



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

**Кафедра педагогики и психологии детства**

**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ СТРАХОВ ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО  
ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА СРЕДСТВАМИ ИГРОТЕРАПИИ**

**Выпускная квалификационная работа**

**по направлению 44.04.02 Психолого-педагогическое образование  
Направленность программы магистратуры  
«Психология и педагогика развития детей дошкольного возраста»**

Проверка на объем заимствований  
69,59% авторского текста

Работа рекомендована к защите  
« 05 » декабря 2018 г.

зав. кафедрой ПиПД

  
Емельянова И.Е.

Выполнил (а):  
Студент группы ЗФ-302/137-2-1  
Голубчикова Наталья Сергеевна

Научный руководитель:  
к.п.н., доцент кафедры ПиПД

  
Иванова И.Ю.

**Челябинск  
2019**

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение	3
Глава 1. Теоретическое обоснование психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии	11
1.1. Анализ психолого-педагогической литературы по проблеме возникновения детских страхов	11
1.2. Психологические особенности метода игротерапии в психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста	24
1.3. Модель психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии	32
Выводы по 1 главе	39
Глава 2. Экспериментальное обоснование психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии	41
2.1. Этапы, методы, методики и результаты констатирующего эксперимента	41
2.2. Организация и содержание работы по психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста	51
2.3. Анализ результатов контрольного эксперимента по психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста	60
Выводы по 2 главе	68
Заключение	71
Список литературы	76
Приложение	80

## **ВВЕДЕНИЕ**

Проблема страхов у детей дошкольного возраста приобретает особую актуальность как в научном, так и в практическом плане и требует безотлагательных поисков продуктивного её решения. На сегодняшний день отмечается тенденция к увеличению количества детей со страхами. Причина скрывается не только в индивидуальных особенностях детей, но и в наличии личностной неопределенности и беспокойства значительной части населения, большого количества стрессов, явной невротизации общества, в отсутствии безопасности.

Дошкольный возраст характеризуется сильнейшей зависимостью от взрослого, и прохождение этого этапа становления личности во многом определяется тем, как складываются отношения ребенка со взрослыми. Увеличение числа неврозов у родителей сказывается на увеличении числа страхов у детей, порождая своеобразный замкнутый круг, разорвать который можно только одновременным оказанием эффективной и доступной психологической помощи всем его участникам (Л. И. Божович, А. А. Бодалёв, В. С. Мухина, Т. А. Репина и др.). Исследование такого феномена, как страх, в настоящее время актуально. Психика ребенка отличается сильной восприимчивостью, неспособностью противостоять неблагоприятным воздействиям. Некоторые страхи, приобретенные в детстве, оказывают влияние на развитие психики и становятся частью взрослого человека, доставляя дискомфорт в жизни. Поэтому следует углубленно и всесторонне изучать этот феномен.

В Конституции Российской Федерации, в Федеральном Законе Российской Федерации «Об образовании в РФ» и других нормативных

документах Российской Федерации сформулирован социальный заказ государства системе образования: воспитание инициативного человека, готового самостоятельно принимать решения в ситуации выбора. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, направлен на разностороннее развитие детей дошкольного возраста с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей [67]. Соблюдает принцип самоценности детства — понимание детства как периода жизни значимого тем, что происходит с ребенком сейчас, а, значит, является показателем того, что необходимо уделять большое внимание психическому здоровью и развитию личности ребенка в целом.

Актуальность исследования проблемы определяется еще и тем, что с возрастом у детей меняются мотивы поведения, отношение к окружающему миру, взрослым, сверстникам. И от того, смогут ли родители и педагоги уловить эти перемены, понять изменения, происходящие с ребенком, и в соответствии с этим изменить свои отношения, будет зависеть тот положительный эмоциональный контакт, который является основой нервно-психического здоровья ребенка. К сожалению, в большинстве случаев страхи возникают по вине самих родителей, и необходимо предупредить возможность их проявления и оградить детей от страхов, вызванных семейными неурядицами, душевной черствостью или, наоборот, чрезмерной опекой, или же просто родительской невнимательностью.

Одним из эффективных методов работы с детьми, испытывающими те или иные эмоциональные и поведенческие затруднения, является игротерапия [24]. Этот метод позволяет решать ряд проблем, возникающих у детей дошкольного, младшего школьного и других возрастов. В частности, посредством игротерапии можно работать с агрессивными, неуверенными, застенчивыми детьми; с проблемами стыда, вины, лжи, принятием своих чувств. Отечественная и зарубежная психология накопила немалый опыт применения различных видов игр с

целью психотерапии при нервных, психических и соматических заболеваниях детей (В. Акслейн, В.В. Ветрова, В.И. Гарбузов, А.И. Захаров, М. Клейн, Д. Леви, В.С. Мухина, А. С. Спиваковская, А. Фрейд, Д.Б. Эльконин и др.). Накопленные знания уже сегодня позволяют в ряде случаев достаточно эффективно выявлять и корректировать страхи у детей-дошкольников. Вместе с тем, недостаточная разработанность и использование знаний по психологической коррекции страхов у детей зачастую приводит к негативным последствиям.

На основании вышеизложенного сформулированы следующие противоречия между:

- психолого-педагогической коррекцией страхов детей дошкольного возраста и недостаточным вниманием к решению данной проблемы со стороны психологической службы;

- запросом общества на оптимальный уровень выраженности страхов и возможностями системы дошкольного образования создавать условия, необходимые для психолого-педагогической коррекции страхов детей дошкольного возраста.

Таким образом, тема «Психолого-педагогическая коррекция страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии» актуальна в наши дни и заслуживает дальнейших исследований.

Цель исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность модели психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии.

Объект исследования: страхи детей среднего дошкольного возраста.

Предмет исследования: процесс психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии.

Гипотеза исследования: психолого-педагогическая коррекция страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии, будет эффективной при реализации следующих условиях:

– если будет сконструирована модель психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии, включающая диагностический, коррекционный, аналитический и прогностический блоки всего психолого-педагогического процесса на основе личностно-ориентированного, деятельностного и системного подходов;

– если будет разработана и реализована работа по психолого-педагогической коррекции страхов детей средствами игротерапии, включающая комплекс занятий, направленных на снижение наиболее выраженных страхов детей среднего дошкольного возраста.

Задачи исследования:

- 1) изучить психолого-педагогическую и методическую литературу по проблеме возникновения детских страхов;
- 2) рассмотреть психологические особенности метода игротерапии в коррекции страхов;
- 3) разработать модель психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии;
- 4) определить этапы и методы экспериментальной работы;
- 5) разработать и реализовать работу по психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии;
- 6) проанализировать результаты экспериментальной работы.

Теоретико-методологическую основу исследования составляют:

– положения личностно-ориентированного подхода (В.В. Сериков, С.В. Белова, В.И. Данильчук, Е.А. Крюкова, В.В. Зайцев, Б.Б. Ярмахов, Е.В. Бондаревская, Н.А. Алексеев, А.В. Зеленцова, И.С. Якиманская, С.А. Комиссарова, А.А. Плигин, А.В. Вильвовская, М.М. Балашов, М.И. Лукьянова и др.), в основе которого лежит признание индивидуальности каждого ребенка, обладающего неповторимым личностным опытом [55];

– положения структурно-функционального подхода, основателем концепции функционализма считают Э. Дюркгейма, который первым сформулировал проблему, связанную с функциональным разделением труда в организации, и проблему взаимосвязанности функций отдельных системных единиц. В дальнейшем проблемы функционализма разрабатывались антропологами Б. Малиновским и А. Редклифф-Брауном, которые рассматривали социальный объект (в частности, общество) как адаптивную систему, в которой все части служат удовлетворению потребностям системы как целого, обеспечивая ее существование во внешней среде;

– положения системного подхода (И.В. Блауберг, В.Н. Садовский, Э.Г. Юдин) в основе которого лежит рассмотрение объекта как системы: целостного комплекса взаимосвязанных элементов;

– теоретические положения в области изучения детских страхов (Т.В. Бавина, Е.А. Агаркова, И.В. Самойленко, А.И. Захаров, Л.С. Акопян, Т.А. Арефьева, А.С. Зубкова, И.Е. Кулинцова, Ю.В. Щербатых и др.); методологии и методов коррекции страхов детей дошкольного возраста (А. И. Захаров, Т. В. Громова, В. И. Долгова, Р. Сирс, М. А. Панфилова и др.)

Нормативно-правовую основу исследования составили Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 28.06.2014) «Об образовании в Российской Федерации» (29 декабря 2012 г.); Приказ МОиН РФ «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» от 17 октября 2013г. №1155 [48].

Теоретическая значимость исследования состоит в том, что совокупность полученных результатов способствует решению проблемы коррекции детских страхов средствами игротерапии. Теоретические положения и выводы, содержащиеся в исследовании, создают научное обоснование выбора игротерапии как основного коррекционного метода и совершенствование образовательного процесса дошкольного учреждения.

В исследовании:

– раскрыта психолого-педагогическая коррекция страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии;

– сконструирована модель психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии.

Практическая значимость исследования определяется разработкой и реализацией в образовательный процесс дошкольного учреждения комплекса занятий по психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста, которые позволят сделать процесс коррекции управляемым, целенаправленным и эффективным. Модель психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии может быть использована в процессе проектирования оптимального образовательного пространства ДОУ. Результаты эксперимента и соответствующие рекомендации будут полезны в работе психолога, воспитателей и родителей.

Обоснованность и достоверность результатов исследования определяется анализом психолого-педагогической и методической литературы по проблеме возникновения страхов у детей; выбором комплекса методов, адекватных предмету и задачам исследования; разнообразием источников информации; использованием методов математической статистики при обработке экспериментальных данных, подтверждении гипотезы.

Положения, выносимые на защиту:

1. Вслед за А.В. Петровским считаем, что страх детей дошкольного возраста – это эмоция, возникающая в ситуациях угрозы биологическому или социальному существованию ребенка и направленная на источник действительной или воображаемой опасности. В отличие от боли и других видов страдания, вызываемых реальным действием опасных для существования факторов, страх возникает при их предвосхищении.

2. Модель психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста, позволяет эффективно снимать тревожные



реакции у детей-дошкольников, улучшать эмоциональное самочувствие ребёнка, корректировать межличностные взаимоотношения в семье и в группе сверстников;

3. Доказываем эффективность проведенного комплекса занятий по психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии.

В процессе исследования применялись следующие методы: теоретический анализ и обобщение положений психологической науки по проблеме возникновения детских страхов; экспериментально-эмпирические методы (сравнительный анализ, наблюдение, беседа, тестирование, эксперимент); методы количественной обработки результатов исследования; методы математической статистики (Т-критерий Вилкоксона).

На разных этапах исследования использовались методики: «Страхи в домиках» А. И. Захарова, М. Панфилова; «Паровозик» С.В. Велиевой; методика Р. Сирса.

Базу экспериментального исследования составили дети среднего дошкольного возраста, из числа которых были сформированы экспериментальная и контрольная группы. Экспериментальное исследование проводилось в МБДОУ ДС №73 г. Челябинск.

Исследование по психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии проходило в три этапа:

1. Поисково-подготовительный этап: проведен теоретический анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования; уточнены цель, объект, предмет, задачи, методы и гипотеза исследования; сконструирована модель психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии.

2. Опытно-экспериментальный этап: определялось оптимальное содержание экспериментального исследования, его этапы, методы и

критерии, разрабатывалась и реализовывалась работа по психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии.

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

Апробация и внедрение результатов исследования осуществлялись посредством:

- осуществления экспериментальной деятельности в период с 2017 по 2019 г.;

- участие в 5 Международной научно-практической конференции «Актуальные проблемы современной педагогики и психологии в России и за рубежом» и публикация статьи «Метод игротерапии в психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста как актуальная проблема в психологии» г. Новосибирск, 2018г.;

- участие в 3 Международной научно-практической конференции по психологии и педагогике «Перспективы и технологии развития педагогики и психологии» и публикации статьи «Причины возникновения детских страхов, как актуальная проблема в психологии и педагогике», г. Нижний Новгород, 2018г.;

- участие во Всероссийской научно-практической конференции «Детство в современном мире – 2018» и публикация статьи «Модель психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии», г. Пермь, 2018г..

Структура и объем работы. Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, приложений и списка литературы. Текст работы иллюстрирован таблицами и рисунками, отражающими основные положения и результаты.

# **Глава 1. Теоретическое обоснование психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии**

## **1.1 Анализ психолого-педагогической литературы по проблеме возникновения детских страхов**

Анализ психолого-педагогической литературы по проблеме возникновения детских страхов в отечественной и зарубежной литературе обусловлено пониманием важности того, насколько сильно эмоциональное нарушение у детей влияет на формирование личности ребенка. Страх является также неотъемлемым эмоциональным проявлением нашей психической жизни, как и радость, восхищение, гнев, удивление, печаль. Подавляющее большинство страхов в той или иной степени обусловлены возрастными особенностями и имеют внешний характер [3].

Страх существовал всегда, начиная с первобытного человека, постоянно подвергавшегося опасностям, где имел инстинктивную природу, предотвращал слишком опасные, безрассудные и импульсивные для жизни действия. По мере развития психики человека и усложнения форм его жизни, страх приобретал социально опосредованный характер и выражал все более психологически тонкую гамму нравственно-этических чувств и переживаний.

Заинтересованность к данной эмоции проявилась довольно давно, еще в античной философии. Первые писания на данную тему появились у Аристотеля. Платон, Эпикур обосновали пагубное влияние страха на жизнь человека, а его преодоление связывалось ими с постижением истины. В данный период разум выступает в качестве решающего фактора на пути избавления человека от страхов. Демокрит и Лукреции, продолжая

исследование, рассматривали чувство страха уже, как причину возникновения религиозных представлений и верований [2].

В Средние века философы рассматривали страх с теологических позиций и связывали возникающую проблему с душеполезностью. В эпоху Возрождения акценты исследования страха сместились в сторону его утилитарного значения. Н. Макиавелли показал социально-политическую роль страха как инструмента для управления людьми [23].

В Новое время, с одной стороны, продолжалось развитие проблематики, поставленной античными мыслителями, а с другой стороны, философы уделили внимание соотношению страха и знания. Мыслители рассматривали страх как фактор, порождающий предрассудки, ложные и фантастические представления о действительности. Представитель биогенетического направления С. Холл распространял биогенетический закон и на онтогенез страха. Он утверждал, что ребенок переживает в процессе своего развития страхи, которые испытывали животные, а затем люди на различных этапах антропогенеза. Доказательством биогенетического детерминизма являются многочисленные рационально необъяснимые детские страхи. Г. Ф. Гегель рассматривал страх как позитивное чувство, помогающее человеку обрести самость, а Серен Кьеркегор, как духовное явление, отражающее процесс обретения человеком христианской веры.

Наиболее широко проблема страха отражена в зарубежной психологии в рамках четырех психологических подходов [53].

Первый подход акцентирует своё внимание на поведенческие основы страха и связан с бихевиористским направлением (Айзенк Г., Бандура А., Спилбергер Ч., Уотсон Дж.). Основоположником бихевиоризма является Джон Уотсон, поэтому далее мы рассмотрим его теорию о возникновении страха. В бихевиористском подходе страх рассматривается как феномен, имеющий условно рефлекторную основу, основанный на переживании травматического опыта. Дж. Уотсон, полагающий, что страх является

одной из базовых врожденных эмоций, считал, что в процессе онтогенеза ребенка характер страха претерпевает изменения — он начинает появляться на основе условных рефлексов. Джон Уотсон отмечал несколько страшных стимулов: внезапные громкие звуки, потеря опоры, толчки и удары в момент засыпания. На основе врожденных, т.е. безусловных, реакций страха на протяжении жизни человека появляются новые стимулы, провоцирующие страх. В своих опытах Уотсон установил, что большинство реакций, например, страх животных, темноты, огня, в младенческом возрасте не вызывает страха. Боязнь возникает позднее, в следствие случайного классического обуславливания [53].

Второй подход рассматривается с точки зрения психоанализа (Адлер А., Салливан Г. С., О. Ранк., Фрейд А., Фрейд З., Хорни К., Юнг К. Г.). Психоанализ как одно из направлений в психологии и психотерапии возник в конце XIX — начале XX столетия в Австрии. Его основателем является венский врач Зигмунд Фрейд. Главным объектом в данном направлении психологии является феномен, обозначенный З. Фрейдом как «невротический страх». Определение причины возникновения невротического страха зависело от того, в чём различные авторы видели доминанту развития личности. Если одни исследователи предполагали, что невротический страх рождается в результате вытеснения жизненно важных энергетических импульсов, происходящего вследствие слабости «Я», то другие, основание невротического страха описывали внутренней спецификой тревоги, которая порождает необходимость ее вытеснения. Согласно О. Ранку, в аспекте психодинамического направления, страхи происходят из факта родовой психологической травмы у новорожденного (трудности жизни и потеря важного объекта). Последующие страхи, которые появляются в течение жизни человека — это реактивация (восстановление) его родовой психологической травмы. Страх становится моделью восприятия окружающего мира, который включает в себя барьеры на пути удовлетворения человеческих желаний. Подобный страх

сужает возможности удовлетворения потребностей, что позволяет человеку успешно адаптироваться к запросам окружающей среды.

Под страхами в рамках психодинамической школы подразумевается неспособность ребенка справиться с конкретной ситуацией без посторонней помощи, и становление на этой почве ущербного образа «Я» как неполноценной личности. Эта психологическая фабула проецируется на какой-либо объект или ситуацию, где оно может выражаться наиболее отчетливо, что и предопределяет форму и содержание конкретного страха, воспроизводимого в поведении личности. Совладение же со страхом достигается в подобном случае через осознание личностью его подлинного психологического содержания и за счет моделирования соответствующего этому содержанию представления о реальной, а не воображаемой опасности.

Третий подход базируется на положениях философии экзистенциализма (Камю А., Кьеркегор С., Сартр Ж.-П., Тиллих П., Хайдеггер М., Шестов Л.) [53]. Страх описывается как важнейшая характеристика человеческого существования, имеющая прямое значение для жизнедеятельности человека. Различные авторы останавливают своё внимание преимущественно на «смысле» страха, то есть на его месте в общей системе метафизического, психологического или биологического существования индивида (Кемпински А., Мэй Р., Риман Ф.), обосновывая положительные аспекты страха, связанные с развитием «Я». Осознание процесса совладания со страхом как принятия неизбежности фрустрации каких-либо потребностей получило распространение в экзистенциальном направлении, отражённых в работах Л. Бинсвангера, Ж.-П. Сартра и П. Тиллиха. Вероятность соучастия в пугающем событии, включение его в качестве присущей составляющей жизненного опыта исследуется в рамках этого направления как первостепенная стратегия преодоления дезадаптивных последствий эмоции страха. При этом исследователи имеют в виду различные феномены: осознание неизбежности конечности

всего сущего осознание принципиальной невозможности соответствующей трансляции другим людям информации о своих психологических состояниях в рамках имеющихся социальных форм общения и взаимодействия.

Целесообразно полагать, что в экзистенциальных концепциях страх является исключительно доступной для совладания формой экзистенциальной тревоги. В следствие чего, основной задачей при оказании профессиональной психологической помощи является не преодоление (удаление) страха, а содействие личности в самоутверждении, в принятии имеющегося у неё потенциала вопреки наличному страху за счет включения во внутренний опыт человека пугающих его сторон реальности, трансформация их в знакомые, в «свои», в собственные. Патологический же страх рассматривается не более чем в качестве малоуспешной попытки передачи реального опыта фрустраций и лишений.

Четвертое направление связано с положениями гуманистической психологии. Гуманистическая психология выражает ряд направлений в современной психологии, которые ориентированы на проработку смысловых структур человека. Гуманистическая психология в качестве суверенного течения выделилась в начале 60-х гг. XX в. как демарш против бихевиоризма и психоанализа, получив название третьей силы. Представителями данного направления являются А. Маслоу, К. Роджерс, В. Франкл, Окландер В., Перлз Ф., и др [51]. Выше перечисленные учёные рассматривали страх как негативный факт, мешающий процессу самоактуализации личности из-за того, что он появляется при фрустрации потребности в безопасности (одной из базовых потребностей по А. Маслоу). Первопричиной тревоги являются различные явления неконгруэнтности, «неестественности» существования; так, например, тревогу вызывает отсутствие осознания «здесь-и-сейчас» и, как следствие, подчинённость психики человека, как катастрофическим ожиданиям, так и деструктивным воспоминаниям.

В отечественной психологии, тема страхов долгое время не рассматривалась, однако после масштабного осмысления проблемы зарубежными учеными (А.Т. Джерсилд, Ф.Б. Холмс), учета ими содержания страхов, выявления специфических особенностей появления и проявления (Э. Ле Шан, П. Поппер, Й. Раншбург, А. Фрейд, А. Фромм, К. Хорни, Г. Эберлейн и др.) ученые начали проводить исследования в этой области [69]. Решая вопросы социального развития детей, существенный вклад в изучение детских страхов внесли В.А. Абраменкова, А.М. Прихожан, которыми была объяснена взаимосвязь тревоги и страха. Проблему со стороны нервно-психологического здоровья детей рассматривали М.И. Буянов, В.И. Гарбузов и А.И. Захаров. Учетом роли семьи в возникновении и проявлении детских страхов занимались О.А. Карабанова, А.С. Спиваковская, А.И. Ташева, Т. Шишова, Г. Эберлейн и др. Разработкой программ по преодолению страхов и практической её составляющей занимались О.В. Хухлаева, Т.А. Арефьева, Н.И. Галкина, А.Ю. Татаринцева, М.Ю. Григорчук и др.

В рамках исследуемой проблемы необходимо определить понятийно-категориальный аппарат, на котором будет основываться дальнейшая логика изложения. Первоначально стоит разобраться с определением термина «страх», чтобы понимать специфические особенности появления, проявления и последующего его лечения. Определения термина «страх», с различных точек зрения ученых, представлены в таблице 1.

Таблица 1

Определения понятия «страх»

Определение	Источник /Автор
Данная эмоция принадлежит к категории фундаментальных и базовых проявлений человека. Страх - эмоция, возникающая в ситуациях угрозы биологическому или	Психологический словарь под редакцией А.В. Петровского [47]



социальному существованию индивида и направленная на источник действительности или воображаемой опасности	
В немецком языке слово, означающее страх происходит от латинского «angustus», что означает – «тесно».	Эберлейн Гизела [79]
Страх - страсть, боязнь, робость, сильное опасенье, тревожное состояние души от испуга от грозящего или воображаемого бедствия	В. Даль [14]
Страх – 1. Очень сильный испуг, сильная боязнь. 2. События, предметы, вызывающие чувство боязни, ужаса. В просторечии «страх» обозначает «очень, чрезвычайно».	С.И. Ожегов [44]
Страх - эффективное (эмоционально заострённое), отражение в сознании человека конкретной угрозы для его жизни и благополучия.	Р.Ф.Овчарова [43]
Страх— это специфическое острое эмоциональное состояние, особая чувственная реакция, проявляющаяся в опасной ситуации. Страх вызывается всегда конкретной и близкой, уже наступившей опасностью.	А.С. Спиваковская [58]
Страх является самой сильной негативной эмоцией, которая определяется как ожидание и предсказание неудачи при осуществлении действия, которое должно быть выполнено в данных условиях.	Р.М. Грановская [12]
Страх аффективное (эмоционально заостренное) отражение в сознании конкретной угрозы для жизни и благополучия человека	А.И. Захаров [19]
Страх – это состояние аффекта – объединение определённых ощущений ряда удовольствия – неудовольствия с соответствующими иннервациями разрядки напряжения и их восприятия, а так же вероятно, и отражение определённого значимого события	З.Фрейд [67]
Страх - «эмоциональное состояние, возникающее в присутствии или	Артур Ребер [49]

<p>предвосхищении опасного или вредного стимула. Характеризуется внутренним, субъективным переживанием очень сильного возбуждения, желания бежать или нападать и рядом симпатических реакций</p>	
--	--

Все вышеперечисленные определения объединяет то, что страх представляет собой эмоциональное состояние, возникающее у человека, как при предвосхищении события, так и в момент его протекания.

В исследовании будем придерживаться термина, который дает А. В. Петровский, «страх – это эмоция, возникающая в ситуациях угрозы биологическому или социальному существованию индивида и направленная на источник действительной или воображаемой опасности. В отличие от боли и других видов страдания, вызываемых реальным действием опасных для существования факторов, страх возникает при их предвосхищении. Из определения можно проследить, что страх выступает отрицательной эмоцией, которая имеет влияние на психику ребенка.

Подкрепляет определение термина нормативный документ, действующий на современном уровне - международная классификация болезней (далее МКБ-10) [39]. Код по МКБ-10 - F40 Фобические тревожные расстройства, включающий в себя группу расстройств, при которых единственным или преобладающим симптомом является боязнь определенных ситуаций, не представляющих текущей опасности. В результате больной обычно избегает или страшится таких ситуаций. Беспокойство может быть сфокусировано на отдельных симптомах, таких, как дрожь от страха или обморочное ощущение, и часто ассоциируется с боязнью умереть, потерять над собой контроль или сойти с ума. Ожидание возможности попадания в фобическую ситуацию обычно вызывает преждевременную тревогу.

В настоящее время есть большое разнообразие классификаций страхов. Важно сказать, что тема классификаций страхов рассматривается не только в проблемах психологии, но также и в психотерапии.

Профессор Ю.В. Щербатых разделяет все страхи на три группы [74]:

- Биологические, к ним относят страхи, непосредственно связанные с угрозой жизни человеку;

- Социальные, к ним относят страхи, связанные с ситуациями, которые негативно влияют на его социальный статус или самооценку личности (страх публичных выступлений, социальных контактов, ответственности и т.д.);

- Экзистенциальные, к ним относят страхи, связанные с интеллектом и появляются в ходе размышлений над вопросами, затрагивающими проблемы жизни, смерти и самого бытия человека (страх перед смертью, перед временем, перед бессмысленностью человеческого существования) [38].

Достаточно обычная, доступная и понятная классификация страхов была предложена З. Фрейдом [67]. Страхи делятся:

- Реальный страх имеет продуктивный фундамент и является обычной ожидаемой реакцией на опасность;

- Невротический страх считается выражением психического отклонения и является следствием фобии.

Так же по мнению А. И. Захарова, все страхи можно распределить на две категории: природные и социальные [20].

- Природные страхи, к ним относят страхи чудовищ, призраков, животных, темноты, движущегося транспорта, стихии, высоты, глубины, воды, замкнутого пространства, огня, пожара, крови, уколов, боли, врачей, неожиданных звуков.

- Социальные страхи, к ним относят страх одиночества, каких-то людей, наказания, не успеть, опоздать, не справиться, не совладать с чувствами, быть не собой, осуждение со стороны сверстников и т.д.

Наиболее детальной, на наш взгляд, можно считать классификацию страхов, предложенную российским психиатром Б. Карвасарским [32]. Согласно его учениям, существуют следующие виды страха:

– Страх окружающего пространства – агорафобия, акрофобия, клаустрофобия и т.д. Как правило такие страхи носят подсознательный характер и появляются в результате испуга;

– Социальные страхи – социофобия, демофобия и т.д. Их своеобразие заключается в позиции человека к окружающему миру;

– Нозофобия (страх за здоровье) – канцерофобия, кардиофобия и т.д. Выше названные страхи носят продуктивный характер и призваны защищать здоровье человека. Однако бывают случаи, когда нозофобия выходит из-под контроля, и носит разрушительный характер;

– Страх смерти является субстратом всех страхов и фобий. На протяжении жизни человека он может стать патологическим;

– Сексуальные страхи – согласно теории З. Фрейда формируются в детстве при нездоровом сексуальном воспитании. Находятся в подсознании, поэтому затруднительно и тяжело осознаются человеком. Очень часто имеют разрушительную основу;

– Страх навредить окружающим – обычная реакция, которая предостерегает человека от необдуманных действий и преступлений (убийств);

– Контрастные или индивидуальные страхи – в большинстве случаев не поддаются объяснениям и носят абсурдную форму. Сопровождаются такими фобиями, как пеладобия – боязнь потери мобильного телефона, циклофобия – боязнь велосипедов, магейрокофобия – боязнь приготовления еды и т.д.;

– Страх самого страха – достаточно непростой и тяжёлый вид страха, он носит разрушительный характер и имеет глубинные корни.

Фурманов И. А. «страх» условно делит, на ситуативный и личностно-обусловленный:

– Ситуативный страх возникает в необычной, крайне опасной или шокирующей взрослого или ребенка обстановке, например, при нападении собаки. Часто он появляется в результате психического заражения паникой

в группе людей, тревожных предчувствий со стороны членов семьи, конфликтов и жизненных неудач.

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

Ситуативный и личностно-обусловленный страхи часто смешиваются и дополняют друг друга. Несмотря на то, что страх – это интенсивно выраженная эмоция, следует различать его обычный, естественный, возрастной, и патологический уровни. Обычно страх кратковременен, обратим, исчезает с возрастом, не затрагивает глубоко ценностные ориентации человека, существенно не влияет на его характер, поведение и взаимоотношения с окружающими людьми. Некоторые формы страха имеют защитное значение, поскольку позволяют избежать соприкосновения с объектом страха .

Так же авторы выделяют несколько главных классов событий, вызывающих страх или включающих нейронные процессы, активизирующие эту эмоцию [77].

1. Врожденные детерминанты. В данной группе причины страха разделены на 4 категории: интенсивность, новизна, эволюционно-выработанные сигналы опасности, причины, возникающие в социальном воздействии. Боль и громкий звук являются примерами слишком интенсивных стимулов, а незнакомые лица или предметы иногда вызывают страх из-за своей новизны.

2. Культурные детерминанты страха. Культурные детерминанты страха почти исключительно являются результатом научения. Так, даже негромкий сигнал воздушной тревоги может вызвать страх. Боязнь воров, например, или приведений, может быть рационализацией страха темноты, страх перед попаданием молнии - рационализацией страха грома.

3. Влечения и гомеостатические процессы как причины страха. Влечение и сохранение гомеостаза составляют менее важный класс причин страха. Влечение становится важным, когда оно возрастает до такой степени, что начинает свидетельствовать об определенном дефиците и вызывает эмоцию. В некоторых из таких случаев вызванной эмоцией является страх. Как указывалось выше, боль, вне зависимости от её причин, может вызвать страх. Страх может усиливать боль, но он может также активизировать реакции, связанные с избавлением от дальнейшей боли.

4. Другие эмоции как причины страха. В принципе любая эмоция может вызвать страх. Сходство нейрофизиологических механизмов с эмоцией страха приводит к тому, что они часто являются активаторами.

5. Когнитивные процессы. Представляют собой наиболее общий вид причин страха. Например, страх какого-либо определенного объекта может быть вызван мысленным воспроизведением в памяти или антиципацией. Воспоминание или предвидение страха само по себе является достаточным для того, чтобы вызвать страх.

Существует четыре типа ситуаций, при которых у ребенка возникает страх или предрасположенность к нему: подражание; травма; система «наказание – вражда – вина»; постоянно возобновляющийся страх [78]. Травма – острое психическое переживание, которое оставляет прочный след в сознание. То, что может нанести психическую травму одному ребенку, не оставляет ни какого следа в психике другого. Одни случаи (падение с качели, укус пчелы и т.д.) надолго сохраняются в эмоциональной памяти, другие быстро забываются в зависимости от характера малыша, остроты ситуации, либо реакции родителей по поводу случившегося.

Система «наказание – вражда – вина» – когда родители кричат на малыша, ему ясно только одно, они раздражительны и на время утратили любовь к нему. От этой мысли он теряется, так как неспособен так же

отчетливо, как родители понять, что же плохого было в его поведении. Если на этого ребенка постоянно кричат, угрожают ему и наказывают, в нем постоянно накапливается вражда к родителям, и, как следствие, он ощущает вражду, но ему трудно это делать. И он начинает бояться самого этого чувства. Иными словами, как пишет А. Фросим чрезмерные требования к детям, могут создать общую атмосферу страха в семье в двух случаях:

- когда ребенок опасается, что родители от него откажутся, и не будут любить;
- когда враждебная реакция малыша, по нашим требованиям заставляет его чувствовать себя менее достойным любви близких, и значит, ощущать ещё большую опасность [3].

Объективный подход к рассмотрению эмоции страха требует указать на то, что, несмотря на свою отрицательную окраску, страх выполняет разнообразные функции в жизни человека [74]. На всем протяжении человеческой истории страх сопровождал людей, выражаясь в боязни темноты, огня, природных явлений. Страх играл и играет защитную роль, позволяя избежать встречи с опасностью. Страх также выступает своеобразным средством познания реалий окружающего мира, приводя к более критическому и избирательному отношению к явлениям жизни. А. А. Феофанова подчеркивает, что целый ряд навязчивых детских страхов, возникающих в детском возрасте, остается у человека на всю жизнь, или только в зрелом возрасте преодолевается с большим трудом.

Таким образом, проанализировав психолого-педагогическую литературу по проблеме возникновения детских страхов, мы рассмотрели различные трактовки понятия «страх». Важность активной работы с детскими страхами обусловлена тем, что сам по себе страх способен оказывать патогенное влияние на развитие различных сфер личности. Страх выполняет функцию защиты и мобилизации сил организма ребенка

перед лицом опасности. Лишившись страхов, ребенок будет незащищен и не сможет адекватно ответить на опасность.

В связи с вышесказанным остро встает необходимость комплексного подхода к решению проблемы коррекции детских страхов, в частности, привлечения семьи. Эта работа может выражаться как в ознакомлении родителей с результатами исследования в доступной форме, так и в направлении родителей на консультацию к специалисту по семейным вопросам.

## **1.2 Психологические особенности метода игротерапии в психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста**

Психолого-педагогическая коррекция представляет собой особую форму психолого-педагогической деятельности, направленной на создание наиболее благоприятных условий для оптимизации психического развития личности ребенка, оказание ему специальной психологической помощи [8]. В настоящее время термин "психологическая коррекция" достаточно широко и активно используется в практике работы, как школы, так и дошкольных учреждений. А между тем, возникнув в дефектологии, он применялся первоначально в отношении лишь аномального развития. Расширение сферы приложения данного понятия ряд ученых связывает с развитием прикладной детской психологии, с новыми социальными задачами по отношению к подрастающему поколению.

В работах отечественных исследователей уделяется внимание как собственно психологическим особенностям личности ребенка, так и особенностям его социальной сферы, в первую очередь семьи (А.И. Захаров, В.И. Гарбузов, Р.А. Зачепиский, Е.К. Яковлева, А.С. Спиваковская) [7]. При этом исследователи полагают, что при выборе коррекционных и психотерапевтических мер упор следует делать на ведущую в данном возрасте деятельность, которая обуславливает выбор и



построение методов. Вот почему при работе, с дошкольниками, большое распространение получили методы психолого-педагогической коррекции, в основе которых лежит игра в различных ее разновидностях (сюжетная, дидактическая, подвижная, игра-драматизация, режиссерская). Ее успешно применяют как для коррекции личности ребенка, его взаимоотношений с окружающими, так и для коррекции познавательных, эмоциональных, волевых процессов общения. Игра безоговорочно признана универсальной формой психолого-педагогической коррекции в дошкольном периоде. Опора на игровые, значимые для дошкольника мотивы в коррекционных занятиях делает их особо привлекательными и способствует успеху в психолого-педагогической коррекции.

Одним из эффективных методов работы с детьми, испытывающими те или иные эмоциональные и поведенческие затруднения, является игротерапия [37]. По мнению А. Я. Варга, игровая терапия — нередко единственный путь помощи тем, кто еще не освоил мир слов, взрослых ценностей и правил, кто еще смотрит на мир снизу вверх, но в мире фантазий и образов является повелителем. Г. Л. Лэндрет сравнивал по значимости речь для взрослого и игру для ребенка, для дошкольника игра является естественной потребностью, выступающей условием гармоничного развития личности. Этот метод позволяет решать ряд проблем, возникающих у детей среднего дошкольного возраста. Кроме того, процесс игротерапии позволяет ребенку актуализировать и осознать свои проблемы, а также увидеть различные пути их решения.

Игровая терапия является относительно молодой отраслью современной психологии, которая ориентируется преимущественно на работу с детьми. Появившись в первой половине XX века в недрах психоанализа, игровая терапия постепенно распространилась по широкому спектру направлений современной психологии, находя теоретическое обоснование разнообразию своих методов [24]. Игротерапия, как метод был озвучен и воплощен в 1992 году на спецкурсе по психологии в

частном Университете для будущих преподавателей-искусствоведов. А в 1997 году с методом игротерапии были теоретически и практически ознакомлены врачи на курсах повышения квалификации на кафедре гомеопатии при Академии последипломного образования врачей Минздрава РФ.

Игровая психотерапия – это психотерапевтический метод, основанный на принципах динамики психического развития и направленный на облегчение эмоционального стресса с помощью разнообразных выразительных и дающих пищу воображению игровых материалов, как у взрослых, так и у детей. Игра для ребенка – это одна из форм самотерапии, благодаря которой могут быть отреагированы различные конфликты и неурядицы. Нередко для ребенка, игровая терапия – единственный путь помощи. Общие показания к игротерапии: социальный инфантилизм, замкнутость, необщительность, фобические реакции, сверхконформность и сверхпослушание, нарушения поведения и вредные привычки, неадекватная полоролевая идентификация у мальчиков [30].

К основным задачам игротерапии относят:

- 1) облегчение психологического страдания ребенка;
- 2) укрепление собственного «Я» ребенка, развитие чувства самооценности;
- 3) развитие способности эмоциональной саморегуляции;
- 4) восстановление доверия к взрослым и сверстникам, оптимизация отношений в системах «ребенок – взрослые», «ребенок – другие дети»;
- 5) коррекция и предупреждение деформаций в формировании «Я-концепции»;
- 6) коррекция и профилактика поведенческих отклонений.

Характерная особенность игры – ее двуплановость, которая обуславливает ее развивающий эффект [58]. Психокоррекционный эффект игровых занятий у детей достигается благодаря установлению

положительного эмоционального контакта между детьми и взрослыми. Цель игротерапии, состоит в том, чтобы помочь ему утвердить свое «Я», чувство собственной ценности. Ребенок, как и всякая личность, уникален, самоценен и обладает внутренними источниками саморазвития. Игра корригирует подавляемые негативные эмоции, страхи, неуверенность в себе, расширяет способности детей к общению, увеличивает диапазон доступных ребенку действий с предметами.

Отличительные признаки развертывания игры – это быстро меняющиеся ситуации, в которых оказывается объект после действий с ним, и столь же быстрое приспособление действий к новой ситуации. Игротерапия представляет уникальный опыт для социального развития ребенка, открывая ему возможность вступить в значимую личностную связь со взрослым, справедливо подчеркивая решающее значение общения ребенка со взрослым для оптимального развития личности ребенка. Игра представляет собой деятельность, в которой ребенок может свободно выражать себя, освободиться от напряжения и фрустрации повседневной жизни.

Осипова А. А. выделяет следующие основные виды и формы игротерапии [45]:

1. По теоретическим подходам:

а) игра ребенка представляет собой символическую деятельность, в которой находят свободное выражение подавленные и ограниченные социальным контролем бессознательные импульсы и влечения. В ролях, принимаемых на себя ребенком, в игровых действиях с игрушками кроется определенный символический смысл.

б) игра является единственным видом деятельности, где ребенок оказывается свободным от принуждения и давления со стороны враждебной к нему среды. А значит, перед ним раскрываются широкие возможности выражения бессознательных влечений, чувств и

переживаний, которые не могут быть приняты и поняты в реальных отношениях ребенка с миром.

М. Кляйн считала, что практически любое игровое действие ребенка имеет определенный символический смысл, выражает конфликты и подавленные влечения ребенка. Этот символический смысл должен быть проинтерпретирован терапевтом и доведен до сознания ребенка [60]. Цель терапии – не менять и не переделывать ребенка, не учить его специальным поведенческим навыкам, а дать ему возможность быть самим собой. Он полностью вовлечен в игру ребенка, ему интересно быть с ним, что бы тот ни делал. Он концентрирует все свое внимание и профессиональное мастерство, слышит, чувствует и понимает любые эмоциональные состояния ребенка и отражает их, т.е. раскрывает ребенку понятно и коротко эти эмоциональные состояния. В основе игровой терапии, центрированной на ребенке, лежит представление о спонтанности психического развития ребенка, обладающего внутренними источниками саморазвития и потенциальными возможностями самостоятельного разрешения проблем личностного роста. Вместе с тем процесс личностной реализации, саморазвития может быть нарушен или ограничен вследствие либо неблагоприятных средовых условий, либо нарушений взаимодействия и общения со значимыми другими, и в первую очередь с родителями и близкими взрослыми. Отношения, связь с другим человеком составляют необходимое условие личностного развития.

В организации терапевтического процесса выделяют диагностическую, терапевтическую и обучающую функции игры. Все три связаны между собой и реализуются как в начальном этапе, в спонтанной игре, так и в направленной игре, которая обычно представляет собой импровизацию какого-либо сюжета.

2. По функции взрослого в игре:

а) директивная (направленная) игра, в которой предполагается активное участие взрослого с целью актуализации в символической

игровой форме бессознательных подавленных тенденций и их проигрывание в направлении социально приемлемых стандартов и норм. Здесь взрослый – центральное лицо в игре - берет на себя функции организатора игры, интерпретации ее символического значения [45]. Ребенку предлагается в готовом виде несколько возможных вариантов решения проблемы. В результате игры происходит осознание ребенком себя и своих конфликтов.

б) не директивная (ненаправленная) игра, в которой используется свободная игра как средство самовыражения ребенка, позволяющее одновременно успешно решить три важные коррекционные задачи:

- расширение репертуара самовыражения ребенка;
- достижение эмоциональной устойчивости и саморегуляции;
- коррекция отношений в системе «ребенок – взрослый».

В ненаправленной игротерапии на передний план выходят идеи психолого-педагогической коррекции личности ребенка путем формирования адекватной системы отношений между ребенком и взрослым, ребенком и сверстником. Игровая терапия применяется для воздействия на детей с невротическими расстройствами, эмоционально напряженных, подавляющих свои чувства. Цель игры в таком подходе - помочь ребенку осознать самого себя, свои достоинства и недостатки, трудности и успехи.

3. По форме организации:

а) индивидуальная игротерапия. Если социальная потребность у ребенка отсутствует, встает особая задача формирования потребности в социальном общении, которая может быть оптимально решена в форме индивидуальной игротерапии.

б) групповая игротерапия. В случае, если социальная потребность уже сформирована, то наилучшей формой психолого-педагогической коррекции личностных нарушений общения будет групповая игротерапия. Причем в отечественной психологической практике предпочтение отдается

групповой форме работы, при которой в игре есть два центра: взрослый и «идеальная форма» развития, в первую очередь здесь имеется в виду роль взрослого и общение детей друг с другом, их реальная связь (Д. Б. Эльконин). Этот метод подразумевает игру как терапевтический процесс и является эффективным средством коррекции функциональных нервно-психических расстройств, психосоматических заболеваний и психопрофилактики. Групповая игротерапия призвана: помочь ребенку осознать свое реальное «Я», повысить его самооценку и развить потенциальные возможности, отреагировать внутренние конфликты, страхи, агрессивные тенденции, уменьшить беспокойство и чувство вины. Цели групповой игротерапии следует определять как терапевтические в широком смысле, а не индивидуализированные перспективные цели для каждого ребенка в целом. В противном случае игротерапевт неизбежно незаметно или открыто подталкивает ребенка в направлении цели, связанной с определенной проблемой, ограничивая, таким образом, возможности ребенка по управлению собственной деятельностью [45].

4. По структуре используемого материала:

а) со структурированным материалом (игрушки из реальной жизни, игрушки, помогающие отреагировать агрессию, строительные игры). К структурированным играм относятся игры в семью (людей и животных), агрессивные, с марионетками (кукольный театр), строительные, выражающие конструктивные и деструктивные намерения.

Структурированный материал провоцирует:

- выражение агрессии (огнестрельное, холодное оружие);
- прямое выражение желаний (человеческие фигуры);
- коммуникативные действия (игры в телефон, телеграф, поезда, машины).

Предполагается, что возраст детей от 4 до 12 лет является оптимальным для применения этого метода.

б) с неструктурированным материалом, рассматриваются группы игр, принадлежащих:

- к арттерапии (рисование пальцами, кистью, пастелью, цветными карандашами);
- двигательные игры и упражнения (прыганье, лазание), игры с водой, песком, глиной.

К неструктурированному материалу относятся вода, песок, глина, пластилин, с его помощью ребенок может косвенно выражать свои желания. Этот материал способствует также развитию сублимации. В частности, занятия с неструктурированным материалом особенно важны на ранних фазах игротерапии, когда чувства ребенка еще не выделены и не осознаны им. В частности, игры с водой, красками, глиной дают возможность выразить свои чувства в ненаправленной форме и испытать чувство достижения. Дальнейшая динамика смены игр в процессе игротерапии подводит ребенка к структурированным играм, открывающим пути для выражения чувств и переживаний ребенка, в том числе агрессивных, в прямой директивной форме социально приемлемыми способами [45].

Таким образом, исходя из психологических особенностей метода игротерапии в психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста, по мнению многих исследователей, игра является ведущим средством психотерапии в дошкольном возрасте. При этом она несет еще и диагностическую, и обучающую функцию. Игре, по ее развивающему потенциалу, по конечному эффекту, в дошкольном возрасте отводится центральное место. Формы и виды игровой терапии определяются особенностями конкретного ребенка или группы детей, специфическими задачами работы и ее продолжительностью. При выборе форм игротерапии следует исходить из конкретных задач коррекции психического развития, которые могут быть решены именно этими средствами, а также из того, насколько стабильны показатели

эффективного воздействия на ребенка, игротерапии. Поэтому игротерапия широко применяется не только в целях коррекции, но и в профилактических и психогигиенических целях.

### **1.3 Модель психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии**

Под «моделью» в педагогике и психологии понимается система объектов или знаков, воспроизводящая некоторые существенные свойства, качества и связи предметов. Модель представляет собой наглядно-практический метод, благодаря которому можно схематично и в полном виде представить то, как будет строиться весь ход коррекционной работы. Главным преимуществом разработки такой модели является способность отразить действительность и учесть последовательность действий. Наиболее эффективным средством решения педагогических задач служит метод моделирования – это метод научного познания, который объединяет в себе теоретическое и эмпирическое, индукцию и дедукцию (С.И. Архангельского, В.Г. Афанасьева, Б. С. Гершунского, В. В. Давыдова, В.И. Загвязинского, Г.И. Шамова, В. А. Штоффа и др.) [16]. Педагогические модели представляют собой обобщенный образ конкретного феномена педагогической системы, который отображает существенные структурно-функциональные связи объекта психолого-педагогического исследования, представленные в необходимой наглядной форме и способные предоставлять новые знания об объекте исследования. Осуществляется посредством построения модели.

При построении модели психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста, мы опирались на системный и структурно-функциональный подходы, которые позволили рассматривать элементы и части в единстве, во взаимодействии ее компонентов и структурных составляющих.



Под системным подходом мы понимаем – направление философии и методологии науки, специально-научного познания и социальной практики, в основе которого лежит исследование объектов как систем [55]. Системный подход ориентирует исследование на раскрытие целостности объекта и обеспечивающих ее механизмов, на выявление многообразных типов связей сложного объекта и сведение их в единую теоретическую картину. Системный подход в педагогике позволяет отделить и тщательно изучить каждый элемент системы в отдельности, проанализировать и сопоставить их друг с другом, объединив в целостную структуру. При этом выявляются все их сходства и различия, противоречия и связующие характеристики, приоритет одних элементов по отношению к другим, динамика развития каждого элемента и всей системы в целом. Одним из основателей системного подхода считается Карл Людвиг фон Бергаланфи – австрийский биолог, проживавший в США с середины прошлого века и изучавший изоморфизм законов в самых разных сегментах научного познания. Также формированием основных принципов системного подхода занимались А.А. Богданов, Г. Саймон, П. Друкер и А. Чандлер. Все эти ученые были достаточно далеки от системы педагогических наук, но именно благодаря их научным работам системный подход в педагогике получил толчок к развитию.

В различных авторских системах деятельность, связи и отношения между элементами системы приобретают ту или иную выраженную направленность, особые формы и виды. Известны соответствующие педагогические системы: Я. А. Коменского, К. Д. Ушинского, Л. Н. Толстого, В. А. Сухомлинского и многие другие системы педагогов-классиков. К современным авторским дидактическим или воспитательным системам можно отнести дидактические системы Л. В. Занкова, Л. Б. Эльконина, В. В. Давыдова, М. М. Махмутова, П. Я. Эрдниева и воспитательные системы И. П. Иванова, В. А. Караковского и др. [48].

Структурно-функциональный подход — один из важнейших исследовательских подходов к изучению социальных явлений. Наибольшее теоретическое и практическое значение данный подход получил именно в теории организаций [55]. Согласно структурно-функциональному подходу, любая системная единица организации обязана быть функциональной, т.е. вносить свой вклад в деятельность по достижению организационных целей. Так же системная единица способствует адаптации системы в целом: повышает ее устойчивость, эффективность взаимодействия с другими организациями (адаптивная часть функции), осуществлять регуляцию внутренних связей и поведения отдельных частей системы (регулятивная часть функции). Основателем концепции функционализма считают Э. Дюркгейма, который первым сформулировал проблему, связанную с функциональным разделением труда в организации, и проблему взаимосвязанности функций отдельных системных единиц.

В дальнейшем проблемы функционализма разрабатывались антропологами Б. Малиновским и А. Редклифф-Брауном, которые рассматривали социальный объект (в частности, общество) как адаптивную систему, в которой все части служат удовлетворению потребностям системы как целого, обеспечивая ее существование во внешней среде. Отправной точкой структурно-функционального подхода является понятие функции каждой системной единицы по отношению к системе как целому.

Системно-структурный подход, с помощью которого мы структурировали содержание модели, позволяет нам показать целостную совокупность взаимосвязанных компонентов и их функций, между которыми существуют системообразующие связи, определяющие их взаимообусловленность. Данная модель строилась с целью психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии. Достижение данной цели предполагает

отслеживание динамики трёх компонентов до и после психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии:

- эмоционального компонента, который включает в себя понимание ребенком своих чувств и эмоций;
- поведенческого компонента, который просматривается во внешних проявлениях ребенка;
- рефлексивного компонента, который помогает отследить признание ребенком наличия страха и обесценить его впоследствии.

Задачи психолого-педагогической коррекционной модели:

1. Выявить уровень страхов детей среднего дошкольного возраста.
2. Определить эффективность комплекса предложенных занятий по психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии.
3. Применить результаты психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии в практике работы дошкольного образовательного учреждения.

Модель психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста содержит 4 блока, в котором учитывались все три компонента (рис 1). Каждый блок имеет свою цель.

1) Диагностический блок позволяет выявить наличие страхов у детей среднего дошкольного возраста и определить уровень их преобладания на психическое здоровье. Данный блок представлен тремя методиками, которые позволят оценить уровень страхов детей среднего дошкольного возраста.

1. Методика выявления детских страхов «Страхи в домиках» А.И. Захарова, М. А. Панфилова, позволит выявить и уточнить преобладающие виды страхов у детей (Приложение 1).

2. Методика Р. Сирса, позволит провести диагностику уровня тревожности (Приложение 2).

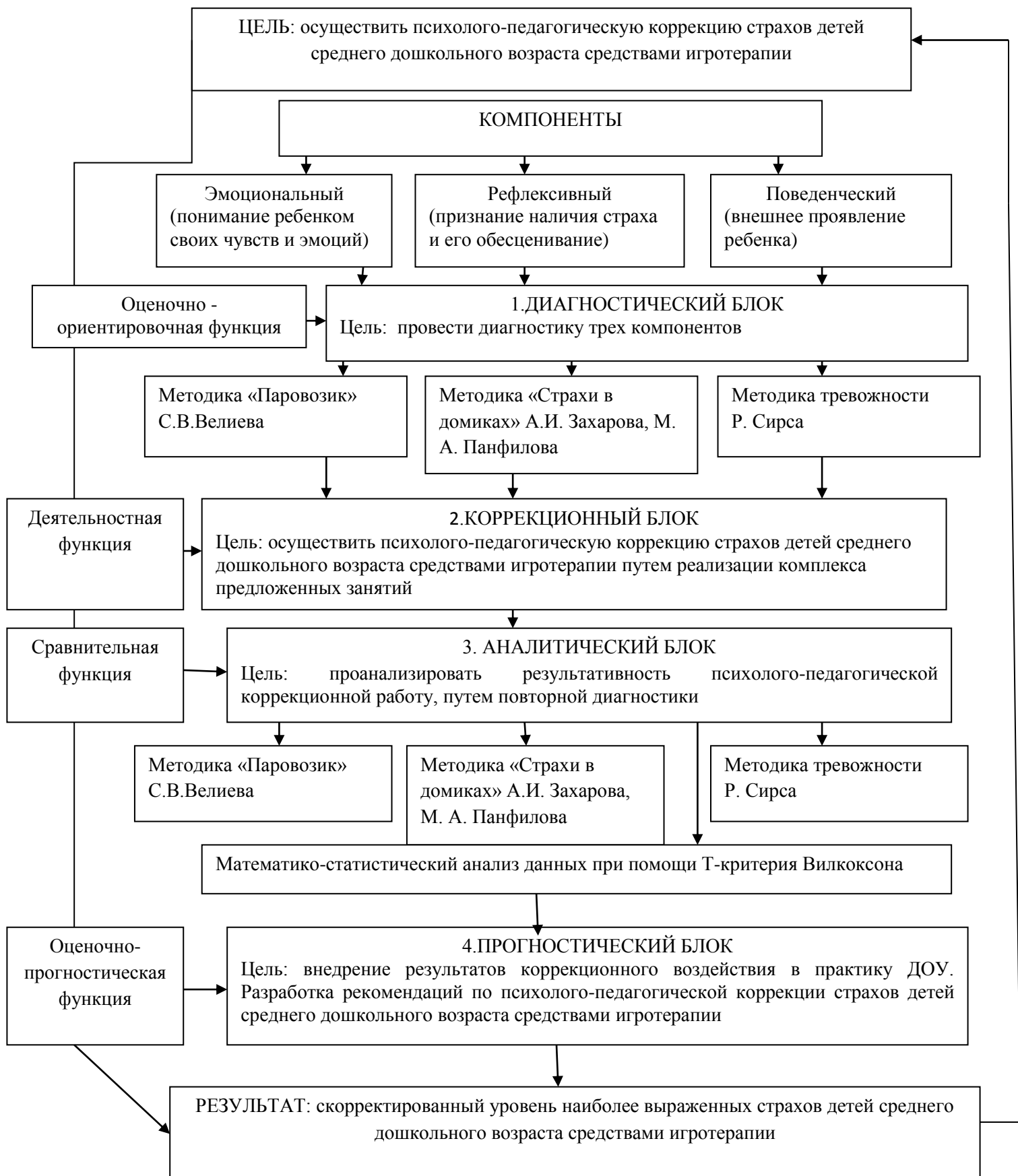


Рисунок 1 – Структурно-функциональная модель психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии

3. Методика «Паровозик» С.В. Велиевой, позволит выявить эмоциональное состояние ребенка (Приложение 3).

2) Коррекционный блок. Целью данного блока является, психолого-педагогическая коррекция страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии. Он представлен комплексом занятий направленных на психолого-педагогическую коррекцию страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии.

Комплекс занятий психолого-педагогической коррекции страхов разработан с учетом рефлексивного, эмоционального и поведенческого компонента, направленных на изменение поведения, эмоционального развития личности ребенка и состоит из 10 занятий. Исправление недостатков в поведении ребенка средствами игротерапии, мы предлагаем в форме групповых занятий с использованием игры в непосредственно-образовательной и самостоятельной деятельности детей.

Занятия построены таким образом, что первые два позволяют воздействовать на эмоциональный компонент, следующие три на поведенческий компонент, и оставшиеся 3 на рефлексивный компонент, не нарушая при этом целостности и сохраняя последовательность психолого-педагогического коррекционного процесса. Так же занятия построены на интеграции разных видов детской деятельности: сюжетно-ролевые игры, театрализованные игры (разыгрывания ситуации), подвижные игры, восприятие художественного образа через слушание, ситуативный разговор. В процессе проведения психолого-педагогических коррекционных занятий ребенок взаимодействует со взрослыми и сверстниками, вследствие чего у него корректируется поведение, формируется позитивное отношение к своему «Я», развивается уверенность в себе, снижается уровень эмоционально-отрицательных переживаний.

Сюжетно-ролевая игра помогает ребенку научиться взаимодействовать с другими людьми: воссоздавая в игре взаимодействия

взрослых, ребенок осваивает правила этого взаимодействия; в совместной игре со сверстниками, он приобретает опыт взаимопонимания, учится пояснять свои действия и намерения, согласовывать их с другими детьми. Театрализованная деятельность является источником развития моральных переживаний ребёнка и содействует приобщению его к духовным ценностям.

Диалоговый характер общения со взрослым побуждает ребенка активно мыслить, делать выводы и умозаключения. Через восприятие художественного образа, предполагающее не пассивное созерцание, а деятельность, которая воплощается во внутреннем содействии, сопереживании героям, в воображаемом перенесении на себя событий, в «мысленном действии», возникает эффект личного присутствия, личного участия в событиях.

Все эти игры могут помочь:

- в обеспечении эмоциональной разрядки – снятие накопившегося нервного напряжения;
- в уменьшении страха неожиданного воздействия, нападения, наказания, темноты, одиночества;
- в улучшении гибкости в поведении и способности быстро принимать решения;
- в освоении групповых правил поведения;
- в налаживании контакта между родителями и детьми;
- в развитии ловкости и координации движений.

3) В аналитический блок входит:

- анализ результативности психолого-педагогических коррекционных занятий (сравнение результатов на начало и конец эксперимента);
- выявление динамики в количественном и качественном отношении при помощи трех методик (методика «Страхи в домиках» А. И. Захарова, М. А. Панфилова; методика Р. Сирса, методика «Паровозик» С. В. Велиева);

– проведение математико-статистического анализа с помощью Т-критерия Вилкоксона.

4) Прогностический блок представляет собой теоретическое и практическое обобщение материалов данного исследования, внедрение их в практику работы детского сада, разработку психолого-педагогических рекомендаций для педагогов и родителей (Приложение 7).

Поэтапная реализация всех вышеописанных блоков приведет к нужному результату, а именно – оптимально скорректированный уровень наиболее выраженных страхов детей среднего дошкольного возраста.

Эффективность психолого-педагогических коррекционных воздействий в значительной степени зависит:

- формы проведения работы;
- подбора и комплектации групп;
- продолжительности и режима занятий.

Традиционно выделяют две формы проведения занятий – индивидуальную и групповую [40]. Выбор формы работы зависит от особенностей психического и физического развития детей, от их возраста и выраженности проблем. В нашем исследовании мы отдали предпочтение групповой форме занятий, т.к. она включает в себя целенаправленное использование всей совокупности взаимодействий и взаимоотношений между участниками группы в психолого-педагогических коррекционных целях.

Таким образом, предложенная модель психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии состоит из следующих блоков:

- диагностического, выявление присутствующих страхов у детей среднего дошкольного возраста и уровень их преобладания;
- коррекционного, осуществление психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста путем внедрения

комплекса занятий направленных на психолого-педагогическую коррекцию страхов детей среднего дошкольного возраста;

– аналитического, анализ результативности внедрения комплекса занятий направленных на психолого-педагогическую коррекцию страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии, путем повторной диагностики уровня преобладания страхов у детей;

– прогностического, внедрение результатов коррекционного воздействия в практику работы детского сада, разработка психолого-педагогических рекомендаций для педагогов и родителей.

Реализация данной модели психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии в практике работы дошкольного учреждения позволит достичь оптимального результата: скорректированного уровня наиболее выраженных страхов детей среднего дошкольного возраста.



## **Выводы по 1 главе**

В пункте 1.1 проанализировав психолого-педагогическую литературу по проблеме возникновения детских страхов, мы рассмотрели различные трактовки понятия «страх». Важность активной работы с детскими страхами обусловлена тем, что сам по себе страх способен оказывать патогенное влияние на развитие различных сфер личности. Страх выполняет функцию защиты и мобилизации сил организма ребенка перед лицом опасности. Лишившись страхов, ребенок будет незащищен и не сможет адекватно ответить на опасность. Также была рассмотрена проблема возникновения «страха» в различных подходах зарубежной и отечественной психологии.

В связи с вышесказанным остро встает необходимость комплексного подхода к решению проблемы коррекции детских страхов, в частности, привлечения семьи. Эта работа может выражаться как в ознакомлении родителей с результатами исследования в доступной форме, так и в направлении родителей на консультацию к специалисту по семейным вопросам. Такой подход может воздействовать не только на внешние стороны проявления страхов, но и на порождающие его обстоятельства.

В пункте 1.2, исходя из психологических особенностей метода игротерапии в психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста, по мнению многих исследователей, мы выяснили, что игра является ведущим средством психотерапии в дошкольном возрасте. При этом она несет еще и диагностическую, и обучающую функцию. Игре, по ее развивающему потенциалу, по конечному эффекту, в дошкольном возрасте отводится центральное место. Формы и виды игровой терапии определяются особенностями конкретного ребенка или группы детей, специфическими задачами работы и ее продолжительностью. При выборе форм игротерапии следует исходить из конкретных задач коррекции психического развития, которые могут быть

решены именно этими средствами, а также из того, насколько стабильны показатели эффективного воздействия на ребенка, игротерапии. Поэтому игротерапия широко применяется не только в целях коррекции, но и в профилактических и психогигиенических целях.

В пункте 1.3, была сконструирована модель психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии. Предложенная модель психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии состоит из следующих блоков:

- диагностического, выявление присутствующих страхов у детей среднего дошкольного возраста и уровень их преобладания;
- коррекционного, осуществление психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста путем внедрения комплекса занятий направленных на психолого-педагогическую коррекцию страхов детей среднего дошкольного возраста;
- аналитического, анализ результативности внедрения комплекса занятий направленных на психолого-педагогическую коррекцию страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии, путем повторной диагностики уровня преобладания страхов у детей;
- прогностического, внедрение результатов коррекционного воздействия в практику работы детского сада, разработка психолого-педагогических рекомендаций для педагогов и родителей.

Реализация данной модели психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии в практике работы дошкольного учреждения позволит достичь оптимального результата: скорректированного уровня наиболее выраженных страхов детей среднего дошкольного возраста.

## **Глава 2. Экспериментальное обоснование психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии**

### **2.1 Этапы, методы, методики и результаты констатирующего эксперимента**

Исследование страхов детей среднего дошкольного возраста проходило в три этапа:

1. Поисково-подготовительный этап: проведен теоретический анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования; уточнены цель, объект, предмет, задачи, методы и гипотеза исследования; сконструирована модель психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии.

2. Опытно-экспериментальный этап: определялось оптимальное содержание экспериментального исследования, его этапы, методы и критерии, разрабатывалась и реализовывалась работа по психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии.

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

Система применяемых в исследовании методов и методик была определена исходными методологическими предпосылками, а также целями и задачами всего экспериментального исследования и его отдельных этапов.

Применялись следующие методы психолого-педагогического исследования: анализ литературных источников, наблюдение, беседа, эксперимент, математический анализ.

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

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

Назначение констатирующего эксперимента состояло в выявлении наличия страхов у детей среднего дошкольного возраста и уточнения причин их появления.

Критериями эффективной психолого-педагогической коррекции страхов мы определили следующие компоненты:

– эмоциональный компонент (понимание ребёнком своих чувств). Для рассмотрения данного компонента мы использовали методику «Паровозик». Автор: С.В. Велиева.

Цель данной методики позволяет выявлять эмоциональное состояние ребенка: нормальное или пониженное состояние, состояния тревоги, страха, низкую или удовлетворительную адаптацию к условиям окружающей среды. Применяется с детьми с 2,5 лет. В методике ребенку предлагаются различные вагончики разных цветов: красный, синий, и так далее. Впереди них белый паровоз, ребенок должен расставить вагончики исходя из своих предпочтений, ему предлагается поставить сначала самый красивый вагончик, потом красивый вагон из остальных вагонов и так далее. От того, на каких позициях стоят вагоны, зависит эмоциональное состояние ребенка. При помощи этого, выясняется уровень эмоционального состояния ребенка. (Приложение 2)

– поведенческий компонент (внешние проявления в игре, деятельности, общении). Для рассмотрения данного компонента мы использовали методику определения тревожности. Автор: Р. Сирс.

Цель данной методики состоит в определении уровня тревожности у детей среднего дошкольного возраста. На основе наблюдения дети оцениваются в соответствии с признаками шкалы Р. Сирса. Процедура проведения: наблюдение в группе с детьми во время непосредственной образовательной, совместной и самостоятельной деятельности, во время игр и прогулок. Способ фиксации: заполняется бланк протокола, при наличии соответствующего признака ставиться «+». (Приложение 3)

– рефлексивный компонент (признание наличия страха и его последующее обесценивание). Для рассмотрения данного компонента была использована методика выявления детских страхов «Страхи в домиках». Авторы методики: А. И. Захаров и М. А. Панфилова.

Цель: выявление и уточнение преобладающих видов страхов (страх темноты, одиночества, смерти, медицинские страхи и т. д.).

Прежде чем помочь детям в преодолении страхов, необходимо выяснить, весь спектр страхов и каким конкретно страхам они подвержены. Выяснить весь спектр страхов, можно специальным опросом при условии эмоционального контакта с ребенком, доверительных отношений и отсутствия конфликта. Проведение этой методики является достаточно простым и не требующим специальной подготовки. Ребенку предлагается нарисовать два дома — красный и черный. В эти дома либо самостоятельно, либо с помощью экспериментатора детям предлагается расселить страхи: в красный дом — «нестрашные», в черный — «страшные страхи». После выполнения задания ребенку предлагается закрыть черный дом на замок (нарисовать его), а ключ — выбросить или потерять. Автор предполагает, что данный акт успокаивает актуализированные страхи. Анализ полученных результатов заключается в том, что экспериментатор подсчитывает страхи в черном доме и сравнивает их с возрастными нормами. (Приложение 1)

Далее обратимся к характеристике выборки и анализу результатов констатирующего эксперимента. Психологическое исследование страхов осуществлялось в процессе обследования 28 детей среднего дошкольного возраста, из которых 14 детей вошли группу риска и 14 детей составили контрольную группу, для отслеживания достоверности результатов.

По результатам диагностики эмоционального компонента страхов детей среднего дошкольного возраста с помощью методики «Паровозик» С.В. Велиевой, нами были получены следующие результаты,

представленные в таблице 2. Индивидуальные результаты в приложении 4.

Таблица 2

Результаты констатирующего эксперимента по методике «Паровозик»  
С.В. Велиевой

Уровень страхов	Экспериментальная группа	Контрольная группа
Низкий	4 чел. ( 28%)	5 чел. (35%)
Средний	4 чел. (28%)	6 чел. (44%)
Высокий	6 чел. (44 %)	3чел. (21%)

Из данной таблицы мы видим, что большинство детей из экспериментальной группы имеют высокий уровень тревожности (44% ), такие дети трудно переносят эмоциональное искажение образа близкого человека, отчуждение от него в иллюстрациях и сказках. Они в большей степени испытывают потребность в ласке и любви.

В контрольной группе большинство детей имеют средний уровень тревожности, это говорит о том, что дети среднего дошкольного возраста контрольной группы испытывают негативные эмоции, дети менее стрессоустойчивы, тяжело адаптируются к ситуациям.

Представим полученные результаты диагностики эмоционального компонента с помощью методики «Паровозик», С. В. Велиевой до коррекционной программы на рисунке 3.

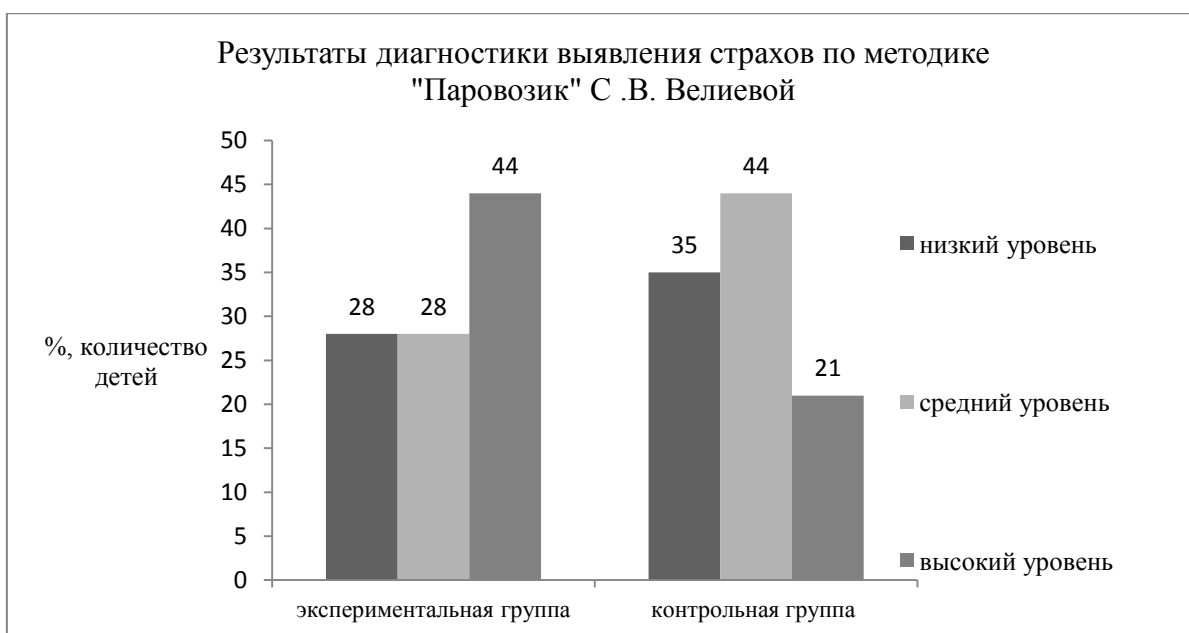


Рисунок 3 – Распределение результатов диагностики выявления страхов по методике «Паровозик» С.В. Велиева, до коррекционной программы

Диагностика поведенческого компонента с использованием методики по выявлению тревожности Р. Сирса, показала следующие результаты, представленные в таблице 3. Индивидуальные результаты в приложении 4. Суммированное количество «+» напротив утверждений, с которым согласны, показывает общий бал тревожности и наличия страхов.

Таблица 3

Результаты констатирующего эксперимента по методике Р. Сирса

Уровень тревожности	Экспериментальная группа	Контрольная группа
Слабый	3 чел (21,4%)	4 чел (28,6%)
Выраженный	5 чел (35,7%)	4 чел (28,6%)
Высокий	6 чел (42,8%)	6 чел (42,8%)

По результатам диагностики было выявлено, что у 6 детей в экспериментальной и контрольной группе наблюдается высокий уровень



тревожности (42%). Это говорит о том, что дети находятся в состоянии психологического напряжения, испытывают волнение в процессе общения, а также при выполнении какого-либо задания, большое внимание уделяют своей оценке со стороны сверстников и педагогов. Межличностные отношения со сверстниками у таких детей складываются напряжённо. Так в экспериментальной группе 3 ребенка (21%) имеют слабый уровень тревожности, и 5 (35%) детей выраженный уровень тревожности. Из этого следует, что больше половины испытуемых достаточно полно включены в образовательный процесс. Таким детям не трудно держаться на одном уровне со всей группой сверстников, эти дети чувствуют себя уверенными, что является немаловажным фактором личностного развития и психологического здоровья детей среднего дошкольного возраста. Такая же тенденция наблюдается и в контрольной группе слабый и выраженный уровень тревожности в равном количестве 4 ребенка (28%).

Для большей наглядности представим результаты диагностики поведенческого компонента по методике Р. Сирса на рисунке 4.

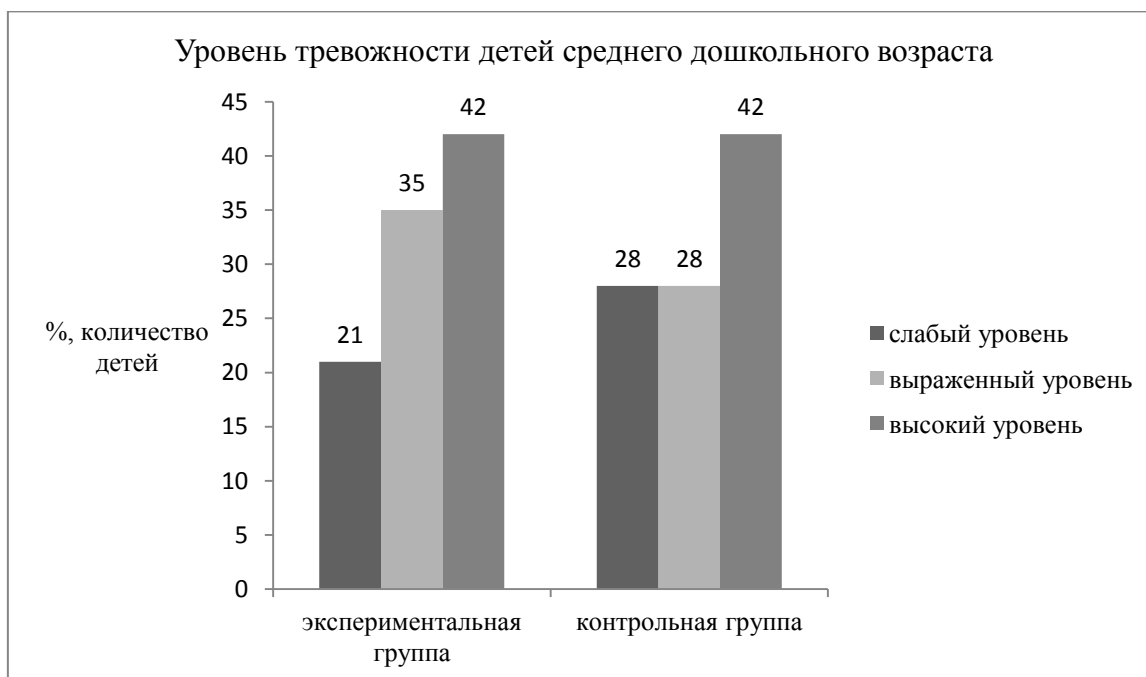


Рисунок 4 – Распределение результатов диагностики уровня тревожности детей среднего дошкольного возраста по методике Р. Сирса, до коррекционной работы

Последний компонент, который мы диагностировали — рефлексивный, представленный методикой «Страхи в домиках» М.А. Панфиловой, А.И. Захаровым, показал результаты представленные в таблице 4. Для определения конкретного вида воздействующего страха воспользовались трехбалльной шкалой:

1 балл – ребенок не концентрируется на внутренних ощущениях, свидетельствующих о страхе, стимулах, свидетельствующих о приближении опасного события или его осуществлении. Внимание ребенка останавливается не более чем на 30 % объектов и ситуаций, отнесенных им к группе эмоционально-травмирующих стимулов («страшилки»). Ребенок легко переходит от одного задания к другому.

2 балла – внимание ребенка время от времени концентрируется на внутренних ощущениях, свидетельствующих о страхе, стимулах, свидетельствующих о приближении опасного события или его осуществлении. Внимание ребенка останавливается не более чем на 60 % объектов и ситуаций, отнесенных им к группе эмоционально-травмирующих стимулов («страшилки»). Количество страхов соответствует возрасту.

3 балла – внимание ребенка постоянно концентрируется на внутренних ощущениях, стимулах, свидетельствующих о приближении опасного события или его осуществлении. Внимание ребенка останавливается более чем на 60 % объектов и ситуаций, отнесенных им в группе эмоционально-травмирующих стимулов. Количество страхов больше возрастной нормы. На основании качественного и количественного анализа ответов детей, оцениваемых в диапазоне от 1 до 3 баллов, мы поделили всех детей на три группы, относящиеся к низкому, среднему и высокому уровню.

Результаты констатирующего эксперимента по методике «Страхи в домиках»

Уровень	Экспериментальная группа	Контрольная группа
Высокий	6 чел (42,8%)	4 чел (28,6%)
Средний	5 чел (35,7%)	4 чел (28,6%)
Низкий	3 чел (21,4,%)	6 чел (42,8%)

В экспериментальной группе 6 (42%) детей и в контрольной группе 4 (28%) детей были отнесены к высокому уровню выраженности страха, который предполагает наличие таких особенностей, как неадекватная самооценка, тревожность, напряженность, пугливость, низкая общительность, подозрительность и недоверчивость к окружающим.

5 детей экспериментальной группы (35%) и 4 (28%) детей контрольной группы были отнесены к среднему уровню выраженности страха. Данный уровень предполагает достаточную общительность, не напряженность, быстроту ответов на вопросы.

К низкому уровню в экспериментальной группе было отнесено 3 (21%) ребенка и в контрольной группе 6 (42%) детей. Данный уровень характеризуется наименьшей тревожностью, не напряженностью, уверенностью в себе, общительностью, налаженностью отношений с окружающими, преобладанием повышенного настроения, быстротой ответов на вопросы.

Данная методика позволила выделить основные группы преобладающих страхов: страхи животных и сказочных персонажей, страхи кошмарных снов и темноты, социально-опосредованные страхи.

Для большей наглядности представим полученные результаты диагностики рефлексивного компонента по методике «Страхи в домиках»

М.А. Панфиловой, А.И. Захарова на рисунке 5. Индивидуальные результаты в приложении 4.

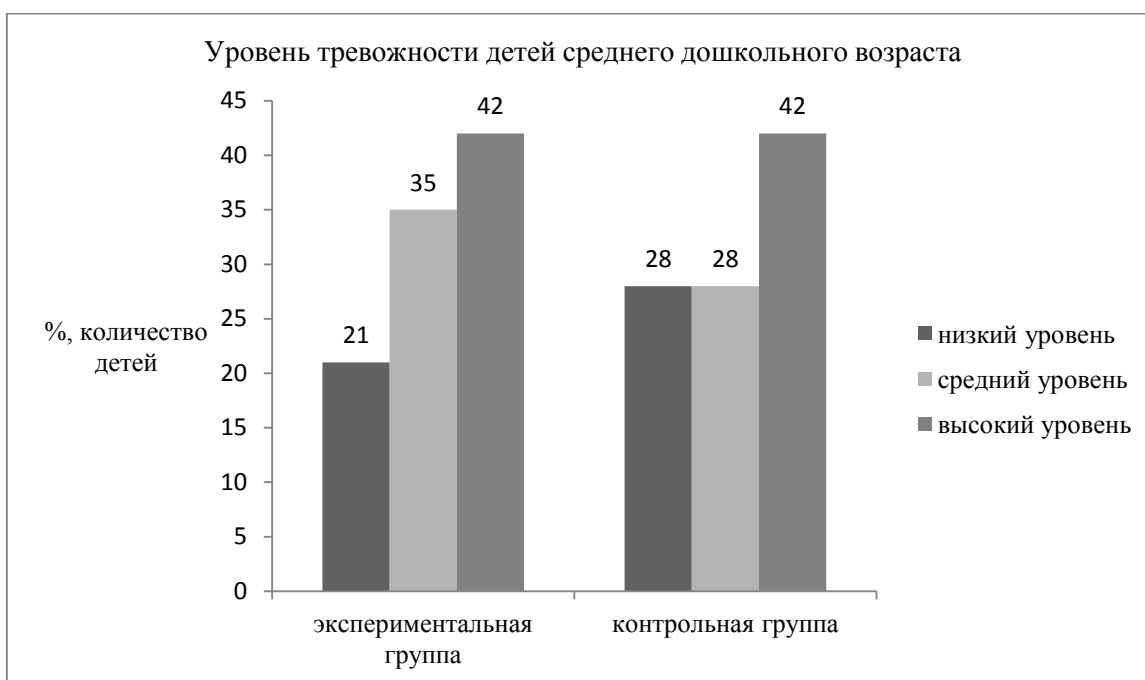


Рисунок 5 – Распределение результатов диагностирования по методике «Страхи в домиках» М. А. Панфиловой, А. И. Захарова.

Таким образом, исследование страхов детей среднего дошкольного возраста проходило в три этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный и контрольно-обобщающий. Система применяемых в исследовании методов и методик была определена исходными методологическими предпосылками, а также целями и задачами всего экспериментального исследования и его отдельных этапов. В работе использовался комплекс методов: анализ психолого-педагогической и методической литературы, моделирование, беседа, наблюдение, констатирующий и формирующий эксперименты, математическая статистика. На разных этапах исследования использовались психодиагностические методики: «Страхи в домиках», авторов А.И. Захарова, М.А. Панфиловой; методика «Паровозик» автор С.В. Велиева; методика по выявлению тревожности, автор Р. Сирс.

Поведенческий компонент, который включает понимание ребенком своих чувств и эмоций, диагностировался методикой определения тревожности на основе наблюдения Р. Сирса, в результате которого был выявлен высокий уровень тревожности у детей среднего дошкольного возраста (на высоком уровне – 42%, на среднем уровне – 35%, на низком уровне – 21%).

Эмоциональный компонент, который выражается во внешних проявлениях ребенка, диагностировался методикой «Паровозик» С.В. Велиевой, позволил выявить повышенный уровень выраженности страхов, которые воздействуют на психику ребенка и имеют отражение на физиологическом уровне.

Рефлексивный компонент, предполагающий признание ребенком наличия страхов и их последующее обесценивание, проверялся методикой «Страхи в домиках» Панфиловой М. А., А. И. Захарова, которая помогла выявить основные страхи, определить их количество, а так же сгруппировать (на высоком уровне – 42%, на среднем уровне – 35%, на низком уровне – 21%).

Данный комплекс проведенных методик доказал необходимость разработки и реализации предложенного комплекса психолого-педагогических коррекционных занятий с использованием средств игротерапии в практику детского сада.

## **2.2 Организация и содержание работы по психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста**

Для реализации модели психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии мы опирались на следующие принципы:

1. Принцип ведущей деятельности. Коррекционные воздействия осуществляются в контексте той или иной активной деятельности (игровой, учебной, продуктивной, общения и т. д.) ребенка в

сотрудничестве с психологом, который ориентирует активность ребенка и управляет ею. Поэтому, зная строение ведущей деятельности (потребность ребенка, мотивация, цель, создание условий достижения цели, конкретизация цели в задачах, осуществление предметной деятельности с анализом и контролем выполняемых действий и операций), психолог с большей достоверностью может планировать коррекционные воздействия.

2. Принцип создания зоны ближайшего развития. Данный принцип раскрывает направленность коррекционной работы. Коррекция носит опережающий характер и строится как психологическая деятельность, нацеленная на своевременное формирование психологических новообразований.

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

4. 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.

5. Принцип единства диагностики и коррекции. Принцип является основополагающим всей коррекционной деятельности, так как ее эффективность зависит от комплексности, тщательности и глубины предшествующего диагностического обследования, на основании которого делается первичное заключение, и формулируются цели и задачи дальнейшей работы.

6. Принцип приоритетности коррекции каузального типа. Коррекция каузального типа предполагает устранение или нивелирование причин, порождающих негативные явления в развитии ребенка.

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

8. Принцип активного привлечения ближайшего социального окружения ребенка к участию в коррекционной программе. Система отношений ребенка с близкими взрослыми, форм совместной деятельности и способов ее осуществления составляет важнейший компонент социальной ситуации развития ребенка, определяет зону его ближайшего развития.

Данные принципы были разработаны Б. Г. Ананьевым, Л. И. Божович, Л. С. Выготским, П. Я. Гальпериным, В. В. Давыдовым и др. Эти принципы гласят, что личность – это целостная психологическая структура, которая формируется в процессе жизни человека на основе усвоения им общественных форм сознания и поведения. Психологическое развитие и формирование личности ребенка возможны только в общении с взрослыми и происходят, прежде всего, в той деятельности, которая на данном этапе развития является ведущей. В среднем дошкольном возрасте этой деятельностью является игра. При наличии определенных и строго продуманных условий все здоровые дети обладают способностью к развитию и коррекции тех нарушений, которые не соответствуют норме, в том числе и коррекции страха и тревожности.

Создание в дошкольном учреждении благоприятного для развития детей психологического климата, который определяется позитивным общением при взаимодействии ребенка и взрослых является актуальной задачей. При организации психолого-педагогической коррекционной работы необходимо создать условия для возникновения доверия воспитанника к воспитателю, только так у ребенка возникает желание заниматься коррекционной работой.

Формирующий этап эксперимента включает в себя проведение с детьми занятий, направленных на снижение уровня страха у детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии. Для психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста, был представлен комплекс занятий, включающий игры и упражнения,

направленные на психолого-педагогическую коррекционную работу с детьми среднего дошкольного возраста, имеющими различные страхи.

Цель психолого-педагогической коррекционной работы: психолого-педагогическая поддержка наиболее выраженных страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии.

Задачи психолого-педагогической коррекционной работы:

- формировать навыки общения, контроля своего поведения;
- развить умение справляться с мышечными зажимами;
- создать специальные педагогические и социально-психологические условия, позволяющие осуществлять развивающую, коррекционно-формирующую работу с детьми, испытывающими различные страхи;
- способствовать актуализации и отреагированию чувства страха у детей среднего дошкольного возраста с помощью средств игротерапии;
- осуществить контроль над объектом страха;
- усилить «Я» у детей среднего дошкольного возраста, т.е. повысить уверенность в себе с помощью средств игротерапии.

Предметом психолого-педагогической коррекционной работы является эмоциональная и коммуникативная сфера детей, а объект коррекции – дети среднего дошкольного возраста.

Адресат психолого-педагогической коррекционной работы: дети среднего дошкольного возраста (4 – 5 лет). Разработанная психолого-педагогическая коррекционная работа состоит из 10 занятий, которые проводились 2 раза в неделю.

Данный комплекс занятий включает три блока:

1. Первый блок – развлекательные занятия. Первое занятие направлено на создание доброй и безопасной обстановки.

2. Второй блок – направлен на коррекцию и обучение. Состоит из 8 занятий, которые включают психолого-педагогическую коррекцию эмоциональных нарушений - страхов, тревожности.



3.Третий блок – состоит из 1 занятия, направленное на обучение, развлечение и контроль.

Содержание психолого-педагогической коррекционной работы представлено в виде тематического плана занятий по психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии. Тематический план занятий по психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии представлен в таблице 4. Данные занятия разработаны на основе упражнений, представленных в литературе А. И. Копытина, О.В. Хухлаевой, Т. Шишовой, А. И.Захарова, И. П.Воропаевой. Занятия подобраны так, чтобы на протяжении всего курса сохранялся интерес у детей среднего дошкольного возраста. 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, завершённости, придаёт гармонию отношениям детей, облегчает взаимопонимание.

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 завершённости занятия;
- 5) в любой игре ребёнку предлагается возможность импровизации.

Структура группового занятия включает в себя следующие элементы:

1. Ритуалы приветствия – прощания. Игры и упражнения были направлены на сплочение детей, создание атмосферы группового доверия и принятия, развитие способности самовыражения чувств.

2. Основное содержание занятия. Основное содержание занятия направлено на развитие способности анализа собственных чувств, страхов и переживаний, формирование социальных навыков, развитие способности преодоления трудностей, динамическое развитие группы. Оно включает упражнения, в которых должна чередоваться разнообразная деятельность детей среднего дошкольного возраста, смена их психофизического состояния: от подвижного к спокойному, от простого к сложному (с учетом фактора утомления детей).

3. Рефлексия занятия. Заключительная часть занятия, его оценка проводилась в 2-х аспектах: эмоциональном (понравилось – не понравилось, было хорошо – было плохо и почему), и смысловом (почему это важно, зачем мы это делали).

Методы и техники, используемые в психолого-педагогических коррекционных занятиях:

1. Релаксация. Подготовка тела и психики к деятельности, сосредоточение на своём 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 напряжённости, переключает внимание.

4. Игротерапия. Используется для снижения напряженности, мышечных зажимов. Тревожности. Повышения уверенности в себе, снижения страхов.

Рекомендации по проведению занятий:

1. При проведении занятий нужно опираться на индивидуальные особенности детей среднего дошкольного возраста. Важно поддерживать желание детей принимать участие в обсуждении игр, упражнений, прислушиваться к точке зрения каждого ребенка. На этих занятиях нет

неправильных ответов, важно, чтобы каждый ребенок почувствовал, что его мнением интересуются, с тем, чтобы закрепить значимость ребенка в кругу сверстников. Очень важно оказывать детям эмоциональную поддержку, находить что-то, о чем можно сказать «Мне понравилось...». В процессе коллективного обсуждения каждому предлагается ответить на вопросы типа «Что ты чувствовал?» «Что чувствуешь сейчас?». «Как можно помочь в этой ситуации себе, другому?» и т.п.

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

Материально - техническое обеспечение. Для проведения занятий необходима отдельная комната или кабинет. На полу комнаты должно быть половое ковровое покрытие, т.к на занятиях используются игры психомышечного расслабления. В комнате должен находиться магнитофон, кассеты с релаксационной, расслабляющей музыкой, допускается использование видео техники.

Таблица 4

Тематический план занятий психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста

№ п/п	Тема	Цель	Упражнения
1	«Здравствуй, это Я»	Установление эмоционального контакта со всеми участниками, снятия напряжения и создание положительного настроя	Игра «Приветствие» Игра «Солнечный зайчик» Игра «Волшебное зеркальце» Игра «Заколдованные дети» Игра «Море волнуется» Релаксация «Что рассказало море» Ритуал прощания «Подари улыбку другу»
2	«Волшебный лес»	Освободить ребенка от отрицательных эмоций,	Игра «Приветствие» Упражнение «Неоконченные

		развить доверие к окружающим	предложения» Упражнение «Неопределенные фигуры» Игра «Смелый заяц» Игра «Мой страх» Релаксация «Разговор с лесом» Ритуал прощания «Подари улыбку другу»
3	«Дружные собачки»	Развитие способности самовыражения чувств, активизация страхов у детей	Игра «Приветствие» Игра «Что слышно» Игра «Кто за дверью?» Игра «Собачка боится» Игра «Лохматый пес» Игра «Дождь» Ритуал прощания «Подари улыбку другу»
4	«Все можешь»	Создать условия для снижения уровня страхов через театрализованную деятельность	Игра «Приветствие» Упражнение «Ласковое имя» Упражнение «Я есть, Я буду» Упражнение «Театр масок» Игра «Комплимент» Ритуал прощания «Подари улыбку другу»
5	«Хорошее настроение»	Создать условия для снижения чувства страха и тревожности	Игра «Приветствие» Упражнение «Шишки» Упражнение «Воздушный шарик» Упражнение «Бездомный заяц» Упражнение «Корабль и ветер» Ритуал прощания «Подари улыбку другу»
6	«Быть взрослым не страшно»	Создать условия для снижения чувства тревоги и страха при взаимодействии друг с другом	Игра «Приветствие» Игра «Звериные чувства» Игра «Бесилки» Игра «Страшный стул» Упражнение «Мост дружбы» Упражнение «Винт» Ритуал прощания «Подари улыбку другу»
7	«Выносливые пчелки»	Создать условия для снижения чувства страха, развитие способностей самостоятельно решать проблемные ситуации	Игра «Приветствие» Игра «Сказочная шкатулка» Упражнение «Шалтай-Балтай» Игра «Гусеница» Игра «Пчелки» Игра «Фотография» Ритуал прощания «Подари улыбку другу»

8	«Веселые зверята»	Создать условия для преодоления чувства страха, развития способности самостоятельно решать проблемные ситуации, стимулирование собственных возможностей	Игра «Приветствие» Игра «Звериные чувства» Игра «Пчелки» Игра «Волшебные очки» Игра «Комплимент» Ритуал прощания «Подари улыбку другу»
9	«Доверяй, не проверяй»	Формирование положительной «Я-концепции», самопринятия, уверенности в себе	Игра «Приветствие» Упражнение «Конкурс боюсек» Упражнение «Смелые ребята» Упражнение «Азбука страхов» Упражнение «Возьми и передай» Ритуал прощания «Подари улыбку другу»
10	«Я справился, мы справились»	Развитие умения передавать своё эмоциональное состояние через художественный образ	Игра «Приветствие» Упражнение «За что меня любит мама..папа..» Игра «Сюрприз» Упражнение «В лучах солнышка» Упражнение «Солнце в ладошке» Релаксация «Плывем в облаках» Ритуал прощания «Подари улыбку другу»

В процессе психолого-педагогической коррекционной работы отработывались следующие навыки:

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

Ожидаемыми результатами являются:

1. Психолого-педагогическая коррекционно-развивающая работа направлена не только на устранение страхов и снижение тревожности, но и на развитие коммуникативных навыков, на повышение представлений о

собственной ценности, на развитие уверенности в собственных силах, а также способности наиболее успешно реализовать себя в поведении и взаимодействии с окружающими людьми.

2. Устранение страхов и снижение уровня тревожности. Осознание проблемы появления страхов у детей (необходимо вовремя распознать проявления страхов и тревожности и помочь детям стать увереннее в себе, научить управлять собой в различных ситуациях).

Таким образом, программа «Психолого-педагогическая коррекция страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии» представляет собой систему взаимосвязанных занятий, выстроенных в определенной логике и направленных на психолого-педагогическую коррекцию страхов детей среднего дошкольного возраста. (Приложение 5)

### **2.3 Анализ результатов контрольного эксперимента по психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста**

Для того чтобы проверить эффективность предложенной психолого-педагогической коррекционной работы нами был проведен контрольный эксперимент, составляющий аналитический блок модели психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии.

Целью данного блока являлся анализ результативности коррекционных занятий, путем повторной диагностики уровня страхов детей среднего дошкольного возраста.

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

Таблица 5

Сравнительные результаты констатирующего и контрольного этапов исследования эмоционального компонента по методике «Паровозик» С.В. Велиева (в % соотношении)

Уровень	До внедрения программы Экспериментальная группа(%)	После внедрения программы Экспериментальная группа(%)	До внедрения программы Контрольная группа(%)	Контрольная группа (%)
Низкий	28 ( 4чел)	35 (5 чел )	44 (6 чел)	44 (6чел)
Средний	28 (4 чел)	44 (6 чел)	35 (5 чел)	35 (5 чел)
Высокий	44 (6 чел)	21 (3 чел)	21 (3 чел)	21 (3 чел)

Из данной таблицы мы видим что, высокий уровень выраженности страхов снизился с 44% до 21% , а низкий уровень выраженности страхов увеличился с 28% до 35%. Эти изменения говорят о положительно проведенной психолого-педагогической коррекционной работе. Дети начали доверять, прислушиваться к советам, принимать поддержку от взрослых, что стало способствовать развитию коммуникативных способностей, дружелюбной обстановке в группе.

Динамика результатов при проведении повторной диагностики в контрольной группе, не изменилась.

Для большей наглядности представим данные констатирующего и контрольного этапов исследования эмоционального компонента по методике «Паровозик» С.В. Валиевой на рисунке 4. Индивидуальные результаты в приложении 6.



Рисунок 4 – Распределение результатов диагностики по методике «Паровозик» С.В. Велиевой после коррекционной программы

Таблица 6

Сравнительные результаты констатирующего и контрольного этапов исследования поведенческого компонента по методике Р.Сирса (в % соотношении)

Уровень тревожности	До внедрения программы экспериментальная группа (%)	После внедрения программы экспериментальная группа(%)	До внедрения программы контрольная группа(%)	Контрольная группа(%)
Слабый	22 (3 чел)	43 (6 чел)	28 (4 чел)	28 (4 чел)
Выраженный	36 (5 чел)	36 (5 чел)	28(4 чел)	28 (4 чел)
Высокий	44 (6 чел)	21 (3 чел)	44 (6 чел)	44 (6 чел)



После заполнения повторного листа наблюдения было выявлено, что в экспериментальной группе у 6 детей наблюдается слабый уровень тревожности (43%), у 5 детей (36%) – выраженный уровень тревожности и только у 3 детей высокий уровень тревожности (21%), это говорит о положительной динамике психолого-педагогической коррекции страхов и тревожности детей среднего дошкольного возраста. Испытуемым экспериментальной группы оказалось легче наладить межличностные отношения с педагогами и сверстниками. В контрольной группе дети также адаптируются в условиях образовательной среды, но с меньшей скоростью и испытывают ряд страхов и тревог.

Для большей наглядности представим данные констатирующего и контрольного этапов исследования поведенческого компонента по методике выявления тревожности Р.Сирса на рисунке 5. Индивидуальные результаты в приложении 6.



Рисунок 7 – Распределение результатов диагностики уровня выраженности тревожного состояния по методике Р.Сирса

Сравнительные результаты констатирующего и контрольного этапов исследования по методике «Страхи в домиках» М.А. Панфиловой, А.И. Захарова (в % соотношении)

Уровень	До внедрения программы экспериментальная группа (%)	После внедрения программы экспериментальная группа(%)	До внедрения программы контрольная группа(%)	Контрольная группа(%)
Высокий	44 (6чел)	21 (3 чел)	28 (4 чел)	28 (4 чел)
Средний	35 (5 чел)	51 (7 чел)	28 (4 чел)	36 (5 чел)
Низкий	21 (3 чел)	28 (4 чел)	44 (6 чел)	36 (5 чел)

Контрольный эксперимент в экспериментальной группе позволил выявить, что к высокому уровню отнесено 3 ребенка (21%). К среднему уровню отнесено 7 детей (51%). К низкому уровню отнесено 4 детей (28%). Из таблицы видно, что уровень выраженности страхов скорректирован, а, значит, уменьшилось преобладающее количество страхов на психику ребенку.

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

Для большей наглядности представим данные констатирующего и контрольного этапов исследования рефлексивного компонента по методике «Страхи в домиках» М.А. Панфиловой, А.И. Захарова на рисунке 6. Индивидуальные результаты в приложении 6.



Рисунок 6 – Распределение результатов диагностики по методике «Страхи в домиках» М.А. Панфиловой, А.И. Захарова

Для определения эффективности модели психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста по методике «Страхи в домиках» М.А. Панфиловой, А.И. Захарова был использован Т-критерий Вилкоксона.

Сформулируем рабочие гипотезы.

H0 – интенсивность сдвигов в психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста в направлении ее увеличения не превосходит интенсивность сдвигов в направлении ее уменьшения.

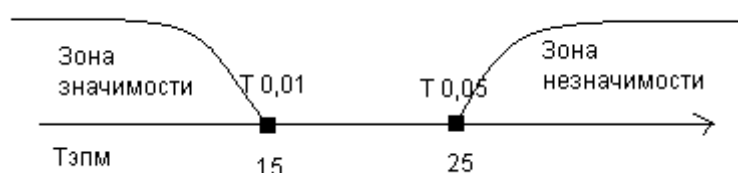
H1 – интенсивность сдвигов в психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста в направлении ее увеличения превосходит интенсивность сдвигов в направлении ее уменьшения.

$$T_{эмп} = 6.5$$

## Критические значения T при n=14

n	T <sub>кр</sub>	
	0.01	0.05
14	15	25

Ось значимости:



Эмпирическое значение критерия находится в зоне значимости, поэтому принимается альтернативная гипотеза:  $H_1$  – интенсивность сдвигов в коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста в направлении ее увеличения превосходит интенсивность сдвигов в направлении ее уменьшения.

Таким образом, нами был проведен анализ результатов контрольного эксперимента по психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии, который включен в третий аналитический блок предложенной модели психолого-педагогической коррекции страхов детей. Повторная диагностика по методике «Паровозик» С.В. Валиевой показала положительную динамику в коррекции страхов дошкольников после проведения психолого-педагогической коррекционной работы. Устранить негативное состояние у всех детей в ходе формирующего эксперимента не удалось, но прослеживается положительный сдвиг в сторону уменьшения наиболее оптимального уровня страхов.

Данные, полученные в результате проведения повторной диагностики по методике тревожности Р.Сирса позволили по внешним проявлениям ребенка увидеть скорректированный уровень тревожности и страхов (на высоком уровне с 43% до 21%, на среднем уровне изменений не наблюдается, на низком уровне с 21% до 43%).

Методика «Страхи в домиках» М.А. Панфиловой, А.И. Захарова отразила скорректированный оптимальный уровень выраженности страхов, т.е. уменьшение их количества (На высоком уровне с 43% до 21%, на среднем уровне с 36% до 51%, на низком уровне с 21% до 28%). Эффективность психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста была проверена Т-критерием Вилкоксона, который подтвердил гипотезу.

Для реализации прогностического блока нами были разработаны конкретные рекомендации родителям и педагогам, которые способствуют более полной реализации работы по психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии. (Приложение 7)

## Выводы по 2 главе

Исследование страхов детей среднего дошкольного возраста проходило в три этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный и контрольно-обобщающий. Система применяемых в исследовании методов и методик была определена исходными методологическими предпосылками, а также целями и задачами всего экспериментального исследования и его отдельных этапов. В работе использовался комплекс методов: анализ психолого-педагогической литературы, моделирование, беседа, тестирование, наблюдение, констатирующий и формирующий эксперименты, математико-статистический анализ. На разных этапах исследования использовались психодиагностические методики: методика «Паровозик», автор: С.В. Валиева; «Страхи в домиках», авторов А. И. Захарова и М. А. Панфиловой; и методика «уровень выраженности тревожного состояния», автор: Р. Сирс.

Констатирующий эксперимент состоял из трех этапов диагностирования в соответствии с исследованием каждого компонента. Данные этапы заключались в выявлении присутствующих страхов и степени их выраженности.

Поведенческий компонент, который включает понимание ребенком своих чувств и эмоций, диагностировался методикой определения тревожности на основе наблюдения Р. Сирса, в результате которого был выявлен высокий уровень тревожности у детей среднего дошкольного возраста (на высоком уровне – 42%, на среднем уровне – 35%, на низком уровне – 21%).

Эмоциональный компонент, который выражается во внешних проявлениях ребенка, диагностировался методикой «Паровозик» С.В. Валиевой, в результате которого был выявлен высокий уровень выраженности страхов ( на высоком уровне – 44%, на среднем и низком

уровне – 28%) , что подтверждает наличие тревожного состояния у детей, которое воздействует на психику ребенка и имеет отражение на физиологическом уровне.

Рефлексивный компонент, предполагающий признание ребенком наличия страхов и их последующее обесценивание, проверялся методикой «Страхи в домиках» Панфиловой М. А., А. И. Захарова, которая помогла выявить основные страхи, определить их количество, а так же сгруппировать (на высоком уровне – 42%, на среднем уровне – 35%, на низком уровне – 21%).

Данный комплекс проведенных методик позволяет нам провести психолого-педагогическую коррекционную работу с использованием занятий, направленных на коррекцию страхов детей среднего дошкольного возраста с использованием средств игротерапии.

Психолого-педагогическая коррекционная работа представляет собой систему взаимосвязанных занятий, выстроенных в определенной логике и направленных на психолого-педагогическую коррекцию страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии. Комплекс психолого-педагогических коррекционных занятий включает в себя 10 занятий.

После внедрения в практику детского сада предложенной психолого-педагогической коррекционной работы, была проведена повторная диагностика. Повторная диагностика по методике «Паровозик» С.В. Валиевой показала положительную динамику в коррекции страхов дошкольников после проведения психолого-педагогической коррекционной работы. Устранить негативное состояние у всех детей в ходе формирующего эксперимента не удалось, но прослеживается положительный сдвиг в сторону уменьшения наиболее оптимального уровня страхов.

Данные, полученные в результате проведения повторной диагностики по методике тревожности Р.Сирса позволили по внешним

проявлениям ребенка увидеть скорректированный уровень тревожности и страхов (на высоком уровне с 43% до 21%, на среднем уровне изменений не наблюдается, на низком уровне с 21% до 43%).

Методика «Страхи в домиках» М.А. Панфиловой, А.И. Захарова отразила скорректированный оптимальный уровень выраженности страхов, т.е. уменьшение их количества (На высоком уровне с 43% до 21%, на среднем уровне с 36% до 51%, на низком уровне с 21% до 28%). Эффективность психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста была проверена Т-критерием Вилкоксона, который подтвердил гипотезу.

Для реализации прогностического блока нами были разработаны конкретные рекомендации родителям и педагогам, которые способствуют более полной реализации работы по психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии.



## Заключение

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

Решая первую задачу, проанализировали психолого-педагогическую и методическую литературу по проблеме возникновения детских страхов и выявили, что большой вклад в изучение данной проблемы внесли такие ученые как: А. И. Захаров, А. М. Прихожан, А. С. Спиваковская, Р.В. Овчарова, М. А. Панфилова, А. А. Осипова, Т. В. Бавина, А. С. Зубкова, С. Г. Зубанова, Е. И. Агаркова, И. В. Самойленко, Ю. В. Щербатых, Е. П. Ильин, И.Е. Кулинцова и многие другие.

Решая вторую задачу, рассмотрели психологические особенности метода игротерапии в коррекции страхов. Исходя из психологических особенностей метода игротерапии в психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста, по мнению многих исследователей, игра является ведущим средством психотерапии в дошкольном возрасте. При этом она несет еще и диагностическую, и обучающую функцию. Игре, по ее развивающему потенциалу, по конечному эффекту, в дошкольном возрасте отводится центральное место. Формы и виды игровой терапии определяются особенностями конкретного ребенка или группы детей, специфическими задачами работы и ее продолжительностью. При выборе форм игротерапии следует исходить из конкретных задач коррекции психического развития, которые могут быть решены именно этими средствами, а также из того, насколько стабильны показатели эффективного воздействия на ребенка, игротерапии.

Решая третью задачу, нами была сконструирована модель психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста. Данная модель состоит из следующих блоков: диагностического

(выявление присутствующих страхов у детей среднего дошкольного возраста и уровень их преобладания), коррекционного (осуществление психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста путем реализации разработанного комплекса занятий), аналитического (анализ результативности психолого-педагогических коррекционных занятий, путем проведения повторной диагностики) и прогностического (внедрение результатов коррекционного воздействия в практику работы детского сада, а так же разработка психолого-педагогических рекомендаций для педагогов и родителей). Реализация данной модели в практике работы позволит достичь оптимального результата: скорректированного уровня наиболее выраженных страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии.

Решая четвертую задачу, определили этапы исследования, методы и методики психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии. Исследование страхов детей среднего дошкольного возраста проходило в три этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный и контрольно-обобщающий. Система применяемых в исследовании методов и методик была определена исходными методологическими предпосылками, а также целями и задачами всего экспериментального исследования и его отдельных этапов. В работе использовался комплекс методов: анализ психолого-педагогической литературы, моделирование, беседа, тестирование, наблюдение, констатирующий и формирующий эксперименты, математико-статистический анализ. Назначение констатирующего эксперимента состояло в выявлении наличия страхов у детей среднего дошкольного возраста и уточнения причин их появления.

Критериями эффективной психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста мы определили следующие компоненты:

- эмоциональный компонент (понимание ребёнком своих чувств);

- поведенческий компонент (внешние проявления в игре, деятельности, общении);
- рефлексивный компонент (признание наличия страха и его последующее обесценивание).

Так же был проведен констатирующий эксперимент, который состоял из трех этапов диагностирования в соответствии с исследованием каждого компонента. Данные этапы заключались в выявлении присутствующих страхов и степени их выраженности. Эмоциональный компонент, который включает понимание ребенком своих чувств и эмоций, диагностировался методикой «Паровозик» С.В. Велиевой, в результате которого был выявлен высокий уровень выраженности страхов ( на высоком уровне – 44%, на среднем и низком уровне – 28%) , что подтверждает наличие тревожного состояния у детей, которое воздействует на психику ребенка и имеет отражение на физиологическом уровне.

Поведенческий компонент, который выражается во внешних проявлениях ребенка, диагностировался методикой Р. Сирса по выявлению тревожности подтвердил наличие тревожного состояния у детей, позволил выявить повышенный уровень тревожности (42%), выраженный уровень (35%) и слабый уровень ( 21%), которые воздействуют на психику ребенка и имеют отражение на физиологическом уровне.

Рефлексивный компонент, предполагающий признание ребенком наличия страхов и их последующее обесценивание, проверялся методикой «Страхи в домиках» М. А. Панфиловой, А. И. Захарова, которая помогла выявить основные страхи, определить их количество, а так же сгруппировать (на высоком уровне – 43%, на среднем уровне – 36%, на низком уровне – 21%).

Данный комплекс проведенных методик позволяет нам провести психолого-педагогическую коррекционную работу с использованием

занятий, направленных на коррекцию страхов детей среднего дошкольного возраста с использованием средств игротерапии.

Решая пятую задачу, исходили из полученных данных констатирующего эксперимента, осуществили реализацию комплекса коррекционных занятий, направленных на психолого-педагогическую коррекцию страхов детей среднего дошкольного возраста. Психолого-педагогическая коррекционная работа представляет собой систему взаимосвязанных занятий, выстроенных в определенной логике и направленных на психолого-педагогическую коррекцию страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии. Комплекс психолого-педагогических коррекционных занятий включает в себя 10 занятий.

Решая шестую задачу, провели анализ результатов экспериментальной работы по исследованию психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста. Повторная диагностика по методике «Паровозик» С.В. Валиевой показала положительную динамику в коррекции страхов дошкольников после проведения психолого-педагогической коррекционной работы. Устранить негативное состояние у всех детей в ходе формирующего эксперимента не удалось, но прослеживается положительный сдвиг в сторону уменьшения наиболее оптимального уровня страхов.

По результатам проведения повторной методики по выявлению тревожности Р.Сирса позволили по внешним проявлениям ребенка увидеть скорректированный уровень тревожности и страхов (на высоком уровне с 43% до 21%, на низком уровне с 21% до 43%). Методика «Страхи в домиках» М. А. Панфиловой, А. И. Захарова отразила скорректированный оптимальный уровень выраженности страхов, т.е. уменьшение их количества (на высоком уровне с 43% до 21%, на среднем уровне с 36% до 51%, на низком уровне с 21% до 28%). Эффективность психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного

возраста была проверена Т-критерием Вилкоксона, который подтвердил гипотезу.

Анализ полученных количественных и качественных результатов экспериментальной работы показал, что выдвинутая гипотеза нашла свое подтверждение, задачи решены, цель достигнута. Так же были разработаны рекомендации родителям и педагогам по психолого-педагогической коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии.

### Список литературы:

1. Абрамова, Г. С. Практическая психология / Г. С. Абрамова. // — М.: Академия, 1997. — С. 139.
2. Анохин, П. К. Эмоции. / Психология эмоций// Тексты. — М.: 1984. — С. 173.
3. Бавина, Т. В. Детские страхи: Решение проблемы в условиях детского сада / Т. В. Бавина, Е. И. Агаркова – М.: АРКТИ, 2016. – 64 с.
4. Бехтерев, В. М. Охрана детского здоровья / Проблемы развития и воспитания человека. Избранные психологические труды// М.: Воронеж, 1997. – С. 416.
5. Бреслав, Г. М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве // — М.:1990. – С. 145.
6. Венгер, А. Л. Психологическое консультирование и диагностика: практическое руководство. Ч. 2 / А. Л. Венгер // . — М.: Генезис, 2001. — С. 128.
7. Волков, Б. С., Волкова, Н. В., Гурбанов, А. В. Методология и методы психологического исследования / Науч. редактор Б.С. Волков: учеб. пособие для вузов. М .: Академический Проспект; Фонд «Мир», 2005. — 352 с.
8. Воропаева, И. П. Коррекция эмоциональной сферы младших школьников /Методическое пособие//. — М.: Изд-во ИПК и ПРНО, 1993. — С. 56.
9. Выготский, Л. С. Педагогическая психология / Л. С. Выготский; под ред. В. В. Давыдова. //— М.: Педагогика Пресс, 1996. — 536 с.
10. Горковенко, И. В. Снижение тревожности и преодоление страхов у детей дошкольного возраста / И.В. Горковенко //Авантаж, электронный педагогический журнал, 2017-2018. – С. 77.
11. Горстко, А. Б. Познакомьтесь с математическим моделированием. / А.Б. Горстко. //— М.: Знамя, 1991. – С. 160.

12. Грановская, Р. М. Элементы практической психологии. / Р. М. Грановская // – 3-е изд., с изм. и доп. – СПб.: Свет, 1997. – С. 608.
13. Григорович, Л. А., Марцинковская, Т. Д. Педагогика и психология. М.: Аспект. Пресс, 2013. — 605 с.
14. Даль, В. Толковый словарь живого великорусского языка. / В. Даль // В 4-х кн., кн. 4. – М.: «Русский язык», 1982. — С. 167.
15. Дарвин, Ч. Выражение душевных волнений. / Ч. Дарвин // Перевод д-ра философии М.Филиппова СПб., изд-во: Пороховщикова, 1896. — 136 с.
16. Долгова, В. И. Модель психолого-педагогической коррекции страхов детей дошкольного возраста 4-5 лет // В. И. Долгова, Е. Г. Капитанец, Н. Б. Погорелова. Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – С. 44.
17. Дубровина, И. В. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми: учеб. пособие. / И.В. Дубровина, А.Д. Андреева, Е.Е. Данилова, Т.В. Вохмянина // М.: Изд. центр «Академия», 2014. — 98 с.
18. Жуковская, Р. И. Творческие ролевые игры в детском саду. — М.: 1960. — С.136.
18. Захаров, А. И. Дневные и ночные страхи у детей. / А. И. Захаров//Серия «Психология ребенка». — СПб.: СОЮЗ, 2000. — С. 448.
19. Захаров, А. И. Что снится нашим детям . СПб.: Союз, 1998. — С. 144.
20. Зеньковский, В. В. Психология детства. — М.: Академия, 1996. — С. 93.
21. Зубкова, А. С. Детские страхи: книга для родителей и педагогов / А.С. Зубкова, С. Г. Зубанова // – Ярославль: Академия развития, 2007. – 128 с.
22. Изард, К. Е. Развитие социальных эмоций у детей дошкольного возраста./ Под. Ред. А.В. Запорожца, Л. З. Неверович// — М.: 1986. — С.178.
23. Ильин, Е.П. Психология страха. / Е.П. Ильин //: СПб. Серия «Мастера психологии», 2017. – С.81.

24. Истартова, О.Н. Практикум по детской психокоррекции: игры, упражнения, техники. Изд. 2-е. Ростов-на-Дону.: Феникс, 2008. — 349 с.
25. Карабанова, О. А. Игра в коррекции психического развития ребёнка. /Учебное пособие// — М.: 1997. — С. 197.
26. Климанова, Ю. А. Нарисуй свой страх: Детские страхи. / Семья и школа// — М.: 1999. — № 9. — С.102.
27. Коломинский, Я. П. Развитие детей в норме и патологии: психологическая диагностика, профилактика и коррекция. /Я. П. Коломинский, Е. А. Панько, С. А. Игумнов. — СПб.: Питер, 2004. — 480 с.
28. Колягина, В. Г. Психология страхов дошкольников: монография / В.Г. Колягина // — М.: Прометей, 2016. — С. 47.
29. Кондрашенко, В. Т., Донской, Д. И. Общая психотерапия. — М.: Высшая школа, 1997. — 524 с.
30. Короткова, Н. А. Современные исследования детской игры. / Вопросы психологии// — М.: 1985. — №2 — С. 168.
31. Кулинцова, И. Е. Коррекция детских страхов с помощью сказок. / И. Е. Кулинцова// — М.: Сфера, 2008. — С.167.
32. Кряжева, Н. Л. Мир детских эмоций. Дети 4-5 лет. / Н.Л. Кряжева// — Ярославль: Академия развития, 2000. — С. 208.
33. Кулинцова, И. Е. Коррекция детских страхов с помощью сказок / И. Е. Кулинцова// — М.: Сфера, 2008. — С. 167.
34. Лаврова, Г. Н. Методы диагностики и коррекции детей дошкольного и младшего школьного возраста: Учебное пособие / Г.Н. Лаврова// — Челябинск: ЮУрГУ, 2005. — С. 90.
35. Лебединский, В. В. Нарушения психического развития у детей. — М.: 1985. — С. 154.
36. Леонтьев, А. Н. Лекции по общей психологии / А. Н. Леонтьев// — М.: Смысл, 2000. — С. 511.
37. Лэндрет, Г. Л. Игровая терапия: Искусство отношений. — М.: МПА, 1994. — С. 144.



38. Маруга, Э. В. Методология психологического исследования / Э. В. Маруга / — Балашов: Изд-во БГПИ, 1998. — С.64.
39. Международная классификация болезней мкб-10 Краткий вариант, основанный на Международной статистической классификации болезней и проблем, связанных со здоровьем, 10-го пересмотра, принятой 43-ей Всемирной Ассамблеей Здравоохранения. Адаптированный вариант в трех частях. 2018. — 593 с.
40. Мухина, В. С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество / В.С. Мухина // Учебник для студ. вузов. — 5-е ИЗД., стереотип. — М.: 2000. — С. 608.
41. Немчин, Т. А. Клинические особенности страха при неврозах./ Вопросы психиатрии и невропатологии// М.: 1965. — 217 с.
42. Нещерет, Т. В. Влияние взаимоотношений в семье на межличностные связи ребёнка. Автореф. Дис. канд. Психол.наук. Л.: 1980. — С. 25.
43. Овчарова, Р. В. Практическая психология / Р.В. Овчарова// — М.: Т.Ц. «Сфера», 1996. — С. 337.
44. Ожегов, С.И. Словарь русского языка, под ред. Н.Ю. Шведовой / С.И. Ожегов// — М.: Рус.яз., 1987. — 797 с.
45. Осипова, А. А. Общая психокоррекция: Учебное пособие для студентов вузов. — М.: ТЦ Сфера, 2012. — С. 512.
46. Петров, В. Ю. Методология и методы психологических исследований: Курс лекций. / В.Ю. Петров// — Шуя: «Весть», 2009. — С. 195.
47. Петровский, А. В. Словарь по психологии / А.В. Петровский, М.Г. Ярошевский// — М.: Издательский центр «Академия», 2000. — 407 с.
48. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) «Об утверждении федерального государственного стандарта дошкольного образования» от 17 октября 2013 г. № 1155.
49. Ребер А. Большой толковый психологический словарь. Т.2. П - Я: пер. с англ. / Артур Ребер // — М. : Вече : АСТ, 2001 . — С.506.
50. Рогов, Е. И. Эмоции и воля. М.: ГИЦ ВЛАДОС, 1999. — С. 240.

51. Роджерс, К. Р. Взгляд на психотерапию. Становление человека. Пер с англ. М.: Прогресс, 1994. — С. 480.
52. Романова, Е. С., Потёмкина, С. Ф. Графические методы психологической диагностики. М.: Дидакт, 1992. — 256с.
53. Рубинштейн, Г. Т. Основы общей психологии. — М.: Педагогика, Т.1, 1989. — С. 256.
54. Самойленко, И. В. Как победить детские страхи. Тренинг для родителей и педагогов / И.В. Самойленко//— Ростов н/Д : Феникс, 2012. — С. 252.
55. Скотарева, Е. М. Психолого-педагогическая коррекция: теоретико-методологический аспект : учеб. пособие для студ. психол. спец. / Е. М. Скотарева// — Саратов : Изд. центр «Наука», 2007. — С. 72.
56. Слюсарева, Е. С. Методы психологической коррекции: Учебно-методическое пособие / Е.С. Слюсарева, Г.Ю. Козловская// — Ставрополь: СГПУ, 2008 — С. 240.
57. Соколов, Л. В. Динамика психоневрологических нарушений у детей в процессе адаптации к детскому дошкольному учреждению./ Сб. науч. трудов Волгоградского мед. Ин-та, 1985. — С. 103.
58. Спиваковская, А. М. Игра это серьёзно. — М: Педагогика, 1981. — С. 166.
59. Спиваковская, А. М. Профилактика детских неврозов. М.: 1988. — С. 200.
60. Спичак, С. Ф. Игра и методика её проведения. Учебное пособие. — М.: Прометей, 1998. — С. 38.
61. Усова О. Н., Шаховская С.Н. Роль семьи в коррекционном воздействии на детей. / Психокоррекция: теория и практика// — М.: 1995. — 66 с.
62. Урунтаева, Г. А. Дошкольная психология: Учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений / Г.А. Урунтаева // — 5-е изд., стереотип. — М.: Издательский центр «Академия», 2001. — 336 с.

63. Учимся общаться с ребёнком: руководство для воспитателя д/с. Петровский В, А., А. М. Виноградова, К. Н. Поливанова, М. Л. Кларина, Л. П. Стребелева, Г. А. Цукерман. — М.: Просвещение, 1993. — 191с.
66. Ушинский, К. Д. Страх и смелость / К. Д. Ушинский// Избранные педагогические сочинения. М.: 1974. — 403 с.
67. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 28.06.2014) «Об образовании в Российской Федерации» (29 декабря 2012 г.).
68. Фрейд, З. Психология бессознательного. / З. Фрейд// — М.:1989. — С.296.
69. Фролов, И.Т. Философский словарь. / И.Т. Фролов.// 5-е изд.-М.: Политиздат, 1986. — С. 590.
70. Хлыста, Е. А. Исследование страхов у детей старшего дошкольного возраста /Е.А. Хлыста// Концепт. – 2015. – № 01. — 167с.
71. Хосе, Антонио Марина. Анатомия страха. Трактат о храбрости». / Антонио Марина Хосе//: Астрель, CORPUS. — М.; 2010. — С. 47.
72. Хорни К. Невротическая личность нашего времени. Самоанализ. Пер.с англ. М.: Прогресс, 1993.— С. 80.
73. Хухлаева, О. В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции: учеб. пособие для студ. учреждений высш. проф. образования / О. В.Хухлаева// — 7-е изд., стер. — М.:Академия, 2011. — 208 с.
74. Чурилова, Э. Г. Методика и организация театрализованной деятельности дошкольников и младших школьников. М.: ГИЦ Владос, 2001. — С. 160.
75. Щербатых, Ю. В. Психология страха. / Ю.В. Щербатых// Популярная психология. – М.: ЭКСМО, 2004. — С. 512.
76. Щербатых, Ю. В. Психофизиологические и клинические аспекты страха, тревоги и фобий. / Ю.В. Щербатых, Е.И. Ивлева// — Воронеж, 1998. — 282 с.

77. Шамилова, Г. А. Психодиагностика эмоциональной сферы личности /Г.А. Шамилова// Практическое пособие. М.: 2006. — С. 81.
78. Шишова, Т. Л. Страхи это серьёзно. Как помочь ребёнку избавиться от страхов — М.: «Издательский дом «Искатель», 1997. — С. 93.
79. Эберлейн Г. Страхи здоровых детей: Практ. пособие для родителей. / Гизела Эберлейн// — М.: Знание, 1981. — С. 192.
80. Эберлейн Г. Эмоциональное развитие дошкольника: под ред. А. Д. Кошелевой. М.: 1985. – С. 189.
81. Эйдемиллер, Э. Г., Юстицкис В. Психология и психотерапия семьи. — СПб.: Изд-во «Питер», 1999. — 656с.

**Методика выявления детских страхов «Страхи в домиках»****Авторы: А.И. Захаров, М.А. Панфилова**

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

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.

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, Кощея Бессмертного, Бармалея, Змея Горыныча, чудовища и других 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);

Все перечисленные здесь страхи можно разделить на несколько групп:

- 1) медицинские страхи – боль, уколы, врачи, болезни;
- 2) страхи, связанные с причинением физического ущерба – транспорт, неожиданные звуки, пожар, война, стихии;
- 3) страх смерти (своей);
- 4) боязнь животных;
- 5) страхи сказочных персонажей;
- 6) страх темноты и кошмарных снов;
- 7) социально-опосредованные страхи – людей, детей, наказаний, опозданий, одиночества;

8) пространственные страхи – высоты, глубины, замкнутых пространств;

Наличие большого количества разнообразных страхов у ребенка – это показатель преневротического состояния .



## Методика определения тревожности

Автор: Р.Сирс

Цель данной методики состоит в определении уровня тревожности у детей среднего дошкольного возраста. На основе наблюдения дети оцениваются в соответствии с признаками шкалы Р. Сирса. Процедура проведения: наблюдение в группе с детьми во время непосредственной образовательной, совместной и самостоятельной деятельности, во время игр и прогулок. Способ фиксации: заполняется бланк протокола, при наличии соответствующего признака ставиться «+».

### Лист наблюдения по шкале Р. Сирса

Ф.И.О. ребенка \_\_\_\_\_

Возраст \_\_\_\_\_

Дата заполнения \_\_\_\_\_

№ п/п	Признаки	Оценка ДО +, -	Оценка После +, -
1	Часто напряжен, скован		
2	Сверхчувствителен		
3	Плаксив		
4	Часто агрессивен		
5	Нетерпелив, не может ждать		
6	Легко бледнеет, краснеет		
7	Потеют руки		
8	Легко пугается		
9	Сосет палец		
10	Часто грызет ногти		
11	Суетлив, много лишних жестов		
12	При непосредственном общении с трудом включается в работу		

13	Чрезмерно громко или чрезмерно тихо отвечает на вопросы		
14	Имеет трудности в сосредоточении, особенно в экстремальной ситуации		

Обработка результатов:

1-4 признака – слабая тревожность; 5-6 признаков – выраженная тревожность; более 7 признаков – высокая тревожность.

### Методика «Паровозик» С.В. Велиевой

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

Применяется индивидуально с детьми с 2,5 лет.

Стимульный материал: белый паровозик и 8 разноцветных вагончиков (красный, желтый, зеленый, синий, фиолетовый, серый, коричневый, черный).

Вагончики беспорядочно размещаются на белом фоне.

Инструкция: «Рассмотри все вагончики. Давай построим необычный поезд. Первым поставь вагончик, который тебе кажется самым красивым. Теперь выбери из оставшихся самый красивый, и т.д.». Необходимо, чтобы ребенок удерживал все вагончики в поле зрения. Чем младше ребенок, тем чаще повторяется инструкция, одновременно обводятся рукой оставшиеся вагончики.

#### **Обработка данных.**

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

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

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

**Таблица (для упрощения обработки)**

цвета	1 балл	2 балла	3 балла
	Позиция	Позиция	Позиция
Фиолетовый	2	1	
Черный	3	2	1
Серый	3	2	1
Коричневый	3	2	1
Красный	6	7	8
Желтый	6	7	8
зеленый	6	7	8
Синий		8	7

**Если в результате суммирования** полученных данных, баллов оказывается:

- менее 3-х**, то психическое состояние оценивается как позитивное;
- 4-6 баллах** — как негативное психическое состояние низкой степени (НПС нс);
- при 7 — 9 баллах** — как НПС средней степени;
- больше 9 баллов** — НПС высокой степени.

**Результаты констатирующего эксперимента  
Индивидуальные результаты по методике «Паровозик» С.В. Велиевой**

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

**Индивидуальные результаты тревожности по методике Р. Сирса**

Ребенок	Экспериментальная группа	Контрольная группа
1	слабый уровень	высокий уровень
2	выраженный уровень	выраженный уровень
3	высокий уровень	высокий уровень

4	выраженный уровень	слабый уровень
5	слабый уровень	высокий уровень
6	высокий уровень	слабый уровень
7	высокий уровень	выраженный уровень
8	выраженный уровень	высокий уровень
9	высокий уровень	высокий уровень
10	выраженный уровень	слабый уровень
11	высокий уровень	выраженный уровень
12	выраженный уровень	выраженный уровень
12	слабый уровень	слабый уровень
14	высокий уровень	высокий уровень

**Индивидуальные результаты уровня страха по методике «Страхи в домиках» А.И. Захарова, М.А. Панфиловой**

Ребенок	Экспериментальная группа	Контрольная группа
1	средний уровень	низкий уровень
2	низкий уровень	средний уровень
3	средний уровень	высокий уровень
4	высокий уровень	низкий уровень
5	высокий уровень	высокий уровень
6	низкий уровень	низкий уровень
7	высокий уровень	средний уровень
8	средний уровень	высокий уровень
9	высокий уровень	низкий уровень

10	средний уровень	средний уровень
11	низкий уровень	низкий уровень
12	высокий уровень	высокий уровень
12	средний уровень	средний уровень
14	высокий уровень	низкий уровень

## Конспекты занятий

### Занятие 1. «Здравствуй, это Я»

**Цель:** Создание эмоционально – благоприятной обстановки в группе. Знакомство и отражение детьми своей индивидуальности. Выявление диапазона испытываемых страхов.

#### **Задачи:**

- 1) развитие эмоциональной сферы у детей;
- 2) осознание своих эмоций и понимания эмоций других;
- 3) развитие способности выражать эмоции вербально и невербально;
- 4) создание возможности обучения приемам регуляции, саморегуляции и самовыражения.

**Материалы для занятия:** магнитофон, спокойная музыка, зеркало.

#### **1 этап Организационный**

##### **Ритуал приветствия**

Добрый день ребята, предлагаю вам поприветствовать друг друга. Дети вместе с психологом сидят в кругу. Всем предлагается поприветствовать друг друга Доброе утро Саша ... Оля...и т.д., которое нужно пропеть.

Как можно еще приветствовать друг друга? (улыбкой, рукопожатием, разными способами).

##### **Игра «Солнечный зайчик»**

Дети стоят в кругу. Я «направляю лучик» (говорю, какой части тела коснулся лучик), и дети гладят себя по щекам, носу, лбу и тд. Затем они поворачиваются лицом друг к другу и гладят друг друга.

#### **2 этап Основной**

##### **Игра «Волшебное зеркальце»**

Дети берут зеркальце и становятся в круг. На слова: «Свет мой зеркальце скажи, да всю правду доложи, я ль на свете всех ... (и дети изображают в зеркальце указанную эмоцию..добрее, злее, веселее и тд)». Если дети



затрудняются в изображении нужной мимики, то подсказываю: поднять брови вверх, сдвинуть их, зажмуриться, широко раскрыть глаза и тд.

### **Игра «Заколдованные дети»**

Я называю слово или действие этюдов, а дети с помощью невербальных средств (жестов, мимики) стараются передать значение этих слов, действий.

Необходимо показать:

- 1) значение слов «высокий, маленький»;
- 2) жалею бездомного котенка;
- 3) мама укладывает спать ребенка, который плачет;
- 4) доброго, злого дядю, тетю.

### **Игра «Море волнуется»**

Дети произносят слова: «Море волнуется раз, море волнуется два, море волнуется три: фигура радости, страха, испуга, боли на месте замри». Определяем, у кого более ярко выражена фигура.

### **3 этап Заключительный**

#### **Релаксация «Что рассказало море»**

Психолог включает спокойную расслабляющую музыку и говорит: «Лягте в удобном положении, закройте глаза и слушайте мой голос. Представьте себе, что вы находитесь в прекрасном месте на берегу моря. Чудесный летний день. Небо голубое, солнце теплое. Вы чувствуете себя абсолютно спокойными и счастливыми. Мягкие волны докатываются до ваших ног, и вы ощущаете приятную свежесть морской воды. Появляется ощущение обдувающего все тело легкого и свежего ветерка. Воздух чист и прозрачен. Приятное ощущение свежести и бодрости охватывает лицо, шею, плечи, спину, живот, руки и ноги. Вы чувствуете, как тело становится легким, сильным и послушным. Дышится легко и свободно. Настроение становится бодрым и жизнерадостным, хочется вставать и двигаться. Открываем глаза. Мы полны сил и энергии. Постарайтесь сохранить эти ощущения на весь день».

## **Ритуал прощания «Подари улыбку другу»**

Дети встают в круг, берутся за руки и улыбаются друг другу.

### **Занятие 2. «Волшебный лес»**

**Цель:** Снятие эмоционального напряжения, развитие доверия к окружающим.

#### **Задачи:**

- 1) повышение уверенности в своих силах;
- 2) повышение значимости в глазах окружающих;
- 3) снятие эмоционального напряжения.

**Материалы к занятию:** магнитофон, спокойная музыка, карандаши, бумага.

Ход занятия:

#### **1 этап Организационный**

### **Ритуал приветствия**

#### **Упражнение "Неоконченные предложения"**

Детям предлагается предложения, которые нужно закончить. "Я люблю...", "Меня любят...", "Я не боюсь...", "Я верю...", "В меня верят...", "Обо мне заботятся..."

#### **2 этап Основной**

#### **Упражнение "Необычные фигуры"**

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

#### **Игра «Смелый заяц»**

Выбираем самого смелого зайца, который любит стоять на пеньке, громко петь и читать стихи и волка. Остальные дети – «трусливые зайцы». Увлечшись пением «заяц не видит», как разбежались зайцы и подкрался волк, поэтому убежать он должен в самый последний момент, когда волк протягивает к нему «лапы».

#### **Игра «Мой страх»**

Дети становятся в круг, руки свободны. Читают стихотворение В. Кудрявцевой «Страх», сопровождая слова движениями, мимикой:

У страха глаза велики,  
У страха не зубы – клыки  
Он всех ест и все пьет.  
У страха желание есть  
Схватить, укусить, даже съесть  
Трусишка придумает страх  
И жалобно ахает АХ  
А я ничего не боюсь  
Придумаю страх и смеюсь.

Начинаем обсуждение страхов, которые наиболее выражены у детей.

### **3 этап Заключительный**

#### **Релаксация «Разговор с лесом»**

Психолог сообщает детям о том, что их ожидает необычное путешествие. Вначале им предлагается мысленно перенестись в лес. Дети закрывают глаза, кладут мягкие, расслабленные руки на колени. Психолог предлагает детям «пообщаться» с лесом: мысленно потрогать листочки, траву, понюхать цветы, воздух, подставить лицо Свежему ветерку и пр. Можно попросить детей прислушаться к лесным звукам. Дети, молча (1 – 2 мин.) слушают. Затем психолог предлагает им поделиться своими впечатлениями.

#### **Ритуал прощания «Подари улыбку другу».**

##### **Занятие 4. «Все можешь»**

**Цель:** создание условий для снижения уровня страхов, через театрализованную деятельность.

##### **Задачи:**

- 1) снять эмоциональное напряжение;
- 2) снизить уровень страха;

- 3) совершенствовать восприятие, внимание, мышление, воображение;
- 4) развивать способность к построению связей между образами действительности и звуковыми, художественными образами.

**Материалы:** магнитофон, спокойная музыка, мяч.

Ход занятия:

### **1 этап Организационный**

#### **Ритуал приветствия**

#### **Упражнение «Ласковое имя»**

Вспомните, как вас ласково зовут дома. Мы будем бросать друг другу мячик. И тот, к кому мячик попадет, называет одно или несколько своих ласковых имен. Кроме того, важно запомнить, кто каждому из вас бросил мячик. Когда все дети назовут свои ласковые имена, мячик пойдет в обратную сторону. Теперь нужно постараться не перепутать и бросить мяч тому, кто в первый раз бросил его вам, а кроме того, произнести его ласковое имя».

### **2 этап Основной**

#### **Игра «Театр масок»**

Ребята! Мы с вами посетим Театр Масок. Вы все будете артистами, а я - фотографом. Я буду просить вас изобразить выражение лица различных героев. Например: покажите, как выглядит злая Баба Яга. Дети с помощью мимики и несложных жестов или только с помощью мимики изображают Бабу Ягу. Хорошо! Здорово! А теперь замрите, фотографирую. Молодцы! Некоторым даже смешно стало. Смеяться можно, но только после того, как кадр отснят. А теперь изобразите Ворону (из басни Ворона и Лисица) в тот момент, когда она сжимает в клюве сыр. Дети плотно сжимают челюсти, одновременно вытягивая губы, изображают клюв. Внимание! Замрите! Снимаю! Спасибо! Молодцы! А теперь покажите, как испугалась бабушка из сказки Красная шапочка, когда поняла, что разговаривает не с внучкой, а с Серым Волком. Дети могут широко раскрыть глаза, поднять брови, приоткрыть рот. Замрите! Спасибо! А как хитро улыбалась Лиса, когда

хотела понравиться колобку? Замерите! Снимаю! Молодцы! Замечательно! Хорошо потрудились!

Далее психолог, на свое усмотрение, может похвалить особо тревожных детей, например, так: Все работали хорошо, особенно страшной была маска Вити, когда я посмотрела на Сашу, то сама испугалась, а Машенька была очень похожа на хитрую лисицу. Все постарались, молодцы! Рабочий день актера закончен. Мы с вами устали. Давайте отдохнем. Давайте посидим так молча, расслабимся и отдохнем. Всем спасибо!

### **3 этап Заключительный**

#### **Игра «Комплимент»**

Дети, сидя на полу, образуют круг. Задача игроков – сказать соседу справа (или слева) фразу, которая начинается словами: «Мне нравится в тебе...».

#### **Ритуал прощания «Подари улыбку другу»**

##### **Занятие 5 «Хорошее настроение»**

**Цель:** создание условий для снижения чувства страха и тревожности.

**Задачи:**

- 1) снять эмоциональное напряжение;
- 2) снизить чувство страха, тревожность;
- 3) совершенствовать восприятие, внимание, мышление, воображение;
- 4) развивать способность к построению связей между образами действительности и звуковыми, художественными образами.

### **1 этап Организационный**

#### **Ритуал приветствия**

#### **Упражнение «Шишки»**

Представьте себе, что вы – медвежата и с вами играет мама – медведица. Она бросает вам шишки. Вы их ловите и с силой сжимаете в лапах. Но вот медвежата устали и роняют свои лапки вдоль тела – лапки

отдыхают. А мама – медведица снова кидает шишки медвежатам...  
(повторить 2 – 3 раза)

## **2 этап Основной**

### **Упражнение «Воздушный шарик»**

Все играющие стоят или сидят в кругу. Психолог дает инструкцию: «Представьте себе, что сейчас мы с вами будем надувать шарики. Сделайте вдох, поднесите воображаемый шарик к губам и, раздувая щеки, медленно, через приоткрытые губы надувайте его. Следите глазами за тем, как ваш шарик становится все больше и больше. Как увеличиваются, растут узоры на нем. Представили? Я тоже представила ваши огромные шары. Дуйте осторожно, чтобы шарики не лопнули. А теперь покажите их друг другу», Упражнение можно повторить три раза.

### **Упражнение «Бездомный заяц»**

Игроки, образовав круг, выбирают охотника и бездомного зайца. Остальные – зайцы – входят в домики-обручи, выложенные по кругу. По команде педагога «Раз, два, три! Зайца лови!» охотник отправляется на поиски. «Заяц» может спрятаться в любом обруче, но тогда роль бездомного зайца переходит к хозяину домика. Если охотник поймал зайца, они меняются ролями.

## **3 этап Заключительный**

### **Упражнение «Корабль и ветер»**

Представьте себе, что наш парусник плывет по волнам, но вдруг он остановился. Давайте поможем ему и пригласим на помощь ветер. Вдохните в себя воздух, сильно втяните щеки. А теперь шумно выдохните через рот, и пусть вырвавшийся на волю ветер подгоняет кораблик. Давайте попробуем еще раз. Я хочу услышать, как шумит ветер!». Упражнение можно повторить три раза.

### **Ритуал прощания «Подари улыбку другу»**

## **Занятие 6 «Герой»**

**Цель:** создание условий для снижения чувства тревоги и страха при взаимодействии друг с другом.

**Задачи:**

- 1) создавать условия для снижения напряжения у детей;
- 2) способствовать формированию веры детей в свои силы, умению вести себя конструктивно в новой ситуации.

**Материалы:** бумага, краски, картинки с животными, цветной мелок.

Ход занятия:

### **1 этап Организационный**

**Ритуал приветствия**

**Игра «Звериные чувства»**

Для игры необходимы набор картинок с изображением известных детям животных. Психолог раскладывает перед каждым ребенком (по очереди) картинки и просит назвать основные качества животного, например: зайчик – страх, лев – смелость, лиса – хитрость и т. д. Затем психолог предлагает проанализировать ту или иную ситуацию и описать свои чувства и состояния с помощью картинок. Если ребенок затрудняется это сделать, ему можно помочь, а также обговорить варианты поведения, предлагая рассказать, как бы повели себя в этой ситуации другие животные. При проведении данной игры желательно избегать оценок поведения ребенка: основная цель – научить его более точно, более тонко понимать свои чувства для моделирования социально приемлемого поведения.

### **2 этап Основной**

**Игра «Танцы»**

Дети свободно располагаются по комнате. Начинает звучать ритмичная музыка, постепенно громкость увеличивается. Под музыку дети могут двигаться и кричать, как им хочется. Единственное условие – нельзя касаться других детей и предметов. Примерно через 3-5 минут музыка стихает – дети замирают. Затем звучание возобновляется – дети вновь

начинают движение. Количество повторов и их продолжительность зависят от степени возбужденности детей и их готовности «выплеснуть» эмоции.

### **Игра «Страшный стул»**

В центре комнаты ставим стул, дети садятся вокруг него на ковер. А один из детей садится на стул и рассказывает свою самую страшную историю, чтобы конец ее заканчивался словами «Схватил», «Поймал», «Держал». И после этих слов старается схватить кого-то из детей, а ребята должны быстро увернуться, убежать, уползти за пределы ковра.

### **Упражнение «Мост дружбы»**

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

### **3 этап Заключительный**

#### **Упражнение «Винт»**

Ребята, давайте попробуем превратиться в винт. Для этого поставьте пятки и носки вместе. По моей команде Начали будем поворачивать корпус то влево, то вправо. Одновременно с этим руки будут свободно следовать за корпусом в том же направлении. Начали!.. Стоп!

#### **Ритуал прощания «Подари улыбку другу»**

#### **Занятие 7 «Выносливые пчелки»**

**Цель:** создание условий для снижения чувства страха, развитие способности самостоятельно решать проблемные ситуации.

#### **Задачи:**

- 1) создавать условия для снижения напряжения у детей;
- 2) способствовать формированию веры детей в свои силы, умению вести себя конструктивно в новой ситуации.

**Материалы:** бумага, краски, фотографии.



Ход занятия:

## **1 этап Организационный**

### **Ритуал приветствия**

#### **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.

## **2 этап Основной**

#### **Упражнение «Шалтай-Балтай»**

Давайте поставим еще один маленький спектакль. Он называется «Шалтай-Балтай». Шалтай-Балтай сидел на стене. Шалтай-Балтай свалился во сне. (С. Маршак) Сначала будем поворачивать туловище вправо-влево: руки при этом свободно болтаются, как у тряпичной куклы. На слова «свалился во сне» резко наклоняем корпус тела вниз».

#### **Игра «Гусеница» (Е. В. Коротаева)**

В игре партнеров не видно, но слышно. Успех продвижения всех зависит от умения каждого скоординировать свои усилия с усилиями остальных участников.

Сейчас мы с вами станем одной большой гусеницей и будем все вместе передвигаться по этой комнате. Постройтесь цепочкой, руки положите на плечи стоящего впереди. Между животом одного играющего и спиной другого зажмите воздушный шар или мяч. Дотрагиваться руками до него строго воспрещается! Первый в цепочке участник держит свой шар на вытянутых руках. Таким образом, в единой цепи, но без помощи рук вы должны пройти по определенному маршруту». Для наблюдающих: обратите внимание, где располагаются лидеры, кто регулирует движение «живой гусеницы»

#### **Игра «Пчелки»**

Изображая пчелок, дети, «летая», громко жужжат. По сигналу ведущего «Ночь!» - пчелки, присев, замирают; по сигналу «День!» - просыпаются и снова «летают», громко жужжа.

### **3 этап Заключительный**

#### **Игра «Фотография»**

Педагог показывает детям фотографию, на которой изображен человек с определенным настроением. Один из участников воспроизводит заданную ему фразу той интонацией (мимикой, жестами), что соответствует фотографии. Дети оценивают правильность выполнения задания.

#### **Ритуал прощания «Подари улыбку другу»**

#### **Занятие 8 «Веселые зверята»**

**Цель:** Раскрытие групповых отношений. Снятие эмоционального напряжения. Умение видеть и ценить свои положительные качества личности.

#### **Задачи:**

- 1) снять эмоциональное напряжение;
- 2) снизить тревогу, агрессию;
- 3) совершенствовать восприятие, внимание, мышление, воображение;
- 4) развивать способность к построению связей между образами действительности и звуковыми, художественными образами.

**Материалы:** картинки с животными, коробка, очки.

Ход занятия:

### **1 этап Организационный**

#### **Ритуал приветствия**

#### **Упражнение «Я есть, Я буду»**

Ребенку предлагается рассказать, какой он сейчас: внешность, чувства, качества, поведение. По желанию ребенка он может использовать для рассказа свои рисунки, предметы в комнате, иллюстрации в книжках, игрушки и другой вспомогательный материал. Затем ребенку предлагается

рассказать, каким он хочет стать: также внешность, поведение, чувства, качества.

## **2 этап Основной**

### **Игра «Пчелки»**

Изображая пчелок, дети, «летая», громко жужжат. По сигналу ведущего «Ночь!» - пчелки, присев, замирают; по сигналу «День!» - просыпаются и снова «летают», громко жужжа.

### **Игра «Волшебные очки»**

Игру-упражнение начинает психолог. Обращаясь к детям, он сообщает: «В этой коробке хранится некий сюрприз. Какой? Сейчас узнаете... (Вынимает очки.) Очки эти волшебные. Тот, кто их надевает, видит в окружающих людях только хорошее. И даже те положительные качества характера, которые они порой скрывают от всех. (Надевает очки.) Ой, какие вы все красивые, веселые. Искренне смотрите на меня... (Подходит к каждому ребенку и называет какое - либо его достоинство: хорошо рисует, конструирует, лепит, поет...) Но вы, конечно. Тоже хотите примерить эти очки? Пожалуйста. Для этого вам нужно только одно: внимательно рассмотреть своего соседа». Если кто-то при выполнении упражнения затрудняется, педагог приходит на помощь.

## **3 этап Заключительный**

### **Игра «Комплимент»**

Дети, сидя на полу, образуют круг. Задача игроков – сказать соседу справа (или слева) фразу, которая начинается словами: «Мне нравится в тебе...». Цель упражнения: помочь ребенку со стороны увидеть свои положительные стороны, почувствовать, что его принимают партнеры по игре.

### **Ритуал прощания «Подари улыбку другу»**

#### **Занятие 9 «Азбука страхов»**

**Цель:** Формирование положительной "Я-концепции", самопринятия, уверенности в себе.

### **Задачи:**

- 1) снижение чувства страха;
- 2) выявление положительных черт личности;
- 3) создание благоприятной атмосферы при взаимодействии друг с другом.

**Материалы к занятию:** магнитофон, спокойная музыка, карандаши, бумага, мяч.

Ход занятия:

### **1 этап Организационный**

#### **Ритуал приветствия**

#### **Упражнение "Я боюсь...."**

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

### **2 этап Основной**

#### **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.

#### **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.

### **3 этап Заключительный**

#### **Упражнение «Возьми и передай»**

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

## **Ритуал прощания «Подари улыбку другу»**

### **Занятие 10 «Настроение»**

**Цель:** развить умения передавать своё эмоциональное состояние через художественный образ.

#### **Задачи:**

- 1) снижение психоэмоционального напряжения;
- 2) повышение уверенности в себе;
- 3) формирование умения концентрировать внимание на своих ощущениях и переключать его.

**Материалы к занятию:** магнитофон, спокойная музыка, карандаши, ватман, предметы-сюрпризы.

Ход занятия:

#### **1 этап Организационный**

### **Ритуал приветствия**

#### **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.

#### **2 этап Основной**

### **Игра «Сюрприз»**

Дети сидят в кругу с закрытыми глазами, вытянув руки ладошками вверх. Психолог кладет на ладошки предметы-сюрпризы, дети обследуют и узнают их. Усложнение: узнать свой сюрприз на общем столе после обследования, открыв глаза.

#### **Упражнение "В лучах солнышка"**

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

#### **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.

### **3 этап Заключительный**

**Ритуал прощания «Подари улыбку другу».**

**Результаты контрольного эксперимента  
Индивидуальные результаты по методике «Паровозик» С.В. Велиевой**

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

**Индивидуальные результаты тревожности по методике Р. Сирса**

Ребенок	Экспериментальная группа	Контрольная группа
1	слабый уровень	высокий уровень
2	выраженный уровень	выраженный уровень
3	слабый уровень	высокий уровень

4	выраженный уровень	слабый уровень
5	слабый уровень	высокий уровень
6	слабый уровень	слабый уровень
7	выраженный уровень	выраженный уровень
8	выраженный уровень	высокий уровень
9	высокий уровень	высокий уровень
10	выраженный уровень	слабый уровень
11	высокий уровень	выраженный уровень
12	слабый уровень	выраженный уровень
12	слабый уровень	слабый уровень
14	высокий уровень	высокий уровень

**Индивидуальные результаты уровня страха по методике «Страхи в домиках» А.И. Захарова, М.А. Панфиловой**

Ребенок	Экспериментальная группа	Контрольная группа
1	средний уровень	средний уровень
2	низкий уровень	средний уровень
3	средний уровень	высокий уровень
4	высокий уровень	низкий уровень
5	высокий уровень	высокий уровень
6	низкий уровень	низкий уровень
7	высокий уровень	средний уровень
8	низкий уровень	высокий уровень
9	средний уровень	низкий уровень



10	средний уровень	средний уровень
11	низкий уровень	низкий уровень
12	высокий уровень	высокий уровень
12	средний уровень	средний уровень
14	средний уровень	низкий уровень

**Математико-статистический анализ с помощью Т-критерия  
Вилкоксона**

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

Сравнение уровня выраженности страхов детей среднего дошкольного возраста до и после внедрения программы «Психолого-педагогическая коррекция страхов детей среднего дошкольного возраста средствами игротерапии».

Ребенок	"До"	"После"	Сдвиг ( $t_{\text{после}} - t_{\text{до}}$ )	Абсолютное значение сдвига	Ранговый номер сдвига
1	15	7	-8	8	11.5
2	3	2	-1	1	3
3	9	7	-2	2	6.5
4	17	11	-6	6	10
5	5	4	-1	1	3
6	9	8	-1	1	3
7	13	8	-5	5	9
8	16	7	-9	9	13.5
9	7	9	2	2	6.5
10	6	5	-1	1	3
11	18	10	-8	8	11.5

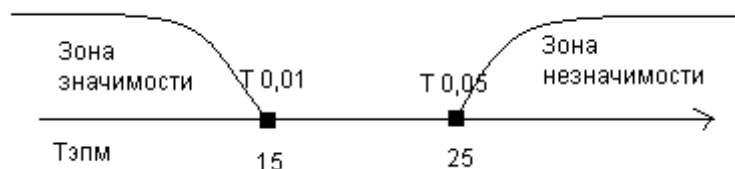
12	7	3	-4	4	8
13	20	11	-9	9	13.5
14	8	7	-1	1	3
Сумма рангов нетипичных сдвигов:					<b>6.5</b>

Результат:  $T_{эмп} = 6.5$

Критические значения  $T$  при  $n=14$

n	$T_{кр}$	
	0.01	0.05
14	15	25

Ось значимости:



Эмпирическое значение критерия находится в зоне значимости, поэтому принимается альтернативная гипотеза:  $H_1$  – интенсивность сдвигов в коррекции страхов детей среднего дошкольного возраста в направлении ее увеличения превосходит интенсивность сдвигов в направлении ее уменьшения.

Психолого-педагогические рекомендации педагогам и родителям по  
коррекции страхов детей дошкольного возраста

Для педагогов:

Применение специальных коррекционных методов и приемов.

1) Рисование.

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

2) Уничтожение страхов.

Первоначально педагоги беседуют с ребенком по поводу его страха. Затем создают его изображение (рисуют или любым другим образом).

Далее нарисованный страх уничтожается. После этого ребенку обязательно нужно дать логическое объяснение ситуации. Затем возможна релаксация.

### 3)Фантазирование

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

### 4) Арттерапия.

Заключается в том, что ребенку предлагают нарисовать цветными карандашами то, что он захочет. По ходу рисования задаются вопросы, побуждающие его развивать сюжет рисунка, обогащать палитру используемых цветовых тонов. Если вопросы не помогают достигнуть этого результата, то даются прямые указания: «Давай рядом с домом нарисуем мальчика, который вышел погулять», «Давай сделаем одежду яркой, разноцветной» и т. п. Задача состоит в возможно более детализированном развертывании сюжета, повышении плотности и яркости цвета, выразительности цветовых сочетаний, использовании широкого разнообразия цветовых тонов, преимущественно тёплых – от красного до зелёного. На занятии с дошкольником, желательно сочетать эту методику с сочинением истории (сказки), сюжет которой отталкивается от первого рисунка, а в дальнейшем иллюстрируется

следующими детскими рисунками. Такие занятия способствуют стабилизации эмоционального фона у дошкольника.

5) Игры на телесный контакт, поглаживания.

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

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

Таким образом, мы выделили важные замечания по работе с дошкольниками.

Необходимо применение разных способов в комплексе:

- ❖ быть последовательными в работе с детьми;
- ❖ не следует ребенка торопить или замедлять;
- ❖ перебивать;
- ❖ нужно всегда давать ему высказаться.

Выход из травмирующей ситуации должен быть постепенным, не следует ожидать избавления от страхов после одной игры, ребенок должен во время корректирующих занятий или общения иметь возможность самостоятельно проявлять свои чувства, эмоции, самостоятельно творить и импровизировать; только в случае затруднений родители или педагоги могут чем-нибудь помочь.

Для родителей:

Родителям следует проводить работу не только по устранению страхов, но и по их предупреждению. Помощь ребенку без участия родителей чаще всего не приносит положительных результатов, 90% всех страхов детей порождены семьей и стойко поддерживаются ею, поэтому крайне важно подключать к коррекции родителей (давать совместные

домашние задания на дом). В целом родителям предлагается использовать несколько направлений:

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

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

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

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

5) Следует уменьшить свои требования к детям, реже наказывать их и меньше обращать внимания на враждебность, которую они время от времени проявляют к нам.

Ребенка нужно принимать таким, какой он есть и не стараться из него слепить то, чем он не является. Родители должны дать им понять, что гнев, который они иногда испытывают к родителям, а родители к ним, - это совершенно естественное и нормальное явление и оно может повлиять на наши дружеские чувства. Это, разумеется, точка зрения взрослого человека, а ребенку мы можем доказать свою любовь только ровным и неизменным отношением к нему.

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

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

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

9) Очень важно при появлении страхов вернуть ребенку душевное равновесие. Этого можно добиться путем понимания.

Необходимо создать такую обстановку в семье, чтобы дети поняли: они без стеснения могут сказать нам обо всем, что их напугало. И они сделают это только в том случае, если не будут бояться нас и почувствуют, что мы не осуждаем их, а понимаем.

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