протокол

Ф.И. ребенка _____ возраст _____

Осведомленность о семье _____

Таблица 1.1 – Протокол диагностики по тесту тревожности(Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен)

Рисунок	Высказывание	Выбор	
		Веселое лицо	Печальное лицо
1.Игра с млад. братом			
2.Ребенок и мать с младенцем			
3.Объект агрессии			

Продолжение таблицы 1.1

4.Одевание			
5.Игра с мамой			
6.Укладывание спать в одиночестве			
7.Умывание			
8.Выговор			
9.Игнорирование			
10.Агрессивность			
11.Уборка игрушек			
12.Изоляция			
13..Ребенок с родителями			
14Еда в одиночестве.			

Анализ результатов: Протоколы каждого ребенка подвергаются количественному и качественному анализу.

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

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

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

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

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

Цель: выявление и уточнение преобладающих видов страхов (страх темноты, одиночества, смерти, медицинские страхи и т.д.) у детей старше 3–х лет. Прежде чем помочь детям в преодолении страхов, необходимо выяснить, весь спектр страхов и каким конкретно страхам они подвержены.

Инструкция: взрослый рисует контурно два дома (на одном или на двух листах): черный и красный. И потом предлагает расселить в домики страхи из списка (взрослый называет по очереди страхи). Записывать нужно те страхи, которые ребенок поселил в черный домик, т.е. признал, что они страшные и он боится этого.

У детей постарше можно спросить: «Скажи, ты боишься или не боишься...». Беседу следует вести неторопливо и обстоятельно, перечисляя страхи и ожидая ответа «да» – «нет» или «боюсь» – «не боюсь». Повторять вопрос о том, боится или не боится ребенок, следует только время от времени. Тем самым избегается наводка страхов, их произвольное внушение. При стереотипном отрицании всех страхов просят давать развернутые ответы типа «не боюсь темноты», а не «нет» или «да». Взрослый, задающий вопросы, сидит рядом, а не напротив ребенка, не забывая его периодически подбадривать и хвалить за то, что он говорит все как есть. Лучше, чтобы взрослый перечислял страхи по памяти, только иногда заглядывая в список, а не зачитывая его.

После выполнения задания ребенку предлагается закрыть черный дом на замок (нарисовать его), а ключ – выбросить или потерять. Данный акт успокаивает актуализированные страхи.

Инструкция для ребенка: «В черном домике живут страшные страхи, а в красном – не страшные. Помоги мне расселить страхи из списка по домикам».

Ты боишься:

- 1) когда остаешься один;
- 2) нападения;
- 3) заболеть, заразиться;
- 4) умереть;
- 5) того, что умрут твои родители;
- 6) каких-то детей;
- 7) каких-то людей;
- 8) мамы или папы;
- 9) того, что они тебя накажут;
- 10) Бабы Яги, Кошечки Бессмертного, Бармалея, Змея Горыныча, чудовища – вся группа этих страхов обозначена как страхи сказочных персонажей);
- 11) перед тем, как заснуть;
- 12) страшных снов (каких именно);
- 13) темноты;
- 14) волка, медведя, собак, пауков, змей (страхи животных);
- 15) машин, поездов, самолетов (страхи транспорта);
- 16) бури, урагана, наводнения, землетрясения (страхи стихии);
- 17) когда очень высоко (страх высоты);
- 18) когда очень глубоко (страх глубины);

19) в тесной маленькой комнате, помещении, туалете, переполненном автобусе, метро (страх замкнутого пространства);

20) воды;

21) огня;

22) пожара;

23) войны;

24) больших улиц, площадей;

25) врачей (кроме зубных);

26) крови (когда идет кровь);

27) уколов;

28) боли (когда больно);

29) неожиданных, резких звуков, когда что-то внезапно упадет, стукнет (боишься, вздрагиваешь при этом);

30) сделать что-либо не так, неправильно (плохо – у дошкольников);

31) опоздать в сад (школу).

Анализ полученных результатов заключается в том, что экспериментатор подсчитывает страхи в черном доме и сравнивает их с возрастными нормами. Совокупные ответы ребенка объединяются в несколько групп по видам страхов. Если ребенок в трех случаях из четырех-пяти дает утвердительный ответ, то этот вид страха диагностируется как имеющийся в наличии. Из 31 вида страхов, выделенных автором, у детей наблюдаются от 6 до 15. У городских детей возможное количество страхов доходит до 15.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Результаты исследования страхов дошкольников

Таблица 2.1 – Результаты констатирующего эксперимента по методике тест тревожности (Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен)

Рисунок	Аня Т	Лена К	Витя С	София Р	Глеб Я	Саша О	Артем З	Лев С	Егор Ж	Маша Д
1.Игра с млад. братом	+	+	+	+	+	+	+	+	+	-
2.Ребенок и мать с младенцем	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
3.Объект агрессии	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
4.Одевание	-	+	+	+	+	+	+	+	+	+
5.Игра с мамой	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
6.Укладывание спать в одиночес.	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
7.Умывание	+	+	+	+	-	+	+	+	+	+
8.Выговор	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
9.Игнорирование	-	-	-	-	-	-	-	+	-	-
10.Агрессивность	-	-	-	+	-	-	-	-	-	-
11.Уборка игрушек	+	-	+	+	+	+	+	+	+	+
12.Изоляция	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
13.Ребенок с родителями	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
14.Еда в одиночестве.	-	+	+	-	+	-	+	+	+	-
Рисунок	Лера Н	Ксюша	Лиза О	Алиса З	Вова П	Олег К	Зоя К	Арина	Настя З	Вика Г
1.Игра с млад. братом	+	-	+	+	+	+	+	-	+	-

Продолжение таблицы 2.1

2.Ребенок и мать с младенцем	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
3.Объект агрессии	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
4.Одевание	-	+	+	+	+	+	+	+	+	+
5.Игра с мамой	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
6.Укладывание спать в одиначес.	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
7.Умывание	+	+	+	+	-	+	+	+	+	+
8.Выговор	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
9.Игнорирование	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
10.Агрессивность	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
11.Уборка игрушек	+	-	+	-	+	-	+	+	+	+
12.Изоляция	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
13.Ребенок с родителями	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
14.Еда в одиночестве.	-	+	+	-	+	-	+	-	+	-

Таблица 2.2 – Результаты констатирующего эксперимента по методике тест тревожности (Р.Тэммл, М.Дорки, В. Амен)

Уровни тревожности	Количество испытуемых	Результат (в %)
Низкий	0	0
Средний	9	45
Высокий	11	55

Таблица 2.3 – Результаты констатирующего эксперимента по методике («Страхи в домиках» А.И. Захарова, М.А. Панфиловой)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	
1.Аня Т	+	+	+	+	+		+	+		+	+		+	+		+	+	13
2.Лена К	+	+	+	+		+	+	+	+		+	+	+	+	+	+	+	15
3.Витя С	+		+	+	+	+		+	+		+		+	+		+		11
4.София Р	+	+	+	+		+			+		+	+	+	+		+		11
5.Глеб Я		+	+	+	+	+	+		+	+	+			+		+		11
6.Саша О		+	+	+	+	+	+		+		+	+				+		10
7.Артем Э		+	+	+	+	+			+		+	+		+				9
8.Лев С	+	+	+		+	+	+				+	+	+		+			10
9.Егор Ж		+	+	+	+	+					+		+		+			8
10.Маша Д	+	+	+	+	+		+	+	+		+	+	+	+	+		+	14
11.Лера Н	+	+	+	+		+	+	+	+			+	+	+		+		12
12.Ксюша Ш		+	+	+	+		+	+	+	+	+		+	+	+	+	+	14
13.Лиза О	+	+	+	+	+	+	+	+	+			+	+	+	+		+	14
14.Алиса З	+	+	+	+			+	+	+	+	+	+	+	+				12
15.Вова П	+	+	+		+	+	+		+		+	+	+			+		11
16.Олег Л	+	+	+	+	+	+		+			+	+		+	+		+	12

Продолжение таблицы 2.3

17.Зоя К	+	+	+		+		+	+	+	+	+	+		+		+	+	13
18.Арина С	+	+	+	+	+	+	+		+			+	+	+	+	+		13
19.Настя З		+	+	+	+	+	+	+				+	+		+			11
20.Вика Г		+	+	+	+	+	+	+				+	+	+	+			12
	13	19	20	17	16	15	15	12	14	5	16	15	14	16	9	11	9	

Где 1– это страх пожара, 2– страх смерти, 3– страх смерти родителей, 4– страх перед нападением, 5– страх перед мамой и папой, 6– страх наказания, 7– страх чудовищ, 8– страх высоты, 9– боязнь врачей и боли, 10– боязнь крови, 11– боязнь уколов, 12– страх перед стихией, 13– страх темноты, 14– страх увидеть страшные сны, 15– страх перед неожиданными звуками, 16– страх войны, 17– страх замкнутого пространства.

Таблица 2.4 – Результаты констатирующего эксперимента по методике «Страхи в домиках» (А.И. Захарова, М.А. Панфиловой.) по количеству страхов

Название страха	Количество	Проявление в %
1. Страх пожара	13	65
2. Страх смерти	19	95
3. Страх смерти родителей	20	100
4. Страх перед нападением	14	70
5. Страх перед мамой и папой	16	80
6. Страх наказания	15	75
7. Страх чудовищ	15	75
8. Страх высоты	12	60
9. Боязнь врачей и боли	14	70
10. Боязнь крови	5	25
11. Боязнь уколов	16	80
12. Страх перед стихией	15	75
13. Страх темноты	14	70
14. Страх увидеть страшные сны	16	80
15. Страх перед неожиданными звуками	9	45
16. Страх войны	11	55
17. Страх замкнутого пространства	9	45

Таблица 2.5 – Результаты констатирующего эксперимента по методике «Страхи в домиках» (А.И. Захарова, М.А. Панфиловой)

Уровень страхов	Количество испытуемых	Результат (в %)
низкий	0	0
средний	13	65
высокий	7	35

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Программа психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников

На основе опытно-экспериментального исследования и результатов диагностики мы составили программу психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников. Программа направлена на то, чтобы помочь дошкольникам научиться справляться со своими эмоциями, контролировать уровень тревожности и не допускать, чтобы страхи влияли на их поведение и общее психологическое состояние.

Цель программы: снижение уровня тревожности и страхов у дошкольников, формирование адекватных способов реагирования на стрессовые ситуации, развитие эмоциональной устойчивости и позитивного самовосприятия.

Задачи Программы:

- 1.Коррекция страхов и снижение уровня тревожности.
- 2.Создание благоприятной психологической атмосферы для снижения уровня тревожности.
- 3.Развитие навыков саморегуляции и управления эмоциями.
- 4.Обучение ребенка конструктивным способам преодоления страхов.
- 5.Формирование позитивного отношения к себе и окружающему миру.
- 6.Развитие коммуникативных навыков и умения выражать свои чувства.
- 7.Развитие творческого мышления, воображения.
- 8.Формирование навыков сотрудничества и взаимодействия в группе сверстников.

Критерии эффективности программы:

- 1) повышение уверенности в себе;
- 2) снижение количества страхов;
- 3) улучшение взаимоотношений в группе сверстников.

Программа проводилась на базе МДОУ № 12 пос.Мирный Челябинской области. В исследовании принимали участие 20 воспитанников в возрасте 5-6 лет. Курс программы состоит из 10 занятий по 30 минут 2 раза в неделю.

Форма работы: групповая.

Структура занятия:

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

Условия проведения занятий:

1. принятие ребёнка таким какой он есть;
2. нельзя не торопить, не замедлять игровой процесс;
3. учитывается принцип поэтапного погружения и выхода из травмирующей ситуации;
4. начало и конец занятий должны быть ритуальными, чтобы сохранить у ребёнка ощущение целостности и завершенности занятия;
5. игра не комментируется взрослым;
6. в любой игре ребёнку предлагается возможность импровизации.

Занятие №1 «Здравствуйте, это я».

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

Материалы для занятия: магнитофон, спокойная музыка, ватман, краски, макеты кочек.

1. Разминка: Упражнение «Росточек под солнцем». Дети превращаются в маленький росточек (сворачиваются в клубочек и обхватывают колени руками) всё чаще пригревает солнышко, и росточек начинает расти и тянуться к солнышку. Все движения выполняются под музыку.

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

3. Упражнение «Что я люблю?» Дети в кругу, каждый говорит по очереди, что он любит из еды, одежды, во что любит играть и т.д.

4. Упражнение «Качели» Дети в парах. Один из участников становится в позу эмбриона, другой его раскачивает. Далее меняются.

5. Упражнение «Угадай по голосу» Один из игроков выходит за двери, остальные должны обнаружить, кто вышел из комнаты, и описать его.

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

7. Упражнение «Художники – натуралисты» Дети рисуют совместный рисунок по теме « Следы невиданных зверей».

Ритуал прощания.

Занятие 2: «Мое имя».

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

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

1. Разминка: Упражнение «Росточек под солнцем». Дети превращаются в маленький росточек (сворачиваются в клубочек и обхватывают колени руками) всё чаще пригревает солнышко, и росточек начинает расти и тянуться к солнышку. Все движения выполняются под музыку.

2. Упражнение «Узнай по голосу» Дети встают в круг, выбирают водящего. Он встаёт в центр круга и старается узнать детей по голосу.

3. Игра «Моё имя».

Психолог задаёт вопросы; дети по кругу отвечают.

Тебе нравится твоё имя?

Хотел бы ты, чтобы тебя звали по-другому? Как?

При затруднении в ответах психолог называет ласкательные производные от имени ребёнка, а тот выбирает понравившееся. Психолог говорит: «Известно ли вам, что имена растут вместе с людьми? Сегодня вы маленькие и имя у вас маленькое. Когда вы подрастаете, и имя подрастёт вместе с вами и станет полным, например, Маша – Мария; Дима – Дмитрий и т.д.

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

5. Рисование самого себя. Психолог предлагает нарисовать себя в трёх зеркалах:

- в зелёном - такими, какими они представляются себе;

- в голубом – какими они хотят быть;

- в красном – какими их видят друзья.

6. Упражнение «Доверяющее падение» Дети встают друг против друга и сцепляют руки. Один из детей встаёт на стульчик и падает спиной на сцепленные руки.

Ритуал прощания.

Занятие 3: «Настроение».

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

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

1. Упражнение «Росточек под солнцем» (см. занятие 1).
2. Упражнение «Возьми и передай». Дети встают в круг, берутся за руки, смотрят друг другу в глаза и мимикой передают радостное настроение, добрую улыбку.
3. Упражнение «Неваляшка» Дети делятся по три человека. Один из них неваляшка, двое других раскачивают эту неваляшку.
4. Упражнение «Превращения» Психолог предлагает детям:
нахмуриться как... осенняя туча; рассерженный человек;
позлиться как... злая волшебница; два барана на мосту; голодный волк; ребёнок, у которого отняли мяч;
испугаться как ... заяц, увидевший волка; птенец, упавший из гнезда;
улыбнуться как ... кот на солнышке; само солнышко; хитрая лиса;
5. Рисование на тему « Моё настроение» После выполнения рисунков дети рассказывают какое настроение они изобразили.
6. Упражнение « Закончи предложение» Детям предлагается закончить предложение: Взрослые обычно боятся....; дети обычно боятся....; мамы обычно боятся....; папы обычно боятся....

Ритуал прощания.

Занятие 4: « Настроение».

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

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

1. Упражнение « Росточек под солнцем» (см. 1 занятие).
2. Упражнение « Злые и добрые кошки» Чертим ручеёк. По обе стороны ручейка находятся злые кошки. Они дразнят друг друга, злятся друг на друга. По команде встают в центр ручейка и превращаются в добрых кошек ласкают друг друга, говорят ласковые слова. Далее анализируем возникшие чувства.
3. Игра « На что похоже моё настроение?» Дети по кругу при помощи сравнения говорят, на что похоже настроение. Начинает психолог: « Моё настроение похоже на белое пушистое облачко в спокойном голубом небе».
4. Упражнение « Ласковый мелок» Дети разбиваются на пары. По очереди рисуют на спине друг другу различные предметы. Тот, кому рисуют должен угадать, что нарисовано. Анализируем чувства и ощущения.
5. Упражнение « Угадай, что спрятано в песке?» Дети разбиваются на пары. Один прячет что – то в песке, другой пытается найти.

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

Ритуал прощания.

Занятие 5 «Горячие ладошки».

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Ритуал прощания.

Занятие 6: « Наши страхи»

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

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

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

2. Рисование на тему « Чего я боялся, когда был маленьким...» Дети рисуют свои страхи, не показывая никому.

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

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

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

Ритуал прощания.

Занятие 7: « Я больше не боюсь»

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

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

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

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

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

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

5. Упражнение « На лесной полянке»

Психолог предлагает детям представить, что они попали на залитую солнцем полянку. На неё со всех сторон сбежали и слетелись лесные жители – всевозможные букашки, таракашки Звучит музыка, дети превращаются в лесных жителей. Выполняют задания, соответственно каждому персонажу (кузнечик, бабочке, муравью и т.д.).

6. Упражнение « Прогони Бабу – Ягу» Ребёнка просят представить, что в подушку залезла Баба – Яга, её необходимо прогнать громкими криками. Можно громко стучать по подушке палкой.

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

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

Ритуал прощания.

Занятие 8: «Волшебный лес»

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

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

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

2. Упражнение « За что меня любит мама...папа...сестра...и т.д.» Детям предлагается сказать, за что их любят взрослые и за что они любят взрослых.

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

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

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

6. Коллективный рисунок по сочинённой общей истории на тему: «Волшебный лес» Психолог предлагает детям представить тот лес, по которому шли по тропинке. Далее обсуждаем что получилось, что удалось нарисовать вместе.

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

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

Ритуал прощания.

Занятие 9: « Сказочная шкатулка»

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

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

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

2. Игра «Сказочная шкатулка» Психолог сообщает детям, что Фея сказок принесла свою шкатулку – в ней спрятались герои сказок. Далее он говорит: «Вспомните своих любимых сказочных героев и скажите какие они, чем они вам нравятся, как они выглядят. Далее с помощью волшебной полочки все дети превращаются в сказочных героев.

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

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

5. Упражнение «Придумай весёлый конец» Психолог читает ребятам начало детской страшной сказки. Необходимо придумать смешное продолжение и окончание.

6. Рисование на тему «Волшебные зеркала» Психолог предлагает нарисовать себя в трёх зеркалах, но не простых, а волшебных: в первом - маленьким и испуганным; во втором - большим и весёлым; в третьем - не боящимся ничего и сильным. После задаются вопросы: какой человек симпатичнее? На кого ты сейчас похож? В какое зеркало ты чаще смотришься?

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

Ритуал прощания.

Занятие 10: «Солнце в ладошке»

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

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

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

2. Упражнение «Неоконченные предложения» Детям предлагается предложения, которые нужно закончить. «Я люблю...», «Меня любят...», «Я не боюсь...», «Я верю...» «В меня верят...», «Обо мне заботятся...»

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

4. Игра « Compliments» Стоя в кругу, все берутся за руки. Глядя в глаза соседа, ребёнок говорит: «Мне нравится в тебе....» Принимающий кивает головой и отвечает: «Спасибо, мне очень приятно!» Упражнение продолжается по кругу. Далее обсуждаем чувства, которые испытали дети при выполнении данного задания.

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

6. Упражнение «Солнце в ладошке» Психолог зачитывает стихотворение, затем дети рисуют и дарят подарки (рисунки) друг другу. Солнце в ладошке, тень на дорожке, Крик петушиный, мурлыканье кошки, Птица на ветке, цветок у тропинки, Пчела на цветке, муравей на травинке, И рядышком - жук, весь покрытый загаром.- И всё это - мне, и всё это - даром! Вот так – ни за что! Лишь бы жил я и жил, Любил этот мир и другим сохранил....

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

Ритуал прощания.

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

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

Таблица 4.1 – Результаты опытно-экспериментального исследования психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников по методике тест тревожности (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен)

Рисунок	Аня Т	Лена К	Витя С	Соня Р	Глеб Я	Саша О	Артем З	Лев С	Егор Ж	Маша Д
1.Игра с млад. братом	+	+	+	+	+	+	-	+	-	-
2.Ребенок и мать с младенцем	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
3.Объект агрессии	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
4.Одевание	-	+	+	+	+	+	+	+	+	+
5.Игра с мамой	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
6.Укладывание спать в оди	+	+	-	+	-	-	-	+	-	-
7.Умывание	+	+	+	+	-	+	+	+	-	+
8.Выговор	-	-	-	-	-	-	-	+	-	-
9.Игнорирование	-	-	-	-	+	-	-	+	-	-
10.Агрессивность	-	-	-	+	-	-	-	-	-	-
11.Уборка игрушек	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
12.Изоляция	-	-	-	-	-	-	-	+	-	-
13.Ребенок с родителями	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
14.Еда в одиночестве.	-	+	+	-	+	+	+	+	+	-

Продолжение таблицы 4.1

Рисунок	Лера Н	Ксюша Ш	Лиза О	Алиса З	Вова П	Олег К	Зоя К	Арина С	Настя З	Вика Г
1.Игра с млад. братом	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
2.Ребенок и мать с младенцем	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
3.Объект агрессии	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
4.Одевание	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
5.Игра с мамой	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
6.Укладывание спать в одиночестве	-	-	-	-	+	-	-	-	-	+
7.Умывание	+	+	+	+	-	+	+	+	+	+
8.Выговор	-	-	-	-	-	-	+	-	-	-
9.Игнорирование	-	-	-	-	-	-	-	-	+	-
10.Агрессивность	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
11.Уборка игрушек	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
12.Изоляция	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
13.Ребенок с родителями	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
14.Еда в одиночестве.	-	-	+	-	+	-	+	-	+	-

Таблица 4.2 – Результаты опытно-экспериментального исследования психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников по методике тест тревожности (Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен)

Уровень страхов	Количество испытуемых	Результат (в %)
низкий	1	5
средний	10	50
высокий	9	45

Математико-статистическая обработка результатов формирующего эксперимента по методике тест тревожности (Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен).

С целью оценки эффективности реализации программы психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников проведем математико-статистический анализ данных с применением Т-критерия Вилкоксона (Уилкоксона).

Используем Т-критерий Вилкоксона (Уилкоксона), так как потребуется сопоставить показатели уровня тревожности, измеренных до и после проведения программы, на одной и той же выборке.

Сформулируем гипотезы:

H₀: Интенсивность сдвигов в направлении снижения тревожности не превосходит интенсивности сдвигов в направлении повышения тревожности.

H₁: Интенсивность сдвигов в направлении снижения тревожности превышает интенсивность сдвигов в направлении повышения тревожности.

Расчет Т-критерия Вилкоксона (Уилкоксона) проводили с помощью IBMSPSSStatistics19.

Таблица 4.3 – Ранги

		N	Средний ранг	Сумма рангов
VAR00002 -	Отрицательные	15 ^a	8,73	131,00
VAR00001	ранги			
	Положительные	2 ^b	11,00	22,00
	ранги			
	Связи	3 ^c		
	Всего	20		

a. VAR00002 < VAR00001

b. VAR00002 > VAR00001

c. VAR00002 = VAR00001

Таблица 4.4 – Статистики критерия^b

	VAR00002 - VAR00001
Z	-2,724 ^a
Асимпт. знч. (двухсторонняя)	,006

a. Используются положительные ранги.

b. Критерий знаковых рангов Уилкоксона

Тэмп=11

N=17 (17 чел., потому, что мы исключили из расчета данные трех испытуемых с нулевым сдвигом)

T кр=41, для $p \leq 0,05$

T кр=27, для $p \leq 0,01$.

Полученное эмпирическое значение Тэмп=11 < Tкр=27, для $p \leq (0,01)$, следовательно интенсивность сдвигов находится в зоне значимости. Соответственно, мы отвергаем гипотезу H0 и принимаем гипотезу H1.

Графически представим результаты на оси значимости, рисунок 4.1.

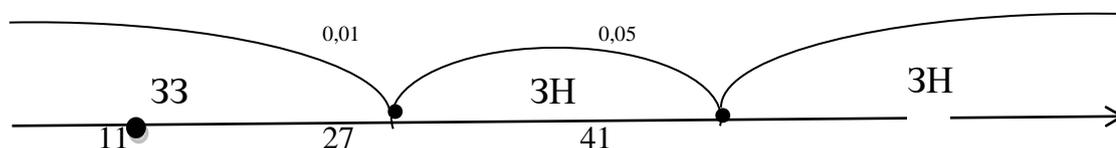


Рисунок 4.1 – Ось значимости по методике тест тревожности (Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен)

Таким образом, расчет Т-критерия Вилкоксона в исследуемой выборке позволяет утверждать, что уровень тревожности дошкольников в результате реализации психолого-педагогической программы изменился.

Таблица 4.5 – Результаты опытно-экспериментального исследования констатирующего эксперимента по методике («Страхи в домиках» А.И. Захарова, М.А. Панфиловой.)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	
1.Аня Т	+	+	+	+			+	+		+	+	+	+	+		+		12
2.Лена К	+	+	+	+			+		+		+	+	+	+	+	+	+	13
3.Витя С	+		+			+	+	+	+		+		+	+		+		10
4.Соня Р	+	+	+	+		+	+		+		+		+		+			10
5.Глеб Я		+	+	+	+	+			+	+	+				+	+		10
6.Саша О		+	+	+		+	+		+		+			+		+		9
7.Артем Э	+		+	+	+	+	+		+	+	+			+				10
8.Лев С		+	+			+					+	+	+					6
9.Егор Ж		+	+	+	+	+		+	+		+	+		+				10
10.Маша Д	+	+	+	+	+	+		+	+		+	+	+	+	+		+	14

Продолжение таблицы 4.5

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	
11.Лера Н	+	+	+	+			+		+			+	+	+		+		10
12.Ксюша Ш	+	+	+	+	+		+	+	+		+	+	+	+			+	13
13.Лиза О	+	+	+	+		+	+	+	+			+	+	+	+		+	13
14.Алиса З	+	+	+	+			+	+	+		+	+	+	+				11
15.Вова П						+	+		+		+	+	+			+		7
16.Олег Л		+	+	+				+	+		+	+				+	+	9
17.Зоя К	+	+	+		+		+	+		+		+		+		+	+	11
18.Арина С	+	+	+	+	+		+						+	+	+	+		10
19.Настя З		+	+	+			+				+			+	+		+	8
20.Вика Г		+	+	+			+			+		+	+	+	+		+	10
	12	17	19	16	7	10	15	9	14	5	15	13	13	15	8	10	8	

Где 1– это страх пожара, 2– страх смерти, 3– страх смерти родителей, 4– страх перед нападением, 5– страх перед мамой и папой, 6– страх наказания, 7– страх чудовищ, 8– страх высоты, 9– боязнь врачей и боли, 10– боязнь крови, 11– боязнь уколов, 12– страх перед стихией, 13– страх темноты, 14– страх увидеть страшные сны, 15– страх перед неожиданными звуками, 16– страх войны, 17– страх замкнутого пространства.

Математико-статистическая обработка результатов формирующего эксперимента по методике («Страхи в домиках» А.И. Захарова, М.А. Панфиловой.)

С целью оценки эффективности реализации программы психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников проведем математико-статистический анализ данных с применением Т-критерия Вилкоксона (Уилкоксона).

Используем Т-критерий Вилкоксона (Уилкоксона), так как потребуется сопоставить показатели уровня страхов, измеренных до и после проведения программы, на одной и той же выборке.

Сформулируем гипотезы:

H₀: Интенсивность сдвигов в направлении снижения уровня страхов не превосходит интенсивности сдвигов в направлении повышения количества страхов.

H₁: Интенсивность сдвигов в направлении снижения уровня страхов превышает интенсивность сдвигов в направлении повышения количества страхов.

Расчет Т-критерия Вилкоксона (Уилкоксона) проводили с помощью программы IBMSPSSStatistics19.

Таблица 4.6 – Ранги

	N	Средний ранг	Сумма рангов
VAR00002 - Отрицательные ранги	17 ^a	10,18	173,00
VAR00001 Положительные ранги	2 ^b	8,50	17,00
Связи	1 ^c		
Всего	20		

a. VAR00002 < VAR00001

b. VAR00002 > VAR00001

c. VAR00002 = VAR00001

Таблица 4.7 – Статистики критерия^b

	VAR00002 - VAR00001
Z	-3,186 ^a
Асимпт. знч. (двухсторонняя)	,001

a. Используются положительные ранги.

b. Критерий знаковых рангов Уилкоксона

Tэмп=8,5

N=19 (19 чел., потому, что мы исключили испытуемого с нулевым сдвигом)

$T_{кр}=46$, для $p \leq 0,05$

$T_{кр}=32$, для $p \leq 0,01$

Соответственно, $T_{эмп}=8.5 \leq T_{кр}=32$. Следовательно, интенсивность сдвигов находится в зоне значимости. .

Соответственно, мы отвергаем гипотезу H_0 и принимаем гипотезу H_1 .

Таким образом, расчет T -критерия Вилкоксона в исследуемой выборке позволяет утверждать, что уровень страхов дошкольников в результате реализации психолого-педагогической программы изменился.

ПРИЛОЖЕНИЕ 5

Технологическая карта внедрения результатов исследования психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников в практику

Таблица 5.1 – Содержание технологической карты внедрения результатов исследования психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников в практику

Цель	Содержание	Методы	Формы	Ко- л- во	Время	Ответствен- ные
1	2	3	4	5	6	7
I этап: Целеполагание внедрения программы психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников.						
1.1. Изучить документацию по предмету научного исследования	Изучение нормативной документации, ФЗ и Законов РФ, Постановлений Правительства РФ в области темы исследования.	Обсуждение, изучение, анализ и синтез, обобщение, наблюдение	Самостоятельная работа. Консультация с научным руководителем	1	сентябрь	Психолог, Администрация ОУ
1.2. Поставить цели внедрения предмета научного исследования	Выдвижение и обоснование целей внедрения программы.	Обсуждение, целеполагание, анализ материалов по теме внедрения программы	Консультация с научным руководителем. «Дерево целей»	1	октябрь	Психолог, Администрация ОУ
1.3. Разработать этапы внедрения предмета научного исследования	Изучение и анализ содержания каждого этапа внедрения, его задач, принципов, условий, критериев и показателей эффективности	Наблюдение, беседа, анализ.	Самостоятельная работа. Консультация с научным руководителем	1	ноябрь	Психолог, Администрация ОУ

Продолжение таблицы 5.1

1.4. Разработать программно-целевой комплекс внедрения предмета научного исследования	Анализ уровня подготовленности педагогического коллектива к внедрению инноваций, анализ работы по теме внедрения, подготовка методической базы	Анализ, синтез, целеполагание. Обсуждение.	Педагогический совет. Самостоятельная работа.	1	ноябрь	Психолог, Администрация ОУ
II этап: Формирование положительной психологической установки на внедрение программы психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников.						
2.1. Выработать состояние готовности к освоению предмета внедрения у администрации и ОУ	Формирование готовности внедрения программы. Психологический подбор и расстановка субъектов внедрения.	Анализ, наблюдение, обобщение.	Индивидуальные беседы с заинтересованными субъектами внедрения программы. Индивидуальные и групповые консультации с педагогами	3	декабрь	Психолог, Администрация ОУ
2.2. Сформировать положительную реакцию на предмет внедрения у всего педагогического коллектива ОУ.	Пропаганда уже имеющегося передового опыта внедрения по проблеме исследования в других подобных ОУ.	Обсуждение, беседы, сравнение.	Семинары, презентационные встречи, конференции,	5	январь	Психолог, Администрация ОУ

Продолжение таблицы 5.1

<p>2. 3. Сформировать ценность внедрения инновационной технологии в образовательный процесс.</p>	<p>Продвигать передовой опыт по внедрению инновационных технологий вне образовательной деятельности и популяризовать значимость для системы образования.</p>	<p>Метод проблемных технологий обсуждение, беседа.</p>	<p>Педсовет, беседы, консультации с научным руководителем, тренинги.</p>	<p>5</p>	<p>январь</p>	<p>Психолог, Администрация ОУ</p>
<p>III этап: Изучение предмета внедрения программы психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников.</p>						
<p>3.1. Изучить необходимые материалы и документы по внедрению предмета научного исследования</p>	<p>Изучение материалов и документов о предмете внедрения инновационной программы.</p>	<p>Самоанализ, обобщение, изучение, определение понятий.</p>	<p>Семинары, круглый стол, работа с необходимыми документами по предмету внедрения</p>	<p>1</p>	<p>февраль</p>	<p>Психолог</p>
<p>3.2. Изучить сущность предмета внедрения</p>	<p>Освоение системного подхода в работе над темой изучения предмета внедрения, его задач, принципов, содержания, форм и методов.</p>	<p>Анализ, обобщение, синтез, определение понятий.</p>	<p>Семинары, тренинги (развития, готовности к инновационной деятельности)</p>	<p>1</p>	<p>февраль</p>	<p>Психолог, Администрация ОУ</p>
<p>3.3. Изучить методику внедрения предмета научного исследования.</p>	<p>Освоение системного подхода в работе над темой.</p>	<p>Анализ, обобщение.</p>	<p>Семинары, тренинги.</p>	<p>1</p>	<p>март</p>	<p>Психолог, Администрация ОУ</p>
<p>IV этап: Опережающее освоение предмета внедрения программы психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников.</p>						

Продолжение таблицы 5.1

4.1. Создать инициативную группу для опережающего внедрения темы	Определение состава инициативной группы, обеспечение организационной работы	Наблюдение, анализ, инструктаж	Тренинги, консультирование, собеседование	3	апрель	Психолог, Администрация ОУ
4.2. Закрепить и углубить знания и умения, полученные на предыдущих этапах	Изучение теории предмета внедрения, методики внедрения	Самообразование, обсуждение, дискуссии	Работа с информационными источниками, круглый стол, тренинги	1	май	Психолог, Администрация ОУ
4.3. Обеспечить инициативной группе условия для успешного освоения методики внедрения Программы.	Анализ создания условий для опережающего внедрения инновационной Программы	Рефлексия, контроль, анализ документации, экспертная оценка.	Собрание, семинары	1	июнь	Психолог, Администрация ОУ
4.4. Проверить методику внедрения Программы	Работа инициативной группы по новой методике	Наблюдение, изучение, анализ, контроль.	Посещение занятий	5	июль	Психолог, Администрация ОУ,
V этап: Фронтальное освоение предмета внедрения программы психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников.						
5.1. Мобилизовать коллектив проекта на внедрение инновационной Программы	Анализ работы инициативной группы по внедрению Программы	Демонстрация результата, лекция, отчётная деятельность.	Тренинги.	1	август	Психолог, Администрация ОУ, инициативная группа по внедрению.

Продолжение таблицы 5.1

5.2. Развить знания и умения, сформированные на предыдущем этапе	Обновление знаний о предмете внедрения Программы, теории систем и системного подхода, методики внедрения	Упражнения, самоанализ, беседа, дискуссии.	Консультации, семинар, практикум, обмен опытом	1	август	Психолог, Администрация ОУ
5.3. Обеспечить условия для фронтального внедрения инновационной Программы	Анализ состояния условий для фронтального внедрения программы.	Анализ, обсуждение, наблюдение, проверка.	Тренинги, круглый стол	1	сентябрь	Психолог, Администрация ОУ
5.4. Освоить всем коллективом предмет внедрения	Фронтальное освоение программы психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников.	Самоанализ, рефлексия, обмен опытом, корректировка.	Консультации, практические занятия, наставничество	3	октябрь	Психолог, Администрация ОУ
VI этап: Совершенствование работы по теме психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников.						
6.1. Совершенствовать знания и умения, сформированные на предыдущих этапах	Совершенствование знаний и умений по системному подходу	Лекции, беседа, инструктаж		1	ноябрь	Психолог, Администрация ОУ
6.2. Обеспечить условия совершенствования методики работы по внедрению программы	Анализ зависимости конечного результата от создания условий для внедрения программы	Анализ, наблюдение, отчетная деятельность.	Собрания, обсуждения, доклад	1	ноябрь	Психолог, Администрация ОУ

Продолжение таблицы 5.1

6.3. Совершенство вать методику освоения внедрения программы	Формирован ие единого методическо го обеспечения освоения внедрения программы	Самоанали з, методическ ая работа, контроль	Посещение занятий, методическая работа	3	декабр ь	Психолог, Администра ция ОУ
VII этап: Распространение передового опыта освоения внедрения программы психолого-педагогической коррекции страхов у дошкольников.						
7.1. Изучить и обобщить опыт внедрения инновационно й технологии	Изучение и обобщение опыта работы в различных проектах по инновационн ым технологиям	Анализ, синтез, обобщение	Посещение занятий, обмен опытом	5	январь	Психолог, Администра ция ОУ
7.2. Осуществить наставничеств о над другими образовательн ыми учреждениями , которые приступают к внедрению программы	Обучение психологов и педагогов других ОУ работе по внедрению Программы	Иллюстрац ия, демонстрац ия, беседа, инструктаж	Семинары, презентацион ные встречи, наставничест во	5	январь - феврал ь	Психолог, Администра ция ОУ
7.3. Осуществить популяризац ию передового опыта по внедрению программы.	Популяризац ия внедрения программы в регионе.	Лекция, беседа, демонстрац ия.	Участие в конференция х, конгрессах, написание статей	3	феврал ь-март	Психолог, Администра ция ОУ
7.4. Сохранить и углубить традиции работы над темой, сложившееся на предыдущих этапах.	Обсуждение динамики работы над темой, научная работа по теме внедрения программы.	Рефлексия, беседа, дискуссия.	Семинары, научная деятельность	3	апрель	Психолог, Администра ция ОУ